

ОСОБЛИВОСТІ КОПІНГОВИХ СТРАТЕГІЙ АДАПТАЦІЇ КУРСАНТІВ І СТУДЕНТІВ УЦЗУ

У статті представлений аналіз результатів дослідження переважаючих копінгових стратегій, які використовують курсанти та студенти УЦЗУ на початкових етапах професіоналізації та адаптації до навчання у вузі. Виявлено, що у курсантів переважають стратегії, спрямовані на активну дію, а у студентів – на аналіз ситуації, зниження її значущості.

Ключові слова: копінгові стратегії, адаптація, захисні механізми.

Актуальність проблеми. Життя людини в сучасному суспільстві припускає її існування і розвиток в умовах крайньої невизначеності. Нестабільність економічних, політичних і соціальних умов приводить до проблем орієнтування людини в оточуючій її соціальній дійсності, а також неможливості здійснення точного прогнозу свого майбутнього. У зв'язку з цим особливої актуальності набувають питання, пов'язані з функціонуванням, адаптацією і виробленням особистістю ефективних стратегій подолання ситуацій, пов'язаних з невизначеністю.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Основним механізмом адаптації людини до соціальних умов, що змінилися, є подолання нових важких ситуацій, які вимагають від неї особливих зусиль і примушують проявити, виявити непомітні у звичайних умовах якості. Психологічне подолання дорослих у важких життєвих ситуаціях багато в чому визначає ефективність їх соціально-психологічної адаптації до змінних умов життя.

Навчальна адаптація є критичним періодом у загальному та професійному розвитку студентів вузу. Від успішності проходження цього процесу багато в чому залежить подальше професійне становлення особистості, входження в нову соціальну ситуацію розвитку. Саме тому процес навчальної адаптації активно вивчається психологами.

В рамках існуючих підходів навчальна адаптація розглядається або як активний безперервний процес (і результат) пристосування індивіда до змінних соціальних умов, або як процес розвитку, який відбувається в результаті подолання кризових періодів, що виникають у ході професіоналізації особистості [2].

У більшості досліджень навчальна адаптація студентів вищого навчального закладу розглядалася як пристосування до нових умов навчальної діяльності, підкреслювалася кризисність адаптаційного процесу у зв'язку з великою кількістю відрахувань студентів саме в цей період [4]. Проте недостатньо вивченим залишається подолання даної кризи студентами з позицій подолаючої копінг-поведінки, яка є індивідуальним способом взаємодії людини з важкою життєвою ситуацією, вимоги якої перевищують ресурси особистості. Проблема подолання криз і в

зарубіжній, і у вітчизняній психології традиційно розглядається з позицій подолаючої поведінки [1; 2; 3].

Подолаюча (копінг) поведінка є сукупністю усвідомлених когнітивних, поведінкових і емоційних зусиль, направлених на зміну/розв'язання критичної ситуації, які дозволяють або звикнути до неї, терпіти її дію або відхилитися від вимог, які вона пред'являє [2].

Подолаюча поведінка студентів є традиційним предметом дослідження вітчизняних і зарубіжних психологів, яких в основному цікавила специфіка подолання ними екзаменаційного стресу [3]. Разом з тим проблема подолання студентами адаптаційної кризи залишається практично не дослідженою. У зв'язку з цим актуальним представляється вивчення ролі подолаючої поведінки у процесі подолання кризи навчальної адаптації для здійснення психологічного супроводу студентів і курсантів у початковий період навчання у вузі, з метою оптимізації їх психологічного стану і підвищення продуктивності навчальної діяльності.

Навчання у вузі супроводжується переживанням різних стресових ситуацій, пов'язаних як з навчальним процесом, так і з особистими взаєминами. Найбільш важким є адаптаційний період, коли відбувається входження в нову соціальну ситуацію розвитку. Кризисність даного періоду підтверджується об'єктивними показниками, такими як велика кількість відрахувань студентів, а також суб'єктивними – це переживання молодими людьми складності або нездатності перебудуватися зі шкільної системи навчання на вузівську, змінити навчальну діяльність згідно вимог викладачів, засвоювати більший обсяг знань, вбудовуватися в новий колектив.

Копінг може сприяти оволодінню ситуацією, ослабляти або пом'якшувати її дію, при цьому копінг не є автоматизованою адаптивною поведінкою, як, наприклад, психологічний захист. Можна суб'єктивно «справитися» з ситуацією за допомогою включення несвідомих захисних механізмів. Сенс захисних механізмів – зміна образу світу за принципом задоволення (несвідомий копінг). Захисні механізми є більш нав'язаними, ригідними, вони спотворюють реальність. Функція копінг-поведінки протилежна – людина визнає незмінність світу і намагається змінити себе, керуючись принципом реальності. Копінг-поведінка є більш цілеспрямованою, гнучкою й адекватною реальності.

Не дивлячись на те, що копінг-поведінка направлена на підвищення адаптації особистості до середовища, даний процес може бути неконструктивним і неефективним і призводити до дезадаптації і погіршення функціонування людини в соціумі. Питання про ефективний і неефективний копінг безпосередньо пов'язане з поняттям копінг-стратегій. Копінг-стратегії – це ті прийоми і способи, за допомогою яких і відбувається процес подолання.

Всі використовувані особистістю копінг-стратегії можна класифікувати на основі наступних критеріїв [3]:

1. Емоційно-проблемний:

а. Емоційно-фокусуєчий копінг, направлений на врегулювання емоційної реакції.

б. Проблемно-фокусуєчий допінг, направлений на те, щоб справитися з проблемою або змінити ситуацію, яка викликала стрес.

2. Когнітивно-поведінковий:

а. «Прихований» внутрішній копінг – когнітивне вирішення проблеми, метою якої є зміна неприємної ситуації, що викликає стрес.

б. «Відкритий» поведінковий копінг – орієнтований на поведінкові дії; використовуються копінг-стратегії, спостережувані в поведінці.

3. Успішний копінг:

а. Успішний копінг – використовуються конструктивні стратегії, що приводять зрештою до подолання важкої ситуації, що викликала стрес.

б. Неуспішний копінг – використовуються неконструктивні стратегії, що перешкоджають подоланню важкої ситуації.

Проблемно-орієнтований копінг пов'язаний зі спробами людини поліпшити відносини «людина-середовище» шляхом зміни когнітивної оцінки ситуації, що склалася, наприклад, пошуком інформації про те, що робити і як поступити, або шляхом утримання себе від імпульсивних або поспішних дій. Емоційно-орієнтований копінг включає думки і дії, які мають своєю метою понизити фізичний або психологічний вплив стресу. Ці думки або дії дають відчуття полегшення, проте не направлені на усунення загрозової ситуації, а просто дають людині можливість відчувати себе краще. Прикладом емоційно-орієнтованого копінгу є: уникнення проблемної ситуації, заперечення ситуації, уявне або поведінкове дистанціювання, гумор, використання транквілізаторів для того, щоб розслабитися.

Питання про динаміку копінгу безпосередньо пов'язане з проблемою прогнозу тієї або іншої поведінки людини у стресовій ситуації.

Зарубіжні дослідники відзначають, що люди по-різному інтерпретують стресову ситуацію [4]. Вони можуть оцінювати її як загрозу або як вимогу. Стресові наслідки можливі тільки в тому випадку, якщо подія сприймається індивідом як загроза; якщо ж подія сприймається як вимога, то це викличе інший спосіб відповіді на неї. Оцінка тієї або іншої стресової події залежить від оцінки особистістю своїх ресурсів подолання стресора, які можуть бути базуватись на індивідуальному досвіді, знаннях або практиці або ж на самооцінці, сприйнятті власної компетентності та ін. На сьогоднішній день питання залишається відкритим з приводу того, які характеристики середовища або особистості можуть справляти найбільший вплив на процес подолання.

Будь-яка долаюча поведінка починається з оцінки середовища, яке оцінюється як значуще для життя і гарного самопочуття, як шкідливе, вигідне, загрозове або мінливе. Характер такої оцінки впливає на копінг, який у свою чергу змінює відносини «людина-середовище» і, як наслідок,

емоційну відповідь. Т.ч. копінг виступає як «медіатор емоційної відповіді» [1].

Існує цілий комплекс ситуаційних змінних, які можуть зумовлювати копінг-відповідь. До таких змінних відносяться: значущість події в житті людини, сила стресової дії, тривалість дії, складність подолання, можливість прогнозу і ступінь суб'єктивного контролю ситуації людиною.

Невизначеність ситуації безпосередньо пов'язана з такими параметрами оцінки ситуації як можливість прогнозу. Прогнозованість події означає те, наскільки людина здатна передбачити динаміку, розвиток ситуації. Зі зростанням невизначеності ситуації зменшується ступінь прогнозованості події, і, як наслідок, стає неможливим застосування копінг-стратегій, пов'язаних з плануванням своїх дій з подолання стресової події.

Метою нашого дослідження було виявлення переважаючих копінгових стратегій, які використовуються курсантами та студентами УЦЗУ на початковому етапі професіоналізації та адаптації до навчання у вузі.

Виклад основного матеріалу. Для дослідження переважаючих стратегій долаючої поведінки, які використовують курсанти і студенти УЦЗУ на етапі первинної професіоналізації та адаптації до навчання у вузі, нами використовувалася методика «Копінг-поведінка у стресових ситуаціях», адаптована Т.А. Крюковою. У дослідженні взяли участь 30 курсантів і 32 студенти 1-го курсу УЦЗУ. Отримані результати представлені в таблиці 1.

Таблиця 1

Показники копінг-поведінки курсантів і студентів УЦЗУ (%)

Копінг-стратегії	Курсанти	Студенти	ϕ	P
Розрядка	57,3	79,8	1,64	0,05
Раціональні дії	59,5	65,4	1,33	-
Пошук допомоги	70,0	74,3	0,98	-
Наполегливість	67,3	56,3	1,36	-
Відчуження	46,7	68,1	1,64	0,05
Фаталізм	47,2	74,2	2,28	0,01
Вираз відчуттів	61,3	68,3	1,29	-
Позитивне мислення	55,3	78,3	1,64	0,05
Відвернення	54,0	69,3	1,45	-
Фантазія	66,5	74,2	1,33	-
Заперечення	58,7	80,0	1,64	0,05
Самозвинувачення	61,0	73,5	1,35	-
Поетапні дії	61,0	54,3	1,29	
Порівняння	62,0	41,5	1,64	0,05
Заспокоєння	58,5	69,1	1,28	-
Контроль емоцій	76,0	43,2	2,23	0,01
Обережність	56,7	82,6	2,21	0,01

Набуття сили	64,0	43,6	1,64	0,05
Відхід	61,0	93,7	2,22	0,01
Самозмінення	50,0	73,9	1,64	0,05
Подолання поза реальністю	50,5	76,3	1,64	0,05
Заборона	52,5	58,1	0,89	-
Гумор	53,3	67,2	1,19	-
Нерішучість	62,0	70,0	1,09	-
Оцінка провини	51,0	68,3	1,46	-
Віра	54,0	75,5	1,64	0,05

Представлені в таблиці 1 результати свідчать про те, що в переважаючих копінг-стратегіях виявлені значущі відмінності між курсантами і студентами УЦЗУ.

Така стратегія як «розрядка» значущо переважає у студентів, у порівнянні з курсантами ($p \leq 0,05$ за критерієм Фішера), тобто студенти у важких життєвих ситуаціях, при стресах, внутрішніх конфліктах значно частіше використовують різні способи зняття напруження, розрядки, вдаючись, ймовірно, до алкоголю, азартних і комп'ютерних ігор, прослуховування музики і тому подібне. Ми вважаємо, що у курсантів так само виникає потреба в розрядці, але умови життя не дозволяють їм використовувати багато доступних студентам засобів. Крім того, більшість курсантів професійно займаються спортом, що само по собі сприяє зняттю напруження.

«Відчуження» як копінг-стратегія значущо частіше використовується студентами, ніж курсантами ($p \leq 0,05$). Ця стратегія полягає в тому, що людина психологічно відсторонюється від джерела стресу і таким чином знижує його негативний вплив, значущість. Така стратегія є успішною в тих випадках, коли джерело стресу знаходиться поза зоною особового контролю. У решті інших випадків ця стратегія не ефективна, оскільки проблема не вирішується, розв'язання відкладається на невизначений термін, стрес може набути хронічної форми. Специфіка навчання у вузах напівзакритого типу, на наш погляд, привчає людину не відкладати розв'язання ситуації, коли ситуація знаходиться в зоні контролю.

Використання такої копінг-стратегії як «фаталізм» значно частіше властиве студентам, ніж курсантам ($p \leq 0,01$). Дана стратегія є повним непротивленням негативним чинникам. Людина приймає ситуацію, навіть не намагаючись змінити хоч би щось. Ми вважаємо, що вибір професії курсантами в деякому розумінні міняє сприйняття життя, подій, інших людей, робить особистість більш стійкою відносно життєвих обставин, учить «тримати удар». Тому більшості курсантів складно змиритися з тим, що їх не влаштовує, і очікувати в бездіяльності, чим саме завершиться та або інша ситуація. Недоліком такого підходу може бути те, що курсанти

можуть намагатися міняти навіть ті обставини, які не підлягають змінам з боку людини.

Стратегію «позитивне мислення» значущо частіше використовують студенти, ніж курсанти ($p \leq 0,05$). Ця стратегія дозволяє навіть у неприємних, стресових ситуаціях побачити і оцінити позитивний компонент, стимул до подальшого розвитку. Ми вважаємо, що ця стратегія рідше використовується курсантами, тому що вони менш схильні до аналізу ситуації і рефлексії, а більше – до дії. Тому курсанти не вишукуватимуть позитивні моменти в ситуації, вони почнуть активно впливати на ситуацію. У цьому, безумовно, є негативний момент – позитивне мислення дає можливість людині, аналізуючи кожну невдачу, неприємність і тому подібне, що називається «вчитися на власних помилках», швидше напрацьовувати необхідний життєвий досвід. Небажання або нездатність бачити в неприємному позитивний момент може гальмувати розвиток особистості.

Копінг-стратегію «заперечення» значущо частіше використовують студенти ($p \leq 0,05$). Суть даної стратегії полягає в тому, що людина заперечує саму наявність негативного або стресового чинника. Ми вважаємо, що курсантам не властиво одурювати самих себе, «ховати голову в пісок» через специфіку особистості, яка формується у процесі первинної професіоналізації. Тобто їм властивіша активна боротьба, подолання важких ситуацій.

Така стратегія як «порівняння» значущо частіше використовується курсантами, ніж студентами ($p \leq 0,05$). Дана стратегія припускає порівняння власних особових особливостей з особливостями інших людей, власної поведінки з поведінкою інших людей. Ми вважаємо, що дана стратегія може формуватися і у процесі первинної адаптації і професіоналізації, коли курсанти свідомо або несвідомо порівнюють власні досягнення з досягненнями інших і переносять цю стратегію в повсякденне життя. Дана стратегія не завжди є ефективною, оскільки конструктивніше порівнювати себе з самим собою й оцінювати власний досвід перемог і поразок, не орієнтуючись на перемоги і поразки інших.

Копінг-стратегія «контроль емоцій» значущо частіше використовується курсантами, ніж студентами ($p \leq 0,01$). Суть даної стратегії полягає в тому, що у складних стресових станах людина зберігає спокій, здатність тверезо оцінювати ситуацію. Ми вважаємо, що курсантам у ході первинної професіоналізації й адаптації доводиться оволодівати здатністю стримувати, в першу чергу, негативні емоції, контролювати їх прояв. Часте використання даної стратегії може привести до негативних наслідків і навіть розвитку соматичних захворювань, оскільки неотраговані емоції руйнівно діють на тіло і психічне здоров'я.

Така стратегія як «обережність» значущо частіше використовується студентами, ніж курсантами ($p \leq 0,01$). Суть даної стратегії полягає в тому, що людина у складній, неприємній і стресовій ситуації вважає за краще не здійснювати ніяких імпульсивних, необдуманих дій, вчинків, почекати і

прийняти оптимальне рішення. Курсантам у меншій мірі властиво використання даної стратегії, оскільки, на наш погляд, вони не схильні до тривалого аналізу, обдумування ситуації, ймовірно частіше вони вважають за краще діяти швидко, ризикуючи, але виграючи. В деяких випадках дана стратегія є неефективною, оскільки імпульсивне рішення може виявитися найочевиднішим, але неконструктивним, таким, що приводить до негативного розвитку подій, загострення ситуації, а не її розв'язання.

Копінг-стратегія «набуття сили» значущо частіше використовується курсантами, ніж студентами ($p \leq 0,05$). Суть даної стратегії полягає в тому, що людина накопичує силу (м'язову, соціальну, професійну і тому подібне), вважаючи, що сила вирішує все. Курсанти йдуть за шляхом накопичення сили, маючи намір за її рахунок отримати високі позиції в різних сферах життя. Дана стратегія може бути ефективною в достатньо обмеженому крузі ситуацій, тобто там, де сила дійсно цінується і є значущою.

Така стратегія як «відхід» значно частіше використовується студентами, ніж курсантами ($p \leq 0,01$). Це стратегія фізичного відходу або психологічної усунутості від стресової ситуації. Курсантам є властивою у значно меншій мірі, тому що вони вважають за краще активно діяти, а не самоусуватися. Стратегія в більшості випадків не ефективна, оскільки відхід не сприяє вирішенню ситуації, проблема залишається невирішеною, її розв'язання просто відкладається в часі.

Стратегія «самозмінення» значущо частіше використовується студентами, ніж курсантами ($p \leq 0,05$). Використання даної стратегії полягає в тому, що ситуація подолання конфлікту і кризи оцінюється як джерело особистісного зростання, набуття цінного життєвого досвіду і зміни на краще. Курсанти йдуть за шляхом зміни зовнішніх обставин, а не власної особистості. В даному випадку це менш ефективно, ніж використовувати життєві обставини для ментальних змін і саморозвитку.

Копінг-стратегія «подолання поза реальністю» значущо частіше використовується студентами, ніж курсантами ($p \leq 0,05$). Використання даної стратегії дозволяє досягти бажаного хоч би в уяві, а позитивні емоції, що виникають при цьому, дають сили для існування у важких життєвих ситуаціях. На наш погляд, курсанти більш схильні діяти, ніж мріяти, їх задовольняють тільки реальні досягнення, а не уявні. Хоча в деяких випадках фантазування, програвання у внутрішньому плані ситуацій успішності сприяє досягненню успіху в реальному житті.

Копінг-стратегія «віра» значущо частіше використовується студентами, ніж курсантами ($p \leq 0,05$). Дана стратегія припускає наявність віри в те, що ситуація може вирішитися сама собою, втрутаються якісь сили, допоможе хтось або щось, тобто можна вірити і самому не докладати ніяких зусиль до усунення конфліктної або стресової ситуації. Курсанти рідше удаються до даної стратегії, оскільки вважають за краще спиратися на власні сили, задіюючи свої внутрішні резерви.

Висновки. Дослідження переважаючих копінг-стратегій у курсантів і студентів УЦЗУ показало, що вони використовують абсолютно різні стратегії подолаючої поведінки у процесі первинної професіоналізації й адаптації до навчання у вузі. У курсантів переважають: контроль емоцій, пошук допомоги, наполегливість, фантазія і накопичення сили. У студентів – відхід, обережність, заперечення, розрядка і позитивне мислення. У обох групах представлені різні види копінг-поведінки, ефективні і неефективні, конструктивні і деструктивні. Але у курсантів переважають копінг-стратегії, орієнтовані на активну дію, а у студентів – на аналіз ситуації, зниження значущості негативної ситуації.

ЛІТЕРАТУРА

1. Волкова Н. В. Coping strategies как условие формирования идентичности / Н. В. Волкова // Мир психологии. – 2004. – № 2. – С. 119–124.
2. Дементий Л. И. К проблеме диагностики социального контекста и стратегий копинг-поведения / Л. И. Дементий // Журнал прикладной психологии. – 2004. – № 3. – С. 20–25.
3. Нартова-Бочавер С. К. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности / С. К. Нартова-Бочавер // Психологический журнал. – 1997. – Т. 18, № 5. – С. 20–30.
4. Прайс Р. Ситуации риска / Р. Прайс // Психология социальных ситуаций: хрестоматия. – СПб. : Питер, 2001. – С. 354–363.
5. Прохоров А. О. Саморегуляция психических состояний: феноменология, механизмы, закономерности / Прохоров А. О. – М. : ПЕР СЭ, 2005. – 352 с.

УДК 343.102:159.947.2

Белан С.В., к.т.н., доцент, доцент кафедри наглядово-профілактичної роботи та дізнання УЦЗУ;

Луценко Т.О., викладач кафедри наглядово-профілактичної роботи та дізнання УЦЗУ

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРИЙОМИ ПОДОЛАННЯ ПРОТИДІЇ СЛІДСТВУ ПРИ ПРОВЕДЕННІ ОКРЕМИХ СЛІДЧИХ ДІЙ

У статті висвітлено погляд на проблему психологічних прийомів подолання протидії слідству при проведенні окремих слідчих дій.

Ключові слова: слідчі дії, допит, протидія, конфлікт, психологічні прийоми.

Актуальність проблеми. Проблема протидії розслідуванню останнім часом набула особливої актуальності й гостроти. Це перш за все пов'язано з тим, що за останні роки слідча практика дедалі частіше зустрічається з цілеспрямованою, часто досить витонченою та ретельно

спланованою протидією не лише з боку підозрюваних, обвинувачених, свідків, а навіть і потерпілих, а також інших учасників процесу та осіб, які мають відношення до розслідування кримінальної справи. Більше того, трапляються випадки протидії слідству і з боку посадових осіб державних та громадських організацій різного рівня, включаючи також правоохоронні та контролюючі органи. Вивчення проблеми протидії слідству актуальне ще й через те, що злочинність здебільшого набуває характеру організованої. Злочинні угруповання вже мають свою стратегію та тактику, способи конспірації, створюють фонди для підкупу посадових осіб. За таких умов важливим завданням науки і практики є те, щоб у межах кримінально-процесуального закону і норм судової етики максимально використати або знешкодити вплив цих факторів, врахувавши знання про них у практичній діяльності для встановлення істини.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання щодо подолання протидії розслідуванню та розробки конкретної системи прийомів та способів їх подолання порушували у своїх наукових роботах багато вчених. Зокрема питання протидії розслідуванню були предметом досліджень таких вчених-криміналістів як Р.С. Белкіна, О.І. Гурова, Л.Я. Драпкіна, О.Р. Ратінова та ін. Проблемою подолання протидії при провадженні окремих слідчих дій, зокрема при допиті, займалися: І.О. Биховський, А.М. Васильєв, Г.Г. Доспулов. Праці таких науковців як О.Я. Баєва, І.Ф. Герасимова, М.П. Яблокова були присвячені проблемам слідчих ситуацій. Також цій проблематиці присвятив докторську дисертацію та монографію В.М. Карагодін, у якій зробив спробу охарактеризувати і визначити поняття протидії та зупинився на її проявах. Крім цього, С.Ю. Журавльов у дисертації «Протидія у розкритті та розслідуванні злочинів та тактика її подолання» розглянув діяльність органів слідства та дізнання при розслідуванні злочинів у галузі економіки, але дана праця висвітлює порушену проблему досить поверхово, базуючись, в основному, на одній з чисельних форм протидії – приховуванні злочинів. Щодо питання розробки конкретної системи прийомів та способів подолання протидії розслідуванню, то воно залишається недостатньо вирішеним. Отже, незважаючи на вагомий внесок науковців, дане питання все ж висвітлено досить поверхово, порівняно з потребами практики, тому дана проблема не може вважатися достатньо дослідженою.

Мета. Стаття має за мету розкрити сутність та значення психологічних прийомів подолання протидії слідству при проведенні окремих слідчих дій, зокрема допиту, оскільки від ефективності використання системи розроблених на основі наукових знань, передусім психології, та практичного досвіду тактичних прийомів залежить успіх процесу розслідування та його результат.

Виклад основного матеріалу. На думку психологів та соціологів, конфлікт притаманний будь-якому виду діяльності людини. Не є виключенням і діяльність з розслідування злочинів, через це найбільшу

загрозу збереженню доказів являє собою не плин часу, а свідома протидія осіб, зацікавлених в перекручуванні результатів розслідування. Цим розслідування злочинів найбільше відрізняється від інших видів пізнавальної діяльності. Протидію розслідуванню злочинів слід сприймати як певною мірою природне явище, пам'ятати про яке необхідно завжди. Це впливає із самої сутності слідчої діяльності, для якої характерно подолання опору з боку незацікавлених в успішному розслідуванні справи осіб. У звичайному розумінні протидія – це дія, що перешкоджає іншій дії. Протидія як дія, спрямована на неприпустимість досягнення бажаної мети протилежною стороною, є різновидом конфліктної поведінки. Протидія спрямована не лише на неприпустимість, перешкоджання, блокування будь-якої дії, а на перешкоджання досягненню бажаної кінцевої мети, отриманню конкретного результату [5, с. 46]. Слід зазначити, що якщо раніше під протидією розслідуванню розуміли переважно різні форми та способи приховування злочинів, то зараз це поняття наповнилося більш широким змістом і може бути визначене як навмисна діяльність з метою перешкоджання вирішенню завдань розслідування і зрештою – встановленню істини у кримінальній справі.

У процесі розслідування конкретного злочину слід розрізняти «внутрішню» та «зовнішню» протидію. Під внутрішньою протидією мають на увазі протидію, яку здійснюють ті чи інші особи, причетні до розслідування в будь-якій формі – підозрювані й обвинувачувані, свідки і потерпілі, фахівці й експерти, випадкові особи. Для них характерним є володіння певною інформацією про подію і прагнення сховати, змінити або знищити цю інформацію та її носіїв. Зовнішня протидія – це протидіюча діяльність осіб, які або взагалі не пов'язані з розслідуваною подією та особою, що здійснює розслідування, або пов'язані зі слідчим чи особою, що здійснює дізнання процесуальними, службовими або іншими владними відносинами чи іншими залежностями. Суб'єкти внутрішньої протидії реалізують свої задуми переважно шляхом приховування злочину, суб'єкти зовнішньої протидії – за допомогою впливу, тиску на слідчого, дізнавача, створення умов для вчинення ним незаконних дій, спонукання його до вчинення посадового проступку або злочину.

Конфліктна ситуація у процесі досудового слідства у кримінальній справі про будь-який злочин можлива завжди; це стосується і такої слідчої дії як допит. Допит є ключовою слідчою дією, яка передбачає певною мірою протиборство і якій належить визначальна роль у встановленні істини, оскільки саме у процесі допиту має бути одержана надзвичайно важлива для слідства інформація про відомі допитуваному обставини справи та інші дані, що мають значення для встановлення істини. Протидія при проведенні допиту передбачає ту чи іншу форму спілкування суб'єкта протидії зі слідчим, дізнавачем. У структурі спілкування розрізняють три компоненти: перцептивний, комунікативний та інтерактивний. Зміст перцептивного компонента складають процеси сприйняття і розуміння один одного учасниками спілкування. Комунікативний компонент

складається з обміну інформацією учасників спілкування. Інтерактивний компонент характеризує взаємодію учасників спілкування [1, с. 176]. В аспекті даного дослідження суб'єкт протидії, розуміючи цілі та спрямованість дій допитуючого, прагне вплинути на них у бажаний для себе бік. З комунікативної точки зору, протидія розслідуванню при проведенні допиту полягає, з одного боку, в прагненні суб'єкта одержати інформацію про задуми та дії допитуючого, а з іншого боку – в передачі йому недостовірної інформації, або й взагалі в її прихованні. Інтерактивний компонент у даному випадку виражається в конфліктній взаємодії, в суперечності, несумісності цілей сторін, що взаємодіють [7, с. 74]. Тому при проведенні допиту в умовах протидії слідству ключову роль відіграють, перш за все, методи психологічного впливу на допитувану особу.

Психологічний вплив – це навмисне, цілеспрямоване втручання у процеси психічного відображення дійсності іншої людини [2, с. 36]. Суть психологічного впливу полягає у використанні прийомів для забезпечення найбільш ефективної форми повідомлення доказової інформації, зміни ходу психічних процесів та суб'єктивної позиції допитуваного й породження в ньому бажання давати правдиві показання, допомагати слідству у встановленні істини. За характером впливу виділяють: а) простий вплив, пов'язаний з реалізацією детального плану послідовних дій, що відбувається за один сеанс допиту, як правило, даний вплив зумовлений досягненням однієї чи декількох практичних цілей; б) складний вплив, який складається з ряду простих, і стає засобом чи способом досягнення стратегічної мети. За спрямованістю вплив може бути індивідуальним – спрямованим на конкретну людину чи соціально-психологічним – спрямованим на групу людей. Форма здійснення психологічного впливу може бути відкритою, закритою (неочевидною) і комбінованою. Відкрита форма має на увазі звернення безпосередньо до рівня свідомості. Закрита – пов'язана з використанням засобів, що впливають на сферу підсвідомості. Комбінована форма – об'єднує у собі обидві попередні – вимагає високої психологічної підготовки, ретельного методичного опрацювання або залучення фахівця з психологічної служби. За технічною оснащеністю розрізняють суб'єктивний вплив на особистість, що здійснюється за допомогою слів, прийомів, які застосовуються допитуючим, та інструментальний вплив – за допомогою матеріальних об'єктів (наприклад, пред'явлення речового доказу). Слід зауважити, що при застосуванні психологічного впливу важливим є дотримання принципів законності, науковості та доцільності, які звичайно пов'язуються з допустимістю та правомірністю використання психологічного впливу в кримінальному процесі. Отже, оскільки спілкування і взаємовідносини практично неможливі без психологічного впливу, то криміналістична (слідча) тактика в теорії і практичних рекомендаціях повинна постійно виходити з наявності такого впливу, використання його і розробки ефективної системи прийомів тактико-

психологічного характеру. У даному випадку йдеться про науковий, логічно обґрунтований, законний порядок сукупності прийомів спеціальної діяльності допитуючого, які спрямовані на розв'язання окремих завдань у процесі розслідування кримінальної справи про злочин. На доцільність застосування тактичних прийомів допиту в конкретній слідчій ситуації впливають суттєві й несуттєві обставини буття, у тому числі природні, соціальні, національні, фізіологічні, психологічні. Фактори, що визначають раціональність використання тактичних прийомів допиту в процесі розслідування злочину, як правило, комбінуються. Таким чином, при підготовці до допиту суб'єкт криміналістичної діяльності має уважно аналізувати слідчу ситуацію і конфліктну ситуацію, з тим щоб передбачити необхідність застосування певних тактичних прийомів.

Під час допиту використовуються різні тактичні (тактико-психологічні) прийоми: постановка тих чи інших запитань, пред'явлення речових та письмових доказів, оголошення показань інших осіб, допит на місці події, роз'яснення суті наслідків вчиненого злочину, переконання в необхідності надання допомоги органам розслідування. Окрім того, використовуються також прийоми, що мають на меті: усунення конфліктних ситуацій і спрямовані на встановлення психологічного контакту з допитуваним, спонукання до давання правдивих показань, уточнення показань і усунення в них суперечностей, актуалізацію забутого в пам'яті допитуваного, викриття неправди, усунення перекручень при добросовісній помилці допитуваного. Слід додати, що використання тактичних прийомів у процесі допиту повинно мати не хаотичний характер, а логічну доцільність їх реалізації, відповідно до типової ситуації допиту, мети допиту, його виду та процесуального становища допитуваного.

Взагалі, з точки зору психології, власне ситуація протидії розслідуванню з боку допитуваної особи перш за все зумовлюється специфічними станами, що зазнають такі особи. Найбільш характерними з них є: *тривога, страх розплати, наступного покарання*, звідси виникає депресія, погіршення самоконтролю, пригнічення психіки; ці стани перешкоджають встановленню психологічного контакту; *побоювання, що про злочинну поведінку дізнаються рідні, близькі, сусіди, співробітники*, ці стани виникають у випадку, коли для злочинця не байдужі моральні оцінки його оточення; *страх втратити волю, звичний образ життя, можливість опинитись серед злочинців* – допитуваний вважає, що відмова від звинувачення та дачі правдивих свідчень може йому допомогти; *невизначеність* – коли допитуваний не має можливості передбачити ситуацію, керувати нею (невідомо, яку інформацію має слідство); *щире каяття та жаль про скоєне* – стан, максимально сприятливий для встановлення психологічного контакту; *розкутість* – коли в напруженій ситуації допитуваний зовнішньою розкутістю намагається зняти напруженість; агресія, ворожість до співробітників дізнання та слідства, свідків, потерпілих, інших осіб – ця позиція суттєво ускладнює контакт. На

основі вказаних станів, як правило, розвивається так звана «захисна домінанта» – осередок негативного збудження в головному мозку, який актуалізує будь-яку відмову від спілкування, неприйняття логіки міркувань, істероїдні реакції. До різновидів дій при захисній домінанті відносяться «докази поведінки», тобто дії, що опосередковано підтверджують причетність до злочину: створення неправдивого алібі; підготовка інсценувань; невмотивований та раптовий від'їзд, втеча; спроба спрямувати дізнання та слідство невірним шляхом; прояв підвищеного інтересу до розслідування; розповсюдження вигаданих чуток про особу злочинця; демонстративність поведінки; заперечення фактів, що навіть не мають відношення до слідства; зізнання у причетності рідним, близьким, випадковим особам; спроби підкупу та умовлянь потерпілих, свідків; підшукування осіб для дачі неправдивих свідчень; прояв поінформованості про деталі злочину; ухилення від контактів із допитуючим; багаторазові повернення (навіть легендовані) на місце злочину. У подібних ситуаціях для подолання протидії розслідуванню під час допиту можуть бути використані психологічні прийоми впливу:

– **Використання психологічних особливостей особистості допитуваного.** Суть цього прийому полягає в урахуванні допитуючим як на етапі встановлення контакту, так і безпосередньо при допиті, відомостей про характерологічні риси допитуваного, його самооцінку, систему його стосунків у сімейно-побутовій, професійній та дозвільній сферах, домінуючі мотиви поведінки, особливості перебігу психічних та фізичних проявів тощо. Наприклад, якщо допитуваний має хворобливе самолюбство та перебільшений рівень домагань, тоді при допиті доцільно показати реальну можливість слідства одержати потрібні відомості від іншої особи, відомої допитуваному, що значною мірою знижує цінність допитуваного як джерела інформації і зачіпає його самолюбство. Сприяє встановленню контакту також демонстрація слідчим певних знань у професійній сфері допитуваного, у сфері його дозвілля й уподобань;

– **Особисті спостереження за допитуваним.** Фіксація допитуючим емоційних, мімічних, пантомімічних проявів з боку допитуваного дозволяє гнучко варіювати тактику допиту, забезпечуючи регуляцію стану допитуваного і динаміку інформаційного спілкування. Наприклад, якщо при з'ясуванні якогось питання допитуючий спостерігає розгубленість, вираз тривоги, почервоніння шкіри обличчя та посилене потовиділення, то доцільно більш докладно зупинитися саме на цьому питанні, конкретизувати одержану інформацію;

– **Використання стану емоційної напруженості.** Цей прийом базується на тому факті, що у стані емоційної напруженості в особистості суттєво знижується здатність повною мірою здійснювати свідомий контроль за змістом мовних повідомлень та своєю поведінкою. Так, якщо допитуваний відмовляється від дачі показань, або дає неправдиві свідчення, а особисті спостереження допитуючого вказують на те, що допитуваний перебуває у спокійному зрівноваженому стані, то буде

доцільно шляхом повідомлення йому певної інформації, або проведення якоїсь слідчої дії ввести його у стан психічної напруженості, відчуття дискомфорту;

– **Використання ефекту раптовості.** Суть прийому полягає у несподіваності (для допитуваного) появи фактів та обставин, які доказують неправдивість його свідчень. Цей прийом не зводиться до емоційної напруженості, оскільки раптово подана інформація може мати переконуючий вплив на розумову, раціональну сферу особистості, схиляючи допитуваного до усвідомленої необхідності давати правдиві показання;

– **Прийом «припущення легенди».** Його реалізація полягає у створенні таких штучних умов проведення допиту (у процесуальних межах), котрі здаються допитуваному досить природними, але є легендованими з боку слідства. Наприклад, допитуваний одержує можливість ознайомитись з «таємною» інформацією, які міститься в паперах, що знаходяться на столі допитуючого в момент вигаданої відсутності його у кабінеті, розміщення у кабінеті допитуючого речей та предметів, тотожних тим, які фігурують у справі як розшукувані, але не фігурують як докази, «випадкове» залишення віч-на-віч співучасників після одержання одним з них «вірогідних» повідомлень від допитуючого;

– **Прийом «вільної розповіді».** При використанні цього прийому допитуваному надається можливість в оповідній формі детально, без обмежень часу і деталізуючих запитань, викласти всю послідовність подій. Протягом усієї розповіді допитуючий аналізує інформацію, відшуковуючи протиріччя, на які в подальшому спрямовує допит. У цьому випадку досить інформативними є обмовки, паузи, повтори, які робить допитуваний. Для ефективного змістовного аналізу доцільно використовувати техніку звукозапису;

– **Послідовність пред'явлення доказів.** Прийом використовується в тому випадку, коли допитуючий має декілька доказів, що спростовують свідчення допитуваного. Наприклад, якщо у допитуючого є у розпорядженні знаряддя вбивства, деякі вкрадені й вилучені при обшуку речі, негативна характеристика на звинуваченого з місця роботи, слідові відбитки взуття на місці злочину, то, враховуючи, що ефективність використання прийому збільшується при побудові пред'явлення доказів у міру зростання їх впливу на допитуваного, наявні докази доцільно наводити у такій послідовності: негативна характеристика — слідові відбитки — вкрадені речі — знаряддя вбивства;

– **Пред'явлення контрдоказів.** Прийом передбачає спростування кожного неправдивого свідчення конкретним доказом, який заперечує це свідчення. Наприклад, заперечення присутності на місці злочину відразу ж спростовується висновком експертизи про залишення відбитків пальців. Наступне свідчення про знаходження в певний час у певному місці спростовується відповідними повідомленнями свідків тощо;

– **Поєднання форсованого (прискореного) та уповільненого темпів допиту.** Дія цього прийому базується на тому, що інтенсивна зміна темпу запитань не дозволяє допитуваному скрупульозно обмірковувати варіанти відповідей і концентрувати увагу на деталях, які характеризують неправдивість свідчень. При цьому рекомендується малозначущі запитання вимовляти в повільному темпі, а викривальні суттєві факти та обставини – у різкому прискореному темпі. Цей прийом створює передумови для підвищення емоційної напруженості. Нав'язуваний темп бесіди при допиті порушує індивідуальну ритміку допитуваного, створює негативне збудження у корі великих півкуль, внаслідок чого бурхливо розвивається втома нервових центрів, знижується свідомий самоконтроль за поведінкою, мовою тощо.

Крім цього, прояви протидії допитуваних можливі при їх зумовленні малоусвідомлюваними станами, до яких належать негативізм, упертість, несамостійність та дії з навіювання. Негативізм – невмотивована протидія переконуючому впливу слідчого, що проявляється в активній (свідомо неправдиві свідчення) та пасивній (відмова відповідати на запитання взагалі) формах. Упертість – це вмотивована протидія, за якої поведінка пояснюється неправдивими, без об'єктивного обґрунтування, доводами, головним чином, самовиправдовувального характеру. Несамостійність – це відмова від дачі або дача неправдивих свідчень під безпосереднім впливом зацікавлених осіб (прохання, побажання, накази тощо). Дії з навіювання протікають при крайньому безвіллі допитуваного, при якому неправдиві свідчення, що даються під впливом зацікавлених осіб, сприймаються як власні, внутрішньо засвоєні [8, с 194]. У подібних випадках психологи рекомендують використовувати прийоми впливу;

– **Асоціація за суміжністю.** Демонстрування місця події або його фотографії асоціює спогади про власні дії, ознаки, переживання допитуваного;

– **Контрастність.** Демонстрування протилежних за якостями предметів, об'єктів, ведеться бесіда про контрастні властивості предметів, явищ, подій (здоров'я – хвороба тощо);

– **Перифраза.** Повторення своїми (іншими) словами проблемної, неправдивої, спірної інформації про подію злочину;

– **Демонстрація «незаповненості».** Акцентування, підкреслювання розірваних зв'язків у показаннях, білих плям у версії, відсутності фактів, відомостей про осіб тощо;

– **Інерція.** Створення настрою максимальної захопленості з бесіди на сторонні теми, а потім – різке запитання стосовно справи.

Висновки. Отже, допит – одна з найбільш складних слідчих дій. Його складність полягає в тому, що допитуваний далеко не завжди одразу ж дає потрібні для справи свідчення, настільки повні, щоби охопити усі обставини події, які йому відомі, і настільки достовірні, щоби відповідати реальній дійсності, а іноді і зовсім відмовляється підтримувати контакт під час спілкування. Тому той чи інший результат допиту залежить не тільки

від процесуального порядку його проведення, а й від правильного, виваженого, поєданого застосування криміналістичних і психологічних знань. Процесуальні норми – основа допиту, його загальні рамки, що забезпечують законність слідчої дії, але успішне вирішення завдань допиту потребує від допитуючого творчого підходу до проведення цієї процесуальної дії, майстерності і знання психологічних прийомів. Тому у всіх випадках протидії допитуючий може застосовувати відповідні заходи впливу, що складаються з різних прийомів психологічного впливу в різних варіантах та ситуаціях. Кожен з таких заходів впливу може входити до певної системи прийомів, найбільш доцільної для типової ситуації, що дає можливість скласти алгоритм їх застосування.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бедь В.В. Юридична психологія: [навчальний підручник] / Віктор Бедь. – Львів: Новий Світ – 2000, 2007. – 376 с.
2. Берназ В.Д. Рішення слідчого (криміналістичний, процесуальний та психологічний аспекти) / В. Берназ, С. Смаков. – Одеса, 2005. – 361 с.
3. Васильев В.Л. Юридическая психология / Владимир Васильев. – Сб.: Питер, 2001. – 640 с.
4. Весельський В.К. Сучасні проблеми допиту (процесуальні, організаційні і тактичні аспекти) / Володимир Весельський. - К.: НАВСУ НВТ «Правник», 1999. – 125 с.
5. Доспулов Г.Г. Психология допроса на предварительном следствии / Григорий Доспулов. – М.: Юрид. лит., 1976 – 112 с.
6. Коновалова В.Е. Допрос: тактика и психология / Виолетта Коновалова. – Харьков: Консум, 1999. – 157 с.
7. Пирожков В.Ф. Криминальная психология / Виктор Пирожков. – М.: Ось-89, 2001. – 704 с.
8. Юридична психологія: [підручник] / [В.Г. Андросюк, Я.Ю. Кондратьєв, М.В. Костицький та ін.]; за заг. ред. Я.Ю. Кондратьєва. – К.: Видавничий дім «Ін Юре», 1999. – 352 с.

УДК 159.2

Волков С.В., ад'юнкт кафедри прикладної психології УЦЗУ

НЕОБХІДНІСТЬ УРАХУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО СТРЕСУ В ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ІНСПЕКТОРІВ ДПН

У статті розглянуто проблему сутності, складових чинників, змісту, особливостей та причин виникнення емоційного стресу в діяльності працівників Міністерства України з питань надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи. Також у цій роботі розглянуто можливі шляхи, надано рекомендації стосовно протидії, пом'якшення впливів стресових станів, психосоматичних захворювань внаслідок впливу складових емоційного стресу та ряду

труднощів, котрі відчувають на собі працівники ДПН під час виникнення у них ознак дії емоційного стресу. У даній статті підкреслюється, як актуальність самої проблеми виникнення стресу, а особливо емоційного, так і обґрунтовується трактування багатьох явищ, котрі спостерігаються у співробітників ризиконебезпечних професій, у тому числі й співробітників ДПН, під час виконання ними своїх обов'язків як у повсякденних, так і в екстремальних умовах діяльності.

Ключові слова: емоційний стрес, інспектор ДПН, емоційна усталеність, толерантність.

Актуальність проблеми зумовлена частими випадками психосоматичних захворювань внаслідок негативного впливу на співробітників чинників емоційного стресу та рядом тих об'єктивних і суб'єктивних труднощів, які відчувають працівники ризиконебезпечних професій у разі виникнення у них ознак стресу під час виконання своїх обов'язків як у повсякденних, так і в екстремальних умовах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Роботи, що стосуються емоційного стресу, сьогодні набули достатньої актуальності (Исаев Д.Н. 2005; Франкенхойзер М., 1979; Симонов П.В. 1981.; Бодров В.А., Турзин П.С., Евдокимов А.В., 1994; Космолинский Ф.П. 1978; Изард Е.К. 1980, Вальдман А.В., Козловская М.М., Медведев О.С. 1979). Але є потреба у вивченні найбільш суттєвих компонентів цього змістовного й важливого явища, у зв'язку з тим, що воно має місце, про що свідчать наші напрацювання, в діяльності працівників МНС, а саме інспекторів ДПН. Їхня діяльність характеризується не тільки фізичними подразниками (особливими умовами проходження служби), а і психологічними причинами (стрес-факторами).

Метою цієї роботи є визначення сутності, складових, особливостей та причин виникнення емоційного стресу та шляхів протидії цьому негативному явищу в роботі фахівців служби цивільного захисту.

Розуміння змісту практичної діяльності інспекторів пожежного нагляду МНС України висуває на одне з важливих місць проблему емоційного стресу.

Виклад основного матеріалу. Аналізувати проблему емоційного стресу необхідно, на наш погляд, спираючись на роботи насамперед Г.Сельє про стрес взагалі. Згідно визначення Ганса Сельє, «стрес є неспецифічною відповіддю організму на будь - яку висунуту до нього вимогу», причому стресом є все, що порушує нормальні відношення організму з середовищем. Вчений небезпідставно вважає, що впливи навколишнього середовища (стресорів) можуть бути різноманітними та викликають загальний адаптаційний синдром, який проходить певні стадії:

- 1) реакція тривоги, під час якої опір організму знижується, а потім вмикаються захисні механізми;
- 2) стадія опору, коли напруженням функціонуючих систем досягається пристосування організму до нових умов (адаптація);

3) стадія виснаження, під час якої визнається безпорадність захисних механізмів і збільшується порушення злагодженості життєвих функцій.

Вчений виділяє три основних стадії стресу: тривога, адаптація, виснаження. На першій стадії тривоги організм намагається пристосуватись до стресу або подолати його. Якщо стрес-фактор продовжує впливати на організм, тоді настає друга стадія – адаптація, під час якої вдається більш-менш компенсувати збитки від впливу. Але перебування у стані стресу не може продовжуватися довго, тому що запаси адаптаційної енергії, згідно з визначенням Сельє, є обмеженими. Настає третя стадія – виснаження, яка за певних умов може супроводжуватися тривожністю, а потім переходити у депресію. Її стресорний фактор продовжує впливати на організм та змінюється з фізіологічного на паталогічний, іншими словами, людина захворює.

Практика свідчить, що всі ці процеси на кожній стадії в організмі пов'язані між собою. Психологи встановили, що злагодженість функцій здійснюється інтегральними (тісно пов'язаними) відділами нервової системи.

Стає очевидним, що, незалежно від того, на яку систему чи на який процес в організмі, того ж інспектора ДПН, падає переважно розрядка у робочій стадії, пристосування до неї здійснюється інтегральними відділами його нервової системи, котрі забезпечують необхідну для оптимальної працездатності взаємозлагоджену діяльність основних функцій: центральної (головний та спинний мозок) та сенсорних і вегетативних вузлів. Коли напруження стає занадто великим для вищевказаних відділів і вони не в змозі виконувати своє основне завдання, виникає розлагодженість дій у роботі функцій, тобто емоційний стрес.

Як вже неодноразово відмічалось, екстремальні умови можуть викликати у людини неспецифічну реакцію – стрес. У переважній більшості випадків стрес виникає під впливом достатньо сильних подразників, котрі виходять за межі звичних умов. Але з ускладненням характеру сучасного виробництва, його інтенсивності, швидкою зміною ритму, виникненням непередбачених ситуацій, ускладненням міжособистісних взаємовідносин і т. ін. стрес може виникати й у відносно нормальних, звичайних умовах діяльності. Його основна особливість – відсутність яскраво виражених подразників і наявність великої кількості відносно малих, котрі постійно (або тривалий час) впливають на людину. За вичерпанням якогось часу кумулятивний, тобто накопичувальний, ефект їх впливу призводить до яскраво виражених стресових явищ. Відомий американський фахівець у галузі організаційної психології Л.Джуел це становище коментує наступним чином: «Невеличкі поведінкові неприємності накладаються одна на одну, і результат може виявитись таким же стресовим, як у разі однієї серйозної події [2].

Р. Лазарус під час роботи над стресом висунув концепцію, згідно якої розмежовується фізіологічний стрес, пов'язаний з реальними

збуджувальниками, і психологічний, названий автором емоційним стресом. Під час емоційного стресу, підкреслює Р. Лазарус, людина на базі індивідуальних знань та досвіду оцінює ситуацію з якою стикається, як загрозову чи важку. Така ситуація викликає додаткові емоції й таку саму адаптаційну перебудову в організмі, як і будь-який інший (механічний, термічний та ін.) збуджувальник [9]. Якщо при фізіологічному стресі адаптаційний синдром виникає в момент зіткнення зі збуджувальником, то під час емоційного стресу адаптація передуює ситуації, виникає завчасно.

Останнім часом вчені відмічають умовність повного розділення фізіологічного та емоційного (психічного) стресу. Вони вважають, що у фізіологічному стресі завжди присутні психічні елементи й навпаки. Реакція організму є єдиною, зачіпає багато його функцій. Ю.В. Щербатих виділяє чотири групи симптомів стресу: фізіологічні, інтелектуальні, емоційні, поведінкові. Нами в дослідженні встановлено наявність ознак даних стресів у інспекторів ДПН, котрі вони оцінювали індивідуально.

В.С. Мерлін дотримується думки, що цільна психофізіологічна реакція має різну вагу: фізіологічну й емоційну [6]. Хоча саме він констатує й умовність розділення фізіологічного та емоційного стресу. У нашому дослідженні буде обґрунтовуватись точка зору, що особливе значення має психічний компонент стресу – емоційний, оскільки у дослідженні встановлюється, що в емоційному стресі ситуація робочого циклу інспектора ДПН, котра незабаром станеться, більш сприймається з урахуванням накопиченого досвіду як потенційно важка. При цьому, залежно від робочої, складної ситуації зовнішніми відділами нервової системи формується емоційна реакція, котра у крайніх своїх проявах (тривога, гнів) сприяє крайній поведінці (швидше залишити ситуацію). Однак для більш досвідчених фахівців МНС (зі стажем роботи більше 3 років) така поведінка може бути й затриманою, якщо вона визначена свідомістю як недоцільна. Вона може проявлятися при застосуванні цілеспрямованої професійно-психологічної підготовки інспектора ДПН.

В умовах діяльності у надзвичайних ситуаціях, природно поряд з психологічними компонентами, емоційні можуть бути сильними стресорами. Досвідчені співробітники МНС відмічають, що психологічна адаптація до умов діяльності на початковому періоді (до 1-го року) в більшості випадків пов'язана з інтелектуальними та емоційними процесами. Близько 55% з них відчували емоційний стрес у важкій непередбачуваній ситуації. Однак не сама ситуація виявлялась стресором, а ставлення до неї фахівця може зробити її такою за умови, якщо він не підготовлений до її адекватного сприйняття та оцінки, виходу з неї. Звідси і значення емоційного стресу як потенційно складної.

Наявність емоційного стресу в діяльності інспекторів ДПН підтверджує не тільки характер їх роботи. Багато дослідників основують свою концепцію підготовки фахівців з урахуванням особливостей їхньої психіки. Відомий психолог Котик М.А.[5] вважає, що для досягнення

успіху в даній діяльності урахування емоційного стресу як мінімум важливе, як і фізичний стан.

Один із дослідників емоційного стресу в надзвичайних ситуаціях Тімченко О.В., звертає увагу на наступні моменти:

а) сам по собі емоційний стрес призводить до симптомів напруження, він має пристосувальний характер і може бути доречним. Перешкоджати нормальній діяльності можуть явища тривоги, котрі викликають напруження, змінюють сформований стан готовності до діяльності. Це і зумовлює необхідність проведення цілеспрямованої професійно-психологічної підготовки, зокрема в нашому дослідженні, в інспекторів ДПН.

б) починаючи з дезінтеграції нервових процесів, виявляється негативна симптоматика, в якій, як правило, відмічаються психічні розлади, викликані емоційним стресом. Це також підтверджує необхідність розроблення стресостійких стратегій підготовки інспекторів ДПН до вирішення завдань в умовах емоційного стресу. Їх розробка, на думку психологів, не можлива без виявлення основних психологічних особливостей особистості, котрі можуть або збільшувати ймовірність розлагодження функцій в особливих умовах, або допомагати їх злагодженості. Визначені особливості особистості, котрі формують її як фахівця, можуть зумовлювати поведінку людини у відповідальних, непростих ситуаціях, її відношення, мотиви, запити, якщо брати до уваги спрямованість особистості.

У формуванні позитивного психологічного стану важливу роль відіграють властивості емоційної сфери, вони, поряд з мотивацією, визначають усталеність психіки до впливів негативних факторів навколишнього середовища (умов діяльності фахівців МНС). Саме від впливу мотиваційних та емоційних особливостей може залежати стабільність стану і діяльності в особливих умовах.

У зв'язку з розкриттям змісту професійного стресу та беручи до уваги специфіку роботи фахівців МНС, не можна не звернути увагу й на психологічну готовність співробітників до діяльності в екстремальних умовах. Адже з розкриттям саме цього питання ми стикаємось з наявністю такого явища, як емоційний стрес. Емоційний стрес – різновид психологічного стресу, котрий виникає під впливом емоціогенних факторів [7]. А для цього ми спочатку зупинимось на розкритті стану психологічної готовності до діяльності.

Стан психологічної готовності до діяльності в екстремальних умовах визначається, насамперед, здатністю людини до емоційної ізоляції усього позаконтекстуального, а потім – звиканням (адаптацією) до обстановки. Вважається, що людина не в змозі робити жодної дії, котру попередньо вона не пережила емоційно. Завдяки цьому людина кожен раз внутрішньо відтворює той вид діяльності, котрий їй належить виконати. Саме ці переживання й виявляються найбільш незахищеною часткою здатності

людини здійснювати складні види діяльності і в найбільшій мірі зазнають негативного впливу емоційного стресу [8].

Виходячи з вище зазначеного, можна уточнити психологічну роль емоційного стресу. Якщо попереднє емоційне переживання ситуації дозволяє мовби дистанційно оцінити умови проходження запланованої діяльності (стан тимчасової готовності), то емоційний стрес виступає в екстремальних умовах у вигляді фактора, який руйнує це попереднє «емоційне планування» (тобто стан тимчасової готовності) й, як наслідок, і усю схему запланованої діяльності в цілому. Тобто людина під впливом емоційного стресу просто не в змозі завчасно емоційно пережити заплановану дію і, як наслідок, опиняється у стані психологічного ступору, в якому вона взагалі не здатна діяти свідомо. А якщо у цьому стані опиняється співробітник МНС, котрий виконує свої обов'язки, наприклад, намагається врятувати життя людини під час надзвичайної ситуації (пожежа, загроза вибуху тощо), то наслідки дії емоційного стресу в даному випадку будуть мати катастрофічний характер як для постраждалого, так і для рятувальника.

Зв'язок емоційного стресу та емоційної усталеності.

У психологічній площині явище емоційного стресу напряму залежить від ступеня емоційної усталеності особистості. На жаль, механізми емоційної усталеності і методи її підвищення психологічними засобами вивчені ще не достатньо, хоча саме від цього залежить психічний стан людини і результати її діяльності. Не існує й єдиної точки зору в розумінні емоційної усталеності (ЕУ). Існують чотири можливих підходи.

1. Для першого є характерним зведення ЕУ до проявів волі. Обґрунтуванням цього є визнання, що людина може змінювати свій емоційний стан зусиллям волі, за допомогою засобів аутогенного тренування. Тому прихильники такого підходу (наприклад, Е.А. Малерян) пояснюють ЕУ як здатність керувати своїми емоціями під час діяльності.

2. В межах другого підходу ЕУ вважається інтегральною властивістю психіки або властивістю особистості, завдяки чому людина здатна здійснювати необхідну діяльність у складних умовах. Так, П.І. Зильберман вважає, що під ЕУ слід розуміти інтегральну властивість особистості, котра характеризується такою взаємодією емоційних, вольових, інтелектуальних і мотиваційних компонентів психічної діяльності людини, котра забезпечує успіх у досягненні мети діяльності у складних психогенних обставинах [8].

3. Цей підхід базується на єдності енергетичних та інформаційних характеристик психічних властивостей. ЕУ у такому підході можлива на базі резервів нервово-психічної енергії, яка пов'язується з особливостями темпераменту, силою нервової системи по відношенню до збудження та гальмування, а також рухливістю і лабільністю нервової системи. ЕУ у такому підході розглядається як властивість темпераменту, яка дає можливість ефективно виконувати цільові завдання діяльності за рахунок раціонального використання резервів нервово-психічної емоційної енергії.

При цьому підкреслюється роль емоційного збудження в екстремальних умовах, котре визначається станом активізації різних функцій організму, підвищенням психологічної готовності до раптових дій. Все це є можливим за рахунок використання ресурсів особистості.

4. Основою цього підходу є положення про те, що кожен психічний процес (пізнавальний, емоційний, вольовий) є відносно незалежним від інших і має специфічні особливості. Стосовно емоційного стресу це означає, що пізнавальний, вольовий процес і властивості особистості (темперамент, характер, можливості), незважаючи на взаємозв'язки, не обов'язково входять до його складу.

Узагальнюючи та об'єднуючи вище описані підходи, можна дійти висновку, що ЕУ зменшує негативні наслідки сильних емоційних впливів, запобігає крайньому емоційному стресу, сприяє виникненню готовності до дій у напружених ситуаціях. ЕУ – один з найважливіших факторів надійності й успіху діяльності в екстремальній обстановці. Досвід вивчення поведінки людей в аварійних ситуаціях говорить про те, що ЕУ має риси специфічності реакції й об'єднує у собі природні і набуті захисні механізми. Тому ЕУ в контексті практичної діяльності можна розглядати як психологічну характеристику надійності людини, як функцію її інтелекту й психічного образу завдання, яке вирішується.

Важливу роль у зменшенні ймовірності виникнення емоційного стресу відіграє явище толерантності. Толерантність – відсутність чи послаблення реагування на будь-який негативний фактор в результаті зниження чутливості до його впливу. У діяльності людини явище толерантності пов'язане з послабленням впливу негативних факторів за рахунок звикання до них. За наявності визначених навантажень толерантність справляє позитивний вплив на людину [1].

Толерантність – засіб зниження негативного впливу. Явище толерантності має велике значення у груповій діяльності, під час психологічної підготовки до діяльності (повторний вплив несподіваного фактора не сприймається таким внаслідок звикання до нього, наявності готовності діяти при його виникненні). За визначених умов толерантність може знижувати фактор ризику. Це виявляється у збільшенні порогу емоційного реагування на загрозову ситуацію, а зовні – у витримці, самовладанні, здатності переносити негативні впливи без зниження адаптаційних можливостей. Однак все це вірно лише до певної межі; при її перевищенні толерантність може мати негативний (руйнівний) характер.

Удосконалення толерантності до стресів визначається характером майбутньої діяльності й має входити до структури психологічної підготовки фахівців, в тому числі й інспекторів ДПН МНС України. Так, наприклад, у психології спорту з цією метою рекомендується застосовувати у тренувальному процесі впливи стресового характеру, які відповідають складним умовам змагань [3]. Такими впливами можуть бути:

- заважаючі фактори: вирішення тренувальних завдань на фоні несподіваних звукових чи світлових ефектів, музичного супроводу, відволікаючих запитань і т.ін.;

- ліміт та дефіцит простору і часу;

- стислий зміст та невідповідність інформації;

- втома: удосконалення техніки та тактики дій на фоні компенсуючої й явної втоми, що долається.

У психологічному сенсі явище толерантності зводиться до підвищення емоційної стійкості.

З метою підтвердження існування емоційного стресу в діяльності інспектора ДПН МНС України нами був розроблений опитувальний лист, в котрому співробітникам ДПН пропонувалося відповісти на конкретні запитання стосовно наявності стресу у професійній діяльності: в яких саме ситуаціях, у який період служби, та вказати негативні наслідки перебування інспекторів у стані стресу, котрі вплинули як на якість виконання службових обов'язків, відношень з керівництвом, сторонніми особами, так і відбилися на особистому здоров'ї самого інспектора ДПН (психосоматичні розлади та захворювання). У кожному питанні респондентам надавалася можливість обрати той чи інший варіант відповіді: *а) абсолютно вірно; б) вірно; в) швидше так, ніж ні; г) важко відповісти; д) швидше ні, ніж так; е) невірно; ж) зовсім не вірно*, кожен з яких мав своє бальне значення за 7- бальною шкалою. Також респонденти мали можливість надавати власний варіант відповіді на поставлене запитання, що сприяло отриманню найбільш повного уявлення про емоційний стрес у професійній діяльності інспектора ДПН.

В опитуванні було задіяно 41 співробітника органів ДПН МНС України, котрі проходять службу на різних посадах ДПН та належать до різних регіональних управлінь МНС України. За стажем роботи респондентів було розподілено наступним чином: до 1 року служби – 2 чол.; 2 роки – 3 чол.; 3 роки – 1; 4 роки – 3; 5 років – 10; 6 років – 2; 7 років – 7; 9 років – 1; 10 років – 5; 11 років – 2; 13 років – 1; 15 років – 1; 17 років – 2; 18 років – 1. За статтю: 40 – чоловіки, 1 – жінка. За сімейним станом: 34 перебувають у шлюбі, 7 – не одружені.

Після аналізу отриманих результатів за допомогою χ^2 критерію математичної статистики [4] було підтверджено існування зв'язку між наявністю психічних розладів, психосоматичних захворювань та строком служби працівників ДПН. В результаті дослідження ми отримали, що χ^2_e (6,31) виявився меншим $\chi^2_{т}$ (10,25), причому значення χ^2 критерію перевищує критичне значення (2,77) при $P < 0.05$.

Із аналізу результатів обчислення χ^2 критерію стає зрозуміло, що між тривалістю служби інспектора ДПН та виникненням у нього психічних розладів, розладів стану здоров'я існує зв'язок. В ході експерименту було встановлено, що в інспекторів ДПН з вислугою більше 5 років випадки психічних розладів, розладів стану здоров'я трапляються майже удвічі частіше, ніж у інспекторів з вислугою до 5 років служби у органах ДПН.

Отримані дані, безумовно, свідчать про негативні наслідки впливу емоційного стресу на здоров'я працівників ДПН і про необхідність урахування емоційного стресу у здійсненні заходів ЦППП інспекторів ДПН.

Здійснений аналіз відповідей, котрі надали працівники ДПН під час опитування, дозволяє дійти висновку, що:

- емоційний стрес дійсно має місце у професійній діяльності співробітників державного пожежного нагляду;

- з результатів опитування встановлено перелік найбільш поширених ситуацій, в яких у працівників ДПН виникає емоційний стрес; ймовірні причини його виникнення в різні періоди проходження служби працівниками; вплив діючих ознак емоційного стресу на співробітників ДПН викликає, як правило, негативні наслідки у вигляді як тимчасових емоційних розладів, так і навіть психосоматичних порушень стану здоров'я.

Це дозволяє стверджувати, що в діяльності працівників державного пожежного нагляду МНС України має місце надто суттєва проблема, назва якої – «емоційний стрес», яку не можна недооцінювати, враховуючи її негативний вплив на порядок, організацію й ефективність виконання службових обов'язків персоналу ДПН. Ось чому вона обґрунтовується як надто актуальна для врахування під час здійснення ППП.

Висновки. Все вище зазначене підкреслює не тільки актуальність проблеми стресу, а особливо – емоційного стресу для психологічної науки, але й обґрунтовує трактування багатьох явищ, котрі спостерігаються в діяльності співробітників МНС у надзвичайних ситуаціях, з позиції сучасного розуміння стресу.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бодров В.А. Информационный стресс. – М.: ПЕР СЭ, 2000. – 352 с.
2. Джуэл Л. Индустриально-организованая психология. – СПб.: Питер, 2001. – 720с.
3. Ильин Е.П. Дифференциальная психофизиология. – СПб.: Питер, 2001. – 464 с.
4. Константинов В.В. Экспериментальная психология. Курс для практического психолога. – СПб.: Питер, 2006. – 272 с.: ил.
5. Котик М.А. Психология и безопасность. – Таллин: Валгус, 1989. – 448 с.
6. Мерлин В.С. Психология индивидуальности. – М.: Изд-во МПСИ МОДЭК, 2005.-544 с.
7. Смирнов Б.А, Долгополова. Е.В. Психология деятельности в экстремальных ситуациях. – Х.: Изд-во Гуманитарный Центр, 2007, -276 с.
8. Тимченко О.В. Психологические аспекты состояния, поведения и деятельности людей в экстремальных условиях и методы их коррекции. – Х.: Изд-во ХВУ, 1997. – 168 с.

9. Lazarus R.S. Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. N.Y.: Springer, 1984.

УДК 159.2

Гужва Д., магістрант кафедри загальної психології УЦЗУ

ПРОФЕСІЙНА МОТИВАЦІЯ ТА ЖИТТЄВІ УСТАНОВКИ ЯК ІНТЕГРАЛЬНА ЧАСТИНА ПРОФЕСІЙНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ КУРСАНТІВ УЦЗУ

У статті розглянуто результати теоретичного аналізу та емпіричного дослідження особливостей професійної спрямованості курсантів та студентів УЦЗУ за допомогою аналізу професійної мотивації та життєвих цінностей особистості.

Ключові слова: професійна спрямованість, професійна мотивація, ціннісно-змістові установки.

Актуальність проблеми. У сучасних умовах динамічного розвитку професійних знань через вимоги, що пред'являються до особистості, подальша розробка проблеми професійної спрямованості фахівців різних галузей набуває великої значущості.

Підвищення рівня професійної спрямованості створює основний зміст її розвитку. Вибір професії можна вважати виправданим лише в тому випадку, якщо є надія, що активність приведе до такого взаємовідношення між особистістю і працею, при якому успішно відбудуватиметься подальший розвиток фахівця. Однією з основних умов прогнозування такого розвитку особистості є високий рівень професійної спрямованості. Відповідність провідного мотиву основному змісту обраної професії – не єдина передумова можливості знайти в цій діяльності своє покликання. Багато залежить і від характерологічних особливостей людини, і від якісної своєрідності і рівня розвитку її здібностей. Проте в цьому взаємозв'язку професійної спрямованості, характеру і здібностей провідна роль належить переважаючому мотиву. Відсутність достатньо глибокої професійної спрямованості у студентів та курсантів не виключає можливості її формування в період навчання в університеті. Проте завдання полягає в тому, щоб вибір професії виявлявся логічним наслідком поступового підвищення рівня професійної спрямованості, тобто формування у процесі навчання діяльнісно-сислової єдності – збігу ціннісно-сислового (формування життєвих сенсів) і наочно-дієвого (вибір адекватною сенсу діяльності) аспектів діяльності.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Активна розробка проблеми професійної спрямованості особистості пов'язана з дослідженням таких проблем, як система відносин людини (В.М. Мясіщев), співвідношення сенсу і значення (О.М. Леонт'єв), інтеграція спонукань і їх смисловий контекст (С.Л. Рубінштейн), спрямованість

особистості і динаміка поведінки (Л.І. Божович, В.Є. Чудновський), орієнтування в діяльності (П.Я. Гальперін) та інших.

Одна з форм розвитку професійної спрямованості полягає у збагаченні її мотивів. Професійна спрямованість великої групи людей може включати одні й ті ж мотиви, та все ж бути різною. Це зумовлено тим, що система мотивів завжди припускає їх певну організацію, структуру. Одні й ті ж мотиви можуть бути різним чином організовані, знаходитися в різних відносинах супідрядності, і, що особливо важливо, різними можуть бути провідні мотиви.

Зазвичай мотиви, які лежать в основі професійної спрямованості, є неоднорідними за походженням, характером зв'язку з професією. У цьому плані правомірне виділення, по-перше, групи мотивів, що виражають потребу в тому, що складає основний зміст професії [6]. Інша група мотивів пов'язана з відображенням деяких особливостей професії в суспільній свідомості (мотиви престижу, суспільної значущості професії) [2]. Очевидно, що зв'язок індивідуальної свідомості з професією набуває в даному випадку більш опосередкованого характеру. Третя група мотивів виражає потреби особи, що раніше склалися, актуалізовані при взаємодії з професією (мотиви саморозкриття і самоствердження, матеріальні потреби, особливості характеру, звичок і тому подібне) [1; 4]. Четверту групу складають мотиви, що виражають особливості самосвідомості особистості в умовах взаємодії з професією (переконаність у власній придатності, у володінні достатнім творчим потенціалом, в тому, що намічений шлях і є «моїм покликанням» і тому подібне) [3; 5]. Мотиви, які відносяться до п'ятої групи, виражають зацікавленість людини у зовнішніх, об'єктивно несуттєвих атрибутах професії. Нерідко саме ці мотиви породжують прагнення до окремих «романтичних» професій.

Дана класифікація, побудована за ознакою походження мотиву, ймовірно, може бути продовжена.

Ґрунтуючись на викладених міркуваннях, під рівнем професійної спрямованості ми розуміємо ступінь відповідності провідного мотиву професії (особового сенсу) об'єктивному змісту професії. За високого рівня спрямованості близьким і потрібним людині є найбільш суттєве в даній діяльності, то, в чому полягає її об'єктивне призначення. За низького рівня спрямованості провідний мотив виражає потребу не стільки в діяльності, скільки в різних пов'язаних з нею обставинах. Основний показник рівня – змістовність і глибина професійного інтересу з урахуванням його положення в системі мотивів, що утворюють професійну спрямованість. Очевидно, що без достатньо високого рівня професійної спрямованості не можлива оптимальна взаємодія між людиною й обраною нею працею. Таким чином, оптимальний розвиток професійної спрямованості, основний зміст цього процесу знаходять в підвищенні її рівня [6]. Було б невірною розуміти відношення до професії односторонньо, тільки як прояв активності, вибірковості з боку людини. Насправді тут має місце взаємодія, оскільки професія також впливає на суб'єкта. Ця дія

характеризується тим, які відчуття, образи, думки виникають у свідомості під впливом професії і, що особливо суттєво, тими об'єктивними вимогами, які професія пред'являє до людини.

Високий рівень професійної спрямованості – це та якісна особливість структури мотивів особистості, яка виражає єдність інтересів і особистості в системі професійного самовизначення. Підвищення рівня професійної спрямованості утворює основний зміст її розвитку.

Метою нашої роботи було дослідити особливості професійної мотивації та життєвих цінностей курсантів та студентів УЦЗУ у контексті професійної спрямованості особистості.

Виклад основного матеріалу. Відповідно меті дослідження нами використовувалися наступні психодіагностичні засоби: методика К. Замфір в модифікації А.А. Реана «Вивчення мотивації професійної діяльності»; тест СЖО Д.А. Леонтьєва.

У дослідженні взяли участь курсанти і студенти Университету цивільного захисту України соціально-психологічного факультету в кількості 60 осіб. Вік досліджуваних – 17-24 роки.

Особливості професійної мотивації ми досліджували за допомогою методики К. Замфір. Отримані результати представлені в таблицях 1, 2, 3.

Таблиця 1

Ступінь вираженості складових мотиваційного комплексу у студентів УЦЗУ (%)

Мотиваційний комплекс					%
ВМ	>	ВПМ	>	ВОМ	42,5
ВМ	=	ВПМ	>	ВОМ	12,5
ВМ	<	ВПМ	>	ВОМ	25
ВМ	<	ВПМ	<	ВОМ	7,5
ВМ	>	ВОМ	>	ВПМ	5
ВМ	=	ВПМ	<	ВОМ	5
ВОМ	>	ВМ	>	ВПМ	2,5

Примітки:

ВМ – внутрішня мотивація;

ВПМ – зовнішня позитивна мотивація;

ВОМ – зовнішня негативна мотивація;

Аналіз отриманих результатів показав, що студенти більшою мірою задоволені вибраною професією. Вибираючи між якнайкращим оптимальним і якнайгіршим типами співвідношень, більшість студентів вибрали оптимальний комплекс, представлений поєднаннями: ВМ > ВПМ > ВОМ (42,5% опитаних) і ВМ = ВПМ > ВОМ (12,5% опитаних).

Це свідчить про те, що студенти з даними мотиваційними комплексами обирають діяльність заради неї самої, а не для досягнення

яких-небудь зовнішніх нагород. Така діяльність є самоціллю, а не засобом для досягнення якихось інших цілей.

Найгірші мотиваційні комплекси представлені наступними співвідношеннями: $ВОМ > ВПМ > ВМ$; $ВОМ > ВПМ = ВМ$; $ВОМ > ВМ > ВПМ$. Дані комплекси мають 7,5%; 5%; 2,5% студентів. Це в сукупності становить 15% від загального числа опитаних студентів. Це може свідчити про байдуже, а ймовірно, і негативне відношення до процесу навчання і вибору професії. Для таких студентів цінністю є не отримання професійних знань і умінь, а кінцевий результат їх навчання в УЦЗУ, тобто отримання диплому. Або можна припустити, що якраз ці студенти вступили до УЦЗУ не за власним бажанням, а наприклад, тому що на цьому наполягли батьки. Тут допустима наявність і інших причин, дослідження яких не було завданням цього дослідження.

Характеризуючи групу в цілому, можна сказати, що переважаючим типом мотивації є внутрішня – 42,5% (хоча це не становить і половини опитаних студентів). На другому місці студенти із зовнішньою позитивною мотивацією – 35%. Вона «гірше» внутрішнього типу мотивації тим, що за неї студентів привертає не сама діяльність, а те, як вона буде оцінена оточуючими (позитивна оцінка, заохочення, похвала і т.д.). І на третьому місці – студенти із зовнішньою негативною мотивацією – 15%.

Отже, в результаті проведеного нами дослідження було виявлено незначне, але все таки переважання внутрішньої мотивації студентів над зовнішньою мотивацією ($ВМ = 55\%$; $ВПМ + ВОМ = 45\%$), домінуючим мотиваційним комплексом навчання виступає комплекс « $ВМ > ВПМ > ВОМ$ ». Такий баланс мотивів (мотиваційний комплекс) мають 42,5% студентів. Таким же комплексом характеризується і група в цілому. Прорахувавши середній загальногруповий бал за кожною шкалою, нами було встановлено, що в цілому група має середній рівень мотивації.

Таблиця 2

Ступінь вираженості складових мотиваційного комплексу у курсантів УЦЗУ (%)

Мотиваційний комплекс					%
ВМ	>	ВПМ	>	ВОМ	27,5
ВМ	=	ВПМ	>	ВОМ	17,5
ВМ	<	ВПМ	>	ВОМ	30
ВМ	<	ВПМ	<	ВОМ	10
ВМ	>	ВОМ	>	ВПМ	7
ВМ	=	ВПМ	<	ВОМ	5
ВОМ	>	ВМ	>	ВПМ	5

Примітка:

ВМ – внутрішня мотивація;

ВПМ – зовнішня позитивна мотивація;

ВОМ – зовнішня негативна мотивація.

Аналіз отриманих результатів показав, що курсанти задоволені професією, яку вони обрали. Вибираючи між найкращим оптимальним та найгіршим типами співвідношень, більшість курсантів вибрали проміжний комплекс, представлений поєднаннями:

ВМ < ВПМ > ВОМ (30% досліджуваних); ВМ > ВПМ > ВОМ (27,5%) і ВМ = ВПМ > ВОМ (17,5%).

Це свідчить про те, що курсантів з даними мотиваційними комплексами цікавить діяльність, яку вони обрали, але є і вагома частка бажання досягнення яких-небудь зовнішніх нагород. Така діяльність є, в основному, засобом для досягнення власної вигоди.

Найгірші мотиваційні комплекси представлені наступним співвідношенням: ВОМ > ВМП > ВМ; ВОМ > ВПМ = ВМ; ВОМ > ВМ > ВПМ. Дані комплекси мають 10%; 5%; 5% курсантів. Це в сукупності становить 20% від загального числа досліджених курсантів. Слід відзначити, що фахівці з подібною професійною мотивацією не мають сформованої професійної спрямованості. До діяльності їх спонукає можливість отримання вигоди у різному вигляді (матеріальному, соціальному, психологічному). Небезпечність цього саме для діяльності у структурі МНС полягає в тому, що коли мова йде про людські життя, неможливо бути цілком впевненими в тому, що професіонали з подібною професійною мотивацією будуть ретельно виконувати свої обов'язки, якщо за це їм не буде полагатися певна винагорода.

Характеризуючи групу в цілому, можна сказати, що переважаючим типом мотивації є зовнішня позитивна – 30%. При переважанні цього типу мотивації особистість привертає не сама діяльність, а те, як вона буде оцінена. На другому місці внутрішня мотивація – 27,5%. І на третьому місці – зовнішня негативна мотивація – 20%.

Отже, в результаті проведеного нами дослідження було виявлено, незначне переважання зовнішньої мотивації курсантів над внутрішньою мотивацією (ВПМ + ВОМ = 57,5%; ВМ = 42,5%), домінуючим мотиваційним комплексом навчання виступає комплекс «ВМ < ВПМ > ВОМ». Такий мотиваційний комплекс мають 30% курсантів. Найкращий, оптимальний мотиваційний комплекс мають 25%. Найгірший мотиваційний комплекс мають 20% курсантів.

Прорахувавши середній загально - груповий бал за кожною шкалою, нами було встановлено, що в цілому група курсантів має середній рівень мотивації.

Таблиця 3

Рівні розподілу показників мотиваційного комплексу у студентів та курсантів УЦЗУ (%)

Мотиваційний комплекс	Студенти	Курсанти	ϕ	P
ВМ > ВПМ > ВОМ и ВМ = ВПМ > ВОМ	55,0	45,0	0,774	-

(оптимальний)				
ВОМ > ВПМ > ВМ (найгірший)	15,0	20,0	0,51	-
Інші поєднання	30,0	35,0	0,51	-

Порівняльний аналіз отриманих результатів показав, що значущих відмінностей у переважаючому типі професійної мотивації (мотиваційному комплексі) курсантів і студентів УЦЗУ не виявлено. Більшість досліджених вибрали оптимальний комплекс, а це свідчить про правильний вибір професії. Досліджені даної групи осмислено і цілеспрямовано йдуть до поставленої мети – отримання обраної професії, що, поза сумнівом, позитивно відіб'ється на подальшій діяльності, як самої особистості, так і її соціального оточення.

Для визначення особливостей життєвих установок людини ми використали методику СЖО Д.А. Леонтьєва. Результати були представлені нами у таблиці 4.

Таблиця 4

Показники життєвих установок студентів та курсантів УЦЗУ (Хср. $\pm\sigma$)

Показники	Студенти	Курсанти	t	P
ОЖ	105,1 \pm 13,67	108,9 \pm 12,77	1,44	-
Цілі	32,8 \pm 6,65	36,3 \pm 4,81	2,64	0,01
Процес	32,6 \pm 5,36	33,8 \pm 4,19	1,72	-
Результат життя	24,8 \pm 4,23	25,3 \pm 3,98	4,20	0,01
Локус контролю	22,5 \pm 3,88	23,1 \pm 3,27	1,53	-
Локус контролю життя	31,3 \pm 7,44	33,7 \pm 4,81	2,32	0,05

Цілі в житті додають життю усвідомленості, спрямованості і часової перспективи. Низькі бали за шкалою «Цілі» при загальному високому ОЖ властиві людині, що живе сьогоднішнім і вчорашнім днем. Разом з тим, високі бали можуть характеризувати не тільки цілеспрямовану людину, але і прожектера, плани якого не мають реальної опори в сьогоденні і не підкріплюються особистою відповідальністю за їх реалізацію. Ці два випадки нескладно розрізнити, враховуючи показники за іншими шкалами.

Шкала «Процес життя або інтерес і емоційна насиченість життя». Зміст цієї шкали співпадає з відомою теорією про те, чи сприймає досліджуваний сам процес свого життя як цікавий, емоційно насичений і наповнений сенсом. Високі бали за цією шкалою і низькі – за останніми характеризуватимуть гедоніста, що живе сьогоднішнім днем. Низькі бали – ознака незадоволеності своїм життям у сьогоденні; при цьому, проте, їй

можуть додавати повноцінного сенсу спогади минулого або націленість на майбутнє.

Шкала «Результативність життя або задоволеність самореалізацією». Бали за цією шкалою відображають оцінку пройденого відрізка життя, відчуття того, наскільки продуктивною і осмисленою є її прожита частина. Високі бали за цією шкалою і низькі за останніми характеризуватимуть людину, яка доживає своє життя, в якій все у минулому, але минуле здатне додати сенсу решті життя. Низькі бали – незадоволеність прожитою частиною життя.

Шкала «Локус контролю – Я» (Я – господар життя). Високі бали відповідають уявленню про себе як про сильну особистість, що має достатню свободу вибору, щоб побудувати своє життя відповідно до своїх цілей і уявлень про сенс. Низькі бали – невіра у свої сили контролювати події власного життя.

Шкала «Локус контролю – життя або керованість життя». За високих балів – переконання в тому, що людині дано контролювати своє життя, вільно приймати рішення й утілювати їх в життя. Низькі бали – фаталізм, переконаність в тому, що життя людини непідвладне свідомому контролю, що свобода вибору ілюзорна і безглуздо що-небудь загадувати на майбутнє.

Проведений аналіз отриманих результатів у групі студентів та курсантів показав, що загальний показник усвідомленості життя, показник за шкалою мети в житті, за шкалою «Процес життя», за шкалою «Задоволеність самореалізацією», «Локус контролю – Я», «Керованість життя» – знаходиться у межах вище середнього значення норми. Ми зробили порівняльний аналіз за допомогою комп'ютерної програми «Статистика 5.5». Результати показали, що між групами студентів і курсантів існують значущі відмінності за декількома шкалами, а саме за такими як «Цілі життя» ($P \leq 0,01$), «Результат життя» ($P \leq 0,01$), «Локус контролю життя» ($P \leq 0,05$).

Розглянемо результати за кожною шкалою окремо. За шкалою «Цілі в житті» були виявлені значущі відмінності ($P \leq 0,01$) між курсантами і студентами. Виходячи з отриманих результатів, ми можемо сказати, що курсанти є більш цілеспрямованими, ніж студенти, хоча у студентів показники за цією шкалою також вище середнього. Для досліджуваних цілі додають життю свідомості і спрямованості. Нині вони навчаються в УЦЗУ, тому можна припустити, що, по-перше, це цілі, які пов'язані з отриманням вищої освіти за професійною спрямованістю, яку вони обрали. Це дуже важливо, що вони вже знають, до чого треба прагнути. За шкалою «Процес життя», виходячи з отриманих результатів, можна сказати, що значних відмінностей не виявлено. Показники за цією шкалою вище середнього, тому можна припустити, що досліджувані сприймають процес свого життя як цікавий, емоційно насичений і наповнений сенсом. Це, безумовно, якнайкраще вплине на їхнє майбутнє, на навчання та на професійне зростання.

За шкалою «Результат життя» були виявлені значущі відмінності ($P \leq 0,01$). У курсантів вищий показник за цією шкалою, ніж у студентів, – це означає, що курсанти більш задоволені прожитою частиною життя – вона була більш продуктивною і осмисленою, ніж у студентів. Але у студентів теж високі показники. Тому не можна сказати, що вони не задоволені прожитою частиною життя, і вона в них була не продуктивною, просто в меншій мірі, ніж у курсантів.

За шкалою «Локус контролю - Я» значущих відмінностей не виявлено, але показники як у курсантів, так і у студентів вище середнього. Тому, виходячи з цього, можна сказати, що досліджувані сприймають себе як господарі свого життя, сильні особистості з достатньою свободою вибору. Вони будують своє життя відповідно до своїх цілей і уявлень.

За шкалою «Локус контролю - життя» були значущі відмінності в показниках ($P \leq 0,05$). У курсантів вищі показники, ніж у студентів, тому можна зробити висновок, що курсанти в більшій мірі переконані в тому, що людині дано контролювати своє життя, вільно приймати рішення й утілювати їх в життя. Але студенти також мають показники вище середнього, тому вони теж дотримуються такої думки, але є певні сумніви.

Загалом, беручи всі результати за шкалами, можна зробити такий висновок, що і курсанти, і студенти задоволені своїм життям, як теперішнім, так і минулим. Вони мають життєві цілі і задачі і прагнуть їх досягти. Вони самі будують своє життя і приймають важливі рішення. Вони творці – свого життя і своєї долі.

Висновки. Дослідження мотивації професійної діяльності показало, що досліджувані – студенти і курсанти – осмислено і цілеспрямовано йдуть до поставленої мети, отримання вибраної професії, що надалі позитивно вплине на професійну діяльність, як самої людини, так і її соціального оточення. За результатами дослідження смисло-життєвих орієнтацій курсанти і студенти задоволені своїм життям, як теперішнім, так і минулим. Вони вже поставили перед собою цілі, яких прагнуть досягти, всі важливі питання намагаються вирішувати самі. Досліджувані не сподіваються на випадок, або подарунок долі, вони самі будують своє життя.

Виходячи з результатів дослідження смисло-життєвих орієнтацій, можна сказати, що курсанти є більш цілеспрямованими, ніж студенти, і більш впевненими в тому, що своє життя вони створюють самі і все залежить тільки від них, курсанти задоволені і теперішнім і прожитим життям, на відміну від студентів, у яких виникають певні сумніви. Якщо результати брати взагалі, то можна сказати, що студенти і курсанти не дуже відрізняються у своїх відповідях, а тому і у професійній спрямованості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Божович Л. И. – СПб. : Питер, 2008. – 400 с.

2. Вилюнас В. К. Психологические механизмы мотивации человека / Вилюнас В. К. – М. : МГУ, 1990. – 283 с.
3. Ковалев В. И. Мотивы поведения и деятельности / Ковалев В. И. – М. : Наука, 1988. – 193 с.
4. Рудик П. А. Мотивы поведения деятельности / Рудик П. А. – М. : МГУ, 1988. – 136 с.
5. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность / Хекхаузен Х. – СПб. : Питер, 2003, 860 с.
6. Шавир П. А. Психология профессионального самоопределения в ранней юности / шавир П. А. – М. : Педагогика, 1981. – 95 с.

УДК 159.92

Коваленко А.Б., д. психол. н., професор, Київський університет імені Тараса Шевченка

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕБІГУ ТВОРЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УСКЛАДНЕНИХ ТА ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

У статті розглядається вплив ускладнених умов на перебіг творчої діяльності. Описано модифікований варіант творчого тренінгу для активізації процесу розв'язання творчих задач. Пропонуються спеціальні засоби (ускладнені умови, підказки), які застосовуються у процесі розв'язання творчих задач і є одним з умов активізації творчої діяльності.

Ключові слова: творча діяльність, ускладненні, екстремальні умови, особистість.

Актуальність проблеми. Проблема творчості є однією з парадоксальних у психологічній науці: з одного боку, вона має чи не найтривалішу історію свого розвитку, з іншого – вона є однією з найбільш «заплямованих» білими плямами, які все ще чекають свого вивчення. Причиною цього є, насамперед, складність феномена творчості, що є причиною того, що донині існує велика кількість тлумачень його сутності, природи, механізмів тощо. Залежно від тлумачення сутності творчості ведеться пошук і шляхів активізації та формування творчого мислення. Так само, як і проблема творчості загалом, так і проблема активізації творчості має свої витoki ще в античності, але в даний момент можна констатувати не лише відсутність єдиної теорії творчості, але й відсутність однозначного визначення шляхів формування творчого мислення. Все це свідчить про те, що проблема творчості, творчого потенціалу та оптимізації і формування творчого мислення все ще залишається актуальною для психологічної науки.

Метою нашого дослідження є аналіз перебігу творчої діяльності в ускладнених умовах.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Донині в літературі описано близько трьох десятків методів ефективного впливу на творчу

діяльність (А.Ф. Осборн, У.Дж. Гордон, Г.С. Альтшуллер, Г.Я. Буш, П.Я. Гальперін, Є.В. Заїка, З.І. Калмикова, І.М. Семенов та ін.). Але згадуючи зарубіжних дослідників, які є досить популярними, не слід забувати і про вітчизняних корифеїв. До останніх можна віднести В.А. Роменця, В.О. Моляко.

Ще з кінця 70-х років минулого сторіччя набув популярності творчий тренінг, розроблений академіком В.О. Моляко, який носить назву КАРУС. Цей тренінг з того часу підтвердив свою дієвість на найрізноманітнішому матеріалі. Спочатку це були конструктивно-технічні задачі, потім – задачі та проблемні ситуації з хімії, фізики, креслення, трудового навчання, математики. Це стало можливим, оскільки ідея, покладена в основу тренінгу, зробила його глобальним, перспективним та універсальним.

Виклад основного матеріалу. Однією зі складових проблеми оптимізації процесу розуміння творчих задач є наявність відповідних засобів та прийомів. При організації процедури творчого тренінгу ми виходили, насамперед, з наступних положень.

Засадовим положенням стала теза про те, що систематичне залучення суб'єкта у творчу діяльність, формування готовності до неї стає можливим за умови спеціальної організації навчання учнів базовим вмінням розв'язання творчих задач.

Як зазначалося вище, розуміння розглядається нами як процес і як результат. Перебіг процесу розуміння залежить від рівня знань, попереднього досвіду суб'єкта, від рівня сформованості мисленнєвих стратегій, а також інших компонентів, які визначають його успішність. У свою чергу це впливає на існуючу в суб'єкта систему смислів; це може бути розширення та доповнення її, або ж суттєва перебудова та докорінна її зміна. Крім цього, оперування належним обсягом інформації веде до прискореного розвитку операціонального компонента розуміння, що відкриває суб'єкту можливість піднятися на більш високий якісний рівень застосування мисленнєвих стратегій, а також формує ті властивості мислення, які зумовлюють більш продуктивну переробку ним нової інформації. У свою чергу, як складова процесу розв'язання творчих задач розуміння прискорює творчу діяльність, призводить до піднесення мислення до рівня, притаманного зрілим формам творчої діяльності.

Тому активізація процесу розуміння повинна здійснюватися, спираючись на досвід розвитку мислення шляхом оптимізації всіх компонентів цього процесу.

Процес оптимізації має враховувати оптимальну форму подання задачі, обсяг інформації в ній, рівень її складності. Не менш важливу роль при цьому відіграють чинники особистісного порядку. У зв'язку з цим вкрай важливим видається формування у досліджуваних позитивної мотивації, стійкого пізнавального інтересу, а також тих якостей мислення, від яких безпосереднім чином залежить успішне розуміння і розв'язання творчих задач.

Зазначені положення і були покладені в основу нашого експериментального навчання, головним засобом якого слугував творчий тренінг. У даному дослідженні ми використовували модифікований нами варіант творчого тренінгу, який включав елементи творчого тренінгу КАРУС (В.О. Моляко) [5]. Розроблений нами модифікований варіант творчого тренінгу припускає використання підказок і утруднюючих умов. Зупинимось більш детально на особливостях їх використання в умовах експериментального навчання.

Подання підказки виявляється ефективним при дотриманні наступних вимог:

1) підказка надається в момент «блокади», коли дозріли умови для її використання [2];

2) за умови інтересу до задачі;

3) підказка має містити мінімум нової інформації, достатньої, аби підштовхнути суб'єкта до подальшого пошуку розв'язку;

4) підказка має стимулювати розвиток процесуальних (операціональних) складових розуміння, а не вказувати правильний шлях розв'язання;

5) підказка має допомагати суб'єкту сконцентрувати увагу на провідній частині, але прямо не розкривати смисл задачі.

В нашому дослідженні прийом підказки відігравав подвійну роль – діагностичну (визначали труднощі в розумінні) й навчаючу (допомагали в подоланні труднощів), підказки подавалися у вербальній (підказка-вказівка і підказка-запитання) і наочній (підказка-креслення, підказка-рух) формах. Ми прагнули до того, щоб підказки лише спрямовували роботу, але не заважали вияву самостійності мислення.

Вибір змісту підказки зумовлювався наступними чинниками: етапом розв'язання задачі, рівнем знань та попереднього досвіду суб'єкта, а також характером допущеної досліджуваним помилки.

Зупинимось стисло на такому чинникові як складність. При розв'язанні понятійно-образних задач учні досить часто допускали помилки у тих випадках, коли перед ними стояло завдання уявити складну конструкцію, в якій взаємодіяли більш як два вали. До помилок призводила, зокрема, нестача даних в умові, бо останні необхідно було виводити шляхом логічних міркувань. Таке траплялося, коли технічні задачі подавалися в текстовій або графічній формі; досліджуваному в цьому випадку треба було побудувати креслення або дати до нього відповідне пояснення.

Підказки мали на меті у даному разі, по-перше, корекцію помилок, що припускалися, і, по-друге, активізацію мисленнєвої діяльності суб'єкта. Підказки подавалися в разі відсутності у досліджуваного плану розв'язання задачі, або ж труднощів, що виникали упродовж експерименту на тих чи інших фазах процесу розуміння. Підказка надавалася в разі звернення досліджуваного до експериментатора або тривалої зупинки, що могла призвести до відмови від участі досліджуваного в дослідженні.

Звернемося тепер до конкретних форм підказок, які використовувалися у нашому дослідженні. Підказки подавалися нами у формі вказівки і запитання. Перша мала на меті концентрацію уваги досліджуваного на певній частині умови. Це могло бути просте повторення центральної ланки умови або вказівка, використання якої допомагало правильному розумінню (приміром, «Спробуй почати розв'язувати задачу з кінця»). У деяких випадках підказка-вказівка мала інформаційний характер – мета полягала в поданні досліджуваному лише відсутньої у нього інформації.

Підказка-запитання також спрямовувалась на те, щоб сконцентрувати увагу на певній частині умови задачі, вказати напрямок її розв'язання або правильного розуміння. В результаті мисленнєва діяльність досліджуваного значно активізувалась, адже з'являлась можливість одержати відповіді на запитання.

Наочні підказки використовувались у формі креслення (ескіза, схеми, рисунка) та підказки-руху. Вони застосовувалися при помилках у побудові креслення досліджуваним і свідчили про низький рівень розвитку його образних уявлень, невміння перекодувати інформацію на «свою» мову. Підказка-креслення мала на меті надання допомоги при зображенні схем, рисунків, коли умова технічної задачі мала текстову форму, а також у ході розв'язання інших типів задач, що допомагало їх правильному розумінню.

Підказка-рух являла собою імітацію обертання вала і подавалась при неправильному уявленні досліджуваного про напрямок обертання валів. Такі помилки виникали у них в разі потреби уявити рух двох і більше валів одночасно. В одних випадках підказки мали суто інформаційний характер, сприяючи, переважно, поповненню знань або активізації мнемічних процесів. В інших випадках (що важливіше) давала змогу знаходити правильний шлях розв'язання задачі, співставляти дані, що містяться в умові, між собою та власними знаннями. Саме такі підказки виявлялися найефективнішими в оптимізації процесу розуміння.

На основі одержаних результатів можна зробити узагальнюючі висновки щодо особливостей застосування підказки.

По-перше, подання підказки протягом усього процесу розв'язання недоцільне. У процесі навчання мінімум часового інтервалу між поданням задачі і підказкою повинен передбачати усвідомлення задачі, а його максимум не повинен перевищувати часу її самостійного розв'язання. Підказка виявлялася неефективною в разі відсутності у досліджуваного знань щодо розуміння одержаної інформації. По-друге, підказка виявлялася надлишковою в разі наявності в ситуації достатньої кількості ключів, що дозволяють досліджуваному отримати правильну відповідь. В останньому випадку підказка лише прискорювала процес розв'язання.

Таким чином, проведений аналіз показав, що на успішність розв'язання задачі впливає не тільки сам факт одержання підказок, але й їх

різновид, етап аналізу задачі, на якому подається підказка, частота їх подання тощо.

Крім підказок застосовувалися спеціальні утруднюючі методи [5], використання яких мало своє цільове призначення.

1. Метод інформаційної недостатності. Цей метод передбачав подання задачі з пропущеними певними даними в умові

- коли з умови виключались дані про напрямок обертання вала, швидкість руху, віддаль між валами і т.д.;

- коли використовувались різні форми подання задачі (текстової і графічної).

2. Метод інформаційної перенасиченості. Даний метод ґрунтувався на включенні в умову зайвої інформації.

Обидва ці методи виявлялися достатньо ефективними на початкових стадіях розв'язання.

3. Метод раптових заборон. Метод полягав у тому, що на певному етапі розв'язання задачі досліджуваному не дозволялось використовувати певні механізми (передачі руху) або якісь варіанти розв'язання (наприклад, алгоритмічний). Застосування цього методу сприяло руйнуванню стереотипів, розвитку гнучкості мислення, формуванню вміння змінювати діяльність залежно від обставин.

4. Метод часових обмежень. Спрямований на вивчення особливостей мисленнєвої діяльності в умовах, близьких до екстремальних. При обмеженні часу суб'єкт намагався знайти найбільш простий і найбільш відомий йому шлях розв'язання проблеми. Застосування цього методу допомагало виявити стереотипи мислення, розвивати здатність діяти в умовах, наближених до екстремальних.

5. Метод швидкісного ескізування. Цей метод виконував у процесі розв'язання понятійно-образних задач функцію допомоги у використанні ескізів, рисунків, схем, креслень тощо. Окрім того, він давав можливість проаналізувати процес розуміння, рівень сформованості образних уявлень, показники знань та попередній досвід. Мета швидкісного ескізування: сприяти контролю власної мисленнєвої діяльності, формуванню образних уявлень, виробленню вміння перекодувати інформацію на «свою» мову, оперувати знаннями.

6. Метод нових варіантів. Сприяв пошуку досліджуваним нового варіанта розв'язання. Застосування цього методу допомагало руйнуванню стереотипів.

Вищезазначені спеціальні методи, за допомогою яких створювалися штучні труднощі в ході розв'язання задачі, використовувалися нами з метою формування в суб'єкта вміння аналізувати умову задачі (методи інформаційної недостатності та перенасиченості), перекладати умову задачі на іншу «мову», схематизувати її (метод швидкісного ескізування, подання понятійно-образних задач у трьох формах).

Аналіз ефективності процесу розуміння творчих задач показав, що остання значною мірою залежить від особливостей когнітивно-стильових

властивостей особистості, зокрема гнучкості мислення та переважання образного чи вербального способу переробки інформації.

Застосування зазначених методів хоча і створювало штучні труднощі для розуміння задачі, разом з тим сприяло розгортанню процесу розуміння. Труднощі, що долалися за допомогою підказок, виступали умовою процесу розв'язання. Застосування утруднюючих умов привчало досліджуваних діяти в нешаблонних умовах, руйнувати стереотипи, активізувати мисленнєву діяльність, розвивати здатність всебічно аналізувати умову задачі, і все це врешті-решт вело до формування гнучкості мислення.

У процесі використання творчого тренінгу діагностувався рівень розвитку розуміння та рівень операціональної переробки інформації. Оперування новою інформацією на рівні пошуку аналогів характерне для всіх без винятку досліджуваних, хоча в деяких випадках оперування виявлялося лише на рівні пошуку наближених аналогів.

Отже, оптимізація процесу розуміння відбувалася в кількох напрямках:

- в напрямку стимуляції мисленнєвої діяльності суб'єкта за допомогою підказок (подача недостатньої інформації або актуалізація наявних знань і досвіду);

- в напрямку формування у досліджуваних гнучкості мислення за рахунок виконання діяльності в нешаблонних ситуаціях, в утруднюючих умовах;

- в напрямку формування у досліджуваних загального позитивного ставлення до процесу розв'язання задач.

Повертаючись до аналогічних процедур, зазначимо, що для формування такої властивості мислення як гнучкість і оптимізації процесу розуміння Є.В. Заїка, зокрема, пропонував комплекс інтелектуальних ігор, з метою формування елементарних мисленнєвих операцій – аналізу, синтезу, порівняння та ін.; розвитку активності [1].

Вправи, що складають зміст комплексу інтелектуальних ігор, безсумнівно, сприяють формуванню окремих операцій та характеристик мислення. Даний метод універсальний і використовується на заняттях з будь-якого предмету як загальностимулюючий.

Звичайно, що виконання завдань супроводжувалося появою помилок, аналіз яких виявив наступне.

Дуже часто помилки виникали внаслідок установки досліджуваного на запам'ятовування, яка гальмувала процес розуміння прихованого смислу задачі. Таким чином, у педагогічному керуванні процесом розуміння треба ставити завдання на розуміння, уникаючи орієнтації на запам'ятовування.

При цьому способи постановки завдання на розуміння мають варіюватися залежно від характеру матеріалу, віку і рівня підготовки суб'єкта. Одним з важливих способів керуванні процесом розуміння є чіткі, ясні, точно сформульовані запитання. Від того, як вони будуть поставлені, значною мірою залежить, що стане об'єктом мисленнєвої

активності, на які сторони цього об'єкта буде скеровуватися думка досліджуваного.

Як зазначалося вище, формування пізнавального інтересу складало особливу мету нашого дослідження. Однією з умов стимуляції інтересу до певних об'єктів є доступність останніх для розуміння (як за рівнем розуміння, так і за обсягом). Тому наше завдання полягало у тому, аби знайти «золоту середину», якою утримувався інтерес.

Висновки. Головною умовою успішного застосування творчого тренінгу, як виявилось, є систематичність його використання при викладанні різних навчальних дисциплін та в позаурочний час.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з аналізом результатів застосування творчого тренінгу у старшокласників з переважанням образно-вербального стилю мислення.

ЛІТЕРАТУРА

1. Заика Е.В. Комплекс интеллектуальных игр для развития мышления учащихся / Заика Е.В. // Вопросы психологии. – 1990. – № 6. – С. 86-92.
2. Исследование проблем психологии творчества / [Отв. ред. Я.А.Пономарев]. – М.: Наука, 1983. – 336 с.
3. Коваленко А.Б. Психология розуміння / Коваленко А.Б. – К.: Геопринт, 1999. – 184 с.
4. Костюк Г.С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / Костюк Г.С. – К.: Вища школа, 1989. – С. 251-300.
5. Моляко В.А. Психология решения школьниками творческих задач / Моляко В.А. – К.: Радянська школа, 1983. – 96 с.
6. Рубинштейн С.Л. О мышлении и путях его исследования / Рубинштейн С.Л. – М.: АН СССР, 1958. – 146 с.

УДК 159.345

Колесніченко О.С., ад'юнкт кафедри загальної психології УЦЗУ

ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО КОМПОНЕНТА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ДО ДІЙ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ У ПРАЦІВНИКІВ МНС УКРАЇНИ

В даній статті висвітлено проблему щодо теоретичних та практичних напрямків формування психологічної готовності до діяльності працівників МНС України, котра припускає наявність у суб'єкта образу структури дії та постійної спрямованості свідомості на її виконання, що, у свою чергу, є важливою складовою професіоналізму, як прояву професійної майстерності. Зазначені психологічні напрямки, щодо формування емоційного (регуляторного) компонента, як одного із складових структури психологічної готовності до дій в екстремальних ситуаціях.

Ключові слова: емоційне збудження, стресогенність, психологічна готовність, психологічна підготовка, емоційна стійкість, напруження, екстремальна ситуація, пильність, натхнення, самоконтроль.

Актуальність проблеми. Військова реформа, що активно проводиться в нашій країні, дає перші позитивні плоди: підвищується статус і добробут військовослужбовців, удосконалюється бойова готовність військ.

Разом з тим, поряд з позитивними результатами залишається широкий спектр невирішених проблем. Однією з них є недостатня увага до особливостей формування психологічної готовності працівників МНС України до діяльності в екстремальних умовах.

Дана діяльність пред'являє особливі вимоги до особистих характеристик працівника МНС. Це пов'язано з новими вимогами до виконання функціональних обов'язків, діапазоном розповсюдження спрямованості трудової діяльності, що супроводжуються фізичним і розумовим навантаженням.

Наслідком цього може бути зниження емоційного фону, переважання негативних емоцій, що дезорганізують діяльність. Це виявляється в ослабленні уваги, пам'яті, мислення, скутості рухів, втраті мети, що пов'язано з ускладненням протікання контролюючих і регулюючих функцій свідомості. У зв'язку з цим постає питання про необхідність комплексу заходів, спрямованих на навчання працівників МНС України методам контролю і нейтралізації негативних емоцій, що порушують процес формування психологічної готовності до діяльності в екстремальних умовах.

Емоційний компонент психологічної готовності є одним з пріоритетних, його значення зумовлюється місцем емоцій в поведінковій регуляції, їх впливом на психічні пізнавальні процеси, якість і ефективність виконуваної діяльності, адаптацію до змін навколишнього середовища.

Таким чином, актуальність визначається важливістю емоційного компонента психологічної готовності до діяльності в екстремальних умовах і недостатньою науковою розробленістю даної проблеми, що зумовило вибір розглянутої теми.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Можна відзначити недостатню теоретичну розробку даної проблеми. Психологічна готовність людини до діяльності є предметом наукових досліджень у різних галузях психологічної науки впродовж декількох десятиліть. У сучасних наукових роботах простежується інтерес до діяльності в особливих умовах, зокрема в умовах військової служби, яка може набувати й екстремального характеру (В.І. Варваров, А.Д. Глоточкін, М.І. Дьяченко, Л.А. Кандибович, В.П. Каширін, М.П. Коробейников, П.А. Корчемний, Л.Н. Кузнецов, Т.В. Маркелова, А.Т. Ростунов, А.М. Столяренко, В.В. Сисоєв, С.І. С'єдін, Н.Ф. Феденко, В.Т. Юсов та інші). Стресогенність як основна характеристика

такої діяльності піднімає значущість розгляду проблеми емоційного компонента психологічної готовності як основу для її подолання. Це підтверджується значною кількістю робіт, пов'язаних з емоційною саморегуляцією, емоційною стійкістю і напруженістю в контексті виконуваної діяльності (Л.М. Аболін, Г.М. Гагаєва, Л.П. Грімак, М.І. Дьяченко, П.Б. Зільберман, Л.А. Кандилович, В.Л. Маріщук, А.С. Мельнічук, Е.А. Мілерян, В.А. Моляко, Н.І. Наєнко, А.Ц. Пуні, П.А. Рудік, В.С. Селезньов, Н.К. Шеляховська та інші) [1; 2; 5; 6; 7]. Разом з тим, регулююча функція емоцій та їх роль в успішному здійсненні професійної діяльності й адаптації до виконання її в умовах підвищеного ризику продовжує залишатися поза увагою дослідників даної проблеми.

Психологічна готовність як об'єкт дослідження стала розглядатися з 50-60-х років ХХ століття у зв'язку з підвищенням вимог до психологічних характеристик здійснюваної людиною діяльності, пошуком умов оптимізації, підвищенням її успішності. У подальшому найбільш значний внесок у дослідження проблеми психологічної готовності як в загальнотеоретичному, так і в прикладному плані зробили відомі вчені психологи: М.І. Виноградова, Г.М. Гагаєва, А.Д. Ганюшкін, В.А. Гаспарян, В.Е. Єфімов, Е.П. Ільїн, А.Ц. Пуні, Е.Г. Козлов, М.А. Котик, Н.Д. Левітов, Б.Ф. Ломов, А.Р. Лурія, М.А. Мазмазян, Л.С. Нерсисян, В.Н. Пушкин, А.П. Рудік, А.А. Ухтомський та ін. [6, 8].

Розглянуті положення діяльнісного підходу (К.А. Абульханова-Славська, О.М. Леонт'єв, Б.Ф. Ломов, К.К. Платонов), системно-структурний підхід (Б.Г. Анан'єв, Б.Н. Рожков, В.Д. Шадріков), теорії формування і розвитку особи в діяльності та спілкуванні (Л.С. Виготський, Б.І. Додонов, С.Л. Рубінштейн, Б.М. Теплов), результати теоретичних і експериментальних досліджень з проблем емоційної сфери психіки (Л.М. Аболін, В.К. Вілюнас, А.І. Кіколов, Я. Рейковський, О.А. Сиротін та ін.) і психологічної готовності до діяльності (М.І. Дьяченко, Л.А. Кандилович, Е.А. Клімов та ін.) [2].

Мета - розкрити сутність емоційного компонента психологічної готовності до діяльності в екстремальних умовах.

Виклад основного матеріалу. Аналіз проблеми дослідження вказує на те, що психологічна готовність є важливою складовою професіоналізму як прояву професійної майстерності. Однак розуміння професіоналізму як вищого стандарту діяльності певною мірою звужує і збіднює його зміст, залишаючи особистість та її розвиток на другому плані.

Процес психологічної готовності до діяльності в екстремальних ситуаціях є динамічним і суперечливим. У ході його формуються й удосконалюються специфічні знання, уміння, навички й якості особистості працівника. Успішність службової діяльності того або іншого працівника вирізняється за якістю результатів виконуваних завдань. Навіть у працівників МНС, що мають приблизно рівні показники професійної підготовки, результати службової діяльності можуть бути різними, тому

що кожний працівник МНС України може перебувати в різному стані психологічної готовності.

Стан психологічної готовності в решті - решт зумовлюється стійкими психічними особливостями, властивими даній людині. Але він не являє собою простого переносу якостей і станів у нову ситуацію, просту актуалізацію їх. На стан психологічної готовності працівників МНС впливають і ті конкретні умови, в яких здійснюється їхня службова діяльність.

Різноманіття наукових підходів до вивчення психологічної готовності дозволяє розглянути проблему з різних позицій. Так, Г.М. Гагаєва бачить у психологічній готовності емоційний стан, що характеризується оптимальним рівнем працездатності. В.В. Пушкін і Л.С. Нерсесян розуміють готовність до екстреної дії як «пильність». На думку А.А. Деркач, психологічну готовність необхідно розглядати як основу не тільки здійснення діяльності, але й її вдосконалення.

В.А. Алаторцев підкреслює важливість психологічної готовності з позиції своєчасного ухвалення оптимальних рішень у конкретній ситуації.

З поглибленням вивчення психологічної готовності у військовій психології, психології праці, спорту сформувалися два підходи до її розуміння.

Згідно першого вона трактується як особова характеристика (А.Д. Ганюшкін, В.В. Желанова, А.Ц. Мощенко, А.І. Пуні). У другому ж (М.А. Котик, Л.С. Нерсесян, В.Н. Пушкін) наголос робиться на вивченні функціональних станів психіки людини, якими супроводжується феномен готовності. Обидва види утворюють функціональну єдність і розглядаються як тривала (характеристика особистості) і тимчасова (психічний стан) форми психологічної готовності (Н.Д. Льовітов, М.І. Дьяченко, Л.А. Кандибович).

Структура психологічної готовності розглядається (М.І. Дьяченко, Л.А. Кандибович) як сукупність мотиваційного (потреба успішно виконати поставлене завдання, інтерес до діяльності, прагнення досягти успіху і показати себе з кращого боку), пізнавального (розуміння обов'язків, завдання, оцінки її значущості, знання засобів досягнення мети, представлення імовірнісних змін обстановки), емоційного (відчуття відповідальності, упевненість в успіху, натхнення) та вольового (управління собою і мобілізація сил, зосередження на завданні, подолання сумнівів) компонентів.

Проблеми психологічної готовності знайшли своє відображення і одержали подальшого розвитку в теорії і практиці психологічної підготовки до проходження військової служби, перш за все в тих галузях психологічних знань, які вивчають діяльність людини в особливих, напружених умовах. Дослідженням даної проблеми займалися військові психологи В.І. Варваров, А.Д. Глоточкін, М.І. Дьяченко, Л.А. Кандибович, В.П. Каширін, М.П. Коробейніков, П.А. Корчемний, Л.Н. Кузнецов, А.Т. Ростунов, А.М. Столяренко, В.В. Сисоєв, С.І. С'єдін, Н.Ф. Феденко, В.Т.

Юсов та інші, що аналізували процес психологічної підготовки військовослужбовців з урахуванням специфіки особливостей діяльності [3].

Під психологічною готовністю розуміється стан, що передує певним діям, при якому можливості людини, що концентруються у неї, досягають вищого ступеня, а також набір професійно важливих особистісних якостей, знань, умінь та навичок, що сприяють досягненню такого стану і загалом успішному проходженню служби. Психологічна готовність до діяльності виявляється перед виконанням, в ході роботи і при завершенні завдань, має складну динамічну структуру, що включає сукупність емоційних, вольових, мотиваційних, інтелектуальних, операціональних процесів, властивостей, станів психіки людини в їх співвідношенні із зовнішніми ситуаційними умовами і майбутніми завданнями.

У функціонально-системному відношенні психологічна готовність визначає, перш за все, цільові, тимчасові, ресурсні, операціонально-інструментальні, продуктивні параметри діяльності працівника МНС України.

В рамках ситуації психологічна готовність як інтегральний системний параметр психіки військовослужбовця характеризує функціональні особливості активації, доцільності і спрямованості діяльності, ефективності її реалізації, регульованості і стійкості до подразників чинників, а також відновлюваності системи професійно важливих якостей працівників для його подальших дій.

Узагальнюючи дані з аналізу особливостей діяльності працівників МНС України при виконанні завдань в екстремальних умовах, потрібно відмітити те, що дана ситуація вимагає від них наступного:

- ✓ сформованості у працівників МНС України реального уявлення майбутніх службових дій в екстремальних ситуаціях, здатності реально сприймати майбутню загрозу при виконанні своїх професійних обов'язків;
- ✓ здатності до достатньо високого ступеня адаптованості працівників МНС до службової діяльності в екстремальних ситуаціях;
- ✓ адаптованості до службового колективу та адаптованості до виконання завдань – до мети, умов, інформації, способів та засобів дій;
- ✓ високого ступеня психологічної стійкості;
- ✓ переваги позитивних психологічних станів у бійців та всього особового складу МНС.

Здійснення професійної діяльності в цих умовах вимагає від офіцерів граничної зібраності, мобілізованості, пильності, уваги, активної мисленнєвої роботи, упевненості в успіху, стану емоційно-вольової стійкості, готовності до активної діяльності, а також специфічних професійних знань, навичок і вмінь.

Враховуючи специфіку професійної діяльності працівників МНС України, необхідно відмітити, що структура психологічної готовності являє собою вияв сукупності взаємопов'язаних компонентів, а саме мотиваційних, вольових, регуляторних (емоційного), когнітивних та

типологічних сторін психіки працівників з їх співвідношенням із зовнішніми умовами та тими завданнями, котрі покладені на них при виконанні своїх обов'язків.

У структурі психологічної готовності до діяльності емоційний компонент у різний час виділяли: Г.М. Гагаєва, М.І. Дьяченко, Л.А. Кандибовіч, А.С. Мельнічук, В.А. Моляко, А.Ц. Пуні, П.А. Рудік, Н.К. Шеляховська. Визначаючи його, вони використовували такі поняття, як: «емоційне збудження», «емоційна стійкість», «відчуття відповідальності», «упевненість в успіху», «натхнення», «самоконтроль» [2; 7].

Емоційний компонент психологічної готовності до діяльності тісно пов'язаний з іншими її структурними елементами, сприяє створенню оптимального напруження, загальної активації організму на майбутню діяльність, спонукає, скеровує і регулює її, забезпечує емоційну стабільність, стійкість до зовнішніх стресогенних чинників.

Виявляється у двох формах: тривалій (як емоційна стійкість і емоційне напруження) і тимчасовій (емоційне напруження виступає елементом психічного стану).

Емоційна стійкість як елемент тривалої форми емоційного компонента психологічної готовності є особистісною межею, що забезпечує емоційну стабільність (Б.Ф. Ломов, В.М. Пісаренко, К.К. Платонов), виражається у несприйнятливості до негативних стресогенних чинників і здатності контролювати астенічні емоції, знижувати емоційну напруженість (В.Л. Маріщук, Е.А. Мілерян).

Емоційне напруження - характеристика тимчасової форми емоційного компоненту психологічної готовності, що відображає збудження, необхідне для оптимального виконання майбутнього завдання і таке надає позитивного мобілізуючого ефекту на виконання діяльності (Н.І. Наєнко, В.С. Селезньов, О.А. Сиротін) [6].

Формування емоційного компонента психологічної готовності до діяльності пов'язане із проблемою адаптації (А.І. Александров, М.І. Дьяченко, Л.Ф. Железняк, С.С. Муцинов, Ж.Г. Косовиць, Н.Ф. Феденко та ін.), достатньо глибоко розробляються питання взаємозв'язку психологічної готовності до діяльності й адаптації.

Емоційний компонент психологічної готовності працівників МНС України пов'язаний з їхньою ефективною адаптацією до діяльності в екстремальних ситуаціях. Їх співвідношення розкривається в силу екстремальності характеру служби за допомогою психологічних категорій «стрес», «фрустрація», «тривога» та їх емоційних складових (Г. Сельє, Р. Лазарус, В.А. Бодров, Л.А. Китаєв-Смик, Н.Д. Левітов, В.Н. Панкратов).

До можливих стресогенних чинників, на подолання яких у працівника МНС України спрямоване формування емоційного компонента психологічної готовності, ми відносимо:

1. Блокування багатьох звичних і природних потреб особи через специфіку діяльності.
2. Фізичні, інформаційні й емоційні навантаження.

4. Ситуації невизначеності.

5. Змінену аферентацію як різку зміну набору подразників, що діють на органи відчуттів і психіку людини раніше, або їх відсутність, а також достатньо тривала одноманітність.

6. Слабкі професійні знання, навиків і уміння, що обмежує можливість одержувати повною мірою задоволення від виконуваної діяльності.

При формуванні емоційного компонента психологічної готовності до діяльності вченими - психологами основна увага приділяється способам керування емоційними станами людини, які розглядаються у світлі загальної теорії психічних станів на основі діяльнісного підходу, у нерозривному зв'язку з інтелектуальними, вольовими й фізіологічними особливостями регуляції (Л.С. Виготський, О.Н. Леонтьєв, С.Л. Рубінштейн, Л.М. Аболін, О.А. Конопкин).

Формування емоційного компонента психологічної готовності до діяльності являє собою процес, який будується на цілеспрямованому прищеплюванні способів організації діяльнісного змісту емоцій у послідовності й взаємозв'язку компонентів цілісної системи емоційної регуляції діяльності в єдності емоцій, інтелекту, волі, особистісних і психофізіологічних характеристик людини.

Основним психологічним механізмом формування емоційного компонента психологічної готовності до діяльності є повторення й закріплення емоційних станів, відповідних професійній спрямованості людини. Домінування таких станів у психіці сприяє появі нових рис у структурі особистості (С.Л. Рубінштейн).

Кількість і ступінь володіння особистістю способами регуляції емоційних станів також визначають сформованість емоційного компонента психологічної готовності до діяльності. Кількість таких способів є досить значною, і в загальному виді їх можна розділити на способи, застосовувані за допомогою впливу ззовні, найчастіше колективно, і способи, застосовувані в індивідуальному порядку за необхідністю, що становлять внутрішній резерв саморегуляції людини (Г.П. Гримак, Л.Г. Дика, А.Б. Леонова).

До найбільш ефективних способів формування емоційного компонента психологічної готовності до діяльності в екстремальних ситуаціях можна віднести дихальні вправи, нервово-м'язову релаксацію, аутогенне тренування, спорт, лібротерапію, функціональну музику (Г.Ш. Габдрєєва, Л.П. Гримак, Л.Г. Дика, А.О. Прохоров, А.П. Рудик).

Крім того, можна виділити ситуативні способи регуляції емоційного фону, які є неоціненними в екстремальних ситуаціях. До них ми відносимо саморефлексію, моделювання, регуляцію за допомогою іншої емоції, перемикання уваги, спосіб граничного уявного посилення можливості невдачі, спосіб виборчої позитивної ретроспекції (К. Ізард, Б.А. Вяткін, Е.С. Жаріков).

Формування психологічної готовності до діяльності в екстремальних ситуаціях та її емоційного компонента відбувається у тому числі і в рамках психологічної підготовки, яка, вирішується за допомогою двох груп методів, які багато в чому перетинаються зі змістом формування емоційного компонента психологічної готовності до діяльності в екстремальних ситуаціях. Так, перша група методів покликана вирішувати завдання працівників МНС способами свідомого контролю негативних емоційних станів. Друга група методів базується на моделюванні ситуацій, наближених до реальних умов службової діяльності, з метою появи емоційної стійкості й адаптованості до такого роду ситуацій (І.В. Сиромятников).

Моделювання припускає створення таких умов, які б викликали стресові стани, подібні виникаючим або здатнім виникнути в наступній службовій діяльності.

Як показників сформованості емоційного компонента психологічної готовності до діяльності використовувалися його основні характеристики - емоційна стійкість, емоційне напруження, а також інтегральний показник успішності діяльності, під яким розуміється загальний результат військової праці: успішність професійного навчання, внутрішня служба, дисциплінованість.

Таким чином формування емоційного компонента психологічної готовності веде до підвищення можливостей успішно здійснювати діяльність у напружених умовах.

Вище викладений матеріал дає підстави для наступних **висновків**:

1. Психологічна готовність є специфічним психологічним утворенням, що має складну динамічну структуру, між компонентами якої існують функціональні залежності. Психологічна готовність у значній мірі зумовлюється стійкими психічними особливостями, що характеризують індивідуально-психологічний склад особистості.

2. Успішна службова діяльність в умовах ризику залежить від рівня сформованості у працівників основних компонентів психологічної готовності: мотиваційного, пізнавального (когнітивного), вольового, регуляторного (емоційного) і типологічного. Їх цілеспрямоване формування істотно впливає на успішність виконання службових завдань в умовах ризику.

3. Формування емоційного компонента психологічної готовності працівників МНС України до діяльності в екстремальних умовах може бути реалізовано в ході спеціально організованих психолого-педагогічних заходів, у тому числі і в період проведення службової підготовки.

4. Організація роботи з формування емоційного компонента психологічної готовності працівників МНС України позитивно впливає на успішність виконуваної ними своєї діяльності.

5. Формування емоційного компонента психологічної готовності зумовлює підвищення показників таких особистих рис, як товарииськість,

домінантність, нормативність поведінки, упевненість, самоконтроль, екстраверсія.

6. Емоційний компонент психологічної готовності сприяє розвитку соціально-психологічних характеристик колективів через збільшення показників, стійкості, референтності, зниження конфліктності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Аболин Л.М. Эмоциональная устойчивость в напряженной деятельности, ее психологические механизмы и пути повышения: Автореф. дис... д-ра пед. наук М., 1989.- 42 с.

2. Дьяченко М.И. и др. Готовность к деятельности в напряженных ситуациях: Психологический аспект. - Минск, 1985. - 206 с.

3. Лебедев В.И. Личность в экстремальных условиях. - М., Политиздат, 1989. - 228 с.

4. Лебедева Н.В. О психологической готовности личности к деятельности // Социально-психологические проблемы обучения и воспитания учащихся и студентов. - Тверь, 1992. - С. 60-64.

5. Марищук В.Л. Психологические основы формирования профессионально значимых качеств: Дис. д-ра психол. наук.- Л., 1982. - 418 с.

6. Наенко Н.И. Психическая напряженность. - Изд-во МГУ, 1976. - С. 7.

7. Пуни А.Ц. Процесс и система звеньев психологической подготовки к соревнованиям в спорте: психологический аспект. Избр. лекции. - Л.: ГДОИФК, 1979. - С. 51.

8. Левитов Н.Д. Психология труда. - М.: Учпедгиз, 1963. - С. 26-74.

УДК 159.96

Лебедева С.Ю., провідний науковий співробітник науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології УЦЗУ;

Ткач М.І., старший психолог відділу по роботі з персоналом Управління МНС в м. Макіївці ГУ МНС України в Донецькій області, ад'юнкт науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології УЦЗУ

НАДАННЯ ЕКСТРЕНОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПОСТРАЖДАЛИМ ПРИ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ

У статті розкрито особливості надання екстреної психологічної допомоги населенню в надзвичайних ситуаціях.

Ключові слова: екстрена психологічна допомога, надзвичайна ситуація, рятувальник.

Актуальність теми. Зростання числа різного роду надзвичайних ситуацій, міжнаціональних конфліктів, соціальних і екологічних катастроф

за останні роки диктує необхідність існування такого виду допомоги, як екстрена (невідкладна) психологічна допомога. Від неї залежить ефективність діяльності людини в надзвичайній ситуації, а також важкість і тривалість психологічних наслідків, що впливають на її власний психологічний стан. Незважаючи на всю важливість і актуальність проблем надання екстреної психологічної допомоги населенню в надзвичайних ситуаціях, проблеми ці залишаються відносно новими на сьогодні і для практичної психології як науки, і для психологічної практики.

На цей час серед всіх існуючих державних структур, МНС України є єдиною структурою, яка має виконувати завдання психологічного захисту населення.

Мета статті. Розкрити особливості надання екстреної психологічної допомоги населенню в надзвичайних ситуаціях.

Виклад основного матеріалу. Потреба в наданні масової психологічної допомоги виникає, як правило, раптово. При цьому число потерпілих може виявитися значним. Тому організація діяльності лікарів і психологів МНС України, а також їх професійна підготовленість можуть стати вирішальними чинниками успішного надання допомоги потерпілим.

Організація масової психологічної допомоги – це адекватний розподіл наявних сил і засобів. У разі виникнення екстремальної ситуації, коли йдеться про життя і благополуччя сотень або тисяч людей, один психолог не в змозі надати психологічну допомогу всім потерпілим. Для цього необхідна група психологів. Кількість їх в більшості випадків буває недостатньою в порівнянні із загальним числом потерпілих. Тому виникає необхідність у ретельному плануванні роботи по наданню психологічної допомоги.

Всіх наявних фахівців слід розділити на робочі групи по 2-3 чоловіки. Оптимальною буде група, що складається з 2 психологів і лікаря-психіатра (психоневролога). Останній потрібен для проведення психофармакологічної корекції і постановки діагнозу про психічну працездатність потерпілих, оскільки юридично тільки психіатр може винести такий висновок. Конкретна робоча група вирішує такі задачі, як оцінка збереження особових структур і психічного стану потерпілих; виявлення осіб, що потребують психологічної допомоги; здійснення корекції психічного і функціонального стану потерпілих.

Наступний напрям в організації масової психологічної допомоги – забезпечення контакту робочих груп з потерпілими. Для цього необхідно визначити місця, де здійснюватимуться заходи психологічної допомоги, і обладнати їх відповідним чином. Щоб потерпілі могли отримати кваліфіковану допомогу, вони повинні знати, куди і навіщо слід звертатися. Необхідно інформувати їх про можливість отримання кваліфікованої психологічної і медичної допомоги.

Досвід надання психологічної допомоги, наприклад, родичам загиблих на шахті ім. О.Ф. Засядько (2007 р.) і родичам загиблих при

авіакатастрофі літака ТУ №154 рейсу № 162 «Анапа – Санкт-Петербург» Пулківських авіаліній (2006 р.), показує, що перший час потерпілі самі не зверталися до психолога. Це відбулося після того, як вони відчули, що психологічна допомога є дієвою. Тому на перших порах групам психологів слід самим шукати контакт з потерпілими. Для цього на місцях надання психологічної допомоги доцільно організувати чергування, а іншим групам психологів працювати в місцях тимчасового перебування потерпілих.

Вже виходячи з назви – «екстрена психологічна допомога», – одним з головних чинників надання допомоги є час. «Довгого часу» («час лікує») вже не достатньо, більше того, його вплив ставиться під сумнів (лонгитюдні дослідження показують, що душевна рана може довго не заживати, що багато потерпілих продовжують відчувати душевні страждання, розлади і через роки після травми [6; 7]). На перший план виходить ефективність якнайшвидшого надання допомоги, яскраво це відображається в метафорі «вікна можливості», сензитивного, критичного періоду, в аналогії екстреної психологічної допомоги з екстреною медичною допомогою.

Значущий напрям в організації масової психологічної допомоги – це забезпечення контакту з керівництвом рятувальних підрозділів або адміністрацією території, де сталися події, що викликали масову психотравматизацію населення. Без тісного контакту робочих груп психологів МНС України з керівництвом або адміністрацією психологічна допомога буде малоефективною.

Тільки після вирішення цих організаційних задач має сенс проводити подальші заходи. Першочерговою задачею стає проведення психодіагностики потерпілих. Після цього здійснюються психотерапевтичні і психокорекційні дії.

Зміст та методи екстреної психологічної допомоги істотно залежать від роду критичної події, що справила травматичний ефект на психіку людини. Проте незалежно від характеру травмуючої дії (втрата близької людини, техногенні або природні катастрофи, озброєні конфлікти) слід враховувати спільність умов, у яких надається екстрена психологічна допомога, а саме:

- раптовість виникнення події, яка справляє найсильніший вплив на емоційну, когнітивну та особистісну сфери людини;
- обмеженість тимчасового інтервалу, оскільки ефективність екстреної психологічної допомоги виявляється в короткі терміни і найближчим часом після травматичної події.

Проблема адаптації людини до критичних чинників середовища, проблема виживання і збереження фізичного і психічного здоров'я в різних екстремальних ситуаціях мають велике практичне значення. Особливістю психології екстремальних ситуацій є те, що потерпілі втрачають здатність адекватно діяти, тому її основним завданням і головною метою є

підвищення стресостійкості кожного індивіда, пошук і освоєння ефективних моделей поведінки.

Безумовно, в кожній конкретній ситуації психолог застосовує не один метод психологічної роботи, а використовує комплексний підхід. Залежно від конкретної ситуації, її умов, індивідуальних особливостей клієнта вибирається індивідуальна тактика роботи. При виборі методів екстреної психологічної допомоги необхідно враховувати наступні умови:

1) екстрену психологічну допомогу можна надавати людині, якщо її реакції є нормальними відповідно до обставин навколишньої реальності, але якщо ж реакції виходять за межі норми, тоді необхідною виступає допомога лікаря-психіатра;

2) прийоми і техніки, які використовуються, мають бути короткостроковими, оскільки робота ведеться за принципом «тут та зараз»;

3) кваліфіковане надання екстреної допомоги базується не тільки на знанні певних психологічних закономірностей, феноменів, психотерапевтичних методів, але пред'являє високі вимоги до володіння методами спостереження і бесіди;

4) допомога повинна бути спрямована на корекцію актуального психічного стану, викликаного даною конкретною ситуацією.

Заходи щодо психодіагностики потерпілих проводяться з метою виявлення осіб, які гостро потребують психологічної і психіатричної допомоги. Для цього оцінюються збереження особистісних структур і психічний стан потерпілих.

Психодіагностичний висновок виноситься на підставі двох діагностичних компонентів: спостереження і бесіди. Тестування в даному випадку провести неможливо. Під час спостереження за потерпілими виявляються люди з неадекватними формами поведінки, тобто істотно відмінні від більшості потерпілих. При цьому оцінюється, наскільки вираженою є невротична і психотична симптоматика. Особлива увага звертається на особливості рухів спостережуваного (наявність експлозивних або ступорозних реакцій) і мову (надзвичайно швидка або вкрай повільна), ознаки вегетативної дизрегуляції (підвищена пітливість, почервоніння або збліднення шкірних покривів та інше), прояви невротичної симптоматики (тики, порушення координації, тремор рук та інше).

При проведенні бесід уточнюється характер емоційного стану потерпілих. Вивчаються факти біографії, які передували події, що викликали психічну травму, та інше. Оцінюється адекватність думок (про час, місце і осмислення подій, які відбуваються), характер самооцінок, реальність домагань і мотивацій, характеристика сну, загальне самопочуття, наявність скарг та інше. На основі загального аналізу виноситься думка про вираженість невротичної або психотичної симптоматики.

Однією з основних проблем в подібних ситуаціях є психологічний стрес. Саме ця обставина у великій мірі впливає на вимоги, що

пред'являються до психологів служб екстреної допомоги, – це наявність таких умінь, як своєчасне визначення симптомів психологічних проблем, наявність розвинутих емпатичних здібностей, готовність проявити увагу до душевного стану людини, вміння організувати і провести, якщо є потреба, інші види психологічної допомоги.

Для багатьох людей смерть близької людини стає подією, яка спонукає до переосмислення життя, відкриття нових можливостей у своєму ставленні до світу.

Горе, будучи реакцією на втрату, в той же час може служити поштовхом до народження чогось нового. Коли трапляється втрата, тоді щось йде, зникає з нашого світу, але при цьому щось може і народжуватися. Смерть приносить страждання, проте в цьому стражданні закладена можливість очищення і перетворення, прихована відроджуюча сила, за допомогою якої нові можливості можуть стати реальністю.

Висновки. Таким чином, під екстреною психологічною допомогою мається на увазі система короткострокових заходів, направлених на надання допомоги одній людині, групі людей або великому числу потерпілих після кризової або надзвичайної події і має на меті регуляцію актуального психологічного, психофізіологічного стану і негативних емоційних переживань, пов'язаних з кризовою або надзвичайною подією за допомогою професійних методів, які відповідають вимогам ситуації.

**НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ
ПРИ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ (НС) ТА ПІСЛЯ НИХ**

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА – це комплекс психічних, психологічних, організаційних, медичних та інших заходів, спрямованих на забезпечення успішного подолання екстремальної ситуації, що травмує психіку, на збереження дієздатності та попередження розвитку посттравматичних психічних розладів

Психологічна підтримка – спрямована на активізацію наявних психічних ресурсів та на створення додаткових, які забезпечують активні дії в умовах надзвичайних ситуацій

Психологічна реабілітація – комплекс заходів психологічного впливу, спрямованих на відновлення психічного, психологічного, соціального благополуччя працівників МНС

ЕТАПИ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ

I етап допомоги під час надзвичайних ситуацій

відновлення управління при об’єктових НС

організація управління при НС місцевого, регіонального та державного рівня

II етап допомоги після евакуації

III етап стабілізація обстановки

непрофесійна само- та взаємодопомога потерпілим, яка є найбільш доступною

професійна пряма допомога потерпілим, яка здійснюється психологами

IV етап допомога після надзвичайних ситуацій

професійна опосередкована допомога

розробка цільових програм соціально-психологічної реабілітації

ЛІТЕРАТУРА

1. Deahl M.P. Psychological debriefing: controversy and challenge // Australian and New Zealand journal of psychiatry 2000; 34:929-939.
2. Wessely S., Deahl M. Psychological debriefing is a waste of time // The British journal of psychiatry, 2003, 183:12-14.
3. Gray M.J., Litz B.T., Maguen S. Acute psychological impact of disaster and large-scale trauma: limitations of traditional interventions and future practice recommendations // Prehospital and disaster medicine, January-March, 2004, Vol. 19, №1.
4. Mollica R.F., Lopes Cardozo B., Osofsky H.J., Raphael B., Ager A., Salama P. Mental health in complex emergencies // Lancet 2004; 364:2058-67.
5. Bell J.L. Traumatic event debriefing: service delivery designs and the role of social work // Social work, January 1, 1995, Vol. 40, Issue 1.
6. Van der Kolk B., Weisaeth L., Van der Hart O. History of trauma in psychiatry // Traumatic stress. The effects of overwhelming experience on mind, body, and society. Edited by Van der Kolk B., McFarlane A.C., Weisaeth L. The Guilford press. 1996. Pp. 47-74.
7. Litz B., Gray M., Bryant R., Adler A. Early intervention for trauma: current status and future directions // Clinical psychology: science and practice. May 1, 2002; 9(2):112-134.

УДК – 159.96

Назаров О.О., к. психол. н., доцент, перший проректор з навчальної та методичної роботи УЦЗУ;

Дишкант О.В., викладач навчального пункту навчально-методичного центру цивільного захисту та безпеки життєдіяльності Херсонської області

ВПЛИВ ОСОБИСТІСНИХ ЯКОСТЕЙ ПРАЦІВНИКІВ АВАРІЙНО-РЯТУВАЛЬНИХ ПІДРОЗДІЛІВ НА УСПІШНІСТЬ ВИКОНАННЯ НИМИ СЛУЖБОВИХ ОБОВ'ЯЗКІВ

У статті висвітлено результати досліджень з питань впливу особистісних якостей працівників аварійно-рятувальних підрозділів на успішність виконання ними службових обов'язків.

Ключові слова: успішність, професійно-психологічний відбір, психологічні якості.

Актуальність проблеми. Робота працівників підрозділів реагування МНС на сьогодні має широкий спектр обов'язків з ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій, аварій та стихійних лих. Під час несення служби співробітники аварійно-рятувальних підрозділів піддаються впливу факторів, що являють загрозу їх життю та здоров'ю, а також постійно стикаються з негативними психологічними проявами поведінки осіб, які постраждали внаслідок екстремальних ситуацій, що дає додаткове навантаження на психіку

даних співробітників. Разом з тим їх праця носить колективний характер, тобто від дій окремого рятувальника залежить не лише якість виконання службового завдання в цілому, але життя й здоров'я інших людей, тобто від успішності кожного конкретного працівника залежить загальна успішність аварійно-рятувальних підрозділів під час виконання робіт з ліквідації наслідків пожеж, аварій та стихійних лих. Зважаючи на вищевикладене, стає зрозумілим, що під час комплектування аварійно-рятувальних підрозділів особливу увагу потрібно звертати на психологічні особливості кандидатів на службу. Разом з тим необхідно визначити, які саме особливості є професійно-важливими і сприяють успішному виконанню працівником його функціональних обов'язків.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Питаннями успішності персоналу під час виконання службових обов'язків займалися наступні науковці: Запорожцева О.Є., Тімченко О.В., Сафін О.Д., Потапчук Є.М., Бандурка А.М., Білова М.Е., Кретчак О.М., Миронець С.М. та інш. [1; 2] Але кількість досліджень успішності працівників аварійно-рятувальних підрозділів та її взаємозв'язку з особистісними якостями фахівців є достатньо незначною. Питання психологічного відбору фахівців екстремального профілю також активно вивчається сучасними науковцями. Такі вчені, як Бодров В.А., Маріщук В.Л., Платонов К.К., Платонов Ю.П., Барко В.І., Небиліцин В.Д. Пономаренко В.А. [3; 4; 5; 6] та інші зробили значний теоретичний і практичний внесок до вирішення даної проблеми, але на сьогодні не можна стверджувати, що її вирішено в повній мірі. Значні фізичні та психічні навантаження, яких зазнають працівники аварійно-рятувальних підрозділів під час несення служби, зумовлюють необхідність визначення критеріїв їх успішності під час виконання службових обов'язків.

Виклад основного матеріалу. З цією метою ми провели дослідження, в якому намагались знайти розбіжності між психологічними особливостями успішних та неуспішних співробітників.

Дослідження проводилось із залученням співробітників Міністерства України з питань надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи, які проходять службу на різних посадах. В ньому взяли участь співробітники ГУ МНС України в Херсонській області (далі – ГУ МНС), які проходять службу на посадах пожежних (112 осіб), водіїв пожежних автомобілів (82 особи), диспетчерів та радіотелефоністів (22 особи), начальників чергових караулів (49 осіб) та співробітники 1-го – зведеного піротехнічного загону (далі – 1-ЗПЗ), що виконують роботи з ліквідації наслідків надзвичайної ситуації на території 275-ї артилерійської бази ракет і боєприпасів у с. Новобогданівка Мелітопольського району Запорізької області, а саме: роботи з пошуку, підйому, розмінування, транспортування та знешкодження боєприпасів у кількості 90 осіб.

Для проведення дослідження як основні показники експериментального вивчення було виділено наступні:

1. Схильність до ризику.
2. Мотивація досягнення успіху.
3. Мотивація до уникнення невдач.

4. Якості особистості, які діагностуються за допомогою опитувальника «Міні-мульти» (скорочений варіант міннесотського багатомірного особистісного переліку ММРІ), адаптованого Ф.Б. Березіним та М.П. Мірошниковим.

5. Вік працівників та їх термін перебування на службі.

За допомогою тестів та експериментально-психологічних методів обстежувались групи працівників з високим, середнім та низьким рівнем професійної успішності. Розподіл фахівців за даними групами проводився шляхом експертного опитування. Питання, задіяні в опитуванні, стосувались особистісних характеристик працівників, які взяли участь у дослідженні. Дані характеристики дозволили визначити рівень їх професійної успішності за допомогою наступних чинників:

1. Оцінка успішності, виставлена безпосереднім керівником (успішний, неуспішний, задовільний). Безпосередні керівники в даному випадку виступали експертами в оцінці професійної успішності підлеглих.

2. Загальна оцінка зі службової підготовки виставлялась за результатами підсумкових перевірок рівня знань та навичок співробітників, яка проводиться щорічно по завершенню навчального року.

3. Оцінка підлеглих за станом дисципліни, ініціативності, організованості (позитивна та негативна).

4. Відповідність кваліфікаційним вимогам (у відсотках) визначалась безпосередніми керівниками інтуїтивно через відсутність чітко визначених критеріїв оцінки професійної діяльності співробітників аварійно-рятувальних підрозділів.

Проведення експертної оцінки мало за мету розподіл співробітників на три категорії: категорію «успішні» з високим рівнем професійної діяльності, категорію «середньо успішні» з середніми показниками службової діяльності та категорію «неуспішні» з недостатнім рівнем готовності до діяльності.

З метою вивчення особистісних розбіжностей між категоріями успішних, неуспішних та середньо успішних співробітників ми розподілили досліджуваних на дві групи. До першої групи ми віднесли осіб середнього та старшого начальницького складу, які перебувають на посадах начальників караулів та начальників піротехнічних груп. До другої групи увійшли особи рядового та молодшого начальницького складу, які обіймають посади водіїв, пожежних, радіотелефоністів та саперів. Наш розподіл базувався на тому, що особи з першої групи, окрім роботи в умовах ризику, за родом служби повинні контролювати не лише свою діяльність, але й діяльність інших людей. Від рішень, які приймають ці співробітники під час несення служби, залежить не лише власне життя і здоров'я, але й життя і здоров'я їх підлеглих. Особи, включені до другої групи, за родом своєї діяльності є виконавцями, не мають підпорядкованого особового складу і відповідають, фактично, лише за власні дії. Тому можна припустити, що психологічне навантаження на дані групи під час проходження служби є досить різним, тому й психологічні особливості даних категорій посад повинні різнитись.

Для визначення розбіжностей між ступенем виразності особистісних якостей успішних, неуспішних та середньої успішності співробітників двох

груп ми використали порівняльний аналіз за t-критерієм Стюдента, оскільки отримали нормальний характер розподілу ознак, що вивчаються, в усіх групах досліджуваних.

Визначивши середні значення та стандартні відхилення за кожною діагностованою ознакою, ми отримали три пари для порівнянь. В першій та другій групах ми порівнювали між собою показники за такими парами:

1. Успішні – неуспішні працівники.
2. Успішні – середньо успішні працівники.
3. Неуспішні – середньо успішні працівники.

Першу групи ми умовно назвали «офіцери».

В *успішних і неуспішних* офіцерів нам вдалось виділити розбіжності за двома показниками, які статистично достовірно різняться. Це такі показники, як схильність до ризику та мотивація прагнення до успіху. Так, для успішних схильність до ризику статистично є достовірно нижчою, ніж у неуспішних ($t = 2,465$; $p < 0,05$), мотивація до успіху, навпаки, є вищою в успішних ($t = 2,657$; $p < 0,05$).

Порівнюючи дані *успішних та середньо успішних* офіцерів, ми виділили розбіжності за трьома показниками:

1. Вік працівників ($t = 2,728$; $p < 0,05$). Успішні офіцери є молодшими за віком, ніж середньо успішні.

2. Схильність до ризику ($t = 1,861$; $p < 0,05$). В успішних схильність до ризику статистично є достовірно вищою, ніж у середньо успішних.

Під час порівняння даних *середньо успішних та неуспішних* офіцерів ми отримали розбіжності за чотирма показниками:

1. Вік працівника ($t = 2,243$; $p < 0,05$). Середньо успішні офіцери є старшими за неуспішних.

2. Мотивація прагнення до успіху ($t = 2,085$; $p < 0,05$). Рівень мотивації є вищим у неуспішних.

3. Рівень відвертості ($t = 2,083$; $p < 0,05$). Рівень відвертості також є вищим у неуспішних.

Розбіжностей між схильністю до ризику неуспішних і середньо успішних офіцерів виявлено не було.

Виходячи з результатів, можна зробити висновок, що між успішними і неуспішними офіцерами виявлено найменшу кількість суттєвих розбіжностей. Найбільша їх кількість припадає на пару середньо успішні – неуспішні офіцери, але саме ця пара не має розбіжностей між схильністю до ризику, яку ми вивчаємо. В усіх інших порівняних парах наявні статистично достовірні розбіжності у схильності до ризику співробітників. Так, у парі «успішні-неуспішні», схильність до ризику є вищою в неуспішних співробітників, в парі ж «успішні – середньо успішні» – вищою в успішних офіцерів; лише в парі «неуспішні – середньо успішні» суттєвої різниці між схильністю до ризику виявлено не було.

По – іншому розподілились результати порівнянь у другій групі, яку ми умовно назвали «сержанти».

В парі «*успішні – неуспішні*» ми знайшли розбіжність лише за одним показником – терміном перебування на службі. Успішні сержанти перебувають на службі довше, ніж неуспішні ($t = 2, 224; p < 0,05$).

Порівнюючи пару «*успішні – середньо успішні*», ми виявили розбіжності за чотирма показниками:

1. Термін перебування на службі ($t = 2, 582; p < 0,05$). Успішні мають більший термін перебування на службі, ніж середньо успішні.

2. Шкала іпохондрії ($t = 2, 829; p < 0,05$). Успішні мають вищий показник за цією шкалою, тобто виявляють пасивність, млявість, приймають все на віру, легко підкоряються владі, важко пристосовуються, погано переносять зміну обстановки, легко втрачають рівновагу в соціальних конфліктах. В середньо успішних рівень розвитку даних якостей достовірно нижчий.

3. Шкала істерії ($t = 2, 377; p < 0,05$). Успішні сержанти за даною шкалою також мають вищі показники, ніж неуспішні. Дана шкала виявляє осіб, схильних до неврологічних захисних реакцій конверсійного типу. Вони використовують симптоми соматичних захворювань як засіб уникання відповідальності. Всі проблеми вирішуються через «втечу» у хворобу. Головною особливістю таких людей є прагнення здаватись значнішими, ніж вони є насправді, прагнення звернути на себе увагу будь-яким чином, отримувати схвалення і викликати захоплення. Почуття таких осіб поверхові, зацікавлення неглибокі.

В парі «*середньо успішні – неуспішні сержанти*» ми виявили розбіжності за трьома показниками:

1. Шкала іпохондрії ($t = 2, 497; p < 0,05$). Середньо успішні сержанти мають вищі показники за даною шкалою, тобто прояви таких якостей, як пасивність, млявість, сприймання на віру, легке підкорення владі, важкість пристосування до нової обстановки, легкість втрати рівноваги в соціальних конфліктах є більш інтенсивними, ніж у неуспішних.

2. Шкала істерії ($t = 1, 599; p < 0,05$). За даною шкалою середньо успішні співробітники також мають вищі показники, ніж неуспішні. Тобто вони частіше використовують симптоми соматичних захворювань як засіб уникання відповідальності. Всі проблеми вирішуються через «втечу» у хворобу. Головною особливістю таких людей є прагнення здаватись значнішими, ніж вони є насправді, прагнення звернути на себе увагу будь-яким чином, отримувати схвалення і викликати захоплення. Почуття таких осіб поверхові, зацікавлення неглибокі.

3. Шкала гіпоманії ($t = 1, 617; p < 0,05$). За даною шкалою вищі показники мають неуспішні сержанти. Тобто для них характерний піднесений настрій незалежно від обставин, активність, енергійність і життєрадісність. Вони люблять роботу з постійними змінами, охоче контактують з оточуючими, однак їх зацікавлення є поверховими і нестійкими, їм не вистачає витримки і наполегливості. У середньо успішних сержантів прояви цих якостей є нижчими.

Розбіжностей за схильністю до ризику в групі «сержанти» виявлено не було в жодній з трьох порівнюваних пар. Найменшу кількість розбіжностей, як і у групі «офіцери», виявлено між успішними і неуспішними сержантами, а найбільшу – між середньо успішними та успішними.

Висновки. Зважаючи на вищевикладене, ми робимо висновок, що дійсно існують певні особистісні якості, які зумовлюють рівень успішності працівників. Набір таких якостей відрізняється у середнього та молодшого начальницького складу, що зумовлено різницею у психологічному навантаженні під час проходження служби. Найбільші розбіжності за проявами даних якостей існують між середньо успішними та неуспішними офіцерами, середньо успішними та успішними сержантами, а найменші розбіжності – між успішними та неуспішними офіцерами та сержантами.

Набір особистісних характеристик в успішних та неуспішних співробітників також має істотні відмінності, на які необхідно звертати увагу під час відбору кандидатів на службу та під час їх психологічної підготовки, передбаченої в системі службової.

ЛІТЕРАТУРА

1. Екстремальна психологія: Підручник / За заг. ред. проф. О.В.Тимченка – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. -502 с.
2. Макаренко Н.В. Теоретические основы и методики профессионально-психологического отбора военных специалистов. [НИИ проблем военной медицины Украинской военно-медицинской академии] / Н.В. Макаренко. – К., 1996. – 336 с.
3. Барко В.І. Професійний відбір кадрів до органів внутрішніх справ [психологічний аспект: Монографія] / В.І. Барко. – К.: Ніка-Центр, 2002. – 296 с.
4. Марищук В.Л. Психологические основы формирования профессионально значимых качеств : Автореф. дис. доктора психол. наук: 19.00.01. / В.Л. Марищук– Л., 1992. – 20 с.
5. Платонов К.К. Вопросы психологии труда / К.К. Платонов – М.: Воениздат, 1970. – 264 с.
6. Небылицын В.Д. Психофизиологическое исследование индивидуальных различий / В.Д. Небылицын – М.: Наука, 1996. – 336с.

УДК 159

Овсяннікова Я.О., науковий співробітник науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології УЦЗУ

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО АНАЛІЗУ ПОНЯТЬ
ЕМОЦІЙНОЇ, ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТРЕСОСТІЙКОСТІ**

У статті проведений теоретико-методологічний аналіз понять емоційної, психологічної стресостійкості.

Ключові слова: стійкість, емоційна стійкість, психологічна стійкість, стресостійкість.

Актуальність проблеми. Людина протягом свого життя неодноразово зазнає впливу психотравмуючих чинників, опосередкованих раптовим виникненням екстремальної ситуації. Проте особливості реагування на стресорні фактори є досить індивідуальними.

Слід зазначити, що навіть у найскладніших екстремальних умовах майже 25% людей зберігають самовладання, правильно оцінюють ситуацію, діють чітко і рішуче, відповідно до обставин. Поведінка в екстремальних ситуаціях зумовлена індивідуально-психологічними особливостями й особистісними якостями людей.

На сьогодні вже накопичені певні відомості, що дозволяють отримати деяке уявлення про те, що допомагає людям поводитися адекватно в найскладніших умовах. На здатність зберігати адекватну поведінку в екстремальних умовах впливає рівень психологічної стійкості, стан психологічної готовності, орієнтація на дотримання моральних норм поведінки, співчуття, життєвий досвід та ін.

Мета. Визначити область перетинання семантичних просторів понять психологічної, емоційної та стресостійкості.

Виклад основного матеріалу. Слово «стійкий» у багатьох мовах світу означає «стабільний, стійкий, твердий, міцний». В англійській, німецькій, французькій та іспанській мовах слово «стійкість» – синонім слова «стабільність».

Найбільш уживаними в сучасній психологічній науці є поняття психологічної стійкості, емоційної стійкості та стресостійкості («стійкість до стресу», «стійкість до фрустрації» та ін.).

Можливі різні підходи до трактування *психологічної стійкості*. Вона може розглядатися як відповідність постійності й мінливості особистості.

Для психологічної стійкості особистості важливою є здатність до саморозвитку, формування власної індивідуальності.

Стійкість – це не фіксованість психічних якостей. Це сукупність адаптаційних процесів, інтегрованість особистості у плані збереження узгодженості основних функцій особистості, стабільності їх виконання. Стабільність виконання не обов'язково передбачає стабільність структури функцій, але швидше припускає її достатню гнучкість.

Психологічну стійкість особистості можна розглядати як складну якість особистості, синтез окремих якостей і здібностей. До складових психологічної стійкості деякі дослідники відносять: здатність до особистісного зростання зі своєчасним і адекватним вирішенням внутрішньоособистісних конфліктів (ціннісних, мотиваційних, рольових); відносну (не абсолютну) стабільність емоційного тону і позитивного настрою; розвинуту волюву регуляцію.

Рівень психологічної стійкості особистості проявляється в її трудовій діяльності, в надійності працівника, професіонала. З іншого боку, успішна

професійна діяльність є основою повноцінного переживання самореалізації, що впливає на задоволеність життям в цілому, на настрій і психологічну стійкість.

Отже, психологічна стійкість, за визначенням В.М. Крайнюк, – це складна якість особистості, в якій об'єднані: врівноваженість (рівновага), відповідність; стійкість, стабільність (постійність); опірність (резистентність) [4].

Врівноваженість – це здатність утримувати рівень напруження, не виходячи за межі прийняттого (не доводячи до руйнівного стресу). Під «стійкістю» розуміється здатність протистояти труднощам, зберігати віру в ситуаціях фрустрації, а під «стабільністю» – постійний рівень настрою. Опірність – це здатність зберігати свободу поведінки і вибору способу життя, це самодостатність як свобода від залежності (хімічної, інтеракційної або поведінкової).

В цьому наборі складових представлені всі рівні організації людини, рівні її буття: біологічний, психологічний і соціальний.

Регуляція напруження, врівноваженість (узгодженість) інтенсивності мотивації, утримання напруги в межах оптимуму або хоча б прийнятності – одна з найважливіших сторін біологічного буття людини.

Стійкість у подоланні труднощів, збереження віри в себе, упевненості в собі, своїх можливостях, досконалість психічної саморегуляції, постійний, достатньо високий рівень настрою – невід'ємна частина психічного життя. Здатність зберігати постійний рівень настрою без звернення до психоактивних речовин і бути чуйним, чутливим до різних аспектів життя, мати різносторонні інтереси, уникати однієї-єдиної мотиваційної домінанти – також важлива складова психологічної стійкості (на цьому, власне психологічному, рівні) [4].

Нарешті не можна не відзначити постійну міжособистісну взаємодію, включеність у безліч соціальних зв'язків, відкритість впливам, з одного боку, а з іншого, – опірність надмірно сильним впливам. У психологічну стійкість входить здатність знаходити баланс між конформністю й автономністю і утримувати цю рівновагу.

Психологічну стійкість підтримують внутрішні (особистісні) ресурси і зовнішні (міжособистісна, соціальна підтримка).

Розглянемо ресурси особистості, що підтримують психологічну стійкість.

Фактори соціального середовища: що підтримують самооцінку; що сприяють самореалізації; що підтримують адаптивні потенціали й енергетичні ресурси організму; психологічна підтримка соціального оточення (емоційна підтримка близьких, друзів, співробітників, їхня конкретна допомога у справах і т.п.).

Особистісні фактори:

Свідомість особистості: віра в різних її формах і проявах (віра в досяжність поставлених цілей, релігійна віра, віра в загальні цілі); розуміння, відчуття сенсу життя, осмисленість діяльності й поведінки; установка на те, що можеш розпоряджатися своїм життям; досить визначене усвідомлення соціальної приналежності до певної групи.

Ставлення особистості (у тому числі й до себе): оптимістичне, активне ставлення до життєвої ситуації в цілому; філософське (іноді іронічне)

відношення до важких ситуацій; погодженість Я-сприйманого і Я-бажаного; достатньо висока самооцінка; упевненість, незалежність у відносинах з іншими людьми, відсутність ворожості, довіра до інших.

Когнітивна сфера: розуміння життєвої ситуації й можливість її прогнозування; раціональні судження в інтерпретації життєвої ситуації (відсутність ірраціональних суджень); адекватна оцінка величини навантаження і своїх ресурсів; структурований досвід подолання важких ситуацій.

Емоційна сфера: домінування стеничних позитивних емоцій; переживання успішності самореалізації; бажане емоційне насичення від міжособистісної взаємодії, переживання почуття згуртованості, єдності.

Поведінкова (і діяльнісна) сфера: поведінкова активність; ефективна вольова регуляція; використання ефективних способів подолання труднощів.

Комунікативна сфера: відкрите спілкування, прийняття інших такими, які вони є (терпимість); стійкі міжособистісні ролі, що задовольняють індивіда; задовольняючий статус у групі й соціумі; виражене почуття спільності (в адлеровському розумінні).

У цьому списку перераховані позитивні полюси якостей і факторів. При сприятливому впливі факторів (позитивних полюсах якостей) домінуючий психічний стан – резистентний, а домінуючий настрій – гармонічний (стійкий, підвищений, оптимістичний). При несприятливому впливі домінуючий стан – стан дезадаптації, стресовий або депресивний (апатія, зневіра або високе напруження, тривога й т.д.) і дисгармонічний настрій (нестійкий, знижений, тривожний).

Наприклад, якщо фактори соціального середовища підтримують самооцінку, адаптивні потенціали й енергетичні ресурси організму, сприяють самореалізації, одержанню психологічної підтримки, то все це в цілому сприяє виникненню гармонійного настрою й підтримки стану адаптованості. Якщо ж фактори соціального середовища знижують самооцінку, адаптивні потенціали й енергетичні ресурси організму, обмежують самореалізацію, позбавляють людину емоційної підтримки, то все це сприяє виникненню дисгармонійного настрою й появи стану дезадапованості.

Вище були перераховані основні складові психологічної стійкості особистості. Однак вони не охоплюють всього базису психологічної стійкості. У її підтримці так чи інакше беруть участь всі сфери особистості. На рівні темпераменту особливістю, що зумовлює виникнення нестійкості, є підвищена емоційність. В емоційній сфері є важливими, крім вказаних, тривожність, схильність до агресії, гнівливість, гіпотимність. Істотний вплив має вираженість вольових якостей: наполегливість, енергійність, уміння керувати собою.

Важлива складова психологічної стійкості – позитивний образ Я, в якому, у свою чергу, істотну роль відіграє позитивна групова ідентичність особистості.

Можна виділити індивідуальні особливості, що зумовлюють зниження стійкості: підвищена тривожність; гнівливість, ворожість (особливо придушені), агресія, спрямована на себе; емоційна збудливість, нестабільність; песимістичне відношення до життєвої ситуації; замкнутість, закритість.

Психологічну стійкість знижують також утруднення самореалізації, сприйняття себе невдахою; внутрішньоособистісні конфлікти; тілесні розлади.

Підґрунтям психологічної стійкості, на думку Г.С. Никифорова, є віра, тобто спокійна впевненість у своєму виборі, незважаючи на думку оточуючих, незалежність від точки зору інших, впевненість у своїх силах.

Наступне поняття, на характеристиці якого ми детально зупинимось, – це поняття *емоційної стійкості*.

Поняття емоційної стійкості є досить популярним у психології. Існує велика кількість визначень емоційної стійкості. Наведемо деякі найбільш розповсюджені визначення емоційної стійкості.

Так, у науковій психологічній літературі дуже часто використовуються два близьких терміни – «емоційна стійкість» і «стійкість до емоцій». Стійкість до емоцій можна розглядати як сталість емоційного переживання, тобто сталість знака пережитої емоції. Це є якісною характеристикою емоційного переживання особистості, детермінованою, з одного боку, здатністю зберігати певний час стан певного емоційного переживання, а з іншого, – схильністю особистості до переживання певного виду емоцій. Так само зустрічається в літературі і те, що термін «емоційна стійкість» використовується для характеристики рівня інтенсивності та якісних особливостей емоційного переживання [1]. У визначенні, запропонованому В.Е. Мільманом, емоційна стійкість характеризується як адекватність «... емоційної оцінки ситуації і домірність емоційних реакцій». В.Г. Норакідзе приділяє увагу емоційній нестійкості як частій зміні емоцій протилежних знаків. Н.В. Коврига так само відзначає нестійкість як підвищену уразливість, упертість, негативізм, замкнутість, загальмованість. А.І. Черкашин вказує на те, що емоційна стійкість виражається не у тім, що людина перестає переживати сильні емоції, а у тім, що ці емоції «... досягають оптимального ступеня інтенсивності» [4]. При цьому О.П. Саннікова зазначає, що ці емоції повинні характеризуватися стабільністю певних особливостей, тобто це позитивні активні емоції, а не якісь інші, що мають стійку спрямованість на рішення поставлених завдань [3].

У книзі «Пути достижения трудной цели в спорте» В.М. Писаренко вказує, що під «емоційною стійкістю» особистості необхідно розуміти її здатність відповідати на напружені ситуації такою зміною емоційного стану, що призводить не до зменшення, а до збільшення працездатності.

Поняття емоційної стійкості аналізується також Є.А. Мілеряном. У книзі «Психологічний добір льотчиків» він указує, що під «емоційною стійкістю» слід розуміти, з одного боку, несприйнятливість емоційних факторів, що справляють негативний вплив на психічний стан людини, а з іншого боку, – здатність контролювати і стримувати астенічні емоції, забезпечуючи тим самим успішне виконання необхідних дій.

Зміст поняття емоційної стійкості доповнюють описи афективної стійкості, зроблені R.V. Cattell та ін. Це поняття вводиться ним в результаті зіставлення численних факторних аналізів особистості. Основними ознаками стійкості як рисам особистості є: відсутність невротичних симптомів та іпохондричних проявів, стійкість інтересів, терплячість, наполегливість, спокій та ін. Подібні

прояви емоційної стійкості описує I.P. Gilford. Емоційна стійкість розглядається як урівноваженість, оптимістичність, самовладання [6].

П. Фрес визначає емоційну стійкість як невротичність, що характеризується мірою чутливості суб'єкта до емоціогенних ситуацій, а також мірою збудливості, здатності до самооцінки і контролю [7].

К.К. Платонов, що разом з Л.М. Шварц зайнявся розробкою проблеми емоційної стійкості ще в 1948 році, у «Нарисах психології для льотчиків» термін «нестійкий» розуміє як емоційну нестійкість.

До емоційно нестійких автори відносять тих, хто має підвищену емоційну збудливість, схильних до частої зміни емоційних станів.

Трохи пізніше – у книзі «Військова інженерна психологія» К.К. Платонов і В.Л. Маріщук розглядають емоційну стійкість трохи ширше, включаючи в її визначення, крім емоційної збудливості і волі, інші параметри. У більш широкому аспекті – це здатність керувати своїми емоціями, зберігати високу професійну працездатність, здійснювати складну або небезпечну діяльність без напруженості, незважаючи на емоціогенні впливи. Ще трохи пізніше К.К. Платонов поділяє емоційну стійкість на емоційно-вольову, емоційно-моторну й емоційно-сенсорну стійкість. Під першим поняттям автор розуміє ступінь вольового володіння особистості своїми достатньо сильними емоціями, під другим – властивість особистості, що проявляється в ступені порушень психомоторики під впливом емоцій; під третім – властивість особистості, що проявляється у ступені порушення сенсорних дій [5].

Таким чином, під «емоційною стійкістю» розуміють інтегративну якість особистості, що сприяє успішному здійсненню діяльності в напружених умовах. Як основний її критерій більшість авторів включають характеристики діяльності: успішність, результативність, стабільність та ін. Крім того, поряд із зазначеними критеріями згадуються різні психологічні, фізіологічні й поведінкові компоненти.

Головними складовими, «фундаментальними компонентами» емоційної стійкості є, у визначенні В.Е. Мільмана, адекватність емоційної оцінки ситуації, відповідність емоційних реакцій; у визначенні Варданяна – гармонійність відносин між усіма компонентами діяльності в емоціогенних умовах. Такий параметр, як емоційна реактивність (збудливість), включений у більшість визначень поняття емоційної стійкості.

Поняття емоційної стійкості слід розглядати як стійкість продуктивності діяльності, що здійснюється в напружених умовах. Вона полягає у прагненнях, спрямованих на досягнення поставленої мети, або, щонайменше, у прагненні досягти цілі, підкоряючи їй всі інші підцілі.

Узагальнюючи вищенаведені визначення, Л.М. Аболін дає наступну характеристику емоційної стійкості. Емоційна стійкість – це властивість, що характеризує індивіда у процесі напруженої діяльності, окремі емоційні механізми якої, гармонічно взаємодіючи між собою, сприяють успішному досягненню поставленої мети.

Інтегративним критерієм емоційної стійкості є результат, що характеризує, наскільки успішно чи неуспішно досягається поставлена людиною мета.

Проаналізуємо основні підходи до семантики поняття «*стресостійкість*».

Термін «стресостійкість» розглядається Г.С. Никифоровим у контексті психічного вигорання як стрес-реакції на тривалі стреси міжособистісних відносин, що характеризує стан фізичного, емоційного і психічного виснаження, викликаного тривалою включеністю в емоційно-напружені і значущі ситуації [2].

Стресостійкість особистості на соціально-психологічному рівні розглядають як: збереження здатності до соціальної адаптації; збереження значущих міжособистісних зв'язків; забезпечення успішної самореалізації, досягнення життєвих цілей; збереження працездатності; збереження здоров'я.

Збереження або підвищення стресостійкості особистості пов'язане з пошуком ресурсів, що допомагають їй в подоланні негативних наслідків стресових ситуацій. Під «ресурсами» мають на увазі внутрішні й зовнішні змінні, що сприяють психологічній стійкості у стресогенних ситуаціях.

Стресостійкість особистості, на думку В.А. Абабкова, М. Перре, залежить від багатьох факторів, а саме: якості стресорів, особистісних властивостей, компетентності в подоланні навантажень та соціальних факторів. Стресори викликають порушення адаптації лише в поєднанні з різноманітними зовнішніми і внутрішніми факторами. Особистісні якості й соціальні фактори можуть посилювати або послаблювати стресові реакції, впливаючи на її тип, інтенсивність та тривалість.

За даними Ю.В. Щербатих, до факторів, що впливають на стресостійкість особистості, можна віднести такі: природжені особливості організму та ранній дитячий досвід, особистісні властивості, фактори соціального середовища та когнітивні фактори [8].

Згідно з психогенетичним дослідженням, реакції людей на ті або інші фактори середовища на 30-40% визначаються генами, отриманими від батьків, і на 60-70% залежать від виховання, життєвого досвіду, тренування, отриманих навичок, сформованих умовних рефлексів і т.д. Таким чином, одні люди споконвічно є більш схильними до стресу, а інші – стійкими до нього.

Слід зазначити, що в кожній людині є свій індивідуальний сценарій стресової поведінки. Про це писав Ерік Берн у своїх книгах, і життя підтверджує його гіпотезу. Цей сценарій засвоюється в дитинстві, коли батьки, переживаючи стреси, конфліктують на очах у дитини, мимоволі утягуючи її у свої проблеми. При цьому дитина вбирає в себе приклади батьків, а потім неусвідомлено копіює їх у своєму дорослому житті. Засвоєний у дитинстві стресовий сценарій «запускається» майже автоматично. У цих випадках достатньо незначного погіршення звичного ритму життя і роботи, виникнення, здавалося б, дріб'язкової проблеми, як включається і починає розкручуватися маховик механізму запуску стресу. Причому наслідки від реалізації стресорної програми можуть бути набагато складнішими, ніж причини, що її спричинили [6].

До факторів соціально-виробничої природи, що впливають на стійкість індивідуума до психоемоційного стресу, відносяться: соціальні зміни; підвищена відповідальність за роботу; значне переважаюча інтелектуальної

праці; постійний дефіцит часу; хронічна втома; порушення режиму праці та відпочинку; падіння особистого престижу; відсутність елементів творчості в роботі; тривалі очікування у процесі роботи; часта зміна робочого стереотипу; нічні зміни і недостатність вільного часу для задоволення особистих потреб, хронічна гіпокінезія, що призводять до скорочення часу парадоксальної фази сну; нераціональне і незбалансоване харчування; паління і систематичне вживання алкоголю. Усі ці фактори підсилюють фруструючий вплив стресорних впливів.

До когнітивних факторів Ю.В. Щербатих відносить рівень сензитивності, уміння аналізувати свій стан і фактори зовнішнього середовища, минулий досвід і прогноз майбутнього [8].

Рівень сензитивності (чутливості) людини має невелике значення при біологічному стресі, але є надзвичайно важливим при стресі психічному.

Поряд з особистісними ознаками важливу роль відіграють характеристики соціального оточення, які є модераторами стресу.

Чим більше родичів і знайомих у людини, тим вищою є її стійкість до стресу. Це пов'язано не тільки з тим, що друзі реально захищають таку людину від стресорів, але і з тим, що близькі люди ніби беруть частину удару на себе. Людина, оточена доброзичливими людьми, відчуває їхню підтримку і легше сприймає загрозові фактори середовища. На противагу цьому, люди, що живуть самотньо або мають постійні проблеми в родині, сильніше піддаються стресові і частіше хворіють. Саме соціальна підтримка (задоволення потреби в близькості, захисті, інформації, розрядці, підтримці, заспокоєнні) впливає на характер поведінки людини після дії стресогенних факторів.

Висновки. Таким чином, психологічна стійкість – це складна якість особистості, в якій об'єднані: врівноваженість (рівновага), відповідність; стійкість, стабільність (постійність); опірність (резистентність).

Емоційна стійкість – це властивість, що характеризує індивіда у процесі напруженої діяльності, окремі емоційні механізми якої, гармонічно взаємодіючи між собою, сприяють успішному досягненню поставленої мети.

Стресостійкість характеризує стан фізичного, емоційного і психічного виснаження, викликаного тривалою включеністю в емоційно-напружені і значущі ситуації.

Збереження або підвищення стресостійкості особистості пов'язане з пошуком ресурсів, що допомагають їй в подоланні негативних наслідків стресових ситуацій. Під «ресурсами» мають на увазі внутрішні і зовнішні змінні, що сприяють психологічній стійкості у стресогенних ситуаціях.

ЛІТЕРАТУРА

1. Аммон Г. Психосоматическая терапия / [микроформа] / Гюнтер Аммон. – М.: РГБ, 2008. – 236 с.
2. Алексеева Елена Евгеньевна. Психология здоровья: учебное пособие / [Е.Е. Алексеева и др.]; под ред. Г. С. Никифорова. – Санкт-Петербург: Изд-во С. – Петербургского ун-та, 2008. – 607 с.

3. Корольчук М.С. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах / М.С. Корольчук, В.М. Крайнюк. – К.: Ника-Центр, 2006. – 580 с.
4. Крайнюк В.М. Порівняльний аналіз індивідуально-психологічних властивостей стресостійкості рятувальників у посттравматичний період / В.М. Крайнюк // Наука освіта: Наук.-практ. журн. Півден. наук. центру АПН України. Спецвипуск: Психологія особистості, досвід минулого - погляд у майбутнє. – 2004. – С.142-146.
5. Крайнюк В.М. Практикум з психології: Курс лекцій / Крайнюк В.М. – К.: КиМУ, 2002. –157 с.
6. Леонова А.Б. Основные подходы к изучению профессионального стресса / А.Б. Леонова // Вестник Московского ун-та. – 2000. –№ 3. – С.4-21.
7. Проблеми загальної та педагогічної психології: Зб. наук. праць Ін-ту психології ім.Г.С.Костюка АПН України / За ред. С.Д. Максименка. – К., 2004. – Т.6, вип.7. – С.155-162.
8. Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции / Ю.В. Щербатых. – С.Пб.: Питер, 2006. – 256 с.

УДК 159.9

Поляков І.О., начальник відділення впровадження психотренінгових технологій науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології УЦЗУ

ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ У АЛЬПІНІЗМІ

Статтю присвячено вивченню питання історичних аспектів психологічного дослідження альпінізму.

Ключові слова: спортивний альпінізм, промисловий альпінізм, Державна спеціалізована аварійно-рятувальна служба пошуку і рятування туристів МНС, екстрем, психологічне дослідження.

Актуальність проблеми. На сьогоднішній день мало робіт, присвячених психологічному дослідженню та психологічному забезпеченню альпіністів – спортсменів, альпіністів – промисловців та альпіністів-рятувальників МНС.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Проблемою психологічного забезпечення навчальних програм і програм підготовки в альпінізмі займаються Горін Ю.В., 1989, Захаров П.П., 1988 та ін. До теперішнього часу захищено дві дисертаційні роботи (Баштинский А.И., 1977 і Байковский Ю.В., 1989) і опубліковано ряд статей з психологічної і морально-вольової підготовки альпіністів (Лінчевський Є.Є., 1989; Романенко М.І. 1981; Мартинов І.А. і Мартинов А.І., 1989; Целовахін В.В., 1989 та ін.). Однак у цих роботах не відбито психологічний аспект навчання альпіністів подоланню екстремальних ситуацій.

Метою нашої роботи є вивчення питання історичних аспектів психологічного дослідження альпінізму.

Виклад основного матеріалу. Перші спілкування людей з горами ще у древні часи викликали в людей містичні й релігійні забобони. Вершина Олімп у Греції вважалася обителлю богів. Гора Фудзіяма завжди вважалася священною в Японії. Багато назв гір переводяться як "Мати богів", "Обитель богів", але найчастіше гори викликали у людей страх і поклоніння як місце мешкання таємничих сил. Найбільш древні сліди культури людини були знайдені на вершині Риффельхорна (Швейцарія) на висоті 2927 м і відносяться до бронзового століття – II-I вв. до н.е. Окремі випадки сходжень на вершини гір можна простежити, починаючи з XIII століття. Жертовні вівтарі індіанців Атакаменьо були побудовані поруч із вершиною Льюлайласо 6723 м, ще до відкриття Америки, приблизно в 1490 році. Свою безперервну історію як вид спорту альпінізм веде з 1850-х років. Початковий період розвитку пов'язаний з досягненнями, насамперед, британських альпіністів. Зародження вітчизняного альпінізму можна віднести до 1829 року. Ф. Паррот разом з вірменським письменником Х. Абовяном піднялися на Великий Арарат висотою 5156 м. Майже одночасно було зроблене сходження Кілара Хаширова на Східний Ельбрус (5621 м), у складі експедиції Російської Академії наук і військ Кавказької лінії під керівництвом генерала Г.Еммануеля. Першими альпіністами Російської імперії були вчені-мандрівники, топографи: П. Семенов-Тяньшанський, Н. Пржевальський, А. Федченко, І. Мушкетов, А. Пастухов. Український і Харківський альпінізм і туризм пов'язані з ім'ям Миколи Криленка, що вчився в Харківському Університеті (1914-1916рр.) і зробив кілька сходжень у швейцарських Альпах. Найбільш активний період становлення альпінізму й туризму в Харкові й Україні пов'язаний з ім'ям Михайла Тимофійовича Погребецького. З 1927 по 1933 р. він організував і провів 7 українських науково-спортивних експедицій у малодосліджені в той час райони Тянь-Шаню. 11 вересня 1931 року троє харків'ян – М. Погребецький, Б. Тюрін і Ф. Зауберер – зробили першосходження на вершину Хан-Тенгрі (6995 м), що тоді вважалася вищою точкою Тянь-Шаню. З вершини Хан-Тенгрі на півдні ті, хто сходили, побачили вершину, що за висотою могла суперничати з Хан-Тенгрі. Через 12 років експедиція військових топографів установила, що ця вершина майже на півкілометра є вищою й її було названо піком Перемоги (7439 м). Першосходження на вершину Хан-Тенгрі було першим висотним сходженням у країні, зробленим вітчизняними (радянськими) альпіністами. Це було найбільшим альпіністським досягненням того років. Західна преса докладно висвітлювала звіти про сходження на Хан-Тенгрі, відзначаючи, що "троє українців можуть із повним правом пишатися своїм успіхом – першою великою альпіністською перемогою у високогірному Тянь-Шані". У вітчизняному альпінізмі великою популярністю користується програма сходжень на всі семитисячники СРСР - СНД. Вона передбачає сходження на вершини вище 7000 метрів: пік Комунізму – 7495 м (нині – пік Самани), пік Перемоги (7439 м), пік Е.Корженевської (7105 м), пік Леніна (7131 м), Хан-Тенгрі (6995 м) (нові виміри показали висоту 7010 м) [1].

Історія промислового альпінізму нараховує не одну сотню років. Ще у вітрильному флоті виконувалися різні роботи в підвішеному на мотузках стані. Саме звідси у промисловий альпінізм «прийшло» багато вузлів. Роком народження альпінізму прийнято вважати 1786 рік – у цей час було підкорено найвищу вершину Альп – Монблан. Хоча історії відомі й більш ранні сходження, наприклад, сходження Петра I на гору Броккен або Франческо Петрарки на Мон-Венту – одну з альпійських вершин. Пізніше, в 1830 році, відбулося унікальне за сміливістю сходження на вершину шпиля Петропавлівського собору в Петербурзі. Його здійснив 23-літній селянин з Ярославської губернії Петро Телушкін. Необхідно було поправити ушкоджений хрест, що увінчує шпиль, але для цього було потрібно спорудити дорогі ліси. Петро Телушкін визвався зробити цю роботу за допомогою мотузкової петлі. Захлиснувши петлю навколо підстави шпиля й обв'язавшись нею, він, тримаючись за ребра покрівельних листів, що виступають усього на 5 сантиметрів, при величезному скупченні народу піднявся до самої підстави хреста й, зробивши необхідні виправлення, благополучно спустився назад. За цей подвиг Петро Телушкін був нагороджений срібною медаллю «За ретельність». Здавна людина прагнула до освоєння нових життєвих просторів. У результаті воєн, з релігійних мотивів або із цікавості, вона проникала усе вище в гори Альп, Гімалаїв, Кавказу, Середньої Азії. А для цього потрібно було, крім уміння пересуватися по гірському рельєфу займатися господарською діяльністю: будувати дороги й мости, будівлі й фортеці. І в наш час ці будівлі викликають замилювання: висічені у стрімких кам'яних стінах монастирі, печера Бетлеми на Кавказі, монастирське місто у скелях поблизу Севастополя. До цих споруджень важко добратися й із сучасним альпіністським спорядженням. Крім господарської, альпіністські навички були потрібні й в інших сферах життя. Альпіністська підготовка потрібна була армійським підрозділам, що діють у горах. Потрібним і корисним виявився альпінізм при науковому освоєнні гірських районів. Спочатку він був необхідним таким наукам про землю як гідрологія, геологія, географія, гляціологія. Потім альпінізм «знадобився» навколороземним і навіть неземним наукам: метеорології й астрономії. Виникла потреба у метеостанціях, розташованих у гірських районах. Постала потреба у високогірних обсерваторіях – адже гірське повітря, на відміну від рівнинного, майже не містить оптичних забруднень, викликаних промисловими. У Росії прикладному значенню альпінізму особлива увага приділялася вже з початку 20-го століття. У довоєнному альпінізмі головним, мабуть, був його «внесок» до географічного освоєння гірських районів, що «склалися» в ті часи в основному з «білих плям». Важко зрівняти із чим-небудь легендарні експедиції під керівництвом Отто Шмідта, Миколи Криленка. Хіба що з пішими походами сучасних аматорів «екстрема» до Північного полюса. У тридцятих роках видатні радянські альпіністи брати Віталій і Євгеній Абалакови допомогли геологам виявити родовище олова на Памірі. Послуги їх виявилися неоціненними для геологів саме тому, що, завдяки ретельним тренуванням на красноярських Стовпах, Абалакови стали прекрасними скелелазами. Під час Великої Вітчизняної війни альпіністи

покривали маскувальними чохлами золочені шпилі й куполи Ленінграда, рятуючи їх від бомбування. У числі цих альпіністів були О. Фірсова, А. Пригожаєва, Т. Візель, А. Земба, М. Шестаков, М. Бобров. У післявоєнний час альпінізм набув більше спортивної спрямованості, почався період здійснення складних і надскладних сходжень. Починається організація чемпіонатів світу з альпінізму. Одночасно зросла й потреба народного господарства в прикладному застосуванні альпінізму. З'являються альпіністи, що вибрали верхолазні роботи різного роду своєю професією. В 50-ті роки це були: сажотрус К. Клецко, малярі-висотники харків'яни П. Шило й Е. Калашников і багато інших [2].

Альпінізм – вид спорту високої психологічної напруженості. Як вид діяльності, що проходить в екстремальному середовищі, альпінізм характеризується підвищеним ризиком. Складна структура альпіністської діяльності висуває високі вимоги до рівня функціональної готовності, що, поряд з іншими компонентами, містить у собі і психічну готовність. Як відомо, адекватною реакцією на несподівані зміни ситуацій, що тягнуть за собою загрозу безпеці, є переадаптація. Однією з умов переадаптації людини до обстановки, пов'язаної із загрозою для життя, є готовність до дії в умовах, що зненацька змінюються (Лебедев В.І., 1989). Відомо також, що термін «екстремальні впливи» середовища може бути використаний тільки як сполучений з поняттям «екстремальний стан» (Китаєв-Смик Л.А., 1983). Тому питання функціональної готовності й питання адекватних психологічних станів у процесі навчання до подолання екстремальної ситуації є одними із основних.

У спортивній психології тема функціональної готовності спортсменів і керування психічним станом є актуальною і розробленою (П.К. Анохін, 1968; А.Ц. Пуні; Е.П. Ільїн 1978; А.В. Алексєєв, 1983; В.С. Фомін, 1984; Ю.Я. Кисільов, 1989; В.Ф. Сопов, 1995 і ін.).

Однак на відміну від інших видів спорту, де час виступу на змаганні є порівняно невеликим, в альпінізмі спортсмени мають справу зі сходженнями, які можуть тривати до декількох днів. Тому модель «оптимального бойового стану» спортсмена, що розрахована на керування в основному передстартовим станом, в альпінізмі є малоефективною. Для альпінізму необхідні моделі керування станом у тривалому періоді діяльності. Це вимагає системного підходу в описі взаємодії спортсменів з екстремальним середовищем у процесі сходження, що властиво і являє собою проблему [3].

Для вирішення цієї проблеми в роботі психічна напруженість в альпіністській діяльності розглядається як результат деякої диспозиції між вимогами екстремального середовища й можливістю особистості на конкретному етапі їхньої взаємодії. Цей підхід дозволяє диференційовано досліджувати й описати структуру і характер взаємодії особистості з екстремальним середовищем, виявити як конкретні фактори середовища, які породжують екстремальний стан у спортсменів, так і слабку ланку у функціональній системі організму людини і психологічних механізмах його життєзабезпечення. Це є основою для побудови системи психологічного забезпечення навчання подоланню екстремальних ситуацій альпіністами.

Альпінізм – специфічний вид людської діяльності, його зміст не вичерпується тільки спортивними аспектами. Це система знань, умінь і навичок, що дозволяють людині успішно й безпечно переборювати різні форми гірського рельєфу (скельний, льодовий, сніжний), тривалий час жити й працювати в умовах високогір'я. Альпінізм можна розглядати у двох площинах: як вид спорту високої психологічної напруженості і як вид професійної діяльності, що проходить у небезпечному середовищі, що характеризується підвищеним ризиком для життя й здоров'я його суб'єкта. Сучасний альпінізм як вид спорту сформувався одночасно з усією структурою радянського спорту в 30-х роках ХХ сторіччя. Альпінізм створив сприятливе середовище для формування цілого ряду гірських видів спорту. Спочатку вони виникали як види спеціальної підготовки альпіністів, а потім відділялися й перетворювалися в самостійні види спорту. Сформувався кілька напрямків прикладного альпінізму, що включає в себе всі види діяльності, пов'язані із застосуванням альпіністської техніки в гірських і міських умовах. Всі ці напрямки поєднує один важливий, фундаментальний момент – необхідність базової альпіністської підготовки, що базується на принципах забезпечення безпеки при здійсненні сходжень і дотриманні правил страхівки. Ми розглянемо альпінізм як прикладний вид професійної діяльності, що протікає в міських умовах. Промисловий альпінізм, або «промальп», – одна з популярних і, безсумнівно, перспективних сучасних робочих професій, пов'язана з підвищеним ризиком. Промисловий альпінізм – це спеціальна технологія виконання висотних робіт на промислових та інших об'єктах, при яких робоче місце досягається за допомогою підйому або спуску по мотузці, або з використанням інших альпіністських методів пересування і страхівки. При виконанні робіт методами промислового альпінізму застосовується, як правило, дві технології. Основна технологія – це спеціальна альпіністська технологія, що дозволяє швидко, оптимально, без застосування лісів, риштування або спеціальних машин і механізмів пересуватися у просторі й досягати потрібного місця. Друга технологія – спеціально розроблена технологія виконання виробничого завдання, що склалася історично в конкретній професійній сфері без спирання на альпіністські традиції, наприклад технологія монтажу, технологія ремонтних робіт і т.п. Потрібно сказати, що поняття "промисловий альпінізм" давно застосовується самими альпіністами, але в офіційному єдиному тарифно-кваліфікаційному довіднику робіт і професій робітників у нашій країні ця спеціальність з'явилася тільки у травні 2001 року. Але фактично таке поняття існує досить давно, з 40-х років ХХ століття. Тоді при будівництві ГЕС у гірських районах довелося залучати фахівців, що вміють працювати на гірському рельєфі. Навички спортивного альпінізму стали застосовувати для «оборки» гірських схилів (очищення від небезпечних каменів і зміцнення) біля доріг і закріплення небезпечних каменів, при рятувальних роботах. Під час Великої Вітчизняної війни альпіністські методи використовували при здійсненні світломаскування, маскування шпилів і куполів будинків. Зокрема альпіністи покривали маскувальними чохлами золочені шпилі й куполи Ленінграда – «золоті вершини» міста – Адміралтейство, Ісаакіївський собор, шпиль Петропавлівської фортеці. Ці

орієнтири без маскування були добре видні фашистам здалеку не тільки в сонячні дні, але й у місячні ночі. Купол Ісаакія й дзвіниці покрили кульовою олійною фарбою, Адміралтейський шпиль накрили величезним чохлам масою близько півтонни й обмотали реп-шнуром, щоб не парусив. Шпиль Петропавловки теж пофарбували... У числі альпіністів, що виконували ці роботи були О. Фірсов, А. Пригожаєв, Т. Візель, А. Земба, М. Шестаков і М. Бобров. Пік історії промальпу почався наприкінці 90-х років і був пов'язаний, у першу чергу, зі збільшенням поверховості в міському будівництві. Сьогодні промисловий альпінізм може серйозно конкурувати з різними видами проведення робіт на висоті, коли застосування піднімальних механізмів є не вигідним, утрудненим або взагалі технічно неможливим. Область діяльності промислових альпіністів є достатньо широкою: ремонтно-будівельні роботи на висотних конструкціях, мостах, зводах тунелів, у газоходах, димарях; покрівельні й фасадні роботи; ревізії споруджень і виявлення дефектів висотних конструкцій; реставраційні роботи; герметизація міжпанельних швів і віконних стиків; монтаж і демонтаж реклами, супутникових антен, кондиціонерів; миття вікон; видалення бурульок з дахів. Таким є далеко не повний перелік операцій, які може виконувати промисловий альпініст у міських умовах. Іноді люди замовляють нетрадиційні послуги, як от: родина може влаштувати сюрприз на Новий рік для дітей – запросити на свято Діда Мороза, що ввійде у квартиру через вікно.

Також знання і вміння альпіністів є необхідними у гірських районах для забезпечення безпеки в зонах туристичних баз, при проведенні експедицій та екскурсій, виробничої діяльності, на зйомках фільмів. Саме для цього було створено Державну спеціалізовану аварійно-рятувальну службу пошуку і рятування туристів МНС у вересні 2006 року. Основні завдання служби:

- забезпечення екстреного реагування підпорядкованих пошуково-рятувальних формувань в зонах їх відповідальності на надзвичайні ситуації, що спричинені туристичною діяльністю;

- загальне планування і контроль за проведенням підпорядкованими пошуково-рятувальними формуваннями в зонах їх відповідальності запобіжно-профілактичних заходів, що підвищують безпеку туризму;

- координація дій пошуково-рятувальних та аварійно-рятувальних формувань, які залучаються до пошуково-рятувальних, аварійно-рятувальних робіт та ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій регіонального та державного рівнів у зонах відповідальності [4].

Описуючи професійний простір діяльності альпініста, ми будемо спиратися на поняття небезпечного середовища. За визначенням «середовище» являє собою сукупність фізичних (природних), природно-антропогенних (культурних ландшафтів, населених місць) і соціальних факторів життя людини. Відповідно небезпечним воно буде у випадку, якщо вищевказані фактори породжують в організмі людини або граничний, або поза межний стани, що роблять неможливим його подальше функціонування. Необхідно акцентувати увагу на тім, що небезпечне середовище всіма дослідниками розглядається через призму можливостей людини. Для опису небезпечного

простору професійної діяльності потрібно одночасно враховувати як вимоги небезпечного середовища, так і можливості людини. Причому мають бути враховані впливи на людину всіх факторів у їхній сукупності. Ми вважаємо за можливе використовувати поняття «екстрема» як співвідношення вимог середовища й можливостей особистості з їхньої реалізації, уведене А.Г. Погореловим [5]. Результуючим поняттям, що виражає прояв екстрема й може бути використане для опису небезпечного простору діяльності, на наш погляд, є фактор ризику. Під фактором ризику ми розуміємо такий фактор, дія якого на людину може привести її до позамежного стану, тобто під впливом такого фактора організм людини може бути зруйнований. Ми припускаємо, що міра ризику, безпеки діяльності промислового альпінізму визначається рівнем екстрема середовища, фізіологічною природою альпініста та його індивідуально-особистісними типологічними властивостями. Людина освоює небезпечне середовище, використовуючи свою готовність і адаптивні можливості. У процесі подолання висотних бар'єрів людина перебуває у стані межі своїх можливостей; у цей момент простором діяльності є фізіологічна природа людини та її самість, а пізнає її особистість як суб'єкт діяльності. Таким чином, умови екстремального середовища можуть бути використані особистістю для пізнання себе або подолання внутрішніх бар'єрів свого розвитку. Екстремальні умови діяльності висувають високі вимоги до рівня психологічної стійкості промислового альпініста. Говорячи про специфіку промислового альпінізму, необхідно відзначити ще один важливий аспект – це вид діяльності із завданнями з різних напрямів. Досягнення основної трудової мети (виконання висотних робіт у безпорному просторі) породжує іншу мету – самозбереження, і, таким чином, зароджується конфлікт між мотивом досягнення результату й мотивом запобігання небезпеці. Нерідко зустрічаються ситуації, коли основна трудова мета відкидається через неможливість досягти безпеки у процесі діяльності. Виходячи із цього, в основу аналізу діяльності промислового альпініста покладено 3 фактори: 1) успішність як досягнення трудової мети; 2) «досягнення» як саморозвиток, подолання себе; 3) безпека діяльності. Необхідно відзначити, що метою, яка визначає мотив безпеки, є зниження екстрема до рівня адекватного можливостям промислових альпіністів. Це може досягатися або вибором екстремального середовища більше низького рівня, або підвищенням функціональних і резервних можливостей «промальпу». Метою, що визначає мотив досягнення (як мотив саморозвитку, подолання себе), є подолання значущою для особистості рівня екстремального середовища. У цьому зв'язку підвищення функціональних і резервних можливостей промислового альпініста може бути спрямоване як на досягнення трудової мети, мотиву досягнення (як саморозвитку), а також мотиву безпеки. Наприклад, альпініст Олег Гаврилін пригадує миття й ремонт будівлі Білого дому восени 1993 року. «Нам тоді повезло – ми за рік до пожежі обстежили цей будинок, відбивали кожну плиточку, у нас залишилися зв'язки й договір. І от у жовтні 1993 приїхали хлопці вночі й говорять: «Поїхали, почалася робота». Ми тижня два дуже ретельно там працювали. Будинок був увесь чорний, у сажі. Звичайно, було залучено дуже

великі організації – трести, БМУ. Але, може бути, через те, що ми почали раніше, та й просто були активнішими й мобільнішими, нам випало виконувати дві третини всіх робіт з миття. Мили мийними апаратами високого тиску; там працювали військові хіміки, вони давали якісь спеціальні препарати для відмивання. Я особисто спилював герб на флаговій вежі – саме міняли герб СРСР на російського орла. Грамоту навіть дали – «За самовіддану працю при відновленні комплексу будинків Будівлі уряду РФ на Краснопресненській набережній», підписану Черномирдіним»» (Ігор Турчанінов, майстер спорту з альпінізму). Цілями, що визначають мотив запобігання невдачі, є або подолання занадто високого рівня екстрема, коли неуспіх не буде засуджений значущим соціальним оточенням, або свідомо низького, коли успіх гарантований. Таким чином, мети мотиву безпеки й мотиву запобігання невдачі будуть загальними тільки у другому випадку, коли немає необхідності в підвищенні функціонального рівня альпініста. Ключовим моментом успішності й гарантією безпеки є контроль із боку альпіністів за розвитком ситуації. Причому контроль на різних рівнях активності – фізичному, психологічному й соціальному. Цей аспект відзначають багато спортсменів і фахівці, що займаються екстремальними видами діяльності: «Спортсмен, що йде на ризик, має сильне відчуття реальності, розвинуте здатністю емоційного контролю». Спостереження за навколишнім оточенням, за тими умовами, в яких доводиться здійснювати діяльність, є дуже значимим для успішного й безпечного виконання діяльності. Як правило, промислові альпіністи вивчають об'єкт (місцевість), щоб уникнути помилок. Усе, що може статися під час виконання роботи, буде залежати від раптової зміни умов (відсутності або наявності снігу, дощу і т.п.), і тоді промисловий альпініст «потрібно розраховувати на вміння контролювати свої дії, щоб правильно зманеврувати у відповідь на несподіванки, які може «піднести» середовище». Втрата контролю за розвитком ситуації призводить до несприятливого розвитку подій. Аналіз окремих нещасних випадків, що можуть статися у промисловому альпінізмі, говорить про те, що нещасні випадки в цій професії трапляються найчастіше внаслідок недбалості або через неухважність. Якщо у звичайного працівника утома позначається тільки на зменшенні продуктивності, то для промислового альпініста утома є неприйнятною, тому що безпека працівника прямо пов'язана з його діяльністю, тобто якщо промисловий альпініст почуває себе утомленим, він має припинити трудову діяльність. Ніяке надійне спорядження не врятує альпініста, якщо він неухважний. Олег Гаврилін, промисловий альпініст, відзначає: «Найбільш небезпечно – це коли вже накопичується утома. Все-таки коли знаходиться багато днів на висоті, увага притупляється. Був випадок: хлопець неухважно подивився, не відключив фарбувальний пістолет (а це тиск 100 - 150 атмосфер). Спускався по мотузці із притиснутим до грудей пістолетом і випадково нажав курок – загнав фарбу під шкіру. Але взагалі я вважаю, що якщо є кваліфікація й усе робити правильно, те це достатньо безпечна робота».

З досвіду Дмитра Чорного, провідного аналітика компанії Knight Frank, у секторі промислового альпінізму ніколи не проводилися які-небудь якісні або кількісні дослідження. Альпіністи взагалі і промислові зокрема, – далеко не

самогубці й дуже чітко орієнтовані на дотримання правил техніки безпеки. Загальні правила – працювати на двох мотузках (одна може ушкодитися, наприклад, перетершись об край даху), особисто перевіряти своє спорядження, користуватися спеціальними підвісними альтанками для зручної роботи, не працювати в погану погоду. На відміну від гір, більшість нещасних випадків у «промальпі» пов'язана з людським фактором – будівельники, що працюють поруч, псують мотузки, технічні фахівці будинку погано кріплять конструкції, незадоволені мешканці не дають правильно організувати страховку й т.д. Для безпечного виконання моторних дій необхідно виробити адекватну оцінку ситуації. У той же час ефективний контроль припускає також прогноз зміни ситуації і своїх дій. Це вимагає підходити до роботи в екстремальному середовищі з позиції розгляду його як функціональної системи, що поряд з моторними містить у собі оцінні й когнітивні компоненти. Б.Д. Ельконін говорив, що побудувати дію завдання не менш важко, ніж побудувати предмет. Побудова моделі дії – необхідна умова для підвищення безпеки альпіністської діяльності. Важливими складовими психічного компонента для альпіністів є: психічний стан (напруженість, стійкість та ін.), психічна працездатність і психічні якості альпініста. Невміння контролювати свій стан і керувати ним приводить до дезінтеграції психічних функцій і неузгодженості дій. Це підтверджують дослідження багатьох авторів. Болгарський дослідник Б. Мартинов до безпосередніх причин, що породжують нещасні випадки, відносить:

- а) вплив неадекватних емоційних станів, афекту, апатії й т.п.;
- б) відсутність елемента творчості, передбачення й кмітливості;
- в) відсутність уваги;
- г) ухвалення неправильного рішення;
- д) стомлення.

Висновки. Підводячи підсумки, ми вважаємо важливим підкреслити необхідність розробки програми психологічного забезпечення альпіністів-спортсменів та промислових альпіністів. Зараз готується емпіричне дослідження, присвячене вивченню професійної адаптації й реабілітації цих зазначених контингентів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Молодёжный спортивный портал: [Електронний ресурс]. - <http://sport.kharkov.ua/alpinism/alpinism-history/php>.
2. Абалаков А.Е. Триумф и трагедия великого альпиниста [Електронний ресурс]. - <http://risk.ru/users/tom/1846/>
3. Гофштейн А.И., Мартынов А.И. Промальп в ответах на вопросы. — М.: ТВТ Дивизион, 2005. — 112 с.
4. Наказ МНС України від 13.09.06 № 606 «Про удосконалення діяльності ДСВАРС МНС України» [Електронний ресурс].- Режим доступу до наказу: <http://www/mns.gov.ua>
5. Погорелов А.Г. Обучение преодолению экстремальных ситуаций альпинистами на этапе их профессиональной подготовки: дисс. ...кандидата

психол. наук : 19.00.07 / Погорелов Александр Григорьевич. - М., 2003. – 226 с.

УДК 343.102:159.2

*Потанчук Є.М., д. психол. н., професор, Національна академія ДПСУ;
Ільтяй М.П., Департамент виконання покарань*

СПІВРОБІТНИК УСТАНОВИ ВИКОНАННЯ ПОКАРАНЬ ЯК СУБ'ЄКТ ВПЛИВУ НА СВОЄ ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я

У статті проаналізовані теоретичні підходи до проблеми впливу на психічне здоров'я різноманітних соціально-психологічних факторів. Доведено, що співробітник установ виконання покарань є суб'єктом впливу на власне психічне здоров'я.

Ключові слова: співробітник установ виконання покарань, психічне здоров'я, пенітенціарна система.

Актуальність проблеми. Аналіз наукової літератури [1-12] дозволяє зробити висновок про те, що серед усіх суб'єктів впливу на психічне здоров'я особистості, незалежно від умов її діяльності, особлива роль належить їй самій. Враховуючи, що сферою наших інтересів є психічне здоров'я співробітників установ виконання покарань (співробітника УВП), виникає потреба при визначенні суб'єктів впливу на психічне здоров'я співробітника окремо приділити увагу його ролі в цьому процесі.

Саме тому **метою** цієї статті ми визначили аналіз ролі співробітника УВП як суб'єкта впливу на своє психічне здоров'я. Ми маємо на увазі здатність представника пенітенціарної системи так організувати свою діяльність та міжособистісні взаємини, які б не лише не становили загрози його психічному здоров'ю, а й сприяли б його збереженню.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Така діяльність має бути складовою самозбережувальної поведінки особистості, під якою, наприклад, А. Антонов розуміє систему дій і відношень, що обумовлює стан здоров'я та тривалість життя індивіда [2, с. 328]. У свою чергу В. Панкратов таку діяльність називає психологічним самоуправлінням [10, с. 34]. Враховуючи вищесказані висловлювання, а також специфіку кримінально-виконавчої служби, вважаємо, що потрібно вести мову про здатність співробітника УВП бути суб'єктом психологічного самоуправління (саморегулювання) і свідомо впливати на власні психічні явища (процеси, стани, властивості), на власну діяльність та поведінку для підтримання (збереження) чи зміни характеру їх протікання (функціонування). При цьому важливо звернути увагу на те, що як об'єкт самоуправління співробітника УВП можуть виступати не тільки притаманні йому психічні явища, а й власна поведінка та діяльність.

Виклад основного матеріалу. Загалом, на нашу думку, потреба розглядати співробітника УВП як суб'єкта впливу на власне психічне здоров'я зумовлюється тим, як він сам здатний сприймати та усвідомлювати все те, що

пов'язано з виконанням ним різноманітних соціальних ролей загалом та ролі «представника пенітенціарної системи» зокрема. Адже, як зазначає Н. Грішіна, суперечливі проблеми, які порушують діяльнiсну сферу особистості, можуть переживатися як рольові конфлікти, а саме: конфлікт «Я-роль» та міжрольовий конфлікт. Під конфліктом «Я-роль» вона розуміє протиріччя, що виникають між вимогами ролі та можливостями особистості через нездатність людини відповідати вимогам ролі (наприклад, у нашому випадку – працювати із засудженими), або ж через небажання відповідати своїй ролі виникає проблема вибору. Далі автор вказує, що «людина може чи вибрати роль та змінити себе, чи відмовитися від ролі, або ж знайти компромісний спосіб зняття чи послаблення цього протиріччя» [4, с. 84]. Однак з такою думкою Н. Грішіної ми не можемо повністю погодитися, коли мова йде про представника пенітенціарної системи. Не дивлячись на те, що співробітники УВП перебувають під захистом держави і мають усю повноту прав і свобод, закріплених Конституцією України, ці права і свободи суттєво обмежуються особливостями кримінально-виконавчої служби, які визначаються законами України та іншими нормативно-правовими актами. Зазначимо, що в умовах кримінально-виконавчої служби в людини суттєво обмежена можливість вибору. По-друге, небажання співробітник УВП відповідати своїй ролі передбачає дисциплінарну, адміністративну, цивільно-правову та кримінальну відповідальність згідно із законом. Звідси ми можемо зробити висновок про те, що у будь-якому випадку людина, перебуваючи в умовах кримінально-виконавчої служби, буде переживати конфлікт «Я-роль». Однак лише від неї самої буде залежати, як переживати цей конфлікт, як знайти компромісний спосіб зняття чи послаблення існуючого протиріччя. Ця думка підкреслює роль співробітника УВП як суб'єкта впливу на власне психічне здоров'я.

Крім вищесказаного, потрібно звернути увагу на те, як співробітник УВП здатний сприймати вплив значних фізичних та психічних навантажень. Адже служба, наприклад, в підрозділах організації охорони, нагляду і безпеки має свої особливості. Її бойовий характер потребує готовності всього особового складу до дій в найскладнішій обстановці, особливо за надзвичайних обставин [6]. Специфіка діяльності співробітників УВП характеризується високим напруженням, що закономірно відбивається на психічному рівні особистості у вигляді тривоги, страхів, стресів тощо. Насамперед, це зумовлено наявністю небезпеки для життя та здоров'я співробітника УВП, особливо при супроводі, затриманні небезпечних злочинців. Це, у свою чергу, вимагає від персоналу високої професійної виучки, вміння діяти сміливо та рішуче. Іншими словами, йдеться про психічне вираження зв'язку суб'єкта (співробітника УВП) та об'єкта (реальності кримінально-виконавчої служби).

Перебуваючи під впливом різноманітних факторів, пов'язаних з охороною засуджених, співробітник УВП не може байдуже відноситися до своєї роботи. Залежно від індивідуально-психологічних особливостей це переживається ним по-різному. У переживаннях відображається оцінка співробітником УВП тих чи інших явищ (наприклад, поведінки засуджених: провокації, погрози, ігнорування вимог режиму та ін.), спонукання до дій, передбачення їх

наслідків. Потрібно також сказати про те, що у переживаннях поєднується реальне й ідеальне. Адже, як вказує Т. Кириленко, «...ситуація, яка викликала задоволення чи незадоволення, постає в наших переживаннях ідеально, у формі образу. Ці переживання завжди реальні. Так, подія вже минула, а ми переживаємо страх, коли згадуємо про неї, або печаль, якщо згадуємо про розлуку» [8, с. 199]. Отже, все сказане дає нам підстави розглядати співробітника УВП як суб'єкта впливу на своє психічне здоров'я.

На нашу думку, при розгляді цього питання, перш за все, потрібно приділити увагу аналізу досліджень природи патогенної поведінки людини та ролі її мислення у подоланні руйнівного впливу негативних емоцій.

Ми вважаємо, що мислення як психічний процес відображення дійсності є вищою формою творчої активності особистості [3, с. 310] має виконувати роль регулятора, в першу чергу, особистісного сприйняття, емоцій та почуттів. При цьому, перш за все, потрібно звернути увагу на такий процес мислення особистості як рефлексія. Адже саме цей процес дозволяє людині аналізувати, розуміти, усвідомлювати себе: власні дії, поведінку, мовлення, досвід, почуття, стани, здібності, характер, відношення до чогось чи когось, свої завдання призначення тощо. Рефлектуючи, співробітник УВП виступає в ролі суб'єкта впливу на своє психічне здоров'я. Очевидно від результатів рефлексії буде залежати, який саме вплив здійснює особистість на своє здоров'я: позитивний чи негативний. Однак лише при позитивному впливі ми можемо говорити про співробітника УВП як суб'єкта збереження власного психічного здоров'я. Адже саме в цьому випадку він буде відчувати позитивні (стенічні) емоції та психічні стани. Власне щодо емоцій, то, наприклад, на думку Ю. Орлова, кожна емоція є продуктом розуму [7]. Він вказує, що розумова поведінка у людини може бути різною. При патогенному мисленні стрес, напруженість можуть посилюватись і підвищувати ймовірність виникнення психічних розладів. Джерелом патогенного мислення є роздуми, уявлення, пов'язані з образою, соромом, заздрістю, невдачею, страхом, іншими негативними емоціями. Кожна емоція може мати згубний вплив, якщо вона повністю керує поведінкою людини, цілком володіє нею. Однак дослідник зазначає, що є й інший тип мислення, який, навпаки, сприяє подоланню негативних емоцій. Це мислення має назву саногенне, тобто оздоровче. Слід звернути увагу на те, що патогенне мислення не є патологічним процесом, однак воно має певні риси, через які може породжувати хворобу [9, с. 103].

Досліджуючи силу думки та її прояви у поведінці людини, В. Панкратов прийшов до висновку, що «розумова енергія, яка організована у вигляді думки, володіє величезною силою. Кожна наша думка впливає на нас. Міцність нашого тіла, інтелект, успіх у житті та насолода, яку ми даємо іншим людям, – все залежить від природи та якості наших думок» [10, с. 208]. Крім цього, він вказує, що людина є тим, що вона про себе думає, перетворюється в образ того, про кого думає, наші клітини «прислухаються» до наших думок і змінюються самі. Вказана думка науковця також вказує на те, що кожна людина здатна впливати на стан свого душевного благополуччя.

Загалом дослідники (О. Алексєєв, В. Панкратов) вважають, що існує

декілька рис патогенного мислення [9; 10]. Враховуючи їх думку, слід виділити декілька основних рис патогенного мислення, які можуть бути характерними для співробітника УВП як суб'єкта впливу на власне психічне здоров'я:

1. Мрійливість і відрив від реальності, внаслідок чого мимовільність уяви переноситься на негативні образи, які сприяють виникненню мимовільних емоційних та інструментальних реакцій. Якщо у співробітника УВП відсутня звичка контролювати і стримувати вільний перебіг образів уяви та думок, серед яких можуть бути і шкідливі, то, залишаючись наодинці з собою, наприклад, перед сном або ж при охороні та обороні об'єктів виправних колоній та слідчих ізоляторів, співробітник може потрапити під їх руйнівний вплив.

2. Акти мимовільного розмірковування та уявлення співробітника УВП можуть поєднуватися з певними переживаннями і набувати великої енергії почуттів, що сприяє накопиченню негативного досвіду. Цьому сприяють і специфічні умови кримінально-виконавчої служби. Через те співробітник УВП з такою рисою, як правило, не може самостійно звільнитися від такого мислительного процесу. Для цього йому потрібна кваліфікаційна допомога фахівця та спеціальне навчання.

3. Відсутність у співробітника УВП рефлексії, тобто здатності розглядати свій стан, аналізувати його, виявляти фактори впливу і причинні зв'язки. Характерною для нього може бути також повна зануреність у ситуацію, повне злиття «Я» з образами, що виникають у свідомості. Ці образи заряджаються енергією нашого «Я», набувають включеного «магнетизму», притягають інші образи, створюють цілі комплекси, насичені надзвичайною емоційною енергією. Внаслідок цього формуються надмірні, негативні реакції, які можуть перетворитися у стереотипи чи звички патогенного типу.

4. Наявність у співробітника УВП тенденції створювати у собі та зберігати певні утворення (образу, ревнощі, страх, сором), повна відсутність потягу до звільнення від цих переживань, нерозуміння того, що саме ця тенденція поступово призводить до формування патології. Вказана риса звичайно поєднується з психологічною неосвіченістю, а іноді й з неприйняттям принципів та правил психогігієни.

5. Неусвідомленість тих розумових операцій, які породжують емоції, коли людина не може ні розуміти, ні контролювати автоматизовані дії свого розуму. Через те такому співробітнику УВП може бути притаманне ставлення до емоцій як до реальності, котра не залежить від свідомості, породжується сама собою і якою не можна керувати.

Аналіз описаних нами рис патогенного мислення співробітника УВП вказує на те, що в цьому випадку ми повинні вести мову про особистість як суб'єкта негативного впливу на власне психічне здоров'я. Однак в контексті вирішення проблеми збереження психічного здоров'я співробітників УВП нас більше цікавить особистість як суб'єкт позитивного впливу на власне психічне здоров'я. Звідси виникає потреба проаналізувати погляди дослідників щодо саногенного мислення людини.

На думку В. Рибалки, саногенне мислення, на відміну від патогенного, потребує значно більшого особистісного напруження, бо реалізується не як

мимовільний процес, а як довільне, свідоме мислення, що потребує певної організації та попереднього навчання та виховання особистості [9, с. 105]. Щодо інших поглядів, то, згідно Ю. Орлову, саногенному мисленню притаманні особливості, протилежні відповідним рисам патогенного мислення. Для такого мислення характерний динамізм зв'язку особистості зі світом образів, у якому відображаються життєві ситуації. У процесі саногенного мислення суб'єкт відокремлює себе від власних переживань і спостерігає за ними. Він може відтворювати стресову ситуацію на тлі спокою та концентрації уваги, пристосовується до неї. Слід також звернути увагу на те, що важливим є розуміння людиною тих психічних станів, які нею контролюються.

Зазначимо, що поява кризових станів у співробітників УВП визначається, перш за все, характером ситуації й індивідуально-психологічними особливостями особистості (тривожною підозрілістю, надмірною чутливістю, демонстративністю, емоційною нестійкістю).

Загалом, за свідченням дослідників [5; 6; 11 та ін.], небезпека кризових станів для співробітників УВП полягає у тому, що вони є підґрунтям для появи: суїцидальної поведінки; наркотичних та алкогольних проявів; емоційного розгальмування; страхів та апатії; порушення службової дисципліни та чинного законодавства; втягування у протиправну діяльність тощо. Цілком очевидним є те, що все перераховане вище, у свою чергу також буде мати негативний вплив на психічне здоров'я співробітників УВП.

Продовжуючи розгляд співробітника УВП як суб'єкта впливу на своє психічне здоров'я, потрібно окремо сказати про значення його схильностей, або ж звичок у цьому процесі. Ми маємо на увазі шкідливі потяги, прагнення чи бажання співробітників УВП: вживати спиртні чи наркотичні речовини; конфліктувати, обманювати та інше. Фахівцями вже давно доведено, що все це має негативний вплив як на фізичний, так і на психічний стани людини [7; 21]. Отже, вживаючи наркотичні чи токсичні речовини, конфліктуючи, обманюючи інших, співробітники УВП також здійснюють негативний вплив на своє психічне здоров'я.

Підсумовуючи все сказане вище, ми дійшли висновку, що вплив співробітника УВП на своє психічне здоров'я зумовлюється його ставленням до здоров'я загалом. Під поняттям "*ставлення до здоров'я*" ми розуміємо систему індивідуальних, виборних зв'язків особистості з різними явищами оточуючої дійсності, які сприяють чи, навпаки, загрожують здоров'ю людей, а також певну оцінку індивідом свого фізичного та психічного стану [12]. Існує й інше визначення цього поняття, наприклад «як сукупності інтелектуальних описів (уявлень) здоров'я людини, комплексу емоційних переживань і відчуттів, а також її поведінкові реакції з однієї сторони, і як особливе ставлення до здоров'я, що виражається в усвідомленні його цінностей та активно-позитивному намаганні його удосконалювати» (В. Ананьєв) [1, с. 62-63]. Загалом, порівнявши ці визначення, можна дійти висновку, що вони є тотожними. Однак більшість науковців віддають перевагу поняттю «ставлення до здоров'я», мотивуючи це тим, що воно є більш обґрунтованим з позиції теорії особистості.

Враховуючи загальну сутність цього поняття, ми можемо стверджувати, що ставлення співробітників УВП до здоров'я є одним із найголовніших елементів самозбережувальної поведінки. Звідси виникає потреба виділити основні компоненти ставлення представників кримінально-виконавчої служби до психічного здоров'я. Враховуючи думку фахівців (В. Кохана, Г. Нікіфорова, Р. Березовської та ін.), до таких компонентів слід відносити: когнітивний, емоційний та мотиваційно-поведінковий. При цьому когнітивний компонент характеризує знання співробітника УВП про своє психічне здоров'я, розуміння ролі цього здоров'я для життєдіяльності, знання основних факторів, які негативно (шкодять) чи позитивно (зміцнюють) впливають на психічне здоров'я людини. Щодо емоційного компонента, то він відображає переживання і почуття співробітника УВП, пов'язані зі збереженням його психічного здоров'я, а також особливості емоційного стану, зумовлені погіршенням фізичного чи психічного самопочуття. Мотиваційно-поведінковий компонент визначає місце психічного здоров'я в індивідуальній ієрархії термінальних та інструментальних цінностей співробітника УВП, особливості мотивації у сфері психічного здоров'я, а також характеризує особливості поведінки у сфері психічного здоров'я, ступінь дотримання людиною здорового способу життя, особливості поведінки у випадках погіршення психічного здоров'я.

Висновки. Загалом розгляд теоретичних основ впливу співробітника УВП на своє психічне здоров'я дозволяє зробити висновок про те, що на цей процес суттєво впливають: професійна діяльність представників кримінально-виконавчої служби та здатність співробітника УВП до рефлексії. Залежно від індивідуально-психологічних особливостей співробітника УВП цей вплив може мати як позитивний, так і негативний характер. Лише при позитивному впливі співробітник УВП може виступає в ролі суб'єкта збереження свого психічного здоров'я. Звідси, на нашу думку, серед перспективних напрямків подальших розвідок даної проблеми є *проведення* емпіричного дослідження психічного здоров'я співробітників установ виконання покарань та *розробка* програми збереження психічного здоров'я цього контингенту осіб.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ананьев В. А. Введение в психологию здоровья: Учеб. пособие. – СПб.: Изд-во БПА, 1998. – 279 с.
2. Антонов А. И. Микросоциология семьи (методология исследования структур и процессов): Учебн. пособие для вузов. – М.: Издательский Дом “Nota Bene”, 1998. – 360 с.
3. Большой психологический словарь / Сост. и общ. Ред. В. Мещеряков, В. Зинченко. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. – 672 с.
4. Гришина Н. В. Психология конфликта. – СПб.: Издательство “Питер”, 2000. - 464 с.
5. Кохан В. Г. Діяльність військового керівника по збереженню психічного здоров'я військовослужбовців: дисертація канд. психол. наук:

19.00.09 / В.Г. Кохан; Нац. акад. Прикордон. військ України ім. Б. Хмельницького. – Хмельницький, 2003. – 182 с.

6. Львовичкін В. А. Психічні стани особистості в установах виконання покарань: монографія / Львовичкін В.А., Томчук М.І., Якимчук Т.В. – Хмельницький: Вид-во ТОВ «Поліграфіст», 2003. – 148 с.

7. Орлов Ю. М. Восхождение к индивидуальности: Книга для учителя. – М.: Мысль, 1991. – 164 с.

8. Основи психології: Підручник/ За загальною редакцією О.В. Киричука, В.А. Роменця. - К.: Либідь, 1996. - 632 с.

9. Основи практичної психології / В. Панок, Т. Титаренко, Н. Чепелєва та ін.: Підручник. К.: Либідь, 1999. –536 с.

10. Панкратов В. Н. Саморегуляція психического здоров'я: Практическое руководство. – М., Изд-во Института Психотерапии, 2001. – 352 с.

11. Потапчук Є. М. Соціально-психологічні основи збереження психічного здоров'я військовослужбовців: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня докт. психол. наук: спец. 19.00.09 / Є.М. Потапчук; Нац. акад. Держ. прикордон. служби України ім. Б. Хмельницького. – Хмельницький, 2004. – 32 с.

12. Психология здоровья: Учебник для вузов / Под ред. Г. С. Никифорова. – СПб.: Питер, 2003. – 607 с.

УДК 614.84

Приходько Р.В., викладач кафедри УОДСЦЗ УЦЗУ;

Калашніков О.О., к.т.н., викладач кафедри УОДСЦЗ УЦЗУ;

Ляшевська О.І., викладач кафедри УОДСЦЗ УЦЗУ

ПРИНЦИПИ ТА МЕТОДИ УПРАВЛІННЯ КЕРІВНИМ ПЕРСОНАЛОМ СЛУЖБИ ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ УКРАЇНИ

Стаття присвячена актуальній проблемі, оскільки принципи управління персоналом визначають головний зміст наукової і практичної діяльності у сфері служби цивільного захисту, а методи управління керівним персоналом представляють собою засоби і прийоми впливу на керівників з метою досягнення поставлених в Україні цілей щодо реформування і модернізації служби цивільного захисту. У статті аналізуються різноманітні підходи багатьох вітчизняних і зарубіжних авторів до визначення загальних і специфічних принципів управління керівним персоналом, їх визначення і класифікації, розкривається сутність основних методів управління керівним персоналом служби цивільного захисту.

Ключові слова: управління, керівний персонал, служба цивільного захисту України.

Актуальність проблеми. Спеціально уповноважений центральний орган виконавчої влади, до компетенції якого віднесені питання цивільного захисту, є одним з найважливіших механізмів державного управління у сфері цивільного захисту. Задіяний в питаннях забезпечення захисту населення і територій від надзвичайних подій техногенного і природного характеру керівний персонал забезпечує виконання завдань, функцій і повноважень органів державної влади.

Саме тому у сфері цивільного захисту питанням вироблення і реалізації принципів і методів управління надається важливе значення.

Аналіз останніх досягнень та публікацій.Проблему принципів і методів управління персоналом досліджували такі вітчизняні та зарубіжні вчені, як Т.Ю. Базаров, Б.А. Єрьомін, А.П. Єгоршин, Н.Р. Нижник, Ю.Г. Одегов, О.Ю. Оболенський, О.І. Турчинов, Г.В. Щокін та інші [1-10].

Управління персоналом здійснюється на підставі основоположних принципів. Принципи у сфері управління персоналом – це основні, вихідні положення, що визначають головний зміст наукової і практичної діяльності в цій сфері, включаючи побудову системи управління персоналом, механізми її функціонування, організаційну культуру [6, с. 285]. У науковій і навчальній літературі існують різні підходи до визначення принципів управління персоналом. А.М. Аверін і А.Я. Кібанов виділяють наступні принципи управління персоналом:

- автономність – відносна самостійність різних ланок управління персоналом;
- адаптивність – гнучкість і пристосування управління персоналом до умов, що постійно змінюються;
- винагорода персоналу за результатами праці;
- ієрархічність – взаємодія між ланками управління персоналом на різних рівнях управління;
- колегіальність – взаємодія співробітників служби управління персоналом;
- комплексність – врахування чинників, які впливають на управління персоналом;
- концентрація – ліквідація дублювання і концентрація в управлінні персоналом на вирішення поставлених перед організацією завдань;
- багатоаспектність – використання різноманітних каналів в управлінні персоналом: адміністративного, правового та ін.;
- науковість – використання в управлінні персоналом наукових результатів;
- оперативність – своєчасне прийняття рішень;
- оптимальність – багатоваріантність і вибір найбільш оптимального варіанту;
- перспективність – врахування перспективи розвитку організації;
- плановість – планування роботи з персоналом;
- добір і розстановка кадрів – відповідність працівників їх кваліфікації і здібностям, потребам та інтересам організації;
- наступність – наявність спільної основи при вдосконаленні системи управління персоналом;
- ротація – вміння виконувати функції інших працівників;
- узгодженість – погоджені взаємовідносини між ланками управління персоналом;
- спеціалізація – розподіл праці між керівниками, спеціалістами і службовцями;
- стійкість системи управління персоналом;

• економічність – ефективна організація і зниження затрат на управління персоналом [1, с. 18-20; 3, с. 32-35].

На думку Ю.Г. Одегова, принципи роботи з персоналом можна розподілити на загальні принципи і принципи організації роботи з персоналом. До загальних принципів він відносить наступні: ефективність, прогресивність, перспективність, комплексність, оперативність, оптимальність, простота, науковість, ієрархічність, автономність, узгодженість, стійкість, багатоаспектність, плановість, винагорода, добір і розстановка, ефективна зайнятість, ротація, а до принципів організації роботи з персоналом: оптимальне співвідношення управлінської орієнтації, концентрація, спеціалізація, паралельність, адаптивність (гнучкість), наступність, неперервність, ритмічність, технологічна єдність, комфортність, колегіальність в управлінні [6, с. 286-289].

Г.В. Щокін вважає, що ключовим в управлінні персоналом являється принцип добору і розстановки кадрів за їх особистісними і діловими якостями. Являючись наріжним каменем кадрової політики, він передбачає:

- наступність кадрів на основі систематичного добору і підготовки нових працівників;
- забезпечення умов для постійного підвищення ділової кваліфікації кадрів;
- чітке визначення прав, обов'язків і відповідальності кожного працівника;
- поєднання досвідчених працівників з молодими кадрами;
- забезпечення умов для професійного і посадового просування кадрів на підставі обґрунтованих критеріїв оцінки їх діяльності та особистих якостей;
- поєднання довіри до кадрів з перевіркою виконання [10, с. 20].

Відомий російський вчений А.І. Турчинов вказує на те, що від персоналу потрібно не лише інтуїтивне знання принципів, а й наукове уявлення про їх систему, класифікацію, механізм використання. Він також виділяє групи принципів, котрі умовно можна розділити на загальні і специфічні, що визначає їх особливу роль в управлінні персоналом органів державної влади. Серед загальних принципів управління персоналом він виділяє, перш за все, принципи: розподілу праці, дисципліни, професіоналізму і компетентності, узгодженість особистих і суспільних інтересів, справедливості і рівності, стійкості складу персоналу, єдності персоналу, його адаптації до нових умов діяльності та ефективності роботи персоналу. Поряд із загальними принципами, на його думку, слід розглядати специфічні принципи управління персоналом, в яких відображається підхід до тієї частини персоналу, котра складає ядро будь-якого органу державної влади, яким і є кадри державної служби. До принципів роботи з кадрами відносяться наступні відбору кадрів, планування, ротації кадрів, конкурентності, стимулювання, виховання. Вказані принципи у значній мірі доповнюють загальні правила та підходи до роботи з персоналом державної служби [8, с. 30-38]. В.В. Черепанов вважає, що в основу кадрового управління мають бути покладені такі принципи, як відбір кадрів за діловими, професійними критеріями, за моральними якостями, на основі всебічної і неупередженої оцінки, відкритість і гласність у вирішенні всіх кадрових питань

із урахуванням суспільної думки, поєднання оновлення кадрів з їх наступністю (спадковістю) [9, с. 48].

Мета. Що стосується принципів роботи з керівним персоналом служби цивільного захисту України, то, на наш погляд, у цій сфері може бути використано велику кількість різноманітних, вироблених наукою управління персоналом принципів, користуючись якими керівники у сфері цивільного захисту покликані успішно й ефективно виконувати покладені на них функціональні обов'язки, створювати у своїх колективах ділову, творчу обстановку і добрий морально - психологічний клімат, які б дозволяли вирішувати поставлені перед тим чи іншим органом або підрозділом завдання.

Виклад основного матеріалу. На думку автора, до загальних принципів роботи з керівним персоналом служби цивільного захисту слід віднести наступні (табл. 1).

Таблиця 1

Загальні принципи роботи з керівним персоналом служби цивільного захисту

Назва принципу	Зміст принципу
Науковість	Розробка і реалізація заходів по управлінню керівним персоналом служби цивільного захисту має базуватися на наукових результатах у галузі управління цивільним захистом і з урахуванням постійних змін суспільного розвитку.
Комплексність	Формування системи управління керівним персоналом служби цивільного захисту має здійснюватись із урахуванням всіх чинників, які впливають на управління керівним персоналом, і охоплювати всі сфери (етапи) роботи з персоналом.
Системність	Формування системи управління керівним персоналом має базуватись на узгодженій взаємодії між окремими ланками управління керівним персоналом і відносній самостійності різних ланок управління керівним персоналом, розподілі праці між керівниками і використанні різноманітних джерел або (каналів) в управлінні персоналом (адміністративного, економічного, правового та ін.).
Професіоналізм	Означає, що керівний персонал повинен мати, відповідно до вимог посади, високий рівень знань, компетентність, необхідний рівень підготовки, досвід, організаторські і керівні здібності, творчий підхід і здатність виконувати професійні завдання на високому рівні.
Ефективність	Передбачає найбільш ефективну економічну організацію управління керівним персоналом, підвищення ефективності й результативності в діяльності керівників при зниженні затрат на управління.

Перспективність	Означає, що формування системи управління керівним персоналом служби цивільного захисту має здійснюватись із урахуванням перспективи розвитку тієї чи іншої організації у сфері цивільного захисту.
Ієрархічність	Відображає розподіл повноважень керівників, відношення влади і підлеглих, цілей діяльності за рівнями управління, ієрархічну взаємодію між різними ланками управління на різних рівнях управління.
Плановість	Управління керівним персоналом має здійснюватися на основі планування роботи з персоналом, планового підходу до використання кадрів з максимальною ефективністю.

Поряд із загальними принципами управління керівним персоналом існує і ряд специфічних принципів. До них слід віднести наступні принципи (табл. 2).

Таблиця 2

Специфічні принципи організації роботи
з керівним персоналом служби цивільного захисту

Назва принципу	Зміст принципу
Відбору і розстановки кадрів	Відповідність керівників їх кваліфікації і здібностям, потребам, інтересам і завданням служби цивільного захисту.
Ротації керівних кадрів	Вміння виконувати функції інших керівників, планомірна зміна керівників по вертикалі і горизонталі.
Винагороди (стимулювання, мотивації)	Відповідність оплати праці обсягу і складності виконуваних керівниками завдань, поєднання стимулів і відповідальності, застосування мотиваційних чинників, що сприяють підвищенню ефективності діяльності керівників.
Формування і підготовки резерву керівних кадрів	Відбір кандидатів до кадрового резерву на конкурентній основі із урахуванням ступеня їх відповідності, підготовка на конкретну керівну посаду за індивідуальним планом роботи, оцінка за результатами роботи.
Наступності	Поєднання роботи щодо оновлення кадрового потенціалу, омолодження керівних кадрів і використання досвідчених керівників, що дозволяє забезпечити наступність у діяльності керівного персоналу.
Конкурентності	Передбачає як призначення на керівні посади за конкурсною системою відбору, так і створення необхідних умов для прояву творчих і організаторських здібностей при виконанні службових обов'язків.

Виховання	Передбачає формування у керівних кадрів почуття патріотизму, відданості конституційному устрою держави і відповідальності за виконання вимог прийнятих законодавчо - нормативних документів та службових обов'язків.
Оцінка й атестація керівного персоналу	Визначення знань, вмінь і навичок, необхідних для роботи на конкретній керівній посаді за допомогою визначених критеріїв, оцінка результатів діяльності.

Поряд з принципами роботи з керівним персоналом служби цивільного захисту широко використовуються методи управління. Методи управління керівним персоналом є різноманітними, представляють собою засоби і прийоми впливу на керівників з метою досягнення певної цілі.

До методів управління персоналом у науковій літературі (8, с. 20-21; с. 38-40) найчастіше відносять наступні п'ять методів: адміністративні, правові, економічні, соціально - психологічні і морально - етичні.

Деякі автори виділяють соціологічні, ідеологічні методи управління персоналом [6, с. 297; 2, с. 580].

Г.В. Щокін методи управління кадрами підрозділяє на три основні групи: економічні, організаційно - розпорядчі і соціально - психологічні [10, с. 18].

Ю.Г. Одегов класифікує методи управління персоналом організації за ознаками відповідно до певних критеріїв класифікації [6, с. 293].

Відповідно до розроблених ним критеріїв класифікації за ознаками методи управління керівним персоналом державної служби можна класифікувати наступним чином (табл. 3).

Таблиця 3

Методи управління керівним персоналом служби цивільного захисту

№ з/п	Критерії класифікації	Склад методів за ознаками
1	За змістом	Планування, аналіз, діяльність по управлінню кадрами.
2	За характером впливу	Прямий, непрямий, безпосередній вплив.
3	За масштабом використання	Загальні і специфічні.
4	За джерелом управлінської дії	Централізований і децентралізований вплив.
5	За рівнем органу державної влади	Центральний, регіональний, місцевий рівень, рівень структурного підрозділу (управління, відділ).
6	За терміном дії	Довгострокові, середньострокові, оперативні.
7	За типом впливу	Прямий вплив (указ, постанова, наказ, розпорядження, інструкція); вплив, що здійснюється шляхом постановки завдань.

8	За засобом вироблення впливу	Одноосібні, колективні.
9	За організаційними особливостями впливу	Профілактичні, запобіжні, стимулюючі.

На наш погляд, методи управління персоналом служби цивільного захисту можна класифікувати таким чином (схема 1).



Адміністративні методи – це методи, спрямовані на прийняття ефективних управлінських рішень, підтримку керівним персоналом служби цивільного захисту виконавчої дисципліни, порядку, матеріальної, дисциплінарної та адміністративної відповідальності, за допомогою яких реалізуються різні адміністративні заходи впливу на керівний персонал і санкції щодо нього за невиконання встановленого порядку та які здійснюються на основі правових положень і норм.

Організаційно - розпорядчі методи базуються на використанні встановлених організаційних зв'язків, кадрових рішень, резолюцій, наказів, розпоряджень, вказівок, інструкцій, контролю за їх виконанням і є методами організаційного і розпорядчого впливу.

Правові методи базуються на регулюванні норм права, встановлених для служби цивільного захисту, є важливим інструментом формування у керівного персоналу служби правової свідомості, правової відповідальності і правової культури, їх необхідно постійно застосовувати під час керівної діяльності; вони є імперативними (обов'язковими для виконання), диспозитивними (передбачають, що можна керівникові робити і чого не можна), є рекомендаційними (вказують, як потрібно вести себе керівникові відповідно до норм права в тій чи іншій ситуації) і заохочувальними (сприяють заохоченню керівників, що творчо керуються нормами права).

Економічні методи стимулюють і підвищують мотивацію керівного персоналу, сприяють підвищенню його матеріальної зацікавленості, підвищенню ефективності і результативності його роботи, передбачають підвищення заробітної плати залежно від якості і складності виконуваної роботи, виплату премій, надання різноманітних пільг і заохочень, що витікають зі специфіки виконання керівниками своїх службових обов'язків, позитивно впливають на результат діяльності кожного керівника.

Соціально - психологічні методи управління керівним персоналом представляють собою конкретні засоби впливу на формування і розвиток керівника, його свідомість і поведінку, підрозділяються, у свою чергу, на соціальні (які використовуються для управління відносинами в колективах і

між ними) і психологічні (що регулюють поведінку кожного керівника), формують у керівного персоналу творче відношення до виконання службових обов'язків, ініціативу і працьовитість, створюють умови для розвитку особистості, сприяють поєднанню особистих і колективних інтересів при переважанні інтересів держави і органів державної влади.

Морально - етичні методи є засобом морального регулювання поведінки керівного персоналу, його відносин з підлеглими і вищими керівниками, передбачають відповідність моральним нормам, визначають поведінку керівника в тій чи іншій ситуації, за певних службових обставин, формують у керівного персоналу служби цивільного захисту моральну свідомість, націлюють його на добросесну поведінку.

Крім того, в роботі з керівним персоналом можуть бути використані такі методи: метод інтерв'ювання, співбесіди, з метою отримання інформації, необхідної для аналізу управлінської діяльності; метод використання анкет, тестування; метод активного (прямого) спостереження; графологічні методи визначення здібностей керівника (за почерком) та інші [6, с. 313-315].

Залежно від характеру впливу на людину взагалі виділяють: методи стимулювання, методи інформування, методи переконання і методи (адміністративного) примусового впливу [6, с. 303-304]. Вказані методи можуть бути використані і у процесі управління керівним персоналом служби цивільного захисту. У практиці управління всі перераховані методи використовуються в комплексі, але, залежно від конкретної ситуації, певних умов, ті чи інші методи можуть мати більш пріоритетне значення. Головне, щоб керівний персонал служби використовував у своїй роботі саме ті методи, які дадуть найбільший ефект і результативність в діяльності.

Методи управління керівним персоналом мають використовуватися комплексно, взаємно доповнюючи один одного, створюючи єдину цілісну систему. З метою вдосконалення системи методів управління керівним персоналом служби цивільного захисту слід здійснити заходи щодо: вдосконалення організаційної структури, створення служб управління персоналом, вдосконалення методів морального і матеріального стимулювання тощо.

Висновки. Таким чином, принципи і методи управління виступають як важливі чинники підвищення ефективності роботи керівного персоналу служби цивільного захисту, спираючись на які високопрофесійні, талановиті і досвідчені керівні кадри у змозі досягти успіхів у процесі управлінської діяльності. Класифікація принципів управління керівним персоналом служби на загальні і специфічні, методів управління керівним персоналом – на адміністративні, організаційно - розпорядчі, правові, економічні, соціально - психологічні та морально - етичні базується на певних підставах, а ефективність їх застосування у сфері цивільного захисту об'єктивно визначається відповідністю загальним закономірностям розвитку держави та її інститутів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Аверин А. Н. Управление персоналом, кадровая и социальная политика в организации: Учебное пособие. - М.: Изд - во РАГС, 2004. - 224 с.
2. Егоршин А. П. Управление персоналом. - 2-е изд. - Н. Новгород, НИМБ, 1999. - 624 с.
3. Кибанов А. Я. Основы управления персоналом: Учебник. М., 2002. - С. 32-35.
4. Нижник Н. Р. Україна - державне управління, шляхи реформування. - К.: АТ Миронівська друкарня, 1997. - 72 с.
5. Оболенський О. Ю. Державна служба: Навч. посібник. - К.: КНЕУ, 2003. - 344 с.
6. Одегов Ю. Г. Управление персоналом в структурно - логических схемах: Учебник. - М.: Академический Проект, 2005. - 1088 с.
7. Управление персоналом: Учебник для вузов / Под ред. Т. Ю. Базарова, Б. Л. Еремина. - 2-е изд., пере раб. и доп. - М.: ЮНИТИ, 2002. - 560 с.
8. Управление персоналом: Учебник / Общ. ред. А. И. Турчинова. - М.: Изд-во РАГС, 2003. - 488 с.
9. Черепанов В. В. Управление государственной службой: состояние, проблемы и пути формирования. В книге: Государственная служба в современной России: сб. ст. РАН. ИНИОН. Рос. акад. гос. службы при Президенте России. Отв. ред. - Е. В. Алферова, В. В. Черепанов. - М.: ИНИОН, 2003. - 193 с.
10. Щекин Г. В. Основы кадрового менеджмента: Учебник. - 5-е изд., стереотип. - К.: МАУП, 2004. - 280 с.
11. Закон України «Про правові засади цивільного захисту» від 24 червня 2004 р.
12. Закон України від 08.06.2000р. № 1809-III «Про захист населення і територій від надзвичайних ситуацій техногенного та природного характеру».
13. Закон України від 03.02.1993р. № 2974-XII «Про Цивільну оборону України» (Із змінами і доповненнями, внесеними Законами України від 24.04.1999р. № 555-XIV від 29.05.2001р. № 2470-III).

УДК 159

Решетняк С.В., начальник центру по роботі з особовим складом, Головне управління МНС України в Донецькій області

ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБОВОГО СКЛАДУ ПІРОТЕХНІЧНИХ ПІДРОЗДІЛІВ У ХОДІ ЛІКВІДАЦІЇ НАСЛІДКІВ НАДЗВИЧАЙНОЇ СИТУАЦІЇ НА ТЕРИТОРІЇ 275-ї АБРБ МІНОБОРОНИ

Специфічний характер завдань щодо знешкодження вибухонебезпечних предметів вимагає підтримання особливих умов діяльності особового складу. Успішність виконання покладених завдань визначається психологічною підготовкою працівників піротехнічних підрозділів, рівнем колективної мотивації до спільної діяльності та взаємодії, оптимальним стилем управління. Впровадження психологічних аспектів оптимізації діяльності піротехніків МНС становить практичну сторону реалізації професіографічного дослідження.

Специфический характер задач по обезвреживанию взрывоопасных предметов требует поддержания особенных условий деятельности личного состава. Успешность выполнения возложенных задач определяется психологической подготовкой сотрудников пиротехнических подразделений, уровнем коллективной мотивации к совместной деятельности и взаимодействию, оптимальным стилем управления. Внедрение психологических аспектов оптимизации деятельности пиротехников МЧС содержит практическую сторону реализации профессиографического исследования.

Ключові слова: професіограма, піротехнік, оптимізація діяльності, соціально-психологічний клімат, професійно важливі якості.

Актуальність проблеми. Відповідно до вимог постанови Кабінету Міністрів України від 25 січня 2005 року № 47 завершено виконання «Програми ліквідації наслідків надзвичайної ситуації на території 275-ї артилерійської бази ракет і боєприпасів у с. Новобогданівка Мелітопольського району Запорізької області на 2006 - 2008 роки». Протягом минулого часу проведено унікальну за змістом та обсягами роботу. Фахівцями МНС України здійснено очищення 145,5 га технічної території, знешкоджено близько 40 тис. тонн сучасних боєприпасів до різних видів зброї. Звільнену від небезпечного ураження місцевість своєчасно передано органам місцевої влади для подальшого цільового використання.

Поряд з прямими позитивними наслідками діяльності МНС України було набуто цінного практичного досвіду ефективної праці особового складу в екстремальних умовах, впроваджено у практику новітні методи підготовки й організації тривалих піротехнічних робіт, відбулося покращення рівня особистого професіоналізму фахівців, накопичення знань, навичок, умінь та майстерності, розвиток кращих традицій сумлінного виконання службового обов'язку.

На сьогодні продовжується реалізація завдань «Програми знищення вибухонебезпечних предметів, які залишилися із часів Другої світової війни в районі м. Севастополя, Керчі, на 2000 - 2010 роки». На підставі спільного рішення МНС України та Київської обласної державної адміністрації проводиться обстеження території ур. Товсте Білоцерківського району Київської області, підлягає подальшому вирішенню питання розчищення території 61-го арсеналу Міноборони у районі м. Лозова Харківської області. Специфічний характер завдань щодо знешкодження вибухонебезпечних предметів вимагає подальшого удосконалення психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу підрозділів оперативно-рятувальної служби цивільного захисту [1].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Науковцями розглядалися різні аспекти діяльності фахівців стресогенних професій. Особливо повно індивідуальні психічні стани рятувальників досліджувались А.М. Бандурка, В.М. Садковим, О.П. Собченко. Негативні психічні стани фахівців аварійно-рятувальних підрозділів у ході ліквідації наслідків надзвичайної ситуації на 275-ій АБРБ Міноборони були вивчені С.М. Міронцем [2]. Проблеми психології групи в напружених екстремальних умовах вивчались А.І. Донцовим, В.М. Петровським, А.Л. Журавльовим, С.В. Саричевим. Поряд з

цим дослідження соціально-психологічних аспектів діяльності піротехнічних, саперних, вибухотехнічних підрозділів у ході тривалих дій особового складу щодо ліквідації наслідків великомасштабних надзвичайних ситуацій потребують поглибленого аналізу.

Мета. На підставі досвіду психологічного забезпечення дій особового складу з ліквідації наслідків надзвичайної ситуації на території 275-ої АБРБ було зроблено спробу визначення шляхів оптимізації соціально-психологічних умов діяльності працівників піротехнічних підрозділів МНС України щодо знешкодження вибухонебезпечних предметів.

Виклад основного матеріалу. Особливості діяльності працівників у ході ліквідації наслідків надзвичайної ситуації на території 275-ої АБРБ визначались умовами та характером поставлених Державних завдань. Зведений піротехнічний загін був створений 6 травня 2004 року у складі працівників піротехнічного напрямку діяльності із 31-го структурного підрозділу МНС України. Основними функціями особового складу були наступні: проведення поверхневої, а надалі поглибленої очистки території бази, ідентифікація виявлених боєприпасів на вибухонебезпечність, знищення зосереджених на місцях тимчасового зберігання боєприпасів, демонтаж зруйнованих колишніх стаціонарних сховищ, проведення контролю якості виконання піротехнічних робіт, створення умов для подальшого безпечного використання земельних ресурсів та передачі очищеної території для господарювання. До постійного виконання поставлених завдань залучалось одночасно понад 300 фахівців, із них близько 175 – піротехнічного напрямку діяльності. За період виконання Державної програми більшість працівників піротехнічних підрозділів брали участь у понад 3-х чергових ротаціях загону.

З урахуванням специфіки визначених завдань на території 275-ої артилерійської бази ракет і боєприпасів були зумовлені особливі вимоги до особового складу, які складались з урахуванням положень основних Міжнародних стандартів (IMAS, SOP). Для самостійного виконання операцій особовий склад повинен був мати відповідну кваліфікацію з розвідки, вилучення, знешкодження, підйому, транспортування, знищення вибухонебезпечних предметів. Діяльність зумовлювалась відповідними управлінськими документами, серед них: «Інструкція щодо виконання робіт з ліквідації наслідків пожеж (вибухів) на 275 артилерійській базі ракет і боєприпасів МО України», «Інструкція по правилам поведження із вибухонебезпечними предметами під час очищення місцевості», інші інструкції посадовим особам зведеного піротехнічного загону щодо заходів безпеки. Діяльність фахівців проходила в екстремальних умовах та була пов'язана з реальним ризиком. Специфіка праці була зумовлена безпосереднім використанням вибухонебезпечних предметів, що містять особливу навколишню загрозу. Боєприпаси, що зосереджені на технічній території військового об'єкта були віднесені до вищої категорії небезпеки. Рівень нервово-психічного напруження зі змінною інтенсивністю проявлявся на різних етапах виконання робочих операцій. Потреба у підтриманні високої інтенсивності праці піротехніків викликана малочисельністю підрозділів, чітко

зумовленими термінами та значним обсягом покладених обов'язків. Високий темп проведення робіт збільшував вірогідність можливих помилок та ступінь професійного ризику. Змінний ритм та багатофункціональність операцій викликала необхідність чіткого розподілу та концентрації уваги, планування дій з урахуванням складності операцій та їх безпечності. Найбільш напружені операції – це відкопування, оцінка ступеня небезпеки, завантаження, розвантаження вибухонебезпечних предметів, закладка підричників, проведення підриву. Третина опитаних причиною напруження вважають нестандартність ситуацій протягом проведення робіт. Діяльність передбачає прояв самостійності і високої відповідальності. Темп дії працівники обирали індивідуально з урахуванням ступеня складності робочої операції. Перш за все вимагалась беззаперечна якість та безпека праці.

З метою вивчення соціально-психологічних факторів службової діяльності було проведено соціально-психологічне вивчення особового складу. В опитуванні взяло участь 56,8% особового складу груп піротехнічних робіт, які виконували завдання з пошуку, виявлення і знищення вибухонебезпечних предметів у районі с. Новобогданівка. Особовий склад вибірки мав вікові межі: 20-25 років – 36% опитаних; 25-30 років – 49% опитаних; 31-35 років – 15% опитаних. За терміном проходження служби: до 1 року – 8% опитаних; 1-3 роки – 61% опитаних; 4-5 років – 12% опитаних; 6-10 років – 14% опитаних; 11-15 років – 5% опитаних. Соціально-демографічною особливістю групи був переважно нетривалий досвід служби, оскільки основний розвиток піротехнічних підрозділів почався з часу створення оперативно-рятувальної служби МНС України у 2004 році.

Соціально-психологічний клімат – це найбільш повна психологічна характеристика групи, пов'язана з особливостями відображення окремих явищ та процесів, які мають безпосереднє відношення до спільної групової діяльності. Оптимізація психологічного клімату є важливим резервом підвищення ефективності групової діяльності [3]. Особовий склад знає й об'єктивно оцінює особливості виконання завдань за призначенням. Професійну діяльність вважають небезпечною 96% опитаних, важкою – 56% працівників. Усвідомлення високого рівня відповідальності та небезпеки, нестандартні завдання з вилучення та знищення сучасних боєприпасів, особливі умови діяльності спонукають працівників до удосконалення фахової підготовки. Свою працю вважають цікавою 65% опитаних, тому прагнення до саморозвитку потребують підтримки у системі планової професійної підготовки особового складу МНС України.

Чи Вважаєте Ви, що виконувана Вами робота:		
1.	Небезпечна	96%
2.	Цікава	65%
3.	Важка	56%
4.	Престижна	48%
5.	Перспективна	36%

Переважна більшість опитаних протягом служби зберегли психологічну готовність до дій, завдяки розвитку адаптаційних здібностей. Незважаючи на

це, за підсумками першого місяця чергової ротації 15,4% працівників з терміном служби до 1 року мали прояви окремих порушень, такі як пригнічений психічний стан, підвищена стомлюваність та нервово напруження. Такі обставини вимагали впровадження систематичної психологічної реабілітації стосовно даної категорії особового складу.

Останнім часом Ви себе почуваєте:			
1.	Стомленим	часто	9,8%
2.	Пригніченим	часто	2,8%
3.	Нервовим	часто	2,8%
4.	Працездатним	часто	94,3%
5.	Песимістичним	рідко	90,1%
6.	Бадьорим	часто	87,3%
7.	Байдужим	рідко	83%
8.	Схвильованим	рідко	77,4%

Конкретний вид професійної діяльності справляє вплив як на емоційно-вольову сферу особистості працівників, так і на мотиваційну складову. З використанням психологічних методів велося спостереження за процесом розвитку потреб професійної діяльності у процесі набуття досвіду служби. Переважаючими первинними мотивами у працівників виявились морально-етичні мотиви, такі як престижність служби, намагання перевірити свої здібності та особисті якості, поради товаришів, близьких, традиції. При цьому під намаганням перевірити свої здібності, на думку більшої частини опитаних, розумілась потреба до самовираження та розвитку особистості. Матеріальні мотиви, такі як розмір грошового забезпечення, пільги та переваги на час вступу на службу були мінімально запитаними.

Мотиви професійного вибору		
1	Престижність служби в МНС України	26,8%
2	Намагання перевірити свої здібності	18,3%
3	Поради товаришів та близьких	16,9%
4	Постанова на житлову чергу	16,9%
5	Сімейні традиції, мрії, покликання	15,4%
6	Отримання статусу учасника бойових дій	14,0%
7	Відсутність можливості працевлаштування	4,2%
8	Сімейні обставини	2,8%
9	Висока заробітна платня	1,4%

Під впливом реальної ситуації професійної діяльності відбувалась трансформація потреб, корегування системи цінностей. На дійсний час провідними мотивами професійної діяльності особового складу вважаються задоволення матеріальних потреб шляхом досягнення належного матеріального стану (47,8%), отримання права на пенсійне забезпечення (45%) та інші. На нижчій щаблі у рейтингу змістились соціальні потреби, такі як службова кар'єра (29,5%), визнання та повага у колективі (19,7%). Критичними моментами у генезисі мотивації є прийняття професії та розкриття особистісного сенсу діяльності.

Якими є Ваші наміри на подальшу службу:		
1.	Забезпечити належний матеріальний стан	47,8%
2.	Дослужитись до права на отримання пенсії	45%
3.	Службова кар'єра	29,5%
4.	Досягти визнання та поваги у колективі	19,7%
5.	Отримати статус учасника бойових дій	11,2%
6.	Остаточо не визначився	2,8%

Моральні мотиви не отримують достатнього розвитку у процесі екстремального виду діяльності. Небезпечна праця особового складу, не вважаючи на високу соціальну значущість виконання завдань з виявлення вибухонебезпечних предметів, не знаходить достатньої оцінки і розуміння у безпосереднього керівництва органів управління та підрозділів. За результатами проведеного опитування, правами МНС України заохочено у 3,2 рази більше працівників, ніж правами безпосередніх начальників. Лише 28% особового складу залишаються задоволеними службовою діяльністю, при тому, що 11% опитаних відверто не задоволені обраною професією. Половина працівників очікували від служби більшого, що відбувається у зв'язку з помилковими первинними представленнями про майбутній вид діяльності. У значній мірі це є наслідком упущень у профорієнтаційній роботі та організації наставництва над молодими працівниками.

Виправдала повністю	Очікував набагато більше	Не виправдала зовсім	Праця явно не по душі	Маю намір шукати іншу роботу
28%	55%	2,5%	11%	8%

Причинами виникнення такого стану вважаються: повне усвідомлення небезпеки праці, частий відрив від місця мешкання, неадекватна оцінка результатів служби, напружені міжособистісні стосунки, незадовільний психічний стан та інші. Спостерігається незадоволеність окремими аспектами службової діяльності.

Які чинники негативно впливають на проходження служби:		
1.	Низький розмір грошового забезпечення	64,7%
2.	Стан матеріально – технічного забезпечення	59,1%
3.	Частий відрив від місця мешкання	30,9%
4.	Неможливість налагодити особисте життя	29,5%
5.	Висока інтенсивність праці	18,3%
6.	Організація праці	18,3%
7.	Погані перспективи по службі	15,4%
8.	Відсутність порозуміння з керівництвом	14%
9.	Відсутність соціальних пільг	12,6%
10.	Соціальна несправедливість у підрозділі	11,2%
11.	Недостатня навченість особового складу	7%
12.	Відсутність житла	2,8%
13.	Негативні взаємовідносини у колективі	1,4%

Головні недоліки у службі працівників піротехнічних підрозділів викликані матеріальними та фінансовими причинами, такими як низька технічна оснащеність. До теперішнього часу діють окремі нормативні документи Збройних Сил, що викликає неузгодженість між покладеними на підрозділи МНС України завданнями та функціями.

На Вашу думку, які головні причини недоліків у службі:		
1.	Низька технічна оснащеність	63,3%
2.	Неузгодженість наявної нормативної бази	33,8%
3.	Відсутність чіткого поділу повноважень	9,8%
4.	Недостатній рівень підготовки	4,2%
5.	Відсутність належного контролю та керівництва	2,8%
6.	Низький професійний відбір	7%

Діяльність піротехнічних груп має виражений колективний характер, зумовлений послідовністю проведення робочих операцій, спільними діями щодо вилучення, перенесення, закладки вибухонебезпечних предметів, однаковим рівнем ризику при проведенні найбільш небезпечних робіт. Основна якість колективу – це взаємодопомога, що зумовлено високим ступенем безпеки при поводженні з вибуховими предметами. Особовий склад усвідомлює реальну загрозу можливого ураження працівників при проведенні робіт, проявляє готовність і рішучість щодо надання невідкладної допомоги потерпілим, прояву порозуміння.

Якості службового колективу оцінюються:			
1.	Взаємодопомога	висока	91,5%
2.	Відповідальність	висока	81,6%
3.	Дисципліна	висока	69%
4.	Згуртованість	висока	49,2%

Стійкість взаємовідносин у колективі по горизонталі характеризується високим рівнем розвитку стосунків, що складаються у процесі напруженої службової діяльності та організації відпочинку. В умовах діяльності особливого значення набувають питання психологічної сумісності працівників, формування довіри та взаємодопомоги при спільному виконанні завдань. Колективні стосунки між працівниками формуються на підставі особистісних уявлень про бажані психологічні якості своїх колег.

Які якості Ви цінуєте у своїх товаришів по службі:		
1.	Відповідальність	77,4%
2.	Серйозність	61,9%
3.	Організованість	60,5%
4.	Знання справи	52,1%
5.	Сміливість	50,7%
6.	Кмітливість	46,4%
7.	Цілеспрямованість	42,2%
8.	Правдивість	42,2%
9.	Відвертість	38%
10.	Урівноваженість	36,6%

11.	Дисциплінованість	35,2%
12.	Совісність	23,9%
13.	Товариськість	22,5%
14.	Акуратність	21,1%
15.	Скромність	21,1%
16.	Добродушність	19,7%
17.	Працелюбність	19,7%
18.	Упевненість у собі	19,7%
19.	Тактовність	19,7%
20.	Дотепність	11,2%
21.	Неконфліктність	1,4%

Конфлікти не властиві піротехнічним підрозділам. Проте напружена й інтенсивна діяльність щодо виконання тривалих завдань за призначенням за наявності організаційних недоліків може провокувати окремі інциденти, що можуть викликати розвиток соціально-психологічного напруження.

Конфлікти частіше виникають з наступних причин:		
1.	Погані умови праці	32,3%
2.	Побутова необлаштованість	29,5%
3.	Перенавантаження службовими завданнями	28,1%
4.	Байдужість з боку керівників	15,4%
5.	Відсутність умов для відпочинку	14%
6.	Відсутність підтримки досвідчених працівників	12,6%
7.	Неувага керівників до проблем підлеглих	11,2%
8.	Незнання керівних документів	4,2%
9.	Відсутність культурно – виховних заходів	4,2%
10.	Нерівномірний розподіл обов'язків	2,8%
11.	Виконання невластивих завдань	2,8%
12.	Особисті стосунки між співробітниками	1,4%
13.	Низький культурний рівень співробітників	1,4%
14.	Низький рівень дисципліни у колективі	1,4%
15.	Наявність у колективі негативних традицій	1,4%

Особливості праці вимагають підтримання чіткого управління групою, узгодженості дій, чіткого виконання вимог інструкцій та настанов, усвідомлення високої відповідальності персоналу та повної взаємної довіри. Характер діяльності передбачає необхідність використання методів управління, при яких погоджується виконання вимог щодо забезпечення суворої дисципліни з колективною відповідальністю, проявами довіри і самостійності у діях кожного члена групи. Чітке управління в умовах виконання піротехнічних робіт підкріплюються відвертими стосунками у повсякденній діяльності. Вимоги до начальника групи піротехнічних робіт викликані високою мірою моральної та юридичної відповідальності за повноту та безпечність виконання завдань.

Які основні якості властиві Вашому безпосередньому керівникові:		
1.	Користується повагою в колективі	76%

2.	Турбується про підвищення рівня компетенції підлеглих	60%
3.	Здатний проявляти інтерес та увагу до підлеглих	58%
4.	Регулярно радиться з колективом	53%
5.	Здатний підтримувати належну дисципліну	36%
6.	Прислухається до думки підлеглих	33%
7.	Вважає, що головне – результат і якість роботи	26%
8.	Одноосібно виносить рішення	23%
9.	Обов'язки виконує відповідально і з ініціативою	20%
10.	Сильно критичний до підлеглих	16%
11.	Уміє дати розпорядження, що його хочеться виконувати	13%
12.	Сприяє тому, щоб працівники працювали самостійно	11%

Колективні традиції носять випадковий характер, незважаючи на рівень особистої гордості за приналежність до службового колективу. На характері стосунків відбивається персональний склад підрозділів. Термін служби у піротехнічному загоні від 1 до 3-х років має 61% опитаного особового складу. Відповідно ця соціальна категорія є найбільш значущою щодо визначення результативності діяльності підрозділу та збереження суспільних цінностей колективу. Найбільш «уразливою» категорією є працівники першого року служби. Недостатня увага до застосування дієвих моральних стимулів професійної діяльності призводить до зміни системи цінностей серед особового складу. Результати проведеного соціально-психологічного вивчення було використано у діяльності Зведеного піротехнічного загону МНС України, 2-го Аварійно – рятувального загону Оперативно- рятувальної служби цивільного захисту, Центру розмінування Збройних Сил України. Надалі отриманий досвід психологічного супроводження виконання завдань з ліквідації наслідків надзвичайної ситуації на території 275-ої АБРБ змістовно доповнить професіографічний аналіз діяльності працівників піротехнічних підрозділів МНС України.

Висновки:

1. Діяльність фахівців характеризується високим рівнем фізичного, психічного навантаження та пред'являє особливі вимоги до психологічного стану персоналу та морально-психологічного клімату у піротехнічних підрозділах.
2. Специфічний характер завдань щодо знешкодження вибухонебезпечних предметів вимагає підтримання особливих умов діяльності особового складу. Успішність виконання покладених завдань визначається психологічною підготовкою працівників піротехнічних підрозділів, рівнем колективної мотивації до спільної діяльності та взаємодії, оптимальним стилем управління.

ЛІТЕРАТУРА

1. Про затвердження Інструкції з організації психологічного забезпечення службової діяльності аварійно-рятувальних служб: Наказ МНС України №89. – Офіційне видання МНС України. – К. : 2004 – 15 с.

2. Миронець С.М. Негативні психічні стани та реакції працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України в умовах надзвичайних ситуацій: дис. ...кандидата психологічних наук: 19.00.09 / Миронець Сергій Миколайович. – УЦЗУ, 2008.- 184 с.

3. Корольчук М.С. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: навч. посібник [для студ. вищ. навч. закл.] / М.С. Корольчук, В.М. Крайнюк. – К.: Ніка-Центр, 2006. – 580 с.

УДК 159.9:331.101.3

*Селюкова Т.В., старший викладач кафедри загальної психології УЦЗУ;
Ламаш І.В., к. психол. н., доцент, Харківський національний університет внутрішніх справ*

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ МАШИНІСТІВ ЛОКОМОТИВІВ, СХИЛЬНИХ ДО АВАРІЙНИХ СИТУАЦІЙ

Автори досліджують психологічні особливості машиністів локомотивів, які схильні до аварійних ситуацій. Описано результати дослідження «предметно-діяльнісного» (психомоторна та інтелектуальна сфери) і «комунікативного» аспектів темпераменту та структури саморегуляції досліджуваних

Ключові слова: аварійні ситуації, машиністи локомотивів, структура саморегуляції, темперамент.

Вивчення питань ефективності професійної діяльності людини-оператора є важливою і складною проблемою інженерної психології, ергономіки, психології і фізіології праці. Не дивлячись на постійне вдосконалення техніки, автоматизацію процесу діяльності, функції людини-оператора ускладнюються, а економічна і соціальна значущість результатів його праці і наслідків різних порушень трудового процесу зростає.

Актуальність проблеми. Висока аварійність на транспорті і виробництві, великий економічний і професійний збиток, зростаюча ціна помилок оператора визначають постійну необхідність пошуку шляхів і засобів забезпечення ефективного функціонування людини в подібних системах в нормальних і екстремальних умовах діяльності. Актуальність дослідження визначається безперервним зростанням значущості вивчення причинно-наслідкових стосунків у системах взаємодій людини із засобами управління технічними об'єктами, у тому числі й на залізничному транспорті. Одним з важливих напрямів, яким іде вирішення проблеми ефективності професійної діяльності на залізничному транспорті, є проведення профвідбору на основі аналізу професійно важливих якостей, необхідних машиністові локомотиву. Проте встановлено, що близько 40% машиністів, що допустили аварійні інциденти в роботі, мали високий рівень розвитку професійно важливих якостей. При цьому основну увагу при профвідборі машиністів локомотивів спрямовано на вивчення психофізіологічних якостей оператора.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. В дослідженнях психології операторської діяльності (В.А. Бодров, Н.Ф. Лук'янова, 1981; Р.В. Ротенберг, 1986; М.А. Котик, А.І. Куперман, 1989; Н.А. Носів, 1990; А.М. Ємельянов, 1993; В.А. Пономаренко, В.В. Лапа, Н.А. Лемещенко, 1993; Ф.Е. Іванов, 1996; Л.Г. Дика; Ю.К. Стрелков, 2001) показаний вплив особистісних особливостей на ефективність і надійність професійної діяльності операторів рухомих об'єктів у цивільній авіації й автотранспорті. З одного боку, за даними психологічних досліджень, особистісні особливості є константними, базисними характеристиками конкретного індивіда, а з іншого боку, у великій мірі визначають індивідуальні поведінкові реакції і психічні стани, що впливають на ефективність професійної діяльності [3, с. 247].

Прибічники теорії схильності до аварійних ситуацій виходять з того, що одні люди більше за інших «налаштовані» на нещасні випадки і що більшість аварій має місце або з їх вини, або з їх участю.

Згідно цієї теорії, ймовірність того, що схильні до нещасних випадків люди будуть їх учасниками або жертвами, є вельми великою і не залежить від характеру ситуації. Ефективний спосіб перевірки справедливості подібних тверджень – порівняння кількості нещасних випадків, подій з одними і тими самими людьми в різні періоди життя: подібний підхід дозволяє зрозуміти, чи є схильність до аварійних ситуацій стабільною особистісною якістю людини. Коефіцієнти кореляції, розраховані на підставі результатів цих досліджень, невисокі, а це означає, що «аварійне минуле» людини не буде валідним прогнозуючим показником його «аварійного майбутнього».

Схильність до нещасних випадків може бути зумовлена конкретними особливостями праці, а не є тенденцією, властивою людині в будь-яких ситуаціях, що обмежує прогностичну валідність теорії схильності до аварійних ситуацій [5, с. 407-408].

Серед водіїв С.А. Гапонова (1983) знайшла однакове число осіб із сильною і слабкою нервовою системою серед тих, що працюють як безаварійно, так і у групі «аварійників». Безаварійно працюючі водії, що мають сильну нервову систему, за даними С.А. Гапонової, характеризуються вищою, ніж ті, що мають слабку нервову систему, емоційною і перешкодостійкістю, здатністю до концентрації, перемикання і розподілу уваги. «Безаварійні» водії, що мають слабку нервову систему, досягають цього за рахунок високої здатності до імовірнісного прогнозування і монотоностійкості [1, с. 16.].

Аварійність і порушення правил водіями пов'язані з такими їх психологічними особливостями як емоційна нестійкість, низька соціальна відповідальність і нормативність поведінки, екстернальність, полезалежність, непрактичність, метушливість, консерватизм і рефлексивність, що виявляється у зваженості при ухваленні рішень [2, с. 15].

В.А. Толочек (2005) наводить дані про вираженість особистісних властивостей у водіїв різних наземних транспортних засобів.

Машиністи залізничного транспорту, за його даними, відрізняються вираженістю таких чинників: підозрілість, ранимість, контроль бажань і

напруженість; в той же час чинники емоційна стійкість, безтурботність, соціальна сміливість у них виражені слабо [4, с. 276].

Однак у системі профілактики порушень безпеки на залізничному транспорті проблема вивчення особистісних особливостей машиністів локомотивів залишається недостатньо дослідженою. Особистісний підхід у вивченні професійної ефективності машиністів локомотивів дозволить розширити уявлення про особливості прояву внутрішніх чинників діяльності і ролі особистісних особливостей у професійній ефективності оператора-машиніста.

Все вищесказане визначає актуальність дослідження психологічних особливостей машиністів локомотивів, схильних до аварійних епізодів у професійній діяльності.

Мета дослідження: визначити психологічні особливості машиністів локомотивів, схильних до аварійних ситуацій.

Виклад основного матеріалу. Для діагностики властивостей «предметно-діяльнісного» (психомоторна та інтелектуальна сфери) і «комунікативного» аспектів темпераменту нами був використаний опитувальник формально-динамічних властивостей індивідуальності (ОФДСИ) В.М. Русалова. Показник психомоторної ергічності у групі аварійників склав $28,00 \pm 1,25$, у групі нормативних досліджуваних – $32,74 \pm 1,5$. Статистичний аналіз результатів дозволив зафіксувати достовірне зниження показника у групі аварійників при $p \leq 0,05$.

Показник інтелектуальної ергічності в першій і другій групах склав відповідно $30,56 \pm 3,2$ і $29,16 \pm 2,2$, достовірні відмінності не зафіксовані.

Показник комунікативної ергічності у групі аварійників склав $32,66 \pm 2,3$, у групі нормативних досліджуваних – $34,02 \pm 3,5$, достовірні відмінності відсутні.

Показник психомоторної пластичності у групі аварійників склав $34,16 \pm 2,7$, у групі нормативних досліджуваних – $33,60 \pm 3,3$. Статистичний аналіз результатів не виявив достовірних відмінностей між групами.

Показник інтелектуальної пластичності в першій і другій групах склав відповідно $28,33 \pm 2,1$ і $27,16 \pm 1,7$, достовірні відмінності не зафіксовані.

Показник комунікативної пластичності у групі аварійників склав $29,36 \pm 1,5$, у групі нормативних досліджуваних – $29,13 \pm 2,1$, достовірні відмінності відсутні.

Показник психомоторної швидкості у групі аварійників склав $32,73 \pm 1,4$, у групі нормативних досліджуваних – $33,44 \pm 3,7$. Статистичний аналіз результатів не виявив достовірних відмінностей між групами.

Показник інтелектуальної швидкості в першій і другій групах склав відповідно $30,46 \pm 2,4$ і $29,09 \pm 1,5$, достовірні відмінності не зафіксовані.

Показник комунікативної швидкості у групі аварійників склав $34,20 \pm 3,3$, у групі нормативних досліджуваних – $33,95 \pm 4,5$, достовірні відмінності відсутні.

Показник психомоторної емоційності у групі аварійників склав $28,53 \pm 2,1$, у групі нормативних досліджуваних – $28,02 \pm 3,7$. Статистичний аналіз результатів не виявив достовірних відмінностей між групами.

Показник інтелектуальної емоційності у першій і другій групах склав відповідно $30,70 \pm 1,8$ і $34,41 \pm 1,1$, відмічені достовірні відмінності при $p \leq 0,05$.

Показник комунікативної емоційності у групі аварійників склав $33,53 \pm 2,3$, у групі нормативних досліджуваних – $32,69 \pm 3,8$, достовірні відмінності відсутні.

Індекс психомоторної активності у першій групі склав $94,90 \pm 1,3$, у другій – $99,48 \pm 2,2$, відмічені достовірні відмінності при $p \leq 0,05$.

Індекс інтелектуальної активності в першій групі склав $89,96 \pm 3,3$, у другій – $86,44 \pm 2,5$, достовірні відмінності не відмічені.

Індекс комунікативної активності в першій групі склав $95,90 \pm 1,57$, у другій – $96,18 \pm 2,8$, достовірні відмінності не відмічені.

Індекс загальної активності в першій групі склав $280,76 \pm 3,3$, у другій – $280,37 \pm 1,4$, достовірні відмінності відсутні.

Індекс загальної емоційності в першій групі склав $93,66 \pm 2,4$, у другій – $96,23 \pm 2,3$, достовірні відмінності відсутні.

Індекс загальної адаптивності в першій групі склав $187,10 \pm 3,1$, у другій – $188,09 \pm 1,9$, достовірні відмінності не зафіксовані.

Таким чином, у аварійників, у порівнянні з нормативними досліджуваними, виявлені наступні особливості: достовірно занижені ергічність психомоторна ($p \leq 0,05$) та індекс психомоторної активності ($p \leq 0,05$). Отримані дані свідчать про те, що в аварійників порівняно з нормативною групою в рамках середніх показників спостерігається зниження м'язового тону, м'язової активності, прагнення до фізичного напруження, м'язової працездатності.

При цьому у них достовірно знижений показник емоційності в інтелектуальній сфері ($p \leq 0,05$), що характеризує аварійників як спокійніших до розбіжності між очікуваним і реальним результатом дії при виконанні розумової роботи, менш схильних переживати в разі невдач в роботі, яка вимагає розумового напруження.

Для дослідження особливостей саморегуляції досліджуваних нами було використано багатошкальну опитувальну методику В.І. Моросанової "Стиль саморегуляції поведінки" (ССП-98), що дозволяє діагностувати міру розвитку усвідомленої саморегуляції та її індивідуальні профілі, компонентами яких є регуляторні процеси.

Усвідомлена саморегуляція довільної активності людини – це цілісна система психічних засобів, за допомогою якої людина здатна керувати своєю цілеспрямованою активністю. Системи психічної саморегуляції мають універсальну структуру для різних видів активності людини, і в цій структурі можна виділити основні компоненти, що виконують різні функції в усвідомленому довільному керуванні.

Результати дослідження структури саморегуляції у машиністів локомотивів, схильних до аварійних ситуацій, викладені нижче.

За шкалою "Планування" показник у групі аварійників склав $6,19 \pm 1,1$ проти $6,7 \pm 0,9$ в контрольній групі; достовірні відмінності відсутні.

За шкалою "Моделювання" між першою і другою групами також не зафіксовано достовірних відмінностей, показники склали $5,3 \pm 0,39$ і $5,9 \pm 0,7$ відповідно.

За шкалою "Програмування" статистичний аналіз результатів не виявив достовірних відмінностей, показник у групі аварійників – $5,96 \pm 0,51$, у групі нормативних досліджуваних – $6,53 \pm 0,22$.

У групі машиністів, схильних до аварійних ситуацій, показник за шкалою «Оцінка результатів» склав $5,02 \pm 0,44$, в контрольній групі цей показник дорівнював $6,6 \pm 0,37$, що дозволило відзначити достовірні відмінності при $p \leq 0,05$.

За шкалою "Самостійність" показник у групі аварійників ($6,35 \pm 1,18$) достовірно перевищує аналогічний показник у групі безаварійно працюючих осіб ($4,2 \pm 0,7$) при $p \leq 0,05$.

Зафіксовані також достовірні відмінності за шкалою "Гнучкість" у бік підвищення показника в контрольній групі порівняно з групою аварійників ($6,8 \pm 1,21$ і $4,2 \pm 0,96$ відповідно, $p \leq 0,05$).

Таким чином, отримані в нашому дослідженні результати свідчать про те, що за рядом показників представники як першої, так і другої груп мають схожість між собою. Це стосується процесів планування, моделювання і програмування діяльності.

В той же час відмічені достовірні відмінності у структурі саморегуляції у машиністів локомотивів, схильних до аварійних ситуацій.

За шкалою «Оцінка результатів» відмічено достовірне зниження показника в аварійників порівняно з нормативними досліджуваними, тобто аварійники менш точно, ніж досліджувані контрольної групи, оцінюють як сам факт розузгодження отриманих результатів з метою діяльності, так і причини, що призвели до нього. Вони рідше помічають свої помилки, частіше є некритичними до своїх дій.

Аналогічна картина зафіксована при вивченні такої складової структури саморегуляції як гнучкість – зафіксовано достовірне зниження показника за цією шкалою в першій групі.

Отримані дані дозволяють вважати, що особи, схильні до аварійних ситуацій, менш успішні в оцінюванні непередбачених обставин, розузгодження отриманих результатів з прийнятою метою, менш успішно перебудовують плани і програми виконуваних дій і поведінки.

У таких умовах, незважаючи навіть на сформованість процесів регуляції, вони менш здатні адекватно реагувати на ситуацію, швидко і своєчасно планувати діяльність і поведінку, розробляти програму дій, виділяти значущі умови, оцінювати розузгодження отриманих результатів з метою діяльності і вносити корективи.

В результаті в таких досліджуваних неминуче виникають регуляторні збої і, як наслідок, невдачі у виконанні діяльності.

В той же час досліджувані, схильні до аварійної діяльності, демонструють достовірне підвищення показника за шкалою «Самостійність», що у поєднанні з пониженою гнучкістю і здатністю до зворотного зв'язку при оцінюванні

результатів діяльності, може наводити до активного вибору неадекватної стратегії і тактики у професійній діяльності.

Висновки. Напрямок нашого дослідження визначається безперервно зростаючою значущістю вивчення причинно-наслідкових зв'язків у системах взаємодії людини із засобами керування технічними об'єктами, у тому числі й на залізничному транспорті.

Одним з важливих напрямів, яким йде вирішення проблеми ефективності професійної діяльності на залізничному транспорті, є проведення профвідбору на основі аналізу професійно важливих якостей, необхідних машиністові локомотиву.

У системі заходів щодо підвищення якості й ефективності роботи на залізничному транспорті, забезпечення безпеки руху поїздів, зниження виробничого травматизму, професійної захворюваності, раціонального використання трудових ресурсів важлива роль належить психологічному забезпеченню трудової діяльності працівників підприємств залізничного транспорту. Встановлено, що близько 50% грубих порушень безпеки руху безпосередньо пов'язано з недостатньою професійною психологічною і психофізіологічною придатністю працівників локомотивних бригад.

Значним резервом підвищення безпеки руху і надійності "людської ланки" в технічній системі є вивчення причин випадків, пов'язаних з людиною, і розробка на цій основі заходів щодо їх усунення.

Істотну роль у з'ясуванні причин грубих порушень безпеки руху відіграє психологічна експертиза працівників локомотивних бригад. Виявлення психологічних особливостей осіб, що допустили грубі порушення безпеки руху, дозволить змістовно охарактеризувати внутрішні, суб'єктивні передумови виникнення аварій, визначити взаємодію зовнішніх і внутрішніх (особових) чинників, що призводять до виникнення аварійних ситуацій. Регулярне вживання психологічного аналізу аварійних ситуацій на залізниці сприятиме виявленню й урахуванню нових, підвищених вимог до психологічної сфери працівників локомотивних бригад за подальших змін умов водіння поїздів.

Проведене нами дослідження психологічних особливостей машиністів локомотивів, схильних до аварійних ситуацій у професійній діяльності, дозволило сформулювати наступні висновки:

1. Професія машиніста пред'являє підвищені вимоги до деяких психічних властивостей і якостей. Це означає, що не кожна практично здорова людина після відповідної підготовки може успішно опанувати дану професію і забезпечувати надалі необхідний рівень професійної надійності і безпеки на залізничному транспорті.

Загальними для всіх видів руху психофізіологічними якостями, що забезпечують професійну придатність працівників локомотивних бригад, є:

- готовність до екстреної дії, пильність;
- високий рівень стійкості уваги і швидкості її перемикавання;
- емоційна стійкість (перешкодостійкість).

Ці якості багато в чому зумовлені природними задатками, є відносно постійними і мало тренуваними.

Специфіка вимог до вказаних психофізіологічних якостей, залежно від видів руху й умов роботи (робота в умовах монотонії або інтенсивного руху, робота без помічника машиніста, швидкісний рух і так далі) виражається як у критеріях професійної придатності, так і в модифікаціях тестів, що проводяться.

Професійна діяльність працівників локомотивних бригад пред'являє підвищені вимоги і до деяких інших психічних властивостей, які впливають на неї, але, на відміну від основних, не так критичні і можуть розвиватися, тренуватися.

2. У машиністів, схильних до аварійних ситуацій у професійній діяльності, порівняно з нормативними обстежуваними, виявлені наступні особливості: достовірно занижені психомоторна ергічність і індекс психомоторної активності. Отримані дані свідчать про те, що в аварійників порівняно з нормативною групою в рамках середніх показників спостерігається зниження м'язового тону, м'язової активності, прагнення до фізичного напруження, м'язової працездатності.

При цьому у них достовірно занижений показник емоційності в інтелектуальній сфері. Знижений показник емоційності в інтелектуальній сфері характеризує аварійників як спокійніших до розбіжності між очікуваним і реальним результатом дії при виконанні розумової роботи, менш схильних переживати в разі невдач в роботі, що вимагає розумового напруження.

3. Машиністи локомотивів, схильні до аварійних ситуацій у професійній діяльності, і представники контрольної групи нормативних виконавців демонструють подібність показників за шкалами планування, моделювання і програмування діяльності.

В той же час відмічені достовірні відмінності у структурі саморегуляції у машиністів локомотивів, схильних до аварійних ситуацій.

За шкалою «Оцінка результатів» відмічено достовірне зниження показника в аварійників порівняно з нормативними досліджуваними, тобто аварійники менш точно, ніж обстежувані контрольної групи, оцінюють як сам факт розузгодження отриманих результатів з метою діяльності, так і причини, що привели до нього. Вони рідше помічають свої помилки, частіше є некритичними до своїх дій.

Аналогічну картину зафіксовано при вивченні такої складової структури саморегуляції як гнучкість – зафіксовано достовірне зниження показника за цією шкалою у групі аварійників. Отримані дані дозволяють передбачити, що особи, схильні до аварійних ситуацій, менш успішні в оцінюванні непередбачених обставин, розузгодження отриманих результатів з прийнятою метою, менш успішно перебудовують плани і програми виконавських дій і поведінки. Слід зазначити, що в таких умовах, не дивлячись на сформованість процесів регуляції, вони менш здатні адекватно реагувати на ситуацію, швидко і своєчасно планувати діяльність і поведінку, розробляти програму дій, виділяти значущі умови, оцінювати розузгодження отриманих результатів з метою діяльності і вносити корективи. В результаті у таких досліджуваних

неминуче виникають регуляторні збої і, як наслідок, невдачі у здійсненні діяльності.

В той же час досліджувані, схильні до аварійної діяльності, демонструють достовірне підвищення показника за шкалою «Самостійність», що у поєднанні з пониженою гнучкістю і здатністю до зворотного зв'язку при оцінюванні результатів діяльності, може приводити до активного і наполегливого вибору неадекватної стратегії і тактики у професійній діяльності.

Таким чином, отримані в нашому дослідженні дані дозволяють говорити про певну психологічну специфіку машиністів локомотивів, схильних до аварійних ситуацій у професійній діяльності.

Представляється перспективним продовжити дослідження у вибраному напрямі та розглянути специфіку міжособової взаємодії в локомотивних бригадах («машиніст – помічник машиніста»), схильних до аварійних інцидентів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гапонова С.А. Комплексная оценка психофизиологических свойств профессиональной пригодности водителей автомобилей: автореф. Дисс. ... канд. наук. – М., – 1980. – 20 с.
2. Гасилайте Э.Л. Индивидуально-психологические особенности водителей и эффективность труда: автореф. дисс. ... канд. наук. – Л., 1988. – 20 с.
3. Ильин Е.П. Дифференциальная психология профессиональной деятельности. – СПб. – Питер. – 2007. – 646 с.
4. Толочек В.А. Современная психология труда. – СПб. – 2005. – 582 с.
5. Шульц Д., Шульц С. Психология и работа. – СПб. – 2003. – С. 407-408.

УДК 159.95

Сергієнко Н.П. к. психол. н., доцент, доцент кафедри загальної психології УЦЗУ

ЕМОЦІЙНИЙ СТАН ПРАЦІВНИКІВ МНС НА РІЗНИХ ЕТАПАХ ПРОФЕСІОНАЛІЗАЦІЇ

У статті представлений аналіз проблеми вивчення емоційного стану працівників МНС з різним стажем роботи.

Ключові слова: емоційний стан, стаж роботи, працівники МНС.

Актуальність проблеми. Значення проблеми емоцій навряд чи має потребу в обґрунтуванні. Які умови й детермінанти не визначали б життя людини, внутрішньо, психологічно діючими вони стають лише в тому випадку, якщо їм вдається проникнути у сферу її емоційних відносин, переломитися і закріпитися в ньому. Констатуючи в людині упередженість, без якої не мислимий не один крок, емоції з усією очевидністю справляють свій вплив на виробництві й у родині, у пізнанні й мистецтві, у педагогіці й клініці, у

творчості й у щиросердечних кризах людини. Така універсальна значущість емоцій повинна бути надійною запорукою як підвищеного інтересу до них, так і порівняно високого ступеня їхньої вивченості. Емоції – це незвіданий об'єкт, якого не можна віднести до почуттів, тому що це миттєве явище.

Дотепер єдиної точки зору на природу емоцій не існує. Як і раніше, інтенсивно проводяться дослідження, спрямовані на вивчення емоцій [6].

Кожна доросла людина знає, що таке емоції, тому що неодноразово їх переживала із самого раннього дитинства. Однак коли просять описати яку-небудь емоцію, пояснити, що це таке, як правило, людина зазнає великих труднощів. Переживання, відчуття, що супроводжують емоції, важко піддаються формальному опису.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На сьогоднішній день у психології у сфері емоцій починаються глобальні дослідження, тому що це задатки почуттів. І мова йде про те, як людина емоційно реагує на запропоновані життям обставини. Раніше емоційні стани прирівнювалися до почуттів, але, як говорять останні дослідження в цій темі, емоції – це попередній стан.

Протягом тривалого часу психологи намагалися вирішити питання про природу емоцій. Проблемою емоцій займалися: Фрейд, І.Ф. Гербарт, С.Л. Рубінштейн, Є.Д. Хомська, В.М. Сумирно, А.І. Трохачев, В.К. Віллунас, К.К. Платонов, А.Н.Леонтьєв і багато ін.

Мета даного дослідження – вивчення особливостей емоційних станів у працівників МНС на різних етапах професіоналізації.

Виклад основного матеріалу. У зв'язку з інтенсифікацією виробництва й широким впровадженням нових технологій, змістовні характеристики праці істотно змінюються, у результаті чого праця стає емоційно насиченою, викликаючи постійну нервово-психічну напруженість. У таких професіях все більше домінують значення набувають емоційно-стресові стани, впливаючи на здоров'я працюючих.

У професійній діяльності людини на перший план виступають і все більшою мірою домінують такі професійні дії як контроль процесів керування, прийняття рішень часто в нестандартних ситуаціях. Докорінна зміна змістовних особливостей праці сприяла тому, що праця з фізично важкої трансформується в нервово-психічне напруження [3].

В осіб, чия професійна діяльність має схильність до психоемоційного напруження, мають значення деякі характеристики психофізіологічної структури особистості, зокрема екстраверсія з імпульсивністю, тривожність, нейротизм.

Нерідко генезис психоемоційного напруження пов'язаний з негативними трудовими емоціями, які породжені суб'єктивним відчуттям примусового характеру роботи, а також відсутністю інтересу до її виконання. Тому психоемоційному напруженню при сенсорно-моторній діяльності більш піддаються особи, чия професійна діяльність пов'язана з несумісними умовами й ритмом праці, а також люди, що забезпечують завданням результатом діяльності за рахунок мінімальної мобілізації працездатності.

Говорячи про роль емоцій у житті людини, неправомірно порушувати питання, для чого, з якою метою хтось переживає емоції. Емоції ж виникають найчастіше мимоволі. Тому стосовно них можна поставити тільки питання: яка користь або шкода може бути людині від виникнення тієї або іншої емоції (виходячи із призначених їм природою функцій)?

Відповідаючи на це питання, варто враховувати, що позитивна роль емоцій не пов'язується прямо з «позитивними» емоціями, а негативна роль – з «негативними». Останні можуть служити стимулом для самовдосконалення людини, а перші – з'явитися приводом для благодущності. Багато що залежить від цілеспрямованості людини й умов її виховання.

Думки вчених про значення емоцій і виконувані ними функції розходяться. Однак безсумнівна головна функція емоцій – їхня участь у керуванні поведінкою людини й тварин [7].

У стані емоційного порушення людина здатна на багаторазове збільшення фізичних зусиль. Іноді фізично слабка людина переборює перешкоди, доступні лише тренуваним спортсменам.

У процесі життєдіяльності на основі зовнішніх умов і генетичних передумов у людини формуються стійкі емоційні якості, емоційні особливості й властивості особистості.

У житті особистості велике значення мають емоційні стани. На певний період часу вони офарблюють всю психічну діяльність людини й виявляються в настроях, що різняться за ступенем інтенсивності, і афективних станах.

Емоційні стани не тільки залежать від характеру психічної діяльності, що протікає, але й самі впливають на неї. Гарний настрій, наприклад, активізує пізнавальну й волюву діяльність людини.

Емоційний стан може залежати від виконуваної діяльності, зробленого вчинку, від самопочуття, від прослуханого романсу й т.д.

В емоційних станах розкриваються як типові для людини особливості поведінки, так і випадкові, не характерні для неї психічні прояви. У типових для людини емоційних станах виражаються індивідуально-типологічні особливості особистості. Так, наприклад, меланхоліки схильні до тривалих мінорних настроїв, сангвініків відрізняє життєрадісний, бадьорий стан духу. Випадкові емоційні стани не відображають істотних особливостей особистості, вони викликані збігом обставин, особливостями сформованої ситуації. Виражений афективний стан, наприклад, при окремих умовах може виявитися в самої врівноваженої людини.

Для комплексної оцінки впливу праці на людину істотною роль відіграє сполучення об'єктивних і суб'єктивних факторів, що визначають задоволеність працею, ефективність діяльності, психоемоційний статус у процесі праці й ін.

Проведені в різних напрямках широкі соціально-гігієнічні й психологічні дослідження показують, що збільшується кількість професій і видів праці, у ході яких працюючі зазнають і психологічні перевантажень. Саме праця пожежних і відноситься до цієї категорії професій [4].

Праця пожежних сполучена з великою емоційністю, зумовлена особливостями їхньої діяльності [2]:

- безперервним нервово-психічним напруженням, викликаним систематичною роботою в незвичайному середовищі (за високою температури, сильної концентрації диму, обмеженої видимості), постійною загрозою життю й здоров'ю (можливі обвалення палаючих конструкцій, вибухи пар і газів, отруєння отруйними речовинами, що виділяються в результаті горіння), негативними емоційними впливами (винос поранених і обпалених людей);

- великими фізичними навантаженнями, пов'язаними з демонтажем конструкцій і устаткування, прокладкою рукавних ліній, робота з пожежним устаткуванням різного призначення, виносом матеріальних цінностей, високим темпом роботи;

- необхідністю підтримувати інтенсивність і концентрацію уваги, щоб стежити за зміною обстановки на пожежі, тримати в полі зору стан численних конструкцій, технологічних агрегатів і установок у процесі виконання бойового завдання на палаючому об'єкті;

- труднощами, зумовленими необхідністю проведення робіт в обмеженому просторі (у тунелях, підземних галереях, газопровідних і кабельних комунікаціях), що ускладнюють дії, порушуючи звичні способи просування, робочі пози (просування поповзом, робота лежачи);

- високою відповідальністю кожного пожежного за відносної самостійності дій і рішень з порятунку життя людей, дорогого устаткування;

- наявністю несподіваних і раптово виникаючих перешкод, що ускладнюють виконання бойового завдання.

Емоційний стан як явище характеризується цілісністю, є реакцією особистості на зовнішні й внутрішні стимули, служить проміжною ланкою між процесами й властивостями особистості й пов'язане з ними, на якийсь час характеризує своєрідність психічної діяльності й має певні тимчасові границі.

Емоційні стани залежать від безлічі факторів, як зовнішніх, так і внутрішніх. Виділяють наступні фактори: зміни, що відбуваються в суспільстві; зміни, що відбуваються в людині (в її організмі); вплив індивідуальних особливостей людини; вплив попередніх емоційних станів; вплив іншої людини; інформативність. Всі ці фактори впливають на стан не по черзі, а одночасно, комплексно. Емоційні стани можуть швидко мінятися, тому що дуже швидко змінюються фактори [1].

У своїй роботі ми хотіли проаналізувати вплив на емоційний стан ще одного фактора – часу виконання в тієї чи іншої діяльності. В ході нашого дослідження було висунуто гіпотезу, що стаж роботи впливає на емоційний стан працівника, тобто чим довше людина перебуває у стані виконання тієї чи іншої діяльності, тим більше вона піддається психологічному перевантаженню.

Для вирішення поставлених завдань нашими досліджуваними став особовий склад варт Київського РВ м. Харкова, у який входять ПЧ №27, №9, №36. У дослідженні взяли участь 38 чоловік, вік досліджуваних 27– 48 років. Нами були визначено дві групи обстежуваних: перша група – це працівники зі стажем роботи до 5 років – 18 чоловік, друга група – це

працівники зі стажем роботи більше 5 років – 20 чоловік. Для виявлення особливостей емоційного стану працівників МНС на різних етапах професіоналізації було проведено методику самооцінки психічних станів Г. Айзенка.

При вивченні психічних станів працівників МНС зі стажем роботи до 5 років були одержані наступні дані.

За шкалою «Тривожність»:

- низький рівень тривожності спостерігається у 8 працівників МНС, що становить 44,4 %;
- середній рівень тривожності спостерігається у 6 працівників МНС, що становить 33,3 %;
- високий рівень тривожності спостерігається у 4 працівників МНС, що становить 22,3 %.

Отримані результати свідчать про те, що у працівників МНС переважає помірна тривога, що є природною й обов'язковою особливістю особистості та сприяє успішній професійній діяльності.

Результати, отримані за шкалою «Фрустрація»:

- низький рівень фрустрації спостерігається у 12 працівників МНС, що становить 66,7 %;
- середній рівень фрустрації спостерігається у 4 працівників МНС, що становить 22,2 %;
- високий рівень фрустрації спостерігається у 2 працівників МНС, що становить 11,1 %.

Результати свідчать про те, що у працівників МНС переважає низький рівень фрустрації, що говорить про підвищену самооцінку й ріст своєї впевненості, що може бути пов'язане з тим, що вони ще мають невеликий досвід своєї роботи.

Результати, отримані за шкалою «Агресія»:

- низький рівень агресії спостерігається у 10 працівників МНС, що становить 55,6 %;
- середній рівень агресії спостерігається у 6 працівників МНС, що становить 33,3 %;
- високий рівень агресії спостерігається у 2 працівників МНС, що становить 11,1 %.

Тобто отримані результати свідчать про те, що в цілому у працівників МНС переважає низький рівень агресії.

Результати, отримані за шкалою «Ригідність»:

- низький рівень ригідності спостерігається у 11 працівників МНС, що становить 61,1 %;
- середній рівень ригідності спостерігається у 5 працівників МНС, що становить 27,8 %;
- високий рівень ригідності спостерігається у 2 працівників МНС, що становить 11,1 %.

Отримані нами результати свідчать про те, що більша виразність низького рівня ригідності у працівників характеризується тим, що вони швидко реагують на зміну ситуацій, обставин.

При вивченні психічних станів співробітників МНС зі стажем роботи більше 5 років одержали наступні дані.

За шкалою «Тривожність»:

- низький рівень тривожності спостерігається у 5 працівників МНС, що становить 25 %;
- середній рівень тривожності спостерігається у 9 працівників МНС, що становить 45 %;
- високий рівень тривожності спостерігається у 6 працівників МНС, що становить 30 %.

Отримані результати свідчать про те, що у працівників МНС також переважає помірна тривога, що сприяє успішній професійній діяльності, але спостерігається тенденція зростання високого рівня тривожності.

Результати, отримані за шкалою «Фрустрація»:

- низький рівень фрустрації спостерігається у 6 працівників МНС, що становить 30 %;
- середній рівень фрустрації спостерігається у 11 працівників МНС, що становить 55 %;
- високий рівень фрустрації спостерігається у 3 працівників МНС, що становить 15 %.

Результати свідчать про те, що у працівників МНС переважає середній рівень фрустрації, що говорить про схильність до зниження самооцінки й зростання непевності в собі.

Результати, отримані за шкалою «Агресія»:

- низький рівень агресії спостерігається у 5 працівників МНС, що становить 25 %;
- середній рівень агресії спостерігається у 12 працівників МНС, що становить 60 %;
- високий рівень агресії спостерігається у 3 працівників МНС, що становить 15 %.

Тобто отримані результати свідчать про те, що в цілому у працівників також переважає низький рівень агресії.

Результати, отримані за шкалою «Ригідність»:

- низький рівень ригідності спостерігається у 4 працівників МНС, що становить 20 %;
- середній рівень ригідності спостерігається у 3 працівників МНС, що становить 15 %;
- високий рівень ригідності спостерігається у 13 працівників МНС, що становить 65 %.

Отримані нами результати свідчать про те, більша виразність високого рівня ригідності у працівників МНС може ускладнювати відносини з оточуючими, тому що особистість стає реактивною, імпульсивною, погано керує собою.

Для одержання загальних даних за методикою ми провели розрахунок t-критерію за Стьюдентом у двох групах. Дані відображені в таблиці 1.

Таблиця 1

Середні показники психічних станів у співробітників МНС на різних етапах професіоналізації (бали)

<i>Види станів</i>	<i>психічних</i>	<i>Працівники зі стажем роботи до 5 років</i>	<i>Працівники зі стажем роботи більше 5 років</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
<i>Тривожність</i>		<i>8,5± 3,9</i>	<i>4,1± 3,1</i>	<i>2,09</i>	<i>0.05</i>
<i>Фрустрація</i>		<i>9,1± 6,5</i>	<i>6,1± 7,07</i>	<i>1,5</i>	<i>-</i>
<i>Агресивність</i>		<i>11,6± 3,5</i>	<i>10,4± 3,1</i>	<i>1,08</i>	<i>-</i>
<i>Ригідність</i>		<i>9,1± 7,3</i>	<i>8,8± 6,6</i>	<i>1,2</i>	<i>-</i>

З таблиці видно, що спостерігаються достовірні відмінності за шкалою тривожності, а саме у працівників зі стажем роботи до п'яти років більш високі показники, ніж у працівників, які мають стаж роботи більше п'яти років. Тобто вони схильні сприймати загрозу своїй самооцінці та життєдіяльності у великому діапазоні ситуацій та реагувати вираженим станом тривожності; також вони є занепокоєними в самих різних життєвих ситуаціях, у тому числі й таких, де ніщо до цього не спонукає.

Отримані результати свідчать про те, що у працівників МНС, які мають стаж роботи більше п'яти років, загальне емоційне самопочуття стає більш рівним: як правило, немає різких афективних спалахів, які нерідко можуть виникати; немає також і миттєвого судження про людей, їхні якості і риси, таких необґрунтовано формуючих впливів, які властиві людям.

Висновки. Отримані результати свідчать про те, що:

- у групах працівників МНС (незалежно від стажу роботи) переважає помірний тривога, що є природною й обов'язковою особливістю особистості й сприяє успішній професійній діяльності;

- у працівників МНС зі стажем роботи до 5 років переважає низький рівень фрустрації, що говорить про підвищену самооцінку й зростання своєї впевненості, а у працівників МНС зі стажем роботи більше 5 років переважає середній рівень фрустрації, що говорить про схильність до зниження самооцінки й зростання непевності в собі;

- у цілому в групі працівників зі стажем роботи до 5 років переважає низький рівень агресивності. Спостерігаються достовірні розходження показників низького рівня агресії; це може пояснюватися їхнім прагненням до домінування. З іншої сторони, ми бачимо тенденцію середнього й високого рівня агресивності у працівників МНС зі стажем роботи більше 5 років, що може виступати як захистом, давати психологічну компенсацію й розрядку, підвищуючи почуття впевненості в собі;

- що більша виразність низького рівня ригідності у працівників МНС зі стажем роботи до 5 років характеризується тим, що вони швидко реагують на

зміну ситуацій, обставин, а у працівників МНС зі стажем роботи більше 5 років більша виразність високого рівня ригідності може ускладнювати відносини з оточуючими, тому що особистість стає реактивною, імпульсивною, погано керує собою.

Отримані результати підтверджують нашу гіпотезу, а саме те, що чим довше людина перебуває у стані виконання тієї чи іншої діяльності, тим більше вона піддається психологічному перевантаженню.

Психічні стани можуть виступати і як причини, і як наслідки якої-небудь дії, вчинку, діяльності. Вони можуть бути причинами і наслідками яких-небудь переживань, подій у психічному житті людини. Психічні стани, у порівнянні з особливостями особистості, почуттями, вольовими якостями, як ситуативне і як менш стійке психічне явище, у більшій мірі піддаються "випадковим" впливам. Психічний стан, наприклад, може бути не характерний для даної людини, тобто бути відносно випадковим. В інших випадках психічний стан виникає необхідно й закономірно.

Праця пожежних сполучена з великою емоційністю, зумовлена великими фізичними навантаженнями, труднощами, зумовленими необхідністю проведення робіт в обмеженому просторі, наявністю несподіваних і раптово виникаючих перешкод, що ускладнюють виконання бойових завдань, тому тема впливу психічних станів пожежних на їхню професійну діяльність є актуальною.

ЛІТЕРАТУРА

1. Коробейников М.П. Психология человека в экстремальных условиях / Коробейников М.П. – Л.: Наука, 1978. – С. 9 - 84.
2. Космополинский Ф.П. Эмоциональный стресс при работе в экстремальных условиях / Космополинский Ф.П. – М.: Медицина, 1976. – С. 191.
3. Лебедев В.И. Личность в экстремальных условиях / Лебедев В.И. – М.: Политиздат, 1989. – С. 303.
4. Медведев В.И. Устойчивость психических и физических функций человека при действии экстремальных факторов / Медведев В.И. – Л.: Наука, 1992. – С. 44-50.
5. Тимченко А.В. Психологические аспекты состояния, поведения и деятельности людей в экстремальных условиях и методы их коррекции / Тимченко А.В. – Харьков, 1997. – С. 184.
6. Симонов П.В. Физиологические особенности положительных и отрицательных эмоциональных состояний / Симонов П.В. – Л.: Наука, 1972. – С. 57-61.
7. Якобсон П.М. Психология чувств и мотиваций: Избр. психол. тр. / [под ред. Борисовой Е.М. М.: ин-т практ. психол.] – Воронеж: НПО «МОДЭК», 1998. – С. 304.

УДК 159.91

Тімченко О.В., д. психол. н., професор, начальник НДЛ екстремальної та кризової психології УЦЗУ

ДЕЯКІ МІРКУВАННЯ ЩОДО ОСНОВНИХ НАПРЯМКІВ ДОСЛІДЖЕНЬ АНТРОПОГЕННОГО ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТРЕСУ В СУЧАСНИХ УМОВАХ РОЗВИТКУ ЕКСТРЕМАЛЬНОЇ ТА КРИЗОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

У статті розглянуті актуальні питання дослідження особливостей антропогенного психоемоційного стресу в сучасних умовах розвитку екстремальної та кризової психології. Викладено підходи до вирішення цього питання, які використовуються у практичній роботі науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології УЦЗУ.

Ключові слова: психоемоційний стрес, психічні розлади, антропогенний стрес.

Актуальність теми. За даними ВОЗ, на сьогодні в усьому світі виявлено 400 млн. випадків тривожних станів, 340 млн. випадків розладів настрою, 60 млн. випадків затримки розвитку, 40 млн. випадків епілепсії.

Психічні розлади розглядаються як один із найбільш істотних компонентів захворюваності, що призводить до інвалідності. Якщо врахувати, що від 30 до 50% людей, що звернулися у медичні заклади загального профілю, мають проблеми з психічним здоров'ям, та якщо додати, що за останні десятиліття близько 800 млн. людей були травмовані природними катастрофами, то цифри стають просто жахливими. До 2020 р. очікується зростання психічних захворювань до 15% від загального числа захворювань.

XX століття стало часом пильної уваги психологів до проблеми страждання: робота Є. Ліндемана «Клініка гострого горя» (1944), потім Р. Ліфтона (1967), де було описано «синдром вижившого», що одержав пізніше назву «В'єтнамський синдром», а з 1980 р. частина розладів після психічної травми описувалася в американській класифікації психічних розладів як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР).

Ми переконані, що у сучасних умовах розмова повинна вже йти не про стрес як про загальний адаптаційний синдром, і навіть не про емоційний стрес. Розмова має йти про страждання – антропогенний психоемоційний стрес.

Відомо, що коли говорять про стрес у людини, то традиційно долучають його до емоційної сфери. У відповідь на психічну травму виникає емоційна стресова реакція, де поведінка наближається до автоматизованих форм, де емоції складають більш питому вагу, ніж розум. Недарма говорять, перед тим, як з'ясувати відношення, треба «заспати образу». Але це тільки *перший ступінь* відповіді людини на антропогенний психоемоційний стрес.

Слідом за першим ступенем йде *другий*, коли включаються пам'ять і когніції – осмислення, усвідомлення, оцінна робота свідомості на минуле, дійсне і прогнозування майбутнього. І тут можна говорити про антропогенність стресу, тому що другий ступінь містить у собі новий феномен еволюції – усвідомлення, уяву.

З іншого боку, відмітна риса психічного стресу полягає в тому, що за рахунок механізму пам'яті спрацьовує феномен зберігання психотравмуючої

ситуації. Це виявляється у виді кошмарних сновидінь і спалахів спогадів, які мають спроможність як загасати згодом, так і посилюватися і багаторазово повторюватися. У стані наодинці із самим собою відбувається самогенерація цього феномена, який спонтанно починає посилювати стресорний процес, хронізуючи його. І в цьому одна з основних особливостей антропогенного психоемоційного стресу. Наслідок психічної травми може позначатися роками, десятиліттями, призводячи до розвитку одного з варіантів ПТСР.

Не викликає сумніву і той факт, що антропогенний психоемоційний стрес може призвести до розвитку всього діапазону розладів здоров'я будь-якого рівня: психотичного, невротичного, соматичного, особистісного. Така деструктивна дія пояснюється складністю самого ментального стресу. Як писав Г. Сельє: «...неспецифічна дія стресу завжди ускладнюється специфічною дією стресора, а так само уродженою або набутою схильністю».

Тому на сьогодні важливою складовою безпечної життєдіяльності людини має стати вирішення проблем, пов'язаних із дією соціального дистресу. Фактично мова повинна йти про «екологію соціального поля», в якому народжується, живе і діє кожна людина. Екологія соціального поля стає однією з пріоритетних парадигм ХХІ сторіччя. Створення окремої галузі у структурі психологічної науки – психології катастроф – стає нагальною потребою сьогодення.

Життя «кричить» про людські страждання, а ми, вчені, продовжуємо майже нічого не знати про душевний біль – єдиний людський стан, що є потягом до бажання жити. Ми тільки-тільки взялися за вивчення «верхівки айсберга» у вигляді розбудови надання екстреної психологічної допомоги тим, хто її потребує. І до певного часу ми просто, мабуть, не замислювалися над тим, як самі постраждалі оцінюють роботу психолога, журналіста, соціального працівника або лікаря і як це впливає на їх душевний та фізичний стан у майбутньому.

Виклад основного матеріалу. Науково-дослідною лабораторією екстремальної та кризової психології Університету цивільного захисту України в жовтні-листопаді 2007 р. у м. Дніпропетровську було проведене дослідження, яке охопило потерпілих 1-го, 2-го, 3-го і 4-го під'їздів житлового будинку № 127 по вул. Мандриківській на предмет виявлення «дисфункції репрезентації образу «Я» і навколишнього світу, що призводить до відхилень на когнітивному, емоційному й поведінковому рівнях» (інтенсивність і ступінь позитивної або негативної напруженості сприйняття актуальних соціально-психологічних проблем), а також оцінки ними ролі засобів масової інформації (далі ЗМІ) в цій ситуації і відношення до екстреної (невідкладної) психологічної допомоги, яка надавалася потерпілим та їх родичам у зв'язку з вибухом побутового газу у житловому будинку.

Блок питань задавався потерпілим з метою *з'ясування оцінок діяльності організацій, що взяли участь у наданні психологічної та соціальної допомоги.*

У зв'язку з важким психоемоційним станом респондентів основним методом обстеження було усне опитування з наступною фіксацією відповідей

на папері. З урахуванням специфіки конкретної надзвичайної ситуації були визначені дві категорії респондентів.

До першої категорії респондентів увійшли жителі 3-го під'їзду зруйнованого будинку, в яких у результаті вибуху побутового газу були повністю зруйновані квартири й втрачено все майно, а також їхні родичі. Чисельність респондентів цієї групи склала 101 чоловік (49 жителів 3-го під'їзду, а також 52 особи – родичі постраждалих).

Другу категорію опитаних склали жителі 1-го, 2-го і 4-го під'їздів із числа тих, чії квартири й матеріальні цінності, що там знаходилися, залишилися не пошкодженими. Вони увійшли до контрольної групи респондентів (N=143). Таким чином, загальна чисельність вибіркової сукупності склала 244 опитаних.

За результатами дослідження відповіді респондентів були розподілені за двома основними групами за ознаками, які було винесено у назву підрозділу.

1. «Психологічна допомога»

Таблиця 1.1

Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як Ви вважаєте, чи ефективно, вчасно й у повному обсязі надавалася жителям м. Дніпропетровська, які постраждали в результаті вибуху побутового газу в житловому будинку по вул. Мандриківській, психологічна допомога, підтримка?»

Варіант відповіді	Постраждали мешканці третього під'їзду, %	Постраждали мешканці 1-го, 2-го й 4-го під'їздів, %
безумовно й ефективно	18,6	29,5
скоріше ефективно й у повному обсязі	43,6	40,6
скоріше неефективно й не у повному обсязі	18,5	9,8
безумовно неефективно й не у повному обсязі	3,8	2,5
важко відповісти	15,5	17,6
Загалом	100,0	100,0

Таблиця 1.2

Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Чи зверталися по допомогу до психолога особисто Ви чи члени Вашої родини?»

Варіант відповіді	Постраждали мешканці третього під'їзду, %	Постраждали мешканці 1-го, 2-го й 4-го під'їздів, %
так	8,1	61,5
ні	91,9	38,5

Разом	100,0	100,0
-------	-------	-------

Таблиця 1.3

Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як Ви вважаєте, чи стала допомога психолога для Вас, членів Вашої родини чи Ваших близьких корисною, ефективною, своєчасною чи ні?»

Варіант відповіді	Постраждали мешканці третього під'їзду, %	Постраждали мешканці 1-го, 2-го й 4-го під'їздів, %
безумовно корисною й своєчасною	25,0	24,3
скоріше корисною й своєчасною	29,3	43,2
скоріше марною	7,6	17,0
безумовно марною	2,2	2,4
важко відповісти	35,9	13,2
Разом	100,0	100,0

Таблиця 1.4

Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Якщо Ви не зверталися по допомогу до психолога, то з яких причин?»

Варіант відповіді	Постраждали мешканці третього під'їзду, %	Постраждали мешканці 1-го, 2-го й 4-го під'їздів, %
не бачу в цьому ніякої необхідності	64,1	30,9
не вірю в реальну допомогу психолога	27,8	8,6
мені складно вибрати фахівця	1,0	0,5
не знаю, куди треба звертатися	4,1	6,1
інше	5,5	3,0
важко відповісти	14,4	12,6
моєму горю не допоможуть	14,1	4,0
поки немає бажання	0,7	–
подальше спілкування необхідне	0,7	–
зверталися родичі	0,3	–
немає кваліфікованих психологів	0,3	–
мені не потрібно	–	1,0

Разом	100,0	100,0
-------	-------	-------

Таблиця 1.5

Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Яка, на Вашу думку, форма соціально-психологічної допомоги була б найбільш ефективною для Вас на сьогодні?»

Варіант відповіді	Постраждали мешканці третього під'їзду, %	Постраждали мешканці 1-го, 2-го й 4-го під'їздів, %
індивідуальні консультації психолога	49,4	13,3
групові соціально-психологічні заняття	7,4	41,6
сімейне консультування й інші заходи	24,3	15,9
інше	11,9	12,8
важко відповісти	7,0	16,4
Разом	100,0	100,0

Таблиця 1.6

Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Чи приносила користь діяльність організацій, що надавали психологічну допомогу постраждалим мешканцям дому №128 по вул. Мандриківській м. Дніпропетровська?»*

Варіант відповіді	Постраждали мешканці третього під'їзду, %	Постраждали мешканці 1-го, 2-го й 4-го під'їздів, %
Червоний Хрест	59,3	70,5
Психологів ЦПЗ та РОС ГУ МНС України в Дніпропетровській області	46,4	65,9
Психіатрична лікарня № 14	31,6	36,7
Шкільні практичні психологи Дніпропетровська	11,9	21,2
Дніпропетровський міський центр соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді	11,34	21,65
Центр СССДМ Амур-Нижньодніпропетровської районної ради	11,27	21,13
Центр СССДМ Бабушкінської районної ради	11,26	21,13

Центр СССДМ Жовтневої районної ради	11,26	21,12
Центр СССДМ Індустріальної районної ради	11,26	11,12
Центр СССДМ Кіровської районної ради	11,23	11,11
Центр СССДМ Ленінської районної ради	11,23	11,1
Центр СССДМ Самарської районної ради	11, 21	10,98
інші	4,1	0,4
ні про яку діяльність психологів не чув	0,12	0,08
важко відповісти	18,1	28,0

* Загальна кількість відповідей є більшою за 100%, у зв'язку з тим, що респонденти визначали декілька організацій.

2. «Діяльність засобів масової інформації»

Таблиця 2.1

Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як Ви оцінюєте подачу інформації про події в м. Дніпропетровськ?» (офіційні джерела)

Варіант відповіді	Постраждали мешканці третього під'їзду, %	Постраждали мешканці 1-го, 2-го й 4-го під'їздів, %
абсолютно об'єктивно	3,0	4,2
скоріше об'єктивно	53,1	45,9
скоріше не об'єктивно	16,4	21,6
абсолютно не об'єктивно	13,2	10,4
важко відповісти	14,3	17,8
Разом	100,0	100,0

Таблиця 2.2

Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як Ви оцінюєте подачу інформації про події в м. Дніпропетровськ?» (центральні ЗМІ)

Варіант відповіді	Постраждали мешканці третього під'їзду, %	Постраждали мешканці 1-го, 2-го й 4-го під'їздів, %
абсолютно об'єктивно	2,3	2,3

скоріше об'єктивно	49,9	43,8
скоріше не об'єктивно	19,1	27,7
абсолютно не об'єктивно	12,6	8,6
важко відповісти	16,2	17,6
Разом	100,0	100,0

Таблиця 2.3

Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як Ви оцінюєте подачу інформації про події в м. Дніпропетровськ?» (внутрішньообласні ЗМІ)

Варіант відповіді	Постраждали мешканці третього під'їзду, %	Постраждали мешканці 1-го, 2-го й 4-го під'їздів, %
абсолютно об'єктивно	2,3	1,2
скоріше об'єктивно	45,8	39,8
скоріше не об'єктивно	19,0	27,2
абсолютно не об'єктивно	16,4	11,4
важко відповісти	16,6	20,5
Разом	100,0	100,0

Таблиця 2.4

Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Скажіть, будь ласка, з яких джерел Ви отримували інформацію про надзвичайну подію, що трапилася з Вами?»

Варіант відповіді	Постраждали мешканці третього під'їзду, %	Постраждали мешканці 1-го, 2-го й 4-го під'їздів, %
центральні радіостанції	22,3	29,0
центральні газети, журнали	40,7	32,0
місцеві радіостанції	20,4	27,4
місцеві газети, журнали	67,6	64,9
Інтернет	10,0	12,7
розмови родичів, знайомих	53,2	68,0
інше	1,5	0,4
важко відповісти	1,8	3,1

Таблиця 2.5

Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як Ви вважаєте, чи досить повно у цілому висвітлювалась в ЗМІ інформація про діяльність МНС, державних і комерційних організацій, що надавали допомогу й підтримку постраждалим жителям?» (інформація про наявність організацій)

Варіант відповіді	Постраждали мешканці третього під'їзду, %	Постраждали мешканці 1-го, 2-го й 4-го під'їздів, %
безумовно достатньо	5,7	8,2
скоріше достатньо	18,0	25,1
скоріше недостатньо	39,4	29,4
безумовно недостатньо	17,6	8,2
важко відповісти	19,3	29,0
Разом	100,0	100,0

Таблиця 2.6

Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як Ви вважаєте, чи досить повно у цілому висвітлювалась в ЗМІ інформація про діяльність МНС, державних і комерційних організацій, що надавали допомогу й підтримку постраждалим жителям?» (інформація про місце розташування організацій)

Варіант відповіді	Постраждали мешканці третього під'їзду, %	Постраждали мешканці 1-го, 2-го й 4-го під'їздів, %
безумовно достатньо	3,4	3,2
скоріше достатньо	16,4	19,6
скоріше недостатньо	41,2	35,2
безумовно недостатньо	17,6	10,0
важко відповісти	21,5	32,0
Разом	100,0	100,0

Таблиця 2.7

Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як Ви вважаєте, чи досить повно у цілому висвітлювалась в ЗМІ інформація про діяльність МНС, державних і комерційних організацій, що надавали допомогу й підтримку постраждалим жителям?» (інформація про режим роботи організацій)

Варіант відповіді	Постраждали мешканці третього під'їзду, %	Постраждали мешканці 1-го, 2-го й 4-го під'їздів, %
безумовно достатньо	4,2	4,0
скоріше достатньо	12,0	13,7
скоріше недостатньо	40,3	36,9
безумовно недостатньо	18,8	10,8
важко відповісти	24,7	34,5
Разом	100,0	100,0

Таблиця 2.8

Розподіл відповідей респондентів на запитання: «Як Ви вважаєте, чи досить повно у цілому висвітлювалась в ЗМІ інформація про діяльність МНС, державних і комерційних організацій, що надавали допомогу й підтримку постраждалим жителям?» (інформація про умови надання допомоги)

Варіант відповіді	Постраждалі мешканці третього під'їзду, %	Постраждалі мешканці 1-го, 2-го й 4-го під'їздів, %
безумовно достатньо	3,7	2,8
скоріше достатньо	15,3	19,9
скоріше недостатньо	39,9	34,7
безумовно недостатньо	20,4	9,6
важко відповісти	20,6	33,1
Разом	100,0	100,0

Висновки:

1. Актуальна ситуація, в якій довелося працювати та набувати практичного досвіду психологам МНС під час ліквідації наслідків вибуху газу 13 жовтня 2007 року у м. Дніпропетровськ, характеризувалася як гостра і критична та така, що істотно торкалася життєво важливих потреб і цінностей постраждалого населення.

2. Серйозність але, разом з тим, і маловивченість проблеми психологічного впливу надзвичайної ситуації на постраждале населення роблять актуальною розробку спеціальних програм по вивченню і зміцненню психічного здоров'я як складової частини стратегії охорони здоров'я населення в цілому. Ми не відкриємо Америки, якщо скажемо, що людина має біологічну специфіку, психологічні можливості і веде груповий спосіб життя. Отож, людина – біопсихосоціальна істота! Недарма Всесвітня організація охорони здоров'я трактує поняття «Здоров'я» як біологічний, психічний і соціальний добробут.

Поки питання соматичного, психічного і соціального здоров'я не будуть розглядатися в єдності, поки служба психічного здоров'я не одержить такого ж визнання, як і тілесна служба, – проблема здоров'я постраждалого населення залишиться нерозв'язаною проблемою.

3. Від пізнання законів окремого організму до законів особистості і далі – до законів суспільства Г. Сельє наприкінці свого життя перейшов до вивчення соціального стресу, «утрати мотивації», який він назвав «захворюванням духу».

На жаль, сьогодні «захворювання духу» досягло розмірів епідемії. Бездуховність – ситуація найбільш стресова з усіх, які можна собі уявити. Відсутність мотивації – найбільша духовна трагедія, що руйнує всі життєві підвалини. Рецепт виходу з цього, до якого прийшов Г. Сельє, не новий, але, напевно, єдиний, особливо під час кризи: «альтруїстичний егоїзм», – думай про себе, але будь необхідним для інших!

Титаренко Д.С., науковий співробітник відділення впровадження психотренінгових технологій науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології УЦЗУ

ЗАХИСНІ МЕХАНІЗМИ ПСИХІКИ ЛЮДИНИ

У статті наведено аналіз літератури до визначення поняття психологічного захисту, надано опис загальноприйнятих механізмів захисту, які використовуються особистістю, та подано інформацію про мотиви використання психологічного захисту.

Ключові слова: психологічний захист, механізми психологічного захисту.

Актуальність проблеми. Швидкі тенденції розвитку сучасного суспільства передбачають постійні ускладнення соціуму та збільшення його впливу на особистість – все це призводить до збільшення «тиску» на психіку. Інформаційна перенасиченість світу вимагає інтенсивного розвитку в особистості тих структур, які відповідають за ефективне пристосування до оточення. Однією з адаптаційних систем особистості є психологічний захист. Психологічний захист визначає суб'єктивний комфорт особистості в усіх ситуаціях напруженості, у професійній та побутовій діяльності.

Незважаючи на те, що концепція психологічного захисту була започаткована ще у психоаналізі, вона все ж викликає деякі суперечливості у визначенні статусу цього явища як об'єкта наукових досліджень.

Серед причин, що зумовили неприйняття психоаналізу, сучасні дослідники на перший план висувають фактори ідеологічного порядку. Про це Ільїн Л.Г. зазначає: «Социальный пессимизм Фрейда, его неверие в управляемое общество, в возможность формирования поведения людей, перевоспитание человека... Эта позиция шла вразрез с потребностями современного мира, где решение задачи управления обществом и людьми является не только желательным, но и жизненно необходимым. Неизменность бессознательных влечений на протяжении всей человеческой истории, их постоянное и непримиримое противодействие социальному давлению — эти положения психоанализа значительно ограничивали его распространение как в США, где обещание Уотсона сформировать человека с заданными свойствами обеспечило ему бурный и продолжительный успех; так и в СССР, где создание нового общества предполагало формирование нового человека, с новой психологией, лишеной пережитков прошлого» [3].

Така глобально-негативна оцінка психоаналізу нерідко приводила до замовчування або спотвореного піднесення психічних явищ. Сам факт того, що явище психологічного захисту було виявлено в практиці психоаналізу, приводило до його витіснення зі сфери наукових інтересів більшості дослідників. А ті з них, хто так чи інакше все ж таки порушував проблему захисних механізмів і тим самим визнавав за ними статус наукового об'єкта, не мали чітко обґрунтованого визначення цього феномена психічного життя.

Другою причиною є те, що існує більше десятка варіантів визначення психологічного захисту. Більшість з них не витримують критики, захист там визначається через видові або функціональні характеристики: такі як мета, результат, пізнавальні процеси, афекти, діяльність, регуляція тощо. У зв'язку з цим показовим є той факт, що серед авторів немає єдиної думки про те, скільки ж механізмів захисту існує у людини. Наприклад, в монографії Анни Фрейд описано 15 механізмів захисту; Колеман Ж.С., автор підручника з патопсихології, пропонує список з 17 захисних механізмів; у словнику-довіднику з психіатрії подано 23 механізми захисту. Цей перелік можна продовжувати ще досить довго.

Також деякі автори вказують на існування широко розповсюджених неясностей, омонімічності і синонімічно існуючих термінів.

Відсутність понятійної чистоти ускладнюється, крім того, неточним перекладом наукової термінології іноземними мовами. Так, наприклад, у багатьох роботах не розмежовані поняття «придушення» (repression) і «витіснення» (suppression). В інших останнє описується як свідомий варіант першого. Те ж саме спостерігається стосовно ряду інших термінів.

Нарешті, останньою важливою причиною теоретичного різноголосся виявляється складність самого об'єкта дослідження. Психологічний захист, як і будь-який інший об'єкт психологічного аналізу, являє собою багатокомпонентне, багатовимірне явище [5].

Таким чином, серед дослідників немає єдиної точки зору ні на загальну кількість захистів, ні на ступінь їх співвіднесеності один з одним, ні навіть на їхні ясні визначення в деяких випадках. Тож, є сенс вивчати це явище більш детально, з урахуванням всіх можливих зовнішніх факторів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Як вже говорилося, що концепцію психологічного захисту було започатковано в роботах З. Фрейда, та до сьогодні ця тема не втратила своєї актуальності. Потім цими питаннями займалась його донька, Анна Фрейд. Її погляди принципово не відрізняються від поглядів З. Фрейда останніх років його творчості. Її заслуга полягає у спробі створення цілісної теоретичної системи захисних механізмів. У своїй фундаментальній монографії вона вперше докладно описала різні способи захисної поведінки.

Ф.В. Басін та деякі інші дослідники – Зейгарник, А.А. Налчаджян, Е.Т. Соколов, В.К. Мягер [1] тощо, – вважають, що психологічний захист – це нормальна реакція, яка повсякденно працює механізмом людської свідомості. При цьому Ф.В. Басін, як уже зазначалося, підкреслює величезне значення захисту для зняття різного роду напружень у житті особистості. На його думку, захист здатен запобігти дезорганізації поведінки людини, що настає не тільки при зіткненні свідомого і несвідомого, а й у разі «протиборства» між цілком свідомими установками. Автор вважає, що основним у психологічному захисті є перебудова системи установок, спрямованих на усунення надмірного емоційного напруження і запобігає дезорганізації поведінки.

Такі дослідники як В.А. Ташликов, В.С. Роттенберг, Ф.Е. Василюк, Е.І. Кіршбаум, І.Д. Стойков [4] та інші вважають психологічний захист

однозначно непродуктивним, шкідливим засобом вирішення внутрішньо-зовнішнього конфлікту. Серед вчених цього напрямку популярною є ідея про те, що захисні механізми обмежують оптимальний розвиток особистості, її так звану «особистісну активність», «активний пошук», тенденцію до «персоналізації», «вихід на новий рівень регулювання та взаємодії зі світом».

В останнє десятиліття термін «психологічний захист» часто вводиться в контекст самих різних, як наукових, так і науково-популярних праць з медичної, соціальної, вікової та педагогічної психології, нейропсихології, педагогіки, юридичної психології тощо. В.М. Прошкін зробив спробу систематизації типологій захисних механізмів у медичній психології (у клініці неврозів за Б.Д. Карвасарським; в дослідженнях стресу за В.А. Ташликовим; у клініці алкоголізму за В.Е. Бехтелем) і в юридичній психології (за А.Р. Ратіновим і Г.Х. Єфремовою). Незважаючи на актуальність, теоретичну і практичну значущість цих досліджень, вузька спеціалізація авторів залишає відкритим питання про системну й універсальну концепцію захисту.

У працях Ф. Александера висунуто теорію «специфічного емоційного конфлікту» [6]. Згідно з його уявленням, психосоматичні захворювання є причиною, фізіологічним виразом перманентно діючого свержінтенсивного захисту такого типу як заперечення або придушення. Він виділяє три форми психогенних захворювань: істеричні конверсії, вегетативні неврози та психосоматичні захворювання, вважаючи їх результатом функціонування захисту різного ступеня інтенсивності. Характер соматичних синдромів залежить від модальності емоцій, учасників конфлікту.

В дослідженнях Ф. Дунбар розроблено концепцію «профілю особистості» [2]. Вважаючи емоційні реакції похідними від особистості хворого, автор звертає увагу на зв'язок між особливостями особистісного профілю і розвитком відповідних соматичних захворювань у конкретного суб'єкта. Виділені Ф. Дунбаром коронарний, гіпертонічний, алергічний і схильний до пошкоджень особистісні типи послужили стимулом для численних робіт з дослідження типології особистості. Теорія «профілю особистості» може розглядатися як розвиток і поглиблення теорії «специфічного конфлікту».

У сучасній зарубіжній науковій літературі широко розповсюдженою стала ідея про суміжності - полярності механізмів захисту та ідеї різного ступеня їх примітивності. Так, згідно з Уайтом, первинні захисні процеси – це відмовлення і придушення, а вторинні – це проекція, реактивне утворення, заміщення та інтелектуалізація. На протигагу Уайту, Інглиш і Фінч описують і проекцію, і інтроекцію як два найбільш примітивних захисних засоби, тоді як Евальт і Фарнсуорф [5] вважають регресію дуже примітивним виглядом захисту.

Тож можна сказати, що проблема психологічного захисту розглядається багатьма вченими, як у зарубіжних, так і у вітчизняних дослідженнях.

Метою статті є висвітлення проблеми психологічного захисту особистості, розкриття основних сучасних теорій та підходів до цієї проблеми, розкриття сенсу механізмів захисту.

Виклад основного матеріалу. Почнемо розглядати існуючі механізми психологічного захисту з визначення поняття.

Розглянемо деякі найпоширеніші визначення психологічного захисту. Тож психологічним захистом вважається:

- психічна діяльність, спрямована на спонтанну ліквідацію наслідків психічної травми (В.Ф. Бассин, В.Е. Рожнов);

- окремі випадки ставлення особистості хворого до травматичної ситуації або хвороби, що вразила його (В.М. Баншиков);

- способи переробки інформації в мозку блокують загрозову інформацію (І.В. Тонконогий);

- механізм адаптивної перебудови сприйняття й оцінки, яка виступає у випадках, коли особа не може адекватно оцінити почуття занепокоєння, викликане внутрішнім або зовнішнім конфліктом, і не може впоратися зі стресом (В.А. Ташликов);

- механізми, що підтримують цілісність свідомості (В.С. Роттенберг);

- механізм компенсації психічної недостатності (В.М. Воловик, В.Д. Вид);

- пасивно-оборонні форми реагування в патогенній життєвій ситуації (Р.А. Зачепиській);

- динаміка системи установок особистості у разі конфлікту установок (Ф.В. Бассин);

- способи репрезентації спотвореного сенсу (В.Н. Цапкін).

Тож, взагалі можна сказати, що психологічний захист це:

- система механізмів, спрямованих на мінімізацію негативних переживань, пов'язаних з конфліктами, які ставлять під загрозу цілісність особистості. Подібні конфлікти можуть провокуватися як суперечливими установками в самій особистості, так і неузгодженістю зовнішньої інформації та сформованого в особистості образу світу та образу Я.

«Мета» психічного захисту – розвантаження центральної нервової системи від надмірних і (або) застійних потреб і підкріплення збудження, підтримання гомеостазу психіки. [2]

Нерідко психічний захист трактується як ненадійний або болісний спосіб примирення індивіду з неприйнятною для нього інформацією. При цьому використовують терміни «витискання» або «заборона» на її усвідомлення. Здається, що способи «заборони» або «витискання» є вимушеним, досконалим, паранормальним способом психічного захисту. Невипадково фахівцям з психоаналізу доводиться особливими методами (за непрямими ознаками) виявляти «витіснення» або «заборонення» змісту і переводити їх в усвідомлений стан для подальшої обробки: з метою змінити (шляхом переоцінки) їх значущість для пацієнта.

Ось основні шляхи психічного захисту:

- захист шляхом розумових дій;

- захист шляхом реакцій розрядки;

- захист жартами;

- захист від звичної діяльності [6].

При цьому просто безглуздо було б вважати, що свідомість «захищається» від підсвідомості або «несвідомого»: психіка – єдине ціле, і як ціле, але з різною активністю тих чи інших своїх відділів, вона захищає свій гомеостаз в умовах проблемних життєвих ситуацій.

Від чого психіка захищається? Від дезорганізації і розладів. Ось приклади:

- застійне потребове збудження (психічне напруження);
- патологічна фіксація якогось змісту, що веде до формування патологічної домінанти (розладу потягів);
- стійкі протиріччя всередині комплексу «Я», що порушують його цілісність [6].

В результаті численних досліджень, проведених перш за все в рамках клінічної практики, були виділені різні види механізмів психологічного захисту. За рахунок реалізації психологічних механізмів, як правило, досягається лише відносно особисте благополуччя. Але невирішені проблеми набувають хронічного характеру, оскільки людина позбавляє себе можливості активно впливати на ситуацію, щоб усунути джерело негативних переживань. Найбільш позитивну роль психологічний захист відіграє тоді, коли виникають проблеми незначні і не варті того, щоб ними взагалі займатися.

Термін «психологічний захист» на сьогодні використовують майже всі психотерапевтичні школи, він включений у психологічні та психіатричні словники. Але, на жаль, до цих пір не існує ясності щодо загального числа механізмів захисту (воно коливається від 8 до 23); також відсутня їх чітка єдина класифікація. Однак існує ряд захисних механізмів, існування яких визнається усіма авторами.

До них відносяться: заперечення, коли людина відмовляється приймати будь-які дії чи події; раціоналізація, коли для скоєних вже дій або, навпаки, бездіяльності підшукуються розумні пояснення, що їх виправдовують, як це робила Лисиця в байці про виноград.

Охарактеризуємо коротко основні з них:

1. *Витіснення*. Це процес мимовільного усунення в несвідоме неприйнятних думок, мотивів чи почуттів. З. Фрейд докладно описав захисний механізм мотивованого забування. Він відіграє істотну роль у формуванні симптомів; коли цього механізму для зменшення тривожності виявляється недостатньо, підключаються інші захисні механізми, що дозволяють витісненому матеріалу усвідомлюватися у викривленому вигляді [1].

Найбільш широко відомі дві комбінації захисних механізмів:

а) витіснення + зсув. Ця комбінація сприяє виникненню фобічних реакцій. Наприклад, нав'язливий страх матері, що маленька донька захворіє важкою хворобою, являє собою захист проти ворожості до дитини, що поєднує механізми витіснення і зміщення;

б) витіснення + конверсія (соматична символізація). Ця комбінація утворює основу істеричних реакцій.

2. *Регресія*. За допомогою цього механізму здійснюється неусвідомлене сходження на більш ранній рівень пристосування, що дозволяє задовольняти

бажання. Регресія може бути частковою, повною або символічною. Більшість емоційних проблем мають регресивні риси. У нормі регресія виявляється в іграх, в реакціях на неприємні події (наприклад, при народженні другої дитини малюк – первісток перестає користуватися туалетом, починає просити соску і т.п.), в ситуаціях підвищеної відповідальності, при захворюваннях (хворий вимагає підвищеної уваги та піклування). У патологічних формах регресія виявляється при психічних хворобах, особливо при шизофренії [4].

3. *Проекція*. Це механізм віднесення до іншої особи або об'єкта думок, почуттів, мотивів і бажань, які на свідомому рівні індивід у себе відкидає. Нечіткі форми проекції виявляються в повсякденному житті. Багато хто з нас абсолютно є некритичним до своїх недоліків і з легкістю помічає їх тільки у інших. Ми схильні звинувачувати оточуючих у власних бідах. Проекція буває і шкідливою, тому що призводить до помилкової інтерпретації реальності. Цей механізм часто спрацьовує у незрілих і ранимих особистостей. У випадках патології проекція призводить до галюцинацій і марення, коли втрачається здатність відрізнити фантазії від реальності.

4. *Інтроєкція*. Це символічна інтерналізація (включення до себе) людини або об'єкта. Дія механізму є протилежною проекції. Інтроєкція виконує дуже важливу роль у ранньому розвитку особистості, оскільки на її основі засвоюються батьківські цінності та ідеали. Механізм актуалізується під час трауру, при втраті близької людини. За допомогою інтроєкції усуваються відмінності між об'єктами любові і власною особистістю. Часом замість озлобленості або агресії по відношенню до інших людей принизливі спонукання перетворюються на самокритику, самообесцінювання, тому що сталася інтроєкція обвинуваченого. Таке часто зустрічається при депресії [4].

5. *Раціоналізація*. Це захисний механізм, що виправдовує думки, почуття, поведінку, які насправді є неприйнятними. Раціоналізація – найпоширеніший механізм психологічного захисту, тому що наша поведінка визначається безліччю факторів, і тому раціоналізуючи, ми пояснюємо її найбільш прийнятними для себе мотивами. Несвідомий механізм раціоналізації не слід плутати з навмисною брехнею, обманом. Раціоналізація допомагає зберігати самоповагу, уникнути відповідальності та провини. У будь-якій раціоналізації є хоча б мінімальна кількість правди, проте в ній більше самообману, тому вона і небезпечна.

6. *Інтелектуалізація*. Цей захисний механізм передбачає перебільшене використання інтелектуальних ресурсів, з метою усунення емоційних переживань і почуттів [1]. Інтелектуалізація тісно пов'язана з раціоналізацією і підміняє переживання почуттів роздумами про них (наприклад, замість реальної любові – розмови про кохання).

7. *Компенсація*. Це несвідома спроба подолання реальних і уявних недоліків. Компенсаторна поведінка є універсальною, оскільки досягнення статусу є важливою потребою майже всіх людей. Компенсація може бути соціально прийнятною (сліпий стає знаменитим музикантом) та непринятною (компенсація низького зросту – прагненням до влади й агресивністю; компенсація інвалідності – грубістю і конфліктністю). Ще виділяють пряму

компенсацію (прагнення до успіху в явно програшній області) і непрямую компенсацію (прагнення затвердити себе в іншій сфері).

8. *Реактивні формування*. Цей захисний механізм підмінює неприйнятні для усвідомлення спонукання гіпертрофованими, протилежними тенденціями. Захист носить двоступеневий характер. Спочатку витісняється неприйнятне бажання, а потім посилюється його антитеза [5]. Наприклад, перебільшена опіка може маскувати почуття відторгнення, перебільшена солодка і ввічлива поведінка може приховувати ворожість тощо.

9. *Заперечення*. Це механізм відкидання думок, почуттів, бажань, потреб або реальності, які є неприйнятними на свідомому рівні. Поведінка при цьому показує, що ніби проблеми не існує. Примітивний механізм заперечення в більшій мірі характерний для дітей (якщо заховати голову під ковдрою, то реальність перестане існувати). Дорослі часто використовують заперечення у випадках кризових ситуацій (невиліковна хвороба, наближення смерті, втрата близької людини тощо).

10. *Зсув*. Це механізм спрямування емоцій від одного об'єкта до більш прийнятної заміни. Наприклад, зсув агресивних почуттів від роботодавця на членів сім'ї або інші об'єкти. Зсув проявляється при фобічних реакціях, коли прихована тривожність переноситься на зовнішній об'єкт.

11. *Сублімація* – переклад енергії інстинктів (переважно сексуальних і агресивних імпульсів) у соціально прийнятні форми. Проблема сублімації має першорядне значення у вихованні та педагогіці. Навчити дитину вмінню швидко перемикає власну енергію афективних потягів і трансформувати її в добрий жарт, алегорію, гостроту, реалізувати її в будь-якій творчій діяльності, спорті – означає дати людині в руки інструмент, що значно підвищує її адаптивні можливості в сучасному суспільстві.

Таким чином, психологічний захист – це природне протистояння людини навколишньому середовищу. Він несвідомо оберігає її від емоційно-негативного перевантаження. Всі ці техніки, що здаються різноманітними, можна звести, в принципі, до єдиної функції: «Що б не робити, як би не робити, аби досягти комфортного стану, безпеки». Захист не є «вбудованою» від народження особистісною структурою [6].

Слід також зауважити, що люди рідко використовують якийсь єдиний механізм захисту – зазвичай вони застосовують різні захисні механізми для вирішення конфлікту або ослаблення тривоги.

Опції психологічних захистів, з одного боку, можна розглядати як позитивні, оскільки вони оберігають особистість від негативних переживань, сприйняття психотравмуючої інформації, усувають тривогу і допомагають зберегти в ситуації конфлікту самоповагу. З іншого боку, вони можуть оцінюватися і як негативні. Дія захистів зазвичай є нетривалою – лише до тих пір, поки потрібен «перепочинок» для нової активності. Проте якщо стан емоційного благополуччя фіксується на тривалий період і по суті замінює активність, то психологічний комфорт досягається ціною спотворення сприйняття реальності, або самообманом.

Висновки. Аналіз літератури з проблеми дозволяє зробити висновок, що на сьогодні існує невелика кількість вдалих спроб інтеграції значної частини теоретичного та емпіричного знання про захисні механізми в єдину концепцію інтрапсіхічної сфери життєдіяльності суб'єкта і застосувати для розв'язання деяких проблем вікової та педагогічної психології.

У психології, на жаль, не склалося єдиного погляду на явище «психологічний захист». Одні дослідники вважають психологічний захист однозначно непродуктивним, шкідливим засобом вирішення внутрішнього або зовнішнього конфлікту. Інші пропонують робити відмінність між патологічним психологічним захистом і нормальним, профілактичним, постійно присутнім у нашому повсякденному житті, звичайною складовою людської свідомості.

Всі механізми психологічного захисту допомагають людині звести до мінімуму почуття тривоги. Проекція допомагає зрозуміти, що відчувають, думають і хочуть інші люди, без неї було б неможливе співчуття. Інтроекція дозволяє швидко, без роз'яснень і розглядів передавати накопичений досвід від покоління до покоління через чіткі стислі висловлювання. Сублімація є найбільш адаптивним способом психологічного захисту, оскільки вона призводить до соціально схвалюваних результатів. Згідно з психоаналітичною теорією, художня творчість являє собою один з видів сублімації, коли фантазії творця сублімує у творчі зорові образи.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бассин Ф.В. О силе Я и психологической защите/ Бассин Ф.В. // Вопросы философии. – 1969. – №2. – С. 118-126.
2. Бассин Ф.В. Проблема психологической защиты / Ф.В. Бассин, М.К. Бурлакова, В.Н. Волков // Психологический журнал. — 1988. — №3. — С. 30–41.
3. Ильин Г.А. Причины неприятия психоанализа // Бессознательное: природа, функции, методы исследования. Тбилиси: Мецниереба. Т. 14. – 1985. — С. 419–428.
4. Карвасарский Б.Д. Неврозы / Карвасарский Б.Д. — М.: Медицина, 1980. — 447 с.
5. Колесов Д.В. Введение в общую психологию: учебное пособие / Колесов Д.В. – М.: Издательство Московского психолого-социологического института, 2002. – 357 с.
6. Стоиков И.Д. Анализ защитных проявлений личности: дисс. на соиск. учен. степ. канд. психол. наук: 19.00.01/ Стоиков И.Д. – М., 1986. — 160 с.

УДК 152.26:152.32

Ушакова І.М., к. психол. н., доцент, доцент кафедри загальної психології УЦЗУ

**ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ОСОБИСТІСНИХ ТА ПІЗНАВАЛЬНИХ
КОМПОНЕНТІВ У ПСИХІЧНОМУ РОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ УЦЗУ**

У статті наведено результати дослідження інтелектуального розвитку студентів різних факультетів УЦЗУ та їх самооцінки, а також показано їх взаємозв'язок. Доведено необхідність і можливість використання отриманих результатів у навчально-виховному процесі з метою більш повного розкриття особистісного та когнітивного потенціалу студентів.

Ключові слова: юність, мислення, рівень розв'язування завдань, інтелект, особистість, рефлексія особистості, самооцінка, взаємозв'язок особистісних особливостей та інтелекту.

Актуальність проблеми. Юність, на яку припадають студентські роки, – важливий етап розвитку розумових здібностей: у значній мірі розвивається теоретичне мислення, уміння абстрагувати та узагальнювати. Відбуваються якісні зміни у пізнавальних можливостях: мова вже йде не тільки про те, скільки і які задачі розв'язує молода людина, а яким чином вона це робить (нестандартний підхід до вже відомих проблем; уміння включати конкретні проблеми до більш загальних; уміння ставити загальні запитання навіть на основі задач, які сформульовано не найкращим чином, здатність розв'язувати складні завдання навіть в умовах невизначеності тощо) [2]. Ці якості є дуже важливими у професійній діяльності фахівця будь-якого профілю, в тому числі і спеціаліста системи МНС, який щоденно стикається з необхідністю прийняття рішень, зокрема неочікуваних і нестандартних.

Мислення як процес розв'язання різних задач – один з найважливіших механізмів засвоєння накопичених людством знань, оволодіння якими являє собою основу діяльності студентів вищого навчального закладу. Тому вивчення особливостей розвитку мислення у студентському віці – важливе завдання, вирішення якого буде сприяти оптимізації навчально-виховного процесу у вищих навчальних закладах та більш повному розкриттю когнітивного та особистісного потенціалу студентів за роки навчання.

З іншого боку, мислення як процес необхідно визначати його місцем у динамічній структурі саморуху особистості як цілого. В дослідженнях (В.М. Бондаровська, Н.А. Габріелян, Б.Г. Іванченко, В.М. Моляко та інші) виявлено, що особистісний фактор проявляється в оцінці завдань, впливає на мисленнєву діяльність з їх вирішення, проектується на вибір стратегії рішення. Показано також велику роль особистісного досвіду у розв'язуванні задач [5].

Ми вважаємо, що необхідним є вивчення зв'язків саме на цьому рівні: між інтелектуальною та особистісною сферою, між особливостями розв'язування задач та особистісними характеристиками студентів. Це дозволить нам в навчальному процесі більшою мірою задіяти власний потенціал тих, хто навчається, і, в кінцевому результаті, приведе до більш якісної підготовки спеціалістів.

Аналіз останніх наукових досліджень та публікацій. Багато психологів (Б.Г. Ананьєв, В.О. Гаєвська, С.Д. Максименко, Є.К. Матлін, О.В. Скрипченко та інші [1, 4, 7]) вказують, що у віковому діапазоні 18–25 років (другий період юності, або період пізньої юності та ранньої дорослості) розташовані оптимуми інтелектуальної діяльності; він включає найбільшу кількість можливостей для формування особистості.

Закономірностям розвитку особистості у студентському віці присвячені

експериментальні дослідження, які були виконані під загальним керівництвом Б.Г. Ананьєва. Великий внесок у розробку цієї проблеми зробили Ф.М. Гоноболін, Л.В. Долинська, Н.В. Кузьміна, С.Д. Максименко, Л.М. Проколієнко, В.А. Семиченко, Г.Г. Петренко, Н.В. Чепелева, Т.С. Яценко, у роботах яких визначені умови та засоби формування особистості студента [1; 4; 6; 7]. Велись дослідження і у плані вивчення загальних особливостей розвитку психіки дорослих (Л.А. Баракова, М.В. Гамезо, В.С. Герасимова, І.С. Кон, Ю.М. Кулюткін, Г.С. Сухобська та інші) [2; 3].

Встановлено, що основною закономірністю студентського віку є гетерохронність розвитку окремих функцій. Механізмом цього явища виступають зміни як самих функціональних структур, так і міжфункціональних зв'язків. У цьому віці відбувається становлення цілісності інтелекту та його ієрархічної системи, яка організується мисленням.

Під інтелектом ми розуміємо загальну адаптивну здатність, яка спирається на продуктивне використання досвіду та виражається в успішності розв'язання задач у заданій зовні ситуації. В сучасній психології рівень його розвитку зазвичай досліджується шляхом застосування спеціальних психометричних процедур (тестів інтелекту). Вони дають можливість виявити успішність розв'язування задач суб'єктом, що є важливим у рамках нашого дослідження. Тому ми будемо застосовувати один із варіантів тестів інтелектуальних здібностей, а саме тест Р. Кетелла.

Самооцінка – поєднання в особи знань про себе з певним ставленням до себе, яке формується в результаті рефлексії. Тут людина виступає як об'єкт самопізнання, і сформовані в результаті знання становлять серцевину самосвідомості особистості, на що вказує багато психологів, які займалися цією проблемою (А.В. Захарова, Г.І. Ліпкіна, В.В. Столін, О.Ю. Худобіна та інші) [7].

Самооцінка є важливим регулятором поведінки людини. Від неї залежать взаємини з оточенням, вимоги до себе, ставлення до успіхів та невдач, критичність та самокритичність особи тощо. Тобто самооцінка впливає на ефективність діяльності людини, в тому числі й у процесі розв'язування різних видів задач, і на подальший розвиток її особистості. В. Сатир стверджувала, що всі болі людини, її проблеми, а іноді неприпустимо огидне життя і навіть злочини – все це результат низької самооцінки [3]. Власне, можна довести і зворотне: адекватна, висока самооцінка у більшості випадків сприяє успішності особистості, її саморозвитку і росту.

Самооцінка формується у процесі життєдіяльності під впливом різних чинників. Це і порівняння реального "Я" з ідеальним образом, і привласнення оцінок і стандартів, які людина отримує від інших, і, нарешті, це успішність її дій (як реальна, так і уявна). Тобто самооцінка, з одного боку, є результатом набуття суб'єктом досвіду, розвитку особистості, а з іншого – його складовою частиною і ще однією гранню тієї призми, через яку людина сприймає та інтерпретує світ.

У різних дослідженнях питання взаємозв'язку особистісних особливостей та інтелекту можна знайти дуже суперечливі факти. Так, згідно моделі якостей

особистості "велика п'ятірка", інтелект входить до числа основних вимірів особистості як незалежний фактор, а засновник факторної моделі Ч. Спірмен вважає, що інтелект не залежить від особистісних якостей людини. У дослідженнях Р. Кеттела були виявлені незначні кореляції між інтелектом та факторами G (сила Super-Ego), I (сензитивність), Q3 (самоконтроль), E (домінантність) тощо. К. Брандт, В. Іган та І. Дері виявили ряд емпіричних залежностей між нейротизмом – емоційністю та загальним інтелектом. А.Д. Робінсон встановив, що в екстравертів краще розвинений невербальний, а в інтровертів – вербальний інтелект. Схожі дані ми знаходимо і в роботах Г. Айзенка. У роботах вітчизняних психологів (О.Г. Асмолов, Г.Ю. Балл, М.Й. Варій, В.М. Моляко та інші) знаходимо уявлення про ментально-психічну підструктуру як частину психологічної структури особистості [1; 5; 6; 7].

Саме це дає нам можливість стверджувати, що існує зв'язок між інтелектуальними та особистісними якостями індивіда, і припускати наявність кореляції між рівнем розвитку пізнавальних функцій суб'єкта та особливостями його самооцінки як рефлексії особистості.

Таким чином, **метою** нашого дослідження стало доведення наявності взаємозв'язку між особистісними (самооцінкою) та пізнавальними (рівень розв'язування інтелектуальних завдань) особливостями студентів різних факультетів УЦЗУ. Дослідження було проведене на трьох факультетах цього навчального закладу: соціально-психологічному (СП), заочного навчання (ЗН) та підготовки фахівців цивільного захисту (ПФЦЗ).

Виклад основного матеріалу. Для діагностики рівня інтелектуального розвитку ми використовували культурно-незалежний тест інтелекту (CFIT), розроблений Р. Кеттелом.

Загальний показник рівня розвитку інтелекту (IQ) можна порівняти до успішності розв'язування мисленнєвих задач, оскільки і в тому, і в іншому випадку йдеться про перетворення суб'єктом імпліцитної інформації в актуальну. Ця діяльність провокується виникненням проблемної ситуації, заданої ззовні (у даному випадку експериментатором). Крім того, названа методика дає можливість судити про те, яка ж зі сторін мислення у студента розвинена краще, а яка, навпаки, «страждає»; яка складова інтелекту найбільше пов'язана з особливостями особистості студента.

Кількісні результати цього етапу дослідження самі по собі є дуже цікавими і представлені нижче (табл. 1).

Таблиця 1

Показники успішності розв'язання мисленнєвих задач студентами різних факультетів (в %)

Показники Факультети	Високі	Нормативні	Низькі
СП	26,6	53,1	20,3
ЗН	22,4	62,1	15,5
ПФЦЗ	34,8	48,3	16,9
\bar{X}	28,8	53,5	17,7

Отже, отримані результати свідчать, що 46,5% студентів трьох названих факультетів мають рівень інтелектуального розвитку, що відрізняється від нормативного. 28,8% студентів (26,6% майбутніх психологів, 22,4% студентів - заочників та 34,8% представників "студентського" факультету) показали результати вищі за середні; 17,7% досліджуваних (20,3%; 15,5% та 16,9% відповідно) – нижчі за нормативні. Подальша робота була зосереджена на дослідженні психологічних особливостей саме цих груп студентів.

Як видно з таблиці, найбільше студентів, які мають високий рівень успішності розв'язання задач, на факультеті підготовки фахівців цивільного захисту, найменше – на заочному. Цікаво, що у тому ж порядку можна розмістити факультети і за кількістю досліджуваних, які продемонстрували низький рівень. Тобто вже первинні дані свідчать про більшу варіативність названого показника на соціально-психологічному факультеті у порівнянні з двома іншими (вибіркове відхилення на ПФЦЗ дорівнює 0,764, на соціально-психологічному факультеті – 0,677, на заочному – 0,492). Це ще раз підтверджує положення про індивідуальний характер розумового розвитку і необхідність вивчення особистісних чинників, які на нього впливають.

Інші результати були отримані при аналізі середніх вибірових показників за кожним субтестом (табл. 2).

Таблиця 2

Середні вибірові показники за тестом Р. Кеттела.

Факультет	Субтест				Σ
	1	2	3	4	
СП	6,9	7,4	8,6	4,6	27,4
ЗН	7,7	7,3	9,3	5,0	29,1
ПФЦЗ	7,0	7,1	8,7	5,2	28,4
\bar{X}	7,2	7,3	8,9	4,9	28,3

Якщо брати за основу ці дані, то найвищий середній показник інтелектуального розвитку маємо у студентів заочного факультету, а найнижчий – у майбутніх психологів. Пояснити цей факт, на нашу думку, можна двома причинами:

- 1) особливостями вибору факультету на основі рефлексії власних здібностей і психологічних можливостей та професійною спрямованістю навчання;
- 2) індивідуальними стратегіями у розв'язуванні завдань.

Що ми маємо на увазі? Стосовно першого: як показують дослідження та практика роботи у вищому навчальному закладі, одним з найважливіших чинників вибору професії є рефлексія власних здібностей та схильностей, яка здійснюється, в основному, на основі буденних уявлень про професію. Так, в опитуваннях, які ми регулярно проводимо під час занять з психології, як професійно важливі якості мислення спеціаліста системи цивільного захисту студенти відмічають широту охоплення дійсності ("повинен виділяти одразу різні аспекти справи; помічати багато деталей тощо") та уміння чітко

дотримуватись заданих умов (законів, законодавчих актів, нормативної документації). Стосовно психолога як такі якості відмічаються вміння аналізувати ситуацію та класифікувати випадки відносно їх причин. Отже, ми бачимо, що вже при виборі професії студентами враховуються особливості структури власного інтелекту.

Свідченням цього є результати виконання студентами субтестів. Як видно з табл. 2, найвищі показники за першим (в якому треба було розпізнати та продовжити закономірності) та третім (де необхідно було, знову ж таки на основі виявлення закономірностей, доповнити, завершити матриці) субтестами показали студенти факультету заочного навчання; за четвертим субтестом (дотримання умов, заданих у зразку) – майбутні фахівці цивільного захисту; а у психологів (з невеликою різницею) найбільше середнє вибіркове – за другим субтестом (класифікація). Різниця між наведеними даними є статистично значущою на рівні $p=0,05$ за критерієм Вілкоксона – Манна – Уїтні. Професійно орієнтоване навчання поглиблює зазначені розбіжності, що є одним з можливих чинників таких результатів.

Друга названа вище причина (індивідуальні стратегії розв'язування задач) є вагомим фактором, що провокує й індивідуальні, і середньогрупові різниці. Під стратегією ми розуміємо ті способи, які використовують досліджувані, щоб досягти поставленої мети. Аналіз протоколів та спостереження за студентами під час проведення експерименту дозволили нам виділити дві основні стратегії:

- лабільна (коли досліджуваний легко переходить до наступної задачі, якщо попередня викликає труднощі, потім може повернутися до невіршених);
- ригідна (коли у досліджуваного утруднений перехід до наступних завдань, якщо не вирішене попереднє).

Ці стратегії зумовлені особистісними властивостями досліджуваних, а також минулим досвідом вирішення життєвих завдань. Їх застосування впливає на дві характеристики роботи з субтестами – швидкість та якість, які, у свою чергу, можуть бути високими та низькими. За цими показниками всіх досліджуваних можна віднести до однієї з чотирьох груп:

1) «продуктивна» – завдання виконуються швидко і з невеликою кількістю помилок (9% досліджуваних). Так працювали студенти, які встигли за відведений час виконати всі завдання, перевірити правильність розв'язання найбільш важких задач і допустили небагато помилок;

2) «швидка» – завдання виконуються швидко і з великою кількістю помилок (38% студентів). При застосуванні такої стратегії суб'єкт також встигає відповісти на всі запитання. Але акцент у даному випадку робиться саме на швидкість, а точність виконання завдань страждає. Тому такі досліджувані демонструють низьку результативність розв'язування задач;

3) «ригідна» – завдання виконуються повільно і майже без помилок (32% вибірки). У цьому випадку студент робить акцент на послідовному виконанні кожного завдання, переходить до виконання наступного тільки після розв'язання попереднього. Тому, правильно виконуючи завдання, такі досліджувані набирають небагато балів;

4) «неефективна» – завдання виконуються повільно і з помилками (21%

студентів). Такі досліджувані важко переходять до нових завдань, неправильно їх виконують, і тому демонструють низьку результативність розв'язання мисленнєвих задач.

Оскільки тест СФІТ, як і більшість тестів інтелекту, є тестом швидкості, вищі результати демонструють досліджувані 1-ої та 2-ої груп у порівнянні з 3-ю та 4-ю. Тобто ті, хто працює повільно і точно (або демонструє ригідну стратегію), поступаються за рівнем результатів тим, хто встигає виконати всі завдання, підвищуючи таким чином ймовірність вгадування. У нашому дослідженні перший варіант частіше зустрічався у роботі студентів – психологів (про це свідчить той факт, що близько 30% з них не встигали закінчити роботу за відведений час, хоча рішення завдань було правильним); другий – на факультеті ПФЦЗ, що й зумовило різницю у середніх показниках успішності розв'язування мисленнєвих задач по факультетах.

Отже, названі чинники можуть бути деформуючими факторами у визначенні рівня інтелектуального розвитку.

Отже, проведення методики Р. Кеттела дозволило нам виділити три групи студентів (з низькою, високою та нормативною результативністю розв'язування мисленнєвих завдань). Далі нас будуть цікавити перша та друга з них, відповідно, ми будемо називати їх «група 1» та «група 2».

Загальна самооцінка визначалась за допомогою методики Будассі, що дало змогу виявити п'ять груп студентів з різним її рівнем та визначити середній показник самооцінки студентів різних факультетів (табл. 3).

Таблиця 3

Особливості самооцінки студентів різних факультетів

Факультет	Середній бал	Кількість студентів, які мають певний рівень самооцінки (у %)				
		А	В	С	Д	Е
СП	51	4,8	6,5	6,0	7,3	,4
ПН	34	8,0	8,6	4,4	7,5	,5
ПФЦЗ	43	4,3	1,6	9,7	8,9	,5
\bar{X}	42	2,4	2,2	3,4	7,9	,1

Примітка: А – занижена; В – низька; С – адекватна; Д – висока; Е – завищена.

Перш за все відмітимо різницю у рівні самооцінки представників різних факультетів. Найвищою вона є у майбутніх психологів (0,48), найнижчою – у студентів заочного факультету (0,34), на факультеті підготовки фахівців цивільного захисту її рівень склав 0,43. Аналогічними є дані про кількість студентів, які демонструють різні рівні самооцінки.

Так, серед студентів соціально-психологічного факультету найбільший відсоток тих, хто має високу і завищену самооцінку (27,3% та 5,4%) і, відповідно, найнижчий – із заниженою та низькою (14,8% та 16,5%). Обернену картину спостерігаємо на факультеті заочного навчання. Тут більше половини студентів (56,6%) мають низький рівень самооцінки, і дуже мало суб'єктів демонструють високі (7,5%) та завищені (1,5%) показники. Студенти факультету ПФЦЗ мають середні показники, але і тут виявляється загальна тенденція – близько 45% всіх досліджуваних мають низьку або занижену самооцінку, що само по собі є тривожним явищем, тому що основною її

функцією є регуляція поведінки.

Саме самооцінка є основою порівняння себе і своїх можливостей з тими вимогами і завданнями, що висувуються різними ситуаціями соціальної взаємодії, надаючи спрямованості всьому процесові саморегуляції діяльності. І, як показано у багатьох дослідженнях, низький рівень загальної самооцінки веде до розвитку захисних механізмів, які викривляють сприймання людиною дійсності і себе, гальмують формування реалістичної та диференційованої системи часткових самооцінок, що, у свою чергу, утруднює соціальну адаптацію і негативно впливає на розвиток досвіду суб'єкта.

Близько 35% досліджуваних мають адекватний середній рівень самооцінки, а приблизно 20% – високий і завищений, що відповідає віковим нормам і тенденціям розвитку самосвідомості. Саме позитивне ставлення до себе, високий рівень самооцінки сприяють розвитку реалістичних уявлень про себе і світ, критичності, бо такий суб'єкт є більш відкритим новому досвіду, готовим визнати існування у себе як позитивних, так і негативних рис і здатним формувати більш адекватні програми власної поведінки.

Такі результати пояснюються багатьма факторами. В першу чергу, це багатоаспектність змісту самооцінки, адже вона охоплює світ цінностей, стосунків, можливостей тощо. Єдина цілісна самооцінка особистості формується на основі окремих сторін її психічного життя (часткових самооцінок). Кожен з компонентів, що відображає ступінь знання особистістю відповідних її якостей і ставлення до них, має свою лінію розвитку і може перебувати на неоднакових рівнях стійкості, адекватності, зрілості, через що процес утворення загальної самооцінки має суперечливий і нерівномірний характер. Це підтверджується даними стосовно вибіркового відхилення у кожній групі (у групі А – 0,831; Б – 0,740; С – 0,592; Д – 0,621; Е – 0,451). Тобто найбільш суперечливою, конфліктною є самооцінка занижена та низька. Додаткову інформацію можна було б отримати, провівши порівняння особливостей загальної та часткових самооцінок, але це вже є темою окремого дослідження.

Можна стверджувати, що на рівень самооцінки впливає попередній досвід соціальних взаємодій: чим успішнішим він був, тим більшою є вірогідність підвищення позитивного ставлення до себе. У нашому випадку це можна пояснити на прикладі престижності факультету. По-перше, вступний конкурс відразу "відлякує" осіб з низькою самооцінкою (і вони вибирають факультет заочного навчання або переходять туди на навчання, не справившись з навчанням на стаціонарі), а по-друге, факт вступу на такий факультет може її підвищити. Тому, можливо, ми маємо таку різницю у рівнях самооцінки між факультетами.

Припускаємо ми також і можливість переважання в самооцінці різних рівнів усвідомлення. Тобто знання про себе (як результат самоаналізу) й емоційно-ціннісне ставлення до себе мають неоднаковий ступінь яскравості і виразності. Тому інколи переважання експресивного моменту у складі самооцінки позбавляє її внутрішньої логіки, аргументованості, послідовності, співвіднесеності зі справжніми особливостями особистості, що зумовлює її неадекватність (як у бік зниження, так і підвищення).

Отже, ми назвали декілька можливих причин описаної вище структури самооцінок студентів різних факультетів. Швидше за все ні одна з них не є самостійним чинником формування самооцінки, а діє комплекс зазначених причин.

Таким чином, описавши особливості розв'язування інтелектуальних завдань та самооцінки студентів різних факультетів, перейдемо до визначення їх взаємозв'язку. Для цього порівнюємо показники самооцінки студентів, які мають високі результати (група 1) та нижчі за норму показники (група 2) за тестом Кеттела. Кількісні результати цього етапу дослідження представлені на рис. 1.

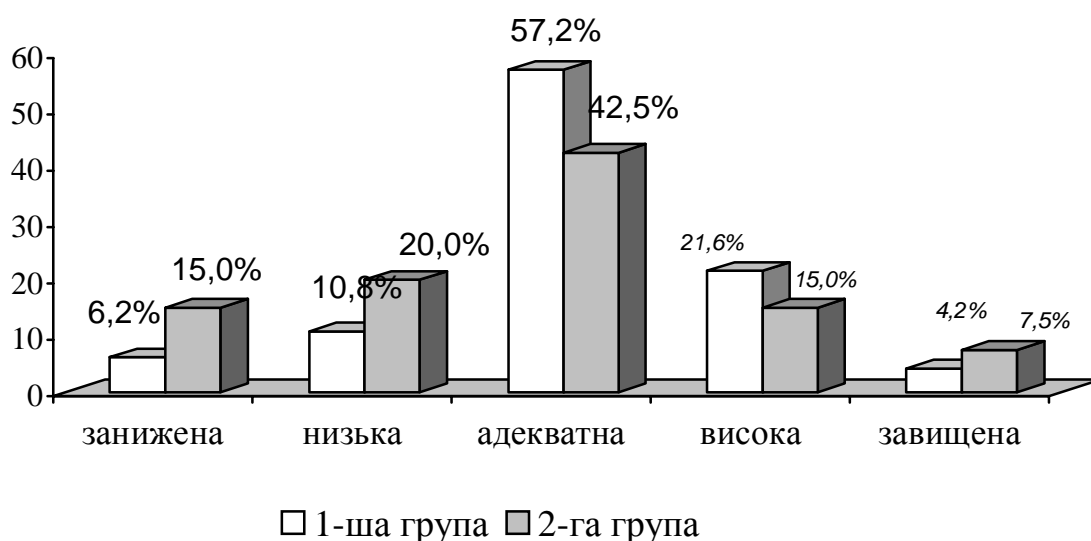


Рис. 1. Особливості самооцінки студентів з різною успішністю розв'язування мисленнєвих задач

Кількісні дані свідчать, що середній бал самооцінки у виділених групах мало відрізняється. І в тому, і в іншому випадку цей показник відноситься до середини шкали самооцінки, що ускладнює інтерпретацію, але отриманий він у названих групах за рахунок різних даних, про що свідчать показники вибіркового відхилення (у першій групі він дорівнює 0,32, у другій – 0,61) та аналіз індивідуальних протоколів. Досліджувані з високим рівнем розумового розвитку частіше демонструють адекватну самооцінку (89,2% випадків: 10,8% – низьку, 57,2% – адекватну, 21,6% – високу), тоді як серед студентів з низьким рівнем мають адекватну самооцінку лише у 77,5% (20,0% – низьку, 42,5% – середню, 15,0% – високу). Показники неадекватного ставлення до себе (і заниженого, і завищеного) приблизно вдвічі більші у другій групі.

Інтерпретацію цих даних можна базувати на висновках про рівні усвідомлення самооцінки студентами названих груп. Відомо, що вона має дві сторони, спирається, з одного боку, на те, що людина знає про себе, а з іншого – на те, як вона до цього ставиться.

Ми вважаємо, що у самооцінці представників першої групи переважає когнітивний компонент як результат самоаналізу, як знання про власні

особливості. У студентів групи 2, швидше за все, більш яскравим і виразним є емоційно-ціннісний компонент як прояв ставлення до власної персони. А, як показано у багатьох дослідженнях, переважання експресивного компонента у складі самооцінки часто позбавляє її аргументованості, відповідності реальним фактам і зумовлює неадекватність.

Встановлено, що у студентів, які успішно розв'язують мисленнєві задачі, самооцінка загалом є вищою порівняно з тими, хто має низькі показники інтелекту.

У першій групі високу самооцінку мають 21,6% респондентів, а завищену – 4,2% (25,8% вибірки). У другій групі ці показники менші: 15,0% – висока, 7,5% – завищена, що в сумі становить 22,5%. Саме позитивне оцінювання своєї особистості, як твердять більшість дослідників, які займалися вивченням цього питання, сприяє розвитку реалістичних уявлень про себе і навколишній світ, достатньої критичності, бо така людина є більш відкритою новому досвіду і здатною формувати адекватні програми власної поведінки. Тобто і це є важливим у руслі нашого дослідження, особи з високою самооцінкою і високим інтелектуальним рівнем – це люди, які краще соціалізуються, є більш лабільними у відносинах з навколишнім світом і власним Я.

Отже, ми виявили особливості самооцінки студентів з різними рівнями успішності при розв'язанні мисленнєвих задач, зумовлених комплексом зазначених вище факторів. Різниця між наведеними даними є статистично значущою на рівні $p=0,01$ за критерієм Вілкоксона – Манна – Уїтні, що дає нам підстави стверджувати наявність статистично значущого зв'язку між показниками когнітивного (інтелектуального) та особистісного (самооцінки) розвитку у студентів УЦЗУ.

Висновки. Таким чином, ми досягли поставленої мети і показали наявність тісного зв'язку між когнітивними та особистісними компонентами структури психічного студентів УЦЗУ. Отримані нами дані стосовно здатності студентів різних факультетів до розв'язування завдань та особливості їх самооцінки. Використання їх в навчально-виховному процесі в УЦЗУ дасть можливість покращити якість підготовки спеціалістів для МНС.

ЛІТЕРАТУРА

1. Варій М.Й. Загальна психологія: підручник [для студ. психол. і педаг. спеціальностей]. – 2-ге видан., випр. і доп. – К.: "Центр учбової літератури". – 2007. – 968 с. – (2-ге видан., випр. і доп.).

2. Возрастная психология: личность от молодости до старости / [Гамезо М.В., Герасимова В.С., Горелова Г.Г., Орлова Л.М.]. – М. : Педагогическое общ-во России, Изд. Дом "Ноосфера", 1999. – 272 с.

3. Ермолаева М.В. Психология зрелого и позднего возрастов в вопросах и ответах: учеб. пособие. – М. : Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж : Издательство НПО "МОДЭК", 2004. – 280 с. – (серия "Библиотека психолога").

4. Максименко С.Д. Психологія в соціальній та педагогічній практиці: Методологія, методи, програми, процедури / Максименко С.Д. – К. : Либідь,

1998. – 226 с.

5. Моляко В.А. Психология решения школьниками творческих задач / Моляко В.А. – К. : Рад. школа, 1983. – 94 с.

6. Петренко Г.Г. Розв'язання задачі – інтелектуальний чинник формування особистості / Г.Г. Петренко // Науковий вісник ХДПУ. Психологічні науки. – Харків: ХДПУ, 1999. – Вип. 3 – С. 3-6.

7. Психологічна енциклопедія / [автор – упорядник Степанов О.М]. – К. : Академвидав, 2006. – 424 с. – (Енциклопедія ерудита).

УДК 159.9:163

Хмиров І.М., викладач-методист соціально-психологічного факультету УЦЗУ

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ РЯТУВАЛЬНИКІВ ДО ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВ СЛУЖБИ

Стаття присвячена проблемі особливостей психологічної адаптації рятувальників різної акцентуації характеру до екстремальних умов служби. Велику роль у процесі адаптації до служби відіграє психологічна і психофізична готовність рятувальника. Психофізична готовність визначається рівнем розвитку необхідних загальних психічних і спеціальних фізичних якостей. Залежно від акцентуації характеру рятувальників екстремальні умови служби по-різному впливають на особистісні та психомоторні прояви психологічної адаптації.

Ключові слова: професійна діяльність рятувальників, екстремальні умови служби.

Актуальність проблеми. У ситуації, яка склалася у світі за останні десятиліття, все частіше привертають увагу такі аспекти нашого життя як екстремальність зовнішніх умов життєдіяльності людини та її внутрішня готовність до їх подолання. Все частіше можна чути про виникнення надзвичайних ситуацій природного (ураган, цунамі, повінь, землетрус, посуха та ін), техногенного (аварійний викид отруйних хімічних речовин, руйнування будинків, дамб і багато чого іншого) або антропологічного (терористичний акт, масовий страйк, проведення військових операцій) характеру. Одночасно з цим має місце збільшення числа осіб, втягнутих в ті чи інші надзвичайні ситуації, як мимовільні учасники подій, так і покликані для її усунення (постраждалі, спостерігачі, фахівці, які ліквідують наслідки даної події, рятувальники). Впливати на розвиток цих екстремальних подій не завжди є можливим, а от вивчення їх є достатньо актуальним. Останнім часом вивченню цих позаштатних ситуацій та їх впливу на людину приділяється особлива увага (Бодров 2000; Леонова 1988, 2000; Судаков 1994; Носкеу 2003) [4, 5, 7].

Результати демографічних та медико-психологічних обстежень рятувальників показують, що представники цього класу професій належать до групи підвищеного ризику за показниками фізичного та психічного здоров'я (Анісімова 2001; Леонова 2000; Касл 1995). Для представників цих професій характерний підвищений рівень захворювань т.зв. «стресової етіології» –

хвороб серцево-судинної системи, шлунково-кишкового тракту, невротичних розладів та ін. (Касл 1995; Коопер 1996; Travers & Cooper 1993) [4].

Поведінка будь-якої людини в подібній ситуації, спрямована на забезпечення власної безпеки та безпеки життєдіяльності оточуючих, залежить від кількох факторів: внутрішньої готовності до подібних екстремальних ситуацій, знань і вмінь, що дозволяють успішно діяти в них (Бодров 2000; Касл 1995; Леонова 2000; Le Blanc 2000).

Хоча природа наділила людину можливістю швидко реагувати й адаптуватися до мінливих умов життєдіяльності, конкретні форми і способи їх використання в основному формуються у процесі тривалого виховання і навчання. Зазвичай цей процес відбувається спонтанно, під час накопичення життєвого досвіду і часто невиправдано високою ціною за допущені помилки (Кокс і Маккей 1995; Леонова та Кузнєцова 1993; Леонова і Медведєв 1981; Нікіфоров (ред.) 2003; Quick et al., 1997). На жаль, і такий шлях не може гарантувати адекватного співвідношення психологічних ресурсів і поведінкових навичок, які втягуються в діяльність. Навіть наявність необхідних умінь не може гарантувати адекватної успішної поведінки в екстремальній ситуації без фактора психологічної готовності [2].

Накопичені факти свідчать про те, що зміст та умови реалізації діяльності в ситуаціях професійного ризику вимагають підвищеної мобілізації внутрішніх ресурсів людини, перенапруження яких призводить до збоїв у процесах психологічної адаптації і, як наслідок, до порушень психічного здоров'я фахівців. Розробка питань про причини і механізми розвитку таких порушень безпосередньо пов'язана з проблематикою вивчення психічної напруженості і стресу (Бодров 2000; Китаєв-Смик 1983; Леонова 1984, 2000; Медведєв 1982; Сельє 1979; Коопер & Рауне 1978). Однак, незважаючи на багаторічну історію вивчення даної проблеми, відмічається явний дефіцит конкретних досліджень, присвячених аналізу цілісних синдромів його проявів, специфічних для різних видів професійної діяльності з акцентом на особливості її реалізації в сучасних умовах. До числа маловивчених, з цієї точки зору, видів професійної діяльності належать і професії, виконання обов'язків у яких здійснюється в умовах ризику, зокрема фахівців МНС. Однак до сьогодення не було проведено систематичних психологічних досліджень, спрямованих на аналіз особливостей виникнення, розвитку і прояву психічної напруженості в діяльності, пов'язаної з ризиком [1].

В той же час глобалізація та інтенсифікація міжнародних взаємин підвищує значущість і вимоги до фахівців, що здійснюють такі види діяльності. Тому вивчення факторів, які призводять до розвитку специфічних проявів стресу, дезорганізують діяльність і руйнують психічне здоров'я фахівця, має особливу важливість для планування і проведення цілеспрямованих інновацій в даних видах професійної діяльності (Бодров 2000, 2006; Кокс і Маккей 1995; Касл 1995; Леонова 2000, 2007; Леонова і Кузнєцова 1993; Леонова і Медведєв 1981; Нікіфоров (ред.) 2003; Quick et al., 1997; Le Blanc 2000).

В умовах відсутності спеціальних робіт, присвячених цій темі, зростає актуальність проведення конкретних емпіричних досліджень, спрямованих на вивчення особливостей професійної діяльності рятувальників МНС України.

Виконання рятувальниками своїх професійних обов'язків передбачається не тільки у звичайних, але і в екстремальних умовах життєдіяльності. Сучасні уявлення про психологічні і соціально-психологічні наслідки екстремальних впливів на рятувальників традиційно розглядаються у двох основних напрямках: по-перше, з погляду їх впливу на ефективність професійної діяльності і, по-друге, з погляду збереження психічного здоров'я рятувальників.

Кожен працівник пожежно-рятувального підрозділу реагує на вплив екстремальних чинників залежно від своїх конституціональних характеристик, різної сприйнятливості до зовнішніх, зокрема енерго - інформаційних дій, етнічної приналежності, часу перебування в зоні екстремальності, екологічних і кліматичних особливостей місць постійного мешкання [3].

Велику роль у процесі адаптації до служби відіграє психологічна і психофізична готовність, тому для ефективного виконання поставлених завдань у напружених умовах життєдіяльності формування особистості рятувальника є не менш значущим, ніж цілеспрямоване формування технічної майстерності і фізичних якостей. Психофізична готовність визначається рівнем розвитку необхідних загальних психічних і спеціальних фізичних якостей: сили, швидкості, спритності й витривалості, координації рухів, стійкості до навантажень, здатності протистояти дії екстремальних чинників, а також розвитком психомоторних здібностей, що дозволяють тонко регулювати кількість і якість рухових дій [2].

Незважаючи на інтерес психології діяльності в особливих умовах до проблеми адаптації особистості до звичайних і екстремальних умов несення служби, на сьогодні відсутня єдина теорія адаптації рятувальників, що приводить до неоднозначності визначення і змісту адаптаційного процесу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Поняття «екстремальні чинники навколишнього середовища» утвердилось у вітчизняній психологічній літературі в роки Другої світової війни в результаті виділення науковою медициною особливої категорії чинників військового часу, вплив яких на організм викликав напруження або перенапруження нервових процесів. У пресі цей термін почав з'являтися в післявоєнні роки у зв'язку з розробкою проблеми стресу.

Екстремальні чинники – це крайні, вельми тяжкі умови середовища, не адекватні природженим і набутим властивостям організму. До недавнього часу до їх числа в основному відносили кліматичні умови полярних областей, високогір'я, космічні простори; нині до цієї групи відносять чинники бойових дій, промислових аварій, стихійних, екологічних лих, інформаційні дії. Останніми роками у психологічній літературі екстремальними називають умови життя людини, що характеризуються високою невідомістю майбутнього при не сформованості для суб'єкта способів досягнення поточних і перспективних цілей. Екстремальні чинники середовища займають особливе місце в ієрархії

зовнішніх подразників організму, які можна класифікувати за інтенсивністю, новизною або специфічністю своєї дії, за соціальною або біологічною значущістю. В.С. Новиков і В.С. Смирнов (1995) пропонують виділяти п'ять класів чинників, які за певних умов можуть бути віднесені до розряду екстремальних: фізико-хімічні (мікрокліматичні, радіаційні, баричні, механічні, зміна природного газового стану середовища), незвичайні (фізичної або інформаційної природи), інформаційні (недостатність, надмірність або помилковість інформації, подвійна діяльність), семантичні (загрозливі для біологічних або соціальних мотивів) і внутрішні (біологічні і психологічні). У найбільш загальному вигляді всі екстремальні чинники можна розділити на фізико-хімічні та інформаційні. Для перших екстремальність визначається дозою дії, для других – новизною або когнітивною оцінкою реальної або прогнозованої дії, що представляє загрозу для людини [6, 8].

Екстремальні ситуації поділяються на короткочасні, коли актуалізуються «готові» програми реагування, і на тривалі, які вимагають адаптаційної перебудови функціональних систем людини і дуже часто є несприятливими для її здоров'я. При короткочасних сильних діях яскраво виявляються різні симптоми стресу з бурхливим витрачанням «поверхневих» адаптаційних резервів і разом з цим з початковою мобілізацією і включенням «глибоких» резервів. Генетична програма людини забезпечує розвиток цілого ряду адаптивних функцій і структур на основі певних функціональних програм. Універсальність процесу адаптації дозволяє формувати різні напрями розвитку залежно від впливу зовнішнього середовища, зокрема соціальної програми.

Для розуміння механізмів зміни адаптації в екстремальних умовах життєдіяльності необхідно розглянути поняття екстремального стану. Воно припускає перехід певних психологічних і фізіологічних адаптаційних можливостей організму, що супроводжуються вираженими неспецифічними змінами біохімічних, електрофізіологічних корелятивів. Великі адаптаційні можливості людини ускладнюють визначення адаптації. Показниками порушення адаптації можуть бути «внутрішньоорганізменні» сигнали до свідомості людини, що викликають хворобливі відчуття, які спонукають людину уникати подібних чинників. Цей показник може мати градацію від слабо помітних відчуттів до нестерпного болю. Другим показником впливу екстремальності є рівень дієздатності (працездатності), який може неприпустимо знижуватися [9].

Географічний чинник, тип харчування, режим праці і мікроорганізми – це ті чинники, по відношенню до яких здійснюється адаптація рятувальників. Дія на організм подібних подразників здатна викликати у відповідь реакції різної спрямованості, що не піддаються прогнозуванню і відтворенню. А.П. Сорокін (1974), Г.В. Стрельников (1974), А.Н. Вазін (1974) встановили, що управління властивостями організму можливе не в системі «зовнішнє середовище — організм», а в підсистемі «індивідуальна доза чинника зовнішнього середовища – індивід». Екстремальність викликає стани динамічного розходження, критерієм якого є порушення адекватності фізіологічних, психологічних і поведінкових реакцій людини по відношенню до умов і характеру діяльності.

Будь-яка дія, доза (інтенсивність, час) якої перевищує певну критичну величину, може виступати як екстремальна. Межі, що відокремлюють звичайні умови від екстремальних, не визначені. Екстремальність виявляється тільки при взаємодії конкретного чинника з конкретним індивідом. Закономірним підсумком дії екстремальних чинників на організм людини є зміна фізіологічних функцій, що приводить до зміни психофізіологічних, психомоторних і особових компонентів у структурі адаптації людини. При цьому можливий спектр порушень – від легких транзисторних реакцій до несумісних з життям уражень, від неврозів до глибоких психотичних розладів, від різного ступеня порушення керування основними параметрами рухів до ступору, повної втрати рухового контролю, психомоторної надійності.

Характер процесів адаптації при екстремальній дії залежить не тільки від умов навколишнього середовища (кількісна й якісна характеристика чинників), але і від стану організму. У зв'язку з цим виникає проблема розмежування чинників середовища на адекватні і неадекватні природженим (генотипічним), конституціональним і набутих (фенотипічним) властивостям організму. Стресогенна ситуація висуває до людини вимоги, що сприймаються нею як можливості, що перевищують наявні у неї, що веде до дистресу або саморегуляції. Суб'єктна невизначеність вимоги і значущість стресора дозволяють відокремлювати вимоги людини до середовища від вимог середовища до людини, реальне або потенційне незадоволення цими вимогами веде до дистресу. Якщо фізіологічні, психологічні функції мобілізуються відповідно до умов середовища, то розвивається стан адекватної мобілізації. Коли психобіологічна відповідь організму людини не адекватна інтенсивності навантаження, не збігається за часом дії подразника або перевищує його психофізіологічні резерви, то виникає стан динамічного розходження, що є критерієм екстремальності, який веде до порушення адаптації [2, 9].

Таким чином, результати впливу екстремальних чинників на рятувальників оцінюються як за шкалою фізіологічних показників, так і за шкалою патологічних станів. Якісно-кількісна характеристика подразників зовнішнього середовища в екстремальних ситуаціях викликає адаптацію до подібних дій. Успішність пристосування залежить від адекватності фізіологічних, психологічних і поведінкових реакцій рятувальників вимогам середовища. Напружені умови життєдіяльності пред'являють підвищені вимоги до психофізіологічної і психічної організації індивіда, що виключає повну адаптацію організму до подібних умов.

В результаті впливу екстремальних чинників зовнішнього середовища на людину виникає стрес як індикатор стану адаптивно-присосовних реакцій. Термін «стрес» вперше ввів Ганс Сельє для опису сукупності неспецифічних реакцій і психофізіологічних змін, що виникають при надмірній дії подразника, не залежного від його природи. На сьогодні стрес розуміється як сукупність стереотипних, філогенетично запрограмованих реакцій при дії на індивіда екстремальних чинників.

Стрес — це багаторівневий процес формування нової функціональної системи термінової або довготривалої адаптації. Варіантами результату

взаємодії організму зі стресором може бути граничне напруження функціональних механізмів термінової адаптації із загрозою їх декомпенсації; залучення до реакції основних метаболічних процесів, що забезпечують стабільність життєдіяльності; допустимість сприятливого результату. Александровський Ю.І. (1997) виділяє системний і емоційний стреси. Індуктором системного стресу є порушення постійності внутрішнього середовища організму зі зміною діяльності нервової, ендокринної та імунної систем організму. Емоційний стрес, вперше описаний Г.Сельє в 1935 році, розглядається як психофізіологічний стан організму, викликаний тривалими, інтенсивними реакціями страху, безпорадності або жаху.

Психологічні наслідки екстремальних дій в особливих умовах діяльності виявляються у вигляді травматичного і посттравматичного стресу, що призводить до серйозних труднощів адаптації людини при поверненні у звичайне середовище.

Аналіз психологічної літератури показує, що підвищення адаптації в екстремальних умовах розглядається як адаптація особистості до життєдіяльності у стресовій ситуації, ґрунтуючись на концепції загального адаптаційного синдрому Г. Сельє й екстремальних умов життєдіяльності особи В.І. Лебедева. Адаптація розуміється як процес формування психічних реакцій особистості, системи стосунків, адекватних середовищу, вимогам, що пред'являються до людини [3, 6, 8].

Спираючись на системний підхід у вивченні взаємодії організму із зовнішнім середовищем, роботи вітчизняних і зарубіжних психологів, можна зрозуміти, що адаптація – це універсальна здатність людини, що має зовнішні (моторні) і внутрішні (особистісно-психологічні) прояви, які структурно і функціонально взаємодіють, утворюючи єдину здатність пристосування. При різних психічних станах (у тому числі й екстремальних) формуються різні психомоторні підсистеми, які є наслідком реагування на зовнішні дії. Психомоторика забезпечує керування психічними процесами в напружених умовах виконання завдань. При вдосконаленні моторної регуляції діяльності формується керування більш високого рівня, що забезпечує адекватну саморегуляцію в міжособистісних стосунках і діяльності. Це вказує на можливість цілеспрямованого розвитку якісних і кількісних показників адаптивних процесів. У сучасних умовах технологія підготовки рятувальників вимагає проведення комплексних методик психодіагностики для визначення їх психофізичних можливостей виконання обов'язків в екстремальних умовах життєдіяльності.

Актуальність нашої роботи зумовлена відсутністю на сьогоднішній день єдиної науково обґрунтованої концепції психологічної адаптації рятувальників до екстремальних умов служби, яка може істотно підвищити рівень успішності виконання діяльності (ефективного виконання професійних завдань), а також зберегти їх здоров'я [4].

Мета. Проблема дослідження зумовлена суперечністю між необхідністю підвищення психологічної адаптації рятувальників в екстремальних умовах служби і відсутністю єдиної концепції адаптації. Найбільш ефективний шлях

подолання даної суперечності – це вивчення й узагальнення особливостей психологічної адаптації рятувальників до екстремальних умов служби.

Об'єкт дослідження – проблема адаптації рятувальників до екстремальних умов служби.

Предметом дослідження є особливості психологічної адаптації рятувальників різної акцентуації характеру, що виражаються у внутрішньому (особистісно-психологічному) і зовнішньому (психомоторному) аспектах єдиного процесу пристосування до екстремальних умов служби.

Мета роботи — аналіз психологічної літератури з метою вивчення особливостей психологічної адаптації рятувальників різної акцентуації характеру до екстремальних умов служби.

Завдання нашого дослідження: вивчення і аналіз психологічної літератури з метою виявлення основних концепцій і підходів вивчення особливостей психологічної адаптації людини.

Виклад основного матеріалу. Ми припускаємо, що, залежно від акцентуації характеру рятувальників, екстремальні умови служби по-різному впливають на особистісні і психомоторні прояви психологічної адаптації. Існує певний взаємозв'язок між рівнем розвитку основних параметрів і модальностей руху і формуванням різних моделей адаптивної поведінки, формою вираження агресії, загальним рівнем адаптації, успішністю виконання поставлених завдань.

Наші припущення спираються на системний підхід у вивченні адаптивних процесів і припускають, що психологічна адаптація рятувальників різної акцентуації характеру залежить від рівня розвитку таких рухових здібностей, як розрізнявальна чутливість руки за основними психомоторними параметрами (зусилля, простір, темп і ритм), психомоторна пам'ять, швидкість і точність самоконтролю своїх максимальних моторних проявів, які є функціональним базисом для розвитку і формування особистісно-психологічних компонентів психологічної адаптації.

Методологічну і теоретичну основи нашої роботи склали вчення про вищу нервову діяльність, індивідуально-психофізіологічні та індивідуально-когнітивні відмінності людини (П.К. Анохін, 1968; Н.А. Бернштейн, 1966; К.М. Гуревич, 1970; В.Д. Небиліцин, 1976; В.Д. Русалов, 1979, Г.А. Берулава, 1995); вчення про здібності та їх структуру (В.Д. Шадріков, 1995; С.Л. Рубінштейн, 1999; К.К. Платонов, 1972; В.Н. Дружинін, 2000); уявлення про психологічну, психофізіологічну адаптацію людини (Н.А. Агаджанян, 1998; Т.З. Алексєєва, 1986; Ф.Б. Березін, 1988; В.Г. Волович, 1983; В.П. Казначєєв, С.В. Казначєєв, 1980; 1986; Ф.З. Меєрсон, 1987); теорія стресу і екстремальних чинників навколишнього середовища (Р.С. Лазарус, 1970; В.І. Лебедев, 1989; Р. Сельє, 1960; 1979); роботи в галузі вивчення наслідків травматичного стресу (Ю.А. Александровський, 1991, Б.С. Братусь, 1988; В.Ф. Гнучев, 2001; Б.В. Зейгарник, 1976; Н.В. Тарабріна, 2000); роботи про особливості особистості військовослужбовця (Р.А. Абдурахманов, 1992; В.В. Знаков, 1990; Н.В. Короткова, 2000; В.Ф. Перевалов, 1991; Я.В. Подоляк, 1991); підходи до формування успішної адаптації до певного виду діяльності (М.Н. Берулава,

1988; Ю.П. Вітров, 1995); принципи загальної і вікової психології в роботі психологів-практиків (І.В. Дубровіна, 1999); принципи професійного розвитку і акмеології (В.В. Краєвський, 1981; І.Н. Семенов, 1986); використовувалися дані спортивної психології про вплив стресу і фізичних навантажень на здатності людини (Ф. Генон, 1971; Л.Д. Гіссен, 1990; О.А. Конопкін, 1980; Б.Б. Коссов, 1971; Н.Г. Озолін, 1959; А.Ц. Пуні, 1984) [5, 7, 8, 9].

Нами також було використано роботи в галузі фізіології, диференціальної психології, кримінальної психології, патопсихології, психіатрії, соціальної психології, основні положення яких зводяться до наступного: в екстремальних умовах життєдіяльності найвиразніше виявляються особливості індивідуального адаптивного стилю (пасивний або активний тип реагування), який причинно пов'язаний з психологічною структурою особистості на рівні акцентуації характеру. Екстремальність викликає порушення адекватності фізіологічних, психологічних і поведінкових реакцій людини по відношенню до умов і характеру діяльності. Руйнівний потенціал психотравмуючих подій пов'язаний не тільки з самим чинником стресу, але і закладений в основу особистості. Одночасно залежно від структури особистості, соматичної обтяженості, екзогенних шкідників можливий розвиток дезадаптації і, як наслідок, патологічне формування особистості [3].

Висновки. Значущість нашого теоретичного дослідження полягає в тому, що його результати можуть бути рекомендовані психологам, керівному складу пожежно-рятувальних підрозділів при роботі з рятувальниками. Дані рекомендації можуть використовуватися при комплектуванні підрозділів, проведенні професійної підготовки, при вирішенні питання зниження рівня психічних та фізичних втрат серед рятувальників.

ЛІТЕРАТУРА

1. Дьяченко М.И., Кандыбович Л.Л., Пономаренко З.А. Готовность к деятельности в напряженных ситуациях. – Минск, 1985.
2. Кокурн О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: Монографія. – К.: Міленіум, 2004. – 265 с.
3. Кокурин А. Психологическое обеспечение экстремальной деятельности // Развитие личности, 2004.— № 4. – С.190-204.
4. Корольчук М.С., Крайнюк В.М., Кочергіна Т.І. Психологічне забезпечення психічного та фізичного здоров'я./за заг. ред. М.С. Корольчука . – К.: Інкос, 2002.
5. Корольчук М. С., Крайнюк В. М. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. - К.: Ника-центр, 2006.— 580 с.
6. Психологическое обеспечение профессиональной деятельности. – СПб.: Изд-во С.-Петербургского университета, 1991 – 152 с.
7. Психология экстремальных ситуаций / Хрестоматия. Сост. А.Е.Тарас, К.В.Сельченко. – М., АСТ: Харвест, 2001.

8. Розов В.И. Психологическое обеспечение деятельности в экстремальных ситуациях // Социальная психология, 2007.— № 4(24).- С.174-188.

9. Розов В.И. Психологический анализ адаптивности в экстремальных условиях: Автореф. дисс...канд.психол.наук. (19.00.01).—К., 1993.—20 с.

УДК 159.922:614.876:615.8

Христенко В.Є., к. психол. н., доцент, провідний науковий співробітник науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології УЦЗУ

МІЖНАРОДНІ РЕАБІЛІТАЦІЙНІ ПРОГРАМИ ПОТЕРПІЛИМ ВІД КРУПНОМАСШТАБНИХ КРИТИЧНИХ ІНЦИДЕНТІВ

Розглядаються основні підходи щодо організації міжнародних реабілітаційних програм потерпілим від крупномасштабних критичних інцидентів.

Ключові слова: реабілітаційна програма, потерпілий, крупномасштабний критичний інцидент.

Актуальність проблеми. Останнім часом все частіше відбуваються надзвичайні події, учасниками яких стають мешканці не тільки маленької області чи регіону, але й країн. Для деяких країн надзвичайні події того чи іншого виду є більш «притаманними». Саме життя вимагає розробляти цілі програми для надання психологічної допомоги потерпілим від надзвичайних подій техногенного чи природного характеру. Для більш успішного відновлення психічного стану потерпілих можна і треба використовувати досвід, накопичений в інших країнах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Практично щодня через засоби масової інформації до кожного з нас доходять відомості про стихійні лиха, військово-політичні і соціальні конфлікти, аварії і катастрофи на транспорті, промислових підприємствах та ін. Ці явища на сьогоднішній день стали носити закономірний характер, сприймаються як «щось звичайне», пов'язане взагалі з порушенням рівноваги співвідношень між людиною і оточуючим її середовищем.

Виклад основного матеріалу. В останні роки перед психологічною наукою постали проблеми, пов'язані з різними аспектами наслідків від різноманітних критичних інцидентів, які впливають на соматичне та психічне здоров'я потерпілих. В результаті спеціалізованих досліджень під керівництвом ООН встановлено, що серед усіх великомасштабних критичних інцидентів ХХ сторіччя більше 40 % їх сталося саме в період 80 - 90 рр. У дев'яності роки в рамках ООН все більше вчених почали займатися дослідженнями психологічних проблем стихійного лиха, катастроф, міжнаціональних конфліктів і багатьох інших крупномасштабних критичних інцидентів.

Розуміння наслідків крупномасштабних критичних інцидентів вимагає поступового розвитку міжнародних програм допомоги потерпілим. Поява останнім часом значної кількості різноманітних катастроф техногенного і

природного характеру приводить до того, що велика кількість людей опиняється серед постраждалих. Все більшої значущості набувають Міжнародні реабілітаційні програми для постраждалих від наслідків критичних інцидентів із залученням фахівців з різних країн.

Аналіз існуючих Міжнародних реабілітаційних програм дає можливість узагальнити основні напрями їх розробки і деякі недоліки. Міжнародні реабілітаційні програми (МРП) – це спеціально розроблені програми надання допомоги потерпілим від крупномасштабних критичних інцидентів, які включають у себе різні види і форми допомоги (гуманітарно - матеріальну; дослідницько - епідеміологічну; медичну; психологічну; виховно - педагогічну). Дані програми розробляються фахівцями однієї або декількох країн і застосовуються на території потерпілої країни або за її межами.

Звичайно фахівцями - розробниками враховується як національний досвід, так і досвід міжнародного наукового співтовариства. Але, як показує проведений аналіз існуючих програм, в більшості випадків не приділяється належної уваги питанням впливу крупномасштабних критичних інцидентів на психіку постраждалих, що призводить до деякої “однобічності” в організації надання їм допомоги.

На сучасному розвитку науки про людину можна стверджувати, що психологічним терміном, який міг би адекватно узагальнити психосоціальний (психотравматичний) характер стихійних лих та катастроф, техногенних НС, є поняття «крупномасштабний критичний інцидент» (ККІ). Ми будемо розуміти під цим терміном такі події та ситуації, які за ступенем своєї раптовості, масштабності, бруталності, інтенсивності та інш. психосоціальними (психотравматичними) втратами від їх наслідків порушують нормативний коридор життєвого шляху людини та її оточення. Ці порушення можуть бути у вигляді психофізіологічної і психосоціальної форм, які відбиваються на індивідуально - особистісному, окремо - груповому і суспільному рівнях: боязнь, паніка, тривожність, депресія, небажання жити на постраждалих територіях. ККІ розвивається поетапно у три основних етапи: до-критичний, критичний і пост- критичний.

На сучасному етапі дуже часто ККІ через їх складність і особливості вимагають втручання фахівців і ресурсів міждисциплінарного, міжвідомчого і міжнародного характеру. Все більш значущими стають Міжнародні реабілітаційні програми (МРП) для осіб, які постраждали від наслідків великомасштабних критичних інцидентів. При підготовці і виконанні подібних МРП потерпілим від наслідків ККІ активно залучаються психологічні аспекти надання допомоги. Психологічний підхід, в даному розумінні, практикується на Кубі з 1990 р. в рамках медико-психологічної реабілітаційної Програми допомоги «Дітям Чорнобиля». Програму також успішно було застосовано при роботі з групами постраждалих дітей від наслідків землетрусу в м. Єревані (Вірменія), від радіоактивної аварії в р. Гоаянія (Бразилії) і від виверження вулкана на острові Монтсеррат. З лютого 1998 р. кубінська Програма застосовується і розвивається на Україні на базі Міжнародного дитячого

медичного клінічного центру (МДМЦ) «Євпаторія», в якому проконсультовано більше 13000 потерпілих з України, Росії і Білорусі.

Треба зазначити, що техногенні аварії та катастрофи становлять 70-80 % всіх відомих надзвичайних ситуацій. Стихійне лихо і катастрофи мають свою специфіку з психологічної точки зору:

- відмінності від інших видів кризових і екстремальних ситуацій за своїми індивідуальними і соціальними реакціями;
- наявність типових і нетипових психологічних реакцій внаслідок стихійного лиха і катастроф;
- специфічність професійної допомоги постраждалим і рятувальникам.

У пост-критичному етапі звичайно у постраждалих розвивається «комплекс жертви», який часто пов'язаний з конкретним ККІ (Хіросіма, Нагасакі, Чорнобиль, Гоаянія та ін.). Це проявляється у вигляді зміни суб'єктивного світовідчуття і процесу реадаптації у постраждалих. Серед багатьох причин цього виділяється «пресинг» психосоціального впливу від ККІ. Цей «пресинг» може викликати масову мобілізацію на розв'язання проблем, що виникли, або порушення психічного здоров'я у постраждалих. Все це, у свою чергу, викликає необхідність надання їм кваліфікованої допомоги.

Останніми роками автори частіше займаються питаннями використання різних вимірjuвальних психологічних інструментів, за допомогою яких могли б визначити інтенсивність симптомомкомплексів і спільність всіх типів психологічних реакцій під час великомасштабних критичних інцидентів. Дослідниками вони визначаються як «синдром посттравматичного стресу».

Останнє десятиліття у світі характеризується розширенням масштабів використання радіоактивних речовин (РВ) в багатьох галузях народного господарства. У зв'язку з цим зростає ризик впливу джерел іонізуючого випромінювання на професійні контингенти, що мають контакт з ними, особливо при витоку РВ в довкілля і відповідно на населення. Підкреслюється, що у більшості досліджень основна увага приділяється чисто фізичним аспектам аналізу наслідків, при цьому ігнорується суть їх психологічних особливостей.

Серед найбільш значущих психологічних проблем, пов'язаних з радіоактивними аваріями, слід віділити механізми втрати самовизначення і самопізнання. Всі ці психологічні явища в цілому можуть зумовлювати (і спонукати) розвиток самих різних психологічних (психотравматичних) і соціальних реакцій в подальшому етапі аварії (когнітивного, емоційного, вольового, поведінкового та ін. характеру). Це важливо для розробки будь-яких заходів і заходів допомоги потерпілим з урахуванням думок фахівців.

Незалежно від міри і подробиць радіаційного зараження, корисно буде, в першу чергу, отримати прогноз можливих подальших реакцій. Тому більшість світової громадськості не була у стані «психологічної готовності» до того, щоб змиритися з подібними ККІ, як з Чорнобильською катастрофою. Цим визначається складність сучасного підходу до розуміння психологічних наслідків від подібних ККІ.

Ознаки ККІ контролювати повністю людині не вдається. Серед багатьох можливих причин для цього є наявність у всіх ККІ «натиску» психосоціальної дії, який може трактуватися як за характером психоемоційного прояву (позитивний або негативний), так і за тимчасових періодів (гострий, підгострий, віддалений і хронічний період) розвитку ККІ.

Тиск позитивної психосоціальної дії часто й ефективно зустрічається під час гострого періоду проявів наслідків ККІ серед осіб (яких ще не можна назвати потерпілими), пов'язаних (безпосередньо чи опосередковано) з цими подіями і ситуаціями. Тобто потерпілі масово мобілізуються загальними зусиллями на взаєморозуміння, допомогу, вирішення проблем відновлення та ін. Натиск негативної психосоціальної дії ймовірно з'являтиметься у приблизно такому ж співвідношенні серед тих осіб, які проживають (працюють, відпочивають) в територіях, які потерпіли від наслідків ККІ.

При наданні психологічної допомоги потерпілим від ККІ обов'язково треба враховувати прояв феномену «натиску» негативної психосоціальної дії, її наслідків, особливо на дитину та її оточення. Це дозволяє зрозуміти основні причини деяких психологічних відповідних реакцій у більшості постраждалих дітей та їх оточуючих.

Ось деякі з них: знижується фізична і розумова працездатність; обмежуються можливості адекватної психологічної оцінки ситуації і широта вибору відповідних рішень; гальмуються процеси фізіологічного і психологічного захисту й адаптації; дезорганізується комфортність загального стану й ефективність спілкування, світовідчування і світосприйняття цілісності смислової картини життєвої дороги і світу взагалі. Врешті-решт, всі ці зміни впливають на цілісність благополучного процесу формування особистості дитини, яка постраждала внаслідок ККІ.

Результати досліджень зарубіжних психологів свідчать, що приблизно 80 % постраждалих від наслідків різноманітних крупномасштабних критичних інцидентів здійснюють нормальну життєдіяльність – ведуть звичайний спосіб життя, не потребують спеціалізованої допомоги. Ці 80 % черпають позитивний досвід у сім'ї, у школі, знаходять джерело самовідновлення «усередині себе». Цей феномен називають «пальто допомоги».

Але вже через три місяці або півроку після крупномасштабного критичного інциденту в 20 % осіб, що не мали ніякої серйозної підтримки, виникають ті або інші психотравматичні реакції від наслідків ККІ в різних сферах життєдіяльності (когнітивній, афективній, психосоціальній, соціально-психологічній і т.п.), позначаються на психосоматичних сферах життя в цих людей, але не тільки тоді, коли вони відчувають реальний соматичний вплив від певного критичного інциденту.

Тісно взаємозв'язано зі всіма цими видами психотравматичних реакцій у більшості постраждалих виявляється якийсь шок від наслідків ККІ, який має фізичну або психічну природу. Такий шок, унаслідок «натиску» психосоціальної дії від наслідків ККІ, набуває психологічного характеру. Якщо він продовжує розвиватися з високим рівнем інтенсивності і множинності

психосоціальних проявів, то можна говорити про формування «психологічного шоку».

Комплекс впливів наслідків ККІ на постраждалих викликає у них психологічне новоутворення у вигляді «психологічного культурального шоку» (ПКШ). Це новоутворення визначається як несподіване прогресуюче погіршення загального психічного стану у значної частини членів даного суспільства. ПКШ протікає у фазовий формі. У першій фазі – «еректильній» – потерпілі збуджені, ейфоричні, не здатні усвідомлювати важкість свого стану і отримані від критичного інциденту психологічних ушкоджень. Основним процесом цієї фази є збудження. Друга, так звана «торпідна» фаза, характеризується загальмованим, апатичним станом потерпілого, який ще не здатний адекватно і швидко реагувати на ситуацію, яка виникла. Основоположний процес цієї фази – гальмування. Третя фаза, «екзистенціальна», виникає внаслідок загрози існуванню потерпілого і його оточення і характеризується невизначеною рівновагою між збудженням і гальмуванням.

Звичайно у постраждалих даний критичний інцидент є для них точкою відліку всіх своїх проблем, які пов'язуються ними безпосередньо з ККІ. У більшості постраждалих складається стереотипне уявлення про те, що існує пряма залежність між наслідками крупномасштабних критичних інцидентів і появою таких проблем. Так ними розуміються зміни і погіршення стану свого здоров'я і негативний вплив на їхнє оточення. Таке явище позначене як «первинний психологічний культуральний шок» (ППКШ).

Сукупність психотравмуючих реакцій, викликаних, із суб'єктивної точки зору потерпілих, не ККІ, а подальшими новими умовами життєдіяльності, визначено як «вторинний психологічний культуральний шок» (ВПКШ). Одним з проявів ВПКШ можна вважати наступне. Постраждалими від наслідків Чорнобильської катастрофи вважають себе діти, які народилися після цього ККІ. Все їх оточення говорить їм про те, що вони не такі, що вони «чорнобильці», «радіаційні» та ін. Ці постраждалі (які знаходяться під впливом ВПКШ) відрізняються від інших тим, що вони самі шукають в себе захворювання, їх треба запевняти у відсутності того чи іншого захворювання, або у відсутності зв'язку захворювання (чи просто погіршення загального стану) з наслідками аварії на ЧАЕС.

Нами були проаналізовані наступні крупномасштабні критичні інциденти та їх наслідки:

- виверження вулкана «Невадо дель Руїс», м. Армеро (Колумбія) у 1985 р.; м. Армеро дель Руїс, Колумбія, 1986 р.; острів Монтсеррат, 1997 р.
- землетруси у Вірменії, 1988 р.; Західної Умбрії (Італія), 1997 р.; у Туреччині, 1999 р.
- значні радіологічні інциденти: наслідки від атомного бомбардування міст Хіросіми і Нагасакі; аварії в Трі-Майл-Айленд (США); Чорнобильської катастрофи, 1986 р.; інциденту у місті Сан Сальвадор; у місті Гоаянія (Бразилія), 1987 р.

Аналіз міжнародного досвіду дозволяє встановити, що ті ж самі крупно масштабні критичні інциденти стають причиною зовсім різних реакцій у представників різних культур. Це викликано тим, що для одних культур ця психотравмуюча подія є несподіваною, а для інших – «звичайною». У другому випадку більшість членів суспільства є більш підготовленою до ситуацій і подій надзвичайного характеру. Яскравим прикладом є виверження вулкана на острові Монтсеррат. Населення, яке існує під постійною загрозою виверження, зазнає мінімального психотравмуючого впливу цієї події, чого не можна сказати про туристів і гостей, які опинились на острові під час виверження вулкана.

Цей феномен позначено психологами, які розробляють міжнародні реабілітаційні програми для постраждалих, як «культурний історичний тренінг» (КІТ). Наприклад, постраждалі від радіологічного інциденту у м. Гоаянії, після ККІ раптово стали знаходити у себе всі прояви тих захворювань, про які вони чули або бачили по телебаченню у постраждалих від Чорнобильської трагедії.

Висновки. Світовий досвід надання психологічної допомоги постраждалим від наслідків ККІ говорить про те, що реабілітація повинна носити комплексний характер. Досягнути комплексності можна застосуванням інтенсивно - керованої інтерактивної моделі організації психологічної допомоги. Цю модель було розроблено, й вона успішно використовується кубінськими спеціалістами надання психологічної допомоги у рамках міжнародних реабілітаційних програм. Під цією моделлю розуміється повноцінне, цілісне, рівноправне активне підключення психологічних реабілітаційних програм до роботи у всіх структурах МРП. Інтенсивність викликана обмеженням часом для проведення реабілітаційних заходів, і полягає у прагненні до постійного, безперервного взаємообміну і взаємовідношенню між цими заходами. Допомога має носити і динамічний характер і постійно розвиватися.

З метою управління реабілітаційним процесом він повинен носити інтерактивний характер, який виявляється у взаємовідносинах між потерпілим і реабілітатором, який надає психологічну допомогу. Провідним принципом психореабілітаційної роботи в рамках цієї моделі вважається принцип «амортизації». Це дозволить найближчим часом і в адекватній формі отримати відновлення нормального образу життя в потерпілому суспільстві. Розроблена модель психологічної допомоги враховує процес формування ПКШ, з метою його контролю і досягнення благополучної психосоціальної адаптації постраждалих.

Дана модель передбачає розвиток двох напрямів психологічної реабілітації: психологічної підтримки постраждалих і цілеспрямованої психологічної допомоги постраждалим з різними захворюваннями.

ЛІТЕРАТУРА

1. Perez Alvarez, M.: Medicina, Psicologia de la Salud y Psicologia Clinica. En, Rev. De Psicologia de la Salud. Vol 3(1) 1996. Pp.55-92.
2. Santacreu, J.: Psicologia Clinica y Psicologia de la Salud: marcos teoricos y

modelos. En, Rev. De Psicología de la Salud. Vol 3(1) 1991. Pp.3-21.

3. Rodriguez Marin, J.: Health Psychology applied psychology: an international review. Vol 43(2). 1995; pp.213-330.

4. Bayes, R.; Marin, B.: La Psicología de la Salud en Espana y America Latina. Ponencia Central en el area » Psicología de la Salud ». Libro de Ponencias del Congreso Iberoamericano de Psicología, 1992. Madrid. Espana. Pp.60-64.

5. Grau Abalo, J.: La Psicología de la Salud a las puertas del Siglo XXI. Proyecciones en America Latina. En, Materiales de la Conferencia Inaugural de la I Reunion Regional de Psicología de la Salud. Guardalajara, Mexico. Folleto. 1995.

6. Matarazzo, J.: Behavioral health and behavioral medicine: frontiers for a new health psychology. In, Am. Psychologist; Vol.35, 1980. Pp807-817.

7. Programa de Desarrollo 2000. Psicología de la Salud. Ministerio de Salud Publica, La Habana. Cuba.1997.

УДК 364.622

Щербак М.Г., старший викладач кафедри філософії Харківського національного університету радіоелектроніки

ВИЗНАЧЕННЯ ПОСТТРАВМАТИЧНИХ СТРЕСОВИХ РОЗЛАДІВ, ЩО ВИНИКЛИ ВНАСЛІДОК НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ

У статті розглянуто проблеми діагностики і лікування психічних порушень, що виникають у населення після надзвичайних ситуацій різного характеру. Визначено поняття посттравматичних стресових розладів, яке застосовується для діагностування постраждалих від травматичних подій і катастроф природного, техногенного та соціального характеру. Докладно проаналізовано найбільш поширену методику діагностування посттравматичних стресових розладів.

Ключові слова: посттравматичні стресові розлади, надзвичайні ситуації, діагноз, критерії, симптоми.

Актуальність проблеми. Посттравматичні стресові розлади (ПТСР), що виникли внаслідок різного роду надзвичайних ситуацій (НС) — найбільш досліджуване і, мабуть, найбільш поширене з психічних порушень, які мають місце безпосередньо після травматичних подій і катастроф природного, техногенного та соціального походження. Проте існує деяка невизначеність з приводу діагностики і лікування посттравматичних порушень. Посттравматичні стресові розлади — термін, що зазвичай використовують для опису симптомів, виявлених у потерпілих від різноманітних НС. Прийнято виділяти п'ять основних ознак ПТСР [1]:

- підсвідоме повернення до пережитих травматичних подій (наприклад, під час нічних кошмарів);

- психічне страждання, викликане будь-яким нагадуванням про отриману травму;

- збуджений і роздратований стан, проблеми з концентрацією уваги, спонтанні дії;

- помітне бажання уникнути всього, що могло б нагадувати про травму;

- знижений інтерес до особистого життя, різного роду розваг тощо.

Таким чином, ПТСР — це психічне порушення, безпосередньо пов'язане з емоціями, що виникли в результаті НС, яка є загрозою заподіяти або вже заподіяла фізичну шкоду організму. Іншими словами, це емоційна реакція людини на психологічну травму. Такий стресор може включати загибель оточення постраждалого, загрозу його життю, серйозні фізичні каліцтва, загрозу фізіологічній або психологічній цілісності організму. В деяких випадках ПТСР може бути наслідком глибокої психологічної й емоційної травми окремо від фізичної шкоди. Проте найчастіше зустрічаються випадки, в яких «беруть участь» обидва види травм.

Довгий час поняття ПТСР розглядалося, в основному, як стрес після бою, травматичний армійський невроз і було пов'язане безпосередньо з військовими діями. Однак, не дивлячись на те, що симптоми, схожі з ПТСР, були також виявлені в результаті численних НС природного, техногенного та соціального походження, сучасного розуміння термін набув тільки в середині сімдесятих років ХХ сторіччя. Першою, найбільш масовою, категорією хворих з діагнозом ПТСР стали американські військовослужбовці, що повернулись додому з психічними порушеннями після тривалої війни у В'єтнамі (1965-1975 рр.).

На початку 1980 років термін ПТСР з'явився в Довіднику з діагностики і статистики психічних розладів DSM–III (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, третє видання), який розробляє і видає Американська Психіатрична Асоціація. Схожий діагноз був вилучений з попередньої збірки DSM–II, що дало підстави відмінити бюджетні компенсаційні грошові виплати ветеранам В'єтнамської війни. Але, завдяки зусиллям активістів антивоєнних організацій і особисто доктора Х. Шатана, що ввів і обґрунтував термін «пост-в'єтнамського синдрому», відповідні дані були додані в DSM–III як посттравматичні стресові розлади — ПТСР [2, 3].

Означена методика визначення ПТСР використовується, як правило, з метою надання грошових компенсацій постраждалим від військових конфліктів, терористичних дій та НС. Так, наприклад, у Сполучених Штатах виплати компенсацій постраждалим з діагнозом ПТСР відносяться до компетенції державного Департаменту у справах ветеранів. Уряд США зацікавився цією проблемою в 2005 році, після того, як за останні роки було зафіксовано збільшення на 30% кількості скарг на ПТСР. Крім того, урядовці були змушені звернути увагу на резонансну серію самогубств ветеранів, що прокотилася по всій країні. Люди розставалися з життям через те, що боялися позбутися виплат, які часто складали єдине джерело доходів [4].

Взагалі проблема визначення ПТСР є предметом суперечностей через неточності у визначенні діагнозу у тих, хто піддавався травматичним подіям. Саме цим часто пояснюються затримки і помилки у виплатах американським військовим ветеранам та іншим категоріям населення, що потерпіли від НС.

Проблема залишається нагальною і сьогодні. Багато військовослужбовців

США, що воювали в Іраку і Афганістані, повертаючись додому, стикаються зі значними фізичними, емоційними порушеннями, проблемами в сім'ях. Демонструючи відповідальне ставлення до своїх зобов'язань, Пентагон організував виконання ряду програм, що допомагають ветеранам інтегрувати в суспільство. При цьому основна увага приділяється корегуванню сімейних відносин у минулому військових. За такою ж схемою, Інститут Уолтера Ріда (WRAIR) розробив спеціальну програму, метою якої є допомога військовослужбовцям справитися з ПТСР [4]. У британській же практиці спостерігається відхід державних установ від вирішення питань надання психологічної допомоги учасникам локальних військових конфліктів та НС. Британська Національна система охорони здоров'я передала цю проблему на опікування добродійних організацій, наприклад таких як Combat Stress.

Отже, розгляд питань, пов'язаних з діагностикою посттравматичних стресових розладів, що виникли внаслідок травматичних подій і катастроф природного, техногенного та соціального походження, зумовлює **актуальність** розкриття методологічної сутності і визначення поняття ПТСР.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Відомості про стреси, що викликані НС та військовими діями, з'явилися ще в сиву давнину. Прийнято вважати, що автором одного з перших описів ПТСР є давньогрецький історик Геродот, який описав битву при Марафоні у 490 р. до н.е. За його версією, афінський легіонер, що вийшов з бою без єдиної подряпини, невдовзі повністю позбувся зору, ставши свідком смерті свого товариша [5].

Але ж серйозні наукові праці, присвячені проблемі визначення ПТСР, з'явилися тільки в ХХ сторіччі. Спочатку було введено поняття гострої стресової реакції (ГСР) — психологічного стану, який виникає у відповідь на події, що мають загрозливий характер (також має назви: гостре стресове порушення, психологічний шок, психічний шок, шок). Вперше цей стан описав У. Кеннон в 1920 році, назвавши його «реакцією тварин на загрозу із звільненням симпатичної нервової системи». Пізніше цей діагноз був визнаний першою стадією синдрому адаптації, який регулює стресову реакцію у хребетних та інших організмів [6].

Взагалі, ГСР — це короткочасне порушення значної тяжкості, яке з'являється в індивіда без будь-яких наявних психічних порушень у відповідь на специфічний фізичний і/або психічний подразник і який, зазвичай, минає через кілька годин або днів. За визначенням, ГСР є результатом травматичної події (НС), якої зазнав постраждалий або ж був її свідком. Ця подія викликає у людини відчуття страху, створює стресовий стан, іноді викликає біль і загрожує отриманням серйозних каліцтв або призводить до загибелі.

Отже, можна сказати, що ГСР являє собою варіацію ПТСР, яка є психологічною або фізичною реакцією на переживання повної безпорадності. Симптоми можуть включати стан тривожності, розгубленості, сум'яття, утруднення усвідомлення того, що відбувається, і депресію. До симптомів ГСР відносяться: стан «задубіння»; відчуженість; дереалізація (розлад сприйняття того, що оточує); деперсоналізація, або диссоціативна амнезія; постійне переживання травматичних подій у вигляді снів, думок, яскравих спалахів; а

також бажання уникати будь-яких нагадувань про пережиті події. Симптоми спостерігаються протягом 4 тижнів після події і тривають від 2 днів (мінімум) до 4 тижнів (максимум). У цей проміжок часу постраждалі можуть також проявляти значне зниження активності хоча б в одній з областей діяльності [7].

Вперше ПТСР було сформульоване як діагностична одиниця в 1978 році, коли це поняття було включене в довідник DSM–III [8]. Але весь час, впродовж становлення діагнозу ПТСР і ГСР, виникали суперечності. Спеціалісти не могли дійти до єдиної думки щодо:

- встановлення вичерпного набору симптомів ПТСР;
- термінів проведення лонгітюдних спостережень психічних порушень;
- необхідності розрізняти нормальну і патологічну реакцію на травмуючі події, з метою встановлення «кордонів» захворювання.

Так, перший американський довідник з психічних розладів (DSM-I, 1952 р.) включав діагноз великої стресової реакції, яка не була підтверджена критеріями й описувала реакцію так званої «нормальної особи» на серйозну травму, що не мала численних наслідків. Його наступна редакція — DSM-II (1968 р.) — зовсім не містила посттравматичної стресової термінології.

Нарешті, в DSM–III з'явилося поняття ПТСР, яке було охарактеризоване як «невроз тривоги» і були надані діагностичні критерії даного порушення [9].

На початку 1990 років теоретичні дослідження в області ПТСР набули подальшого розвитку. В роботах Дж. Херман [10, 11] вперше було введено поняття комплексного посттравматичного стресового розладу (К-ПТСР) як психологічного порушення, яке є результатом тривалої дії соціальної або побутової травми, що вийшла з-під контролю.

Травмуючим чинником може бути наступне [12]: фізичне або емоційне перенапруження, побутове насильство, сексуальні домагання, тортури і ув'язнення, полон під час військового конфлікту або захоплення заручників терористами (мається на увазі відсутність реального шляху відступу).

Цікаво, що у випадку тривалого домашнього лікування індивід може пізніше зіткнутися із порушенням К-ПТСР як результатом тривалої дії травмуючої події. До цієї ж категорії відносяться постраждалі від довгострокових НС, таких як повінь тощо (які не мають виходу із ситуації, що склалася) [13].

Мета. Відомо, що НС природного, техногенного та соціального походження є травматичними подіями, що викликають різного роду психічні і фізіологічні порушення. Травматичний досвід, на жаль, - достатньо поширене явище у світі. Більш за одну третину населення планети зазнає впродовж свого життя різного роду травмуючих подій. Не дивлячись на те, що порівняльна міжнародна статистика є обмеженою, очевидно, що велика кількість людей в багатьох країнах потерпала від різноманітних НС, терористичних актів тощо. Проте дослідження в цій області стикаються з методологічними складнощами і руйнівним впливом посттравматичних судових розглядів і виплатою компенсацій. Згідно різного роду досліджень, на планеті тільки від природних катастроф за своє життя потерпіли 18,9% чоловіків і 15,2% жінок [14].

Загроза виникнення різноманітних НС, що все збільшується у всьому світі, примушує розглядати їх як основний чинник, що впливає на стан здоров'я населення і також збільшує необхідність проведення досліджень психічних посттравматичних порушень. **Метою** даної статті є детальне визначення поняття ПТСР, яке застосовується для діагностування психічних розладів, що виникли внаслідок травматичних подій і катастроф природного, техногенного та соціального характеру.

Виклад основного матеріалу. Визначене в DSM–III поняття ПТСР вперше вводило діагностичні критерії даного порушення. Вони містили так звані критерій А, який указував на те, що існують певні травми, які обов'язково можуть викликати такого роду психічні порушення. Іншими словами, діагноз ПТСР (критерій А), характеризує участь людини у травмуючій події, припускає наявність стресора, який міг би породити істотні симптоми дистресу практично у кожній людині, яка постраждала внаслідок будь-якої НС.

Визначення ПТСР, дане в DSM–III, також потребує наявності:

- критерію В — постійне переживання подій (наприклад, у вигляді кошмарів). Має один симптом багатократного переживання травми (В1);

- критерію С — стабільне бажання уникнути будь-яких нагадувань про травму (постраждалому важко говорити про будь-які речі, пов'язані з пережитою травмою, він уникає контакту з речами і розмов з людьми, що примушують його знову повертатися до травмуючих подій). Має один симптом, який припускає повне відключення або понижену реакцію на події, що відбуваються у навколишньому середовищі (С1);

- критерію D — постійне перезбудження (проблеми зі сном, роздратованість і підвищена недовірливість). Має два симптоми, визначені як перезбудження (D1, D2).

Діагноз ПТСР може бути поставлений безпосередньо відразу після катастрофи або НС, якщо всі симптоми наявні.

З моменту введення ПТСР як діагностичної категорії критерії діагнозу мінялися двічі. В переглянutoму виданні DSM–III (DSM–III–R (Revision), 1987 р.) кількість критеріїв було збільшено до п'яти. Критерій А залишився без особливих змін, а кількість симптомів, що належать до критеріїв В, С і D, було розширено до семи. Тобто індивід з діагнозом ПТСР повинен мати 1 симптом критерію В як симптом багатократного переживання травми, 3 симптоми критерію С як симптоми відчуження від всього, що його оточує, і 2 симптоми критерію D як симптоми перезбудження.

Найбільш істотною поправкою, внесеною до DSM-III-R, було додавання критерію E (критерій мінімальної тривалості наявності симптомів В, С і D — не менше 30 діб). Це уточнення було наслідком досліджень, з результатів яких виходило, що симптоми ПТСР і дистрес є поширеними явищами після серйозної травми, проте можуть бути нормальним процесом. З тієї причини, що межа між нормальною і патологічною реакціями на травму була нечіткою, стало ясно, що діагноз психічних розладів, пов'язаних з травмою, повинен був розповсюджуватися тільки на тих постраждалих, які не показували клінічного поліпшення стану після лікування протягом місячного терміну.

Однак введення критерію Е мало і негативні наслідки. Вони полягали в тому, що єдиним діагнозом, пов'язаним зі стресом і який виявлявся в перший місяць після катастрофи, був неспецифічний діагноз нездатності до соціальної адаптації. Отже, постраждали від серйозної травми під час НС на першій стадії отримували той же діагноз, що і ті індивіди, які мали неспецифічну, порівняно спокійну реакцію на стрес повсякденного життя.

Під час розробки наступної редакції довідника з психічних розладів цей недолік був врахований. Лонгітюдні дослідження показали, що істотний відсоток постраждалих, що мають ознаки ПТСР, отримуватимуть діагноз гострого ПТСР вже в перший місяць після серйозної травми. Програми лікування і постановки діагнозу були скорочені, внаслідок виявлених розбіжностей в DSM-III-R. Проте можливість повернення до визначення даного в DSM-III, а саме уточнень з приводу непотрібності урахування часу, була відкинута з тієї ж причини, з якої щодо неї було зроблено припущення, не враховуючи постановки діагнозу психічних розладів постраждалим, які мають схильність до спонтанного одужання.

У четвертому виданні DSM (DSM-IV, 1994 р.) було змінено визначення критерію А (стресора), який став складатися з двох частин: критерію А1 (участь у травмуючій події) і критерію А2 як суб'єктивної оцінки критерію, через яку потерпілий передає пережитий жах і безпорадність під час травми. Критерій А, описаний в DSM-IV, є повнішим ніж включений у збірку DSM-III-R, і містить список прикладів, що ілюструють це явище. Наприклад, така подія як смерть близького родича може бути розцінена як подія критерію А1 в рамках визначення, даного DSM-IV. Проте менш екстремальний стресор, як, наприклад, очікувана смерть близького родича, однозначно виключається.

З моменту введення критеріїв DSM-IV кількість можливих порушень ПТСР зросла, і на думку деяких дослідників, склала близько 50% [15].

Розглянемо критерії посттравматичних стресових розладів DSM-IV [16] більш детально.

А – індивід переніс травмуючу подію, так що:

А1 – постраждалий зіткнувся, був свідком (учасником) травмуючих подій, які являли загрозу життю чи заподіяли нанесення серйозних каліцтв, загрожували фізичній цілісності індивіда або людей, що його оточували.

А2 – реакція постраждалого містить посилене відчуття жаху або безпорадності. У випадку, якщо мова йде про дітей, реакція може включати дезорганізованість і перебудження.

В – травмуюча подія знову переживається таким чином:

В1 – періодичні і нав'язливі спогади про травмуючу подію, включаючи картини пережитої травми, супутні думки і відчуття. У маленьких дітей сценарій пережитої травми може відтворюватися в іграх.

В2 – нав'язливі дистресові сні, що повторюють пережиту травму. У дітей це можуть бути просто кошмари без певного сюжету.

В3 – присутність відчуття, що травмуюча подія повторюється (включає відчуття постійного переживання травмуючої події, ілюзії, галюцинації,

повернення окремих епізодів). У дітей також зустрічаються пов'язані з травмою повтори переживань.

B4 – реакція, що викликає психологічне страждання (дистрес) при зіткненні з речами, які нагадують або символізують пережиту травму.

B5 – фізіологічна реакційна здатність, що з'являється при зіткненні з речами, які нагадують або символізують пережиту травму.

C – свідоме бажання уникати подразників, пов'язаних із пережитою травмою, і відсутність реакцій на зміни в навколишньому середовищі, в оточенні (чого не спостерігалось до травми):

C1 – спроби уникнути думок, відчуттів або розмов, пов'язаних із травмою;

C2 – спроби уникнути місць, дій і зустрічей з особами, що нагадують про травму;

C3 – небажання згадувати суттєві подробиці з пережитої травми;

C4 – помітно знижений інтерес до участі в різного роду значущих подіях;

C5 – почуття відчуження і розриву в спілкуванні з оточуючими;

C6 – обмежений прояв емоційних реакцій (наприклад, нездатність виказувати почуття любові);

C7 – відчуття безперспективності життя, що призводить до відсутності бажання робити кар'єру, створювати сім'ю, заводити дітей, створювати нормальні умови мешкання тощо.

D – постійне відчуття збудження (не властиве індивіду до травми):

D1 – складнощі, пов'язані із засинанням і сном;

D2 – дратівливість і спалахи гніву;

D3 – складнощі з концентрацією уваги;

D4 – підвищена пильність;

D5 – підвищена старт-реакція.

E – тривалість подразника (симптоми критеріїв B, C, D) більше одного місяця.

У наступній, переглянутій версії DSM-IV (2000 р.), що отримала назву DSM-IV-TR (Text Revision), було додано ще один критерій:

F – подразник спровокував клінічно істотний дистрес або зниження продуктивності в соціальній, професійній або інших важливих сферах життя (проблеми на робочому місці, у відносинах з людьми, що складають оточення).

До того ж перегляд критеріїв ПТСР, що найшов відображення в DSM-IV-TR, стосувався того факту, що травматична подія повинна провокувати істотні симптоми дистресу практично у будь-якого постраждалого, а також те, що ця подія повинна виходити за рамки щоденних переживань.

На завершення надамо уточнення, які можуть допомогти встановити особливості прояву симптомів ПТСР та їх тривалість:

- порушення є гострим: у разі, якщо тривалість наявності даних симптомів менше ніж 3 місяця;

- порушення є хронічним: у разі, якщо тривалість наявності даних симптомів більше 3 місяців;

- відстрочений прояв симптомів: подібне явище може спостерігатися у тому випадку, коли пройшло не менше 6 місяців між травмуючими подіями і проявом симптомів.

I, насамкінець, визначимо відмінність ПТСР від К-ПТСР [17].

Комплексний ПТСР краще описує розповсюдження негативного впливу хронічної травми, ніж це робить ПТСР за версією DSM-IV-TR. Опис діагнозу ПТСР не може охопити основних характеристик К-ПТСР. Це такі елементи як психологічна фрагментація, втрата відчуття захищеності, надійності, віри у свої сили, разом з відчуттям дезорієнтації і, що найбільш важливе, втрата свого «Я». Саме це відчуття докорінно розрізняє ПТСР і К-ПТСР. Іншими словами, синдром К-ПТСР характеризується загальним відчуттям незахищеності. Диссоціативні порушення, що описані в DSM-IV-TR, не містять в собі подібного критерію.

Висновки. Таким чином, детальне урахування особливостей найбільш поширеної методики визначення ПТСР для діагностування посттравматичних стресових розладів, що виникли внаслідок травматичних подій і катастроф природного, техногенного та соціального характеру, надасть можливість організувати своєчасну і дієву психологічну допомогу постраждалому населенню.

ЛІТЕРАТУРА

1. Alexander, D.A. Psychological intervention for victims and helpers after disasters / D.A. Alexander // *British Journal of General Practice*. – 1990. – №40. – P. 345-348.
2. Figley, C.R. Stress disorders among Vietnam veterans: Theory, Research and Treatment / C.R. Figley (ed.). – New York : Brunner/Mazel, 1978.
3. Shalev, A.Y. International handbook of human response to trauma / A.Y. Shalev, R. Yehuda, A.C. McFarlane. – New York : Kluwer Academic/Plenum Press, 2000.
4. Vedantam, S. A political debate on stress disorder: As Claims Rise, VA Takes Stock / S. Vedantam // *The Washington Post*. – 2005. – 27 Dec.
5. Gist, R. Psychosocial aspects of disaster / R. Gist, B. Lubin. – New York : John Wiley, 1989.
6. Lambert, M.J. Handbook of Psychotherapy and Behavioral Change / M.J. Lambert, A.E. Bergin, S.L. Garfield (ed.). – New York : John Wiley, 2004.
7. Creamer, M. Acute stress disorder is of limited benefit in predicting post-traumatic stress disorder in people surviving traumatic injury / M. Creamer, M.L. O'Donnell, P. Pattison // *Behavior, Research and Therapy*. – 2004. – №42. P.315-328.
8. Diagnostic and statistical manual of mental disorders. Third edition. Washington, DC : American Psychiatric Association, 1980.
9. Galea, S. The epidemiology of post-traumatic stress disorder after disasters / S. Galea, A. Nandi, D. Vlahov // *Epidemiologic Reviews*. – 2005. – №27. – P. 78-91.
10. Herman, J.L. Trauma and recovery / J.L. Herman. – New York : Basic Books, 1992.

11. Herman, J.L. Complex PTSD: A syndrome in survivors of prolonged and repeated trauma / J.L. Herman // *Journal of Traumatic Stress*. – 1992. – №5. – P. 377-391.

12. Freyd, J.J. Violations of power, adaptive blindness and betrayal trauma theory / J.J. Freyd // *Feminism & Psychology*. – 1997. – №7. – P. 22-32.

13. Kammerer, N. After the Crisis Initiative: Healing from Trauma after Disasters / N. Kammerer, R. Mazelis // *Expert Panel Meeting*. – Bethesda, MD, 24-25 Apr. 2006. – Bethesda : CMHS, 2006.

14. Kessler, R.C. Posttraumatic stress disorder in the National Comorbidity Survey / R.C. Kessler, A. Sonnega, E. Bromet // *Arch. Gen. Psychiatry*. – 1995. – №52. – P. 1048-1060.

15. Breslau, N. The stressor criterion in DSM-IV posttraumatic stress disorder: an empirical investigation / N. Breslau, R.C. Kessler // *Biol. Psychiatry*. – 2001. – №50 (9). – P.699-704.

16. Diagnostic and statistical manual of mental disorders IV (Text Revision): DSM-IV-TR. Washington, DC : American Psychiatric Association, 1994.

17. van der Kolk, B.A. Disorders of extreme stress: The empirical foundation of a complex adaptation to trauma / B.A. van der Kolk, S. Roth, D. Pelcovitz, S. Sunday, J. Spinazzola // *Journal of Traumatic Stress*. – 2005. – №18. – P. 389-396.