

7. Марьин М., Ловган С. Психологические и социальные проблемы работы пожарных / М. Марьин, С. Ловган // Пожарное дело. – 1994. – № 3. – С. 44–47
8. Самонов А. П. Психологическая подготовка пожарных / А. П. Самонов. – М. : Стройиздат, 1987. – 167с.
9. Дутов В. И., Чурсин И. Г. Психофизиологические и гигиенические аспекты деятельности человека при пожаре / В. И. Дутов, И. Г. Чурсин. – М. : Стройиздат, 1993. – 231с.
10. Explosion im Dorfkern // Pirchl Christoph. Schweiz. Feuerwehr – Ztg. - 2005, 131, № 2. - P. 53-54.
11. Абрамов Ю. А., Чучковский В. Н., Стрелец В. М. Имитационная оценка деятельности боевых расчетов пожарных автомобилей / Ю. А. Абрамов, В. Н. Чучковский, В. М. Стрелец // Эргономика на автомобильном транспорте : [сб. науч. тр.]. – Харьков : ХГАДТУ, 1997. – С. 92–95.
12. BS EN 137:2006 Respiratory protective devices. Self-contained open-circuit compressed air breathing apparatus with full face mask. Requirements, testing, marking
13. Настанова по газодимозахисній службі пожежної охорони МВС України. Наказ № 657 МВС України від 2 грудня 1994 р. – Київ, 1994. – 128 с.

УДК 159.923-551.6

Тімченко О.В., д. психол. н., професор, начальник НДЛ ЕКП НУЦЗУ;

Христенко В.Є., к. психол. н., доцент провідний науковий співробітник НДЛ ЕКП НУЦЗУ;

Онїщенко Н.В., к. психол. н., старший науковий співробітник НДЛ ЕКП НУЦЗУ

ЧИ ПОТРІБНІ УКРАЇНІ ФАХІВЦІ З ПСИХОЛОГІЇ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЙ

У статті розглядається питання про виділення специфічних особливостей невідкладній психологічній допомозі, обговорюється її роль і значущість при роботі з постраждалим населенням у вогнищі надзвичайної ситуації. Розглядається актуальність необхідності цілеспрямованої підготовки фахівців - психологів по напрямку екстремальної і кризисної психології.

Ключові слова: надзвичайна ситуація; екстрена психологічна допомога, екстремальний психолог.

В статье рассматривается вопрос о выделении специфических особенностей неотложной психологической помощи, обсуждается ее роль и значимость при работе с пострадавшим населением в очаге чрезвычайной ситуации. Рассматривается актуальность необходимости целенаправленной подготовки специалистов - психологов по направлению экстремальной и кризисной психологии.

Ключевые слова: чрезвычайная ситуация; экстренная психологическая помощь, экстремальный психолог.

Постановка проблеми. Відомо, що надзвичайні події справляють потужний вплив на стан психічного здоров'я людей, які постраждали від них або брали участь у ліквідації їх наслідків. Часто такий вплив сягає патогенного рівня і стає

причиною формування цілої низки психічних та поведінкових розладів, до яких, зокрема, відносяться: гострі реакції на стрес (F43.0 за МКХ-10), посттравматичний стресовий розлад (F43.1 за МКХ-10), різноманітні розлади адаптації (F43.2 за МКХ-10), а також стійкі зміни особистості після перенесеної катастрофічної події (F62.0 за МКХ-10).

З кожним роком стає усе більш очевидним те, що сучасний фахівець- психолог, за якою б вузькою спеціальністю він не працював, у будь-який момент може бути поставлений перед необхідністю надання екстреної (невідкладної) психологічної допомоги потерпілим у надзвичайній ситуації.

Екстрена психологічна допомога націлена на підтримку особистості постраждалого, його родичів та рятувальників в осередку надзвичайної ситуації, зменшення їх душевних страждань та зниження впливу на них стрес-факторів підвищеної інтенсивності.

Відмітною рисою екстреної психологічної допомоги від інших видів психологічної допомоги є те, що:

по-перше, екстрена психологічна допомога – не нова форма терапії, а швидше, новий спосіб взаємодії з людиною, яка перебуває у стані кризи. Незважаючи на те, що людство завжди стикалося з надзвичайними ситуаціями і трагедіями, а прагнення допомогти тому, хто потрапив у біду, є однією з базових людських мотивацій, ця нова форма взаємодії з людиною оформилася зовсім недавно. Вона передбачає розвинене почуття колективної відповідальності, цінності життя всіх членів групи, моральну чутливість до болю і страждань іншої людини;

по-друге, екстрена психологічна допомога працює на соціальну ідеологію про громадську участь і компетентність реагування суспільства по відношенню до постраждалих, про стійкість соціальної, громадської структури до непередбачуваності, кризи;

по-третє, екстрена психологічна допомога здійснюється відповідно до ієрархії потреб особистості (першорядним є задоволення базових потреб);

по-четверте, екстрена психологічна допомога передбачає роботу як з окремою людиною, так і з групою, а також з цілою спільнотою. Вона характеризується широким соціальним охопленням та вимогою урахування соціальних процесів, що виникають навколо травматичної події;

по-п'яте, екстрена психологічна допомога передбачає взаємодію різних служб і форм діяльності, вимагає їх координації.

Екстрену психологічну допомогу великому потоку постраждалого населення, як правило, надають в умовах гострого дефіциту часу, при нестачі корекційно-діагностичних можливостей. Це вимагає від психолога не тільки високої теоретичної й практичної підготовки, але й граничної зібраності, почуття відповідальності, здатності до швидкого прийняття самостійних нестандартних рішень.

Екстремальний психолог у ситуації екстреної психологічної допомоги стикається з необхідністю діяти саме в травматичній ситуації, а не проводити терапію посттравматичних станів.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Хвиля надзвичайних ситуацій, що прокотилася по країні за останні 10 років, показала, як потрібні Україні фахівці з психології екстремальних ситуацій. Начебто, з одного боку, такі люди є. Скажімо, з 2006 року в Національному університеті цивільного захисту України вперше в історії вітчизняної психологічної науки стали готувати фахівців-психологів за спеціальністю «Екстремальна та кризова психологія»; в Міністерстві України з питань надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи створені поза штатні групи екстреної психологічної допомоги. Психологічна служба створена практично у всіх силових міністерствах і відомствах України. І все-таки між різними службами немає координації, відсутні продумана мережа і структура таких соціальних інститутів.

Після надзвичайної ситуації регіонального або державного рівня будь-яка поважаюча себе газета вважає за необхідне надрукувати коментарі психологів, яким довелося мати справу з потерпілими. Але нерідко можна зустріти інформацію, що здатна збентежити читача. Ось один з фахівців розмірковує про те, що психологічної реабілітації потребують в основному дорослі. А діти? – Вони, мовляв, вже через півгодини включаються в ігри і забувають про все на світі ...

Інший психолог переконує нас у тому, що актуально проведена терапія здатна негайно розвіяти образ катастрофи. Третій глибокодумно зауважує: якщо людина не може згадати своє ім'я – не біда. Шок скоро пройде ...

Якщо орієнтуватися на газетні публікації, можна вважати, що фахівців з психології екстремальних ситуацій у нас вкрай мало. Та й звідки їм узятися? На психологічних факультетах ВНЗ країни такий спецкурс читається вкрай рідко.

У всьому світі, окрім України, психологія екстремальних ситуацій розвивається стрімко. Там є свої «батьки-засновники», там осмислюється накопичений досвід.

Наприклад, досвід екстремальних ситуацій досліджений багатьма великими російськими фахівцями. Назвемо, перш за все, роботи Д.В. Ольшанського з вивчення смислових структур особистості учасників війни в Афганістані (1991 р.); М.М. Решетнікова з вивчення психофізіологічних аспектів стану, поведінки та діяльності людей в осередку надзвичайної ситуації (1989-1991 рр.); Є.С. Мазура, В.Б. Гельфанда й П.В. Качалова з вивчення смислової регуляції переживань у потерпілих при землетрусі (1992 р.); О.Г. Маклакова (2001 р.), М.М. Полякова (2003 р.), С.М. Єніколопова (2004 р.), які описують особливості організації та проведення соціально-психологічної роботи з учасниками екстремальних подій. Теоретичні розробки проблем особистості в екстремальних умовах здійснено В.І. Лебедевим (1989 р.), Л.І. Анциферовим (1994 р.), О.Л. Журавльовим (2004 р.), М.Ш. Магомед-Еміновим (2007 р.). Адаптацією західних психодіагностичних методик для дослідження психологічних особливостей людини в екстремальних умовах займається лабораторія посттравматичного стресу та психотерапії ІІ РАН (Н.В. Тарабіна, Є.О. Лазебна, М.Є. Зеленова та ін.)

Психологічні наслідки будь-якої катастрофи, її травматичний ефект багато в чому залежать від моменту раптовості і ступеня внутрішньої підготовленості.

Будь-яка надзвичайна ситуація – це зустріч зі смертю. Весь подальший психологічний досвід виживання визначається первісними митями «занурення у смерть» і залишеної їм незабутньою «печаткою смерті». Будь-яка своєчасно застосована терапія не позбавляє від тривалої психологічної роботи з постраждалими від надзвичайних ситуацій.

Однак сьогодні мало хто з вітчизняних психологів навіть хоча б обмовився про те, що жертвам катастроф потрібна екстрена психологічна допомога. Чому фахівці не намагаються поставити питання про вивчення самої проблеми? Де програми психологічної роботи з населенням в осередку надзвичайної ситуації?

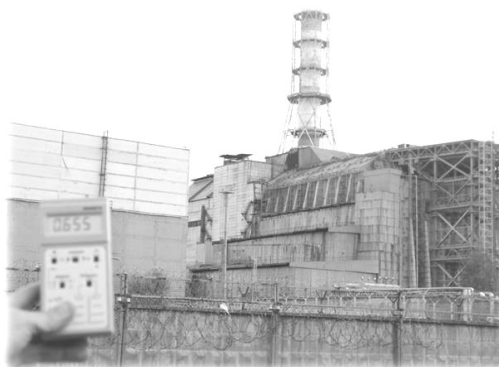
Психологи знають, як важливо для самовідчуття людини глибинне уявлення про саму себе. Це внутрішньо стійке ядро служить для неї життєвою опорою. Людина постійно ставить собі питання: «Хто Я?» Все життя вона коректує той образ, який складається в її свідомості. В екстремальній ситуації механізм ідентифікації не витримує зламу. Людина, грубо кажучи, перестає розуміти, хто вона така. Спрацьовує захисний механізм. Якщо все це відбувається не зі мною, значить, я не відчуваю болю і горя ...

Звичайно, на місці катастрофи треба оглянути тіло постраждалого. Але особливої допомоги потребує той, хто «забув себе». Необхідно відновити образ, інакше розпад особистості стане неминучим ...

Метою нашої роботи є не тільки обґрунтування необхідності цілеспрямованої підготовки фахівців-психологів за напрямками екстремальної та кризової психології, але й виділення специфіки проведення такої роботи в умовах надзвичайної ситуації.

Виклад основного матеріалу. Без перебільшення, але й не без гордості хочемо відзначити, що колектив науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології Національного університету цивільного захисту України є воістину унікальним творінням не тільки в межах нашого міністерства, а і в цілому в нашій країні. Ми не можемо на сьогодні назвати інші колективи психологів-практиків чи наукові психологічні центри, де б працювали фахівці-психологи, які акумулювали в собі специфічний досвід роботи в умовах:

- ✓ планетарної техногенної катастрофи ХХ століття – аварії на Чорнобильській АЕС (1986 р.);
- ✓ авіаційних катастроф – трагедії на Скнилівському аеродромі при проведенні військового авіашоу (Львівська область, 2004 р.) і катастрофи російського літака ТУ-154 Пулковських авіаліній (с. Суха Балка Донецької області, 2006 р.);
- ✓ вибухів побутового газу в житлових будинках м. Дніпропетровська (2006 р.) та м. Ізюм Харківської області (2008 р.);
- ✓ аварій на вугільних шахтах Донецького регіону (2007 р.);
- ✓ вибухів на артилерійських складах поблизу с. Новобогданівка Запорізької обл. (2006 р.) та м. Лозова Харківської обл. (2008 р.);
- ✓ сильної повені в Закарпатській обл. (2008 р.).



Не можемо не сказати кілька слів і про спільну роботу співробітників нашої лабораторії з омбудсманом України – Ніною Іванівною Карпачовою з надання психологічної допомоги звільненим з піратського полону українських моряків.



Отриманий нами досвід дозволив науково обґрунтувати теорію і практику надання екстреної психологічної допомоги постраждалим при надзвичайних ситуаціях природного, техногенного або соціального походження. Наш підхід до надання психологічної допомоги дещо відрізняється від загальноприйнятого на сьогодні так званого «академічного підходу», тому дозволимо собі зупинитися на цьому питанні трохи докладніше.

По-перше, в сучасній психологічній науці не існує загальноприйнятої концепції, яка б пояснювала причини, що викликають порушення психічного здоров'я людей, що опинилися в умовах надзвичайної ситуації.

Сьогодні ми спостерігаємо прагнення більшості представників загальносвітової наукової думки замінити відсутність такої концепції психологічним феноменом, що одержав назву «посттравматичного стресового розладу» (ПТСР).

Ми вважаємо, що вплив надзвичайної ситуації природного, техногенного або соціального характеру на психічний стан людини значно ширше феномена ПТСР і включає в себе:

- ✓ соціально-психологічний,
- ✓ інформаційний та
- ✓ організаційний аспекти.

Так, наприклад, існує достатньо серйозна проблема управління в надзвичайних ситуаціях. Люди, що приймають відповідні рішення, часто не знають і не враховують психологічних наслідків дій, що вживаються ними. Це в свою чергу, нерідко погіршує і без того напружену ситуацію.

Особливе місце в системі психологічного захисту від наслідків надзвичайної ситуації займає інформаційно-психологічний аспект.

У ході безпосередньої роботи в умовах надзвичайної ситуації нам доводиться постійно спостерігати, як засоби масової інформації в погоні за сенсацією та власним рейтингом ретранслюють в масову свідомість відчуття безнадійності та руйнування. А це, у свою чергу, породжує зневіру людей у власних можливостях, можливостях держави, невротизує суспільство, тоді як у такій ситуації людині, в першу чергу, необхідно почуття захищеності і впевненості в тому, що вона не одна, що їй обов'язково допоможуть.



По-друге, на сьогодні фактично вся відома нам практика надання психологічної допомоги людині, яка вижила, починається не раніше, ніж з моменту її виходу із зони надзвичайної ситуації. Іншими словами, коли навколишнє середовище перестає пред'являти до людини екстремальні вимоги.

До проблем, які можуть виникнути у того, хто вижив в умовах надзвичайної ситуації, додається ще одна (і на наш погляд, дуже серйозна) – йому необхідно реадaptуватися від екстремальних форм адаптації та інтегруватися в життя.

І ось тут настає момент істини. Інтеграція в соціум у людини, якій не було надано екстреної психологічної допомоги безпосередньо в осередку надзвичайної ситуації, блокується, загальмовується. На цьому етапі будь-які форми і методи надання психологічної допомоги, так переконливо описані в наукових працях психоаналітичної, гуманістичної чи інших парадигм психологічної науки, раптом починають пробуксовувати. Саме в цьому випадку академічна наука левову частку провини покладає або на слабкий професіоналізм психолога або на відсутність у клієнта позитивної установки на роботу з психологом.

Насправді все йде абсолютно по-іншому. Відсутність надання екстреної психологічної допомоги безпосередньо в осередку надзвичайної ситуації призводить, як правило, або до «психічного заціпеніння» або до «заперечення психічної травми» тим, хто вижив.

При «психічному заціпенінні» реакції того, хто вижив, уповільнені, загальмовані, можна спостерігати афективну блокаду психічних процесів, тимчасову втрату працездатності та відчуження від соціуму. Людина, яка вижила, ніби відсутня в себе або спостерігає за всім ніби збоку (дисоціація).

При «запереченні психічної травми» той, хто вижив, не схильний (а часом і не згоден) пояснювати свої симптоми травматичними подіями. Людина хоче мовби викреслити зі свого життя всі події, пов'язані з травматичним досвідом.

І на закінчення дуже коротко про нас – активно діючих в осередку надзвичайної ситуації екстремальних психологів.

У нашому професійному середовищі все ще наявне достатньо скептичне ставлення до поняття «психічне зараження», яке зазвичай визнається в якості існуючого лише для інших. Але я думаю, що ніхто не буде сперечатися з тим, що екстремальні і кризові психологи працюють з якісно іншими контингентами і якісно інші емоціями, ніж, наприклад, шкільні психологи. Цими ж емоціями ми і заражаємось. І в силу цього серед усіх інших професій в системі МНС тримаємо мало зазвичайну «першість» за частотою ішемічної хвороби серця, сімейних дисгармоній, синдрому професійного вигорання.



Висновки. Саме тому так гостро у нас у країні стоїть проблема психологічного і психотерапевтичного супроводу діяльності професіоналів-психологів, проблема, яка вимагає серйозної організаційно-методичного та етичного опрацювання, оскільки її розв'язання потребує виходу за межі того професійного колективу, де ми власне і працюємо. Це одна з найгостріших проблем, поки що не знайшла в нашій країні адекватного вирішення.

Дуже хотілося б, щоб спільними зусиллями психологів Міністерства Освіти, МНС, МО, МВС, СБУ, ДПСУ, інших державних та недержавних установ України ми змогли хоча б зрушити з мертвої точки вирішення цієї найважливішої задачі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бодров В. А. Психологический стресс: развитие и преодоление / Бодров В. А. – М. : ПЕР СЭ, 2006. – 528 с.
2. Бондаренко О. Ф. Психологічна допомога особистості / Бондаренко О. Ф. – Харків : Фоліо, 1996. – 237 с.
3. Борисов П. Ф. Посібник на допомогу працівнику МНС з питань взаємодії із ЗМІ та зв'язків з громадськістю / П. Ф. Борисов, О. П. Венжик, О. Ю. Великова-Лагода. – К. : «Преса України», 2004. – 480 с.

4. Гринберг Дж. Управление стрессом / Джеррольд Гринберг; [пер. с англ. Л. Гительман, М. Потапова]. – М. : Питер, 2002. – 495 с.
5. Екстремальна психологія : [підручник / Євсюков О. П., Куфлієвський А. С., Лебедев Д. В. й інші]; за заг. ред. проф. О.В.Тімченка – Х. : УЦЗУ, 2007. – 502 с.
6. Колодзин Б. Как жить после психической травмы / Колодзин Б. – М. : Изд-во: Москва, 1992. – 95 с.
7. Крюкова М. А. Экстренная психологическая помощь : практическое пособие / Крюкова М. А., Никитина Т. И., Сергеева Ю. С.. – М. : НЦ ЭНАС, 2003. – 64 с.
8. Лебедев В. И. Личность в экстремальных условиях / Владимир Иванович Лебедев. – М. : Политиздат, 1989. – 304 с.
9. Психогении в экстремальных условиях / Ю. А. Александровский, О. С. Лобастов, Л. И. Спивак, Б. П. Щукин. – М. : Медицина, 1991. – 115 с.
10. Тарабрина Н. В. Синдром посттравматических стрессовых нарушений: современное состояние и проблемы / Н. В. Тарабрина, Е. О. Лазебная // Психологический журнал. – 1992. – Т.13, № 2. – С. 14–29.

УДК 159.9

Титаренко А.В., начальник курсу факультету оперативно-рятувальних сил НУЦЗУ

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦІВ АВАРІЙНО-РЯТУВАЛЬНИХ ПІДРОЗДІЛІВ МНС УКРАЇНИ

Стаття присвячена актуальним проблемам діяльності особового складу аварійно-рятувальних підрозділів МНС України в екстремальних умовах. Ключові слова: психологічні особливості, ефективність професійної діяльності, психологічне забезпечення діяльності фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України.

Статья посвящена актуальным проблемам деятельности личного состава аварийно-спасательных подразделений МЧС Украины в экстремальных условиях.

Ключевые слова: психологические особенности, эффективность профессиональной деятельности, психологическое обеспечение деятельности специалистов аварийно-спасательных подразделений МЧС Украины.

Постановка проблеми. Під час ліквідації надзвичайних ситуацій перед аварійно-рятувальними підрозділами МНС України ставляться складні завдання, вирішувати які доводиться, як правило, в екстремальних умовах.

Руйнівні дії при стихійних лихах у деяких випадках можна порівняти здебільшого з такими, що мають місце в районі воєнних дій. Природно, й поведінка багатьох людей у таких екстремальних ситуаціях суттєво змінюється й потребує у більшості випадків втручання професійних психологів, медиків.

Практично в кожній людині під час перебування в зоні надзвичайної ситуації виникає психоемоційне напруження, так званий стресовий стан, мимовільна реакція організму на неадекватну ситуацію. Розрізняють декілька форм напруженості: емоційну, вольову, інтелектуальну, мотиваційну тощо.