

9. Ромек В.Г. Поведенческая психотерапия: Моногр. - М.: Академия, 2002. – 60 с.
10. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса: Монография. - СПб.: Питер, 2001. – 75 с.
11. Цзен Р.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг: Игры и упражнения: Учебное пособие. - М.: ФиС, 1998. – 59 с.
12. Эллис А. Психотренинг по методу Альберта Эллиса: Учебное пособие. - СПб. Питер-Прогресс, 1999. – 67 с.
13. Федоров А.П. Когнитивно-поведенческая психотерапия: Монография. – СПб.: Питер, 2002. – 198 с.

УДК 159.9

Попов В.М., проректор по роботі з персоналом УЦЗ України, кандидат технічних наук, полковник внутрішньої служби

Христенко В.Є., провідний науковий співробітник науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології УЦЗ України кандидат психологічних наук, доцент, полковник внутрішньої служби

ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОВЕДЕННЯ АВАРІЙНО-РЯТУВАЛЬНИХ ТА ІНШИХ НЕВІДКЛАДНИХ РОБІТ ПІД ЧАС ЛІКВІДАЦІЇ НАДЗВИЧАЙНОЇ СИТУАЦІЇ

У статті проаналізована специфіка професійної діяльності персоналу служби психологічного забезпечення МНС під час проведення аварійно-рятувальних та інших невідкладних робіт. Показано, що управління фахівцями цієї служби потребує вдосконалення.

Ключові слова: надзвичайна ситуація, управління, психологічне забезпечення.

Постановка проблеми. Як показав час, сьогодні служба психологічного забезпечення Міністерства з питань надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи вкрай необхідна. Підтвердженням цього є аналіз дій практичних психологів під час виникнення екстремальних ситуацій, наприклад, подій в Новобогданівці, резонансних вибухів у Харкові, проведення рятувальних робіт у Західній Україні, катастрофи російського літака ТУ-154 на Донеччині, підтоплення у Миколаївській області, вибуху газу у Дніпропетровську.

На жаль, зараз склалася ситуація, коли практичне застосування психологами своїх знань не завжди можливе. Цьому заважає недосконала нормативна база, яка регулює використання сил МНС при проведенні аварійно-рятувальних та інших невідкладних робіт (АРНР) під час ліквідації наслідків надзвичайної ситуації (НС). Водночас з цим керівники іноді не зовсім розуміють роль та можливості психолога МНС.

Постановка завдання. Зазвичай керівники системи МНС – це люди дії, які бачать проблему і майже завжди знають, як її вирішувати. Є пожежа – виїхав караул – і пожежу ліквідовано. Хтось застряг у ліфті, виїхали рятувальники – і людина вже вільно дихає на вулиці. Тобто, є проблема – є шляхи її досить швидкого вирішення, є майже миттєвий результат.

Але людина не автомат, який можна виключити і він припинить згадувати якісь події, людина не може забути все, що хоче забути.

Основна складність у роботі психолога – це те, що зразу не видно результату його діяльності. І це призводить до не зовсім правильної оцінки діяльності психолога, складається враження, що і не робив нічого психолог, а в такому разі навіщо він нам потрібен?

Згідно з чинними рекомендаціями щодо організації управління силами МНС під час проведення аварійно-рятувальних та інших невідкладних робіт залежно від рівня НС утворюється штаб з ліквідації НС державного або регіонального рівня. Цей штаб, залежно від масштабів, характеру і наслідків НС та виду АРНР, формується із робочих груп, або окремих фахівців. До роботи в штабі залучаються керівники аварійно-рятувальних служб та формувань, що беруть участь у ліквідації НС, спеціалісти відповідних органів виконавчої влади та органів місцевого самоврядування, підприємств, установ та організацій [2].

Під час проведення інших невідкладних робіт основні зусилля суб'єктів реагування на НС та їх ресурси спрямовуються на:

- створення умов для успішного і безпечного проведення рятувальних робіт;
- забезпечення життєдіяльності населених пунктів, запобігання подальшому руйнуванню та втратам, викликаних вторинними наслідками НС;
- локалізацію аварій, що загрожують життю населення або призводять до вибухів, пожеж, додаткових руйнувань та ураження людей;
- створення необхідних умов для відновлення діяльності об'єктів економіки, функціонування інженерних і транспортних мереж та споруд;

- організацію робіт, пов'язаних із забезпеченням сталого функціонування об'єктів економіки та першочергового життєзабезпечення постраждалого населення;

- організацію надання необхідної допомоги населенню, яке постраждало внаслідок НС.

Документами визначено матеріальне-технічне забезпечення, транспортне забезпечення, медичне забезпечення, забезпечення радіаційного, хімічного захисту. Ними ж визначено порядок охорони громадського порядку та забезпечення безпеки дорожнього руху. Але питання здійснення психологічного захисту населення під час АРНР не регламентовані [2].

Документами також визначений склад сил першого та другого ешелонів, хоча ніде не визначається, до якого з ешелонів повинні входити фахівці служби психологічного забезпечення МНС.

Все це значно ускладнює роботу практичних психологів під час проведення АРНР та потребує вдосконалення системи управління силами служби психологічного забезпечення в цілому.

Викладання основного матеріалу. Досвід підказує два основних напрями, в межах яких діяльність психологів МНС під час проведення АРНР найбільш доцільна та ефективна.

Як свідчить досвід інших країн, та досвід роботи персоналу МНС України, практичні психологи та психологічна служба в цілому повинна вирішувати питання в осередку надзвичайної ситуації за двома основними напрямками:

1) психологічний супровід службової діяльності персоналу МНС;

2) психологічна робота з населенням, яке постраждало від різноманітних надзвичайних ситуацій.

Вважається, що людина, яка працює в МНС, готова апріорі до різноманітних емоційних навантажень, і може подолати будь-які стресогенні впливи. Але, на жаль, це не зовсім так.

Досліди виявили, що у персоналу МНС під час ліквідації різноманітних надзвичайних ситуацій, в тому числі пожеж, частота пульсу іноді перевищує 160-180 ударів за хвилину. І після завершення робіт їм теж потрібно декілька годин для реабілітації та поновлення нормального психічного стану [1].

Наприклад, один з офіцерів, який збирав фрагменти тіл у Сухій Балці, розповідав, що через два тижні після закінчення робіт раптом відчув негаразди у своєму психічному стані. Він йшов парком із

дружиною, вони весело розмовляли, і раптом він боковим зором побачив щось схоже на частину людського тіла. Це було просте каміння, велике, але каміння! Він раптом припинив розмову, посірів, покритися потом, і потім десь хвилин 10 приходив до тями.

Якщо б психологічна допомога йому була надана в день закінчення аварійно-рятувальних робіт, то він жив би звичайним життям і виконував свою роботу без збоїв.

Катастрофа російського літака під Донецьком показала, що з 172 працівників ГУ МНС України в Донецькій області, які були задіяні для ліквідації цієї надзвичайної ситуації, далеко не всі були готові на початковому етапі виконувати свої обов'язки.

Під час цієї роботи у деяких молодих працівників були спроби відмовитися від виконання завдань з пошуку та збору тіл загиблих та їх фрагментів.

У 18 ліквідаторів після закінчення робіт були виявлені всі ознаки посттравматичного стресового розладу, який має такі прояви:

- підвищена фізіологічна збудженість, яка проявляється у нічних кошмарах, нав'язливих станах, спогадах та думках;
- емоційне виснаження, яке має вигляд зниженого настрою, підвищеної тривожності, різке зменшення інтересу до всіх проявів життя;
- деякі порушення поведінки такі, як дратівливість, зниження активності, порушення у спілкуванні з рідними та колегами по роботі.

Основними психогенними чинниками, які негативно впливали на психічний стан працівників під час ліквідації наслідків цієї катастрофи, були:

1. Вражаючі наслідки падіння та вибуху літака з розльотом елементів конструкції літака та загиблих у значному радіусі.

2. Легкогорючість елементів конструкції з виділенням токсичних речовин.

3. Великі масштаби трагедії, відсутність надії на можливість врятувати людей.

4. Відсутність у більшості особового складу практичного досвіду у ліквідації наслідків авіаційної катастрофи з такими масштабно-трагічними наслідками.

5. Недостатнє знання специфіки виконання робіт з евакуації тіл загиблих та санітарно-епідемічних правил поведінки у районах аварій та катастроф, де є велика кількість останків.

Крім цього, емоційний фон створювали родичі загиблих. Вони самостійно прибували до місця падіння літака, незважаючи на охорону території, намагалися знайти частинки своїх родичів. Родичі, які прибували, мали надмірно високу внутрішню напругу, ознаки невротичної поведінки, нервові зриви. Окремі люди були деморалізовані та подавлені, що проявлялося у почутті повної байдужості до всього, що відбувалося навколо, монотонному плачу, ураженості трагедією. У них була істерія, галюцинації, втрата свідомості від хвилювання і соматичні порушення. Мали місце випадки, коли під впливом стресової ситуації відбувався рецидив психічної хвороби, і ці потерпілі в повному розумінні кидалися на людей у формі МНС.

Всі ці негативні емоції дуже сильно впливали на емоційний стан персоналу МНС.

Таким чином, робота психолога з надання психологічної допомоги та підтримки фахівця аварійно-рятувальної служби починається саме під час ліквідації наслідків надзвичайної ситуації. Психолог має спостерігати за різноманітними проявами небажаних психічних реакцій з боку персоналу МНС. Якщо потрібно, то проводити заходи екстреної психологічної допомоги персоналу, який бере участь у АРНР [1].

Дії психолога саме під час проведення АРНР значно зменшують рівень психічних втрат серед персоналу МНС та зменшують час їх подальшої адаптації до повсякденного життя.

Треба зазначити, що єдиною структурою у нашій державі, на яку покладено завдання психологічного захисту, є саме МНС. Відповідно до ст. 13 Закону України “Про правові засади цивільного захисту” МНС України відповідає за психологічний захист, який здійснюється за допомогою своєчасного застосування психопрофілактичних методів; виявлення чинників, що сприяють виникненню соціально-психологічної напруги; використання сучасних технологій психологічного впливу для нейтралізації негативного впливу на населення [3].

Такі завдання у нашій країні не виконує більше ніхто.

Відомо, що іноді при проведенні АРНР люди, яким надається допомога силами МНС, поводять себе не дуже дружельно, а іноді й агресивно до працівників нашого міністерства. Це призводить до того, що необхідно відволікати фахівців на вимушене спілкування з такими постраждалими.

У цій ситуації може значно допомогти практичний психолог МНС, що й було доведено під час затоплення у Миколаївській області.

Сюди можна віднести також ситуацію спілкування з потерпілим, який не може пересуватися самостійно. Мається на увазі, коли людина чимось притиснута, знаходиться в завалі тощо. Основна мета такого спілкування – зробити так, щоб сам потерпілий витримав чекав, коли йому допоможуть, а не заважав діяльності сил МНС.

Зазвичай на місці ліквідації наслідків НС присутні постраждалі, яких можна умовно розділити на кілька груп:

- жертви, тобто потерпілі, ізольовані у осередку НС (наприклад, люди, що перебувають у завалі під плитами при землетрусі, затиснуті в машині внаслідок автомобільної катастрофи, перебувають на даху затопленого будинку, дереві під час повені);

- постраждалі безпосередньо фізично, матеріально (зруйнований будинок), люди, які втратили своїх рідних і близьких або не мають інформації щодо їхньої долі;

- очевидці (свідки), тобто люди, які, незважаючи на те, що вони залишилися непошкодженими фізично, не постраждали їхні родичі й близькі, залишилося цілим їхнє матеріальне майно, але також одержують психологічну травму, тому що трагедія пройшла десь дуже близько до них, зовсім поруч, тому вони приміряють на себе, на своїх близьких, ставлять себе на місце потерпілих, вони говорять собі: «на його місці міг бути я» (наприклад, це можуть бути люди з будинку, який є сусіднім зруйнованого, або це може бути людина, що спізнилася на літак, який потім розбився й т.п.);

- спостерігачі (так звані «зіваки») - люди, які безпосередньо не були учасниками надзвичайної ситуації, але, довідавшись від знайомих або із засобів масової інформації про подію, прибули на місце цієї НС.

Усі вони потребують психологічного захисту, але представники різних груп потребують різної уваги психологів. Найбільшої уваги потребують представники перших двох груп. Для ефективної роботи з ними необхідно спеціальне місце, яке має відповідати визначеним вимогам. На жаль, серед об'єктів, які згідно з діючими нормативами повинні знаходитися на території пересувного пункту управління, зараз місце роботи психолога не визначено.

Як показує практика останніх надзвичайних ситуацій, для надання невідкладної психологічної допомоги залучаються фахівці різноманітних психологічних служб. Кожен з них працює за індивідуальним графіком, визначає потерпілих, які потребують допомоги,

самостійно, не враховуючи загальну картину. Застосування методів психологічної допомоги також здійснюється кожним представником самостійно без узгодження з іншими психологами, що іноді призводить до того, що одні отримують необхідну допомогу декілька разів, а інші не отримують її взагалі.

Представник психологічної служби МНС має координувати роботу психологів, які працюють в осередку НС і не входять до штату МНС. Він повинен визначати розташування цих психологів, керувати їх діяльністю і бути старшим серед фахівців-психологів в осередку НС.

Також фахівці-психологи, які не є персоналом МНС, після закінчення робіт мають надавати представнику психологічної служби МНС звіт. Звіт повинен містити у собі дані, які можуть бути у пригоді під час подальшого психологічного супроводження постраждалих (який стан у постраждалого під час закінчення аварійно-рятувальних робіт, які методики використовувались під час психологічної роботи з ним, чи є ознаки ПТСР та інш.).

Висновки. Робота психологічної служби МНС під час проведення аварійно-рятувальних та інших невідкладних робіт зараз не упорядкована. До нормативних документів, які регламентують управління силами МНС під час ліквідації наслідків надзвичайної ситуації необхідно внести деякі зміни. Ці зміни повинні регламентувати залучення фахівців служби психологічного забезпечення МНС під час проведення АРНР у осередку надзвичайної ситуації.

Робота практичних психологів МНС повинна починатися разом з початком аварійно-рятувальних робіт. Закінчення роботи фахівців психологічної служби МНС повинно співпадати із закінченням аварійно-рятувальних робіт. Подальший психологічний супровід персоналу МНС проводиться у звичайному режимі. А психологічний супровід постраждалих після надання їм невідкладної допомоги повинен здійснюватися державними, добровільними та приватними службами психологічної допомоги, але не психологічною службою МНС.

Представник психологічної служби МНС має координувати роботу психологів, які працюють в осередку НС і не входять до штату МНС. Він визначає місце розташування цих психологів, керує їх діяльністю і є старшим серед фахівців-психологів в осередку НС. Фахівці-психологи, які не є персоналом МНС, після закінчення АРНР мають надавати представнику психологічної служби МНС звіт.

ЛІТЕРАТУРА

1. Євсюков О.П. та інш. Екстремальна психологія: Підручник / Під ред. проф. О.В. Тімченка – К.: Август Трейд, 2007. – 502 с.
2. Організація управління в надзвичайних ситуаціях: Методичні рекомендації / Під ред. В.М. Антонця – К.: МНС, 2007. – 124 с.
3. Закон України «Про правові засади цивільного захисту» від 24 червня 2004 р. // Відомості Верховної Ради – К.: 2004р.

УДК 159.37

Попова Г.В., кандидат психологічних наук, доцент, професор кафедри прикладної психології Харківського національного університету внутрішніх справ,

Самсонкін В.М., доктор технічних наук, професор, директор Державного науково-дослідного центру залізничного транспорту України

ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРЯННЯ У ПРАЦІВНИКІВ ТРАНСПОРТНОЇ МІЛІЦІЇ, ЯКІ БРАЛИ УЧАСТЬ У ЛІКВІДАЦІЇ НАСЛІДКІВ ЗАЛІЗНИЧНИХ АВАРІЙ З ЛЮДСЬКИМИ ЖЕРТВАМИ

В статті представлені результати дослідження ступеня емоційного вигорання працівників транспортної міліції, що приймали участь у ліквідації аварій з людськими жертвами на залізничному транспорті та особливостей сприйняття ними ризиків професійної діяльності для власного здоров'я. Виявлено, що у цих працівників рівень емоційного вигорання вищий ніж у тих, хто в ліквідації наслідків аварій участі не приймав. Свою роботу представники даної групи частище, ніж ті, хто в ліквідації наслідків аварій участі не приймав, сприймають, як таку, що викликає емоційно-психічну напругу, призводить до професійної та особистісної деформації.

Ключові слова: емоційне вигорання, психічна травма, психологічна допомога.

Психологічні феномени, які виникають в надзвичайних умовах, починають більш детально вивчатися і досліджуватися психологами саме зараз, в період виникнення великої кількості катаклізмів техногенного, природного та соціально-політичного характеру. Психологи та психотерапевти все частіше стикаються з людьми, які перенесли психічну травму внаслідок таких подій.