

ПСИХІЧНА СТІЙКІСТЬ ЯК ФАКТОР ОРГАНІЗАЦІЇ ЕФЕКТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦЯ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

Кучеренко С.М

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри
психології діяльності в особливих умовах
Національного університету цивільного захисту України
м. Харків, Україна

Постійна напруга, викликана здійсненням професійної діяльності рятувника, може викликати як стан тривожності, так і розвиток неврозу або психозу. Проведені спостереження показують, що у рятувальників, які працюють в складних умовах, внаслідок усвідомлення певних труднощів присутня постійна готовність до дій, яка не завжди є усвідомленою. Дана висока готовність до виконання необхідних функцій і є одним з необхідних умов надійності людини при виконанні професійної діяльності.

Різні види аварій, катастрофи, надзвичайні події інші несподіванки і непередбачені обставини виникають в процесі трудової діяльності рятувальника, і здатність бути готовим до швидких дій в даних ситуаціях є однією з умов його адаптації до складних умов праці. Проведений психологічний аналіз показав, що добре підготовлені професіонали не розглядають складності що виникають як щось непоправне, і ставляться до них як до ситуацій котрі можна виправити. Вони можуть швидко перебудувати психічну діяльність під час виниклої емоційної напруги, що пред'являє високі вимоги нервовим процесам, емоційно-вольовій сфері рятувальника. При виникненні непередбачених різних обставин у них активізуються психічні процеси, виникають емоції стенічного характеру, як відповідь на виниклу небезпечну ситуацію. Стенічні емоції посилюють вольову активність людини, підвищують його можливості при виконання складних професійних дій, на

відміну від астеничних, які знижують організацію діяльності, активність, викликають ослаблення волі.

Професіонал високого рівня повинен вміти витіснити зі своєї психіки страх перед можливою невдачею при виконанні трудових дій, бути готовим виконувати певні з них на автоматичному рівні без урахування небезпеки, що виникла, для досягнення поставленої мети - оптимального виходу зі складної ситуації. Готовність до виконання професійних функцій в складних умовах, активізація процесів мислення, пам'яті багато в чому обумовлені любов'ю людини до своєї професії, цілеспрямованістю при здійсненні трудових дій, що викликає у нього стан радості і задоволення. Короткочасні емоційні стани, прямі реакції на певні ситуації, і довготривалі, що визначаються як подіями які відбуваються в даний час, так і спогад про минуле і передбаченням майбутньої діяльності.

Проведені дослідження показують, що далеко не кожна людина може продуктивно працювати в складних трудових ситуаціях. У одних навіть незначні, короткочасні труднощі викликають порушення психічних функцій, у інших же вони виникають лише при тривалій дії особливо сильних стресових факторів. Психічна нестійкість може виникнути у рятувальника і в діяльності, у якій не виникало значних психічних напружень, вона може бути викликана різними порушеннями в режимі праці та відпочинку рятувальника, різними потрясіннями, що завдають травму психіці і т.д. Особливо чітко психічна нестійкість проявляється в екстремальних умовах. Прояви цього стану можуть бути найрізноманітніших форм. Так, може відбуватися уповільнення розумових процесів, ускладнення ухвалення рішень, пов'язаних з певними судженнями і висновками, з'являється метушливість в діях, прискорене серцебиття, переривчастий подих, заціпеніння, порушення сприйняття часу, виникає розгубленість, помилкові дії, що збільшують ситуацію, котра склалася.

Дослідження показують, що рівень психічної стійкості пов'язаний з індивідуальними особливостями нервової системи. Рятувальники, у яких переважає процес гальмування над процесом порушення або у яких немає

достатньо сильного процесу збудження, не зможуть себе проявити в складних умовах адекватно подій. На виникнення емоційної напруженості значний вплив мають порушення в режимі сну рятувальника, перевтома, конфліктні ситуації. Отже, індивідуально-психологічні особливості особистості рятувальника, функціональні психофізіологічні стани визначають особливості його психічної стійкості під час діяльності в складних трудових умовах. А несприятливі обставини можуть привести до значних психічних порушень, аж до захворювання.

Аналіз проведених психологічних експериментів, дозволяє говорити про те, що рівень психічної стійкості залежить багато в чому від можливостей адаптації рятувальника на всіх етапах екстремальної ситуації, які в свою чергу визначаються якістю професійної підготовки до діяльності в реальних умовах, коли він набуває знання, котрі дозволяють йому усвідомити особливості можливих складних ситуацій, які створюються в його професійній діяльності, опановує необхідними навичками.

Спеціаліст повинен бути підготовлений до того моменту, коли стандартні умови трудової діяльності можуть зазнати змін і професійні дії потрібно буде здійснювати в складних, а можливо і екстремальних ситуаціях. Чим ближче передбачувана позаштатна ситуація, тим більше у людини різних переживань, може відбуватися уповільнення течії часу, порушується сон, відбувається розумове програвання необхідних дій при виникненні складних моментів, передбачення можливих наслідків, що викликає сильну психічну напруженість у рятувальника. Особливий вплив на рівень психічної напруженості надає інформаційна невизначеність особистості. В умовах недостатності необхідної інформації, згідно інформаційної теорії емоцій, розробленої П. В. Сімоновим, у людини виникають негативні емоції.

При виконанні професійних функцій в складних умовах в організмі рятувальника відбуваються певні зміни, які змушують жертвувати тими чи іншими функціями для збереження найбільш важливих. Можливі деякі варіанти:

- збереження високого рівня адаптації до умов, що склалися, за одночасної втрати функцій менш важливих для збереження життєздатності організму;

- порушення високого рівня адаптації з переходом на більш низький;

- поєднання першого і другого варіантів.

З вище розглянутого очевидно, що одним із критеріїв які забезпечують оптимальне виконання професійних функцій рятувником в складних ситуаціях, тобто підготовка до неї, безпосередньо виконання певних дій, вихід з неї, є його психічна стійкість, проблемам дослідження якої і будуть присвячені наші подальші роботи.

Література:

1. Бодров В. А. Проблема преодоления стресса. Часть 3. Стратегии и стили преодоления стресса / В. А. Бодров // Психологический журнал. □ 2006. – № 3. – С. 106-116

2. Екстремальна психологія : [підручник] / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.

3. Корольчук М. С. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: навч. посіб. [для студентів вищих навчальних закладів] / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк. – К.: Ніка-центр, 2006. – 580 с.

4. Лебедева С. Ю. Психологічне забезпечення професійної та функціональної надійності фахівців снайперських груп спеціальних підрозділів МВС України : [монографія] / С. Ю. Лебедева, О. В. Тімченко. - Х. : вид-во ХНАДУ, 2005. - 326 с.