

УДК 159.9

Світлична Н.О., канд. психол. наук, ст. викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах Національного університету цивільного захисту України, e-mail: Svitluchna@nuczu.edu.ua

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ НЕГАТИВНИХ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ПРАЦІВНИКІВ ДСНС УКРАЇНИ

Метою нашого дослідження є розглянути особливості прояву негативних психічних станів у працівників ДСНС України в залежності від досвіду діяльності в екстремальних умовах. Особливості негативних психічних станів персоналу ДСНС полягає у специфічності діяльності та умов у яких доводиться працювати. Також можна говорити про навантаження не тільки фізичні а й психологічні, враховуючи специфіку, в них виникають своєрідні деформації. Деформації та їх розвиток виникають не тільки під дією режиму роботи в екстремальних умовах а й психологічних і характерологічній специфіці кожного із групи та їх індивідуальні відмінності та реакції. Загальна технологічна схема роботи персоналу служби ДСНС України щодо запобігання негативним психічним станам та реакціям, що із високою ймовірністю можуть виникнути у рятувальників під впливом стрес-факторів надзвичайної ситуації, та подолання їх повинні включати такі елементи: прогнозування психологічного змісту умов майбутньої діяльності, виявлення її вимог до психофізіологічних, психологічних і соціально-психологічних якостей рятувальника; психологічний відбір кандидатів на службу; цільова професійно-психологічна підготовка; психологічна допомога та психологічна реабілітація.

Ключові слова: негативні психічні стани, працівників ДСНС України, психічний стан, професійна діяльність.

Целью нашего исследования является рассмотреть особенности проявления негативных психических состояний у сотрудников ГСЧС Украины в зависимости от опыта деятельности в экстремальных условиях. Особенности негативных психических состояний персонала ГСЧС заключается в специфичности деятельности и условий в которых приходится работать. Также можно говорить о нагрузке не только физической но и психологической, учитывая специфику, у них возникают своеобразные деформации. Деформации и их развитие возникают не только под действием режима работы в экстремальных условиях но и психологической и характерологической специфике каждого из группы и их индивидуальные различия и реакции. Общая технологическая схема работы персонала службы ГСЧС Украины относительно предотвращения негативных психических состояний и реакций, которые с высокой вероятностью могут возникнуть у спасателей под воздействием стресс-факторов чрезвычайной ситуации, и преодоление их, должны включать следующие элементы: прогнозирование психологического содержания условий предстоящей деятельности, выявление ее требований к психофизиологическим, психологическим и социально-психологическим качеств спасателя; психологический отбор кандидатов на службу; целевая профессионально-психологическая подготовка; психологическая помощь и психологическая реабилитация.

Ключевые слова: негативные психические состояния, работники ГСЧС Украины, психическое состояние, профессиональная деятельность.

Постановка наукової проблеми. Професійна діяльність рятувальників ДСНС України під час ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій проходить, як правило, в екстремальних умовах. Виконання завдань в умовах надзвичайних ситуацій з психологічної точки зору характеризуються негативним впливом на психіку людини. Такі негативні фактори нерідко стають причиною зривів у професійній діяльності, зниження працездатності, нервової перенапруги, міжособистісних конфліктів, порушень дисципліни, зловживання алкоголем, результатом чого є розвиток негативних психічних станів.

Тривала дія комплексу шкідливих чинників призводить до погіршення функціонального стану й працездатності та розвитку преморбідного стану й патології. Разом з тим, під впливом умов життєдіяльності, особливостей та характеру професійної діяльності, у рятувальників проходять багатогранні зміни з боку функцій організму, знижується ефективність виконання професійних обов'язків у результаті розвитку вираженого стомлення та перевтомлення.

Тривале здійснення своїх службових обов'язків у настільки напруженій обстановці веде до зниження стійкості організму, нервово-психічного напруження, результатом чого є розвиток стійких негативних психічних станів.

Аналіз останніх досліджень та публікацій показав, що природа негативних психічних станів, які виникають у професіоналів різних категорій, досліджувалася неодноразово, але категорія стану увійшла в широкий психологічний обіг порівняно недавно, з інших галузей науки – з фізики, біології (особливо психофізіології). Можна сказати, що проблема психічних станів є однією з маловивчених і складних у психологічній науці, особливо в її прикладних розділах пов'язаних із професійною діяльністю людини в екстремальних умовах, тому обрана нами тема є досить актуальною.

Під психічним станом розуміють тимчасовий функціональний рівень психіки, який відображає взаємодію впливу внутрішнього середовища організму або зовнішніх чинників та визначає спрямованість перебігу психічних процесів у цей момент і вияв психічних властивостей людини [3].

Багато вчених займалися вивченням психічних станів, але найбільший внесок у розгляд даного питання зробили: М.Д. Левітов, Є.П. Ільїн, А.О. Прохоров, Л.В. Куликов, О.Д. Глотчкін і В.Ф. Пиріжков.

Поняття «психічний стан» з моменту його появи зазнало значних змін, пов'язаних як із розширенням сфери його застосування, так і великою мірою з фундаментальним вивченням різноманітних аспектів цієї категорії – причинності, регуляції, детермінації, прояву.

Психічні стани – це особлива психологічна категорія, яка об'єднує велику групу життєвих явищ, цілісна характеристика психічної діяльно-

сті за певний період часу, що показує своєрідність протікання психічних процесів залежно від відображення речей і явищ дійсності та психічних властивостей особистості [4].

У своїй роботі ми звернулися до таких понять, як «екстремальна ситуація», «надзвичайна ситуація», адже рятувальники найчастіше працюють саме в таких умовах. Потрібно зазначити, що під час роботи в екстремальних ситуаціях у рятувальників ДСНС виникають такі негативні психічні стани: стан тривоги, апатія, роздратованість, незадоволеність життям, ейфорія, розгубленість, нерішучість та багато інших, які заважають їм у професійній діяльності та у повсякденному житті [1].

Також ми розглянули поняття «професіоналізація», і виділили два різних підходи до визначення сутності професіоналізації: перший підхід пов'язаний з розвитком і саморозвитком особистості, а другий – з «вписуванням» людини в ту чи іншу систему професійної діяльності або, іншими словами, «оволодінням», «присвоєнням» даної системи діяльності. Однак, об'єднуючи різні підходи до дослідження професіоналізації, є положення про взаємний вплив індивідуальних особливостей людини і соціокультурного середовища, про етапність процесу, про залежність особистісного розвитку і професійного становлення.

Мета статті. Виявити особливості негативних психічних станів у працівників ДСНС України в залежності від досвіду діяльності в екстремальних умовах.

Виклад основного матеріалу дослідження з обґрунтуванням отриманих результатів. Для вирішення наших завдань у дослідженні взяли участь 40 осіб. Це рятувальники, стаж професійної діяльності в ДСНС України яких складає від 2 місяців до 20 років, середній вік досліджуваних становить 26 років.

Для визначення психічних станів ми використали «Методику визначення домінуючого стану» (Л.В. Куликов) [2].

Почнемо з аналізу по першій шкалі «Ак»: «активне-пасивне ставлення до життєвої ситуації». Рятувальники ставляться до життя швидше песимістично, аніж оптимістично, ведуть більш пасивний спосіб життя. Можливо це пов'язано з тим, що вони несуть службу, тобто мало проявляють ініціативу, більше діють за наказом або знаходяться під дією якихось негативних переживань, можливо, це також пов'язане з особливостями професійної діяльності.

По наступній шкалі «Ба»: «бадьорість-смуток» результати говорять, що більшість досліджуваних мають середній настрій між заниженим і високим. 32,5% досліджуваних схильні до бадьорого настрою, очікування радісних подій, а 2,5 % – мають занижений настрій, пасивні, песимістично настроєні. Ці дані можуть залежати від ситуації, яка склалася на даний момент у кожного, на робочому місці чи у сім'ї, або від індивідуальних особливостей досліджуваних.

За шкалою «То»: «тонус: високий-низький» 30% досліджуваних демонструють середній рівень тонусу і 70% проявляють високий рівень тонусу, вони енергійні, готові до тривалої роботи.

Наступна шкала «Ро»: «розкутість-напруженість» відображає, як досліджувані відносяться до ситуації, яка виникла: напружено, використовуючи захисні механізми чи спокійно й розкуто, не про що не дбаючи. Видно, що 22.5 % рятувальників мають середній рівень по даній шкалі, 77,5 % – високий, що свідчить про готовність діяти, справлятися з проблемами, або взагалі їх ігнорувати. Це пояснюється їхньою професійною діяльністю, де завжди потрібно бути готовими до дій у надзвичайних ситуаціях.

За шкалою «Сп»: «спокій – тривога» ми отримали такий розподіл результатів: 25 % демонструють середній рівень, 75 % – високий, що говорить про низьку тривожність і вміння проявляти спокій в екстремальній ситуації, це добре допомагає у їхній обраній професії. Наші досліджувані не мають високих показників тривожності тому що, цього вимагає їх професія.

Наступна шкала даної методики має назву «Ст»: «стійкість-нестійкість емоційного тону». По даній шкалі найбільше досліджуваних демонструють високий рівень – 70 %, середній рівень 30 %, це свідчить, що ці рятувальники мають стійкий емоційний фон, не схильні до різких перепадів настрою. Такий розподіл результатів може бути пов'язаний з гендерними особливостями нашої вибірки.

Шкала «Зд»: «задоволеність-незадоволеність життям» – показує, як людина відноситься до свого життя, подій, які з нею трапляються, готовність до боротьби з важкими обставинами. Отже, 72,5 % досліджуваних мають високий рівень по даній шкалі, що свідчить про задоволеність своїм життям, вони беруть на себе усі проблеми, які виникають й успішно з ними справляються. 27,5 % досліджуваних демонструють середній рівень. Ці дані свідчать, що майже усі наші досліджувані мають у більшій мірі позитивне ставлення до свого життя, і це можна пояснити тим, що всі їхні потреби на даний момент часу вдоволені.

Остання шкала даної методики має назву «По»: «позитивний-негативний образ самого себе». Це допоміжна шкала, яка дає уявлення про критичність самооцінювання (адекватне, неадекватне). Результати розподілилися наступним чином: найбільше досліджуваних демонструють високий рівень – 72,5 %, це свідчить про те, що вони добре знають себе і мають адекватну самооцінку, приймають себе такими, які вони є, і середній рівень – 27,5 % і жоден не демонструє низьких показників, що ще раз свідчить про адекватне оцінювання самих себе нашими досліджуваними. У віці, який є середнім для нашої вибірки – 26 років, людина вже повинна добре знати себе, скласти образ власного «Я», найнижчий бал по шкалі «Ак», що ще раз підтверджує пасивність, не актив-

ність досліджуваних, в шкалах «Ба», «То», «Ра», «Сп», «Ст» середній бал лежить у межах середнього рівня, що свідчить про нормальний розподіл даних. І лише по шкалам «Зд» і «По» середній бал 60 і вище, це свідчить про високу задоволеність життям рятувальників і про адекватну самооцінку досліджуваних.

Таким чином, можна зробити висновки по результатам методики визначення домінуючого стану (Л.В. Куликова): рятувальники ставляться до життя швидше песимістично, аніж оптимістично, але ведуть активний спосіб життя, більшість досліджуваних мають піднятий настрій, мають низьку тривожність і вміють проявляти спокій в екстремальній ситуації, досліджувані мають стійкий емоційний фон, не схильні до різких перепадів настрою, вони беруть на себе усі проблеми, які виникають й успішно з ними справляються, добре знають себе і мають адекватну самооцінку.

Наступна методика, яку ми використали для дослідження психічних станів має назву «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенк) [5].

90 % фахівців мають низький рівень тривожності, 10 % – середній і жоден не ввійшов до високого рівня. Ці дані збігаються з даними попередньої методики (за шкалою «спокій-тривога») і свідчать про те, що досліджувані можуть зберігати спокій і рівновагу в екстремальній ситуації. Ми можемо пояснити це тим, що обрана професія вимагає цього.

За наступною шкалою «Фрустрація» також жоден з рятувальників не демонструє високий рівень, 10 % – мають середній рівень, і 90% переживають низький рівень фрустрації. Це свідчить, що досліджувані не уникають труднощів, і добре справляються з виникненням непередбачених обставин у житті. Такі дані можуть бути пов'язані з гендерними особливостями наших досліджуваних.

За шкалою «Агресивність» лише 2,5 % рятувальників мають результати, які відповідають високому рівню, найбільше 62,5 % досліджуваних демонструють низький рівень, і 35 % – середній, тобто вони спокійні, стримані. Це можна пояснити індивідуальними особливостями кожного, хто прийняв участь у нашому дослідженні.

80 % бійців демонструють низький рівень ригідності – це свідчить про гнучкість, лабільність у поведінці, вміння пристосовуватися до ситуації, до різних людей, легка зміна своїх поглядів і переконань, легке переключення з однієї роботи на іншу, 20 % – демонструють середній рівень, що говорить про трохи гіршу лабільність. Такі результати можуть пояснюватися тим що, професійна діяльність наших досліджуваних вимагає виконання наказів та завдань, тому у цьому випадку їм необхідно вміти змінити свої погляди, а також вони повинні швидко реагувати при різних надзвичайних ситуаціях, і вміти пристосуватися до виконання різних видів робіт.

Таким чином, можна зробити висновок про те, що таких негативних станів, як висока тривожність, фрустрація, агресивність та ригідність наші досліджувані не демонструють. Адже середній бал по кожній шкалі є дуже низьким. Найменший бал мають шкали «Тривожність» і «Фрустрація», а найбільший «Агресивність», який наближається до середнього рівня результатів по даній методиці.

Отже, по результатах даної методики можна сказати про те що рятувальники мають низьку тривожність, високу лабільність у ситуаціях, що змінюються, не бояться проблем, які виникають у них і добре можуть з ними справлятися, а також вони не агресивні, а більш стримані та спокійні.

Наступна методика, яку ми використали у нашій роботі це анкета «Причини емоційного дискомфорту».

Проаналізувавши результати зробимо висновок, що найбільшого дискомфорту рятувальникам завдає причина – турбота про здоров'я когось із членів сім'ї. Із 7 можливих балів середній бал по даній причині становить 5,5 балів. Можливо це пов'язано з наявністю вже немолодих батьків, про здоров'я яких турбуються наші досліджувані. Також у багатьох працівників є вже власні сім'ї, можливо часто хворіють маленькі діти і це також бентежить їх, як батьків.

На другому місці стоїть така причина, як підвищення цін. Середній бал рівняється 4,3 бали. Це можна пояснити тим, що ціни насправді підвищуються, заробітні плати не ростуть і коштів не вистачає, особливо якщо у рятувальника є власна сім'я.

На третьому місці по величині середнього балу стоять причини – турбота про власне здоров'я і – турбота про обстановку у країні. Звичайно кожна людина турбується про власне здоров'я і працівники ДСНС України не виняток, хоча вони і мають відносно добрий стан здоров'я, але ж все одно з сучасною екологією, стресами, виснажливою роботою більшість із бійців все ж мають якісь проблеми із самопочуттям. Щодо причини – сучасний стан нашої країни, то стан не є стабільним, це відображається на системі ДСНС України в цілому і на кожному фахівцю окремо. Тому це є вагомою причиною для емоційного дискомфорту.

Причина під назвою – фінансова ненадійність сім'ї, яка має також високий середній бал порівняно з іншими причинами – це 3,5 бали, тісно пов'язана з попередньою причиною і нажалі рятувальники не відчувають фінансової стабільності і бажаної забезпеченості. Звичайно це призводить до негативних психічних станів, які поступово накопичуються і заважають людині жити повноцінним комфортним життям.

Якщо ж розглянути причини, які майже не завдають емоційного дискомфорту нашим досліджуваним, то це причини – почуття самотності, середній бал 1,3, це свідчить, що рятувальники мають добрі відносини як на роботі так і вдома, що вони мають друзів і соціальну підтримку з

боку рідних, причини – сексуальні проблеми, середній бал 1,4 це свідчить про задоволеність наших досліджуваних своїм сексуальним життям, що також не є мало важливим, адже задоволення чи незадоволення своїми сексуальними стосунками відіграє важливу роль у виникненні тих чи інших психічних станів. І остання причина, яка також не завдає емоційного дискомфорту досліджуваним це неприємні сусіди. Що ще раз підтверджує про гарні стосунки рятувальників з оточуючими.

Отже, можна зробити такий висновок по даній методиці: найбільше завдають емоційного дискомфорту турботи про здоров'я своїх близьких і про власне здоров'я, також турботи пов'язані з фінансовими питаннями. Як наслідок цього можна припуститися думки про виникнення негативних станів у рятувальників.

Таким чином, проаналізувавши усі результати методик дослідження психічних станів, можна зробити висновок, що рятувальники ДСНС України мають такі психічні стани, які їм необхідні безпосередньо для виконання професійних обов'язків: це низька тривожність, низька фрустрація і ригідність, стабільний емоційний фон, бадьорість настрою і вміння боротися з труднощами, які виникають, негативні психічні стани у них майже не домінують.

Проаналізувавши усі показники, які ми отримали по методикам, за допомогою математичних розрахунків ми виявили особливості прояву негативних психічних станів у залежності від досвіду роботи. Першим нашим кроком по вирішенню цього завдання буде порівняння даних за шкалами методики визначення домінуючого стану (Л.В. Куликова). 1 група – це рятувальники з невеликим досвідом роботи до 50 виїздів, 2 група – це рятувальники з більшим досвідом роботи, у яких налічується більше 50 виїздів.

Математичними методами (ф-критерій Фішера) відмінностей виявлено не було, і проаналізувавши ці данні ми зробили такі висновки, що майже однакова кількість досліджуваних, мають однакові показники по даній шкалі, тобто активне – пасивне ставлення до життєвої ситуації між рятувальниками з більшим досвідом роботи і меншим майже не відрізняється.

З цих показників також видно, що відмінностей між працівниками з великим досвідом роботи і з меншим не має. За допомогою математичних розрахунків відмінностей не виявлено, але можна сказати про те що більшість досліджуваних демонструють середній рівень бадьорості. І більш бадьорими виявилися рятувальники першої групи, тобто з малою кількістю виїздів – 36,4 %, а в другій групі високий рівень демонструють 27,7 % досліджуваних. Можливо такий розподіл результатів саме і пов'язаний з досвідом роботи. Показники за шкалою «То»: «тонус високий–низький» відмінності між показниками виявлено не було. Незалежно від досвіду роботи у рятувальників майже однакові показники

по усім рівням за даною шкалою. Низький тонус не демонструє жодний з працівників. За шкалою «Сп»: «спокій-тривога» значних відмінностей по даній шкалі виявлено не було. Отже, особи з високим і малим досвідом роботи спокійні, однаково себе поведуть при виникненні тривожної ситуації. Знову ж таки жоден з рятувальників не демонструє високих показників, що свідчить про готовність до роботи у екстремальній ситуації. Ці дані співпадають з попередньою методикою за шкалою «Тривожність», де також жоден з працівників не мав високих показників за даною шкалою. За шкалою «Ст»: «стійкість-нестійкість емоційного тону відмінностей виявлено не було. Також по цим показникам видно, що більшість досліджуваних мають стійкий емоційний фон, що також не мало важливий при роботі у екстремальних ситуаціях. За шкалою «Ро»: «розкутість-напруженість» відмінності між показниками виявлено не було. Але 72,7 % рятувальників з меншим досвідом роботи і 83,3 % з високим досвідом демонструють високий рівень, що свідчить про те, що досліджувані з другої групи менше переживають напруженість у складних ситуаціях, це пояснюється тим, що вони більше потрапляли до екстремальних ситуацій і більш розкуто себе почувають, коли опиняються в них. За шкалою «Уд»: «задоволеність-незадоволеність життям» відмінностей виявлено не було. Жоден з рятувальників не демонструє незадоволеності життям, отже досвід роботи у екстремальній ситуації не впливає на такий психічний стан, як задоволеність-незадоволеність життям. Остання шкала даної методики «По»: «позитивний-негативний образ самого себе» є додатковою шкалою, і її показникам також можна сказати про те, що відмінностей не виявлено. Результати майже рівномірно розподіляються між особами з великим і малим досвідом роботи.

Наступним кроком було порівняння даних за шкалами методики «Самооцінка психічних станів» (Айзенка). За шкалою «Тривожність» відмінностей виявлено не було. Але спостерігається різниця по показникам середнього рівня, лише 4,5 % досліджуваних у групі з малим досвідом роботи і 16,6 % у групі з більшим досвідом демонструють середній рівень, а по низькому рівню результати розподілилися наступним чином: 95,5 % рятувальників з першої групи і 83,4% з другої мають низькі показники тривожності. Тобто можна сказати, що рятувальники з меншим досвідом роботи мають нижчу тривожність, більш спокійні ніж з великим досвідом. Можливо це пов'язано з тим, що вони мало бували у екстремальних ситуаціях, їм менше доводилося брати участь у ліквідації надзвичайних ситуацій, що у свою чергу вплинуло на підвищену тривожність рятувальників з більшим досвідом роботи. За шкалою «Фрустрація» відмінності між показниками було виявлено по середньому та низькому рівнях за даною шкалою, (значущі відмінності тут на рівні $p \leq 0,01$). 22,2 % досліджуваних з кількістю виїздів більше 50 демонструють середній рівень фрустрації, коли в жодного працівника прояву

даного психічного стану на середньому рівні виявлено не було. 100 % рятувальників з малим досвідом роботи демонструють низький рівень фрустрації, і 77,8 % досліджуваних з великим досвідом роботи також демонструють низький рівень прояву фрустрації. Аналіз цих даних свідчить про те, що фахівці з малим досвідом роботи не мають високих показників по даній шкалі, це свідчить, що вони не уникають труднощів і завжди готові з ними справлятися. Працівники ж з більшим досвідом мають дещо вищу фрустрацію, що характеризує їх, як особистостей, які більш складно переживають труднощі, більше впадають у відчай, коли виникають якісь перепони в досягненні мети. Високий рівень фрустрації призводить до дезорганізації діяльності та зниження її ефективності. Виникнення фрустрації зумовлене не лише об'єктивною ситуацією, але й залежить від особливостей особистості чим можна і пояснити такий розподіл результатів. За шкалою «Агресивність» відмінності також були виявлені між показниками по середньому та низькому рівнях (значущі відмінності тут на рівні $p \leq 0,05$ і $p \leq 0,05$). Хоча по показникам високого рівня відмінностей виявлено не було, потрібно зазначити, що 5,5 % рятувальників з другої групи демонструють високий рівень агресивності. Але 50 % досліджуваних з малим досвідом роботи і лише 16,8 % з великим досвідом демонструють середній рівень агресивності. Щодо низького рівня, то 50 % рятувальників з першої групи і 77,7 % з другої майже не проявляють агресивності. Ці дані свідчать, що працівники з більшим досвідом роботи менш агресивні ніж з малим. Це можна пояснити індивідуальними особливостями досліджуваних. По даним останньої шкали «Ригідність» відмінностей виявлено не було. Знову ж таки високий рівень не демонструє жоден з досліджуваних. Дані по середньому рівні і по низькому майже не відрізняються, що свідчить про високу лабільність, добру пристосованість рятувальників.

Лише можна звернути увагу на те, що 81,8 % працівників з невеликим досвідом роботи і 77,8 % з більшим досвідом демонструють низький рівень, що характеризує досліджуваних першої групи більш гнучкими, а досліджуваних другої групи більш незмінними у своїх поглядах та поведінці. Можливо це пов'язано з віком рятувальників, адже ті хто має більший досвід роботи і старший за віком, більш самостійні у рішеннях, мають стандартні варіанти виконання завдань а молодим легше змінити свою думку, віддати все у розпорядження старшого.

Отже, проаналізувавши дані по рівням прояву тривожності, фрустрації, ригідності та агресивності у рятувальників з різним досвідом роботи у екстремальних ситуаціях по методиці Айзенка «Самооцінка психічних станів» можна зробити висновок, що прояв психічних станів першої і другої групи відрізняється: рятувальники з невеликою кількістю виїздів менш тривожні, у них нижчий рівень фрустрації та ригідності

але вони більш агресивні. Можна припустити, що це пов'язано з ще невеликим досвідом роботи у екстремальних ситуаціях.

Наступним нашим кроком було виявлення особливостей прояву негативних психічних станів у рятувальників ДСНС України в залежності від досвіду роботи в екстремальних ситуаціях за допомогою методики «Причини емоційного дискомфорту». Були виявлені відмінності між групою 1 та групою 2 за причиною «почуття самотності», значущі відмінності тут на рівні $p \leq 0,05$. За показниками середнього значення видно, що у рятувальників з більшим досвідом роботи середній бал становить 1,77, а у рятувальників з меншим досвідом – 1,04, це свідчить про те, що досліджувані, які більш досвідчені у роботі дужче переживають почуття самотності, це завдає їм емоційного дискомфорту. Можливо це пов'язано з віком досліджуваних, адже молодші люди менше переживають почуття самотності, вони більше соціально направлені. А рятувальники з більшим досвідом частіше зустрічалися з втратами близьких людей, колег по роботі, вони менш зацікавлені у нових стосунках. Можна припустити, що саме ця причина впливає на деякі негативні стани, які демонструють рятувальники з великою кількістю виїздів.

Також ми порівняли середні значення за кожною причиною по групам.

Отже, можна сказати про те, що середній бал по кожній групі майже не відрізняється. У рятувальників з малим досвідом роботи він становить 2,28 балів, у працівників з великим досвідом – 2,3 бали. Але є відмінності між такими причинами – проблеми з місцем роботи із-за своєї статі, турбота про своє здоров'я, проблеми з сексуальним партнером, проблеми з дітьми, недостатність активності та енергії.

По причині – проблеми з місцем роботи із-за своєї статі у працівників з меншим досвідом роботи середній бал становить 1, а у рятувальників з більшим досвідом – 1,6, тобто вони більше відчувають емоційний дискомфорт пов'язаний з цією причиною.

Турбота про своє здоров'я, більше хвилювання демонструють досліджувані з першої групи, їхній середній бал 4,2, а у досліджуваних з групи 2 середній бал становить 3. Можливо це саме і пов'язане з досвідом роботи, адже бійці, які часто виїжджають на виклики більш загартовані, терплячіше відносяться до болі.

Проблеми із сексуальним партнером, більше турбує рятувальників, у яких кількість виїздів більше 50, їхній середній бал 1,8, а у бійців з меншим досвідом – 1,3. Можна припустити, що це пов'язано з віком досліджуваних, адже молодих людей частіше такі питання не хвилюють. Також можливо дається взнаки виснажлива робота, часті стресові ситуації, які також впливають на сексуальні відносини між партнерами.

Наступна причина, на яку ми звернули увагу – проблеми з дітьми. Звичайно хвилюють бійців з більшим досвідом роботи, адже у молодих

працівників частіше ще немає дітей або вони менш відповідально відносяться до батьківства. Так у групи 1 середній бал 2, а у другої групи – 2,8.

Більше скаржаться на емоційний дискомфорт через недостатність активності та енергії працівники з великим досвідом роботи, середній бал 2,2. Це пояснюється тим, що у молодих працівників завжди більше наснаги, енергії, вони ще не знають усіх складнощів професії, тому їхній середній бал 1,6.

Висновки і перспективи подальшого дослідження. Підводячи підсумки по даній методиці можна сказати про те, що досліджувані з більшою кількістю виїздів на екстремальні ситуації більше переживають емоційний дискомфорт, адже існує ряд причин, які визивають у них хвилювання. Існують причини, які більше визивають переживання у рятувальників з меншим досвідом роботи (турбота з приводу обстановки у країні, зростаючі ціни, перевантаження сімейними обов'язками, проблеми з батьками, незадоволеність зовнішнім виглядом), звичайно це їх турбує, адже вони нещодавно розпочали кар'єру рятувальника, їхнє фінансове становище не стабільне, часто їм приходится пристосовуватися до нових умов життя. Але все ж таки відмінності між причинами емоційного дискомфорту між групою 1 та 2 існують, і в основному більше переживають рятувальники з великим досвідом роботи. Звичайно це впливає на виникнення у них негативних психічних станів.

Особливості негативних психічних станів персоналу ДСНС полягає у специфічності діяльності та умов у яких доводиться працювати. Також можна говорити про навантаження не тільки фізичні а й психологічні, враховуючи специфіку, в них виникають своєрідні деформації. Деформації та їх розвиток виникають не тільки під дією режиму роботи в екстремальних умовах а й психологічних і характерологічній специфіці кожного із групи та їх індивідуальні відмінності та реакції.

Загальна технологічна схема роботи персоналу служби ДСНС України щодо запобігання негативним психічним станам та реакціям, що із високою ймовірністю можуть виникнути у рятувальників під впливом стрес-факторів надзвичайної ситуації, та подолання їх повинні включати такі елементи: прогнозування психологічного змісту умов майбутньої діяльності, виявлення її вимог до психофізіологічних, психологічних і соціально-психологічних якостей рятувальника; психологічний відбір кандидатів на службу; цільова професійно-психологічна підготовка; психологічна допомога та психологічна реабілітація.

ЛІТЕРАТУРА

1. Екстремальна психологія: підручник. Заг. ред. О. В. Тімченка. Київ: ТОВ «Август Трейд», 2007. С. 126–142.
2. Куликов Л. В. Руководство к методикам диагностики психических состояний, настроений и сферы чувств. Описание методик, инструкций по применению. Санкт-Петербург: СПбГУ, 2003. С. 56 – 58.

3. Левитов Н. Д. Фрустрация как один из видов психических состояний. Вопросы психологии. 1967. № 6. С. 17–18.

4. Панов В. И. Психология и практика психических состояний в экстремальных ситуациях. Первая российская конф. по экологической психол.:Тез. (Москва, 3 – 5 декабря). Москва, 1996. С. 128–129.

5. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Самара: Изд.дом «БАХРАХ – М», 2002. С. 141–145.

ТРАНСЛІТЕРАЦІЙНИЙ ПЕРЕКЛАД СПИСКУ ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ekstremal'na psihologija: pidruchnik. Zag. red. O. V. Timchenka. Kiïv: TOV «Avgust Trejd», 2007. S. 126–142.

2. Kulikov L. V. Rukovodstvo k metodikam diagnostiki psihicheskikh sostojanij, nastroenij i sfery chuvstv. Opisanie metodik, instrukcij po primeneniju. Sankt-Peterburg: SPGU, 2003. S. 56 – 58.

3. Levitov N. D. Frustracija kak odin iz vidov psihicheskikh sostojanij. Voprosy psihologii. 1967. № 6. S. 17–18.

4. Panov V. I. Psihologija i praktika psihicheskikh sostojanij v jekstremal'nyh situacijah. Pervaja rossijskaja konf. po jekologicheskoj psihol.:Tez. (Moskva, 3 – 5 dekabrja). Moskva, 1996. S. 128–129.

5. Rajgorodskij D. Ja. Prakticheskaja psihodiagnostika. Samara: Izd.dom «BAHRAH – M», 2002. S. 141–145.

УДК 159.9

Селюкова Т.В., старший викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах НУЦЗУ, e-mail: selukova_tv@ukr.net;

Курганов Р.І., бакалавр соціально-психологічного факультету НУЦЗУ, e-mail: russ96kurhan@ukr.net

ОСОБЛИВОСТІ РЕФЛЕКСИВНОСТІ КУРСАНТІВ РІЗНИХ КУРСІВ НУЦЗУ

В статті розглядається проблема співвідношення понять рефлексія та рефлексивність. Визначено специфіку видів та типів рефлексії курсантів НУЦЗУ з різним терміном навчання.

Ключові слова: рефлексія, рефлексивність; види та типи рефлексії; афективний, когнітивний і регулятивний рівні рефлексії; внутрішньоособистісний, соціальний, макросоціальний рівні рефлексії; ретроспективна, перспективна, поточна рефлексія.

В статье рассматривается проблема соотношения понятий рефлексия и рефлексивность. Определена специфика видов и типов рефлексии курсантов НУЦЗУ с различным сроком обучения.

Ключевые слова: рефлексия, рефлексивность; виды и типы рефлексии; аффективный, когнитивный и регулятивный уровни рефлексии; внутриличностный, со-