

який їм ближче по стилю (змісту) роботи.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования / Рима-мас Кочюнас. – М. : Академический проект, 1999. – 240 с.
2. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / Леонтьев А. Н. – М. : Смысл, Академия, 2005. – 352 с.
3. Меновщиков В. Ю. Введение в психологическое консультирование / Меновщиков В. Ю. – М. : Смысл, 2000. – 109 с.
4. Моховиков А. Н. Телефонное консультирование / Моховиков А. Н. – М. : Смысл, 2001. – 494 с.
5. Рубцов В. В . Виртуальная психологическая служба / В. В. Руб-цов, С. В. Лебедева // Психологическая наука и образование. – №1. – С. 87–97
6. Сальникова Л. С. Телефон доверия / Сальникова Л. С. – М. : Знание, 1990. – 192 с.
7. Екстремальна психологія : [підручник / за заг. ред. проф. О. В. Тімченка]. – Х. : УЦЗУ, 2007. – 502 с.

УДК 159.9

Борисова Н.П., ад'юнкт науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології НУЦЗУ

МАРНОВІРСТВА ПРЕДСТАВНИКІВ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ПРОФЕСІЙ

У статті розкриваються особливості професійних марновірств представників екстремальних професій, чия професійна діяльність пов'язана з ризиком для життя і здоров'я. Розглядаються особливості стрес-факторів, які впливають на представників даних професій. Аналізуються причини виникнення професійних марновірств у представників екстремальних професій, досліджується значення і функції марновірств у ситуаціях подолання стресу, що виникає в процесі виконання завдань за призначенням. Проводиться порівняння професійних марновірств представників різних екстремальних професій.

Ключові слова: марновірство, професії екстремального профілю діяльності, психологічний захист, квазіресурс, копінг-поведінка, цілісність особистості.

В статье раскрываются особенности профессиональных суеверий представителей экстремальных профессий, чья профессиональная деятельность связана с риском для жизни и здоровья. Рассматриваются особенности стресс-факторов, которые влияют на представителей данных профессий. Анализируются причины возникновения профессиональных суеверий у представителей экстремальных профессий, исследуется значение и функции суеверий в ситуациях преодоления стресса, возникающего в процессе выполнения задач по предназначению. Проводится сравнение профессиональных суеверий пред-

ставителей различных экстремальных профессий.

Ключевые слова: суеверия, профессии экстремального профиля деятельности, психологическая защита, квазиресурс, копинг-поведение, целостность личности.

Постановка проблеми. З розвитком суспільної свідомості, нових досягнень науково-технічного прогресу і, в цілому, прогресу цивілізації, сучасний соціум, тим не менше, все наполегливіше зберігає та створює марновірства і забобони. Незважаючи на зміни в суспільстві, багаторічну боротьбу з марновірствами, вони досі мають значне місце в свідомості людей. Особливе місце марновірства займають в діяльності представників професій, пов'язаних з ризиком.

Представники екстремальних професій у своїй роботі постійно стикаються з безперервним нервово-психічним напруженням, постійною загрозою життю і здоров'ю, негативними емоційними впливами, сильними фізичними навантаженнями, наявністю несподіваних перешкод.

На сьогоднішній день, вивчення марновірств представників екстремальних професій не стало предметом наукового дослідження. Спираючись на вищесказане, можна говорити про те, що проблема вивчення марновірств у представників екстремального профілю діяльності, є **актуальною**.

Зробимо спробу розглянути особливості марновірств представників екстремальних професій, проаналізувати їх значення і функції.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Проблемою дослідження поняття марновірство в загальній психологічній науці займалися такі автори як: Р. Габдуллін, П.Я. Гальперін, Л. Леві-Брюль, В.І. Лебедев А. Маслоу, Д.В. Ольшанский, В.Я. Пропп, Б.Ф. Скінер, І.Д. Ялом.

Вивченням проблеми психологічного захисту особистості займалися вітчизняні та зарубіжні психологи: О.М. Арестова, Ф. Бассін, Л. Божович, В.І. Журба, В. Мясіщев, А.С. Прагішвілі, Ю. Савенко, Л.Ю. Субботіна, Д. Узнадзе, З. Фрейд.

Досліджували психологічні особливості представників екстремальних професій такі вчені як: В.В. Авдєєв, Л.П. Гримак, Л.Г. Дикая, С.В. Захарчик, А.Г. Караяні, Є.С. Сенявська, І.В. Сиромятников, Г.Є. Шумков.

Мета дослідження – проаналізувати марновірства представників екстремальних професій, вивчити їх значення і функції в професіях, пов'язаних з ризиком для життя та здоров'я.

Виклад основного матеріалу. Людина, яка працює в екстремальних умовах, на собі відчуває постійний зовнішній вплив, який порушує її особистий простір. Подібна ситуація сприймається нею як загроза всьому, що вона вважає своїм (власного життя, цілісності, значущим відносинам, дорогим для неї речам). В процесі виконання в таких складних умовах своїх професійних обов'язків, представники екстремальних про-

фесій піддаються впливу великої кількості стрес-факторів, які так чи інакше викликають негативні почуття, емоційні переживання, «запускають» в дію всі можливі внутрішні резерви, адаптаційні процеси тощо [7].

Одним із засобів, що допомагає людині, яка відчуває страх або тривогу, отримати відчуття безпеки і захищеності - є марновірства.

Серед представників екстремальних професій і фахівців, діяльність яких залежить від випадку, дуже поширені професійні марновірства. Чим більше ризику і небезпеки в професії, тим більше її представники знають марновірств.

Вперше, з точки зору психології, пояснення виникнення марновірств було запропоновано Б.Ф. Скінером. Воно полягало в тому, що людина встановлює помилковий зв'язок між своїми діями і деякими незалежними від неї обставинами, які починає вважати наслідком своїх дій.

Відповідно до теорії А. Маслоу, можна сказати, що марновірства як стереотипні, звичні способи вирішення проблем, дозволяють людині справлятися зі своїм страхом перед невідомістю та невизначеністю, і таким чином, сприяють її адаптації до статичних і повторюваних явищ.

В ситуації постійної тривоги і напруги, людина несвідомо буде намагатися знайти безпеку і спокій, буде шукати способи, завдяки яким зможе зберегти хоча б ілюзію контролю над подіями [9].

На нашу думку, марновірство є певним квазіресурсом копінг-поведінки для представників екстремальних професій, який вони використовують в екстремальній ситуації.

Вплив марновірств націлений на зменшення або видалення будь-яких зовнішніх впливів, які є загрозою цілісності і збереження образу «Я», дозволяє зберегти особистісну гармонію. Марновірство, з цієї точки зору, можна розглядати як віру в можливість запобігти виникненню несприятливих подій, збереженню власного життя і спокою завдяки використанню будь-яких потойбічних сил.

Існують марновірства, характерні для різних професій і людей: як день починається, так і закінчується. Якщо добре день почався, то так само вдало і робота пройде. Якщо з ранку почалися якісь заминки, затримки, проблеми, то так буде все це протягом дня тривати [2].

Крім загальних забобонів, існують і такі, які характерні тільки для певних професій.

Розглянемо приклади марновірств у представників екстремальних професій.

Існують марновірства у представників, здавалося б, зовсім незабобонної професії - лікарів. Наприклад, акушери-гінекологи часто наполягають на тому, щоб жінка йшла в пологовий зал з розпущеним волоссям, не використовуючи шпильок.

Співробітники реанімаційних відділень вірять в те, що якщо медсе-

стра заправила ліжко в реанімації, прибуде новенький.

Тим пацієнтам, кого лікарі виписують з лікарні, радять ретельно збирати свої речі і навіть сміття викидати за межами лікарні, оскільки, якщо що-небудь залишити, обов'язково сюди повернешся.

Завжди спрацьовує і так званий «закон парних випадків». Закону цього немає в жодному медичному підручнику, проте про нього знають усі лікарі. Тому, коли надходить дуже важкий пацієнт, лікарі нервують: напевно після довгої та виснажливої операції доведеться вистояти таку ж «другу зміну».

Поганою прикметою у хірургів вважається оперувати хворого, ім'я якого повністю збігається з ім'ям лікаря. У цьому випадку, лікар, що оперує, волею неволею ототожнює себе з пацієнтом. І це може викликати абсолютно непотрібне перенапруження і схвильованість.

Недобрий знак, якщо рукавичка хірурга порвалася - операція буде протікати складно. До речі, лікарі перед відповідальним процесом завжди надягають рукавички, починаючи з лівої руки.

Самі медики пояснюють свої марновірства тим, що в їхній професії відбувається занадто багато незрозумілого: абсолютно здорові люди ні з того ні з сього вмирають, а безнадійно хворі - видужують.

Мають свої професійні марновірства полярники. У цій професії існує негласна заборона на вихід в експедицію в понеділок.

Багато полярників пришивають на штани заплатки зі шкіри нерпи - вважається, що вони приносять щастя.

Якщо під час експедиції вдається побачити великого білого баклана з дитинчатами - це дуже хороший знак. Ще щастя приносить зустріч з полярною совою.

Якщо зустрілось білуха з дитинчам - це до гарної погоди. Вважається, що вона поведе своїм плавцем і «розгладить» море. А от побачити поморника - погано, до нещастя. І ще є одна дуже давня прикмета: якщо подув шелонік - вітер із заходу, то бійся і чекай небезпеки.

У співробітників внутрішніх справ існують свої професійні марновірства. Наприклад, перед тим як заступати на чергування, багато хто намагається не грішити. Мається на увазі секс, алкоголь або лайки. Вважається, що якщо напередодні нагрішив, то чергування буде важким.

Не прийнято бажати доброї ночі або спокійного чергування, інакше все вийде з точністю до навпаки. І ще одна цікава прикмета: якщо зшивати томи кримінальної справи і порізатися папером або проткнути руку голкою, після чого на паперах залишиться кров, то прокуратура справу відразу підпише, і на дослідження повертати не буде.

Не можна розмовляти про трупи, оскільки може відбутися нове вбивство.

Ще одна прикмета - під час чергування не можна сідати на стіл. А ще кажуть, скільки насіннячок на столі залишиш, стільки й буде злочин-

нів, тому краще їх зовсім не клацати.

Дуже поганий знак, якщо впав Кримінальний кодекс. Взагалі, ніяких підкреслень, загнутих сторінок там бути не повинно, не потрібно його позичати і, взагалі, для нього повинен бути спеціальний кут на столі.

Інший відомий факт: нікому не пропонують сідати - тільки присідати.

Ще одна прикмета: йдучи з роботи, не варто затягувати з прощанням. Звідси і розмови, що в міліції на прощання руку не тиснуть. Потрібно піти якнайшвидше й непомітніше, інакше трапиться щось термінове і доведеться працювати ще добу.

Міліціонери часом говорять і зовсім про містичні речі. Наприклад, незрозуміло, як пояснити те явище, але багаторічна практика показала, що часто з людьми відбуваються неприємності напередодні якихось сімейних свят.

Розглянемо найбільш поширені марновірства далекобійників. Водії далеких рейсів намагаються заздалегідь не говорити, у скільки приїдуть в пункт призначення.

Поганою прикметою вважається поставити на свій автомобіль якунебудь деталь з машини, що побувала в аварії.

Перед рейсом багато хто з дальнобійників не голиться. А якщо щонебудь забув, то краще за цією річчю не повертатися.

Якщо дорогу перед машиною перебігла кішка, хтось хрестить скло, а хтось тричі плює через плече.

Дуже багато хто возить із собою особисті талісмани.

Альпіністи ніколи не кажуть «підкорив гору», бо гору підкорити не можна, на неї можна тільки зійти.

Представники даної професії намагаються відправлятися на сходження з тим спорядженням, з яким ходили раніше і до якого звикли. Багато речей стають справжніми талісманами.

Ті альпіністи, у яких є діти, кладуть у свій рюкзак якусь іграшку. Вважається, що душа дитини настільки чиста, що її предмети будуть оберігати і приносити успіх.

Величезна кількість марновірств оточує роботу пожежних, моряків, льотчиків.

Пожежні вірять, що якщо під час чергування почистити чоботи, то найближчим часом обов'язково надійде виклик на пожежу.

Коли пожежний повертається з відпустки, колеги дружно обливають його водою. За повір'ям, це відстрочить черговий небезпечний виклик.

Вважається поганою ознакою протерти фари або мигалки перед чергуванням.

Рятувальники дуже забобонні. Намагаються ніколи не мити машину після виклику. Якщо помиєш - значить, знову поїдеш на завдання.

Як тільки видають нову форму, вона обов'язково тут же оновиться,

тобто найближчим часом чекай складного виїзду.

З місця події ні в якому разі не можна брати будь-яку річ.

Ще є така прикмета: якщо на виїзд їде новий працівник, вона може несподівано зламатися.

У рятувальників не прийнято бажати спокійного чергування чи вдалою зміни, інакше все вийде навпаки: виїздам не буде кінця.

Інше марновірство - в дорозі не можна заздалегідь говорити, у скільки ти прибудеш на місце події.

Якщо рятувальники працюють не в приміщенні, категорично заборонено вести розмови про погоду. Вважається, що такі бесіди стовідсотково призводять до погіршення погоди.

У охоронців поганою прикметою вважаються числа 1 і 6, якщо вони виходять в результаті поетапного складання всіх цифр на документі, що засвідчує особистість, в автомобільному номері або номері авіаквитка.

Не можна користуватися речами вбитої людини, особливо автомобілем, в якому він був убитий або поранений, навіть якщо при аварії.

Не можна направляти один на одного будь-яку зброю, навіть на тренуванні. А ось на щастя у охоронців нічого немає. Щоб було все добре, треба вміти працювати.

Дуже забобонні рибалки. Причому молоді, більш освічені рибалки на сучасних траулерах вірять в них більше, ніж більш літні «консервативні» рибалки.

Уникають вживати на борту певні слова і фрази, які нібито відвертають удачу, наприклад, «свиня» або «лисиця». Ніколи не говорять про рудоволосих жінок.

Справжній моряк ніколи не тицьне пальцем у корабель, що виходить в море - це може викликати загибель корабля. Вказати пальцем в небо теж небезпечно, напевно почнеться шторм або настане штиль.

Абсолютно неприпустимо чхати на лівому борту і висовувати голову в ілюмінатор.

Підводники в поході не голяться, а у моряків є така прикмета: не займатися прибиранням ввечері, інакше з кораблем трапиться біда.

Пілоти ніколи не вимовляють слово «останній», замінюючи його на «крайній». Стандартне побажання «щасливої дороги» може принести неприємності льотчикам.

Між собою фотографуватися перед польотом вважається нехорошим знаком - хтось може не повернутися з польоту на землю. Льотчики теж перед вильотом не голяться, ніколи не пришивають гудзики і взагалі не займаються рукоділлям.

Всі документи завжди підписуються синьою пастою, використовувати інший колір - погана прикмета. Пити можна (зрозуміло, не перед медкомісією або безпосередньо перед польотом), але тільки не на зліт-

ному полі.

Моряки і льотчики ніколи не хвалять погоду. Представники цих професій швидше мужньо промовчать, чим будуть хвалити метеоумови, якими б гарними вони не були в даний момент, адже все в будь-яку хвилину може змінитися в гіршу сторону [6].

Самими забобонними є космонавти. Талісмани в дорогу, прослуховування певної музики і перегляд певних фільмів напередодні польоту - дуже поширені марновірства.

Космонавти ніколи не прощаються з проводжаючими і ні в якому разі не назвуть свій або чийсь виліт «останнім». Так роблять - (вірніше, не роблять) льотчики, моряки і далекобійники. Цікаво, що всякого роду п'ятниці і тринадцятого числа радянських космонавтів ніколи не хвилювали.

Широко поширені марновірства серед військових. У середні століття наймані солдати носили цей амулет на шії разом з хрестом, бо вірили, що він здатний охороняти від ворожої зброї. Цю традицію вони, можливо, перейняли у магів і чародіїв часів античності - ті теж наділяли його магичною силою. Час минув, але у військових нашого сьогодення це марновірство залишилося. Більш того, всі ці марновірства нерідко підтримувалися командуванням, яке усвідомлювало, що подібні речі піднімають бойовий дух солдатам [1].

Марновірства в бойовій обстановці маніфестується в формах носіння амулетів і талісманів, передчуття, загадування, табу, обов'язкових для виконання звичаїв, обрядів, ритуалів, молитов, змов, міфів, фаталізму тощо.

У парашутистів, як і у льотчиків, перед стрибками не прийнято фотографуватися. Вважається, що настільки необачно порушив заборону людина, знімається «на пам'ятник».

Табу накладено на слово «останній». Строго обов'язково говорити «крайній».

Побоюються представники даної професії числа 13.

Якщо парашутист надів на себе парашут рівно три рази, але з тих чи інших причин стрибок не вчинив, то парашут варто перекласти.

Якщо відсвяткували круглу дату - вчинили або сотий, або тисячний стрибок, то новий рекомендується стрибнути в той же день.

В пам'ять загиблого парашутиста його товариші завжди вчиняють командний стрибок, утворюючи розірване коло.

Таким чином, людина, яка працює в екстремальних умовах, прагне захистити свою самосвідомість і емоційну сферу від відчуттів, що викликають дискомфорт, позбутися сильних афективних переживань. Відсутність відповідної впевненості в кризових ситуаціях підсилює потребу індивіда керуватися у своєму повсякденному житті встановленими традиціями та ритуалами.

В процесі аналізу марновірств представників різних екстремальних професій, можна зробити висновок про те, що дуже багато з цих забобонів повторюються. Це може бути пов'язано з тим, що люди, коли змінювали місце роботи, «переносили» марновірства з однієї професії в іншу. Крім того, марновірства могли передаватися в процесі особистого спілкування при виконання спільних професійних завдань представниками схожих професій.

Однак, існують суто специфічні професійні марновірства у кожній окремо взятій професії. Такі марновірства, як правило, мають важливе значення для її представників і являються обов'язковими для виконання.

Висновки. Спираючись на вищесказане, можна зробити висновок, що професійні марновірства, які використовують представники екстремальних професій, в першу чергу, виконують афективно-захисну функцію.

На нашу думку, професійні марновірства для співробітників екстремальних професій є своєрідним психотерапевтичним засобом: надають впевненість у власних силах, заспокоюють, особливо в складних, ризикованих ситуаціях, знімають стресову напругу, дають надію на збереження життя і здоров'я, підвищують упевненість в критичних ситуаціях. Допомагають запобігти поведінкових розладів, психосоматичних порушень, загрози розпаду образу «Я», виникнення панічних реакцій.

ЛІТЕРАТУРА

1. Авдеев В. В. Психологические основы повышения эффективности деятельности работников органов внутренних дел в экстремальных ситуациях : [учебное пособие] / Авдеев В. В. – М. : ВЮЗШ МВД СССР, 1988. – 48 с.
2. Исаева Е. Л. Большая книга примет / авт. сост. Е. Л. Исаева, О. В. Белякова, А. Е. Кузнецова, Ю. М. Спасская. – М. : Эксмо, 2007. – 512 с.
3. Власова М. Русские суеверия : энциклопедический словарь / Власова М. – СПб: Азбука, 2000 - 672 с.
4. Рыбников В.Ю. Психологическая совместимость специалистов экстремального профиля/ Рыбников В.Ю., Никифоров А.М., Вавилов В.М. –СПб. : Ун-т внутренних дел, 2001. – С. 67.
5. Самоукина Н. В. Экстремальная психология / Самоукина Н. В. – М. : Ассоциация авторов и издателей «ТАНДЕМ»; Издательство ЭКСМОС, 2000. – 288 с.
6. Столяренко А. М. Экстремальная психопедагогика : [учебное пособие для вузов] / А. М. Столяренко. – М. : Юнити-Дана, 2002. – 607 с.
7. Черепанова Е. М. Саморегуляция и самопомощь при работе в экстремальных условиях : [руководство для спасателей и другого персонала служб быстрого реагирования] / Черепанова Е. М. – М. : МЧС РФ, 1995. – 33 с.
8. Энциклопедия суеверий / сост. Э. Рэдфорд. – М. : Астрель; МИФ; АСТ, 2000. – 560 с.

9. <http://www.panorama.pl.ua/doc.php?id=4141>

10. <http://www.leq.ru/Psih/Stress/Primety-sueverija>

УДК 159.9

*Боровенська Т.А., магістрант соціально-психологічного факультету
НУЦЗУ*

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ У ПРАЦІВНИКІВ ДСНС УКРАЇНИ

У статті наведено аналіз різних підходів до визначення професійного стресу, розкриваються основні методологічні положення, принципи і механізми професійного стресу, його місце і роль у психологічній науці та практиці.

Ключові слова: професійний стрес, професійна діяльність.

В статті приведено аналіз різних підходів до визначення професійного стресу, розкриваються основні методологічні положення, принципи і механізми професійного стресу, його місце і роль у психологічній науці та практиці.

Ключевые слова: профессиональный стресс, профессиональная деятельность.

Постановка проблеми. Праця пожежного відноситься до категорії складної і небезпечної для життя і здоров'я. Її специфіка визначається роботою у несприятливих санітарно-гігієнічних умовах, високим рівнем нерво-психічного напруження, значним фізичним навантаженням, порушенням сну, постійною готовністю під час добових чергувань до виконання бойових дій в екстремальних умовах. Забезпечення внутрішньої готовності зумовлює зростання емоційного напруження, яке допомагає мобілізувати психофізіологічні функції організму. Перебування у стані постійної бойової готовності й виконання протягом добового чергування робіт згідно з розпорядком дня призводить до виникнення професійного стресу.

Розглядаючи проблему професійного стресу у сучасних психологічних дослідженнях, досить часто зустрічаємо використання різних понять для опису феноменів, пов'язаних зі станами, що виникають у працівників ДСНС України на робочому місці. Це теоретичне дослідження має на меті більш детальний аналіз поняття: «професійний стрес», оскільки вони несуть в собі різне змістове навантаження і тому потребує більш широкого аналізу.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Розглянемо сучасний стан розвитку професійного стресу та зробимо декілька основних узагальнень:

1. Дослідження стану стресу у фахівців діяльності свідчить про те,