

воохоронець - це переслідувач порушників закону, які являють собою загрозу та небезпеку для людей та громади. І таким чином, професійне кредо правоохоронця полягає у покаранні. Узагальнюючи вищесказане, можна зазначити, що переважна більшість підлітків приписує правоохоронцям гуманістичні цілі та завдання їх професійної діяльності, провідним мотивом при цьому виступає допомога та захист інтересів та прав громадян. 10 % учнів, по суті, не визначають загальних цілей правоохоронної діяльності та скоріш за все їх власний вибір професії не є досить обміркованим.

Таким чином, у цілому дослідження ставлення та уявлень підлітків до таких важливих ролей, як «командир» та «правоохоронець», що характеризують рівень взаємодії в системі «командир-підлеглий» та мотиваційну спрямованість підлітків до свого професійного становлення як майбутнього працівника ОВС можна вважати достатньо по-

зитивною та стабільною. Це може служити одним із важливих показників необхідності та доцільності профільної довузівської підготовки на шляху формування професіонала.

ЛІТЕРАТУРА

1. Московец В.І., Москаленко А.П., Кобзін Д.О. Методичне забезпечення психологічного супроводження діяльності вищого навчального закладу системи МВС України. -Харків: Нац. ун-т внутр. справ, 2004. -240 с.

2. Психологічне та соціальне забезпечення роботи з персоналом в ОВС України: Збірник метод. рекомендацій. -Харків, 2002. -282 с.

Надійшла до редколегії 12.12.2005

МИЛОРАДОВА Н.Э. ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКОВ В РАМКАХ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ «КОМАНДИР-ПОДЧИНЕННЫЙ» В ПРОФИЛЬНОМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ СИСТЕМЫ МВД УКРАИНЫ

Рассмотрены вопросы изменения качеств личности подростков в период адаптационного этапа учебы в профильном учебном заведении системы МВД Украины.

MILORADOVA N.E. FORMING PERSONALITY OF TEENAGERS WITHIN THE FRAMEWORK OF COOPERATION «COMMANDER-INFERIOR» IN TYPE EDUCATIONAL ESTABLISHMENT SYSTEM OF UKRAINE MINISTRY OF INTERNAL AFFAIRS

Considered questions change of internals personality of teenagers in the period adaptation stage of studies in type educational establishment of the system of Ukraine ministry of internal affairs.



П.А. МОМОТ

Харківський національний університет внутрішніх справ

УДК 159.94

СУЧАСНІ ГРУПОВІ МЕТОДИ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ В КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ¹

Розглянуті сучасні підходи щодо організації та проведення дебрифінгу стресу критичного інциденту серед особового складу підрозділів особливого ризику.

Одним із ефективних заходів психологічної реабілітації, що зазвичай спрямовується на відновлення, корекцію чи компенсацію порушених психічних функцій і станів за умови безпосереднього супроводження практичним психологом, є не тільки сеанси релаксації, індивідуальні співбесіди та ін., але й проведення дебрифінгу з залученням учасників попередньої стресової ситуації.

Метою нашого дослідження є розгляд комплексу актуальних питань з проведення дебрифінгу та виявлення

ефективності його застосування серед особового складу підрозділів особливого ризику.

При виявленні особового складу, який потребує проведення психокорекційних заходів в межах відновлювального періоду після їх безпосереднього бойового використання, варто звертати увагу на найбільш очевидні ознаки дистресу, такі як емоційна лабільність, вибухи гніву, самоізоляція, порушення психомоторики, психогенний шок, сплутаність, дисоціативні розлади. Звичайно, в гострій фазі постстресових порушень групові стратегії не використовуються, тому що постраждалі знаходяться на різних стадіях стресу, часто просто не готові обговорювати в

¹ Первинна рекомендація з напрямку досліджень: канд. психол. наук Кривошеєв В.В. (ХНУВС).

групі свої почуття [1].

Групові методики показані у випадках, коли люди вже знаходяться під впливом спільної (колективної) травми, наприклад, у складі групи, наряду або цілого підрозділу. Поблизу від місця подій можуть бути проведені сеанси декомпресії та розрядки, що спрямовані на зняття психічної напруги, яка викликана травмою. Ці сеанси являють собою скорочені дебрифінги, що включають у себе стислий вступ, обговорення фактів і надання інформації. Їхнє завдання - виключити необхідність у подальшому «повному» дебрифінгу або, навпаки, стимулювати участь у ньому на випадок, якщо така потреба виникне [2].

По закінченні періоду участі здійснюється так звана деескалація або демобілізація - зменшення дистресу, пов'язаного з поверненням до повсякденного життя і діяльності. У рамках короткої (10-15-хвилинної) бесіди обговорюються симптоми постстресової реакції, засоби їхнього зменшення, даються відповідні рекомендації. Наприкінці бесіди керівник видає розпорядження про порядок

подальшої організації служби і проходження реабілітаційного періоду, якщо такий передбачений у такому випадку. На закінчення дається необхідна інформація про час і місце проведення психодіагностичного обстеження і/або повного психологічного дебрифінга.

У своїх дослідженнях застосовували адаптовані методики проведення дебрифінгу, що розроблені нами в результаті необхідності врахування специфіки професійної діяльності правоохоронця (що є новим у нашій роботі), хоча загальна структура побудови методики залишилася без змін.

Дебрифінг стресу критичних інцидентів (Critical Incident Stress Debriefing - CISD), вперше був розроблений американським психологом Дж. Мітчелом у 1983 році. Психологічні дебрифінги, як форма надання допомоги в кризових ситуаціях, здійснюються із групами людей, які спільно зазнали впливу стресових або трагічних подій (рис.).

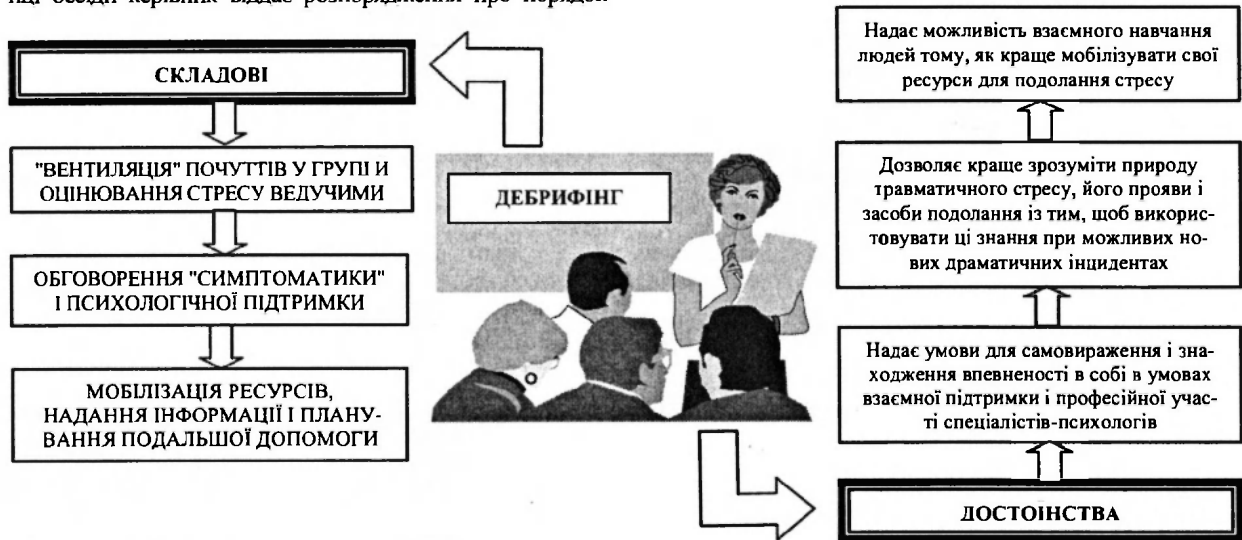


Рисунок - Основні складові дебрифінгу, як методу групової психокорекції посттравматичних стресових розладів та його достоїнства.

Це можуть бути групи, утворені за ознакою професійної приналежності, або просто об'єднані спільністю пережитої ситуації [3]. Підкреслимо, що дебрифінги не замінюють собою безпосереднє лікування, що буває необхідно в деяких випадках. Їхня мета - мінімізувати небажані психічні наслідки і попередити розвиток синдрому посттравматичних стресових розладів. Ця мета досягається шляхом декількох (від 5 до 7) обов'язкових фаз, через які проходить група [4]:

А. Вступна - «вентиляція» вражень і емоцій.

Представлення ведучого, роз'яснення мети, завдань і правил, зняття тривоги в учасників із приводу «незвичайності» процедури. Основними правилами, яких дотримуються як ведучі, так і учасники, є:

1) не змушувати нікого з групи говорити або обговорювати те, чого вони не хочуть. Єдина вимога - це назвати своє ім'я і відношення до інциденту (характер участі). Усі уважно вислуховують те розповідь кожного з учасників;

2) дотримуватися конфіденційності: те, що відбувається або обговорюється в групі, призначено тільки для групи

і не виноситься назовні;

3) не допускати критичних висловлювань у відношенні іншого: ніхто не повинний розглядати те, що відбувається, як «розбір» або «трибунал» - для них знайдеться інше місце;

4) кожний може говорити лише про свої переживання, вчинки (від першого обличчя), а не про чужі;

5) учасники попереджаються про те, що можуть знову пережити негативні почуття, що природно, тому що мова йде про дуже хворобливі речі.

Проте, завдання дебрифінгу саме й полягає в тому, щоб навчитися справлятися з реальними негативними емоційними станами. Група працює без перерви, що не означає неможливості покидати її на час із тим, щоб усе ж повернутися, якщо цьому не заважають невідкладні обставини.

Б. Факти - когнітивна організація досвіду.

Кожний розповідає про те, що відбувалося з ним: що він бачив, де знаходився і що робив. Відновлюється повна картина події і хронологія подій. Згода щодо фактів сприяє когнітивній організації досвіду. Вираження емоцій на

щій фазі допускати не слід.

В. Думки, емоції, почуття - зменшення тривоги і напруженості.

Ведучий просить перейти від опису подій до розповіді про внутрішні психічні реакції на них. Дуже важливо пригадати найперші враження, думки, що пронеслися у голові, імпульсивні вчинки й емоційні реакції. Незважаючи на те, що розповіді можуть набувати дуже драматичного характеру, не можна допускати, щоб домінували почуття когось-небудь з учасників, а всі інші перетворилися б у слухачів: кожний повинен одержати можливість висловитися і постаратися висловити свої переживання. Ведучий підтримує в групі розуміння того, що висловлюючись, учасники знову переживають сильний стрес, проте це відбувається в ситуації, коли реальна небезпека минула, а їхні почуття знаходять розуміння і підтримку групи.

Г. Симптоми - розуміння універсального характеру індивідуальних реакцій (досягається в процесі інтенсивного «обміну» почуттями).

Обговорюються актуальні емоційні, когнітивні і соматичні прояви посттравматичного стресу зміни, які відзначаються учасниками в сприйнятті свого «Я» і поведінки. Складається перелік симптомів, що описує спектр психологічних наслідків критичного інциденту в даній конкретній групі. Кожний учасник отримує можливість краще розібратися у своєму стані, а також відмітити і ті симптоми, про які, у силу різноманітних причин, він не висловлювався.

Д. Освіта (інформування) - мобілізація ресурсів для соціальної підтримки, посилення групової солідарності і згуртованості.

Роз'яснення учасникам природи постстресових станів як «нормальних реакцій на екстремальну ситуацію»; обговорення варіантів і засобів подолання негативних психологічних наслідків, що мають місце і можливі у майбутньому.

Е. «Закриття минулого» і новий початок - підготовка учасників до правильного сприйняття свого подальшого стану і використання різноманітних стратегій психологічної допомоги.

Підводиться своєрідний підсумок того, що було пережито. Минуле не можна просто забути, воно потребує активного до себе відношення з тим, щоб знайти в собі сили для нового життя. Ритуали «закриття минулого» вироблені в культурі (поминання, річниця, відвідування місць, пов'язаних із подіями та ін.), проте вони припускають і власну творчу участь: наприклад, багато хто з тих, що пережили катастрофу, присвячують себе тому, щоб допомогти уникнути нових катастроф або зменшити їхні травматичні наслідки, використовують свій досвід при наданні допомоги, беруть участь у діяльності добровільних рятувальних бригад і т.п.

Формально процедура дебрифінгу завершується запи-

таннями учасників до ведучих, порадами, як поводитися в майбутньому, де шукати джерела психологічної підтримки або професійної допомоги, роздачею пам'яток, листівок (якщо вони заздалегідь підготовлені).

Закінчення дебрифінгу завжди спеціально акцентується, що надає процесу завершеність і логічну стрункність. При цьому ведучий роз'яснює, у яких випадках варто звернутися за професійною допомогою. Це можуть бути випадки, при яких:

- стан не поліпшиться в найближчі шість тижнів;
- стан почне раптово погіршуватися;
- з'являться утруднення при виконанні звичної роботи або зменшиться працездатність.

Дебрифінги проводяться по завершенні оперативних заходів (бойових операцій), надзвичайних подій, тривалих відряджень та ін. В окремі види виділяються дебрифінги, що проводяться по закінченні оперативних заходів (бойових операцій), надзвичайних подій, сполучених із втратами особового складу, а також із метою реконструкції подій надзвичайної важливості.

Здійснення психологічної реабілітації набуває найбільш якісного рівня профілактики, попередження та ліквідації постстресових станів завдяки співробітництву групи, яка у своєму складі має практичних психологів і керівників підрозділу. За нашими спостереженнями та даними зарубіжних авторів, до 75 % осіб, які пройшли психологічні дебрифінги, відзначають їхню високу ефективність і необхідність [4].

У подальших публікаціях планується розглянути поради роботи практичного психолога підрозділу особливої ризику з учасниками «Рар»-груп.

ЛІТЕРАТУРА

1. Тимченко А.В. Основные направления снижения уровня психических потерь и психической недееспособности среди личного состава подразделений особого риска: Учебное пособие. -Харьков: Ун-т внутр. дел, 1998. -31 с.
2. Лысенко В.И., Тимченко А.В., Яковенко С.И. Посттравматические стрессовые расстройства: Учебно-методическое пособие. -Харьков: Ун-т внутр. дел, 1999. - 31 с.
3. Тимченко А.В., Христенко В.Е. Прикладная психология в практике правоохранительной деятельности (в схемах и таблицах): Учебное пособие. -Харьков: ООО «Одиссей», 2004. -448 с.
4. Debrifer's Guide to Critical Event Debriefing. - Headquarters. Department of the Army. -Washington, DC. - May 1993. -4 p.

Надійшла до редколегії 12.12.2005

МОМОТ П.А. СОВРЕМЕННЫЕ ГРУППОВЫЕ МЕТОДЫ ОКАЗАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ В КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ

Рассмотрены современные подходы к организации и проведению дебрифинга стресса критичного инцидента среди личного состава подразделений особого риска.

МОМОТ P.A. MODERN FORMATION METHODS OF RENDERING OF THE PSYCHOLOGIC HELP IN CRISIS SITUATIONS

The modern approaches to organization and realization debriefing of a stress critical incident among a personal structure of subdivisions of an extra risk are reviewed.