

вчання та освіти ($6,3 \pm 1,84$; $5 \pm 1,5$), сфера захоплень ($6,5 \pm 1,7$; $4,2 \pm 2,3$).

Аналізуючи отримані результати можна відзначити, що обмежувані першою і третьою групами мають більш виражені сфери професійного і суспільного життя, навчання і сфери захоплень, чим обмежувані другою групами. Таким чином, у групах з протилежним крайнім ступенем вираженості провини мають однакове відношення до сфер життєдіяльності. Враховуючи те, що по ранні отриманим результатам, крайні ступені вираженості провини пов'язані з яскраво вираженою суспільною і егоїстичною спрямованістю таким чином можливо припустити, що реалізація життєвих сфер в цих групах відбувається по-різному. Так, правопорушники, які усвідомлюють свою провину, реалізують суспільні цінності, а випробовувані, які не усвідомлюють свою провину, в них же сферах реалізують власні потреби.

У групі неповнолітніх правопорушників, які частково усвідомлюють свою провину, чітко не виражена спрямованість (її інтенсивність) по відношенню до сфер життєдіяльності.

Таким чином, більшість правопорушників має достатньо вузький спектр цінностей, а за умов позбавлення волі він ще більш обмежений тому, головним напрямком роботи має стати розширення ціннісного спектру існування особистості з визначенням засобів реалізації цінностей в

життєвих сферах та цілей, яких їм варто прагнути.

ЛІТЕРАТУРА

1. Малиш Н.В. Соціально-психологічні особливості формування особистості неповнолітніх правопорушників: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.06 / НУВС. – Х., 2005. – 20 с.
2. Зелинский А.Ф. Осознаваемое и неосознаваемое в преступном поведении. – Х.: Издат. объедин. «Вища школа», 1986. – 166 с.
3. Агіонова Н.А. Про співвідношення особливостей ціннісних орієнтацій і якостей особистості студентів // Вісник Харківськ. держ. пед. ун-ту ім. Г.С. Сковороди: Психологія. – 2001. – Вип.8. – С.19-28.
4. Ильин Е.П. Мотивация и мотив. – СПб.: Изд-во «Питер», 2000. – 512 с.
5. Иголев К.Е. Типология личности преступника и мотивация преступного поведения: Учебное пособие. – Горький: Высшая школа, 1974. – 160 с.
6. Дегтяр О.О., Куліш Ю.С. Особливості соціально-психологічної та право виховної роботи з неповнолітніми та молоддю, які перебувають в місцях позбавлення волі. – Х.: Вид-во «РІО», 2005. – 40 с.

Надійшла до редакції 13.03.2007

ГРЕСА Н.В. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ЖИЗНЕННЫХ ЦЕННОСТЕЙ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ПРАВОНАРУШИТЕЛЕЙ С РАЗНОЙ СТЕПЕНЬЮ ОСОЗНАНИЯ ВИНЫ

Показано, что все несовершеннолетние правонарушители обладают узким спектром жизненных ценностей. Выявлено, что первым фактором, связанным со степенью осознания вины, есть уменьшение направленности на общество и усилением эго-ориентаций; вторым фактором выступает социальная гибкость.

GRESA N.V. PSYCHOLOGICAL FEATURES OF VITAL VALUES OF MINOR OFFENDERS WITH THE DIFFERENT DEGREE OF COMPREHENSION OF FAULT

It is shown, that all minor offenders have a narrow spectrum of vital values. It is revealed, that by the first factor connected to a degree of comprehension of fault, there is a reduction of an orientation by a society and amplification of ego-orientations; as the second factor social flexibility acts.

УДК 159.923.2-057.36

І.С. ДЖАФАРОВА

Харківський національний університет внутрішніх справ

ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В КОРЕКЦІЇ І РЕАБІЛІТАЦІЇ ПСИХІЧНОЇ І СОМАТИЧНОЇ СФЕРИ ПОЖЕЖНИКІВ-РЯТУВАЛЬНИКІВ¹

Обґрунтовується можливість і результати застосування способів фізичної культури та спорту для оптимізації психічної й соматичної сфери пожежних-рятувальників. Показано, що використання добровільно обраної ними спортивної гри як фактор реабілітації протягом шести місяців, приводить до зменшення проявів симптомів посттравматичного стресового синдрому й нормалізації показників «загального здоров'я».

Початок ХХІ століття характеризується збільшенням кількості катастроф, аварій та надзвичайних ситуацій. В

ліквідації їх наслідків в першу чергу приймають участь пожежні-рятувальники. Оскільки ліквідація та боротьба з наслідками скоєного проходить в екстремальних умовах, з впливом на рятувальників великої кількості стресогенних факторів, то це безперечно, не може відбиватись на їх

¹ Первинна рекомендація з напрямку досліджень: докт. біол. наук Самойлов М.Г. (ХНУВС).

соматичному та психічному здоров'ю.

Огляд літератури свідчить, що в цілому ряді робіт дослідники констатують наявність у даних фахівців психічних розладів різного ступеня вираження [1-3]. Показано, що негативні зміни в психіці пожежних-рятувальників існують довго в часі [4], мають тенденцію до акумуляції [2, 5] та можуть трансформуватись в первинні та вторинні посттравматичні стресові розлади [2, 4, 6]. Більш того, негативні зміни в їх психіці являються джерелом патологічних проявів в соматичній сфері з виникненням тих чи інших захворювань [7-8].

Розуміючи негативні наслідки бездіяльності в цій проблемі та актуальність її вирішення, науковці пропонують методи діагностики, моніторингу та психологічної корекції і реабілітації заподіяного впливу на психіку цих фахівців [3, 7]. При цьому слід зазначити, що більшість способів і методів потребує втручання фахівців-психологів і наявності комплексної програми по роботі з пожежними-рятувальниками. Особливо слід підкреслити реалізацію такої "деталі", як бажання самих рятувальників на маніпуляції з ними, на позитивну мотивацію їх до роботи з психологами, на наявність у них довіри до цих фахівців і, при кінці, віри в позитивний результат після впливу на їх психіку.

Відсутність цих чинників або байдуже відношення до них може звести нанівець усі старання в допомозі постраждалим рятувальникам. Більш того, загальновідомим є те, що найбільш суттєвий вплив на особистість виявляється при позитивному відношенні до впливаючого чинника, при явному інтересі до нього даної особи. Відомо, наприклад, що досить інтенсивно діють фактори, які відвертають людину від травмуючого чинника, зміна діяльності.

Таким позитивно діючим на психіку постраждалих фактором може бути спортивна або фізкультурна діяльність. Доведено, що вплив цієї діяльності на психічну сферу людини є лікувальним [9]. Тому, враховуючи актуальність проблеми соціально-психологічного забезпечення професійної діяльності пожежних-рятувальників, а також практичну відсутність обґрунтованих досліджень стосов-

но використання методів фізкультури і спорту в психологічній корекції їх психіки, в даній роботі поставлена наступна мета - обґрунтувати можливість позитивного впливу методів фізичної культури на зменшення прояву посттравматичних стресових розладів психіки у пожежних-рятувальників.

В дослідженні прийняли участь 27 пожежних-рятувальників. Це чоловіки, віком від 27 до 35 років, які увійшли в склад експериментальної групи. Контрольна група складалась із осіб тієї ж статі, віку та фаху (n=28).

З пожежними-рятувальниками експериментальної групи були проведені бесіди про можливість наявності у них негативних змін у психіці, як наслідок їх праці в екстремальних умовах. Після чого, з використанням "шкали оцінки впливу травматичної події" перекладаної IES-R у них визначали наявність і ступінь прояву посттравматичних стресових розладів. Далі їм було роз'яснено, що одним з можливих шляхів зниження або і усунення цих розладів може бути заняття, якою-небудь спортивною грою. Вони самі обрали волейбол. Тренувальні заняття з волейболу проводились з ними на протязі шести місяців по два рази на тиждень.

Група контролю була досліджена разом з експериментальною з використанням тієї ж методики. Але фахівці контрольної групи не приймали участь у тренуванні.

Протягом шести місяців, через кожні два місяці, між випробуваннями влаштовувались спортивні змагання, на яких обов'язково були присутні їх начальники і фахівці з контрольної групи. Перехід кожним змаганням діагностувався рівень їх посттравматичних стресових розладів та "загального здоров'я". Крім того, для діагностики впливу вивчаемого чинника не тільки на психічну, але й на соматичну сферу досліджуваних, використовувалось методика "Загальне здоров'я - GHQ-28".

Одержані дані, по-перше, свідчать про наявність в обох групах фахівців симптомів посттравматичного стресового синдрому, а по-друге, суттєве зменшення їх проявів у осіб з експериментальної групи (табл.1).

Таблиця 1 - Кількісні показники симптомів посттравматичного стресового синдрому пожежних-рятувальників (у балах)

Назва субшкали	Контрольна група (n=28)		Експериментальна група (n=27)		Статистичні показники
	На початку експерименту	В кінці експерименту	На початку експерименту	В кінці експерименту	
IN Вторгнення	6,91	7,24	6,95	5,02	M
	1,86	1,85	1,24	1,56	S
	1,02	1,03	0,96	0,90	P
AV Уникнення	8,20	8,30	8,18	6,20	M
	2,33	2,24	2,45	2,27	S
	1,01	0,95	1,13	1,03	P
AR Гіперзбудження	6,27	5,90	6,24	5,01	M
	1,45	1,37	1,80	1,63	S
	1,08	0,83	0,96	0,88	P
IES-R Сумарна оцінка	19,38	21,44	19,37	16,23	M
	4,36	3,27	4,28	4,31	S
	2,25	2,08	2,48	2,17	P

Аналіз отриманих результатів за шкалою вторгнення свідчить, що на початку експерименту в групах контролю

і експериментальній показники були близькі за значенням (тільки на 0,4 бала він був більше в експериментальній групі). Після проведення експерименту ми спостерігали зниження цього показника до 5,02 балів. Це означає, що симптоми вторгнення, що проявляються в вигляді несподіваного і небажаного в даний час спогаду про травмуючі події: обвали, поранення товаришів по роботі, врятування покалічених дітей та ін. стали проявлятися більш рідкою і з меншою інтенсивністю. Тобто заняття волейболом сприяли витісненню цих спогадів і зменшенню їх "негативної яскравості".

За субшкалою уникнення до експерименту також різниці між контрольною і експериментальною групами склали всього 0,2 бала, при тому цей показник більшим був в групі контролю. Слід підкреслити, що як за цією, так і за іншими показниками у контрольній групі при кінці експерименту залишились практично на рівні, що був і до початку експерименту. Проведення шестимісячних тренувань і змагань з волейболу сприяло зменшенню ступня прояву симптому уникнення, який зв'язаний з втечею постраждалого від уявлень і спогадів про жахливі ситуації, про сильний переляк або розпач.

Як свідчать дані таблиці 1, оцінка зменшення симптому після експерименту дорівнює 2 балам. Тобто, не досить вагомої вплив на інтенсивність прояву симптому уникнення. При цьому це має суттєве значення для функціонування психіки постраждалих, так як разом зі спогадами про травмуючі події вони знову зазнають увесь спектр негативних емоцій, що були у них під час реальної дії цього чинника. Саме тому постраждали бояться цих спогадів і намагаються їх уникнути.

Наступна група симптомів-гіперзбудження була вве-

дена в шкалу PES-R у 1995 році, оскільки вони включені в Міжнародний діагностичний критерій DSM-IV. В шкалу гіперзбудження входять наступні реакції: злість і дратівливість, гіпертрофічна реакція переляку, труднощі з концентрацією думок і дій, психофізіологічне збудження обумовлене спогадами, порушення сну.

Проведення експерименту обумовило гіперзбудження на 1,23 бала: тобто, заняття обраним видом спорту сприяло зменшенню прояву реакції дратівливості, злості та переляку.

Далі, отримавши за сумарною оцінкою прояву симптомів посттравматичного стресового синдрому, також підтверджують наявність позитивної кінетики змін в психіці пожежних-рятувальників: продовж експерименту інтенсивність прояву симптомів стресового синдрому зменшилась на 3,14 балів. Останнє є фактичним доказом наявності позитивного впливу спортивної діяльності на виправлення негативних змін в психіці постраждалих, які вимушені працювати в умовах значного ризику для здоров'я і навіть життя.

Окремо слід зазначити, що, на наш погляд, досить важливим у зменшенні прояву усталюваних змін психічних станів досліджених фахівців відігравав факт їх добровільного та усвідомленого прийняття саме методу спортивного тренування. До речі, результати впливу на їх психіку спортивної діяльності їм були доведені і роз'яснені, що також мало позитивне значення. Паралельно з використанням методики PES-R застосовувався опитувальник "Загальне здоров'я" GHQ-28.

Результати, одержані за методикою "Загальне здоров'я", наведені в табл.2.

Таблиця 2 - Показники загального здоров'я одержані до і після експерименту у пожежних-рятувальників (у балах)

Назва шкали	Контрольна група (n=28)		Експериментальна група (n=27)		Статистичні показники
	На початку експерименту	В кінці експерименту	На початку експерименту	В кінці експерименту	
А	8,61	8,43	8,72	7,10	М
	2,26	2,13	2,30	2,12	С
	1,11	1,03	1,07	0,98	Р
В	8,90	8,80	8,78	6,81	М
	2,30	2,15	2,06	1,58	С
	1,08	0,97	1,03	0,88	Р
С	7,18	7,00	7,20	6,50	М
	1,28	2,22	1,34	1,13	С
	0,77	0,83	0,89	0,79	Р
ЗРЗ	31,99	31,50	31,97	26,54	М
	3,64	2,85	3,55	2,89	С
	1,28	1,16	1,44	1,30	Р

Примітка: А-соматичні симптоми; В-тривога й безсоння; С- соціальні дисфункції; Д - депресія; ЗРЗ - загальний рівень здоров'я.

Отримавши показники за методикою "Загальне здоров'я", ми маємо можливість перекопатись у тому, що заняття спортивною грою спонукало позитивні зміни і в цьому комплексному показникові. Хоча в групі контролю теж спостерігались зміни на краще, тільки різниця між показниками дорівнювала 0,03-0,2 бала. Так, за шкалою

"А" у фахівців з експериментальної групи на початку експерименту було 8,72 бала, а в його кінці - 7,10 балів, різниця складає 1,62 бала - симптоми, що сповіщають про тілесні негаразди, у граючих у волейбол зменшилися, тобто вони стали більш здоровими в соматичній сфері.

Відносно тривоги й безсоння можна також констату-

вати аналогічні зміни: встановлено, що ступень прояву тривоги й безсоння у постраждалих з експериментальної групи знизився більше ніж на 2 бала, що свідчить про наявні позитивні психологічні зміни.

Так, соціальні дисфункції у них зменшились в меншій мірі, але все рівно використаний спосіб психологічної корекції і тут подіяв: в кінці експерименту зниження відбулось на 0,7 бала. А це значить, що ці особи в повсякденному житті, спілкуванні з оточуючими і в реакціях на зміни в суспільстві стали більш спокійними і виваженими.

Депресія – це негативний психічний стан, але заняття спортом з розумінням того, що воно приведе до зменшення і усунення негативних змін в психіці, діє досить суттєво. Симптоми депресії у гравців у волейбол до кінця експерименту змінюються на 1,25 балів, тобто, ці фахівці стали більш жвавими, веселішими, та без особливих причин не впадали в розпач і взагалі з більшою активністю відносились до різних службових обставин.

Стосовно показника загального здоров'я можна зазначити, що він віддзеркалює сумарний позитивний вплив на окремі симптоми і, безумовно покращується, що кількісно виражається в зменшенні його на 5,43 балів.

Підсумовуючи зазначимо, що:

1. Професійна діяльність пожежних-рятувальників, що здійснюється в ризиконебезпечних умовах, викликає в їх психіці негативні зміни.

2. Використання спортивної гри (волейболу) з метою корекції негативних змін в психологічній і соматичній сфері постраждалих пожежних-рятувальників дає позитивні результати; завдяки такому способу впливу встановлено зменшення ступеня прояву симптомів посттравматичного стресового синдрому та показників "загальне здоров'я" у осіб, які протягом шести місяців грали у волейбол.

3. Одержані дані дозволяють рекомендувати застосування добровільно обраного виду спорту для реабілітації та корекції розладів психіки у пожежних-рятувальників. У перспективі дослідження даного напрямку може бути продовжене з метою виявлення впливу різних видів спортивної і фізкультурної діяльності на психіку осіб, які пра-

цюють в ризиконебезпечних умовах.

ЛІТЕРАТУРА

1. Кришталь М.А. Особливості ергономічного забезпечення підготовки пожежників: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.03 /Київськ. ун-т. -К., 1997. -18 с.
2. Леви М.В. Исследование посттравматических стрессовых расстройств у пожарных России // Социально-психологическая реабилитация населения, пострадавшего от экологических и техногенных катастроф: Материалы 4 международнои конф. -Минск, 1999. -С.120.
3. Марьин М.И., Леви М.В., Тарабрипа Н.В., Агарков В.А. Методический комплекс для выявления групп риска развития посттравматических стрессовых расстройств среди сотрудников ГПС // Проблемы подготовки кадров для пожарной охраны: Материалы науч.-практ. конф. -М., 1998. -С.111-113.
4. Леви М.В., Агарков В.А., Малиновская О.Н. Некоторые случаи посттравматического стрессового расстройства у пожарных // Посттравматический и поствоенный стресс: Материалы IV науч.-практ. конф. -Пермь, 1999. -С.1-4.
5. Краснянский А.Н. Посттравматические стрессовые расстройства (обзор литературы) // СНАПС. -1993. -№ 3. -С.14-34.
6. Садковой В.П. Особливості прояву посттравматичних стресових розладів у працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.09 /ХНУВС. -Харків, 2005. -20 с.
7. Марьин М.И. Критерии оценки тяжести труда пожарных // Пожарное дело. -1990. -№ 3. -С.32-34.
8. Марьин М.И., Собалев Е.С. Исследование влияния условий труда на функциональное состояние пожарных // Психологический журнал. -1990. -Т.11. -№ 1. -С.102-108.
9. Mikevic P. Affects. Depression and Exercise. quest 33. -1999. -P.140-153.

Надійшло до редакції 20.03.2007

ДЖАФАРОВА И.С. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В КОРРЕКЦИИ И РЕАБИЛИТАЦИИ ПСИХИЧЕСКОЙ И СОМАТИЧЕСКОЙ СФЕРЫ ПОЖАРНЫХ-СПАСАТЕЛЕЙ

Обосновывается возможность и результаты применения способов физической культуры и спорта для оптимизации психической и соматической сферы пожарных-спасателей. Показано, что использование добровольно избранной ними спортивной игры в качестве фактора реабилитации в течение шести месяцев, приводит к уменьшению проявлений симптомов посттравматического стрессового синдрома и нормализации показателей «общего здоровья».

DZHAFAROVA I.S. USE OF MEANS OF SPORTS ACTIVITY IN CORRECTION AND REHABILITATIONS OF MENTAL AND SOMATIC SPHERE OF FIREMEN-RESCUERS

The opportunity and results of application in ways of physical training and sports for optimization of mental and somatic sphere of firemen-rescuers is proved. Use of sports game voluntarily elected them is shown that as the factor of rehabilitation within six months, results in reduction of displays of symptoms of a posttraumatic stressful syndrome and normalization of parameters of «the general health».