

## **ОСОБЛИВОСТІ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ ВАРІАБЕЛЬНОСТІ РЕАКЦІЙ РЯТУВАЛЬНИКІВ НА РОЗВИТОК У НИХ ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ**

Розглянуто індивідуальну варіабельність реакцій рятувальників на розвиток професійного стресу. Виділено деякі загальні закономірності у процесі генези станів та аналіз причин, які лежать у їх основі.

Практично невирішеною залишається на сьогодні проблема індивідуальної варіабельності реакцій на стрес. Дедалі частіше дослідники цікавляться, чому одні й ті самі умови можуть бути для одних стресогенними, а для інших – ні, чим обумовлені ці розбіжності, із якими особистісними особливостями це пов'язано. Актуальність указаних проблем не викликає сумніву, але тільки в останні роки дослідники розпочали систематичне вивчення внутрішніх причин подібних зв'язків.

Аналізуючи зарубіжний досвід дослідження ставлення людини до несприятливих подій, російські вчені Л. Г. Дика й А. В. Махнач дійшли важливого висновку про те, що, розуміючи причини і механізми виникнення стресу, психічної напруженості, виявляючи деяку подібність ситуацій, що колись траплялися у житті людини, та визначивши типові помилки поведінки, можна передбачити поведінку людини в несприятливих умовах життя [1].

Слідом за Р. С. Лазарусом [2], який висунув пропозицію про те, що для кожної конкретної людини стресогенність події визначається вивченням провідної ролі когнітивних механізмів у сприйнятті даної події як стресогенної і знаходження відповідної реакції на неї, Холмс і Масуда припустили, що «загальною властивістю стресогенних подій є те, що при їхньому виникненні відбувається запуск у індивіда певного адаптивного або поведінкового *стереотипу*, що переборює труднощі» [3].

Іншим напрямком у вивченні даної проблеми став підхід Е. С. Пейкела, Б. А. Пруссоффа й Е. Х. Уленхута [4], відповідно до якого стресовість події визначається відповідно до того, наскільки сильно вона шкодить людині. Вимірюючи відповідно до цього суб'єктивну оцінку ступеня емоційного стресу і пов'язуючи події із психологічним стресом, представники вказаного напрямку автоматично підтверджували

наявність кореляції між несприятливою подією і викликаним нею фізіологічним стресом.

Критично оцінюючи основні підходи, що сформувалися на сьогодні у психологічній науці щодо вивчення проблеми індивідуальної варіабельності реакцій на стрес, необхідно підкреслити, що використання різноманітних методів їх оцінювання дозволяє дослідникам уточнити лише роль подій у житті людини. Але вказані методи не відіграють вирішальної ролі, тому що й інші методи можуть дати подібні результати. Крім того, розглядаючи проблему професійного стресу, не можна не враховувати і той факт, що психічний стан, настрої і ступінь задоволеності своєю діяльністю значно впливають на сприйняття людиною конкретної події і можуть змінювати стан індивіда, провокуючи негативну оцінку різноманітних життєвих подій. Невипадково при проведенні дослідження умов і ефективності діяльності працівників правоохоронних органів держави і пов'язаності цих змінних із недавніми стресовими життєвими подіями було виявлено, що ті випробувані, які продукують безліч ситуаційних стресових станів у поведінці і життєдіяльності, можуть відчувати більший суб'єктивний стрес на роботі, ніж ті, які більш стабільні у поведінці і стані в подібних ситуаціях [5].

Значущість події не ізолювана від контексту і сприйняття її особистістю. Беручи це до уваги, слід відзначити, що *комбінація провокуючої події і фактора особистісної ранимості являє собою найважливішу умову виникнення стресу*, ніж один або навіть два провокуючі фактори без особистої спрямованості.

Дослідженнями Дж. Ормел, Р. Сандермана, Р. Стюарта була розпочата спроба визначення тих особистісних мінливостей, які можуть змінювати ставлення до несприятливих подій, що відбуваються. У наведеній моделі враховувалися запропоновані провокуючі фактори,

особистісна вразливість, рівень прояву хворобливого симптому. На думку авторів, *три особистісні змінні – нейротизм, самооцінка, локус-контроль – можуть виступати як дефініції особистісної вразливості*. Ці змінні не впливають у цілому на реакцію на запропоновану несприятливу обставину. Локус-контроль і самооцінка іноді змінюють ставлення до події і підвищують її бажаність. У той же час у високо вразливих суб'єктів бажані життєві події виступають факторами, що знижують рівень виразності симптому [6].

Аналіз групи внутрішніх факторів, що призводять до виникнення у рятувальника професійного стресу, повинен проводитися переважно з погляду виділення особливостей, що властиві конкретному суб'єкту, і спроб типологізації індивідуальних розбіжностей. Цілком очевидно, що будь-яка людина – істота

унікальна за своїм фізіологічним і психологічним портретом. Така своєрідність приводить до того, що однакові зовнішні впливи знаходять різне кількісне або якісне переломлення в характері розвитку професійного стресу.

Виділення певних загальних закономірностей у процесі генези станів і аналіз причин, які лежать у їх основі, дозволяють об'єднувати загальні (на певних підставах) види індивідуальних реакцій, тобто вирішувати завдання типологізації індивідуальних розбіжностей.

На нашу думку, індивідуальну варіабельність реакцій рятувальника на стрес варто розглядати на основі наступних особливостей особистості:

- психофізіологічної;
- психологічної;
- поведінкової (див. рис. 1).

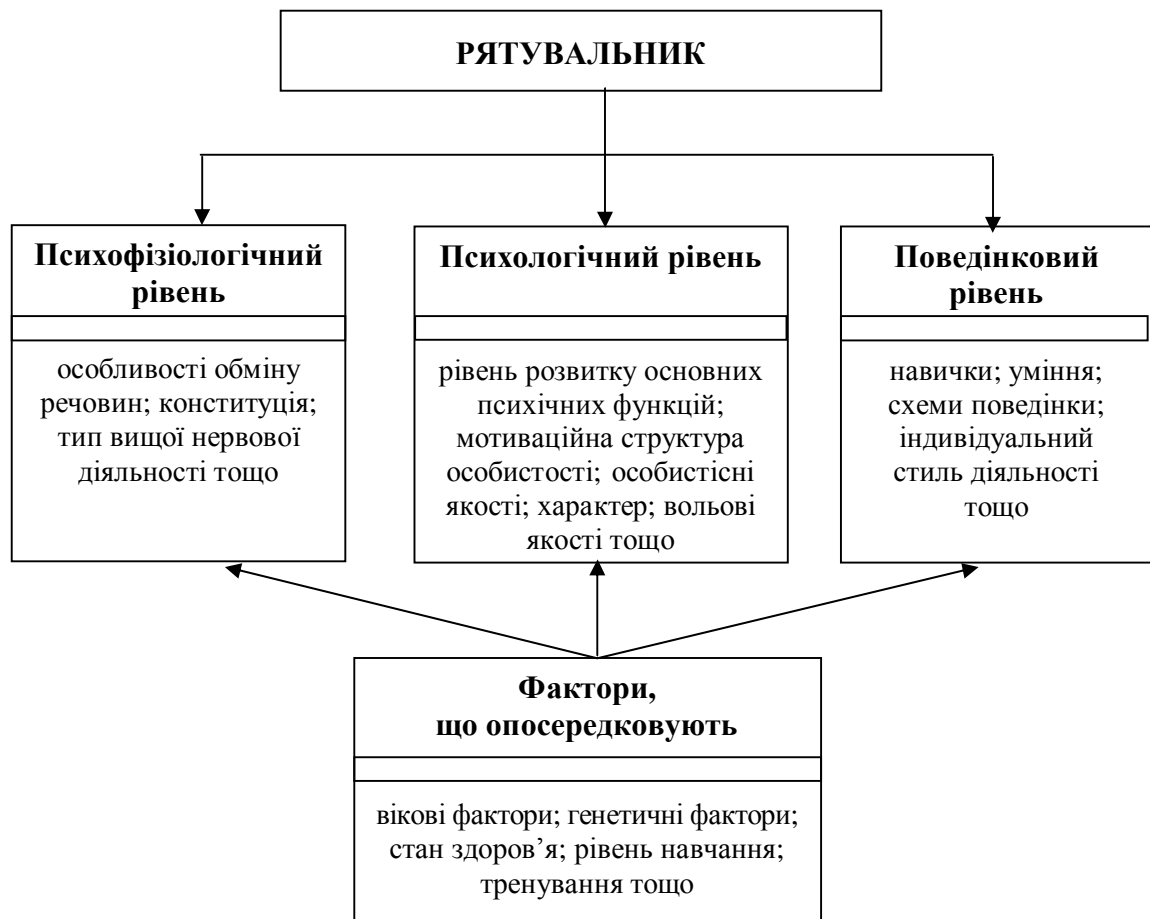


Рис. 1. Індивідуальні особливості рятувальника, що впливають на розвиток у нього професійного стресу

На *психофізіологічному рівні* характер розвитку професійного стресу визначатиметься конституціональними особливостями рятувальника, типом його нервової діяльності, ци-

клічністю здійснення фізіологічних функцій, наявністю хвороб (у тому числі викликаних даною професією) тощо.

На *психологічному рівні* до таких факторів належать ступінь розвитку основних психічних функцій, наявність певних спроможностей, рівень сформованості вольових якостей, особливості організації мотиваційної сфери, що у комплексі визначають індивідуально-психологічні властивості особистості. Особливої важливості у вивченні даної групи факторів набуває вміння практичного психолога системи МНС проводити аналіз мотиваційної і емоційно-вольової сфер особистості, які багато в чому визначають «обличчя» професійного стресу.

Саме мотиваційна структура й особливості емоційно-вольової сфери формують певні особистісні якості (екстраверт/інтроверт, нейротизм, рівень тривожності) і характерологічні особливості рятувальника, які створюють сприятливі можливості для розвитку або, навпаки, усталеності до виникнення професійного стресу.

Так, американські психологи (П. А. Руссо, А. С. Енджел, С. Х. Хаттінг тощо) поділяють поліцейських та рятувальників на три основні групи залежно від мотивів їх вступу на службу [7].

До першого типу належать ті, хто обрав дану професію з корисливих мотивів (заряди заробітної платні, різних пільг, гарантованої зайнятості тощо).

До другого типу належать «кар'єристи», тобто поліцейські та рятувальники, котрі вище за все ставлять престиж, незалежність, професійні навички та вміння, які сприяють їх переміщенню по службі.

До третього типу належать «ідеалісти», тобто поліцейські та рятувальники, орієнтовані на служіння суспільству, народу тощо.

За даними П. В. Ейнсворт та К. Піз [8], різні типи поліцейських та рятувальників по-різному оцінюють стресогенність ситуацій, в яких їм доводиться опинятися. Деякі результати цих досліджень можна подати у вигляді таблиці (див. табл. 1).

За нашим переконанням, вивчення та аналіз професійної мотивації, що формує певні особистісні якості, можна проводити на основі урахування трьох основних складових життєдіяльності рятувальника: морально-етичної, фізичної та соціально-економічної (див. рис. 2).

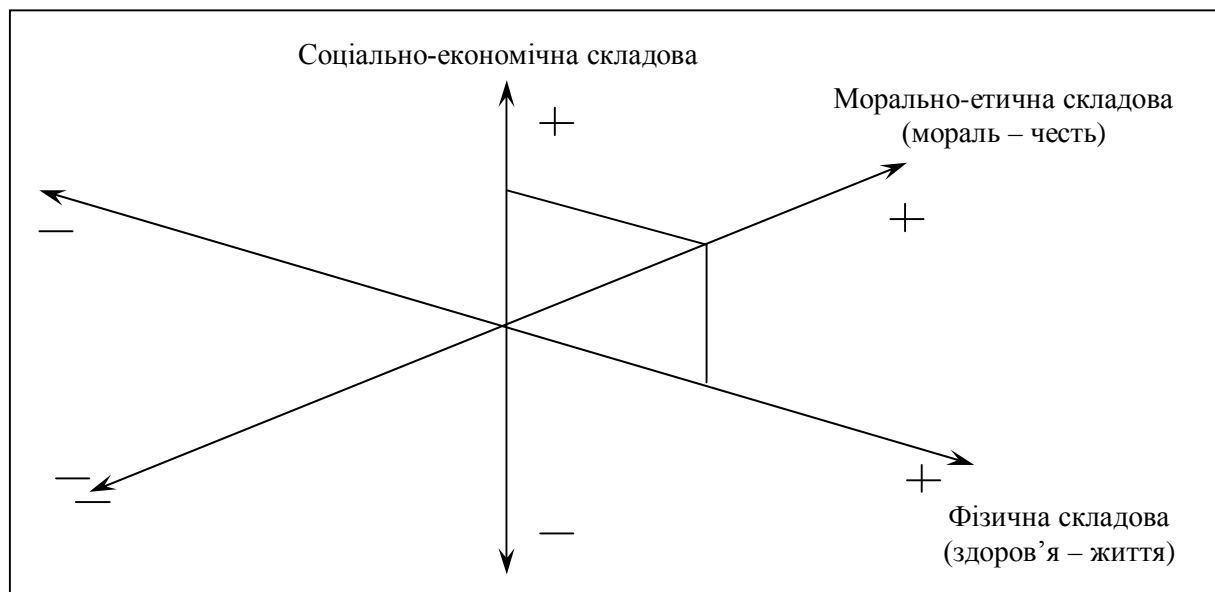


Рис. 2. Модель еквіпотенційного простору професійної мотивації

Як бачимо з рисунка, основні критерії оцінювання професійної мотивації рятувальника знаходяться в тривимірному просторі. Кожна складова не може бути домінуючою, тому що таким чином буде порушена пропорційність і одна зі складових домінуватиме в мотивації професійної діяльності. При диспропорції жодна зі складових буде блокувати (гальмувати) професійні дії працівника МНС у різноманітних ситуаціях виконання завдань за призначенням.

Острах за власне життя і здоров'я буде блокувати рішучі й активні дії рятувальника при проведенні аварійно-рятувальних та інших невідкладних робіт з ліквідації наслідків надзвичайної ситуації. Морально-етичний вакуум буде блокувати дії питаннями типу: «В ім'я чого я ризикую життям?», особистісні соціально-економічні проблеми – твердженнями типу: «За таку мізерну зарплату я не буду ризикувати власним життям». Незадоволеність однієї зі

складових може призвести не тільки до високої ротації персоналу МНС, але і до професійного

стресу чи професійної деформації.

Таблиця 1

**Оцінка стресогенності ситуацій поліцейськими та рятувальниками з різними типами мотивації вступу на службу**

Джерела стресу	Оцінка (В – висока, Н – низька)		
	Користолюбці	Ідеалісти	Кар’єристи
Відсутність вдячності та винагород	В	Н	Н
Байдужі керівники	Н	Н	В
Професійні конфлікти	Н	В	Н
Виклик на небезпечну подію	В	В	В
Бійка в громадському місті	Н	Н	В
Виклик на спрацювання засобів сигналізації	Н	Н	Н
Злочин проти дитини	В	В	В
Вбивство	Н	В	Н
Згвалтування	Н	Н	В
Тілесні ушкодження	Н	Н	В
Утоплення	В	Н	В

Своєрідність психологічних особливостей знаходить вираження у виробленні в рятувальника специфічних поведінкових схем або патернів поведінки (поведінковий рівень).

Базуючись на результатах багаторічних досліджень науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології Національного університету цивільного захисту України, ми можемо виділити декілька типів поведінки працівника МНС, що із високою ймовірністю виникають при проведенні аварійно-рятувальних та інших невідкладних робіт з ліквідації наслідків надзвичайної ситуації:

– напружений тип – для таких осіб характерні сповільненість, скутість, напруженість, а також інтенсивні реакції на емоційні впливи;

– метушливий тип – представники даної групи метушаться, не можуть прийняти рішення й усвідомити пріоритетний напрямок дій;

– тип, що поринає у дрібниці – не бачить мети, займається другорядними справами;

– боягузливий тип – ухиляється від необхідних дій. Переважають емоція страху й інстинкт самозбереження;

– агресивно-безконтрольний тип – дії рятувальника агресивні, беззмістовні і безконтрольні, він діє під впливом афекту;

– гальмовий тип – характеризується повною загальмованістю дій;

– тимчасово загальмований тип – спочатку загальмований, а потім активно діє у потрібному напрямку;

– брехливо-прогресивний тип – активно діє, але робить зовсім не те, що потрібно;

– прогресивний тип – діяльність здійснює успішно, витрати сил і стомлюваність невеликі, підвищений тонус.

На характер індивідуальних особливостей накладає відбиток низка опосередкованих факторів, що визначають специфічність проявів на кожному з розглянутих нами рівнів. До них числа можна віднести вікові, генетичні (наприклад статеві) розбіжності, ступінь тренуваності і рівень індивідуальної професійної підготовки рятувальника. Залежно від двох останніх факторів потенційні можливості одного й того самого працівника МНС можуть істотно варіюватися.

Доказом усього вищесказаного можуть служити результати проведеного нами дослідження, в якому взяли участь дві категорії працівників МНС – пожежні і рятувальники-піротехніки. Кожна з них, у свою чергу, включала одну експериментальну і дві контрольні групи. Стосовно експериментальних груп чисельністю по 30 чоловік проводилася поглиблена професійно-психологічна підготовка з використанням методу стресових впливів, який включав: подолання спеціальних психологічних смуг в індивідуальних засобах захисту; дії у вогнищах пожеж і димових завіс; виконання спеціальних завдань за призначенням тощо.

Психодіагностика контрольних груп проводилася без попередньої поглибленої професійно-психологічної підготовки. Причому перші з

контрольних груп (37 чоловік, які виконували складні завдання в умовах проведення аварійно-рятувальних та інших невідкладних робіт з ліквідації наслідків надзвичайної ситуації регіонального або державного рівня і 22 чоловіки, які у ході виконання складних завдань були травмовані) були учасниками виконання завдань у ризиконебезпечних ситуаціях, а другі (42 чоловіки – пожежні і 28 чоловік – працівники піротехнічних підрозділів МНС) склалися з рятувальників, які не брали участі у виконанні складних завдань в умовах проведення аварійно-рятувальних та інших невідкладних робіт з ліквідації наслідків надзвичайної ситуації регіонального або державного рівня.

Результати первинної психодіагностики експериментальних і контрольних груп, проведеної за допомогою ММРІ, не дозволили нам виявити статистично значущих відхилень від середніх показників норми за всіма шкалами. Усереднений профіль ММРІ усіх обстежених 189 рятувальників до їхньої участі у виконанні завдань в умовах підвищеного ризику для життя поданий на рисунку 3.

У контрольних групах, що не брали участі у виконанні складних завдань в умовах проведення аварійно-рятувальних та інших невідкладних робіт з ліквідації наслідків надзвичайної ситуації регіонального або державного рівня, усереднений профіль особистості працівника міліції істотних змін не зазнав (табл. 2).

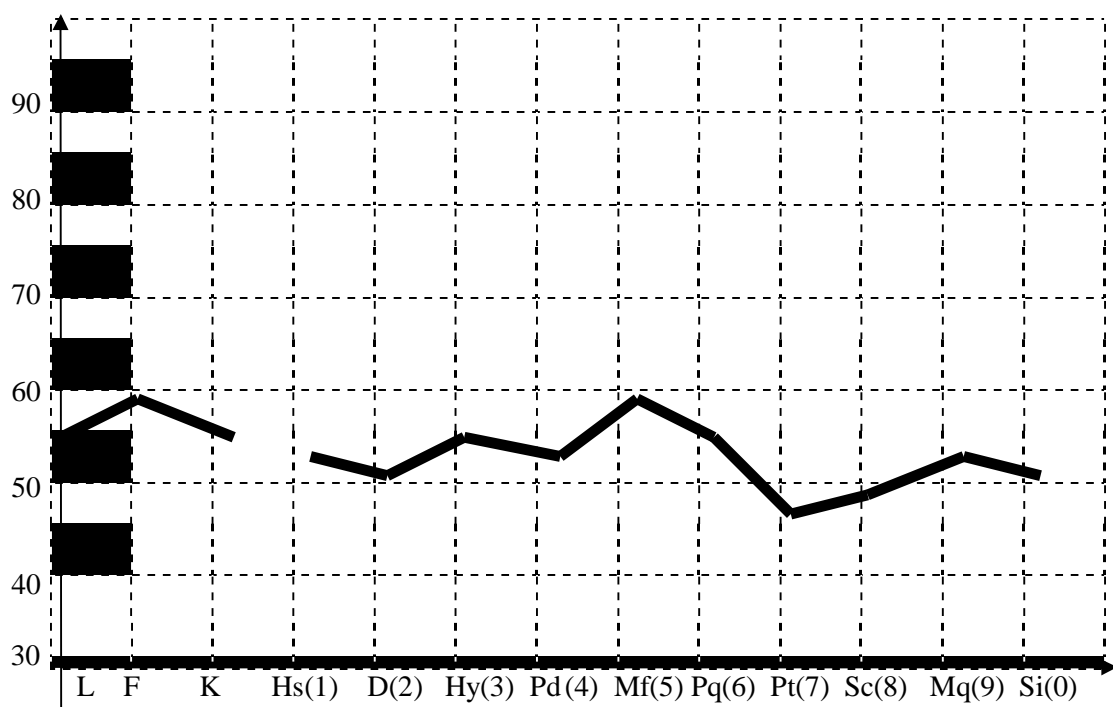


Рис. 3. Усереднений профіль особистості працівників МНС експериментальних і контрольних груп за результатами первинного обстеження

Таблиця 2

Усереднений профіль особистості рятувальників, які не брали участі у виконанні складних завдань з ліквідації наслідків надзвичайної ситуації регіонального або державного рівня

	Шкали ММРІ												
	L	F	K	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0
Т-оцінки	56,1	58,0	55,8	52,7	51,2	55,6	52,1	59,4	54,9	46,8	50,5	52,3	49,2

Варто звернути увагу на виникнення розбіжностей у профілях ММРІ пожежних і піротехніків – працівників МНС експериментальних і

контрольних груп. Відповідні усереднені профілі ММРІ подані на рис. 4–5.

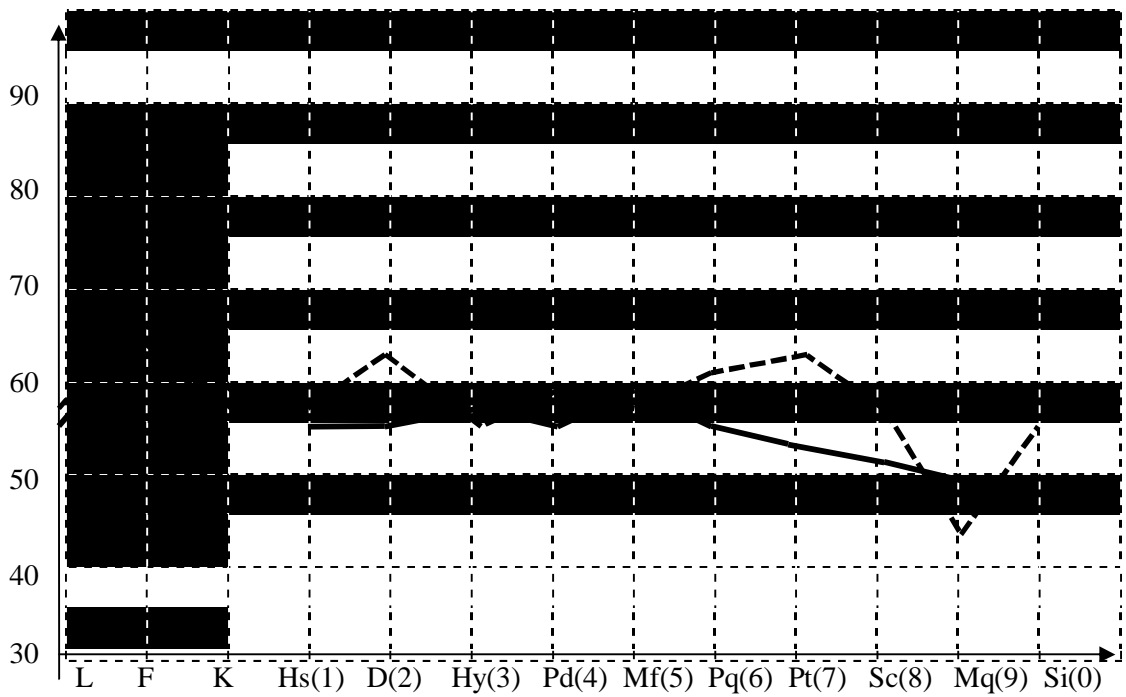
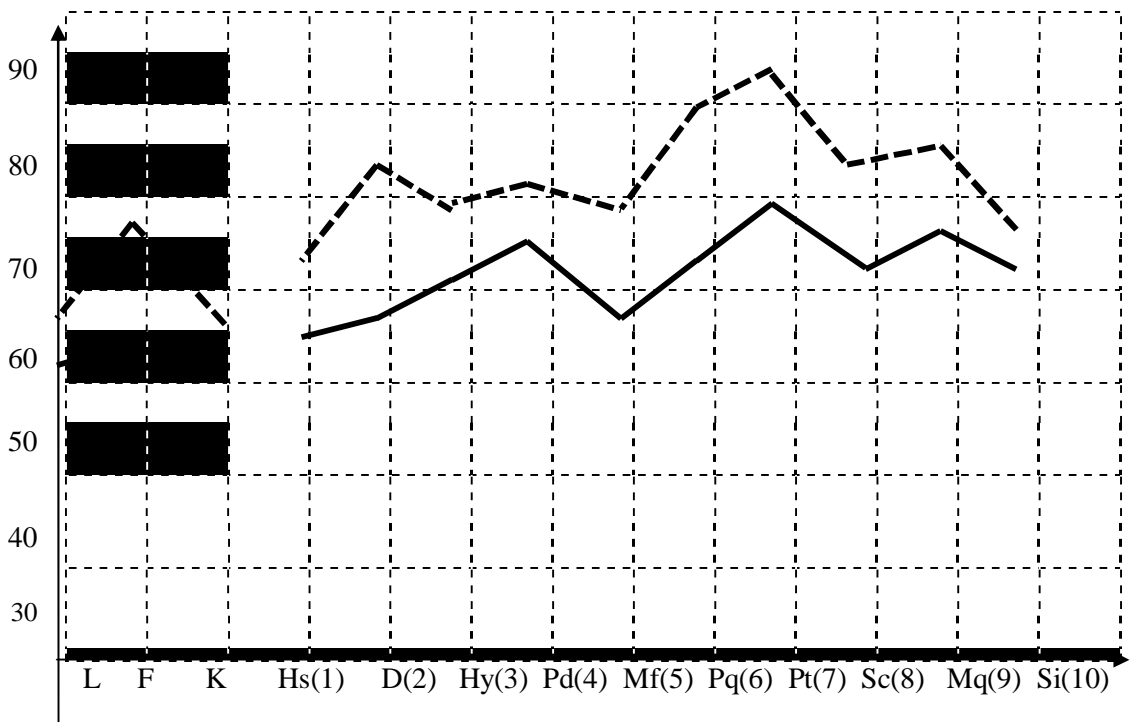


Рис. 4. Усереднені профілі особистості пожежних експериментальних і контрольних груп



Примітка:   
 Експериментальна група   
 Контрольна група

Рис. 5. Усереднені профілі особистості працівників піротехнічних підрозділів МНС експериментальних і контрольних груп

З наведених рисунків очевидно, що в пожежних та в піротехніків, які брали участь у виконанні завдань в умовах підвищеного ризику для життя, явно виражені піки за шкалою F, що від-

биває високий рівень емоційної напруженості і може бути пов'язано як із вираженим професійним стресом, так і з нервово-психічними порушеннями, причому в експериментальних групах

пiк за шкалою F менший. Це може свiдчити як про позитивний вплив методу стресового впливу в межах поглибленої професійно-психологічної пiдготовки, що проводилася з даною категорією рятувальників, так і про особливості тих умов, у яких виконувалися службові завдання.

Проте розгляд інших шкал профiлю свiдчить про появу пiків за 2-ою, 7-ою і 8-ою шкалами, тобто за шкалами песимістичності, індивідуалістичності і тривожності. Дельта в Т-балах за цими шкалами між показниками експериментальної і контрольної груп свiдчить про дiєвість даної пiдготовки.

Дослідження дозволило узагальнити *психологічний портрет рятувальника, який успішно діє в ризиконебезпечних ситуаціях службової діяльності*. Він передбачає наявність у індивіда: високої активності і рівня вимог; яскравої емоційної реакції імпульсивності; лідируючого стилю поведінки; прагнення до ризику; достатнього ступеня розвитку самоконтролю; вираженої соціабельності й стійкості до стресу.

Характерні провідні піки профiлю для такого індивіда будуть розташовуватися у 1-й, 3-й, 4-й, 6-й, 7-й і 9-й шкалах. Комбінації, які найчастіше зустрічаються в рятувальника такого типу, будуть: 9,4,3; 9,6,4; (відповідно 9,3; 9,4; 9,6; 9,7; 3,1; 4,1 та ізольований пік за 9-ою шкалою).

Крім того, результати дослідження показали, що серед різноманітних варіантів одержання професійного стресу працівником МНС найбільшу питому вагу матимуть рятувальники, в поведінці яких переважає:

– тривожно-астенічний варіант поведінки, що характеризується униканням труднощів, підвищеною тривогою, нерішучістю, драгівливістю, багатократною перевіркою майбутніх дій і інформації, вираженою фіксацією на своєму здоров'ї, прикритими скаргами соматичного характеру (профiлі характерні високими піками 1-ої і 7-ої шкал за методикою ММРІ, наприклад значне перевищення показників за 7-ою шкалою над іншими – 1,3; 7,3 тощо);

– ригідно-агресивний варіант поведінки, що характеризується негативним ставленням

до усього, що відбувається, ворожістю, злостивістю, мстивістю й упертістю у стосунках із оточуючими. Найчастіше дані індивіди вважають себе обділеними і неоціненими (профiль подібного типу можна ідентифікувати за наявністю виражених піків за шкалами 9,6; 6,9; 9,6,4; 6,9,4 тощо).

З огляду на характер дезадаптивних реакцій рятувальників після виконання ними завдань в умовах підвищеного ризику для здоров'я і життя, які виявили у результатах попереднього тестування вищевказані психодіагностичні кореляції психологічної усталеності до впливу стрес-факторів підвищеної інтенсивності, можна зробити такі висновки:

– найбільша можливість психічної дезадаптації та розвитку професійного стресу існує при наявності в профiлі високих точок за шкалами 1, 2 і 7 (тривожно-астенічний варіант);

– наступне місце посідає ригідно-астенічний варіант (значне перевищення 7-ої шкали);

– і далі – рятувальники, які показали високе значення за 3-ою шкалою – істерично-експресивний варіант дезадаптації (інфантильне мислення й афективна логіка);

– працівники МНС, які показали профiлі типу 9,6; 6,9; 4,9; 4,6,9; 9,4 тощо, потребують підвищеного контролю їх соціальних проявів та повинні входити до групи посиленої психологічної уваги.

**Висновки.** Перш за все слід зауважити, що індивідуальна варіативність особистісних характеристик не сприяє одержанню достовірного прогнозу успішності/неуспішності діяльності рятувальника в ризиконебезпечних ситуаціях їх професійної діяльності. Ми переконані, що результативність кожного працівника МНС буде залежати також від значущості для нього діючого стрес-фактора. Тому вирішення проблеми усталеності до професійного стресу, результативності використання даного фахівця в конкретній професійній ситуації повинно передбачати розроблення сучасних підходів щодо оцінювання індивідуальної професійної та функціональної надійності рятувальника.

#### Список використаної літератури

1. Дикая Л. Г. Отношение человека к неблагоприятным жизненным событиям и факторы его формирования / Л. Г. Дикая, А. В. Махнач // Психологический журнал. – 1996. – Т. 17. – № 3. – С. 137–148.
2. Лазарус Р. С. Индивидуальная чувствительность и устойчивость к стрессу / Р. С. Лазарус // Психологические факторы на работе и охрана здоровья. – М. ; Женева : Изд-во ВОЗ, 1989. – С. 121–126.
3. Лазарус Р. С. Теория стресса и психофизиологическое исследование / Р. С. Лазарус // Эмоциональный стресс. – Л. : Медицина, 1970. – С. 178–209.
4. Paykel E. S. Scaling of life events / E. S. Paykel, B. A. Prusoff and E. H. Uhlenhuth // Archives of General Psychiatry. – 1971. – V. 25. – P. 340–347.

5. Тімченко О. В. Синдром посттравматичних стресових порушень: концептуалізація, діагностика, корекція та прогнозування : монографія / О. В. Тімченко. – Х. : Вид-во Ун-ту внутр. справ, 2000. – 268 с.
6. Ormel J. Personality as modifier of the life event – distress relationship: A longitudinal structural equation model / J. Ormel, R. Sanderman, R. Stewart // Personality and Individual Differences. 1988. – V. 9. – № 6. – P. 973–982.
7. Evans P. Life events and mood as predictors of the common cold / P. Evans, N. Endgerton // British Journal of Medical Psychology. – 1991. – V. 64. – № 1. – P. 164.
8. Теличкін О. О. Особливості психологічної адаптації працівників поліції до умов служби в миротворчій місії ООН : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01 «Загальна психологія; історія психології» / Теличкін Олександр Олександрович. – Х., 1998. – 18 с.

*Надійшла до редколегії 17.02.2012*

**ОЛЕЙНИКОВ А. А. ОСОБЕННОСТИ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ВАРИАБЕЛЬНОСТИ РЕАКЦИЙ СПАСАТЕЛЕЙ НА РАЗВИТИЕ У НИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТРЕССА**

Рассмотрена индивидуальная вариабельность реакций спасателей на развитие профессионального стресса. Выделены некоторые общие закономерности в процессе генезиса состояний и анализе причин, лежащих в их основе.

**OLIYNYKOV O. THE FEATURES OF THE VARIABILITY OF INDIVIDUAL REACTIONS OF RESCUERS ON THE PROGRESS OF PROFESSIONAL STRESS**

The variability of individual reactions of rescuers on the progress of professional stress are reviewed. Some general patterns in the genesis of states and the analysis the reasons of them are given.