

УДК 159.9:347.132.15

Роксолана Сірко

МЕТОДОЛОГІЧНІ ПИТАННЯ ЕКСТРЕМАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

У наш час майже у кожній державі відбуваються події, пов'язані з природними, екологічними, техногенними та технічними катастрофами, які призводять до загибелі великої кількості людей, а також залишають психологічні та фізичні травми у тих, хто вижив. У сфері екстремальних ситуацій психічне життя людей нерідко набуває своєрідних рис, а психологічні закономірності виступають в особливих поєднаннях, які не властиві іншим умовам життя. Така постановка проблеми зумовлює актуальність аналізу психологічних властивостей особистості, яка перебуває у ризиконебезпечних умовах. Саме це і сприяло появі нової галузі психології – екстремальної психології.

Донині не існує чіткого визначення екстремальної психології, оскільки складність вивчення надзвичайних ситуацій полягає в тому, що вони багатогранні: це і землетрус, і завал шахти, і паніка у натовпі, і суїцид, і втрата роботи. Тому на даний час у психологічній літературі вживаються поняття “психологія діяльності в особливих умовах” (Б. Ломов, 1985), “екстремальна психологія” (В. Лебедев, 2001; О. Тімченко, 2007), “кризова психологія” (Ф. Василюк, 1984; А. Осипова, 2005; Н. Осухова, 2007), “психологія безпеки” (І. Баєва, 2012), “екстремальна психопедагогіка” (О. Столяренко, 2002), “психологія екстремальних ситуацій” (В. Рубцов, 2008).

Так, представники *психологічного підходу* розглядають екстремальну психологію з точки зору особливостей діяльності в екстремальних умовах (Б. Ломов, 1985; В. Лебедев, 2001; О. Тімченко, 2007); вивчають стрес-фактори, які впливають на професійну діяльність (О. Столяренко, 2002), вивчають питання соціально-психологічного забезпечення діяльності (М. Козяр, 2009; В. Садковий, 2009; М. Кришталь, 2011; Ю. Шойгу, 2007); досліджують особливості адаптації до екстремальних умов та психічні стани при дезадаптації (М. Корольчук, 2006). Згідно з цією точкою зору, екстремальна психологія – це галузь психології, яка вивчає загальні психологічні закономірності життя і діяльності людей у змінених, незвичних для неї умовах існування: під час авіаційного і космічного польотів, підводного плавання, перебування у важкодоступних районах земної кулі тощо [21, с. 403].

Представники *психотерапевтичного підходу* оперують поняттями “кризова психологія”, “важкі життєві ситуації”, “травма” (М. Магомет-

Емінов, 2006; Ф. Василюк, 1984; А. Осипова, 2005; Н. Осухова, 2007), розглядають екстремальну психологію з точки зору наслідків екстремальної ситуації для особистості й особливостей їх лікування; досліджують різні типи важких життєвих ситуацій і конфліктів, таких як втрата роботи та близької людини, насильство, тероризм, які, можливо, і не досягають ступеня екстремальності загалом, проте є значущими саме для цієї людини. У цьому значенні екстремальна психологія – це психологічна дисципліна, яка вивчає психічну діяльність людини у подіях трансординарного й ординарного модусів існування до межових смислів буття і небуття [10, с. 10].

У сучасній психологічній літературі представники *соціально-психологічного підходу* розглядають новий напрям – “психологія безпеки”, де трактується екстремальна ситуація як результат активної взаємодії особистості та середовища, а безпека – це стан захищеності людини та середовища. У цьому контексті екстремальна ситуація розглядається як ситуація, котра викликає актуалізацію потреби в безпеці й одночасно блокує її задоволення. Отже, психологія безпеки вивчає соціопсихологічні явища і процеси, які виникають у ситуації загрози [1, с. 56]. Даний підхід дає можливість розглядати особистість не лише в аспекті соціальних процесів, але і в аспекті соціальних ситуацій (зовнішнє середовище), в котрих людина знаходиться.

Співвідношення вищезазначених наукових підходів та понять наведені у таблиці 1.

Таблиця 1

Співвідношення наукових підходів і понять

Підходи до вивчення		
Психологічний підхід	Психотерапевтичний підхід	Соціально-психологічний підхід
Основна категорія вивчення		
Діяльність	Травма та її наслідки	Безпека
Напрямок психології		
Екстремальна психологія	Кризова психологія	Психологія безпеки
Ключові поняття		
Надійність Психологічна придатність. Професійна адаптація. Стрес-фактори (М. Корольчук, 2006).	Кризи розвитку. Травматичні кризи. Кризи втрати (А. Осипова, 2005).	Психологічна безпека середовища. Психологічна безпека особистості (І. Баєва, 2012).

Подальший пошук інтегративних характеристик екстремальної психології як наукової дисципліни і зумовив дане дослідження.

Метою дослідження є розробка теоретичних засад екстремальної психології, її категоріального апарату, завдань і принципів.

Методи дослідження – теоретичне узагальнення психолого-педагогічної, методичної та спеціальної літератури з проблем діяльності в екстремальних умовах.

Результати дослідження. Аналіз наукових праць дозволяє визначити поле значення екстремальної психології як галузі психологічної науки, яка вивчає закономірності та механізми психічної діяльності людей у сфері надзвичайних ситуацій і розробляє науково обґрунтовані заходи психологічного забезпечення професійно-екстремальної діяльності з метою покращення працездатності фахівця.

Предметом екстремальної психології є вивчення загальнопсихологічних закономірностей функціонування психіки та життєдіяльності індивіда в зоні граничних можливостей організму, а також психологічне забезпечення праці фахівців у сфері надзвичайних ситуацій. Об'єктом екстремальної психології є психічна реальність, а саме психологічні характеристики людини та соціальної групи як суб'єктів екстремальної ситуації. Іншими словами, об'єктом екстремальної психології виступають працівники професійно-екстремальної діяльності, які займаються профілактикою та ліквідацією наслідків надзвичайних ситуацій.

Слід зазначити, що існують певні неузгодженості у зв'язку з предметом і об'єктом екстремальної психології. Це пов'язано з функціонуванням і реорганізацією таких міністерств, як Міністерство внутрішніх справ, Міністерство оборони, Міністерство надзвичайних ситуацій. Саме тому й виділяються такі галузі психологічної науки, як юридична психологія, військова психологія й екстремальна психологія, які вивчають поведінку людей в екстремальних умовах, проте психологічне забезпечення спрямоване на суб'єктів різних видів професійної діяльності: військовослужбовців, працівників внутрішніх справ, пожежників-рятувальників. У вищезазначених галузях психології розглядаються аспекти поведінки особистості у надзвичайних ситуаціях різних типів: екстремальна психологія розглядає поведінку людини в ситуаціях техногенних і природних катастроф (пожежа, землетрус, аварії тощо); юридична психологія вивчає особливості поведінки в надзвичайних ситуаціях суспільно-політичного характеру (тероризм, бандитизм, паніка у натовпі); військова психологія аналізує психотравмуючі чинники та їх вплив на психіку особистості в умовах воєнних дій.

У межах дослідження важливим є розуміння сутності проблем екстремальної психології як відображення різних видів професійної діяльності у

надзвичайних ситуаціях. Так, представник юридичної психології О. Тімченко вказує на необхідність окремого виділення екстремальної юридичної психології як науково-практичного розділу, який вивчає психологічні закономірності діяльності правоохоронних органів при виникненні надзвичайних обставин і ситуацій, пов'язаних із підвищеним професійним ризиком. Основним завданням екстремальної юридичної психології вчений визначає психологічне забезпечення професійної та функціональної надійності персоналу при виконанні завдань в умовах, що потребують граничної мобілізації фізичних психологічних і моральних якостей особистості.

Представники військової психології розглядають психічні стани (страх, фобії, висотна ейфорія, апатії тощо), які виникають у фахівців у надзвичайних ситуаціях воєнного часу (М. Варій, 2003); розробляють методи регуляції та саморегуляції психічних станів військовослужбовців у екстремальних умовах (А. Маклахов, 2004); аналізують стрес-фактори, які впливають на ефективність професійної діяльності (В. Лебедев, 1989); впроваджують новітні технології у психологічну екстремальну підготовку особового складу військових підрозділів (А. Караяні, І. Сиром'ятников, 2006; А. Воробйов, 2012).

Психологи Міністерства надзвичайних ситуацій досліджують такі проблеми, як психологічне забезпечення професійних дій із ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій (Ю. Шойгу, 2007); психологічні основи прогнозування, підвищення і відновлення працездатності працівників пожежно-рятувальних підрозділів (М. Кришталь, 2011); екстремально-професійна підготовка до діяльності (М. Козяр, 2009); психологічне забезпечення окремих видів діяльності (В. Садковий, 2009); проблеми психологічної придатності, професійної та функціональної надійності діяльності фахівців (О. Тімченко, 2007).

Таким чином, в екстремальній психології можна виділити такі завдання:

1. Методолого-теоретичне завдання: розробка відповідно до вимог загальної наукової методології та гносеології проблем об'єкта, предмета, методологічних принципів, історичного розвитку, категоріального апарату, структури і взаємозв'язку даної дисципліни з іншими науками, створення методики дослідження особливостей поведінки людей в екстремальних ситуаціях і психологічного забезпечення професійно-екстремальної діяльності.

2. Аналітичне завдання: дослідження психологічних закономірностей і механізмів розвитку психіки особистості в екстремальних умовах, розробка діагностичного інструментарію щодо психологічної стійкості фахівців, які працюють у ризико-небезпечних ситуаціях.

3. Прогностичне завдання: вироблення науково обґрунтованих припущень щодо профілактики і зниження психологічного травматизму на основі використання закономірностей діяльності в ситуаціях небезпеки, формування експертно-психологічних оцінок і прогнозування ефективності роботи фахівців.

4. Практичне завдання: розробка і впровадження рекомендацій і методів, які спрямовані на професійний розвиток, адаптацію та реадаптацію фахівців, участь фахівців-психологів у ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій і наданні екстреної психологічної допомоги постраждалому населенню, створення загальноосвітніх програм психологічної підготовки працівників професійно-екстремальної діяльності.

Розглянуті основні завдання є віддзеркаленням загальних функцій екстремальної психології, а її подальший розвиток зумовлений зовнішніми соціальними замовленнями та внутрішніми наочно-логічними закономірностями.

Посилання:

1. Баева, И. А. Психология безопасности как теоретическая основа анализа экстремальной ситуации / И. А. Баева // Практична психологія та соціальна робота. — 2012. — № 11. — С. 50—56.
2. Варій, М. Й. Військова психологія і педагогіка : посібник / М. Й. Варій, М. М. Козяр, М. С. Коваль / За заг. ред. М. Й. Варія. — Львів : Вид-во “Сполом”, 2003. — 624 с.
3. Василюк, Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций) / Ф. Е. Василюк. — М. : Изд-во Моск. ун-та, 1984. — 200 с.
4. Екстремальна психологія : підручник / За заг. ред. проф. О. В. Тімченка. — К. : ТОВ “Август Трейд”, 2007. — 502 с.
5. Караяни, А. Г. Прикладная военная психология / А. Г. Караяни, И. В. Сыромятников. — С.-Пб. : Питер, 2006. — 480 с.
6. Ковальчук, М. С. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах / М. С. Ковальчук, В. М. Крайнюк. — К. : Ніка-Центр, 2006. — 580 с.
7. Козяр, М. М. Професійна підготовка до діяльності в екстремальних умовах : навчальний посібник / М. М. Козяр. — Львів : ЛДУ БЖД, 2009. — 220 с.
8. Лабезная, Е. О. Травматическая стрессовая ситуация и посттравматический адаптационный процесс / Е. О. Лабезная // Психология состояния / под ред. А. О. Прохорова. — С.-Пб., 2004. — С. 378—385.
9. Лебедев, В. И. Экстремальная психология. Психическая деятельность в технических и экологически замкнутых системах : учебник / В. И. Лебедев. — М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2001. — 431 с.
10. Магомет-Еминов, М. Ш. Экстремальная психология. — Т. 2 : От психической травмы к трансформации / М. Ш. Магомет-Еминов. — М. : Психоаналитическая ассоциация, 2006. — 576 с.
11. Організація психологічної підготовки особового складу підрозділів сухопутних військ : навчально-методичний посібник / За ред. Г. П. Воробійова. — Львів : АСВ, 2012. — 430 с.
12. Осипова, А. А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях / А. А. Осипова. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2005. — 315 с.
13. Основи психологічного забезпечення діяльності МНС : підручник / За заг. ред. В. П. Садкового. — Х. : УЦЗУ, 2009. — 244 с.

14. *Осухова, Н. Г.* Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях : учебн. пособие для студ. высш. учебн. заведений / *Н. Г. Осухова.* — 2-е изд., испр. — М. : Издательский центр “Академия”, 2007. — 288 с.
15. Психологические проблемы деятельности в особых условиях / Под ред. *Б. Ф. Ломова, Ю. М. Забродина.* — М. : Наука, 1985. — 232 с.
16. Психология и педагогика. Военная психология / Под ред. *А. Г. Маклахова.* — С.-Пб. : Питер, 2004. — 464 с.
17. Психология экстремальных ситуаций / Под ред. *В. В. Рубцова, С. Б. Малых.* — 2-е изд., стер. — М. : Психологический ин-т РАО, 2008. — 304 с.
18. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных / Под общ. ред. *Ю. С. Шойгу.* — М. : Смысл, 2007. — 319 с.
19. Психология экстремальных ситуаций : хрестоматия / Сост. *А. Е. Тарас, К. В. Сельченко.* — Мн. : Харвест, 1999. — 480 с.
20. Психологічне забезпечення професійної діяльності працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України : [навчальний посібник] / *Микола Андрійович Кришталь.* — Черкаси : Академія пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля, 2011. — 226 с.
21. Психологічний тлумачний словник найсучасніших термінів / Під кер. *В. Б. Шапаря.* — Х. : Прапор, 2009. — 672 с.
22. *Столяренко, А. М.* Экстремальная психопедагогика / *А. М. Столяренко.* — М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2002. — 607 с.
23. *Тимченко, О. В.* Предмет, задачи та методи екстремальної юридичної психології / *О. В. Тимченко* // *Право і безпека.* — 2004. — № 3. — С. 218—221.

References (transliterated and translated):

1. *Bayeva I.* Psikhologiya bezopastnosti kak teoreticheskaya osnova analiza yeksternalnoy situatsii (Psychology of safety as a theoretical basis of the analysis of extreme situation). *Applied psychology and social work*, 2012, № 11. P. 50-56.
2. *Variy M., Kozyar M., Koval M.* Viyskova psykholohiya i pedahohika : posibnyk (Military psychology and pedagogy: manual). Lviv, 2003. 624 p.
3. *Vasilyuk F.* Psikhologiya perezhivaniya (analiz preodoleniya kriticheskikh situatsiy) (Psychology of emotional stress (analysis of overcoming critical situations). Moscow, 1984. 200 p.
4. *Ekstremalna psykholohiya : pidruchnyk* (Extreme psychology). Kyiv, 2007. 502 p.
5. *Karayani A., Syromyatnikov I.* Prikladnaya voyennaya psikhologiya (Applied military psychology). St. Petersburg, 2006. 480 p.
6. *Kovalchuk M., Kraynyuk V.* Sotsialno-psykholohichne zabezpechennya diyalnosti v zvy-chaynykh ta ekstremalnykh umovakh (Social and psychological support of work in normal and extreme conditions). Kyiv, 2006. 580 p.
7. *Kozyar M.* Profesiyna pidhotovka do diyalnosti v ekstremalnykh umovakh : navchalnyi posibnyk (Professional training to work in extreme conditions : textbook). Lviv, 2009. 220 p.
8. *Labeznaya Ye.* Travmaticheskaya stressovaya situatsiya i posttravmaticheskii adaptatsionnyy protsess (Traumatic stress situation and posttraumatic adaptation process) // *Psychology of a state*, St. Petersburg, 2004. P. 378-385.
9. *Lebedev V.* Ekstremalnaya psikhologiya. Psikhicheskaya deyatelnost v tekhnicheskikh i ekologicheskikh zamknytykh sistemakh : uchebnyk (Extreme psychology. Mental activity in technical and ecologically closed systems : textbook). Moscow, 2001. 431 p.
10. *Magomet-Yeminov M.* Ekstremalnaya psikhologiya. Tom 2. Ot psikhicheskoy travmy k transformatsii (Extreme psychology. Volume 2. From trauma to transformation). Moscow, 2006. 576 p.

11. Orhanizatsiya psikhologichnoyi pidhotovky osobovoho skladu pidrozdiliv sukhoputnykh viysk : navchalno-metodychnyy posibnyk (Organization sha psychological training of Army units personnel : textbook). Lviv, 2012. 430 p.
12. *Osipova A.* Spravochnik psikhologa po rabote v krizisnykh situatsiyakh (Directory of a psychologist concerning the work in crisis situations). Rostov-on-Don, 2005. 315 p.
13. Osnovy psikhologichnoho zabezpechennya diyalnosti MNS : pidruchnyk (Principles of psychological support of the Ministry of Emergency Situations: textbook). Kharkiv, 2009. 244 p.
14. *Osukhova N.* Psikhologicheskaya pomoshch v trudnykh i ekstremalnykh situatsiyakh : uchebn. posobiye dlya stud. vyssh. uchebn. zavedeniy (Psychological help in difficult and extreme situations : textbook for students of higher education institutions). Issue 2. Moscow, 2007. 288 p.
15. Psikhologicheskiye problemy deyatelnosti v osobykh usloviyakh (Psychological problems of work in special conditions). Moscow, 1985. 232 p.
16. Psikhologiya i pedagogika. Voyennaya psikhologiya (Psychology and pedagogy. Military Psychology) / Maklahov A. (ed.). St. Petersburg, 2004. 464 p.
17. Psikhologiya ekstremalnykh situatsiy (Psychology of extreme situations) / Rubtsov V., Malykh S. (eds.). Moscow, 2008. 304 p.
18. Psikhologiya ekstremalnykh situatsiy dlya spasateley i pozharnykh (Psychology of extreme situations for rescuers and firefighters). Moscow, 2007. 319 p.
19. Psikhologiya ekstremalnykh situatsiy : khrestomatiya (Psychology of extreme situations: a reader). 1999. 480 p.
20. *Kryshchal M.* Psikhologichne zabezpechennya profesiyanoi diyalnosti pratsivnykiv pozhehzhno-ryatuvalnykh pidrozdiliv MNS Ukrayiny : [navchalnyi posibnyk] (Psychological support of professional activity of fire and rescue units of the Ministry of Emergencies of Ukraine : textbook). Cherkasy, 2011. 226 p.
21. Psikhologichnyi tlumachnyy slovnyk naysuchasnishykh terminiv (Psychological explanatory dictionary of the most modern terms). Kharkiv, 2009. 672 p.
22. *Stolyarenko A.* Ekstremalnaya psikhopedagogika (Extreme psychopedagogy). Moscow, 2002. 607 p.
23. *Tymchenko O.* Predmet, zadachi ta metody ekstremalnoi yurydychnoi psikhologii (Subject, tasks and methods of extreme juridical psychology) // Law and Security. 2004, № 3. P. 218-221.

Стаття надійшла до редакції 14.02.2013

P. Сирко

Методологические вопросы экстремальной психологии

Статья посвящена методологическим вопросам экстремальной психологии. Анализируются основные подходы к изучению ключевых понятий экстремальной психологии (психологический, психотерапевтический, социально-психологический); характеризуется ее предмет, задачи и проблемы исследования. В экстремальной психологии автор выделяет такие основные задачи: методолого-теоретическую, которая состоит в разработке проблем объекта, предмета, методологических принципов, исторического развития, категориального аппарата, структуры и взаимосвязи данной дисциплины с другими науками, создание методики исследования особенностей поведения людей в экстремальных ситуациях и психологического обеспечения профессионально-экстремальной деятельности; аналитическую, состоящую в исследовании психологических закономерностей и механизмов развития психики личности в экстремальных условиях, разработке диагностического инструментария по психологической устойчивости специалистов, работающих в опасных ситуациях; прогностическую, которая заключается в выработке научно обоснованных предположений отно-

сительно профилактики и снижения психологического травматизма на основе использования закономерностей деятельности в ситуациях опасности, формировании экспертно-психологических оценок и прогнозирования эффективности работы специалистов; практическую, состоящую в разработке и внедрении рекомендаций и методов, направленных на развитие, адаптацию и реадaptацию специалистов, участие специалистов-психологов в ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций и оказании экстренной психологической помощи пострадавшему населению, создании общеобразовательных программ психологической подготовки работников профессионально-экстремальной деятельности.

Ключевые слова: экстремальная психология, психология кризиса, психология безопасности.

R. Sirko

Methodological Questions of Extreme Psychology

The article considers methodological problems of the extreme psychology. The author analyses main approaches to the study of key issues of the extreme psychology (psychological, psychotherapeutic, social and psychological); characterizes its subject, tasks and problems of the research. The author points out following basic tasks of extreme psychology: methodological and theoretical that is aimed to develop problems of object, subject, methodological principles, historical development, categorical apparatus, structure and relationship of this discipline to the other sciences, creation of the research methods of the behavior of people in extreme situations and psychological support of professional extreme activity; analytical that consists of the study of psychological patterns and mechanisms of the development of the mind of a person in extreme conditions, development of diagnostic tools for psychological stability of professionals working in dangerous situations; prognostic that is aimed to develop scientifically grounded assumptions concerning the prevention and reduction of psychological injuries through the use of working patterns in dangerous situations, formation of expert psychological assessment and predictions of the effectiveness of specialists' work; practical, consisting in the development and implementation of guidelines and methods aimed at the development, adaptation and readaptation of specialists, engagement of professional psychologists in post disaster recovery and emergency psychological assistance to the affected people, creation of educational programs of psychological training of workers of professional extreme activity.

Key words: extreme psychology, psychology of the crisis, psychology of the safety.

Рецензент – доктор психологічних наук,
професор В. В. Рибалка