

УРАХУВАННЯ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ ВАРІАБЕЛЬНОСТІ РЕАКЦІЙ ПОСТРАЖДАЛОГО НА СТРЕСОГЕННІСТЬ ФАКТОРІВ НАДЗВИЧАЙНОЇ СИТУАЦІЇ ЯК ДЕТЕРМІНАНТА ЕФЕКТИВНОСТІ ВСТАНОВЛЕННЯ З НИМ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНТАКТУ

У статті розглядається індивідуальна варіабельність реакцій на стрес-фактори надзвичайної ситуації на основі психофізіологічної, психологічної та поведінкової особливостей особистості.

Ключові слова: психологічний контакт, надзвичайна ситуація, постраждалий.

Постановка проблеми. Будь-яка форма роботи психолога з клієнтом в багатьох випадках залежить від низки об'єктивних та суб'єктивних факторів [1]. Так, ще у 1975 році С. Rogers, займаючись консультативною практикою, виділив шість основних умов, які сприяють позитивним змінам особистості при наданні їй допомоги:

- 1) дві особи перебувають у психологічному контакті;
- 2) перший персонаж, якого він називає «клієнтом», перебуває в стані психічного розладу, чимось стривожений тощо;
- 3) другий персонаж, якого він називає «консультантом», бере активну участь у спілкуванні;
- 4) консультант відчуває безумовну повагу до клієнта;
- 5) консультант переживає емпатію, прийнявши точку зору клієнта, і дає це йому зрозуміти;
- 6) емпатійне розуміння і безумовна повага консультанта передаються клієнтові навіть при мінімальній вираженості [2].

Виходячи з теоретичної позиції С. Rogersa можна сказати, що ніякі інші додаткові умови не обов'язкові для отримання позитивних змін у особистості, якщо в певний проміжок часу забезпечити ці шість основних.

Як видно з вищезазначеної схеми, одним з центральних та провідних компонентів в процесі побудови відносин «психолог-клієнт» виступає ніщо інше як психологічний контакт, який відображає позитивні та довірливі відносини між суб'єктами взаємодії. Від успішного встановлення психологічного контакту залежатиме ефективність проведення усєї стресогенними, а роботи інших - ні, чим обумовлені ці розбіжності, із якими особистісними особливостями це пов'язано. Актуальність цих проблем не викликає сумніву, але тільки в останні роки дослідники приступили до систематичного вивчення внутрішніх причин подібних зв'язків.

Тож, можемо сказати, що поглиблене вивчення основних соціально-психологічних детермінант, які впливають на ефективність встановлення психологічного контакту між психологом та клієнтом є однією з актуальних проблем, які існують на сьогодні в психологічній науці.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Практично не вирішеною залишається на сьогодні проблема індивідуальної варіабельності реакцій на стрес. Усе 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 цих проблем не викликає сумніву, але тільки в останні роки дослідники приступили до систематичного 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 до 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 [3].

Слідом за Лазарусом [4], 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 деякого *адаптивного* або *поведінкового стереотипу*, що переборює труднощі» [5].

Іншим напрямком у вивченні даної проблеми став підхід Пейкела, Прусоффа й Уленхута [6], відповідно до якого стресовість події визначалася відповідно до того, наскільки сильно вона шкодить людині. Вимірюючи, відповідно до цього, суб'єктивну оцінку ступеня емоційного стресу і пов'язуючи події з психологічним стресом, представники цього напрямку автоматично підтверджували наявність кореляції між несприятливою подією і викликаним нею фізіологічним стресом.

Критично оцінюючи основні підходи, що склалися на сьогодні у психологічній науці щодо вивчення проблеми індивідуальної варіабельності реакцій на стрес, необхідно підкреслити, що *використання різноманітних методів їхньої оцінки дозволяє дослідникам уточнити лише роль подій у житті людини. Але ці методи не відіграють вирішальної ролі, тому що й інші методи можуть дати подібні результати.* Крім того, розглядаючи проблему стресу, не можна не враховувати і той факт, що психічний стан та настрий значно впливають на сприйняття людиною конкретної події і можуть змінювати стан індивіда, провокуючи негативну оцінку різноманітних життєвих подій.

Значимість події не знаходиться в ізоляції 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. Стьюарта була розпочата спроба визначення тих особистісних мінливостей, які спроможні змінювати ставлення до несприятливих подій, що відбуваються. У цій моделі враховувалися запропоновані провокуючі фактори, особистісна ранимість, рівень прояву хворобливого симптому. На думку авторів, три особистісні змінні - нейротизм, самооцінка, локус-контроль - можуть виступати в якості дефініції особистісної ранимості. Ці змінні не змінюють у цілому реакцію на запропоновану несприятливу обставину. А локус-контроль і самооцінка іноді змінюють ставлення до події і підвищують її бажаність. У той же час у високо ранимих суб'єктів бажані життєві події виступають у якості фактора, що знижує рівень виразності симптому [7].

Аналіз групи внутрішніх факторів, що призводять до виникнення у людини стресу, повинен проводитися переважно з погляду виділення особливостей, які властиві конкретному суб'єкту, і спроб типологізації індивідуальних розбіжностей.

Цілком очевидно, що будь-яка людина - істота унікальна за своїм фізіологічним і психологічним портретом. Ця своєрідність призводить до того, що однакові зовнішні впливи знаходять різне кількісне або якісне переломлення в характері розвитку стресу.

Виділення деяких загальних закономірностей у процесі генезу станів і аналіз причин, які лежать у їхній основі, дозволяють об'єднувати загальні (за певними підставами) види індивідуальних реакцій, тобто вирішувати задачу типологізації індивідуальних розбіжностей.

Мета статті. Метою нашої статті є спроба обґрунтування необхідності урахування індивідуальної варіабельності реакцій постраждалого на стресогенність факторів надзвичайної ситуації при встановленні з ним психологічного контакту та подальшій роботі з надання екстреної психологічної допомоги.

Виклад основного матеріалу. На нашу думку, індивідуальну варіабельність реакцій на стрес-фактори надзвичайної ситуації варто розглядати на основі психофізіологічної, психологічної та поведінкової особливостей особистості (рис. 1).

На психофізіологічному рівні характер розвитку стресу визначатиметься конституціональними особливостями постраждалого, типом його нервової діяльності, циклічністю протікання фізіологічних функцій, наявністю хвороб і т. ін.



Рис. 1. Фактори, що впливають на розвиток стресу з боку індивідуальних особливостей постраждалого

На психологічному рівні до таких факторів відносяться ступінь розвитку основних психічних функцій, наявність певних спроможностей, рівень сформованості вольових якостей, особливості організації мотиваційної сфери, що у комплексі визначають індивідуально-психологічні властивості особистості.

Особливу важливість у вивченні даної групи факторів набуває вміння практичного психолога МНС проводити аналіз мотиваційної і емоційно-вольової сфер особистості, які багато в чому визначають «обличчя» стресу.

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

Своєрідність психологічних особливостей постраждалого знаходитиме вираження у виробленні у даної людини специфічних поведінкових схем або патернів поведінки (поведінковий рівень).

Базуючись на результатах власних багаторічних досліджень, можливо виділити декілька типів поведінки постраждалого, що із великою ймовірністю виникають в умовах надзвичайної ситуації:

- «напружений» тип - характерні сповільненість, скутість, напруженість, а також інтенсивні реакції на емоційні впливи;
- «метушливий» тип - метушиться, не може прийняти рішення й усвідомити пріоритетний напрямок дій;
- «той, хто іде у дрібниці» - не бачить мети, займається другорядними справами;
- «боягузливий» тип - ухиляється від необхідних дій. Переважають емоція страху й інстинкт самозбереження;
- «агресивно-безконтрольний» тип - дії людини агресивні, беззмістовні і безконтрольні, вона 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 їхнього числа можна віднести вікові, генетичні (наприклад, статеві) розбіжності, ступінь тренуваності і рівень індивідуальної професійної підготовки. У залежності від двох останніх факторів потенційні можливості одного й того самого постраждалого можуть істотно варіюватися.

Доказом усьому вищесказаному можуть служити результати проведеного дослідження, в якому взяли участь постраждалі з числа цивільного населення в умовах ліквідації наслідків вибухів на артилерійських складах Міністерства оборони у м. Лозова Харківської області.

Дослідження дозволило констатувати, що серед різноманітних варіантів відмови постраждалого від спілкування з психологом МНС, найбільш питому вагу матимуть особи, в поведінці яких переважає:

➤ «тривожно-астенічний» варіант поведінки, що характеризується униканням труднощів, підвищеною тривогою, нерішучістю, дратівливістю, багатократною перевіркою майбутніх дій і інформації, вираженою фіксацією на своєму здоров'ї, прикритими скаргами соматичного характеру (профілі характерні високими піками 1-ї і 7-ї шкал за методикою ММРІ, наприклад - значне перевищення показників за 7-ю шкалою над іншими - 1,3; 7,3 і т.п.);

➤ «ригідно-агресивний» варіант поведінки, що характеризується негативним ставленням до усього, що відбувається, ворожістю, злостивістю, мстивістю й упертістю у відносинах із навколишніми. Найчастіше дані індивіди вважають себе обділеними і неоціненими (профіль подібного типу можна ідентифікувати за наявністю виражених піків за шкалами 9,6; 6,9; 9,6,4; 6,9,4 і т.п.).

➤ «істеро-експресивний» варіант поведінки, що характеризується інфантильним мисленням та афективною логікою (профілі подібного типу можна ідентифікувати за наявністю високого значення за 3-ю шкалою методики ММРІ).

Однак, слід зауважити, що індивідуальна варіативність особистісних характеристик постраждалого не сприяє одержанню достовірного прогнозу успішності /неуспішності встановлення психологом МНС психологічного контакту з ним. Ми переконані, що результативність встановлення такого контакту буде також залежати і від особистісної значущості для постраждалого діючого стрес-фактора надзвичайної ситуації.

Висновки. Таким чином, урахування індивідуальної варіабельності реакцій постраждалого на стресогенність факторів надзвичайної ситуації є однією з основних детермінант ефективності встановлення психологічного контакту психолога МНС з об'єктом професійного інтересу.

Список використаних джерел

1. Кочюнас, Р. Основы психологического консультирования: Учеб. пособие / Р. Кочюнас; Под ред. В.В. Макарова. - М.: Акад. проект, 2000. - 239 с.
2. Gelso, C. J. Counseling Psychology / Gelso C.J., Fretz B.C. - N. Y.: Holt, Rinehart and Winston, 1992. - 128 p.
3. 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.
4. Лазарус, Р.С. Индивидуальная чувствительность и устойчивость к стрессу / Р.С. Лазарус // Психологические факторы на работе и охрана здоровья. - М.-Женева, 1989. - С. 121 - 126.
5. 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.
6. Paykel, E.S., Scaling of life events / Paykel E.S., Prusoff B.A. and Uhlenhuth E.H., // arch. Gen. Psychiat 1971. - V.25. - P. 340-347.
7. Ormel, J., Personality as modifier of the life event - distress relationship: A longitudinal structure equation model / Ormel J., Sanderman R., Stewart R. // Person. Individ. Diff., 1988. V. 9. № 6. P.973-982.

Надійшла до редколегії 12.02.13

Р.М. Цицей, соискатель,
Национальный университет гражданской защиты Украины

УЧЕТ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ВАРИАБЕЛЬНОСТИ РЕАКЦИЙ ПОСТРАДАВШЕГО НА СТРЕССОГЕННОСТЬ ФАКТОРОВ ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ КАК ДЕТЕРМИНАНТА ЭФФЕКТИВНОСТИ УСТАНОВЛЕНИЯ С НИМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНТАКТА

В статье индивидуальная вариабельность реакций на стресс-факторы чрезвычайной ситуации рассматривается на основе психофизиологической, психологической и поведенческой особенностей личности.

Ключевые слова: психологический контакт, чрезвычайная ситуация, пострадавший.

R.M. Tsitsej, Candidate for a Degree,
National University of Civil Defense of Ukraine

CONSIDERING THE VARIABILITY OF INDIVIDUAL RESPONSES OF THE VICTIM TO THE EMERGENCY STRESS-GENIC FACTORS AS A DETERMINANT OF THE EFFICIENCY FOR ESTABLISHING PSYCHOLOGICAL CONTACT WITH THE PATIENT

The article considers the individual variability of reactions on the stress factors in the emergency situation based on psycho-physiological, psychological and behavioral characteristics of an individual.

Keywords: psychological contact; emergency situation; victim.