

УДК: 159.9

© Криворотько А.С., 2013 г.

А.С. Криворотько
Национальный университет экономики
и торговли им. М. Туган-Барановского, г. Донецк

ОДИНОЧЕСТВО МОРЯКОВ ДАЛЬНЕГО ПЛАВАНИЯ КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН

Рассматривается одиночество моряков как социально-психологический феномен. Исследована проблема одиночества, выявлены «особые условия» деятельности моряков, а также психологические причины социальной изоляции.

Ключевые слова: одиночество, социально-психологический феномен, особые условия, социальная изоляция.

А.С. Криворотько САМІТНІСТЬ МОРЯКІВ ДАЛЕКОГО ПЛАВАННЯ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН

Розглядається самотність моряків як соціально-психологічний феномен. Досліджена проблема самотності, виявлені «особливі умови» діяльності моряків, а також психологічні причини соціальної ізоляції.

Ключові слова: самотність, соціально-психологічний феномен, особливі умови, соціальна ізоляція.

A.S.Kryvorotko LONELY AS SAILORS LONG VOYAGE SOCIO-PSYCHOLOGICAL PHENOMENON

The article discusses the loneliness of sailors as a socio-psychological phenomenon. The problem of loneliness, identified "special conditions" of the sailors, as well as psychological causes of social exclusion.

Key words: loneliness, social and psychological phenomenon, special conditions, social isolation.

Актуальность работы. Углубленный социально-психологический анализ одиночества требует изначально обращения к классике философской мысли: зарубежной (К. Маркс, Ж.-П. Сартр, М. Хайдеггер, Ф. Ницше) и отечественной (И.А. Ильин, Л.Н. Толстой), где, несмотря на антиномическое столкновение различных мировоззренческих позиций, проблема одиночества рассматривается в связи с глубокими онтологическими основаниями человеческого бытия, с его трагическими противоречиями, а также в связи с анализом социокультурной ситуации, сложившейся в условиях техногенной цивилизации. В настоящее время имеются трудности определения и интерпретации сущности одиночества, его

специфики и субъективных причин, отсутствует четкая дифференциация смежных с одиночеством понятий (таких, например, как «изоляция», «уединение»). Помимо этого, анализ научной литературы показал, что чаще всего явление одиночества рассматривается как негативное, в связи с чем признается деструктивное влияние одиночества на психику человека.

«Особые условия» деятельности моряков, как отмечает В.И. Лебедев, справедливо для тех ситуаций, когда деятельность связана с эпизодической (т.е. непостоянной) действием экстремальных факторов (или с вероятностью их возникновения), а экстремальные условия деятельности связаны с постоянным воздействием этих факторов [1]. Грань, которая отделяет «нормальные» условия деятельности от «крайне ненормальных», остается весьма условной. Крайним выражением этой позиции является тенденция оценки условий как экстремальных, исходя только из физических характеристик стимуляции [1].

Под особыми или экстремальными условиями деятельности Л.А. Китаев-Смык, понимает условия, которые находятся на грани адаптационных возможностей или превосходят психические, физические, психофизиологические резервы человека и ставят перед ней большие трудности, обязывают ее до максимального напряжения сил и возможностей [2]. Б.Ф. Ломов определяет особые условия, как условия, требующие мобилизации обычных «буферных», а иногда и «аварийных», резервов организма [3]. А в одном из последних отечественных изданий по проблематике экстремальной психологии определяются основные психологические феномены, проявляющиеся вследствие пребывания человека в экстремальных ситуациях. Это прежде всего «стресс», «профессиональный стресс», «психическая напряженность», «утомление», «психическое выгорание» и «посттравматичный стресс» [4].

Замечательный философ эпохи возрождения Френсис Бэкон сказал: *«Тот, кто лишен искренних друзей, поистине одинок»*. С его словами, как никогда, мы часто соглашаемся по жизни. Несмотря на то, что на протяжении столетий изучением проблемы одиночества занимались и продолжают заниматься ученые раз-

личных взглядов и направлений, одиночество как социально-психологический феномен представляет собой малоизученное явление.

Само понятие «*одиночество*» означает социально-психологическое явление, эмоциональное состояние человека, связанное с отсутствием близких, положительных эмоциональных связей с людьми и/или со страхом их потери в результате вынужденной или имеющей психологические причины *социальной изоляции* [5].

Именно изоляция считается причиной одиночества. Анализ научной литературы позволяет нам считать, что особые условия деятельности отличаются повышенным уровнем сложности, ответственности, эмоционального или физического напряжения, утомления и стресса. Все это не может не влиять на моряков. Влияние экстремальных факторов особых условий профессиональной деятельности вызывает нарушения в психических процессах и состояниях человека и приводит к снижению уровня эффективности и надежности ее деятельности.

Однако деятельность моряков во время длительных морских рейсов имеет свою, особую специфику, обусловленную факторами повышенного риска, травмоопасности, монотонии, стрессогенности, относительной социальной изоляции, деформирующего воздействия и т.д.

На корабле не только служебная деятельность, но и вся жизнь моряков, их быт и досуг зависят от обстановки плавания. Она подчиняет себе все общие, коллективные и личные потребности и интересы, влияя на всю психическую деятельность личности и формирование психологии коллектива. В условиях длительного плавания стереотипность судовой жизни сопровождается разнообразными реакциями нервных регуляторных механизмов, носят компенсаторный характер. Диапазон изменений нервной системы моряков в море очень широкий, вплоть – до неврозов, дезадаптации и т.д.

Влияние психических состояний зависит также от обстановки на корабле. Одно дело, когда человек находится в обычных жизненных условиях, другое - когда он длительное время действует в экстремальной обстановке. Однако эту зависимость нельзя понимать прямолинейно по принципу "стимул – реакция". Она

проявляется опосредованно многочисленными индивидуальными и социально-психологическими факторами. Время при прочих равных условиях в сложной и опасной для жизни обстановке значение психических состояний и их влияние на конкретные действия и поступки людей значительно возрастает [6].

В нашем мире многие люди считают себя *одинокими*, несмотря на то, что вокруг них есть много людей. Одиночество доставляет им страдание и не дает возможность жить полноценной жизнью. Ведь одинокий человек не имеет друзей или близкого человека, к которому в тяжелую минуту можно было бы обратиться за помощью или просто попросить совета. А если мы говорим о моряке, то у него только одни условия службы заставляют большинство людей вздрагивать.

Ведь условия службы моряков дальнего плавания отличаются увеличенными трудностями адаптации и ситуацией социальной депривации. Во депривацией в общем плане разума психическое состояние, когда субъект не имеет возможности удовлетворять некоторые свои основные (жизненные) психические потребности в достаточной мере в течение длительного времени. Это приводит к различным моральным и психологическим отклонениям в поведении и деятельности. Моряки, в условиях дальнего плавания оказываются в ситуации, когда они ограничены в возможностях для удовлетворения определенных жизненных психических потребностей иногда длительного времени. Возникновение социальной депривации, связано с тем, что в условиях дальнего плавания человек сталкивается с ситуацией недостаточного получения социальных, чувственных, сенсорных стимулов, оказывается в условиях определенной групповой социальной изоляции.

Условия профессиональной деятельности моряков дальнего плавания предусматривают не только изменение социальных ролей гражданина, но специфическое влияние условий вынужденной изоляции на человека моряка. Экстремальные условия деятельности, ограниченность социальных контактов, жесткая регламентация жизни, отсутствие положительного жизненного роста и личной жизни по-разному влияют на людей разного возраста, с разным сроком (временная протяженность) и опытом нахождения в таких условиях.

Психологические характеристики и условия деятельности моряков определяются также высокой ответственностью за выполнение поставленных задач, длительным пребыванием в состоянии эмоционального напряжения, гиподинамией, недостаточностью сенсорной информации, оторванностью от социальной среды, семьи, дефицитом времени, наличием препятствий, риском для жизни. Надо учитывать, что на современных кораблях работа членов экипажей становится преимущественно операторской. Операторская деятельность корабельных специалистов рассматривается как сложная и напряженная аналитико-синтетическая работа головного мозга, которая требует высокой устойчивости внимания, напряжения анализаторных. Наряду с этим у моряков, особенно в длительных плаваниях, отмечают изменения показателей, характеризующих силу процессов возбуждения и торможения, их подвижность, точность реагирования на раздражители, величину пороговых восприятий, а также памяти, внимания и мышления. В условиях плавания происходят разносторонние изменения функций организма, которые являются интегральной характеристикой влияния на условия жизнедеятельности моряков, интенсивности профессиональной деятельности и ее специфических особенностей.

В зависимости от организационного и психологического содержания выделяют три режима труда моряков, которые характеризуются постоянной, быстрой или внезапной их изменением для экипажа.

1. Работа в повседневных условиях, преимущественно в готовности к экстремальным действиям.

2. В условиях повышенной готовности, когда значительно возрастает ответственность корабельных специалистов за выполнение служебных обязанностей (узкий проход, сближения и расхождения с другими кораблями). Работа характеризуется значительным напряжением, осуществляется в принудительном темпе с дефицитом времени.

3. В аварийных ситуациях, когда на членов экипажа действуют экстремальные факторы аварии и внешней среды.

Существенное влияние на успешность профессиональной деятельности корабельных специалистов оказывают социально-психологические факторы. Прежде всего – это межличностные отношения, которые зависят от общности интересов в экипаже, от индивидуально-психологических особенностей личного состава. Большое значение приобретают проблемы, связанные с отрывом от семьи, родных, знакомых, ощущением опасности, ограничением возможности снятия эмоционального напряжения, риском и т.д.

В исследованиях по изучению труда корабельных специалистов подтверждено, что объективной особенностью деятельности моряков надводных кораблей выступает усталость и переутомление как негативные психические состояния, характеризующиеся снижением ее эффективности во время плавания. Психологическими признаками переутомления, наряду с изменением работоспособности моряков, по определению П. Криворучко, могут быть:

- изменения субъективного состояния и обычного поведения личности;
- повышенная конфликтность, раздражительность;
- замкнутость (одиночество);
- неадекватная реакция на шутки;
- бурная реакция на любое замечание (внешняя или внутренняя);
- бессонница или сонливость [7].

Многие ученые считают, что снижение эффективности профессиональной деятельности находится в зависимости с монотонии. Психическое состояние переживания монотонии определяется однородностью работы моряков. Под влиянием монотонии человек, который не умеет сдерживать это психическое состояние, становится дряблым, неохотным к работе. Кроме этого, состояние монотонии негативно влияет на организм работающих и приводит их к преждевременной усталости [7].

Психологическим признаком особых условий деятельности моряков есть также недостаток информации. В обычных условиях человек постоянно перерабатывает, передает и поглощает большой объем информации. Хотя в плавании на сегодня, по сравнению с прошлым, есть больше возможностей пополнения ин-

формации о близких людях, событиях в мире и на родине (радио, телефон, Интернет), такая информация, как правило, лаконична, недостаточная, неполная. С увеличением продолжительности похода у моряков при отсутствии информации возникают тревожность, депрессия, невротические состояния, нарушения сна.

Профессиональная деятельность моряков осуществляется в условиях достаточно высокого риска для жизни. Учеными доказано, что каждый вид деятельности имеет определенную степень риска и ведет за собой вероятность аварий и катастроф. Угроза жизни определенным образом влияет на психические состояния людей, вызывает сценичные эмоции, проявления мужества и героизма. Однако во многих случаях возникает психическое напряжение, которое порождает неуверенность в безопасности плавания. В большинстве случаев угроза для жизни вызывает постоянное состояние тревожности. Ожидание опасности является субъективным состоянием, которое возникает у моряка в ответ на опасность плавания. Поэтому такая адекватная реакция на опасность является необходимым условием предупреждения катастроф, поскольку приводит к осторожности. Однако эта же тревога может перерасти в постоянную проблему трусости. Значительный ущерб в процессе длительного плавания на качество выполнения служебных обязанностей корабельными специалистами создает эмоциональное напряжение. Состояние эмоционального напряжения может проявляться в формах: гиперактивности, которая характеризуется повышенными двигательными реакциями, суетливостью и т.д., а также торможение, для которого характерны угнетение, замедленные реакции, реагирования на различные раздражители [7].

Исследователи отмечают основные стрессовые факторы профессиональной деятельности моряка при нормальных условиях на судне:

- 1) стресс-факторы, связанные с природными условиями:
 - изменение погодных и климатических условий во время плавания;
 - смена часовых поясов;
 - бортовая и килевая качка, удары волн в борта судна;
- 2) стресс-факторы, связанные с производственными условиями:
 - шум и вибрация;

- электромагнитное излучение;
- химическое загрязнение воздуха;
- увеличение интенсивности эксплуатации судов;

3) социально-психологические стресс-факторы:

- единство зоны отдыха и труда;
- постоянная готовность к выполнению профессиональной деятельности;
- монотонность профессиональной деятельности;
- дефицит информации;
- групповая изоляция и одиночество;
- снижение двигательной активности;
- сексуальная депривация;
- необходимость принимать решения в условиях дефицита времени;
- угроза попадания в пиратский плен [8].

Отдельно следует остановиться на таком чрезвычайно стрессогенных факторах, как угроза попадания в пиратский плен, которая является выходящим за пределы обычной трудовой деятельности моряков. По данным мировой статистики, пиратская угроза с каждым годом становится все более актуальной и опасной. Печальный опыт пиратского плена моряков уже получили почти все современные государства, которые имеют собственный торговый и пассажирский флот. На практике количество жертв пиратов и их нападений довольно весомо. Только за 2010 год в плен было захвачено 1190 моряков. Для сравнения, в 2009 году было захвачено 1050 моряков. Самое печальное то, что в 2010 году от рук пиратов погибло 8 моряков. Вообще, 4185 моряков в 2010 году были атакованы и обстреляны пиратами. На судах, захваченных пиратами в 2010 году, находилось 1432 моряка. Эти данные говорят о довольно существенном масштабе пиратской угрозы и ее последствий. Кроме того, все моряки, которые попали в пиратский плен, получают психические травмы. Не менее тяжелую психологическую нагрузку несут и их родственники и близкие [9].

Выводы. Таким образом, мы видим, что в настоящее время не существует единого мнения о том, как влияет одиночество на моряков, что это для них: беда

или счастье, норма или патология. Различные философские течения и психологические школы рассматривают одиночество то как единственно возможную основу человеческого бытия, то как противоестественное для человека состояние, патологию и проявление слабой приспособляемости личности, то – как социальную проблему, следствие развития современных общественных сил. Профессиональная деятельность моряков дальнего плавания часто протекает в условиях, связанных с ограничением пространства, труда в сложных климатических и физических условиях, резкого сужения внешних социальных связей, повышенной опасности возникновения аварийных ситуаций и т.п. Указанное дает основания относить работу моряков дальнего плавания к особым условиям деятельности.

Успешность профессиональной деятельности моряков в весьма опасных и сложных условиях зависит от многих факторов, в частности, уровня профессионально-психологического отбора на морские специальности, проявления и развития соответствующих профессионально важных качеств моряков, эффективности системы их специальной и психологической подготовки и повышения квалификации, состояния и результативности психопрофилактической и психореабилитационной работы с моряками т.д.

Полностью одиночество моряками не преодолевается, да это, наверное, и не нужно: одиночество до определенной степени необходимо для роста, развития творческих сил, самостоятельности; но когда заходит речь об экзистенциальном одиночестве, следует учиться его принимать как естественную часть нашего бытия. Для одних одиночество – результат осознания человека оторванности и конечности его существования, сопровождающееся отчаянием и потерей надежды. Для моряков - это активное творческое состояние. Это, с одной стороны, та возможность общения с самим собой, а с другой стороны – это огромный источник силы, благодаря которой они выживают в немислимых для всего остального человечества условиях.

Список литературы

1. Лебедев В.И. Личность в экстремальных условиях / В.И. Лебедев. – М.: Политиздат, 1989. – 304 с.
2. Китаев-Смык Л.А. Стресс войны: Фронтовые наблюдения врача-психолога / Л.А. Китаев-Смык. – М., 2001. – 148 с.
3. Ломов Б.Ф. Вопросы общей, педагогической и инженерной психологии / Б.Ф. Ломов. – М.: Наука, 1991. – 348 с.
4. Екстремальна психологія / За ред. О.В. Тімченка. – К.: ТОВ «Август трейд», 2007. – 502 с.
5. Бакалдин С.В. Одиночество и его связь с функциями «Я»: Автореф. дисс. к.п.н. 19.00.01 / С.В. Бакалдин. – Краснодар: Кубанский гос. ун-т, 2007. – 23 с.
6. Броневицкий Г.А. Психология военных моряков: психические состояния / Г.А. Броневицкий. – СПб.: Изд-во «Образование – Культура», 2002. – 317 с.
7. Криворучко П.П. Психологічне забезпечення професійної діяльності корабельних спеціалістів у тривалому плаванні: дис... канд. психол. наук: 20.02.02 / П.П. Криворучко. – К.: Київський військовий гуманітарний ін-т, 1998. – 263 с.
8. Шафран Л.М. Теория и практика профессионального психофизиологического отбора моряков / Л.М. Шафран, Є.М. Псядло. – Одеса: Фенікс, 2008. – 292 с.
9. Побідаш А.Ю. Особливості структурних компонентів життєстійкості моряків, які перебували у піратському полоні / А.Ю. Побідаш // Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С.Костюка НАПН України, 2012. – Електронний ресурс. Режим доступу: http://www.nbu.gov.ua/portal/soc_gum/pspl/2012_15/502-510.pdf