

ВПЛИВ НЕГАТИВНИХ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ОФІЦЕРА-ПРИКОРДОННИКА НА ЙОГО СЛУЖБОВУ ДІЯЛЬНІСТЬ

УДК 159.9:351.746.1

О. Ю. Андрощук

Уся діяльність у професійному колективі прикордонників обумовлюється потребами охорони кордону та чітко регламентується законами, військовими статутами, інструкціями і наказами, в яких юридично закріплені ці об'єктивні вимоги. Професійна діяльність офіцерів-прикордонників є діяльністю в особливих умовах, до яких належать відсутність комфортних побутових умов, наявність постійного емоційного напруження та дискомфорту, чітка регламентованість поведінки, висока відповідальність за прийняті рішення тощо. Ця діяльність характеризується високою динамічністю (швидким темпом, великими фізичними і психічними навантаженнями, раптовими переходами від одного виду діяльності до іншого), несподіваністю, раптовістю, незвичністю, небезпекою, пов'язаною з ризиком для здоров'я та життя, напруженістю, що породжує негативно забарвлені емоційні процеси і стани (тривожність, страх, роздратування, злість, відчай тощо), а також чіткою організацією та суворою дисципліною (на основі вимог статутів і наказів). Тривале здійснення службових обов'язків у настільки напруженій обстановці веде до дезадаптації, зниження резистентності організму, нервово-психічного перенавантаження, результатом чого є розвиток стійких негативних психічних станів (високий рівень тривоги, перенапруження, стрес, фрустрація, афект тощо).

Аналіз літератури свідчить, що природа негативних психічних станів, які виникають у фахівців різних категорій, досліджувалася неодноразово (Ю. Александровський, С. Долгополов, Б. Коган, Ю. Максименко, В. Моляко, О. Тімченко, С. Яковенко та ін.). Існують також дослідження, в яких встановлено факти переходу сформованих негативних психічних станів у

посттравматичні стресові розлади (М. Дорошенко, М. Корольчук, В. Моляко, О. Тімченко та ін.).

Метою статті є визначення впливу негативних психічних станів офіцерів-прикордонників на їх службову діяльність.

Психічні властивості людини, повторюючись і закріплюючись у певних ситуаціях, можуть переходити в психічні стани людини, що відображають певну статичність психічних виявів. Об'єкт чи явище як сукупність властивостей реалізується через стан і не може без нього розглядатися. Через психічний стан розкривається суперечливість психічного відображення взаємодії – її сталості та змін. І водночас ми помічаємо, наприклад, що певні переживання на деякий час стають панівними, забарвлюючи всю поведінку людини, виявляючись у настрої як емоційному стані. З іншого боку, психічні стани можуть переходити у властивості людини. Наприклад, часте виникнення стану тривоги як реакції на можливу психічну загрозу може перетворитися на тривожність як властивість особистості [1, с. 306].

Специфічність, особливість обстановки, під впливом якої виникають ті чи інші психічні стани, складається з різних чинників. Передусім, це чинники, що складають зовнішні умови, в яких діють прикордонники: наявність небезпеки; складність та мінливість обстановки; малочисельний склад прикордонних нарядів; пора року, доби, кліматичні умови; місцевість тощо. А також чинники, пов'язані зі змістом професійної діяльності прикордонників: усвідомлення і переживання високої особистої та моральної відповідальності за охорону державного кордону (ідейні переконання, моральні уявлення, етичні поняття, що склалися); діяльність за наказом, який є найсильнішим збудником і, разом із тим, внутрішньою опорою для рішучих дій; постійна можливість зміни обстановки на ділянці прикордонної застави в процесі несення служби, що потребує готовності до практичних дій, які не завжди є передбаченими; необхідність безперервного пошуку ознак порушення кордону, а при виявленні порушника – переслідування та затримання (ліквідація) його; можливість збройного зіткнення нарядів із порушниками в процесі їх затримання;

раптовість у діях прикордонних нарядів; перенесення труднощів, особливо при проведенні прикордонного пошуку тощо.

Крім того, на психічні стани прикордонників впливає характер службових завдань та умови, в яких здійснюється їх виконання. Дислокуючись у безпосередній близькості від державного кордону, частини і підрозділи Державної прикордонної служби України виконують бойове завдання. Прикордонники виявляють, затримують порушників державного кордону, відбивають збройні вторгнення груп, загонів та банд, а також виконують інші завдання.

На психічні стани офіцерів-прикордонників також потужно впливає обстановка кордону, в якій їм доводиться діяти. У більшості випадків складна, насичена реальною небезпекою, вона збуджує позитивні психічні стани, які спонукають до активних, цілеспрямованих дій. Однак не виключено, що в окремих офіцерів-прикордонників під впливом небезпечної обстановки можуть виникнути і негативні психічні стани, які, навпаки, знижують їх активність. Це може викликати надмірну нервовість, неуважність, квапливість у діях або, навпаки, апатичність та пасивність у діях, що в тому й іншому випадку буде заважати ефективному несенню служби. Виникнення негативних психічних станів під час несення служби є наслідком недостатньої психологічної підготовки особистості, яка повинна відбуватись у вищому військовому навчальному закладі. Тому ознайомлення майбутніх офіцерів-прикордонників з обстановкою – це елемент психологічної підготовки, що допомагає попередити можливість появи негативних станів при виході на кордон.

Також на психічні стани офіцерів-прикордонників вагомо впливають командири. Висока психологічна активність командира позитивно впливає на психічний стан офіцера-прикордонника, а пасивність командира впливає негативно, дезорганізує діяльність підлеглих. Суттєвий вплив має інтонація, настрій, зовнішній вигляд командира. Грубість, різкість, нервовість гнітюче впливають на одних офіцерів-прикордонників, в інших викликають роздратованість. У будь-якому випадку: чи навчає командир своїх підлеглих, чи

виховує їх або керує ними – він так чи інакше впливає на їх психічні стани. При цьому, якщо він глибоко розуміє закономірності цього процесу, то навчання, виховання і керівництво будуть більш ефективними.

Нервово-психічна діяльність людини набуває нестійкого характеру, коли давні, звичні комплекси нервово-психічних реакцій уже більше не в змозі забезпечити ефективну взаємодію із середовищем, а нові, необхідні людині за певних умов, не мають достатніх ресурсів для їх відповідної організації. Зростання напруженості, як правило, супроводжується емоційним збудженням, що перешкоджає раціональним процесам. Людина хвилюється, розгублюється, впадає в паніку, утрачає контроль над ситуацією та своєю поведінкою. Наслідком психічної напруженості у зміненому середовищі існування за неможливості її конструктивного використання є нервово-психічна нестійкість, схильність до зривів функцій нервової системи як наслідок високого психічного навантаження.

У своєму дослідженні В. Павлушенко встановив, що високостимульована психічна діяльність повинна знайти розрядку на досить значному рівні її активації, але спрямування її в цьому випадку буде деструктивним для особистості і результатом буде дезадаптованість станів, які визначають два основних типи поведінки людини за нездатності її успішно адаптуватися до існуючого середовища.

Перший тип (агресивний) у більш простій формі можна подати як атаку на перешкоду або бар'єр (у цьому випадку можна говорити про його адаптивну функцію). Однак при усвідомленні можливої або наявної небезпеки агресія спрямовується на будь-який випадковий об'єкт, сторонніх людей, товаришів по службі, непричетних до причини агресії, тобто виміщається не на дійсних об'єктах або перешкодах, а на їх випадкових заміниках. Це може виявлятися через грубість стосовно товаришів по службі, різкі спалахи гніву з незначних приводів або ж взагалі без видимих на те причин, а також через невдоволення всім, що відбувається, особливо вимогами, які висуваються до офіцера-прикордонника з боку командування.

Другий тип (уникнення ситуації) характеризується поринанням у свої переживання, переведенням усієї високостимульованої психічної енергії на генерацію власних негативних станів, самоаналіз, самозвинувачування тощо. Розвиваються тривожно-депресивні симптоми. Людина починає бачити саму себе винуватцем усіх своїх бід, а звідси – почуття повної безвиході, оскільки вплинути на середовище та ситуацію вона вважає себе неспроможною. Цей тип офіцерів-прикордонників характеризується замкнутістю, відлюдкуватістю, заглибленістю в тяжкі роздуми. Часто єдиним виходом із ситуації, вирішенням усіх проблем їм вбачається самогубство як найбільш достойний і бажаний вихід.

У випадку розвитку адаптації шляхом нестійкої психічної діяльності, крім суїцидальних ексцесів, має місце загроза глибоких психічних змін особистості, виникає проблема психічного здоров'я людини. Такі зміни можуть призвести до серйозних нервово-психічних розладів та психічних захворювань, якщо вчасно не діагностувати дезадаптивний стан і не надати відповідної допомоги [2, с. 43–46].

Досліджуючи професійну діяльність офіцера-прикордонника, І. Міщук наголошує на її психоемоційній напруженості, яка обумовлюється такими стресогенними чинниками: ризик для життя та здоров'я; дефіцит часу для аналізу обстановки і прийняття рішення; постійно існуюча протидія з боку порушників законодавства з прикордонних питань; зниження рівня законослухняності населення; використання зброї; висока ціна можливих помилок; усвідомлення відповідальності за результати професійної діяльності; великі фізичні навантаження; інтенсивний вплив несприятливих чинників навколишнього середовища тощо [3, с. 45].

Дослідження Є. Потапчука свідчить, що не всі офіцери-прикордонники психологічно готові до дій в особливих умовах несення служби. Тому у складних ситуаціях вони можуть стати заручниками своїх негативно забарвлених емоційних переживань, а, отже, діяти неефективно або ж взагалі виявляти бездіяльність [4, с. 197].

Кожний емоційний стан людини суттєво впливає на її життєдіяльність та успішність її професійної діяльності.

Одним із психічних станів, що чинять як позитивний, так і негативний вплив на життєдіяльність людини, є настрій, або емоційний фон, в який забарвлені події зовнішнього та внутрішнього життя людини. Дві основні риси характеризують настрій на відміну від інших емоційних утворень. По-перше, настрій є непередметним, особистісним, і, по-друге, він не є переживанням, що приурочене до якоїсь конкретної події. Унаслідок своєї “безпредметності” настрій виникає часто поза свідомого контролю. Однак це не означає, що настрій людини не залежить від її свідомої діяльності; це означає лише те, що людина часто не усвідомлює цієї залежності. Настрій у цьому сенсі – емоційна оцінка особистістю того, як на цей момент складаються для неї обставини.

Настрій тісно пов'язано з тим, як складаються для людини життєво важливі відносини з оточуючими, та з тим, як відбувається її діяльність. Настрій виявляється у діяльності, впливає на взаємовідносини з оточуючими. Тому настрій людини суттєво залежить від особливостей характеру [5, с. 474].

До психічних станів, які дезорганізують поведінку, спілкування і діяльність, можна віднести стани афекту, пристрасті та депресії.

В афекті тією чи іншою мірою може бути порушено свідомий контроль над вибором дії і, як наслідок, зростає ймовірність появи помилок у роботі аж до створення аварійної ситуації. На відміну від афекту пристрасть залежно від виду діяльності може виконати як дезорганізуючу, так і організуючу функцію. Вона може сприяти зосередженості, зібраності думок та сил, їх спрямованості на єдину мету, оскільки в пристрасті яскраво виражено вольовий момент прагнення, що переважає над емоціями. З цієї причини пристрасть збирає всі сили і кидає їх на щось одне, але саме тому вона може бути небезпечною [5, с. 475].

В останні десятиліття наголос у сфері прикладних досліджень функціональних станів зсунувся з вивчення різних видів втоми на аналіз станів напруженості, стресу та пов'язаних із ними граничних станів. Це пов'язано з

якісними змінами у змісті праці (переважанням керуючих і контролюючих функцій людини в умовах автоматизованого виробництва), інформаційною насиченістю праці та різноманіттям навантажень соціально-психологічного і психологічного характеру, що впливають на індивіда (передусім ці навантаження впливають на когнітивну й емоційно-вольову сфери) [5, с. 480].

Існують поняття фрустраційної толерантності або порогової величини рівня напруженості, перевищення якого деструктивно впливає на психіку і поведінку людини. Наростання напруженості, викликані стеновими емоціями, які людина переживає в змінених умовах існування, може перевищити її індивідуальний поріг толерантності ще до того, як перебудована система психічних реакцій надасть можливість особистості знайти конструктивні шляхи виходу із ситуації та забезпечить її успішну переадаптацію. У цьому випадку напруженість продовжує наростати на фоні переважаючих тривожних емоцій, що, у свою чергу, продовжує дезорганізацію психічної діяльності, виснажуючи психічні можливості людини.

При зростанні психічного напруження руйнівній дії спочатку підлягають так звані інтелектуальні навички – уміння здійснювати різні розрахунки, аналізувати обстановку, приймати рішення тощо. Потім негативний вплив відчувають рухомі навички – уміння водити машину, вести вогонь з особистої зброї тощо. Тому одним із найважливіших завдань психологічної підготовки особового складу є набуття деякої подібності досвіду несення служби в складних умовах обстановки, тобто системи навичок, які наближають суб'єктивні можливості до дій досвідчених фахівців.

Розглядаючи різні види психічної напруженості, зумовленої конфліктами, фрустраційними переживаннями, стресами, Л. Ганьшина вказує на її позитивну складову, що сприяє розвитку. «Напруженість у цих напрямках досліджень виконує, як правило, адаптивну і мотиваційну функції. (...) Напруженість виконує мотиваційно-регулятивну функцію, оскільки вона пов'язана з підтриманням мотиву в досягненні усвідомлюваного особистісного зразка, а також із підвищеним контролем та увагою до процесу постійного

співвіднесення тих якостей, які є бажаними, і тих, що є в реальності. Напруженість, яка з'являється, сприяє реалізації заданого зразка. Іншими словами, напруженість виконує конструктивну функцію” [6, с. 79].

Психічна напруженість відчувається зазвичай як роздратованість, втома, підвищена емоційна збудженість, негативні переживання. У фізіологічному стані спостерігається гіперфункція деяких процесів: прискорений пульс, підвищений тиск тощо. Разом із тим зменшується час реакції, зростає варіативність часових показників, збільшується кількість помилок, хибних тривог тощо як при стані тривоги та декомпенсації, що супроводжуються напруженістю.

Погіршення дії цих чинників призводить до виникнення стресу, причиною якого є невідповідність адаптаційних можливостей людини темпам розвитку виробництва, недостатній ефективності пристосування нової техніки до особливостей людини, а також швидка зміна форм колективної взаємодії і соціального спілкування.

Однак, не кожний стрес є деструктивним. Стрес може бути конструктивним, оскільки стресова активація може бути позитивною мотивуючою силою. У науковій літературі прийнято позитивний стрес називати еустресом, а стрес, що має негативні наслідки – дистресом [7].

Крім того, у професійній діяльності виокремлюють такі види стресу, як інформаційний та емоційний. Емоційний стрес з'являється в ситуаціях загрози, небезпеки, ображення. При цьому його різні форми (імпульсивна, гальмівна, генералізована) призводять до змін у відбуванні психічних процесів, емоційних зсувів, трансформації мотиваційної структури діяльності, порушенні рухової і мовленнєвої поведінки. Інформаційний стрес виникає в ситуації інформаційних перевантажень, коли людина не може впоратись із завданням, не встигає приймати правильні рішення в необхідному темпі при високому ступені відповідальності за наслідки цих рішень.

Існують великі індивідуальні відмінності в реакціях на стресові та інші складні ситуації. Одні люди є більш стійкими до стресу, інші – менш стійкими.

Але постійне напруження не може не позначитись негативно на стані здоров'я. Той, хто постійно знаходиться у стані напруження, швидше захворює, він менш стійкий до інфекційних і простудних захворювань. Якщо багато позитивних та негативних стресів змінюють один одного, напруженість постійно зростає, унаслідок різкого послаблення імунної системи страждає здоров'я. Тому в процесі професійного відбору на багато спеціальностей, які пов'язані із стресогенними ситуаціями, відбувається ретельна перевірка на стресостійкість.

Ще одним прикладом стану, що негативно впливає на успішність і надійність діяльності, є фрустрація – психічний стан, який викликається об'єктивно нездоланими (або тими, що суб'єктивно сприймаються як нездоланні) труднощами на шляху до досягнення мети. Переживання невдачі у задоволенні суб'єктивно значущої потреби або бажання призводять до формування негативних рис поведінки, агресивності, підвищеної збудженості й є поясненням деяких немотивованих конфліктів і вчинків. Неприятливими наслідками фрустрації можуть бути неадекватні дії, аж до відмови від діяльності та, як наслідок, розвиток станів апатії, депресії [5, с. 475].

К. Обуховський відзначав, що людина не лише прагне до рівноваги, але в багатьох випадках сама шукає проблемні ситуації, труднощі, невірноваженості, а потім займається пошуком виходу з положення, яке створилося. На його думку, у таких випадках фрустрація виникає як при блокаді прагнення до рівноваги, так і при блокаді прагнення до нових проблемних ситуацій, що вимагають психічного напруження. Він зазначає, що “фрустрація може відігравати позитивну роль у психічному розвитку особистості, оскільки породжує необхідність самопізнання, самоаналізу, обговорення причин невдачі, переорієнтації діяльності. Крім того, фрустрація часто виокремлює такі якості особистості, які в звичайних умовах залишаються прихованими як для самої особистості, так і для оточуючих” [8, с. 129].

Особливо важливу роль для професійної діяльності відіграє такий психічний стан як тривожність, рівень якого завжди підвищується під час будь-якого перехідного періоду у розвитку людини. Тривожність є структурно

неоднорідною та поділяється на ситуативну тривожність, пов'язану з конкретною зовнішньою ситуацією, й особистісну тривожність, що є стабільною властивістю особистості [9].

Розглядаючи поняття тривожності, необхідно відштовхуватися від вихідного положення Л. Виготського про емоційні стани як “результат оцінки самим же організмом свого співвідношення із середовищем” [10, с. 110]. Тривожність прямо залежить від взаємин індивіда з його оточенням і може мати конструктивний характер [11, с. 57]. Високий рівень тривожності – сигнал про посягання на цілісність “образу Я”, що супроводжується внутрішнім напруженням, переживаннями. Люди, які мають підвищену тривожність, частіше вибирають неадекватний спосіб дії у фрустраційній ситуації, ніж люди з нормальним рівнем тривожності [12, с. 116].

Загалом психологи відзначають тривожність як вияв суб'єктивного неблагополуччя особистості або як індивідуально-психічну особливість, що виявляється в схильності людини до частих та інтенсивних переживань стану тривоги, а також у низькому порозі його виникнення. Зазвичай вона підвищена в разі нервово-психічних і важких соматичних захворювань, а також у здорових людей, які переживають наслідки психотравми.

Таким чином, психічні стани особистості можуть чинити як позитивний, так і негативний вплив на професійну діяльність людини. Деякі з них виникають лише в професійній діяльності та певним чином пов'язані зі змістом, динамікою ефективності діяльності й умовами, в яких вона відбувається.

Тому у повсякденній роботі з особовим складом необхідно не лише регулювати і підтримувати позитивні психічні стани, але й вести боротьбу з негативними станами. На нашу думку, це є можливим за рахунок: протиставлення негативним психічним станам позитивних почуттів, тобто кожного разу, коли в офіцерів-прикордонників спостерігається деяке зниження рівня емоцій, треба знаходити засоби, щоб викликати емоційний підйом; послаблення або зняття негативного психічного стану шляхом збудження

активної діяльності або під впливом колективного настрою; набуття впевненості, що досягається завдяки чіткості управління, своєчасності розпоряджень, контролю за якістю їх виконання.

Отже, вплив на психічні стани офіцерів-прикордонників – один із резервів підвищення якості їх служби. Відповідний вплив слід здійснювати, виходячи з конкретних заходів. Зміст їх залежить, у першу чергу, від властивостей особистості (спрямованості, темпераменту, характеру, здібностей), розвиненості психічних процесів, а також від психічних станів, які переважають. Урахування психічних станів офіцерів-прикордонників надає можливість командирам знаходити найбільш результативні засоби впливу на них в інтересах успішного виконання службових завдань.

Перспективами подальших досліджень автор вважає розгляд питання щодо регуляції психічних станів майбутніх офіцерів-прикордонників.

Список використаної літератури

1. Основи психології : підручник / за заг. ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця. – 2-е вид., стереотип. – К. : Либідь, 1996. – 632 с.
2. Павлушенко, В. М. Психолого-педагогічні умови адаптації майбутніх офіцерів внутрішніх військ МВС України до професійної діяльності : дис. ... пед. наук : 13.00.04 / Павлушенко Валерій Михайлович ; Національна академія Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького. – Хмельницький, 2003. – 253 с.
3. Міщук, І. М. Основи й особливості психопрофілактичної роботи в Державній прикордонній службі України / І. М. Міщук // Науковий вісник Державної прикордонної служби. – 2003. – № 5. – С. 45–47.
4. Потапчук, Є. М. Теорія та практика збереження психічного здоров'я військовослужбовців : монографія / Є. М. Потапчук. – Хмельницький : Вид-во НАДПСУ, 2004. – 323 с.
5. Психология : учебник для технических вузов / под общ. ред. В. Н. Дружинина. – СПб. : Питер, 2000. – 608 с.

6. Ганьшина, Л. М. Мотивационно-регуляционная функция психологической напряженности (на материале студентов педвуза) : дисс. ... кандидата психол. наук : 19.00.07 / Ганьшина Людмила Михайловна ; Моск. пед. гос. ун-т ім. В. И. Ленина. – М., 1998. – 147 с.
7. Селье, Г. На уровне целого организма / Г. Селье ; пер. с англ. И. А. Доброхотовой. – М. : Наука, 1972. – 122 с.
8. Обуховский, К. Психология влечений человека / К. Обуховский ; пер. с польского. – М. : Прогресс, 1972. – 245 с.
9. Левитов, Н. Д. Психическое состояние беспокойства, тревоги / Н. Д. Левитов // Вопросы психологии. – 1969. – № 1. – С. 131–138.
10. Выготский, Л. С. Педагогическая психология / Л. С. Выготский. – М. : АСТ, 2005. – 672 с.
11. Петровский, В. А. Феномены субъектности в развитии личности / В. А. Петровский. – Самара, 1997. – 102 с.
12. Лукасик, А. В. Взаимосвязь самостоятельности познавательной деятельности и тревожности личности : дисс. ... кандидата психол. наук : 19.00.07 / Лукасик Анна Владиславовна. – М., 2000. – 156 с.

Рецензент: кандидат педагогических наук, доцент Полюк В. С.