

ВИНИКНЕННЯ НЕГАТИВНИХ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ У КУРСАНТІВ ПРИКОРДОННИХ НАВЧАЛЬНИХ ЦЕНТРІВ

УДК 159.9:355.01

Т. В. Вербанова

Ізоляція у соціальній психології передбачає довготривале перебування людини в умовах обмеженого соціально-комунікативного простору, що повною мірою відповідає умовам перебування курсантів у прикордонних навчальних центрах. Оскільки на поведінку людини, як соціальної істоти, вирішальний вплив мають особливості її соціально-психологічної взаємодії, то проблема ізоляції набуває особливої актуальності саме на рівні групи та групових відносин.

Процес спілкування з одними і тими ж людьми характеризується бідністю сенсорних подразників, мінімальністю перцептивних, комунікативних та інтерактивних дій. З часом у відносинах починають виявлятися емоційне напруження, неадекватність сприйняття, зниження толерантності до “значущого” оточення, конфлікти тощо.

Оснoву виникнення та наростання інтенсивності негативних психічних станів складає астенізація нервової системи, унаслідок чого страждає як психічне здоров'я особистості, так і взаємовідносини з оточуючими.

Отже, вивчення психічних станів курсантів прикордонних навчальних центрів, які виникають в умовах соціальної групової ізоляції, надасть можливість більш ефективно здійснювати психопрофілактичну та психокорекційну роботу у напрямку збереження їх психічного здоров'я.

Аналіз літератури з цієї проблематики свідчить про одностайність учених в думці про те, що групова ізоляція, як екстремальна ситуація, викликаючи емоційне напруження, породжує різноманітні незвичні психічні стани, у більшості негативні, а в деяких випадках навіть неврози та психози.

Систематичне вивчення психічних станів у психології почалося з У. Джеймса, який трактував психологію як науку, що займається описом і

тлумаченням станів свідомості. Подальший розвиток категорії психічних станів пов'язано в основному з розвитком вітчизняної психології. Першою вітчизняною роботою з цієї тематики є стаття О. Черникової (1937 р.), виконана в межах психології спорту і присвячена передстартовому стану спортсмена. Надалі, у межах психології спорту психічні стани досліджували О. Пуні, О. Єгоров, В. Васильєв, Я. Лехтман, К. Смирнов, В. Спиридонов, О. Крестовников та ін. За словами В. Ганзена, лише після виходу в 1964 р. книги Н. Левітова "О психических состояниях человека" термін "психічний стан" одержав широке поширення. Н. Левітову належить і перша монографія про психічні стани. Після його робіт психологія почала визначатися як наука про психічні процеси, властивості та стани людини. Н. Левітов визначав психічні стани як цілісну характеристику психічної діяльності і поведінки людини за певний період часу, що показує своєрідність психічних процесів залежно від відображуваних предметів та явищ дійсності, які передують станам і властивостям особистості.

Пізніше, питання про психічні стани торкалися Б. Ананьєв, В. Мясіщев, А. Ковальов, К. Платонов, В. Мерлін, Ю. Сосновикова та ін. [6]. Тобто, як відзначають А. Прохоров, Б. Ананьєв, Ф. Василюк, різні форми поведінки і діяльності людини відбуваються на тлі деякої сукупності психічних станів, які можуть створювати як позитивний, так і негативний вплив на адекватність та успішність поведінки й діяльності в цілому. А. Прохоров виокремив такі ключові ланки виникнення будь-якого психічного стану [5]:

по-перше, це ситуація, що виражає ступінь збалансованості (урівноваженості) психічних властивостей індивіда й умов зовнішнього середовища, їхнього вияву в життєдіяльності індивіда. Зміна середовища або ситуації призводить до зміни психічного стану, його зникнення, перетворення в новий стан;

по-друге, це сам суб'єкт, що виражає особистісні особливості індивіда як сукупність внутрішніх умов (минулий досвід, навички, знання тощо), які опосередковують сприйняття впливу умов зовнішнього середовища. Будь-яка

зміна “внутрішніх умов” спричиняє зміну психічного стану. Як вважає І. Чеснокова, психологічний стан виступає як розгорнутий у часі вияв властивостей особистості, її психологічного буття.

У загальній психології поняття психічного стану використовується для умовного позначення у психіці індивіда відносно статичного моменту – на відміну від поняття психічного процесу, що підкреслює динамічні моменти психіки. Предметом спеціального вивчення у психології є психічні стани людей в екстремальних, стресових умовах.

Люди, які перебувають в умовах ізоляції, відчувають на собі не лише руйнівний вплив самої ізоляції, а також і вплив інших негативних супутніх чинників. Так, наприклад, учасники полярних експедицій, крім ізоляції, страждають також і від нестачі сонячного світла, обмеженого простору перебування тощо. Кожний із негативних супутніх чинників, створюючи емоційну напруженість, може викликати різні незвичні психічні стани, а у деяких випадках – неврози та реактивні психози. Ось чому ціла низка дослідників спрямувала свою увагу на дослідження впливу супутніх негативних явищ на психіку людини в умовах різних видів ізоляції, зокрема: П. Будзен, Л. Паніна, В. Соколова (вплив природних чинників на психічний стан членів полярних експедицій); С. Корсаков (наслідки довготривалої госпіталізації з постільним режимом); А. Кирколова, Г. Сельє, К. Лагара, М. Вядро, Д. Писарєв, А. Сєверський (психіка людини в умовах управління літальними апаратами та залізничним транспортом); О. Кузнєцов, В. Лебедев, М. Ханаіашвілі, П. Ганнушкін, Э. Кречмер, Э. Крепелін (роль ізоляції у виникненні психоневротичних змін особистості); І. Келєйніков, І. Рябінін (особливості спілкування в умовах групової ізоляції) [2; 3].

У науковій літературі міститься досить вичерпна інформація про загальну природу стресу, закономірності поведінки людини в екстремальних умовах, яскраво виражені негативні психічні стани при досить інтенсивному впливові психогенних чинників. Але мало досліджено проблему відносної соціальної

ізоляції, психогенність якої, можливо, є менш інтенсивною, проте часто набуває хронічного характеру.

Мета статті: дослідження психічних станів курсантів прикордонних навчальних центрів, що виникають під впливом умов соціальної групової ізоляції.

Накопичено багатий досвід у сфері досліджень впливу ізоляції на особистість, у більшості, ізоляції досить жорсткої, навіть тотальної (перебування на космічних орбітальних станціях, у полярних експедиціях, у місцях позбавлення волі тощо). Негативні наслідки такої ізоляції для людської психіки стають очевидними після аналізу психологічної літератури (В. Лебедев, А. Бізюк, І. Келєйніков, Р. Кричевський, І. Маслов, В. Ткаченко, Д. Мюллер-Хегеман, Л. Шваб, Я. Гросс) [1–4].

Очевидно, що часткове обмеження можливостей задоволення якоїсь однієї з потреб, особливо у випадках тимчасової деприваційної ситуації, за своїми наслідками є принципово менш небезпечним для особистості порівняно з випадками, коли вона потрапляє в умови довготривалої та, практично, повної неможливості задоволення цієї потреби. До того ж, односпрямований деприваційний вплив, яким би жорстким він не був, великою мірою може бути ослаблено завдяки повноцінному задоволенню інших основних потреб цієї особистості. Але в умовах жорстко унормованої життєдіяльності, в яких перебувають курсанти військових навчальних закладів, де багато особистісних потреб виявляються депривованими, тобто недостатньо задоволеними, недооцінка впливу відносної соціальної ізоляції на особистість може призвести як до психічних розладів різного ступеня, так і до дисгармонії в міжособистісних стосунках.

Психічний стан – один із можливих режимів життєдіяльності людини, який на фізіологічному рівні відрізняється певними енергетичними характеристиками, а на психологічному рівні – системою психологічних фільтрів, що забезпечують специфічне сприйняття навколишнього світу.

Психічні стани впливають на відбування психічних процесів, а, повторюючись часто, набувають стійкості, можуть включатися в структуру особистості в якості її специфічної властивості.

На сьогодні не існує якоїсь єдиної точки зору на проблему станів, оскільки психологічний стан особистості можна розглядати у двох аспектах. Вони є одночасно і зрізами динаміки особистості, і інтегральними реакціями особистості, обумовленими її відносинами, поведінковими потребами, цілями активності й адаптивності в навколишньому середовищі.

Системоутворюючим чинником для станів можна вважати актуальну потребу, що ініціює той чи інший психологічний стан. Якщо умови зовнішнього середовища сприяють швидкому та легкому задоволенню потреби, то це сприяє виникненню позитивного стану – радості, наснаги, захвату тощо, а якщо ймовірність задоволення є низькою або взагалі відсутня, то стан буде негативним. А. Прохоров вважає, що спочатку багато психологічних станів є неврівноваженими і лише після одержання відсутньої інформації або необхідних ресурсів вони набувають статичного характеру [5]. Саме на початковому етапі формування стану виникають найбільш сильні емоції як суб'єктивні реакції людини, яка виражає своє ставлення до процесу реалізації актуальної потреби. Важливу роль у характері нового сталого стану відіграє “блок цілевстановлення”, що визначає як імовірність задоволення потреби, так і характер майбутніх дій. Залежно від інформації, яка зберігається в пам'яті, формується психологічний компонент стану, що містить у собі емоції, очікування, установки, почуття та “фільтри сприйняття”. Останній компонент є дуже важливим для розуміння характеру стану, оскільки саме через нього людина сприймає світ й оцінює його. Після установки відповідних “фільтрів” об'єктивні характеристики зовнішнього світу вже набагато слабше можуть впливати на свідомість, а основну роль відіграють установки, переконання та уявлення.

У психології психічний стан, виникнення якого обумовлено життєдіяльністю особистості в умовах тривалого позбавлення або суттєвого

обмеження можливостей задоволення життєво важливих її потреб, називають депривацією. Поняття депривації у змістовно психологічному плані є близьким, але не тотожним поняттю “фрустрація”. Порівняно з останньою, депривація є суттєво більш важким, хворобливим та іноді особистісно руйнівним станом, що відрізняється якісно більш високим рівнем стійкості порівняно з “фрустраційною реакцією”.

У різних обставинах депривованими можуть виявитись різні потреби. У зв'язку з цим, депривація традиційно розглядається як родове поняття, яке об'єднує цілий клас психічних станів особистості, що виникають у результаті довготривалого її віддалення від джерел задоволення тієї чи іншої потреби.

Незважаючи на розмаїття видів депривації, їх вияви на психологічному плані є суттєво схожими. Як правило, психічний стан депривованої особистості виявляється в її підвищеній тривожності, почутті глибокої, часто нез'ясованої для самої людини незадоволеності собою, своїм оточенням, своїм життям. Ці стани знаходять своє відображення у втраті життєвої активності, стійкій депресії, яка переривається іноді сплесками непровокованої агресії. Водночас, у кожному окремому випадку ступінь деприваційного “ураження” є різним. Вирішальне значення тут має вираженість і співвіднесення двох основних груп чинників:

1. Рівень стійкості конкретної особистості, її деприваційний досвід, здатність протистояти впливу ситуації, тобто ступінь її психічної “загартованості”;

2. Ступінь жорсткості, модифікаційної потужності та міра багатоаспектності мотиваційного впливу.

Крім поняття депривації (соціальний процес скорочення чи позбавлення можливості задоволення основних життєвих потреб індивідів або груп), у психології існує поняття відносної депривації (*relative deprivation* – недостатне задоволення будь-якої потреби індивіда чи групи порівняно з іншими індивідами чи групами).

Проаналізуємо результати, отримані під час дослідження основних груп потреб (матеріальні потреби; потреби у безпеці; соціальні потреби; потреби у визнанні і потреби у самовираженні) за допомогою “Методики діагностики ступеня задоволеності основних потреб” курсантів прикордонних навчальних центрів (рис. 1).

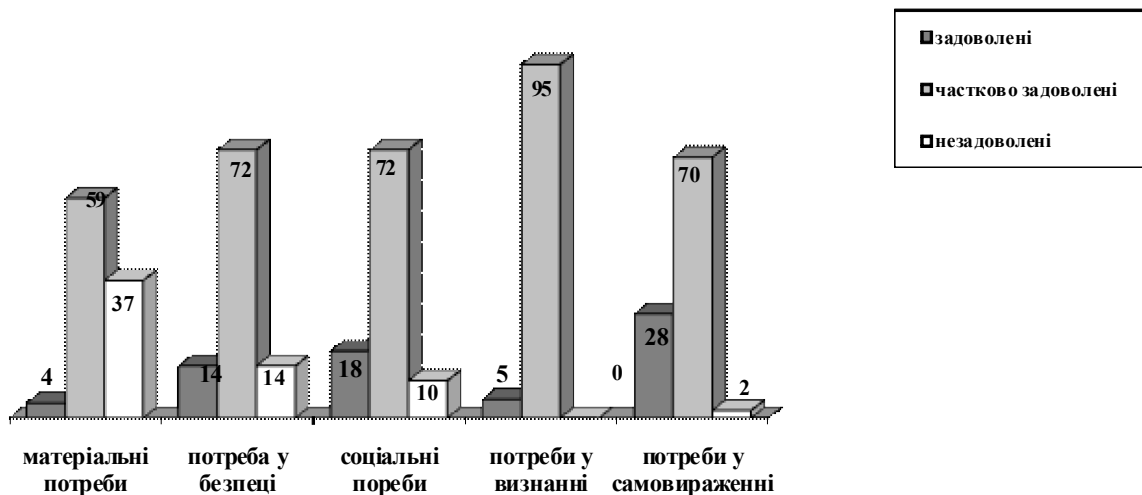


Рис. 1. Результати дослідження ступеня задоволеності основних видів особистісних потреб курсантів прикордонних навчальних центрів

Результати свідчать про те, що у більшості курсантів основні особистісні потреби є частково задоволеними, тобто не виступають джерелом руйнівних фрустраційних переживань. Але, водночас, значний відсоток курсантів відчуває незадоволеність матеріальними становищем та своїми міжособистісними стосунками, а також почувається психологічно незахищеним у колективі.

Незадоволеність власним матеріальним становищем серед курсантів є, скоріш за все, відображенням загального економічного рівня сучасного суспільства. А ось незадоволення потреби у безпеці і соціальних потреб є наслідком впливу психогенних чинників в умовах групової ізоляції, які перешкоджають курсантам адекватно сприймати партнерів зі спілкування, оцінювати події, гальмують емоційно-емпатійні та перцептивно-рефлексивні здібності особистості.

Досить важливим, з погляду впливу психічного стану на ефективність і безпеку життєдіяльності, є розгляд станів за рівнем напруження [7]. Помірне

напруження – нормальний робочий стан, який виникає під мобілізуючим впливом трудової діяльності. Цей стан психічної активності – необхідна умова виконання дій. Він супроводжується помірною зміною фізіологічних реакцій організму, виявляється в гарному самопочутті, стабільному й упевненому виконанні дій. Помірне напруження відповідає роботі в оптимальному режимі. Оптимальний режим роботи здійснюється в комфортних умовах. В оптимальних умовах проміжні та кінцеві цілі праці досягаються при невисоких нервово-психічних витратах. Діяльність в оптимальному режимі характеризується високою надійністю й оптимальною ефективністю.

Підвищене напруження супроводжується діяльністю, що відбувається в екстремальних умовах. Екстремальні умови – умови, які вимагають від особистості максимального напруження фізіологічних і психічних функцій. Екстремальний режим – це режим роботи в умовах, що виходять за умови оптимуму. Відхилення від оптимальних умов діяльності вимагають підвищеного вольового зусилля та можуть складатися з таких моментів: фізіологічний дискомфорт (тобто невідповідність умов перебування нормативним вимогам); дефіцит часу на обслуговування; біологічний страх; підвищені труднощі завдання; підвищена відповідальність за помилкові дії; неуспіх унаслідок об'єктивних обставин; дефіцит інформації для прийняття рішень; недовантаження інформації (сенсорна депривація); перевантаження інформації; конфліктні умови.

На фоні відносної незадоволеності основних особистісних проблем і підвищеного психічного напруження було досліджено психічні стани (тривожність, фрустрація, ригідність та агресивність) у курсантів прикордонних навчальних центрів за допомогою методики “Діагностика психічних станів”. У підсумку було отримано результати, подані на рис. 2.

На основі аналізу узагальнених даних можна прийти до висновку про досить благополучну психоемоційну картину у курсантських колективах. Але водночас, відсоток курсантів, які все ж таки відмічають у себе негативні психічні стани внаслідок перебування в умовах відносної соціальної ізоляції, є

досить високим для спричинення певного негативного впливу на психологічний клімат цілого колективу. Це так звана “група ризику”, яка при збільшенні інтенсивності стресогенного чинника (у нашому випадку більш жорстких умов групової ізоляції), ймовірно, буде відчувати значні проблеми у спілкуванні з оточуючими.

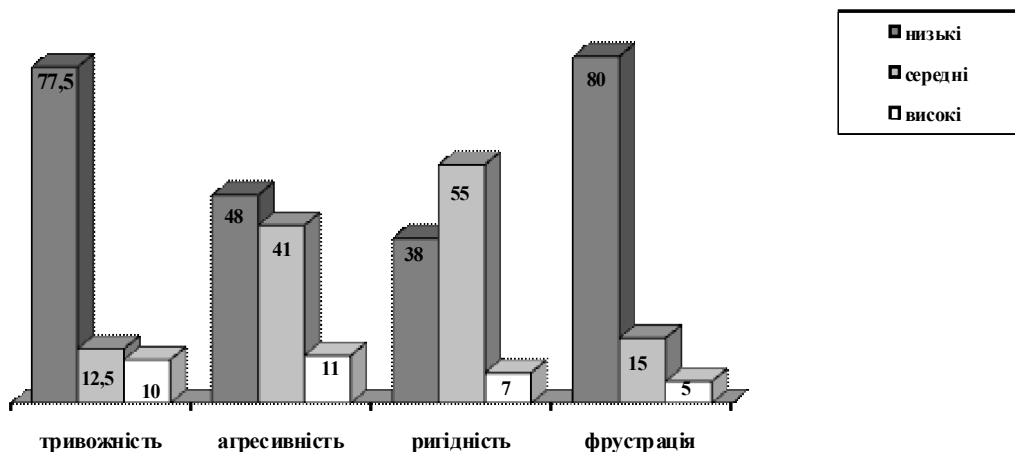


Рис. 2. Результати дослідження психічних станів курсантів прикордонних навчальних центрів

На користь того, що вищезазначені негативні стани у більшості курсантів є наслідком перебування в умовах соціальної ізоляції, говорить той факт, що як військові вони пройшли ретельний психологічний відбір, що виключає можливість потрапляння до армії людей з нестійкою психікою. Тому певні негативні психічні стани мають ситуативний характер і виникають у курсантів зі зниженими адаптаційними можливостями внаслідок психогенного впливу умов соціальної ізоляції.

Психогенними чинниками в умовах групової ізоляції, які не надають можливості курсантам адекватно сприймати партнера зі спілкування, оцінювати події соціально-психологічної реальності, гальмують емоційно-емпатійні та перцептивно-рефлексивні здібності особистості, є:

1) постійна “публічність” й інформаційне виснаження партнерів зі спілкування;

2) емоційне напруження (обумовлене необхідністю впродовж тривалого часу стримувати себе в певній рольовій функції);

3) актуалізація потреби у самоті, невдоволення якої призводить до “психологічного стриптизу” (нездатність людини приховувати свої почуття і думки), що є однією з форм захисної реакції;

4) персоніфікація переживань “відкритості думок” (переживання приписуються діям конкретних партнерів та провокують конфліктність й аутизацію). Йдеться про комунікативну неспроможність, нездатність індивідуума виявляти ті комунікативні якості, які надають йому можливість адекватно сприймати соціально-психологічну реальність, ефективно взаємодіяти з іншими, бути активним учасником комунікативного процесу.

Фактично мається на увазі неефективна реалізація закладених у людині потенційних комунікативних можливостей, що викликає неадекватність поведінки: самотність, конфлікти тощо, аж до суїциду. Виникає також проблема визначення теоретичних і практичних меж розвитку комунікативних здатностей особистості.

Тут необхідно враховувати як генетичну межу розвитку комунікативних здібностей (обмеження розвитку, які закладені ще в генетичному коді людини), так і культурну рису, що полягає в неможливості створити всі умови для розвитку комунікативних здатностей у межах конкретного соціокультурного контексту. Негативне ставлення одне до одного характеризується образами, обвинуваченнями, приниженням тощо, тобто, перебуваючи в соціальному середовищі, стаючи складовою частиною групи, люди не в змозі уникнути комфортного або дискомфортного впливу оточення. Часто повторюваний дискомфортний вплив може викликати або неадекватність самооцінки (як правило, її заниження), або активне неприйняття цього впливу, що є приводом для конфлікту, а отже, і для неадекватних вчинків.

Отже, підсумовуючи зазначене вище, можемо зробити такі висновки:

по-перше, перебуваючи в умовах групової ізоляції, значний відсоток курсантів прикордонних навчальних центрів відчуває відносну депривацію

(недостатнє задоволення будь-якої потреби індивіда чи групи порівняно з іншими індивідами чи групами) основних особистісних потреб. Це призводить до виникнення негативних психічних станів підвищеного напруження, таких як: фрустрація, тривожність, агресивність, ригідність;

по-друге, у початковий період формування стану, залежно від інформації, що зберігається в пам'яті, формується його психологічний компонент, який містить у собі емоції, очікування, установки, почуття і “фільтри сприйняття”. Саме через нього людина сприймає світ та оцінює його. Після установки відповідних “фільтрів” об'єктивні характеристики зовнішнього світу вже набагато слабше можуть впливати на свідомість, а основну роль відіграють установки, переконання й уявлення;

по-третє, психологічний відбір на військову службу за контрактом не вирішує питань психологічної сумісності для перебування в умовах групової ізоляції навчальних центрів. Крім відбору, доцільним, на думку автора, було б проведення з курсантами прикордонних навчальних центрів певних тренінгових курсів з метою формування установок толерантної та безконфліктної поведінки саме в умовах групової ізоляції. Що й є перспективним напрямком подальших досліджень.

Список використаної літератури

1. Китаев-Смык, Л. А. Психология стресса / Л. А. Китаев-Смык. – М. : Наука, 1983. – 367 с.
2. Келейников, И. К. Конформизм и распределение ролей в условиях длительной изоляции / И. К. Келейников // Клинико-психологические исследования личности. – Л., 1971.
3. Лебедев, В. И. Психология и психопатология одиночества и групповой изоляции : учеб. пособие для вузов / В. И. Лебедев. – М. : Юнити-Дана, 2002. – 407 с.
4. Маслов, И. А. Влияние изоляции на психическое состояние / И. А. Маслов // Проблемы в сенсорной изоляции. – М., 1970.
5. Прохоров, А. О. Функциональные структуры психических состояний / А. О. Прохоров // Психологический журнал. – 1996. – Том 17, вып. 3. – С. 9–17.

6. Сосновникова, Ю. Е. Психические состояния человека, их классификация и диагностика / Ю. Е. Сосновникова. – Горький, 1975.

7. Хрящева, Н. Ю. Особенности психических состояний в условиях изоляции / Н. Ю. Хрящева // Экспериментальная и прикладная психология. – 1983. – Вып. 10. – С. 83–89.

Рецензент: доктор психологічних наук, професор Матеюк О. А.