

ПСИХОЛОГІЧНА ЕКСПРЕС-ДОПОМОГА РОДИЧАМ ЗАГИБЛИХ ПРИ ВИБУХАХ МЕТАНУ НА ШАХТАХ НА ДОНЕЧЧИНІ У 2007-2008 РОКАХ

У статті наведено практичний досвід психологічної служби МНС України при ліквідації наслідків надзвичайних подій та особливості надання екстреної психологічної допомоги родичам загиблих шахтарів.

Ключові слова: екстрена психологічна допомога, надзвичайна ситуація.

В статті приведено практичний досвід психологічної служби МНС України при ліквідації наслідків надзвичайних подій та особливості надання екстреної психологічної допомоги родичам загиблих шахтарів.

Ключевые слова: экстренная психологическая помощь, чрезвычайная ситуация.

In article is covered practical experience over of psychological service of Ministry of Extraordinary Situations in Ukraine at liquidation of consequences of extraordinary events and feature of grant of urgent psychological help to the relatives of the lost miners.

Keywords: urgent psychological help, extraordinary situation.

Постановка проблеми. Не дивлячись на те, що психологічний тренінг має глибоке історичне і наукове коріння, а за останніх 10-15 років став однією з найбільш поширених форм психологічної практики, тренінг ще не скрізь сприймають адекватно. У таких, відносно «закритих» організаціях як органи внутрішніх справ, Міністерство з надзвичайних ситуацій та інших, тренінг ще часто асоціюється з психодіагностикою, експериментальними дослідженнями, іспитами та іншими таємничими маніпуляціями, які проводять психологи з людьми. Разом з тим, численні автори в один голос відзначають, що на сьогодні немає загальноприйнятого поняття «тренінг». Ці обставини, а також відсутність загальної теорії психологічного тренінгу, заплутане положення з його різновидами і їх місцем у загальній системі методів психології, недостатня розробленість прикладного використання тренінгу, зокрема у системі правоохоронних органів зумовлює **актуальність** розкриття методологічної сутності і визначенні цього поняття.

У неділю, 18 листопада 2007 року, за всю історію незалежної України на копальнях трапилася найстрашніша трагедія. На глибині понад 1000 метрів, коли чергова зміна шахти ім. Засядько м. Донецьку видобувала вугілля, раптовий витік метану призвів до страшного вибуху. Вогонь та неймовірний тиск не залишив надії жодному, хто знаходився у східній лаві пласту L-1 7-ї ділянки. В одну мить родини 100 шахтарів втратили найдорожчих у

своєму житті людей – синів, чоловіків, братів, коханих. Наймолодшому було лише 20 років.

Такаж сама подія трапилася 23.05.2008 року у м. Родинське Красноармійського району на ДП ВК шахті «Краснолиманська». В вентиляційному ходку другої західної лави пласта ЛЗ, горизонту 845м, тупикової виробітки довжиною 350 метрів стався викид вугілля. На момент виникнення аварії в виробці знаходилося 14 людей.

Та ще одна трагедія, яка забрала життя десятків людей, трапилася 09.06.2008р. на шахті імені Карла Маркса ДП «Ордженікідзевугілля» м. Єнакієво.

Всі ці події актуально підіймають питання необхідності роботи психолога при ліквідації наслідків надзвичайних подій та надання екстреної психологічної допомоги родичам загиблих.

Рятувальники, які безпосередньо здійснювали пошукові роботи, не входили до складу МНС. Тому вся увага психологів МНС була зосереджена тільки на роботі з постраждалими та їх родичами. Незважаючи на те, що були залучені психологи з декількох областей, фахівців все одно не вистачало.

Психологічна служба МНС України, під час роботи на аварії, визначила основні цілі та напрямки роботи:

1. Допомогти членам родин постраждалих шахтарів подолати негативні емоційні явища, які можуть виникнути через загибель близької людини.

2. Психологічне супроводження родин до моменту поховання загиблих.

3. Психологічне супроводження родин загиблих під час прийому їх на засіданні державної комісії.

Всі, хто вперше заходив до приміщення, де перебували родичі, зазначали, що на підсвідомому рівні відчувається горе, дуже багато горя; іноді виникала думка: «Тут панує смерть». Панувала зловісна тиша, розмовляли ввіголоса, ходили всі повільно. Для всіх, хто очікував, час нібито зупинився. Спостерігалось так зване «емоційне зараження». Хтось в одному куточку починав плакати, і цей плач підхоплювали по всій залі. Багато людей перебували в такому стані, що не могли ввечері від'їхати додому. Тому було організоване цілодобове чергування психологічної та медичної служби.

Основною формою роботи психологів МНС був психологічний супровід потерпілих та надання екстреної психологічної допомоги тим, хто її потребував. Експрес-діагностика психічних станів серед населення проводилася візуально або за поведінковими ознаками. Негативні психічні стани та реакції серед родичів постраждалих та їх глибина визначалися фахівцями служби психологічного забезпечення МНС за психологічними особливостями конкретної людини, особистісною значущістю даної трагічної ситуації, близькістю до потерпілого, установками на подолання виниклої життєвої кризи.

Якщо жінки зазвичай проявляють свої емоції, то чоловіки намагаються тримати їх всередині, не демонструвати свого горя. Іноді це призводило до того, що вся увага психологів та медиків приділялася одному члену родини – жінці, а чоловік впадав у ступор, затихав і так само тихо втрачав свідомість. Вибухові психічні реакції особливо проявлялися при доведенні списків потерпілих та загиблих.

Через деякий час (приблизно через добу) родичі постраждалих вже сприймали психологів МНС як членів своїх родин. Люди ставилися до фахівців служби психологічного забезпечення як до рідних. Іноді родичі благали не кидати їх, побути поруч. Спостерігався ефект звикання до конкретної людини, тому всі фахівці-психологи МНС розділилися на групи,

кожна з яких працювала зі своєю постійною групою людей.

Серед основних психологічних реакцій на травмуючу ситуацію серед родичів постраждалих виділялися короточасні і затяжні емоційні розлади (стурбованість, страх, тривога), депресивні реакції (стан горя), дезадаптація сприйняття і поведінки.

Вибухові психічні реакції яскраво виявлялися при оголошенні списків постраждалих і загиблих шахтарів. В умовах високої психоемоційної напруги, локальних нервових стресів груп людей використовувалася індивідуальна форма роботи для зняття психічних зривів. Основний зміст наданої психологічної, соціальної і медичної допомоги присутнім громадянам полягав в емпатичній підтримці, полегшенні психосоматичного стану і нормалізації функцій самоконтролю серед постраждалих. Кожна конкретна людина була забезпечена не тільки поглибленою увагою з боку психологів МНС і медичної служби, але і всім необхідним для задоволення природних потреб.

Для родичів постраждалих були характерні прояви типових механізмів психологічного захисту, через які активно простежується неприйняття реальності кризових особових подій. При депресивних станах виявляється самоусунення від ситуації, заперечення можливості несприятливих наслідків. Основні методи психотерапії внутрішньої проблеми були зосереджені на необхідності усвідомлення подальших своїх діяч і осмисленні безповоротності ухвалення втрати.

Крім того, психологи вперше зіткнулися з проявом неодиначних випадків помсти з боку інших громадян родичам постраждалих, які базувалися на раніше виниклих побутових конфліктах (повідомлення про загибель батька малолітній дитині, повідомлення про знаходження в лікарні вже загиблого).

Під час психологічного захисту населення, яке постраждало внаслідок цих надзвичайних подій, психологи МНС зіткнулися з майже повним інформаційним вакуумом. На адміністративній території шахти спостерігалось значне зосередження родичів загиблих шахтарів, які чекали інформацію про результати пошуково-рятувальних робіт, але не від керівництва шахти, не від урядової комісії майже ніякої

інформації не надавалось. Родичі постраждалих після вимог психологів МНС отримали можливість вперше побачити надруковані списки тих, кого розшукують, тільки через півтори доби! Інформаційний вакуум поступово приводив до виникнення різноманітних чуток, агресивних виявів з боку найбільш неврівноважених родичів загиблих. Психологам МНС доводилося прикладати максимум зусиль для того, щоб «загасити» психічну агресію проти керівництва шахти. В наслідок постійної нестачі інформації емоційне напруження в групі родичів досягло критичного рівня, що спровокувало неконтрольовану стихійну реакцію, рідні постраждалих прорвали кордон міліції та піднялись в будівлю шахтоуправління. Спостерігалися безконтрольні агресивні реакції, спрямовані на керівництво шахти, внаслідок чого виникла бійка. Психологами були оперативно локалізовані найагресивніші з родичів. Керівництво шахти було змушено надати останню інформацію про хід аварійно-рятувальних робіт. Психологами надавалась екстрена психологічна допомога, проводилась локалізація конфлікту і послідовне його погашення, більшість родичів постраждалих поводитися край агресивно. Після отримання інформації психологи виводили людей з приміщення та надавали необхідну психологічну допомогу. Але емоційна напруга була сильною, в групі знаходились декілька людей, які провокували конфлікт. Серед родичів постраждалих постійно знаходились психологи для контролю ситуації і недопущення повторних агресивних реакцій. Ситуація ускладнювалася ще й тим, що біля входу до адміністративного корпусу випадково знаходились в цю мить близько півтори сотні шахтарів, які прийшли за своєю зарплатнею. Деякі з них вже готові були приєднатися до родичів і здійснити самосуд над керівництвом шахти. Нависла серйозна загроза соціального вибуху.

Всі працівники міліції, які охороняли громадський порядок та урядову комісію, раптом кудись зникли. Керівництво шахти і члени урядової комісії залишилися сам на сам з вбитими горем та розлюченими родичами загиблих. І тільки правильно організована робота психологів МНС стала тією силою, яка стримувала агресивні прояви натовпу.

Під час цього прояву агресивності з боку родичів загиблих психологи МНС зосереджували увагу на родичах, у поведінці яких спостерігалися більш нестійкі психічні реакції, і які будоражили всіх. Фахівці психологічної служби намагалися вивести їх з приміщення та ізолювати. Робилося це дуже непомітно, без будь-яких проявів насильства.

Кожному, хто залишав кабінет директора шахти, обов'язково приділяли увагу психологи МНС, у разі потреби цю людину супроводжували до виходу з корпусу на свіже повітря, а в деяких випадках – і до місяця постійного перебування родичів, яке знаходилося у 150 метрах від шахтоуправління.

Саме робота практичних психологів Міністерства з надзвичайних ситуацій в цей період сприяла зниженню соціальної напруги серед родин постраждалих та населення регіону і дозволила запобігти соціальному вибуху.

Для надання необхідної психологічної допомоги постраждалим було залучено багато психологів. І досить велика частина цих спеціалістів була з різних цивільних установ, які не мають відповідної підготовки та досвіду надання саме екстреної психологічної допомоги. Адже звичайні методи психореабілітації, психотерапії в умовах надзвичайної ситуації майже не працюють, іноді є зовсім неефективними, а іноді і шкідливими!

Ці цивільні психологи не мали досвіду встановлення психологічного контакту з людьми, які знаходяться в стані гострого горя. А це, в свою чергу, призводило до неввічання самого поняття «екстрена психологічна допомога». Така не зовсім професійна поведінка викликала навіть агресію до тих, хто майже силоміць надавав нібито психологічну допомогу.

Представника психологічної служби МНС у штабі з ліквідації наслідків цієї трагедії не було. Це не давало можливості швидко координувати роботу психологів, адже були дуже напружені ситуації, коли необхідно було фахівцям психологічної служби миттєво реагувати на зміну обстановки.

Наприклад, коли до родичів прийшов представник керівництва шахти і заявив їм, що надії на врятування вже ні у кого немає, це викликало сплеск масових втрат

свідомості, падіння на підлогу. У декількох молодих удовиць були спроби демонстративного суїциду, що вимагало до них індивідуальної посиленої уваги з боку психологів. Не в усіх таких випадках психологи були попереджені і готові до такої реакції людей.

Не зовсім вдала організація взаємодії керівництва шахти з родичами постраждалих змусила психологів МНС, окрім надання необхідної психологічної допомоги, шукати ще й автотранспорт. Деякі з родичів постраждалих залишили у домівках малих дітей самих, які потребували уваги батьків. Також іноді з'являлася інформація про те, що когось витягли з копальні і відвезли до лікарні. В такому випадку родичі потребували можливості негайно перевірити власноруч цю інформацію, чи раптово виїхати додому, а для цього була потрібна машина.

Раніше у Донецьку теж траплялися трагедії із загибеллю шахтарів. Але в таких випадках профспілки шахт працювали з кожною родиною окремо. Тому досвід спілкування з великою кількістю вбитих горем родин, які знаходяться одночасно на території копальні, у керівництва шахти ім. Засядько дуже обмежений.

Іноді з боку членів штабу з ліквідації наслідків цих надзвичайних ситуацій було бажання залучити психологів МНС до психологічного супроводу подальшої роботи державної комісії. Була пропозиція включити психологів МНС до складу груп, які будуть відвідувати вдома родини сімей загиблих шахтарів і сповіщати їм про порядок отримання компенсації, про порядок проведення поховання та панахиди. Така робота є вкрай необхідною, але вона виходить за рамки екстреної психологічної допомоги і за межі компетенції фахівців психологічної служби МНС.

В результаті проведеної психологічної роботи і сформованої довіри до психологів вдалося стабілізувати емоційний стан громадян, а так само попередити розвиток панічних станів і неадекватних дій з їх сторони.

Наступним етапом у роботі був супровід групи психологів МНС родичей загиблих в Донецьке обласне бюро судово-медичної експертизи лікарні ім. Калініна для процедури впізнання тіл чи фрагментів знайдених тіл шахтарів.

На жаль, серед загиблих були молоді люди. Тому до моргу приїжджало багато батьків. Ситуація загострювалася тим, що тіла були дуже деформовані вибухом, і на впізнання були запрошені всі члени сімей загиблих. Для впізнання одного шахтаря приїжджало в середньому 6-7 родичів. Для більшості приїзд до моргу був тим рубіконом, після якого вони усвідомлювали, що дорога їм людина вже ніколи не встане і не посміхнеться.

Хтось приїжджав місцевим транспортом, хтось на власному авто, але більшість родичів дісталися до моргу автобусами, виділеними штабом з ліквідації надзвичайної ситуації. Під час цього переїзду з приміщення на території шахти до моргу в автобусах поряд з родичами були психологи МНС, незважаючи на намагання керівництва шахти усунути їх від цього. Психологи надавали необхідну допомогу, адже переїзд тривав близько 30 хвилин. В цей час спостерігалися прояви дуже негативних психічних станів у родичів загиблих, у деякого були короточасні втрати свідомості.

Зазвичай впізнання у випадках масової загибелі проводиться у два етапи. На першому етапі надаються фотографії тіл, а на другому проводиться вже безпосереднє впізнання тіла.

За встановленою вже практикою, перед тим, як показати фотографії родичам, психологи чи працівники моргу відбирають потрібні фотографії тіл за якимись ознаками, на які вказали родичі.

Але в даному випадку тіла постраждалих були дуже сильно покалічені, тому кожній родині довелося переглядати фотографії абсолютно всіх, кого рятувальники витягли з-під землі. Це збільшувало емоційну напругу серед присутніх у морзі. Також це значно збільшувало час впізнання, що посилювало і без того напружену атмосферу.

При проведенні цієї жахливої, але необхідної процедури психологи розділилися на три групи. До першої більшої групи психологів ввійшли ті, хто підтримував родичів під час нестерпного очікування своєї черги на впізнання. Деякі не витримували чекання своєї черги, виходили на вулицю, плакали, не вірили в те, що вже ніколи не зможуть розмовляти зі своїм рідним. Саме під час цього очікування

емоційне напруження у родичів постраждалих було найвищим.

Друга група психологів була поряд з родичами під час впізнання при перегляді фотографій загиблих на екрані комп'ютера. Представникам цієї групи було важче, тому вони мінялися місцями з психологами першої групи.

Третя група психологів була поруч з родичами, коли проводився другий етап необхідної процедури впізнання – впізнання безпосередньо тіл на площадці під відкритим небом. Ця площадка знаходилася на відстані 200 метрів від будівлі моргу, родичів обов'язково супроводжували психологи МНС.

Більшість людей були виснажені чеканням протягом декількох діб результату аварійно-рятувальних робіт, тому вони вже не мали сил реагувати на саму процедуру впізнання. Під час цього у родичів загиблих спостерігалися переважно ступор, відчуженість, тихий безперервний плач.

Це в деякій мірі ускладнювало роботу психологів, тому що родичі часто вже не реагували ні на кого, в тому числі і на самих психологів. Це, у свою чергу, вимагало від фахівців-психологів більш значних затрат власної енергії для того, щоб встановити психологічний контакт та все ж таки надати психологічну підтримку та допомогу цим родичам.

Керівництво шахти не знало як заспокоїти людей, тому воно наполягало на прискоренні самого процесу впізнання. Ними обиралася мить, коли поруч не було психологів МНС, і тоді вони підганяли родичів, змушували їх впізнати і забрати будь-яке тіло, аби вони зробили це скоріше. Це призводило до жаклих помилок, коли одне тіло впізнавали одночасно декілька родин, коли з'ясовувалося, що вже поховано не того.

Наслідком таких дій з боку представників керівництва шахти були протести родичів, які не знали, чи похований саме їх член родини. Родичі починали збиратися групами, агресивність до керівництва шахти зростала, що могло перерости у соціальні виступи. Адже у людей намагалися забрати святе – те єдине, що залишилося, – це пам'ять про свою рідну людину.

І знову тільки психологи МНС знайшли потрібні слова, змогли переконати родичів, щоб запобігти новій трагедії.

Під час висвітлення у засобах масової інформації подій трагедії, були випадки неетичного ставлення журналістів до цієї ситуації під час виконання своїх обов'язків. Деякі з них не гребували нічим, щоб отримати будь-яку інформацію. Вони ходили між родинами в залі, де всі знаходились, дуже часто видавали себе за постраждалих та членів їх родин. Використовуючи скритий мікрофон, вони записували стогін та плач, навіть намагалися брати інтерв'ю у вбитих горем людей.

Всупереч бажанням родичів загиблих, фотокореспонденти робили їх фотознімки, інколи прихованою камерою. При цьому вони навіть не намагалися перейнятися станом родичів потерпілих, порушуючи Етичний кодекс українського журналіста. У деяких випадках психологам МНС доводилося навіть прикривати своїми куртками родичів постраждалих, щоб телеоб'єктиви не призводили до емоційних зривів, втрати свідомості й без того розгублених та психологічно травмованих людей.

Іноді журналісти як навмисно укидали у свідомість людей інформацію, яка не була достовірною. Так, коли люди очікували своєї черги для впізнання в морзі, хтось з родичів розповів про жакливий телерепортаж, нібито в забої ще знаходяться живі шахтарі, які стукають по трубах і кличуть на допомогу. Газети та інтернет-видання розповідали про те, що всіх родичів постраждалих шахтарів оточили щільним кільцем правоохоронці і не дають нікому нікуди вийти.

Якщо чутки не народжувалися самі собою, то, на превеликий жаль, саме журналісти сприяли виникненню неймовірніших пліток. Це свідчить про необхідність проведення роз'яснювальної роботи як серед постраждалих та їх родичів, так і серед всіх, хто перебуває в осередку надзвичайної ситуації.

Тому психологам довелося проводити індивідуальну роботу із деякими представниками засобів масової інформації та постраждалими для запобігання розповсюдженню чуток.

Ще був один важкий етап у роботі психологів МНС – це виїзд одного психолога до сім'ї загиблого. Перед виїздом

Питання психології

кожного психолога старшим групи проводився інструктаж щодо роботи в сім'ї постраждалих.

Психологи прибували в сім'ї разом з медичним робітником до приїзду машини з тілом загиблого із моргу. Прибувши на місце, психологами проводилася візуальна психодіагностика психічного стану членів родини, проводилося консультування присутніх щодо власного поведіння з близькими загиблих в момент прибуття тіла для недопущення загострення психологічного стану. У родичів загиблих фіксувалися поведінкові реакції горя: плач, крик, стогін і т.д. Деякі люди впадали в стан ступору або знаходилися в стані емоційного шоку, що відображувалось у відсутності прояву емоцій, зниженню чутливості до зовнішніх подразників, заглибленістю у себе. Вони намагалися уникати оточуючих та відмовлялися від контактів з ними, також намагалися залишитися на одинці. Деякі з присутніх в категоричній формі відмовлялися від запропонованої їм допомоги психолога або медика. До категорії таких людей було застосовано прийоми тілесно-орієнтованої терапії. Після цього їх стан покращувався та вони погоджувалися на подальше психологічне супроводження.

Періодично до родин загиблих приходили співчуваючі родичі та знайомі. Їх емоційна реакція викликала нову хвилю загострення психічного стану.

Коли труни з тілами загиблих шахтарів було доставлено до родин відмічалось максимальне загострення психологічного стану людей, зростало рухливе збудження, люди знепритомнювали, плакали та проявляли інші ознаки переживання горя. З часом, емоції втухали та психологами діагностувалася стабілізація психічного стану людей. Картина такого перебігу подій з невеликими відмінностями повторювалася

в усіх родин. Після того, як емоційний стан родичів загиблих було стабілізовано, психологами проводилося тільки спостереження за емоційним станом людей та прогнозування можливості виникнення нових сплесків емоцій. Коли психолог остаточно був переконаний в стабільності психологічного стану оточуючих, родині давалися пропозиції щодо збереження психічного здоров'я в подальшому, також були надані контактні телефони для можливих консультацій.

Останнім етапом у роботі психологічної служби МНС України був супровід родин загиблих шахтарів на засідання Державної комісії. На даному засіданні розглядалися прохання, скарги за рішенням житлово-побутових питань, матеріальних виплат з держбюджету, виплат з бюджету шахти, спеціального рахунку, відкритого Президентом і прем'єр-міністром України, а також добродійного рахунку, гроші на який поступали впродовж 2-х тижнів.

За один день роботи Державною комісією розглядалося приблизно по 25 сімей родичів загиблих і травмованих в результаті аварії. Головна мета роботи полягала в підтриманні оптимального психологічного стану родин. З кожною родиною, під час очікування прийому Державною комісією, знаходились практичні психологи, що були закріплені за ними з початку роботи. Закріпленим психологом проводився інструктаж і психопрофілактична бесіда з ними. На прийом до Державної комісії з кожною родиною заходив психолог та був присутній на протязі усього прийому. Він здійснював візуальний контроль за кожним членом родини, та по мірі необхідності надавав потрібну допомогу.

Всього, на кожній аварії, психологічною допомогою було охоплено більше 300 чоловік.