

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ УСТАНОВКИ ПРАЦІВНИКІВ ОВС ЩОДО ЗДОРОВ'Я

У статті наведено результати дослідження соціально-психологічних установок працівників ОВС щодо здоров'я. Показано, що «слабкими» місцями в когнітивному, емоційно-оцінному та поведінковому компонентах установок є: відсутність у правоохоронців чіткого уявлення про здоров'я та здоровий спосіб життя, ставлення до здоров'я як до бажаного, а не до мети, скудність конструктивних здоров'язберігаючих поведінкових стратегій.

Ключові слова: здоров'я, здоровий спосіб життя, працівник ОВС, соціально-психологічні установки.

В статті приведено результати дослідження соціально-психологічних установок працівників ОВД в отношении здоров'я. Показано, что «слабыми» местами в когнитивном, эмоционально-оценочном и поведенческом компонентах установок являются: отсутствие у работников ОВД четких представлений о здоровье и здоровом способе жизни, отношение к здоровью как к желаемому, а не как к цели, скудность конструктивных здоровьесберегающих поведенческих стратегий.

Ключевые слова: здоровье, здоровый способ жизни, работник ОВД, социально-психологические установки.

The article contains results of the study of social and psychological settings of department of internal affairs' workers in health. It shows that the "weak" points in the cognitive, emotional –assessment and behavioral components of settings are: the lack of law enforcement officers a clear understanding about health and healthy way of life, attitude to health as a desired and not as a goal, the scarcity of meaningful health-behavioral strategies.

Keywords: health, healthy way of life, an employee of department of internal affairs, social and psychological settings.

Проблема збереження здоров'я і працездатності працівників ОВС на сьогодні залишається однією з найактуальніших задач науки і практики. Це пов'язано не просто з погіршенням рівня здоров'я даного контингенту, але й з омолодженням певних хвороб, які раніше були характерними для осіб старших вікових категорій, ростом психосоматичних розладів, несприятливих психічних станів. На думку багатьох сучасних дослідників це обумовлено значними психічними і фізичними навантаженнями працівників ОВС в процесі їх службової діяльності, підвищеною професійною відповідальністю, частими змінами ритму життя, строго регламентованим режимом поведінки та іншими чинниками.

Як відомо, здоров'я – це не тільки відсутність хвороб і фізичних дефектів, а й повне фізичне, душевне та соціальне благополуччя (Устав ВООЗ). В тому ж документі вказується на співвідношення чинників, що впливають на рівень здоров'я, а саме: умови та образ життя, харчування – 50-55%, генетика та спадковість – 15-20%, зовнішнє середовище, екологія – 20%, медицина – 10%. Східна філософія та медицина дотримується іншої точки зору й на перше місце в переліку чинників ставить образ думок – 70%; далі йдуть образ життя – 20% та образ харчування – 10%.

Саме тому, проблема здоров'я – комплексна, яка включає в себе різні аспекти: медичний, психологічний, соціальний, економічний, організаційний та інші. На нашу думку, психологічний аспект цієї проблеми, насамперед, пов'язаний з питанням соціально-психологічних установок людини щодо здоров'я, бо саме в установках знаходять своє вираження і уявлення, обізнаність людини про здоров'я (когнітивний компонент установок), і система ціннісних орієнтацій людини відносно власного здоров'я, ставлення до нього (емоційно-оцінний компонент), і готовність людини діяти певним чином, брати на себе відповідальність за своє здоров'я (поведінковий компонент установок).

Нами було досліджено соціально-психологічні установки працівників ОВС щодо здоров'я. В дослідженні взяли участь 38 працівників ОВС (слідчі та дізнавачі, працівники карного розшуку, дільничні інспектори міліції), з них 14 жінок і 24 чоловіки. Вік досліджуваних склав від 25 до 35 років, тобто вік, коли скарг на стан здоров'я ще повинно бути замало. В дослідженні було використано наступні методики: для аналізу когнітивного компоненту установок – розроблена нами анкета, для емоційно-оцінного компоненту – колірний тест ставлень Є.Ф.Бажина та О.М.Еткінда, метод ранжувань, для дослідження поведінкового компоненту –

модифікований нами метод незакінчених речень, анкети.

Результати дослідження когнітивного компоненту показали, що переважна більшість працівників ОВС (71,1%) визначає здоров'я через таку категорію як «відсутність хвороб і хворобливих станів». Частіше за все для цього використовувалися такі висловлення: «нічого не болить», «немає втоми», «немає депресії», «немає стресів» та інші. Решта працівників (28,9%) визначали здоров'я у позитивних категоріях без частки «не». Зокрема, це були такі судження: «відмінний настрій», «гарний імунітет», «гармонія душі і тіла», «досконалість захисних механізмів організму» тощо. Отримані дані свідчать, що у більшості працівників ОВС не сформовано адекватне уявлення про сутність здоров'я, що відбивається у визначенні цього поняття за допомогою «негативних» категорій. Уявлення про те, чого не потрібно бути (відносно будь-якого явища) не є конструктивними, бо не дозволяють людині повною мірою реалізувати мотиваційну та поведінкову стратегії щодо цього явища.

Що стосується поняття «здоровий спосіб життя», то вже менша частка працівників ОВС, але все ж таки достатня (47,4%) визначили його за допомогою заперечення. Найбільш типовою була відповідь «відсутність шкідливих звичок». Серед типових позитивних відповідей можна вказати на такі: «нормальне харчування», «зайняття фізичними вправами», «позитивне мислення», «достатня рухлива активність» та інші. Слід зазначити, що сучасна наука розглядає здоровий спосіб життя як: реалізацію комплексу дій, спрямованих на збереження та покращення власного здоров'я у всіх сферах життя; як оптимально-виважений стиль поведінки людини, спрямований на збереження та покращання здоров'я, метою якого є задоволення соціальних та біологічних потреб та прагнень особистості. Тобто, працівники ОВС розглядали здоровий спосіб життя скоріше з точки зору його складових, ніж з точки зору загальної характеристики.

Аналіз емоційно-оцінного компоненту установок працівників ОВС щодо здоров'я показав, що цінність «здоров'я» є найбільш значущою поряд з такими цінностями як «щасливе сімейне життя» і «матеріально-

забезпечене життя». Середній ранг цих цінностей виявився приблизно однаковим (від 1,2 до 2,3 без вірогідних відмінностей). Виявлена значуща позитивна кореляційна залежність між цінностями «здоров'я» та «щастя» ($p < 0,01$). Однак, у відповідях та судженнях працівників ОВС стосовно цих явищ простежуються відносини по типу «причина – слідство» тільки в один бік. Так, найбільш типовими були такі судження: «бути здоровим не значить бути щасливим». Але досить чітко простежується зворотний зв'язок: 78,9% працівників ОВС вказали, що щаслива людина – це здорова людина.

Позитивне ставлення працівників ОВС до здоров'я простежується і на неусвідомленому рівні, який досліджувався за допомогою колірної тесту ставлень. Зокрема, середній ранг поняття «здоров'я» виявився одним з найбільш низьких (2,2), що свідчить про значущість цього явища, позитивну його оцінку і ставлення. Поняття «здоров'я» більшість працівників ОВС ототожнюють з синім та зеленим кольорами (загалом 78,9%). Як відомо, зелений колір відбиває потребу людини у незалежності, відстоюванні власної позиції, агресивність захисного характеру, а синій – потребу в глибокій прихильності, тенденцію до досягнення зовнішнього захисту, емоційного комфорту, спокою. Тобто, здоров'я для працівників ОВС, це насамперед, емоційний комфорт та незалежність, яких вони практично не мають в умовах несіння служби. На це досліджувані вказують і в анкетах, в бесідах з ними, підкреслюючи, що основною причиною погіршення здоров'я правоохоронців є складні і напружені умови оперативно-службової діяльності. Слід відмітити, що 7,9% працівників асоціюють поняття «здоров'я» з фіолетовим кольором, який відбиває наявність потреби у відході від реальної дійсності, тенденцію до ірраціональності домагань, нереальних вимог до життя. На нашу думку, ці правоохоронці потребують більш глибокого психологічного аналізу їх особистості з подальшою, за необхідністю, психологічною допомогою.

Звертає на себе увагу той факт, що при аналізі здоров'я як ціннісної орієнтації (з урахуванням особистісного сенсу), більше половини працівників ОВС (52,6%) використовували такі фрази: «було б гарно», «було б бажано», «якби» та інші. Тобто,

Питання психології

здоров'я для них на особистісному рівні виступає скоріше як бажання, а не мета. А як відомо, бажання, на відміну від мети, виключає конкретизацію та намір і вольові зусилля, що знижує ймовірність його реалізації на поведінковому рівні. Можливо, це є однією з психологічних причин не достатнього рівня здоров'я працівників ОВС.

Аналізуючи відповіді на питання стосовно здоров'язберігаючих стратегій, які застосовують працівники ОВС в процесі виконання оперативно-службових завдань, можна вказати на наступне. Переважна більшість стратегій, на які вказали досліджувані, спрямована на захист від стресу, збереження психологічної рівноваги та «боротьбу» з емоційним перенапруженням, фізичною втомою. Саме ці завдання відбито у Наказі МВС України від 28.07.2004 № 842 «Про подальший розвиток служби психологічного забезпечення оперативно-службової діяльності органів внутрішніх справ України». Згідно з п.3.2.2 цього Наказу, до завдань психологічної служби входить організація та проведення психопрофілактичної роботи з працівниками органів внутрішніх справ України; здійснення корекції психологічної напруженості, перевтоми та інших негативних психічних станів, організація та забезпечення роботи кабінетів психологічної корекції та регуляції. З точки зору оцінки

конструктивності здоров'язберігаючих стратегій, на які вказали досліджувані, тільки половину з них можна назвати більш-менш конструктивними, пов'язаними з використанням адекватних засобів саморегуляції, оптимальним тайм менеджментом, зміною ставлення до службової ситуації, переструктуруванням службових завдань з виділенням проміжних цілей, активним відпочинком тощо. Позитивним є те, що 78,9% працівника ОВС вказали більш, ніж на три стратегії, які допомагають їм підтримувати стан здоров'я на достатньому рівні. В той же час, не всі вони є конструктивними.

Таким чином, вивчення соціально-психологічних установок працівників ОВС щодо здоров'я, дозволило виділити «слабкі» місця в когнітивному, емоційно-оцінному та поведінковому компонентах даних установок, а саме: відсутність у правоохоронців чіткого уявлення про здоров'я і здоровий спосіб життя, ставлення до здоров'я як до бажаного, а не до мети, скудність у використанні конструктивних здоров'язберігаючих стратегій. Отримані дані можуть бути використані психологами Центру практичної психології при ГУМВС, УМВС України при розробці та реалізації програм соціально-психологічного забезпечення оперативно-службової діяльності органів внутрішніх справ України.

Література

1. Васильева О. С. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки : Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / О. С. Васильева, Ф. Р. Филатов. – М. : Академия, 2001.- 352 с.
2. Носкова О. Г. Психология труда : учеб. пособие / О. Г. Носкова; под ред. Е. А. Климова. – 3-е изд., стер. – М. : Академия, 2007. - 384с.
3. Психология здоровья: учебник для ВУЗов / под ред. Г. С. Никифорова. – СПб. : Питер, 2006. – 607 с.
4. Про затвердження Програми психопрофілактичної роботи з особовим складом органів та підрозділів внутрішніх справ України на 2008–2012 роки : наказ МВС України від 07.04.2008 № 161. – К. : МВС України, 2008. – 13 с.
5. Яблоков А. В. Здоровье человека и окружающая среда. - М. 2007. - 186с.