

Пономаренко І. В., здобувач НДЛ екстремальної та кризової психології НДЦ Національного університету цивільного захисту України (м. Харків)

НЕГАТИВНІ ПСИХІЧНІ СТАНИ У ДІЯЛЬНОСТІ ГАЗОДИМОЗАХИСНИКІВ ДСНС УКРАЇНИ

У статті проведено психологічний аналіз професійної діяльності газодимозахисників Державної служби України з надзвичайних ситуацій. Висвітлено основні психологічні особливості та вказано на вплив негативних психічних станів при виконанні професійних завдань в непридатному для дихання середовищі.

Ключові слова: професійні завдання, негативні психічні стани, непридатне для дихання середовище, газодимозахисники.

В статье проведен психологический анализ профессиональной деятельности газодымозащитников Государственной службы Украины по чрезвычайным ситуациям. Освещены основные психологические особенности и указано на влияние негативных психических состояний при выполнении профессиональных задач в непригодной для дыхания среде.

Ключевые слова: профессиональные задачи, негативные психические состояния, непригодная для дыхания среда, газодымозащитники.

Постановка проблеми. Проблема психічних станів цікавила та вивчалась, як вітчизняними, так і зарубіжними психологами. Її досліджували такі вчені, як: Ганзен В.О., Левітов М.Д., Миронець С.М., Прохоров О.О, Сосновікова Ю.Є., Тімченко О.В. та інші. Розглядаючи структуру психіки людини, як відомо, виділяють три утворення, три основних компоненти психіки: психічний процес, психічний стан, психічні властивості. Серед них найбільший науковий інтерес представляє другий компонент, а саме - психічні стани. Але на сьогодні все ще не достатньо розглянута проблема впливу негативних психічних станів на газодимозахисників Державної служби України з надзвичайних ситуацій (ДСНС України) при виконанні професійних завдань, які виконуються в непридатних для дихання умовах, під час проведення розвідки та ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій, де негативні психічні стани постійно супроводжують і заважають виконувати професійні завдання газодимозахисників і тому, вимагає детального аналізу та дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В останні роки проблема негативних психічних станів у діяльності газодимозахисників ДСНС України вивчалася не дуже активно. Серед останніх робіт хочемо відзначити монографію С.М. Миронця та Тімченка О.В. «Негативні психічні стани рятувальників в умовах надзвичайної ситуації». На жаль в ній не розглядається питання негативних станів

співробітників газодимозахисної служби ДСНС України, але присвячена дослідженню динаміки негативних психічних станів, що виникають у працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України під час виконання професійних завдань в реальних умовах великомасштабної надзвичайної ситуації. Шляхом критичного аналізу відповідних літературних джерел, наявної нормативно-правової бази, що визначає діяльність органів та підрозділів МНС України, в ній розкриті сучасні підходи до вивчення та розв'язання проблеми негативних наслідків впливу професійної діяльності на психіку представників професій екстремального профілю, зокрема й рятувальників; виявлені особливості розвитку провідних негативних психічних станів та реакцій, що виникають у рятувальників в умовах як підготовки до виконання аварійно-рятувальних робіт підвищеної складності, так і безпосередньої ліквідації наслідків великомасштабної надзвичайної ситуації; розроблені рекомендації керівному складу аварійно-рятувального підрозділу, практичним психологам МНС України щодо запобігання негативним психічним станам та реакціям, що виникають у рятувальників під впливом стрес-факторів надзвичайної ситуації [8].

А.М. Большакова в своїй дисертації «Фрустраційна толерантність як складова психологічної готовності пожежних до професійної діяльності в екстремальних умовах» встановила, що фрустраційна толерантність є одним із факторів, які

впливають на ступінь психологічної готовності пожежних до професійної діяльності за екстремальних умов. З'ясувала, що ця толерантність входить до структури професійно важливих якостей та є складовою тривалої психологічної готовності пожежних до професійної діяльності. Було доведено, що розвиток фрустраційної толерантності позитивно впливає на ступінь психологічної готовності до професійної діяльності та рівень розвитку професійно важливих якостей пожежних [1].

В.П. Бут в своїй дисертації «Формування професійно важливих якостей газодимозахисників-рятувальників МНС України» розкриває проблему формування професійно важливих якостей курсантів газодимозахисників-рятувальників. Робота містить теоретичне обґрунтування та експериментальні результати дослідження даної проблеми.

У роботі уточнена сутність професійно важливих якостей особистості та визначена їх структура у газодимозахисників-рятувальників як сукупність мисленевих, управлінських, мотиваційних, атенційних, мнемічних, емоційно-вольових та фізичних якостей. Встановлені особливості їх діяльності та рівень розвитку зазначених груп якостей у офіцерів та курсантів. Визначено, що у останніх недостатньо сформовані для професійної діяльності управлінські та емоційно-вольові якості. Розроблено та апробовано тренінгову програму формування професійно важливих якостей курсантів необхідних для майбутньої служби газодимозахисника-рятувальника [2].

Наукових праць присвячених впливу негативних психічних станів при виконанні професійних завдань газодимозахисниками в непридатному для дихання середовищі нам не зустрілося.

Метою статті є виявлення впливу на газодимозахисників негативних психічних станів, з врахуванням психологічних особливостей професійних завдань.

Виклад основного матеріалу. Щоб розглянути вплив негативних психічних станів на газодимозахисників проведемо спочатку аналіз літератури самого поняття «психічні стани». Психічні стани є відносно стійкими психічними явищами та водночас мають певну динаміку. На думку більшості

вчених, стани - це психічні явища, що відображають особливості функціонування нервової системи і психіки людини в певний проміжок часу чи характеризують процес адаптації до нових умов або впливів.

М.Д. Левітов вважає, що психічні стани – це цілісна характеристика психічної діяльності за певний період часу, що показує своєрідність перебігу психічних процесів в залежності від особливостей предметів, явищ дійсності, що відображаються, від попереднього стану і психічних властивостей особистості [7].

Психічні стани посідають проміжне положення між психічними процесами та психічними властивостями особистості, та відокремлюються за ознакою динамічності і за часом перебігу (перші найбільш рухливі, другі займають середнє положення, треті - найбільш стабільні). Усі ці три рівні психічних явищ тісно взаємопов'язані та переходять один в одного. Традиційно психічні стани людини розглядаються як синдром, в структуру якого входять суб'єктивні переживання, зміни в психічній діяльності, на будь-якому рівні психічної активності, тобто в спілкуванні, поведінці, діяльності та соматичних проявах. Є.П. Ільїн вважає, що психічні стани торкаються як психологічної, так фізіологічної структури людини, а тому він їх називав психофізіологічними станами. За його визначенням, психофізіологічні стани – це цілісна реакція особистості на зовнішні та внутрішні стимули, що спрямована на досягнення корисного результату. Таким чином, на думку цього вченого, психічні стани можуть бути охарактеризовані трьома рівнями реагування: психічним (переживання), фізіологічним (реакції соматичної та вегетативної нервової системи) і поведінковим (мотивація поведінки) [6].

В психологічній літературі можна знайти велику кількість різноманітних понять на позначення психічних станів: фрустрація, агресія, активність, апатія, бадьорість, байдужість, безнадійність, відчай, впевненість, втома, гнів, депресія, задоволення, незадоволення, нерішучість, песимізм, пригніченість, радість, тривога, страх та ряд інших. Виділяють наступні класи психічних станів:

Питання психології

- стани особистісні та ситуативні (проявляються залежно від ситуації, чи незалежно від ситуації (особистісні)). Особистісні стани виражають індивідуальні властивості людини, ситуативні - особливості ситуації та реакції на неї;

- глибокі та поверхневі стани - розрізняються між собою в залежності від сили їх впливу на переживання та поведінку людини;

- в залежності від ступеня усвідомлення джерела, причин появи психічних станів вони можуть бути більше чи менше усвідомленими;

- в залежності від часу їх прояву - стани короткотривалі та довготривалі;

- стани, що позитивно або негативно впливають на людину [3].

Ці всі стани розподіляються вченими, в свою чергу, на дві основні групи:

- стани, що характеризують афективно-вольову сферу психічної діяльності людини;

- стани свідомості та уваги.

Кожна група має спільні характеристики, які відображають найбільш типові, стрижневі особливості станів, що входять до неї. Це характеристики: «напруження - вирішення» для групи вольових станів, «задоволення-незадоволення» - для групи афективних станів та «сон-активація» для групи станів свідомості та уваги [3].

З вказаного вище видно, що більшість вчених розглядають групи афективних та вольових станів як дві сторони єдиної афективно-вольової сфери психічної діяльності людини. Проте деякі вчені (В.О. Ганзен, В.М. Юрченко та ін.) виділяють окремо групи афективних та вольових станів, в залежності від домінування емоційного та вольового компонентів у психічних станах [5].

На думку вчених, психічні стани в нормі відрізняються єдністю, врівноваженістю, підпорядкованістю, повторюваністю структурних характеристик, адекватністю психічного відображення та регулювання.

Психічні стани за забарвленістю (модальністю) та особливостями їх впливу на особистість поділяються на позитивні та негативні.

До позитивних можна віднести такі психічні стани як: стан радості, задоволення,

стан ейфорії, активність, натхнення, релаксація, рішучість, впевненість, вони позитивно впливають на особистість, на діяльність, є стеничними станами (мобілізують людину, активізують її діяльність).

До негативних відносяться: стани фрустрації, суму, незадоволеності, тривоги, страху, паніки, нудьги, дистресу, відрази, нерішучості, апатії, втоми, байдужості, горя, образи, гніву, стан агресії, сорому, стан емоційного вигорання тощо. Такі стани є астеничними, вони демобілізують діяльність, призводять до дисгармоній особистісного розвитку, є вагомим фактором невротизації, можуть перетворитись у стійкі властивості особистості, призвести до соціальної дезадаптації тощо [3].

Виявлено суттєві відмінності негативних психічних станів за формою прояву, змістом, динамікою, структурою у особистості в залежності від віку. Так у молодшому шкільному віці виявляються такі негативні психічні стани як: тривожність, хвилювання, страх (що пов'язані здебільшого з процесом навчання їх у школі), фрустрація, роздратованість, агресія, відсутність мотивації, нерішучість тощо.

Істотною особливістю негативних психічних станів є те, що при частому повторенні ситуацій чи впливів, які їх детермінують, вони мають здатність переважно легко трансформуватись і закріплюватись у такі негативні психічні властивості як тривожність, дратівливість, агресивність, конфліктність, невпевненість, пасивність тощо.

У випадку закріплення останніх потрібно використовувати комплекс методів спрямованих на психопрофілактику їх ускладнення та психокорекцію з метою зменшення їх патологізуючого впливу.

Всі основні професійні завдання газодимозахисників мають свої специфічні психологічні особливості, які взаємодіють з негативними психічними станами, які демобілізують діяльність, призводять до дисгармоній особистісного розвитку, є вагомим фактором невротизації, можуть перетворитись у стійкі властивості особистості, призвести до соціальної дезадаптації. Все це наведено в таблиці.

Структуризація психологічних особливостей, які притаманні газодимозахисникам при виконанні професійного завдання

Професійні завдання	Психологічні особливості	Негативні психічні стани
Аварійно-рятувальні роботи на зруйнованих висотних житлових будівлях, промислових об'єктах та на відкритій місцевості	<ul style="list-style-type: none"> - здатність тривалий час зберігати стійку увагу; - вміти швидко розпізнавати невеликі відхилення від заданої форми; - володіти навичками роботи з спорядженням ланки ГЗДС та організацією зв'язку з постом безпеки; - бути при звичаєному до висоти, швидко і впевнено виконувати на висоті всі професійні дії; - виявляти емоційно-вольову стійкість, відповідальність, самоконтроль, низький рівень тривожності; - зберігати зібраність у непередбачуваних ситуаціях. 	Напруженість, тривога, втома, фрустрація.
Аварійно-рятувальні роботи, пов'язані з викидом небезпечних хімічних речовин (НХР)	<ul style="list-style-type: none"> - досконало знати особливості НХР; - оперативне визначення району забрудненості отруйними речовинами та постійний контроль за його поширенням; - мати автоматизованість та швидкість виконання основних операцій, лобну кооплінацію рухів, вестибулярний апарат, зорово-моторну координацію, м'язову витривалість та силу. 	Нерішучість, фрустрація, напруженість.
Аварійно-рятувальні роботи в обмежених (замкнених) просторах	<ul style="list-style-type: none"> - вміти виконувати завдання в обмеженому просторі (печерах, копальнях, колоязі колектора, шахти і т.д.); - вміти перемикатися від звичного способу лій (силяча поза, ходьба) до робочої пози (просування поповзом, робота лежачи й т.д.); - мати стійкість до високої концентрації продуктів горіння; - мати стійкість до монотонії. 	Апатія, підвищена стомлюваність, зниження психічної активності, фрустрація, тривога.
Робота в засобах індивідуального захисту органів дихання та процес включення і виключення із ЗІЗОД	<ul style="list-style-type: none"> - бути уважним при перевірці тиску в балонах з повітрям; - наявність колективізму, рішучість, передбачуваність, керівника гасіння пожежі оперативна оцінка; - вести радіообмін по засобам радіозв'язку, переговори із постовим на посту безпеки по мобільній радіостанції. 	Нерішучість, фрустрація.
Пересування ланки ГЗДС в задимленому та (чи) загазованому середовищах	<ul style="list-style-type: none"> - вміти помічати незначні зміни в задимленому середовищі (приміщенні); - вибирати при спостереженні матеріал, необхідний для розв'язання проблеми (фрагменти олягу, силвет тіла, можливі пози постраждалого, який знаходиться у задимленому приміщенні); - бути здатним до самоспостереження на маршруті ланкою ГЗДС; - вміти окомірною визначати густину задимлення, відстані від предметів, розміри осередку пожежі; - довгостроково вести роботу в засобах індивідуального захисту органів дихання і зору не погіршуючи якості та не знижуючи темпу. 	Фрустрація, страх, нерішучість, паніка.
Організація та проведення роботи, щодо пошуку та рятування людей особовим складом ланки ГЗДС	<ul style="list-style-type: none"> - побудувати в уявленні образ дій в задимлених і загазованих середовищах(приміщеннях) на маршруті ланки ГЗДС; - побудувати в уявленні образ дій щодо можливих шляхів підйому або спуску та способів рятування і транспортування; - вести радіообмін по засобам радіозв'язку, чітко передаючи команди і повідомлення, зберігаючи спокійний тон у екстремальній ситуації; - переключати увагу з одного об'єкта на інший при проведенні розвідки; - бути стійким до перепаду температур; - мати професійну спостережливість; - мати здатність до передбачення, тактичного чуття, стратегії; - мати здатність до комбінації. 	Емоційне вигорання, фрустрація, агресія.

Питання психології

Робота особового складу ланок ГЗДС в умовах високої температури	<ul style="list-style-type: none"> - мати здатність до виконання рухів протягом тривалого часу; - бути здатним до мобілізації волі, мати завзятість, стійкість і здатність до оволодіння засобом пересування; - мати стійкість до статичних навантажень; - мати здатність пивилко ліяти в умовах дефіциту часу, прогнозувати зміни оперативної обстановки - вміти знаходити нові нестандартні рішення; - мати узгодженість рухів з процесами сприйняття. 	Страх, втома, паніка, фрустрація, ригідність.
Робота особового складу ланок ГЗДС в умовах низької температури	<ul style="list-style-type: none"> - мати стійкість до різкого перепаду температур в умовах підвищеної вологості повітря; - вміти чітко та логічно викладати свої думки; - вміння вести ділові переговори - здатність швидко встановлювати контакти з новими людьми; - вміти дати об'єктивну оцінку діям інших людей; - мати здатність до впливу на людей; - мати здатність до тривалої розумової праці без погіршення якості і зниження темпу; - мати самовладання при конфліктах; - вміти точно виконувати розпорядження. 	Невпевненість, фрустрація, нерішучість, агресія.
Надання долікарської допомоги за транспортування потерпілих з задимлених приміщень	<ul style="list-style-type: none"> - вміти розподіляти та концентрувати увагу; - мати високий рівень емпатії; - володіти навичками роботи з медичним інструментом; - вміти імпровізувати з підручним спорядженням, щодо конструювання носилок, волокуш та підручних засобів для накладення шин. 	Агресія, фрустрація, паніка.
При виконанні вищезазначених професійних завдань газодимозахисник також повинен:	<ul style="list-style-type: none"> - запам'ятовувати оперативну ситуацію, зіставляти її зі своїм професійним досвідом; - здійснювати послідовність розумових та фізичних дій для реалізації алгоритму ліквідації НС; - вміти зберігати активність та високу працездатність в умовах стомлення 	

Узагальнюючи таблицю слід зауважити, що психічний стан конкретної особистості газодимозахисника залежить від багатьох чинників. Стан особистості газодимозахисника в момент тривожного чекання характеризується підвищеною напруженістю (стресом).

Головними джерелами і причинами напруженості газодимозахисників є:

- небезпека, яка створює загрозу життю;
- відповідальність за розв'язання завдання;
- стислість і невизначеність інформації, що надходить;
- дефіцит часу на прийняття рішень і дій;
- надмірна емоційна збудливість, вразливість і низька емоційна стійкість окремих газодимозахисників;
- невідповідність рівня розвитку професійних якостей вимогам, котрі висуваються до цієї діяльності;
- психічна невідповідність до виконання конкретного завдання газодимозахисника;
- непевність у надійності товаришів;

- соціальна ізоляція (дії у відриві від колективу, перебування в ізольованих місцях).

Це може призвести до виникнення стану фрустрації, ригідності, страху тощо. А цей стан включає в себе апатію, безнадійність, нав'язливість думок про неминучу невдачу, каліцтво, поранення, загибель тощо. Головними ознаками стану фрустрації є: нестриманість в оцінці причин невдалого виконання завдань, відповідний ступінь агресивності, відсутність інтересу до всього навколишнього, роздратованість, песимістичні погляди на дійсність, думки про приреченість і неминучість загибелі тощо. Причому роздратованість, наприклад, виявляється у ставленні до самого себе, до свого безсилля, беспорядності в ситуації, яка склалася, невпевненості в собі й у навколишніх.

Перехід від підготовчого етапу до виконання нового завдання пов'язаний з подоланням у людини стану ригідності, у якому виявляється інертність психіки особистості, котра виникає в результаті стереотипності його поведінки, тяжіння до

заучених операцій, форм і способів дій. Ригідність, як уповільнена переналаштованість психіки може здійснити на діяльність людини сковувальний вплив, істотно понизити гнучкість поведінки, зробити її нездатною до відповідних реакцій під час зміни умов діяльності, ускладнити адаптацію до ситуації. Отож, ригідність виявляється в порушенні перебігу психічних процесів, у виникненні труднощів у адекватній оцінці ситуації або завдання й порядку його виконання.

Найбільш негативним у надзвичайних умовах є психічний стан страху. Він зумовлений надзвичайно сильними, небезпечними для життя зовнішніми подразниками та може порушити психічну стійкість газодимозахисника, спонукати до негативних дій і вчинків, послабити його боєздатність. За ступенем інтенсивності й глибиною переживань страх переживають у вигляді занепокоєння, хвилювання, тривоги й переляку, остраху й жаху. Стан жаху виявляється в астенічній і стенічній формах. У першому випадку під впливом небезпеки особистість ціпеніє й виявляється нездатною до руху і дій; для стенічної реакції характерне, навпаки, різке рухове порушення, метушливість, прагнення втечі від загрози життю, без здатності враховувати особливості ситуації. Цей стан дезорієнтує особистість, зумовлює в ній глибоке потрясіння.

Висновок. Отже, у статті проведено психологічний аналіз професійної діяльності працівників газодимозахисної служби ДСНС України. Вказано на те, що професійні

завдання, які супроводжують газодимозахисників в процесі їх діяльності, мають ряд психологічних особливостей, які необхідно враховувати при підготовці газодимозахисників, з метою підвищення ефективності їх діяльності, а також успішному розв'язанню професійних завдань сприяють певні психічні стани газодимозахисників. Найважливішим з них є стан постійної готовності, стан готовності до розв'язання конкретних завдань. Цей стан сприяє негайній перебудові всієї психіки людини і швидкому її залученню до розв'язання завдань без витрати енергії на подолання внутрішнього опору й напруження. У разі наявності таких станів газодимозахисники від самого початку діють з повною віддачею сил. Для них характерна висока емоційно-вольова стійкість. Рівні психологічної готовності різні: від ділового, оперативного настрою до ситуаційної готовності (тимчасового психічного стану, котрий виявляється лише в цій ситуації і стосовно конкретного виду діяльності) та постійної внутрішньої готовності (стійкого особистісного стану, що виявляється у будь-який час, у будь-яких умовах).

Перспективи наукових досліджень по темі дослідження. В якості перспективних досліджень в межах даного питання може бути вивчення впливу негативних психічних станів на ефективність діяльності працівників ГЗДС та розробка системи психологічного супроводу професійної діяльності газодимозахисників-рятувальників.

Література

1. **Большакова Анастасія Миколаївна.** Фрустраційна толерантність як складова психологічної готовності пожежних до професійної діяльності в екстремальних умовах: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.09 „Психологія діяльності в особливих умовах” / Большакова Анастасія Миколаївна. – Харків, 2000. – 20 с.
2. **Бут, В.П.** Формування професійно важливих якостей газодимозахисників-рятувальників МНС України: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.09 / Бут Віталій Петрович. – К., 2008. - 255 с.
3. **Гук, Н.С.** Оцінка та корекція психічних станів співробітників органів виконання покарань: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Гук Наталія Сергіївна. - К., 1996. – 186с.
4. **Ганзен, В. А.** Системный подход к анализу, описанию и экспериментальному исследованию психических состояний человека / В. А. Ганзен , В. Н. Юрченко // Экспериментальная и прикладная психология : Изд-во Ленингр. ун-та (часть книги) Вып. 10. – Л., 1981.–С. 5–16.
5. **Ганзен, В.А.** Систематика психических состояний человека / В.А.Ганзен, В.Н.Юрченко // Вестник ЛГУ.– Сер. 6. – 1991. – Вып. 1. – С.47 – 55.
6. **Ильин, Е. П.** Теория функциональной системы и психофизиологические состояния / Е. П. Ильин // Теория функциональных систем в физиологии и психологии. – М., 1978. – С. 329.

Питання психології

7. **Левитов, Н.Д.** Фрустрация как один из видов психических состояний / Н.Д. Левитов // Вопросы психологии. – 1967. - № 6. - С. 118-229.
8. **Миронець, С.М.** Негативні психічні стани рятувальників в умовах надзвичайної ситуації: монографія [для практ. психологів МНС, курсантів та студ.] / С.М. Миронець, О.В. Тімченко – К.: ТОВ «Видавництво «Консультант», 2008. – 232 с.
9. Про затвердження Настанови з організації газодимозахисної служби в підрозділах Оперативно-рятувальної служби цивільного захисту МНС України : Наказ МНС України № 1342, від 16.12.2011. – Офіц. вид. – К. : МНС України, 2011. – 53 с. – (Нормативний документ МНС України. Настанова).
10. **Прохоров, А. О.** Психические состояния и их проявления в учебном процессе / А. О. Прохоров. – Казань : КГУ, 1991. – 167 с.
11. **Прохоров, А.О.** Теоретические и практические аспекты проблемы психических состояний личности: Учебное пособие для студентов и преподавателей / А.О. Прохоров. – Самара: СПИ им. В.В. Куйбышева, 1991. – 114 с.

Ponomarenko I.V. is the competitor research laboratory of extreme crisis and the psychology research
**NEGATIVE MENTAL CONDITIONS IN ACTIVITY THE GAS SMOKE PROTECTORS OF
SSE OF UKRAINE**

The article gives a psychological analysis of professional flue gas defenders State Service of Ukraine of Emergencies and pointed to the impact of negative psychological states in the performance of professional tasks unbreathable environment. Pointed the basic psychological feature of professional tasks that make the gas smoke protectors during there operations of the search and rescue people the personnel managers of the GSP, travel managers of the GSP in a smoky and polluted environments, the work of personnel units of the GSP in high and low temperature, work in confined spaces (closed) spaces and the provision of pre-hospital care and transport of victims from the smoke-filled rooms in the units.

It reveals the major sources and causes tension gas defenders, the class of mental states, the most negative mental states and most important positive mental state that ensures success in the resolution of trade problems.

Keywords: professional problems, negative mental states unbreathable environment flue gas defenders.