

*Тогобицька В. Д., кандидат психологічних наук, доцент
кафедри прикладної психології Національного університету
цивільного захисту України (м. Харків)*

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФІЛАКТИЧНИХ ЗАХОДІВ ЩОДО НЕДОПУЩЕННЯ ПРОЯВІВ СУЇЦИДАЛЬНИХ ВИПАДКІВ У ПРАЦІВНИКІВ ДСНС УКРАЇНИ

У статті проаналізована проблема девіантної поведінки серед працівників ризиконебезпечних професій. Висвітлена необхідність профілактичних заходів щодо недопущення проявів суїцидальних випадків у працівників ДСНС України.

Ключові слова: девіантна поведінка, суїцид, негативні психічні стани.

В статье проанализирована проблема девиантного поведения среди работников рискоопасных профессий. Обоснована необходимость профилактических мероприятий по недопущению проявлений суицидальных случаев у работников ГСЧС Украины.

Ключевые слова: девиантное поведение, суицид, негативные психические состояния.

Постановка проблеми. На сьогоднішній день видається актуальною проблема поширення девіантної поведінки серед працівників ризиконебезпечних професій. Екстремальний характер їх професійної діяльності зумовлює високий рівень професійного стресу. Постійний вплив стресогенних факторів на фахівця може стати причиною зривів у професійній діяльності, міжособистісних конфліктів, порушень дисципліни, зловживання алкоголем, наркотиками інших негативних явищ.

Девіантна поведінка є однією з найбільш важливих проблем будь-якого соціального суспільства. Вона завжди була, є і буде присутня в людському суспільстві.

Зазвичай під девіантною поведінкою розуміють поведінку індивіда чи групи, яка не відповідає загальноприйнятим нормам, у результаті чого ці норми ними порушуються. До основних видів девіантної поведінки відносяться перш за все злочинність, алкоголізм і наркоманія, а також самогубства, проституція [4].

Девіантна поведінка – наслідок невдалого процесу соціалізації особистості: у результаті порушення процесів ідентифікації й індивідуалізації людини, такий індивід легко впадає в стан "соціальної дезорганізації", коли культурні норми, цінності і соціальні взаємозв'язки відсутні, слабшають чи суперечать один одному. Такий стан називається аномією і є основною причиною поведінки, що відхиляється від норми [1].

Необхідно враховувати, що девіантна поведінка може приймати різні форми (як негативні, так і позитивні). Поведінка, що відхиляється від норми, часто служить початком існування загальноприйнятих культурних норм. Без неї було б важко адаптувати культуру до зміни суспільних потреб. Разом з тим питання про те, у якій

мірі повинна бути поширена поведінка, що відхиляється від норми, і які її види корисні, а головне – терпимі для суспільства, до цього часу практично не вирішено. Якщо розглядати будь-які області людської діяльності: політику, управління, етику, то взагалі не можна повністю відповісти на це питання. Але разом з тим не усі форми девіантної поведінки вимагають настільки детального аналізу. Кримінальна поведінка, сексуальні відхилення, алкоголізм і наркоманія не можуть привести до появи корисних для суспільства нових культурних зразків [4]. Слід визнати, що переважна кількість соціальних відхилень відіграє деструктивну роль у розвитку суспільства. І тільки деякі нечисленні відхилення можна вважати корисними.

В нашому випадку ми розглядаємо девіантну поведінку у працівників ризиконебезпечних професій з негативної сторони.

Хотілося більш детально зупинитися на професійній діяльності персоналу МНС України. Специфіка професійної діяльності рятувальників полягає у тому, що:

- працівникам ДСНС часто доводиться працювати з групами жертв, які не створюються штучно, ці групи були створені самим життям, наприклад, через драматичну ситуацію катастрофи;

- фахівці ДСНС часто перебувають у гострому афективному стані. Іноді доводиться працювати, коли самі жертви ще знаходяться в афективному стані, що не зовсім звично для нормальної професійної діяльності;

- високий рівень суб'єктивної відповідальності за результати виконуваної діяльності, за життя та здоров'я інших людей, власне життя;

- наявність майже у всіх фахівців відчуття втрати, оскільки часто постраждали

втрачають близьких людей, друзів, місце проживання чи роботу;

- ризик роботи з трупами.

Отже, виконання завдань в умовах надзвичайної ситуації з психологічної точки зору характеризуються негативним впливом на психіку людини широкого спектру несприятливих, дискомфортних і загрозливих факторів. Спеціалісти, які направляються в зони надзвичайної ситуації для виконання рятувальних та інших невідкладних робіт, підлягають не тільки значному ризику виникнення нервово - психічних розладів, психічних дезадаптацій і стресових станів але й фізичній загрози особистому здоров'ю (життю) [3].

Балансування на грані нервово-психічних зривів досить часто призводить до порушень дисципліни, п'янства, а у ряді випадків – до самогубства. Особливої уваги потребує проблема запобігання негативним емоційним станам, що призводять до аутоагресії працівників системи ДСНС України. Наявність суїцидальної активності в підрозділах ДСНС України обумовлює актуальність обраної теми.

Аналіз останніх наукових праць. Незважаючи на актуальність проблеми профілактики негативних явищ у колективах органів та підрозділів ДСНС, на сьогоднішній день, в літературі не часто можна зустріти всеохоплюючих даних щодо цієї проблематики. Найбільш повними публікаціями є: навчальний посібник «Психологія суїцидальної поведінки», за загальною редакцією О.В.Тімченка, в якому розглядаються соціально-психологічні детермінанти аутоагресії, обґрунтовуються адекватні методи діагностики, прогнозування та профілактики суїцидальної поведінки серед персоналу МНС України. Також підручник «Основи психологічного забезпечення діяльності МНС», за загальною редакцією В.П. Садкового, автор якого висвітлює основні питання організації та проведення психологічного забезпечення діяльності Міністерства надзвичайних ситуацій України та навчальний посібник «Кризова психологія», за загальною редакцією О.В.Тімченка, в якій розглядаються загальні підходи надання невідкладної психологічної допомоги людям, що опинилися в осередку лиха; висвітлюються методи, які використовують фахівці ДСНС при роботі з різними категоріями постраждалого населення.

Основна мета статті. Метою статті є висвітлення проблеми девіантної поведінки у працівників ДСНС України та своєчасної її профілактики.

Виклад основного матеріалу. На сучасному етапі антропогенезу девіантна поведінка отримала широке поширення як альтернативний спосіб адаптації окремих індивідів і соціальних груп до стресогенного характеру життя.

У генезисі поведінки, що відхиляється від норми основну роль грають ціннісні деформації особистості, не сформованість соціально-адаптованої поведінки, дефекти вольової саморегуляції і моральної свідомості особистості. Поведінка, що відхиляється від соціальних норм зумовлена явищами аномії, рівнем моральної культури суспільства, багатозначністю наслідків соціальних процесів (урбанізації, зниженням життєвого рівня в перехідні періоди, ослабленням державної влади, розширенням можливостей кримінальної діяльності). Профілактика девіантної поведінки пов'язана з усуненням причин дезорганізації соціально значущої поведінки.

Самогубство – гіркий супутник цивілізації. Як вже відзначалося суїцид – це форма поведінки, що відхиляється від соціальних норм, пасивного типу є способом відходу від нерозв'язних проблем, від самого життя. При оцінці конкретних суїцидальних актів багато що залежить від мотивів і обставин, від особливостей індивіда. Дослідження свідчать, що чинником, який провокує суїцидну поведінку, виступає специфічна комбінація таких характеристик, як стать, вік, освіта, соціальний і сімейний стан [1].

Суїцидна активність останнім часом зростає. За останні роки загибель працівників ДСНС внаслідок самогубств перетворилася на одну з найгостріших проблем та найсерйознішим чином позначається на морально-психологічному стані колективів.

Кількість суїцидальних випадків серед усіх категорій рятувальників з року в рік залишається дуже значною. Пояснюється це багатьма причинами:

- ✓ правовою та соціальною незахищеністю працівників ДСНС;
- ✓ важким соціально-економічним становищем у країні;
- ✓ руйнуванням традиційної системи цінностей суспільства, що неминуче породжує роз'єднання людей і супроводжується зростанням психологічної напруженості.

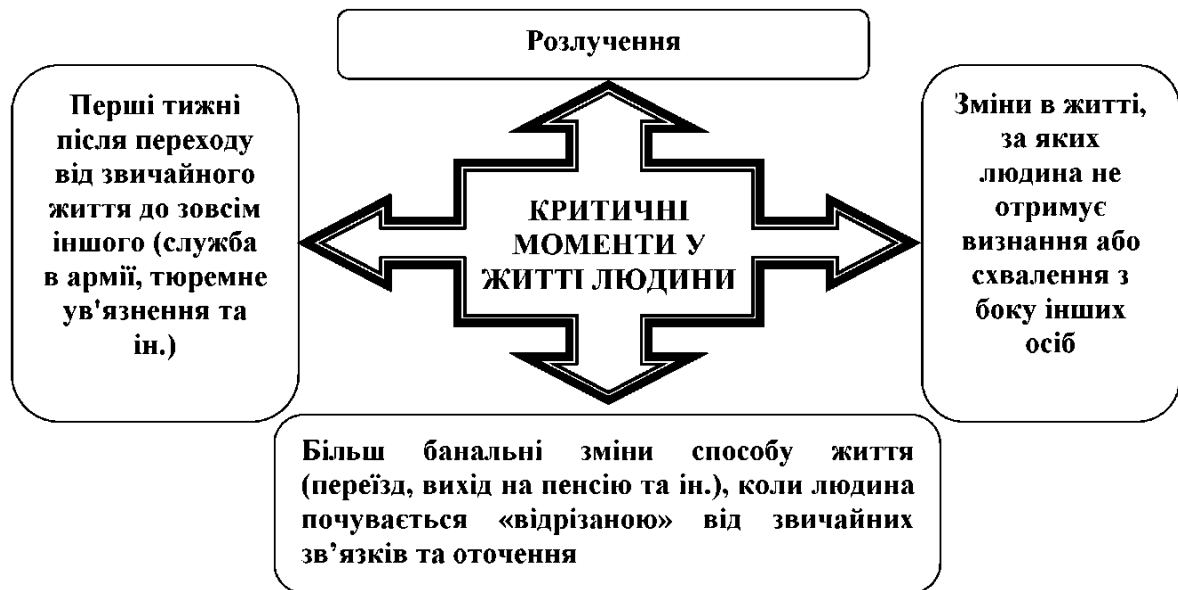
Суїцидні випадки призводять до значних втрат особового складу, завдають великої моральної шкоди як сім'ям загиблих працівників, так і авторитету органам та підрозділам ДСНС України.

Суїцидальна поведінка безпосередньо

Питання психології

пов'язана з психологічною кризою. Оскільки криза викликається деривацією і фрустрацією найважливіших потреб, наприклад, в безпеці, приналежності, досягненні, автономії, розумінні, можливість екстремальних наслідків очевидна [3].

У житті кожної людини трапляються певні моменти, які з упевненістю можна назвати критичними. Це може послужити певним поштовхом до деструктивних дій (рис. 1).



Життєву кризу не слід сприймати як покарання (заслужене або незаслужене). Швидше, це сигнал до того, що потрібно приймати рішення, щось міняти в житті і (або) в самому собі. Зробити це нелегко. Тому в кризовій ситуації багато людей діють так, неначе нічого не відбувається, ніби відмовляються визнавати існування проблеми [2]. Інший популярний, але непродуктивний спосіб невизнання наявності кризи – вживання психотропних засобів (алкоголю, транквілізаторів та інше), які дозволяють тимчасово пом'якшити (ілюзорно) проблеми, що є. Механізми “психологічного захисту” (внутрішнього або зовнішнього) можуть в якійсь мірі відстрочити неминучу дезадаптацію, але відвернути її не можуть. Ці механізми будучи неусвідомленими, глибинними, інстинктивними, швидше виконують роль своєрідного “буфера”, ніж засобу дійсно конструктивного розв'язання кризи. Рано чи пізно поведінка стає неадекватною ситуації.

Суїцид – це результат впливу соціальних, психологічних і фізіологічних чинників, переплетіння несприятливих обставин [1].

У виникненні суїцидальної поведінки основну роль відіграють фактори трьох видів:

✓ **соціальні** (економічні умови, епоха, воєнний або мирний час, рід заняття,

сімейний стан і коло спілкування, міська або сільська місцевість).

✓ **індивідуальні** (стать, вік, релігійна приналежність, наявні раніше спроби самогубства).

✓ **клінічні** (психічні розлади, стан здоров'я, алкоголізм і наркоманія) [1].

Вплив даних чинників на людину є рушійною силою, що визначає характер або окремі риси суїцидальної поведінки особистості, формує групи суїцидального ризику.

На психологічний стан рятувальника впливає досить велика кількість складових. Це і його специфічна професійна діяльність, яка пов'язана з постійним впливом стресогенних чинників на психіку, і підвищене навантаження, і підвищені вимоги щодо виконання своїх професійних обов'язків, усвідомлення високої відповідальності не тільки за своє життя, а і за життя та здоров'я своїх колег та постраждалих в наслідок надзвичайної ситуації; і взаємини з колегами, керівництвом; і фінансові проблеми (погіршення матеріального стану працівників та їхніх сімей внаслідок знецінення та затримки виплат заробітної плати, безперспективність суттєвого покращання свого життєвого рівня, незважаючи на сумлінну, віддану працю в системі ДСНС); проблеми в родині та близьким оточенням, втрата близьких людей; стан здоров'я самого

рятувальника. Всі ці складові можуть призвести до виснаження як психічних так і фізичних ресурсів організму і перевищити можливості захисних механізмів людини.

Нерідко рятувальники, перебуваючи у важкому емоційному стані, залишаються сам на сам зі своїми проблемами. Неможливість самотужки справитися з труднощами, що виникли, і вирішити проблеми, відсутність підтримки з боку товаришів по службі й керівництва підрозділу спонукають окремих рятувальників зробити фатальний крок.

Але необхідно підкреслити, що не існує якої-небудь однієї причини через яку людина позбавляє себе життя. Всі причини виступають в комплексі. Але загальною причиною суїциду є соціально-психологічна дезадаптація, що виникає під впливом гострих психотравмуючих ситуацій, порушення взаємодії особистості з її найближчим оточенням.

У ситуації, що усвідомлюється рятувальником як «терпінню приходить кінець», з'являється гостра потреба в контакті та отриманні підтримки, хоч би добрим словом. Однак за відсутності такої можливості до моменту прийняття рішення про самогубство нерідко настає період самоізоляції. При цьому потреба у спілкуванні різко падає. Характерними особливостями поведінки працівника у даний період є замкненість, прагнення до усамітнення, аж до повної ізоляції, частіше ніж звичайно вживання алкоголю, втрата інтересу до оточуючих, емоційна загальмованість, неадекватні дії та висловлювання, спалахи роздратування, прояви жорстокості по відношенню до оточуючих, а також спостерігаються зміни у настрою - пригніченість, похмурість, відмічається байдужість до подій, що відбуваються навколо та до людей. Захисна реакція на стрес у деяких рятувальників виражається в активних спробах отримати допомогу від товаришів по службі, у так званому прагненні до уваги. Коли працівнику не вдається привернути до себе увагу, отримати підтримку від керівництва і колективу підрозділу, то він стає здатним або на демонстрацію суїциду, або на дійсний суїцид [3].

Для того, щоб своєчасно виявити працівника ДСНС, у поведінці якого спостерігається аутоагресія, практичному психологу доцільно постійно підтримувати контакт із керівництвом підрозділів, учити їх виявляти за певними ознаками підлеглих, які знаходяться у стані суїцидальної активності. Але, на жаль, сьогодні займатися цими проблемами не тільки ніколи, а часом і нікому.

З моменту виявлення таких працівників і виникає необхідність проведення з ними ранньої діагностики дезадаптивної і суїцидальної поведінки та психофілактичної роботи. Однак завдання профілактики суїцидальних явищ у підрозділі не може зводитись тільки до вивчення рятувальників, що знаходяться на грані суїциду. Профілактика суїцидальної поведінки є можливою на різних етапах – від фази виникнення конфлікту до його кульмінації та перед суїциду.

Питання профілактики самогубств складне і багатоаспектне, що вимагає прийняття найрізноманітніших заходів, включаючи суто індивідуальний підхід до кожного працівника, який опинився в скрутній життєвій ситуації.

Основною метою психофілактичної роботи є попередження вірогідності появи суїцидальних тенденцій, своєчасне виявлення та копіювання станів, які створюють потенційну загрозу здійснення суїциду та ліквідація умов, які їх викликають.

Психофілактична робота зазвичай включає в себе:

- індивідуальну профілактичну бесіду з рятувальником, у поведінці якого присутній аутоагресивний компонент, яка зазвичай складається з 4 - 6 корекційних бесід, після яких суїцидальні думки і переживання знижують свою інтенсивність;

- індивідуальні та групові психокорекційні заняття з підвищення самооцінки, розвитку адекватного відношення до своєї особистості, емпатії;

- аутогенне тренування, що дозволяє переключити організм суїцидента з напруженого емоційного стану в стан емоційного спокою;

- психогігієнічний комплекс та прогресивну релаксацію, які впливають на поліпшення емоційних станів схильних до самогубства;

- психотерапевтичні вправи, які допомагають активно сприяти реалізації індивідуальної мети, зменшувати внутрішню аутоагресивність;

- психофізичні вправи і фітотерапію, які поліпшують емоційний стан суїцидентів [2, 3].

Профілактичні заходи обов'язково повинні включати в себе як індивідуальний підхід до кожного працівника (індивідуальна бесіда), так і групову форму роботи.

На сьогоднішній день загальноновизнано, що одним з найбільш прогресивних методів групової роботи щодо організації профілактичних заходів є соціально-

психологічний тренінг, який розуміється, як комплекс спеціальних вправ, у процесі яких формуються, проявляються й одержують подальший розвиток певні властивості особистості.

Співробітниками науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології розроблено та апробовано соціально-психологічний тренінг «Вихід є!», який спрямований на запобігання загибелі та травматизму рятувальників ДСНС України внаслідок самогубств шляхом набуття ними знань, умінь і практичних навичок, необхідних для діагностики суїцидальної поведінки, надання допомоги колегам та самодопомоги.

Соціально-психологічний тренінг «Вихід є!» розрахований на 20 годин та має наступний тематичний зміст:

- ❖ розвиток комунікативних особливостей рятувальників;
- ❖ стрес, його вплив на особистість. Засоби подолання стресу;
- ❖ конфлікт, його рівні, шляхи вирішення;
- ❖ підвищення самооцінки як засіб профілактики суїциду;
- ❖ встановлення та визначення особистісних життєвих цінностей;
- ❖ надання первинної психологічної допомоги рятувальникам при первинних суїцидальних проявах.

Висновки. Слід зазначити, що в системі ДСНС здійснюється певна робота по

профілактиці самогубства. Однак ця робота здебільшого покладена на конкретних працівників (частіше – це психологи). Але, як показує практика, цього не достатньо. Важливе значення для профілактики самогубств має вміння не тільки психологів, а й звичайних працівників ДСНС України надавати профілактичну допомогу один одному і самому собі. Рятувальникам вкрай необхідно володіти знаннями з первинної діагностики суїцидальної поведінки, та мати, що дуже важливо, певний практичний досвід застосування отриманих знань, у тому числі за допомогою тренінгових технологій.

Також важливим напрямком профілактики самогубств є вдосконалення організації і умов праці, які пов'язані із зниженням рівня “професійного стресу”.

Керівникам структурних підрозділів ДСНС потрібно дуже уважно ставитися до скарг і заяв рятувальників, своєчасно реагувати на них, більше уваги звертати на психологічні особливості підлеглих, розбиратися в мотивах, якими вони керуються у своїй поведінці, не допускати приниження їх гідності й честі.

Коректність і високий професіоналізм у роботі з кризовою особистістю і її найближчим соціальним оточенням, знання структури й особливостей суїцидальної поведінки, забезпечать максимальну ефективність психопрофілактики суїцидального ризику і зниження рівня самогубств серед персоналу ДСНС України.

Література

1. Психологія суїцидальної поведінки: Посібник / [Лебедєв Д.В., Назаров О.О., Тімченко О.В., Христенко В.Є., Шевченко І.О.]. – Харків, 2007. - 129 с.
2. Кризова психологія: Навчальний посібник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка. К85 – Х.: НЦЗУ, КП «Міська друкарня», 2010. – 383 с.
3. Основи психологічного забезпечення діяльності МНС: Підручник / За заг. ред. В. П. Садкового. – Х.: УЦЗУ, 2009. – 244с.
4. Менделевич, В. Д. Психология девиантного поведения: учебное пособие для вузов / Владимир Давыдович Менделевич. - Санкт-Петербург: Речь, 2008. – 131с.

Tohobytska VD, Ph.D., assistant professor

FEATURES INTERVENTIONS TO PREVENT MANIFESTATIONS OF SUICIDE CASES IN THE EMPLOYEES DSNS UKRAINE

In the article the problem of deviant behavior is analysed among the workers of dangerous professions. The necessity of prophylactic measures is reasonable on non-admission of displays of suicidal cases for the workers of Public Service for Emergency Situations of Ukraine. In a situation that is recognized as a lifeguard "patience comes to an end," there is an urgent need to contact and gain support, at least a kind word. In the genesis of behavior that deviates from normal values play a major role in the deformation of the individual, social immaturity adapted behavior defects volitional self-regulation and moral consciousness of the individual. Behavior that deviates from social norms due to the phenomena of anomie, the level of moral culture of society, meaning in the effects of social processes (urbanization, declining living standards during the transitional period, the weakening of state power, empowerment of criminal activity). Prevention of deviant behavior associated with the elimination of the causes disruption of socially significant behavior.

Keywords: deviant behavior, suicide, negative mental conditions.