

*Прудка Л. М., кандидат психологічних наук, доцент
кафедри психології та педагогіки Одеського державного
університету внутрішніх справ (м. Одеса)*

ЗНАЧЕННЯ ВПЛИВУ ПСИХІЧНОГО СТАНУ СПІВРОБІТНИКА ОВС ПІД ЧАС ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЙ НА ЕФЕКТИВНІСТЬ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

В статті розглянуто вплив психічного стану співробітника ОВС на ефективність професійної діяльності, яка здійснюється в екстремальних умовах. Розкрито роль стресу та його розвиток в діяльності працівників ОВС під час екстремальних ситуацій. Визначені основні умови підтримки максимальної ефективності діяльності в екстремальній ситуації.

Ключові слова: психічні стани, стрес, субсиндроми стресу, екстремальна ситуація, стресогенні фактори, дезінтеграція особистості, дезадаптивна поведінка.

В статье рассмотрено влияние психического состояния сотрудника ОВД на эффективность профессиональной деятельности, осуществляемой в экстремальных условиях. Раскрыта роль стресса и его развитие в деятельности сотрудников ОВД во время экстремальных ситуаций. Определены основные условия поддержания максимальной эффективности деятельности в экстремальной ситуации.

Ключевые слова: психические состояния, стресс, субсиндромы стресса, экстремальная ситуация, дезинтеграция личности, дезадаптивное поведение.

Постановка проблеми. У результаті змін, що відбуваються в суспільстві, поряд з позитивними, дедалі проявляються окремі негативні тенденції, а саме, підвищення екстремальності діяльності співробітників ОВС, що зумовлено напруженістю соціально-економічних відносин, глобалізацією злочинності, зростанням організованої злочинності, груповими і масовими протиправними проявами, збільшенням терористичних актів, локальних бойових дій та багатьма іншими факторами.

Професійна діяльність працівників ОВС, в екстремальних умовах, є емоційно напруженим видом соціальної активності, що супроводжується наявністю психотравмуючих впливів, високим рівнем вимог до психіки і фізіології співробітників. Така діяльність відноситься до числа професій підвищеного ризику і характеризується одним з найбільш високих рівнів професійного стресу.

Професійна діяльність співробітників ОВС протікає в умовах інтелектуальної, емоційної і фізичної напруженості, і її головними відмітними особливостями є: тривалість і нерівномірність робочих навантажень, часті зіткнення з різними проявами тінювих сторін життя, використання зброї, високий ступінь відповідальності за свої дії, наявність стресових ситуацій, підвищена ступінь ризику, що в сукупності може бути об'єднано поняттям екстремальної ситуації та професійного стресу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз як вітчизняного, так й зарубіжного наукового фонду свідчить, що останнім часом деякі аспекти поданої проблеми розглядалися в таких напрямках: системний підхід до вивчення особистості в екстремальних умовах (В. Бабенко, М.Й. Варій, О.В. Венцик, С.С. Макаренко, СW Churchman, С.О. Погорелов, Ю.В. Чумаєва, Б. Шаповалов та ін.); дослідження психологічної підготовки і професійної діяльності в умовах бойових дій (О.Ю. Косинський, А.Б. Неурова, МL Kaufman, MW Miller). У роботі також використані дослідження, присвячені психологічним і соціально-психологічним явищам, пов'язаним з життєдіяльністю людини в надзвичайних умовах (С.А. Бойко, О.І. Врагов, С.М. Миронець, Л. Осухова), сучасним підходам в області психологічного забезпечення професійної діяльності працівників ОВС (Д.О. Александров, В.Г. Андросюк, Л.І. Казміренко, Я.Ю. Кондратьєв, Г.О. Юхновець та ін.).

Мета статті - дослідити значення впливу психічного стану співробітника ОВС, в якому він знаходиться під час конкретної екстремальної ситуації, на ефективність професійної діяльності та визначити роль стресу та його розвиток в діяльності працівників ОВС під час екстремальних ситуацій.

Виклад основного матеріалу дослідження. За результатами прикладних досліджень, лише 12-15% особового складу

співробітників правоохоронних органів зберігають здатність ефективно діяти в екстремальних умовах, 75% - тимчасово втрачають її, 10-12% втрачають на тривалий час. Професійну активність у службовій діяльності виявляє, як правило, не більше 20% співробітників, ще 20% співробітників приречені на професійні психологічні травми. [1, с.6]

Співробітники ОВС відчують вплив стресогенних факторів подвійного порядку: стресори повсякденної напруженої професійної діяльності та стресори екстремальних ситуацій, які створюють значні труднощі у вирішенні професійних завдань, позначаються на успішності дій і вимагають від співробітників високої професійної стійкості, особливої психологічної підготовленості, уміння конструктивно діяти в складних умовах.

Реакція людини на екстремальну ситуацію визначається як особливістю самої ситуації (характерними для неї психогенними факторами, їх інтенсивністю і тривалістю), так і індивідуальними особливостями співробітників (тобто рівнем їх професійної підготовки, особистісними характеристиками тощо).

Кожний співробітник, що потрапив в екстремальну ситуацію, відчуває великі, а часом і граничні навантаження, спостерігаючи за всім, що відбувається при виконанні необхідних професійних дій. Він багато і напружено розмірковує, оцінює, робить для себе висновки, приймає рішення, продумує способи поведінки і дій, мобілізує власні сили і можливості, долає внутрішні труднощі і коливання, підпорядковує свою поведінку обов'язку, вирішенню поставлених завдань тощо. Таким чином, те, що відбувається в його психіці, неминуче впливає на якість його професійних дій, причому не однозначно.

Висловлене припущення приводить нас до висновку, що ефективність професійної діяльності, яка здійснюється в екстремальних умовах, багато в чому залежить від психічного стану співробітника, в якому він знаходиться під час конкретної ситуації.

За визначенням Н.Д. Левитова стан - це цілісна характеристика психічної діяльності за певний період часу, показує своєрідність перебігу психічних процесів залежно від відбиваємих предметів і явищ дійсності,

попереднього стану і психічних властивостей особистості [2, с. 20].

Виконуючи оперативно-службові та службово-бойові завдання в умовах, пов'язаних з ризиком для життя і здоров'я, працівники ОВС, можуть бути віднесені до групи ризику виникнення стресових станів і, як наслідок, розвитку психічної дезадаптації, що приводить до соціально-психологічних порушень життєдіяльності, несприятливих змін особистості, які в подальшому негативно позначаються на стані здоров'я, службових взаєминах, сімейно-побутовій сфері особового складу, збільшують ризик самогубств [3, 4, 5].

Психічні стани за спрямованістю в силі прояву можуть підрозділятися на чотири умовні групи:

1. Позитивні психічні стани, що з'являються в активній формі: стан бойової готовності, активності, підйому, конструктивного рівня напруженості.

2. Психічні стани пасивної форми: стан заспокоєності, предбоевої (післябоевої) апатії, неухважності, незібраності, зайвої стриманості.

3. Негативні психічні стани активної форми: предбойова «лихоманка», паніка, занепад сил, стрес, страх.

4. Негативні психічні стани пасивної форми: ригідність, фрустрація, синдром нав'язливості (смерті, неминучості поранення), тривога, неспокій. [6, с.12]

Найбільш характерним психічним станом, що розвиваються під впливом екстремальних подій, є стрес.

Екстремальна ситуація детермінує стан стресу викликає одну з наступних форм реагування:

1. Імпульсивний тип дезадаптивної поведінки: різке зниження організованості поведінки, імпульсивні, передчасні і несвоєчасні дії, втрата сформованих навичок, повтор відповідної рухової реакції, зниження надійності через підвищення загальної чутливості;

2. Гальмівний тип дезадаптивної поведінки: гальмування дій і рухів, їх уповільнення аж до ступору, придушення процесів сприйняття і мислення, що веде до порушень прийому і переробки інформації (пропуск значущих сигналів), а також прийняття рішень;

3. Адаптивний тип поведінки: доцільна активність, чітке сприйняття і осмислення

ситуації, високий самоконтроль, адекватні дії. [6, с.13]

Для того щоб визначити, що зумовлює виникнення позитивного або негативного стану, той чи інший тип реакції на вплив факторів екстремальної ситуації, необхідно розглянути психологічний механізм цього впливу.

В основі формування стресу лежить порушення збалансованості системи «людина - середовище», коли виявиться недостатність психічних або фізичних ресурсів для задоволення актуальних потреб і виникає психічний стан напруженості, який визначається поняттям: «тривога», «страх». З виникненням цього стану може посилитися поведінкова активність, змінитися сам характер поведінки, включитися механізм психічної адаптації. Тривога і страх за інтенсивністю та тривалістю неадекватної ситуації, що склалася перешкоджають формуванню адаптаційного процесу насамперед адаптаційної поведінки, призводять до порушення поведінкової інтеграції і загальної дезорганізації психіки людини.

Однак слід зазначити, що не яка-небудь зміна і вимога середовища викликає стрес, а лише та, яка оцінюється як загрозна, яка порушує адаптацію, контроль, перешкоджає самоактуалізації.

Розглядаючи це питання, необхідно диференціювати фізіологічний і психологічний стрес. Багаторічні дослідження психологічного стресу підтвердили спільність фізіологічних змін, що виникають при фізіологічному і психологічному стресі, і в той же час, дозволили говорити про деякі суттєві відмінності у механізмах їх формування. Так, якщо фізіологічний стрес виникає у зв'язку з безпосереднім фізичним впливом, то при психологічному стресі вплив психічних стресорів (або комплексної стресогенної ситуації) опосередковується через складні психічні процеси.

Ці процеси забезпечують оцінку стимулу і зіставлення його з попереднім досвідом. Стимул набуває характеру стресора, якщо в результаті такої психологічної переробки стимулу виникає відчуття загрози. Суб'єктивне ставлення до стимулу залежить від неповторного індивідуального досвіду, особистісних особливостей характеру когнітивних

процесів і психічного стану і визначає індивідуальну значимість стресора.

Індивідуальна оцінка та інтерпретація впливу обумовлює роль психічних факторів і у формуванні стресу, викликаного фізичним стимулом, оскільки такий вплив зазвичай супроводжується психічної переробкою. Таким чином, коло стресорів істотних для розвитку психологічного стресу досить широке. В їх число входять фізичні стресори (завдяки процесу психологічної переробки їх впливу), психічні стресори, що мають індивідуальну значущість і ситуації, в яких відчуття загрози пов'язане з прогнозуванням майбутнього, у тому числі і малоімовірних стресогенних подій.

Оскільки екстремальна ситуація характеризується впливом як фізичних, так і психогенних факторів, які однозначно сприймаються як загрозна (відмінність лише в індивідуальній оцінці ступеня цієї загрози), не виникає питання про наявність або відсутність стресу у співробітників ОВС, стрес однозначно присутній, а його якісна, змістовна сторона визначається всім спектром стресових реакцій людини.

Ефективність професійної діяльності людини на 65% зумовлена функціональним станом організму [7, с. 13]. Під впливом надмірних навантажень у представників екстремальних професій можуть розвиватися різні психофізіологічні порушення і нервово-психічні розлади, при цьому ступінь функціональних і патологічних змін детермінована стійкістю до стресу [8].

Основними характеристиками функціонального стану в екстремальних ситуаціях є субсиндроми стресу:

- когнітивний субсиндром, що виявляється у вигляді змін сприйняття й усвідомлення інформації, що надходить до людини, яка знаходиться в екстремальній ситуації, зміни його уявлень про зовнішнє і внутрішнє просторове середовище, зміни спрямованості його мислення;

- емоційно-поведінковий субсиндром полягає в емоційно-чуттєвих реакціях на екстремальні, критичні умови, ситуації;

- соціально-психологічний субсиндром проявляється у зміні спілкування людей. Ці зміни можуть мати соціально-позитивні тенденції: у згуртуванні людей, у збільшенні взаємодопомоги, в схильності підтримувати лідера, слідувати за ним, а також соціально-

негативні: самоізоляція, схильність до конфронтації з оточуючими людьми;

- вегетативний субсиндром проявляється у виникненні локальних фізіологічних стресових реакцій, які мають адаптаційну сутність, але можуть ставати основою для розвитку хвороб стресу.

В даному випадку інтерес викликає подальший розвиток стресового стану - призведе він до адаптивних реакцій або до дезадаптивних.

Як зазначалося вище реакція людини на екстремальні впливи, сприйняття і оцінка цього впливу як шкідливого, небажаного фактора обумовлюються комплексом властивостей індивіда, що сформувалися в процесі розвитку і діяльності особистості в певному середовищі. Від цих властивостей особистості залежить тип індивідуально-психологічної реактивності в тій чи іншій ситуації, характер домінуючих поведінкових реакцій в умовах стресу.

Не можна виключати повністю роль природної основи особистості в психологічних реакціях на екстремальний вплив, проте в контексті проведеного нами дослідження більший акцент робимо на активне психічне регулювання, що визначає характер поведінки і результативність діяльності в екстремальних ситуаціях.

Форми відповідного реагування виробляються особистістю через процеси оцінки, передбачення, рішення, пристосування. Вони розрізняються по швидкості та тривалості розвитку і знаходяться в залежності від індивідуальних психологічних і нейрофізіологічних характеристик особистості.

Специфіка психічного відображення екстремальної ситуації обумовлюється процесами діяльності, особливості яких значною мірою визначаються вибраними або прийнятими її цілями, досягнення яких збуджується змістом мотивів діяльності. У процесі діяльності мотиви «наповнюються» емоційно, сполучаються з інтенсивними емоційними переживаннями, які відіграють особливу роль у виникненні та протіканні стресових станів.

Однією з причин стресового стану в екстремальній ситуації є неузгодженість між індивідуальними особливостями особистості та характером вимог, що пред'являються діяльності.

Усім цим і визначається індивідуальний характер психологічного реагування різних індивідів на екстремальні впливи.

Таким чином психофізіологічний механізм виникнення і розвитку стресу визначається індивідуальними особливостями організації нейро-динамічних систем мозку, особистісними психофізіологічними категоріями і рівнем неспецифічних адаптаційних елементів центральної нервової системи.

Психологічний компонент професійно-психологічної стійкості характеризується станом мотиваційно-споживаючої, емоційно-вольової та когнітивної сфери суб'єкта діяльності, які обумовлюють суб'єктивну, особистісну значимість екстремальної ситуації, наявність готовності і можливості до її подолання, здатності вибору раціональної стратегії поведінки в цих умовах тощо.

У стані стресу спостерігається дезінтеграція особистості, під якою ми розуміємо втрату організуючої ролі вищого рівня психіки в регуляції поведінки і діяльності, розпад ієрархії життєвих сенсів, цінностей, мотивів, цілей. І саме актуалізація професійно-психологічної стійкості в процесах оцінки і регуляції забезпечує адекватну ситуації самозміну, перехід функціонального і мотиваційного напруження в конструктивне русло, здатність оптимально організувати свою поведінку з урахуванням індивідуальних можливостей і потреб конкретної ситуації.

Висновки. Таким чином, можна зробити висновок, що ефективність професійної діяльності, яка здійснюється в екстремальних умовах, багато в чому залежить від психічного стану співробітника, в якому він знаходиться під час конкретної ситуації.

Ми вважаємо, що однією з основних особистісних характеристик, що забезпечують адаптивний тип поведінки, є професійно-психологічна стійкість. Професійно-психологічна стійкість є найважливішою умовою підтримки максимальної ефективності діяльності в екстремальній ситуації, оберігаючи особистість від дезінтеграції і особистісних розладів, створюючи основу внутрішньої гармонії, повноцінного психічного та соматичного здоров'я.

Питання психології

Перспективою подальших досліджень у цьому напрямку ми вбачаємо опрацювання відповідного інструментарію щодо попередження негативного стану та психоемоційної реабілітації працівників ОВС шляхом озброєння їх відповідними знаннями про природу стресу, психофізіологічну

взаємодію та вплив його негативних чинників, які дадуть можливість розробити методичні рекомендації щодо попередження негативного прояву стресу, та відстрочених реакцій на стрес у працівників ОВС та окреслити коло проблем для подальшого наукового пошуку.

Список літератури

1. Психологія і тактика дій працівників міліції в ситуаціях озброєної протидії з боку злочинців: методичні рекомендації. – К.: ДНДІ МВС України, 2011. – 75 с.
2. Левитов Н.Д. О психических состояниях человека / Н. Д. Левитов. – М. : Просвещение, 1964. – 344 с.
3. Громова Е.А. Эмоциональный стресс и его роль в механизмах памяти / Е.А. Громова // Актуальные проблемы стресса. Кишинев: Штинница, 1976. – С. 79-87.
4. Mithcell J.T. Law enforcement applications of critical incident stress teams. / J.T. Mithcell // Critical incidents in Policing. Revise. 1991. – № 3. – P. 201-211.
5. Schneiderman N. Stress and Health: Psychological, Behavioral, and Biological Determinants / N. Schneiderman, G. Ironson, S.D. Siegel // Annual Review of Clinical Psychology. 2005. – Vol. 1. – P. 607-628.
6. Сляднева О.В. Особенности организации психологической подготовки подразделений специального назначения Текст. : Учебное пособие. / О.В. Сляднева, Ставрополь, 2006. - 164 с.
7. Блеер А. Н. Психология деятельности в экстремальных условиях : учеб. пособие / А. Н. Блеер. СПб. : Академия, 2008. – 256 с.
8. Бодров В. А. Проблема преодоления стресса. Ч. 1 : «Coping stress» и теоретические подходы к его изучению / В. А. Бодров // Психол. журн. –2006. – № 1. – С. 122-133.

Prudka L. M., Ph.D., assistant professor

VALUE OF INFLUENCE MENTAL CONDITIONS OF EMPLOYEES OF ATS DURING EXTREME SITUATION IN EFFECTIVE PROFESSIONAL ACTIVITY

Professional activity of law enforcement bodies in extreme conditions, is emotionally stressful type of social activity, accompanied by the presence of stressful influences, high requirements for the psyche and physiology employees.

This activity is one of the occupations characterized by high risk and one of the highest levels of occupational stress.

The article considers the influence of the mental state of law enforcement officers on the effectiveness of the professional activities carried out under extreme conditions. The role of stress and its development in the activities of law enforcement officers during extreme situations.

The basic condition for maintaining the maximum effectiveness in an emergency situation.

Key words: mental states, stress, subsyndrom stress, extreme situation, personality disintegration, maladaptive behavior.