

РІВЕНЬ ДЕПРЕСІЇ ТА СУЇЦИДАЛЬНА ПОВЕДІНКА ПРАЦІВНИКІВ ДСНС НА РІЗНИХ ЕТАПАХ ПРОФЕСІОНАЛІЗАЦІЇ

Ірина Ушакова, Світлана Луценко

Національний університет цивільного захисту України

Харків, Україна

Виконання завдань у екстремальних умовах з психологічної позиції характеризується негативним впливом на психіку особистості загрозливих та дискомфортних факторів. Тривале виконання своїх службових обов'язків у напруженій обстановці веде до зниження стійкості організму, нервово-психічних перенапруг, результатом чого є розвиток негативних психічних станів.

Депресія – це психологічний розлад, який характеризується гальмуванням інтелектуальної та моторної діяльності, зниженим настроєм, песимістичними оцінками себе і свого становища в навколишній дійсності.

Симптоми депресії окрім емоційної охоплюють ще кілька функціональних галузей: мотиваційну, фізичну, поведінкову. Зростання депресій в сучасній цивілізації пов'язують з високим темпом життя, підвищеним рівнем її стресогенності: високою конкурентністю сучасного суспільства, соціальною нестабільністю – високим рівнем міграції, важкими економічними умовами, невпевненістю в завтрашньому дні.

Вивченням психологічного феномену депресії займались: С. Рубінштейн, Ю. Ханін, Д. Хелл, М. Кляйн, Ю. Нуллер, В. Тогобицька, М. Корольчук, В. Крайнюк, А. Косенко, Т. Кочергіна та інші [1].

Суїцидальну поведінку ми розуміємо як різнопланові форми активності людей, які прагнуть позбавити себе життя і служать засобом розв'язання особистісної кризи, яка виникла у процесі зіткненні особистості з перешкодою

на шляху задоволення її найважливіших потреб. Її визначають також як феномен соціально–психологічної дезадаптації особистості в умовах мікросоціальних конфліктів.

Проблемою вивчення суїциду і суїцидальної поведінки займалися такі представники психологічної науки, як А. Амбрумова, О. Блінова, В. Франкл, З. Фройд, М. Хальбвакс, Д. Лебедєв, О. Назаров, О. Тімченко, В. Христенко, І. Шевченко та інші [3].

Суїциди свідчать про наявність у суспільстві проблем, які людина не може вирішити загальноприйнятим шляхом. Суїцид чинить руйнівний вплив на друзів і родичів суїцидента

Суїцидальна поведінка має складний комплексний характер: проявляється у внутрішній і зовнішній формах, має свої ознаки, способи прояву, різні причини виникнення суїцидів. На розвиток суїцидальної поведінки впливає безліч факторів, часто неясно, який з них виявився вирішальним. До цих факторів можна віднести: екологічні, економічні, соціальні, культурологічні. Ми вважаємо за необхідне вивчати і психологічні фактори (до яких, в першу чергу, слід віднести особливості психічних станів та особистісні особливості).

Суїцидальна поведінка є наслідком фізичних і емоційних перевантажень зі зниженням опірності до стресових дій і емоційних навантажень, неблагополуччям у комунікативних сферах, слабкістю психологічного захисту особистості.

Специфіка діяльності працівників ДСНС полягає у тому, що вона містить в собі постійний високий чинник ризику, напружене виконання завдань в умовах дефіциту часу і недостатності інформації, а також велику відповідальність за виконання своєї роботи. Це призводить до розвитку різних професійних деформацій, у тому числі і до можливості виникнення депресивних станів та суїцидальної поведінки.

Рятувальники часто стикаються з людськими трагедіями, а придушення емоцій посилює внутрішню напруженість. Для діяльності в особливих умовах є характерними коливання працездатності людини або її явне зниження,

особливо за сильної емоційної напруженості. При цьому збільшується кількість помилок, порушується послідовність операцій, сповільнюється темп реакцій тощо [4].

Якість волі відіграє важливу роль у формуванні стійкості працівників ДСНС до впливу вражаючих факторів та психотравмуючих умов надзвичайних ситуацій. Недостатній рівень розвитку у рятувальника вольових характеристик, може викликати ускладнену адаптацію, психічні і фізичні розлади і травми в умовах надзвичайної ситуації.

Важливу роль у професійній діяльності працівників ДСНС відіграє самооцінка, її неадекватність зменшує надійність роботи в надзвичайних ситуаціях. Самооцінка багато в чому визначає формування інших професійно важливих якостей. Так, схильність до ризику часто породжується неадекватно завищеною самооцінкою [4].

Рівень психологічної підготовки рятувальників має важливе значення і при організації робіт по ліквідації аварії. Найменша розгубленість і прояв страху, особливо в самому початку аварії, можуть призвести до тяжких, часом непоправних наслідків.

Екстремальна ситуація в діяльності працівників ДСНС України представляє собою певну сукупність різноманітних зовнішніх і внутрішніх стрес-факторів, що призводять до виникнення негативних психічних станів, число таких сполучень може бути нескінченним.

Працівники ДСНС постійно стикаються з небезпечними факторами, які несуть шкідливий вплив на психологічний і фізичний стан, зокрема суїцидальна поведінка та депресія можуть бути наслідком фізичних і емоційних перевантажень зі зниженням опірності до стресових дій і емоційних впливів, неблагополуччям у комунікативній сфері, слабкістю психологічного захисту особистості, зниженням або втратою цінності життя [2].

Одним з найголовніших принципів Державної служби України з надзвичайних ситуацій є принцип професіоналізму. Основною метою виконання рятувальниками своїх професійних обов'язків є порятунок людей, а

також ліквідація надзвичайних ситуацій. Рятувальники часто стикаються з людськими трагедіями та іншими факторами, які несуть негативний психологічний вплив, що може спонукати виникнення у них таких негативних психічних станів, як депресія та суїцидальна поведінка.

Виходячи з таких теоретичних положень, нами було проведене дослідження, яке присвячене порівнянню рівня депресії та суїцидальної поведінки у працівників ДСНС на різних етапах професіоналізації.

Дослідження рівня депресії у курсантів НУЦЗУ та тих, хто вже працює, проводилось нами за допомогою методики Т. Балашової.

Було виявлено, що показники депресії у працівників ДСНС відсутні, тоді як 53 % курсантів ми виявили мають легку депресію ситуативного чи невротичного генезу. У досліджуваних з легкою депресією можлива схильність до негативного мислення, думки сфокусовані на проблемах і власних провинах, погані спогади можуть переважати над хорошими, а позитивні емоції пригнічуються негативними або просто забуваються, характерний знижений настрій.

Такі дані означають, що більш досвідчені працівники ДСНС виявились більш стійкими до впливів навколишнього середовища, хоча вони частіше і довше піддаються негативному як психологічному так і фізичному впливу, бо їх професійна діяльність пов'язана з ризиком для власного життя.

Отже, рівень депресії у курсантів НУЦЗУ вищий порівняно з працівниками ДСНС, у яких депресія зовсім відсутня. Ми це пояснюємо постійним контролем, чергуваннями, тривалою адаптацією до обраної професії, високими вимогами у навчанні тощо. На першому етапі професіоналізації, в процесі навчання, збільшується рівень невротизації і особистісної тривожності, знижується рівень вольової саморегуляції, емоційної стійкості і це може стати підставою для виникнення депресивного стану.

Зі збільшенням терміну професійної діяльності у співробітників ДСНС України знижується рівень вольової саморегуляції, збільшується рівень

невротизації і емоційної нестійкості, підвищується особистісна і ситуативна тривожність.

Для дослідження суїцидальної поведінки досліджуваних ми використали методику визначення схильності до суїцидальної поведінки, розроблену М. Горською.

Було виявлено, що 93 % працівників ДСНС мають низький рівень схильності до суїцидальної поведінки і лише у незначної їх частини (7 % відповідно) виявлено високий її рівень. Це означає, що більшості досліджуваних цієї групи притаманна емоційна стійкість.

Проаналізувавши показники курсантів, констатуємо, що 47% з них мають низький рівень схильності до суїцидальної поведінки, 23% – високий рівень. У 30% курсантів схильність до суїцидальної поведінки у нормі. Отже, результати курсантів НУЦЗУ гірші, ніж у працівників ДСНС (що підтверджено математичними методами: значущість відмінностей на рівні $p \leq 0,01$). У курсантів більший відсоток досліджуваних, які мають високий рівень схильності до суїцидальної поведінки. Це свідчить про їх вразливість, наявність у них параноїдальних думок, стереотипність мислення, високий ступінь тривожності, песимістичні особистісні установки. Ми пояснюємо такі результати продовженням адаптації до обраної професійної діяльності, емоційними переживаннями за найближче майбутнє, можливими проблемами соціалізації, самотністю та відчуженням, відсутністю опори на іншу значущу особу тощо.

Не зважаючи на те, що рятувальники часто стикаються з людськими трагедіями та подіями, які несуть травмуючий вплив на психіку, рівень схильності до суїцидальної поведінки, як і рівень депресії, у працівників ДСНС значно нижчий, ніж у курсантів.

На це слід звернути увагу як представників психологічної служби НУЦЗУ, так і керівників курсів. А також наголосити, що стресогенність професійної діяльності може виступати своєрідною «профілактикою» виникнення депресії та суїцидальних думок.

Література

1. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Косенко А. Ф., Кочергіна Т. І. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я. Навчальний посібник. К.: Фірма «Інкос», 2002. 272 с.
2. Кризова психологія: Навчальний посібник [За заг. ред. О. В. Тімченка]. Х.: НУЦЗУ, КП «Міська друкарня», 2010. 383 с.
3. Лебєдєв Д. В., Назаров О. О., Тімченко О. В. та ін. Психологія суїцидальної поведінки: Посібник Х.: УЦЗУ, 2007. 129 с.
4. Основи психологічного забезпечення діяльності МНС: Підручник [За заг. ред. В. П. Садкового]. Х.: УЦЗУ, 2009. 244 с.