

Онiщенко Н.В. д.психол.н.,
старший науковий співробітник,
провідний науковий співробітник
науково-дослідної лабораторії
екстремальної та кризової
психології Національного
університету цивільного захисту
України

РОЗВИТОК ТА СТАНОВЛЕННЯ СЛУЖБИ НЕВІДКЛАДНОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ

Анотація. У статті висвітлюються основні шляхи та етапи виникнення та розвитку сучасної служби екстреної психологічної допомоги людям, які постраждали від надзвичайних ситуацій різного походження.

Ключові слова: постраждалих, надзвичайна ситуація, екстрена психологічна допомога.

Аннотация. В статье освещаются основные пути и этапы возникновения и развития современной службы экстренной психологической помощи людям, пострадавшим от чрезвычайных ситуаций различного происхождения.

Ключевые слова: пострадавший, чрезвычайная ситуация, экстренная психологическая помощь.

Abstract. The article highlights the main ways and stages of the emergence and development of modern emergency psychological aid to people affected by emergencies of different origin.

Keywords: injured, emergency, emergency psychological help.

Постановка проблеми. У всі часи у світі відбувались та продовжують відбуватись різноманітні трагедії та надзвичайні ситуації. Наслідки таких подій можуть вимірюватись економічними, соціально-політичними та психологічними збитками. Особливістю останніх можна назвати постраждале від надзвичайних ситуацій населення. Ця проблема була та продовжує залишатись досить актуальною незалежно від типу та умов виникнення трагічної події. Люди, що постраждали від лиха, потребують допомоги, і якщо матеріальна допомога та її соціальні види надавались постраждалим хоч у якомусь вигляді, то психологічна допомога, нажаль, не завжди вважалась необхідною у таких випадках.

Слід сказати, що Україна є державою, де служба екстреної психологічної допомоги постраждалому від надзвичайних ситуацій

населенню є досить молодого, але незважаючи на це, її роботу можна вважати вже досить ефективною.

Але ще зовсім недавно участь психологів в ліквідації наслідків надзвичайної ситуації не можливо було собі і уявити. Люди, які постраждали від трагедії, залишались сам на сам зі своїм горем та проблемами, що в свою чергу провокувало розвиток у них негативних та руйнівних психічних процесів. І залишати все це без уваги було вкрай невірним.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Ще до недавня питання психологічної допомоги розглядались вченими лише в межах аспекту психотерапевтичних заходів, спрямованих на «зцілення» клієнта від його проблем [1]. Сьогодні ми можемо спостерігати активізацію наукового пошуку в напрямку саме невідкладної або екстреної психологічної допомоги. Значна кількість вчених-психологів намагаються виділити особливості екстреної психологічної допомоги, описати основні її принципи та обґрунтувати доцільність надання її людям, які постраждали від лиха [3; 5-7; 10].

Метою даної статті є спроба окреслити основні шляхи становлення служби екстреної (невідкладної) психологічної допомоги постраждалому від надзвичайної ситуації населенню та показати сучасний стан даної служби в Україні.

Виклад основного матеріалу. Шлях, який довелось подолати вченим для впровадження діяльності служби екстреної психологічної допомоги в Україні, був довгим та складним. Цьому процесу передувало вивчення досвіду іноземних колег, розгляд та переробка власного досвіду, а також звернення до класиків психологічної науки, які присвятили свій науковий пошук вирішенню проблем надання психологічної допомоги всім, хто її потребує.

Проблема пошуків оптимальних шляхів, методів та засобів надання людині необхідної психологічної допомоги набула своєї актуальності, мабуть, ще в час народження психології як науки. Психологія завжди

центрувалась та продовжує зосереджуватись на особистості конкретної людини. Категорія ж психологічної допомоги була впроваджена фахівцями здебільшого задля вирішення проблем суб'єкту психологічного втручання.

Звертаючись до закордонного досвіду можна відмітити декілька передумов виникнення психологічної служби. Перш за все слід відмітити розвиток експериментальної психології, який було розпочато зі створення в 1879 році першої психологічної лабораторії В.Вундта в Лейпцигу. Наступним можна відмітити розвиток психологічного тестування і руху за розумову гігієну (це напрямок пов'язаний з діяльністю Ф.Гальтона і Ф.Біне, який створив перші тести IQ, Л. Термена, Е. Торндайка і Кл. Бірса, який організував на початку століття в США Суспільство розумової гігієни) [13].

На початку XX століття, завдяки Ф. Парсону в Бостоні виникає консультування, що пов'язане з вибором професії та допомогою людині у виборі відповідної професії. Виникнення в 40-х роках в США «недирективної психотерапії» К. Роджерса, який ввів в психотерапію філософію екзистенціалізму, відмовився від терміну «пацієнт» та закріпив в суспільній свідомості уявлення про психологічну допомогу, яким воно і є в даний час, увібравши в себе як власне консультування, так і психотерапію [13].

Нарешті, інститут релігійного піклування і соціальних працівників, що виник у роки, які передували другій світовій війні. Будучи випускниками суміщених факультетів філософії і теології, а також факультетів соціології, ці фахівці призначалися для надання безпосередньо наставницької та практичної допомоги особам, що потрапили у важку емоційну або життєву ситуацію. Така форма допомоги може вважатися своєрідним прообразом сучасної екстреної психологічної допомоги [11; 13].

Сьогодення в Європі характеризується досить важливими та послідовними кроками в межах розгортання Програми дій у рамках цивільного захисту (Civil Protection Action Programme). У цій Програмі запропоновано новий підхід, який здійснюється по спеціальному проекту медицини катастроф (Major project on Disaster Medicine). Розроблена нова

архітектура Програми, яку відображає тріада «управління надзвичайними ситуаціями (disaster management) – медицина катастроф (disaster medicine) – психосоціальне управління та структурована допомога (managing and structuring psychosocial care)» [12].

З 1999 р. у Європі психосоціальний супровід на всіх етапах надзвичайних ситуацій («до - в період - після») стає обов'язковою складовою частиною активних заходів. Допомога стає все більш організованою, спланованою та структурованою. Саме кризове управління виходить на передній план усіх заходів з ліквідації наслідків надзвичайної ситуації.

Важливий досвід також накопичується при реалізації Програми «Партнерство заради миру». Зараз програма все більше еволюціонує до співробітництва в гуманітарних акціях. В структурі НАТО з'явився окремий напрямок – Цивільне планування на випадок надзвичайних ситуацій. Головна мета цивільного планування на випадок надзвичайних ситуацій – захист вразливого сучасного суспільства від наслідків надзвичайних ситуацій (криза, війна чи надзвичайні ситуації за мирного часу, такі, як стихійні лиха, техногенні катастрофи). Для цього в підпорядкованому Головному комітеті планування на випадок надзвичайних ситуацій (SCEPC) утворено 9 рад і комітетів планування на випадок надзвичайних ситуацій.

У цій діяльності також беруть участь багато інших міжнародних організацій. Поміж них – Рада Європи, Європейський Союз, Міжнародне агентство атомної енергетики, Міжнародна федерація товариств Червоного Хреста та Червоного Півмісяця, Агентство ООН з координації гуманітарної діяльності (UNOCHA), ЮНЕСКО, Управління Верховного комісара ООН у справах біженців і Західноєвропейський Союз.

Готовність до боротьби з катастрофами і захист населення є у Програмі «Партнерство заради миру» спільними складовими багатьох видів діяльності в цивільному плануванні на випадок надзвичайних ситуацій. Зауважимо, що в її межах постійно розглядаються питання, пов'язані з авіакатастрофами, сніговими лавинами, хімічними аваріями, землетрусами, повеннями, ядерними

аваріями і перевезенням небезпечних вантажів. Значна частина цієї діяльності відбувалася за підтримкою Агентства ООН з координації діяльності та його проекту «Використання військових та цивільних оборонних ресурсів для допомоги в умовах катастроф» (MCDA).

Особливо відмітимо, що співробітництво в галузі цивільного планування на випадок надзвичайних ситуацій та готовності до катастроф є ключовою складовою Хартії «НАТО – Україна», підписаної в Мадриді в липні 1997 року.

Більш чітко зрозуміти та усвідомити особливості питань кризового реагування на надзвичайні ситуації можна при розгляді діяльності Центра кризової психології Бельгійського Королівського військового шпиталю, який на сьогодні є зразком організаційно-функціональної моделі європейських центрів кризової психології. До цільових напрямків його діяльності належить:

1. Забезпечення науково-методичного та консультаційного керівництва, підготовки щодо попередження психотравми та конструктивному керівництву травмавтичним стресом у осіб, професії яких віднесені до групи ризику (рятувальники, пожежні, окремі лікарі, працівники поліції та ін.).
2. Формування серед вищевказаних контингентів добровольчих («волонтерських») груп кризової інтервенції (команд термінового психологічного втручання).
3. Індивідуальне психотерапевтичне лікування жертв з посттравматичними стресовими розладами та близькими станами.
4. Розробка та виконання Національного соціально-психологічного плану для надзвичайних ситуацій.
5. Планування, проведення та забезпечення наукових досліджень проблеми травматичного стресу [12].

Таким чином, наявність планових та науково обґрунтованих соціально-медико-психологічних заходів при надзвичайних ситуаціях, теоретичних та практичних розробок з цих питань, існування мережі спеціалізованих центрів

та компетентних фахівців дозволяє в країнах ЄС мінімізувати соціально-медико-психологічні наслідки різноманітних надзвичайних ситуацій. Спеціалізована реабілітація в подібних центрах постраждалих та учасників ліквідації наслідків надзвичайної ситуації знімає гостроту психосоматичних проблем у цього контингенту.

Звертаючись до етапів появи вітчизняної служби психологічної допомоги слід розглянути відродження в Україні екстремальної психології, яке починається у повному обсязі лише в останній чверті XX ст. [3].

Цей процес відбувається на фоні прикладних досліджень, які проводяться Групою екстреної допомоги МВС СРСР при надзвичайних, кризових обставинах, до складу якої входять наукові співробітники Центральної науково-дослідної психофізіологічної лабораторії МВС СРСР. Мало відомо, що в цій науковій установі існував спеціальний відділ проблем підвищення психофізіологічної стійкості особового складу в екстремальних умовах. Але наголосимо, що в цей час увага фахівців була спрямована на підвищення боєздатності особового складу, а не на психологічний захист населення, яке опинилось в зоні НС.

Наші спроби все ж таки віднайти коріння появи більш точного прототипу сучасної служби екстреної психологічної допомоги привели нас до виникнення телефонного консультування як форми невідкладної психологічної допомоги людині в гострих кризових ситуаціях. Так у 1906 році пастор Уоррен заснував в Нью - Йорку лігу «Врятуйте життя», метою якої було надання моральної та психологічної підтримки по телефону. Він і його сподвижники вважали, що анонімність телефонної розмови надає бесіді інтимний, довірчий характер, допомагаючи людині, що потрапила в критичну ситуацію, розкрити свої душевні переживання [9].

У Європі служба психологічної допомоги по телефону була створена в 1948 році. Психіатри Х. Хофф і Е. Рінгель організували центр під назвою «Лікарська допомога людям, втомленим від життя». У 1958 році англійський священик Чад Вара, заснував рух «Самаритяни». З цього часу психологічну

підтримку по телефону стали називати «Befriending». У 1959 році в Женеві був створений Міжнародний центр інформації служб телефонної допомоги. В Австралії, в м. Сіднеї, телефонну службу, названу «Лінія життя» (Life Line), заснував священик Алан Уокер. Ця служба згодом розвинулася у всесвітню мережу [9].

У СРСР перший телефон екстреної психологічної допомоги (ТЕПД) було організовано в Ленінграді в 1981 р. Активний процес створення служб ТЕПД почався в колишньому СРСР з 1985 року. Але ж все ж таки телефонне консультування не може замінити тієї підтримки та допомоги, яку надає кваліфікований фахівець-психолог безпосередньо в осередку надзвичайної події людині, яка знаходиться в критичному стані [7].

Можна сказати, що служба екстреної психологічної допомоги, якою ми знаємо її сьогодні, вперше була створена в Росії в 1999 році. Саме 90-ті роки виявились для Росії дуже складними. Вона була залучена в низку військових конфліктів, її громадяни все частіше потерпали від терористичних атак [5; 10].

Наступною у створенні служб екстреного психологічного реагування естафету прийняла Україна. Так у 2004 році групою вітчизняних вчених, серед яких були О.В. Тімченко та В.Є. Христенко, була проведена кропітка робота щодо обґрунтування та створення відповідної законодавчої бази, яка б регламентувала роль та місце психолога в осередку надзвичайної ситуації [2; 3]. При розробці нормативно-правових документів вітчизняні вчені враховували наступне: щоб психологу не розгубитися в осередку надзвичайної ситуації, зробити допомогу постраждалим найбільш ефективною, необхідно керуватися деякими загальними принципами надання такої допомоги й добре уявляти собі її не тільки психологічні, але й організаційні аспекти.

Проведений ретельний аналіз існуючих нормативно-правових документів, що регламентували на той час діяльність служби психологічного забезпечення МНС України та узагальнений досвід функціонування

аналогічних структур як в Україні, так і за її межами, дозволили, поряд з використанням інших загальнонаукових та спеціально-наукових методів дослідження, визначити пріоритетні напрями нормативно-правової регламентації діяльності служби психологічного забезпечення на сучасному етапі розвитку суспільства та держави [2].

Серед інших завдань були визначені проблеми в діяльності служби психологічного забезпечення органів та підрозділів МНС України та шляхи їх мінімізації. Більшість з цих проблем були вирішені з прийняттям розроблених за участю фахівців науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології Національного університету цивільного захисту України низки нормативно-правових документів.

Наш власний досвід надання екстреної психологічної допомоги населенню, яке постраждало в наслідок НС, напрацьовувався нами на практиці. Достатньо лише нагадати, що за останні роки Україна була вражена низкою жакливих за своїми масштабами та наслідками надзвичайних ситуацій, серед яких: падіння літака ТУ-154 Пулківських авіаліній у серпні 2006 р.; вибух побутового газу в житловому будинку м. Дніпропетровськ, у жовтні 2007 р.; аварія на шахті ім. О.Ф. Засядька м. Донецьк у листопаді 2007 р.; вибух побутового газу в будинку м. Ізюм, Харківської області – травень 2008 р.; повінь у Закарпатті – у липні 2008 р.; надзвичайна ситуація на артилерійській базі Міноборони м. Лозова, Харківської області, у серпні 2008р.; вибух у житловому будинку у м.Євпаторія у грудні 2008 р.; вибух у лікарні м. Луганська у січні 2009 р.; аварії на шахті «Суходольська-Східна» м. Краснодон, Луганської області та на шахті ім. В.М. Бажанова м. Макіївка у липні 2011 р.

Крім того, у 2008 році співробітники науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології НУЦЗУ працювали у складі спеціальної групи омбудсмана України з надання психологічної допомоги визволеним з піратського полону у Султанаті Оман морякам.

Зараз служба екстреної психологічної допомоги досить активно розвивається в Білорусі, її створення у найближчий час планується в Болгарії та Азербайджані. Озираючись на сучасні умови життєдіяльності нашого суспільства відмітимо, що здебільшого необхідність існування такої служби, «диктують» надзвичайні ситуації соціального походження.

При цьому не можна не вказати на те, що сьогодні значна кількість закордонних держав все ще наслідує правило добровільного та свідомого звернення людини за психологічною допомогою. Така позиція пояснюється принципом невтручання в особистий світ людини без її бажання та при відсутності гострої необхідності. Вважається, що після трагічної події людині потрібно побути наодинці зі своєю психологічною травмою, зі своїми переживаннями та чітко усвідомити необхідність звернення за допомогою до фахівця. Проте дана позиція не враховує той факт, що постраждала людина позбавлена будь-яких знань щодо особливостей її стану та характеру його динаміки, вона не може знати, чи те, що відбувається з нею у посткатастрофний період є нормальним, чи вже виходить за межі норми. Без перебільшення можна сказати, що постраждала людина втрачає впевненість в майбутньому та руйнує весь свій внутрішній світ, адже будь-яка кризова подія є досить травматичною для особистості. Отже, до проблем, що виникли у жертви надзвичайної ситуації, додається ще одна (і на наш погляд, дуже серйозна) – їй необхідно реадaptуватись від екстремальних форм адаптації та інтегруватися в життя. І ось тут настає момент істини. Інтеграція в соціум у людини, якій не було надано екстрену психологічну допомогу безпосередньо в осередку надзвичайної ситуації, блокується, загальмовується. Відсутність надання екстреної психологічної допомоги безпосередньо в осередку надзвичайної ситуації призводить, як правило, або до «психічному заціпеніння» або до «заперечення психічної травми» постраждалої людини. Таким чином, наведений вище приклад зайвий раз демонструє важливість та існування служб екстреної психологічної допомоги та підкреслює

необхідність надання такого виду психологічної допомоги всім постраждалим від надзвичайних ситуацій.

Висновки. Незважаючи на вже вагомий досвід, сьогодні перед службою екстреної психологічної допомоги в Україні стоїть ціла низка завдань, які потребують негайного вирішення. Нажаль, кількість надзвичайних подій не зменшується, а виникнення їх нових форм потребують від екстремальних психологів постійного професійного вдосконалення та розвитку.

Література:

1. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика. — Изд. 3-е, испр. и доп. — М.: Независимая фирма “Класс”, 2001. — 336 с.
2. Закон України «Про захист населення і територій від надзвичайних ситуацій техногенного та природного характеру» в редакції від 08.06.2000р. №1809-III.
3. Кризова психологія.: Навчальний посібник / За заг. ред. проф. О.В. Тімченка. — Х.: НУЦЗУ, КП «Міська друкарня», 2010. — 383 с.
4. Малкина-Пых И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях— М.: Изд-во Эксмо, 2005. — 960 с.
5. Миллер Л.В., Вихристюк О.В. Создание модели службы психологической помощи в экстремальных и чрезвычайных ситуациях/Проект 2.3.4.8. «Экстремальная психология». Закупка № 3.1.15.3)., МГППУ. Рукопись. 2008.
6. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: Учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений. 2-е изд., испр. М.: Академия, 2007.
7. Психология экстремальных ситуаций / Под ред. В.В. Рубцова, С.Б. Малых. М.: Психологический институт РАО, 2007. С. 250-253.
8. Решетников М.М. Психическая травма. СПб: Восточно-Европейский Институт психоанализа, 2006.

9. Романова Е. Работа психолога на телефоне доверия/Методическое пособие. М.: МГПУ, 2001. 69 с.
10. Федунина Н.Ю. Модель экстренной психологической помощи: Научно-практические и прикладные аспекты деятельности Центра экстренной психологической помощи ИЭП МГППУ: Сборник статей / М.: Экон-информ, 2011. С. 21- 54
11. Gist R., Lubin B. Psychosocial aspects of disaster. New York: Wiley, 1989.
12. Inter-agency Standing Committee (IASC). IASC guidelines on mental health and psychosocial support in emergency settings. Geneva, Switzerland: IASC, 2007.
13. Maxwell H. (ed). An outline of psychotherapy for medical students and practitioners. Bristol: Wright, 1986.