

УДК 159.9.

Михлюк Е.І., к. психол. наук, викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах Національного університету цивільного захисту України, e-mail: Mihlyk@nuczu.edu.ua;

Кукоба Н.С., начальник клубу Національного університету цивільного захисту України

АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ВПЛИВУ ОСОБИСТІСНИХ ЯКОСТЕЙ ПСИХОЛОГА НА ДІЯЛЬНІСТЬ В ЕКСТРЕМАЛЬНІЙ СИТУАЦІЇ

У статті здійснено теоретичний аналіз проблеми впливу особистісних якостей психолога на діяльність в екстремальних ситуаціях. Показано що екстремальна ситуація відіграє певну роль у психологічному захисті людини.

Виявлено вимоги до активації захисних механізмів психіки особистості які впливають на діяльність в екстремальних умовах.

Ключові слова: особистість, екстремальні умови, екстремальні ситуації.

В статье осуществлен теоретический анализ проблемы влияния личностных качеств психолога на деятельность в экстремальных ситуациях. Показано, что экстремальная ситуация играет определенную роль в психологической защите человека.

Выявлено требования к активации защитных механизмов психики личности влияющих на деятельность в экстремальных условиях.

Ключевые слова: личность, экстремальные условия, экстремальные ситуации.

Постановка проблеми. Слово особистість («personality») в англійській мові походить від латинського «persona». Спочатку це слово означало маски, що надягали актори під час театральної вистави в давньогрецькій драмі. Раб не розглядався як персона, для цього треба бути вільною людиною. Вираження «втратити обличчя», що є в багатьох мовах, означає утрату свого місця і статусу у визначеній ієрархії. У російській мові здавна вживається термін «лик» для характеристики зображення обличчя на іконі.

Потрібно відзначити, що в східних мовах (китайській, японській) поняття особистості зв'язується не тільки і не стільки з обличчям людини, але і з усім його тілом. У європейській традиції обличчя розглядається в опозиції з тілом, тому що обличчя символізує душу людини, а для китайського мислення характерне поняття «життєвість» куди входять і духовні, і тілесні якості індивіда. Як у східному, так і в західному мисленні збереження свого «обличчя», тобто особистості – це категоричний імператив людського достоїнства, без чого наша цивілізація втратила би право називатися людською [5].

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Наприкінці ХХ століття це стало справжньою проблемою для сотень мільйонів людей, через вагу соціальних конфліктів і глобальних проблем людства, що мо-

жуть стерти людину з лиця землі. Таким чином, з самого початку в понятті «особистість» був включений зовнішній, поверхневий соціальний образ, що індивідуальність приймає, коли грає визначені життєві ролі – деяка «личина», суспільне обличчя, звернене до навколишніх. Цікаво відзначити, що латинський термін «homo» сходить до поняття «гумусу» (грунту, пороху), з якого зроблений людина, а в європейських мовах «man» виробляється від «manus» (рука). У російській мові слово «человек» має корінь «чоло», тобто чоло, верхня частина людської істоти, що наближає його до творця [1].

Отже, навіть етимологічні особистісні характеристики людини несуть різне змістове навантаження в залежності від тієї чи іншої культури і цивілізації. Першим поняттям, з якого варто починати вивчення проблеми особистості, є «індивід». Дослівно воно значить неподільну далі частку якогось цілого. Цей своєрідний «соціальний атолл», окрема людина розглядається не тільки як одиничний представник роду людського, але і як член якоїсь соціальної групи. В історії філософії і соціально-політичної думки відомий індивідуалізм – філософсько-етична концепція, що затверджує пріоритет особистості перед будь-якою формою соціальної спільності, що виходить із представлень про атомарності індивіда. Набагато більш змістовний інший термін «індивідуальність», що означає унікальність і неповторність людини у всім багатстві її особистісних якостей і властивостей. Людина виступає спочатку як «особь», «випадковий індивід», потім як соціальний індивід, персоніфікована соціальна група, і потім як особистість. Особистість тим значніша, чим більше в її переломленні представлено загальних, загальнолюдських характеристик.

Індивідуальність – не просто «атомарність» людини, скоріше характеристика її одиничності і своєрідності, що виводять за рамки цієї одиничності. Інакше індивідуальність людини не відрізнялася б від індивідуальності скажемо стільця чи столу. Добре сказав з цього приводу сучасний німецький філософ Ю. Хабермас, «моя концепція мене самого» має сенс лише тоді, коли людина визнається і як взагалі особистість, і як саме ця індивідуальна особистість. З іншого боку, не менш справедливе твердження, що людина є множинність і в неї, як вважає, наприклад, Г.М. Гурджієв, «немає індивідуальності...немає єдиного великого Я». Людина розділена на безліч малих «я». Напевно правий і Оскар Уайльд, що стверджував, що душа людини не може бути осягнена людським розумом: «Ти сам – остання з усіх таємниць». Звернемося до проблеми генезису, походження особистісних особливостей людини. Виникає питання – коли народжується особистість? Очевидно, що до новонародженої дитини термін «особистість» не прикладаємо, хоча всі люди з'являються на світло як індивіди і як індивідуальності. Під останнім розуміється те, що в кожній новонародженій дитині унікально, неповторним образом відбита як у генотипі, так і у фенотипі вся його передісторія.

Багато передумов особистісного розвитку закладаються ще у внутрішньоутробному періоді, що вимагає відповідне осмислення в рамках визначеного світогляду. «Криза народження» має не тільки фізіологічне значення, але багато в чому визначає параметри психічної діяльності дорослої людини. Перший крик – це крик «ні!», підкреслюють сучасні фахівці - це відмова від того, що називають життям. Відображення насильницької, ображаючої, репресивної по своїй природі обстановки народження людини досліджував С. Грофф. Він систематизував і узагальнив ембріональні переживання пацієнтів, що знаходяться в зміненому стані свідомості, і на цій основі розробив методику «другого народження» [2]. У плані особистісного самовизначення людини важливо підкреслити, що людина приходить у життя з досвідом народження, а до народження з досвідом пренатальної спільності. Більш того, останні дані науки з приводу специфіки генома людини говорять про те, що ми знаходимося в найглибшому спорідненні з живою і неживою природою й у цьому зміст передумови особистості кожного.

Отже, немовля – уже виражена, яскрава індивідуальність, і щодня його життя збільшує потреба в різноманітних реакціях на навколишній світ. Буквально з перших днів життя, з перших годівель, формується свій, особливий стиль поведінки дитини, так добре пізнаваний матір'ю і близькими. Індивідуальність дитини наростає до двох-трьох літнього віку, що порівнюють з мавпою по інтересі до світу й освоєння власного «Я». Велике значення для подальшої долі мають особливі «критичні» моменти, під час яких відбувається збереження яскравих вражень зовнішнього середовища, що потім багато в чому визначає поведінку людини. Вони носять назву «імпресінга» і можуть бути дуже різними, наприклад, музичною п'єсою, що потрясла душу історією, картиною якоїсь події, зовнішнім виглядом людини. Подальший розвиток особистості зв'язаний з «походженням» інших вікових періодів і з, іншого боку, – з особливостями розвитку дівчаток і хлопчиків, дівчат і юнаків. Вік, професія, коло спілкування, епоха – усе це формує особистість. На життєвому шляху неминучі і злети – як правило, у юності й у віці 30-40 років і застої (25-30, 40-45). Рубежами в житті людини стають відрив від батьківської родини, створення власної родини, народження дітей.

Для розуміння природи особистості потрібно з'ясувати співвідношення цього поняття з іншими поняттями, що використовуються як у класичній, так і в сучасній психології.

Людина народжується на світ з генетично закладеними в неї потужними можливостями стати саме людиною. Не слід вважати, що немовля – це «чиста дошка», на якій під впливом соціуму «пишуться» ознаки людяності. Немовляті притаманні анатомічні та фізіологічні властивості тіла й мозку, що належать тільки людині. Вони забезпечують у перспективі оволодіння прямоходінням, знаряддями праці та мовою, ро-

звиток інтелекту, самосвідомості тощо. Але система біологічних, генетичних, анатомічних, фізіологічних чинників передбачає становлення людини лише в певних соціальних, культурно-історичних умовах цивілізації. Щоб підкреслити біологічно зумовлену належність новонародженої дитини і дорослої людини саме до людського роду та відрізнити їх від тварин, використовують поняття індивіда як протилежне поняттю особини тварини.

Індивід – це людська біологічна основа розвитку особистості у певних соціальних умовах.

Індивідуальність – це особистість у її своєрідності. Коли кажуть про індивідуальність, то мають на увазі оригінальність особистості. Зазвичай словом «індивідуальність» визначають якусь найголовнішу особливість особистості, яка робить її відмінною від решти людей. Індивідуальна кожна людина, але індивідуальність одних проявляється дуже яскраво, випукло, інших—непримітно. Індивідуальність може проявлятися в інтелектуальній, емоційній, вольовій сферах або відразу в усіх сферах психічної діяльності [5]. Оригінальність інтелекту може полягати у здатності бачити те, чого не помічають інші, в особливостях обробки інформації, а саме: в умінні ставити проблеми та вирішувати їх. Своєрідність почуттів може знаходити вияв у надмірному розвитку одного з них (інтелектуального чи морального), у великій рухомості емоцій, у переважанні чуттєвого чи раціонального у винесенні рішень. Особливість волі виявляється в силі волі, надзвичайній мужності або володінні собою в критичних, важких ситуаціях.

Особистість – це індивід із соціально зумовленою системою вищих психічних якостей, що визначається залученістю людини до суспільних, культурних, історичних відносин. Ця система виявляється і формується в процесі свідомої продуктивної діяльності і спілкування. Особистість опосередковує та визначає рівень взаємозв'язків індивіда з суспільним та природним середовищем [5].

У філософсько-психологічному аспекті особистість – це об'єкт і суб'єкт історичного процесу і власного життя. В ході свого становлення як особистості індивід поступово стає суб'єктом цілеспрямованого пізнання та перетворення об'єктивної діяльності й самого себе. Спочатку він приймає – переважно як об'єкт – різнобічні впливи з боку дорослих і створеного людством ще до його народження суспільного, культурного середовища. Цей вплив спеціально організований суспільством у формі ігрової, навчальної і трудової діяльності в умовах сім'ї, дошкільних та шкільних установ, професійної та вищої освіти і виробництва.

Виклад основного матеріалу. Поняття «екстремальний» (від лат. *extremum* - крайній) вживається для об'єднання понять максимуму і мінімуму. При вживанні поняття «екстремальний» йдеться не про нормальні, звичайні умови діяльності, а про обставини, що істотно відрізняються від нормальних.

няються від них. Екстремальні умови можуть створюватися не лише максимізацією (перевантаженням, наддією), але і мінімізацією (недовантаженням: дефіцитом інформації, спілкування, рухів і т.п.) діючих чинників. Тому ефект впливу на діяльність і стан людини в обох випадках може бути один і той же.

У екстремальних умовах проходить діяльність працівників багатьох професій: льотчиків, космонавтів, пожежників при гасінні пожежі, військовослужбовців при виконанні бойових завдань, працівників правоохоронних органів при проведенні спецоперацій тощо. Ці професії визначально відносяться до екстремальних. Проте в таких умовах працюють і представники багатьох інших професій: водії, робітники «гарячих» цехів, рибалки, верхолази, диспетчери на різних видах транспорту, фахівці, робота яких пов'язана із струмами високої напруги і вибуховими речовинами, представники багатьох операторських професій та ін. Причому число таких професій і людей, зайнятих в них, невпинно зростає.

У екстремальних умовах досить часто порушується звичний режим праці і відпочинку людини. У важких екстремальних ситуаціях психічні і інші перевантаження досягають меж, за якими наступає перевтома, нервові виснаження, порушення діяльності, афективні реакції, психогенії (патологічні стани). Екстремальні ситуації небезпечні для життя, здоров'я, благополуччя людей. Екстремальні ситуації подеколи виникають в звичайній виробничій діяльності, наслідком чого є так званий професійний стрес. Таким чином, екстремальні ситуації в нашому житті неминучі, тому психологи багатьох країн останнім часом посилено вивчають особливості поведінки людини і закономірності його діяльності в екстремальних умовах.

Екстремальними в побутовому спілкуванні найчастіше називають ситуації, що загрожують здоров'ю і самому життю людини. Більш точно екстремальні ситуації можна визначати як несприятливий, складний стан умов людської життєдіяльності, що набув для окремої особи або групи осіб особливої значимості; це об'єктивно складні умови діяльності, що сприймаються й оцінюються як напружені чи небезпечні. Це – зовнішня, об'єктивна сторона проблеми. Суб'єктивно екстремальні ситуації набувають форми екстремальності – особливого стану людської психіки (екстремум-стану), спричиненого незвичними чи екстраординарними умовами, що породжують підвищену тривожність та особливу емоційну напруженість. Ситуація стає для особи надзвичайно значимою, причому безвідносно до того, містить вона реальну небезпеку чи така небезпека лише уявна: екстремальність є суб'єктивним переживанням реальної дійсності. Тому не виключено, що одна й та ж ситуація різними людьми буде усвідомлюватися як екстремальна і ординарна; об'єктивно екстремальна ситуація сприйматиметься конкретною особою як штатна і, навпаки, об'єктивно безпечна – як екстремальна.

Екстремальні ситуації можуть бути регламентованими і нерегламентованими, плановими і ситуаційними, «штатними» і «позаштатними». У найбільш загальному вигляді вони поділяються на чотири групи: 1) спричинені надзвичайними умовами (стихійне лихо, природна чи техногенна катастрофа, війна, масові терористичні акції тощо); 2) життєві, повсякденні (пожежа, напад злочинця, гострий брак часу, необхідність одночасного вирішення декількох однаково важливих завдань), тобто такі, що виникають у житті кожної людини; 3) пов'язані з захопленням потенційно небезпечними видами хобі (альпінізм, підводне плавання, швидкісна їзда та ін.); 4) службові, професійні – зумовлені виконанням фахових обов'язків. З небезпекою для життя і здоров'я пов'язане виконання багатьох видів робіт, що містять елементи виробничого і професійного ризику (шахтарі, льотчики, моряки та ін.), а також службова діяльність військовиків, працівників правоохоронних органів та службовців ДСНС України.

У професійній діяльності людей можна виділити наступні різновиди екстремальних ситуацій:

1) швидкоплинна – пов'язана з необхідністю діяти в умовах жорсткого дефіциту часу, у максимально швидкому темпі, при високому рівні організованості та зі значним психологічним навантаженням (участь у ліквідації наслідків катастрофи, рятувальні роботи, затримання злочинця, військова операція);

2) довготривала – психологічно напружена діяльність протягом тривалого часу (напруженість в діяльності операторів хімічних виробництв, атомних станцій, процес розкриття і розслідування злочину);

3) викликана «невизначеністю» – потребує прийняття рішення за наявності альтернативних, суб'єктивно однаково значимих варіантів поведінки (виконання чи невиконання службових обов'язків в складних умовах, повідомити про службову недбалість або протиправну поведінку людини чи залишитися з нею у добрих стосунках, сімейний конфлікт тощо);

4) ситуація, що потребує постійної готовності до дій – перебування в монотонних, мало змінюваних умовах в очікуванні екстремальних змін (чергування, перебування на блокпосту АТО);

5) заснована на надходженні ймовірно недостовірної інформації – потребує екстрених дій за відсутності впевненості в достовірності одержаної інформації (повідомлення про можливу аварію, зникнення людини, про вжиття запобіжних заходів тощо);

6) породжена суб'єктивними обставинами, тобто самим працівником (відволікання чи нестійкість уваги, непрофесійне виконання дій та ін.).

При виконанні працівниками своїх професійних обов'язків в екстремальних ситуаціях можлива організація діяльності різних рівнів, полярними з яких є: високий та низький рівень вольової регуляції поведінки.

Високий рівень вольової регуляції (адаптивна поведінка, мобілізація) – виявляється у підсиленні регулюючих функцій психіки, своєчасному прогнозуванні і врахуванні змін обставин, швидкому, чіткому й грамотному застосуванні засобів і прийомів дій, за необхідності – їх видозміни. Підвищується ступінь вольової керованості діяльністю та її загальна ефективність.

Низький рівень вольової регуляції (неадаптивна поведінка, дезорганізація) – нездатність концентрувати увагу на головному, порушення впорядкованості психічних процесів, непослідовність і неточність виконання дій, ігнорування минулого професійного досвіду, стереотипне повторення певних дій при відсутності такої необхідності, покvapлива і сумбурна поведінка або ж загальмованість, заціпеніння.

Аналіз службових ситуацій із трагічним для працівників наслідками свідчить, що таке заціпеніння (ступор) при реальній небезпеці для життя звичайно призводить до загибелі людини. Але його настання не буває випадковим, воно спричиняється відсутністю готовності діяти доцільно, страхом небезпеки через відсутність досвіду («необстріляність»), боягузтвом та легкодухістю як стійкими рисами характеру, загалом – низьким рівнем професійної та психологічної підготовки чи професійною непридатністю.

За умови недостатнього рівня вольової регуляції поведінки при виконанні професійних дій високого ступеня відповідальності, що потребують пошуку нестандартних варіантів виходу з напруженої ситуації, спостерігаються такі явища: зниження координованості і точності рухів, уповільнення реакції, розгубленість, порушення логіки міркувань, зниження критичності мислення, розлади сприймання і уваги, аж до втрати орієнтації в часі та просторі («тунельне бачення»).

У свідомості людини екстремальні та надзвичайні ситуації різко ділять життя на «до» і «після». Важко зробити однозначний висновок про те, який вид НС надає найбільш важкі наслідки на психічний стан людей, а які переживаються легше – природного походження або антропогенні.

Існує думка про те, що надзвичайні події природного походження люди зазвичай переживають набагато легше, ніж антропогенні. Такі стихійні лиха як землетруси, повені та ін. Постраждали розцінюють як «божу волю» або дію безликої природи – тут нічого не можна змінити.

А ось екстремальні ситуації антропогенного характеру, подібні трагедії в Беслані, настільки руйнівні діють на особистість, що не тільки дезорганізують поведінку людини, а й «підривають» базові структури всієї його особистісної організації – образ світу. У людини руйнується звична картина світу, а разом з нею – вся система життєвих координат.

Серед стихійних лих по руйнівній дії, заподіяний збиток і числу жертв перше місце за даними ЮНЕСКО займають землетрусу. Землет-

руси руйнують штучні споруди, будинки, будівлі, що зводяться людиною. Крім того, під час землетрусів можуть відбуватися гірські обвали, зсуви, пожежі, що приносять великі руйнування і становлять загрозу для життя людей.

До специфічних наслідків землетрусу, пов'язаних з психічним станом людей, можна віднести розвиток реакцій дезадаптації, виникнення фобічних розладів, пов'язаних зі страхом перебувати в будівлях (наприклад, дівчинка 9 років, яка пережила землетрус в Корякін навесні 2006 року, відмовлялася заходити в будівлю школи, де була тимчасово розміщена її сім'я, плакала, виривалася, тікала на вулицю); страхом повторних підземних поштовхів (у людей, які пережили землетрус, часто буває порушений сон, так як їх стан характеризується тривогою і очікуванням повторних поштовхів); побоюваннями за життя своїх близьких. Ступінь тяжкості наслідків стихійних лих в кожному випадку необхідно оцінювати індивідуально. Для однієї людини - землетрус, руйнування будинку, евакуація, зміна місця проживання може стати крахом всього, викликати гострі переживання і важкі відстрочені наслідки, для іншого – лише стати можливістю почати нове життя.

З антропогенних НС, на думку ряду дослідників, максимально психотравматическим є ситуація заручництва. Це обумовлено існуванням реальної перспективи смерті для заручників, переживаннями почуття паралізуючого страху, неможливістю протидіяти терористам в обставинах, що склалися, запереченням самоцінності життя і особистості заручника. Такі ситуації породжують, як у самих постраждалих, так і в соціумі взагалі, велика кількість агресивних реакцій, тривожних, фобічних розладів.

Висновки. Неможливо однозначно розділити надзвичайні ситуації за ступенем тяжкості. Кожна ситуація має свою специфіку та особливості, свої психічні наслідки для учасників і свідків, і переживається кожною людиною індивідуально. Багато в чому, глибина цього переживання залежить від особистості самого людини, його внутрішніх ресурсів, механізмів совладання.

ЛІТЕРАТУРА

1. Абульханова–Славская К. А. Деятельность и психология личности / Альбуханова–Славская К. О. – М. : Наука, 1980. – 336 с.
2. Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения : [учеб. пособие для вузов] / Климов Е. А. – Р н/Д. : Феникс, 1996. – 512 с.
3. Лефтеров В. О. Особистісно–професійний розвиток фахівців екстремальних видів діяльності : дис. ... доктора психол. наук : спец. 19.00.09 / Лефтеров Василь Олександрович. – К., 2008. – 428 с.
4. Собчик Л. Н. Диагностика индивидуально-типологических свойств и межличностных отношений / Собчик Л. Н. – М. : Речь, 2003. – 96 с.

ТРАНСЛІТЕРАЦІЙНИЙ ПЕРЕКЛАД СПИСКУ ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Abul'hanova–Slavskaja K. A. Dejatel'nost' i psihologija lichnosti / Al'buhanova–Slavskaja K. O. – M. : Nauka, 1980. – 336 s.
2. Klimov E. A. Psihologija professional'nogo samoopredelenija : [uчеб. posobie dlja vuzov] / Klimov E. A. – R n/D. : Feniks, 1996. – 512 s.
3. Lefterov V. O. Osobistisno–profesijnij rozvitok fahivciv ekstremal'nih vidiv dijtal'nosti : dis. ... doktora psihol. nauk : spec. 19.00.09 / Lefterov Vasil' Oleksandrovich. – K., 2008. – 428 s.
4. Sobchik L. N. Diagnostika individual'no-tipologicheskikh svojstv i mezhlichnostnyh otnoshenij / Sobchik L. N. – M. : Rech', 2003. – 96 s.

УДК 159.9

Овсяннікова Я.О. к. психол. наук, с.н.с., старший науковий співробітник науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології науково-дослідного центру НУЦЗУ, e-mail: ndlecr@nuczu.edu.ua

Краснокутський М.І. к. психол. наук, доцент, начальник кафедри фізичної підготовки НУЦЗУ, e-mail: kfp@nuczu.edu.ua

КІОКУШИНКАЙ: МОЖЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ У ЦІЛЕСПРЯМОВАНІЙ ПРОФЕСІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНІЙ ПІДГОТОВКИ ПОЖЕЖНИХ-РЯТУВАЛЬНИКІВ

Стаття присвячена розгляду проблеми щодо успішної професійно-психологічної підготовки персоналу Державної служби України з надзвичайних ситуацій, зокрема пожежних-рятувальників, до виконання завдань за призначенням. Було зазначено, що пожежні-рятувальники виконують свої професійні обов'язки в екстремальних умовах. А це в свою чергу потребує від кожного фахівця ДСНС України висококласної як спеціальної фізичної, так і психологічної підготовки. Висококласна спеціальна фізична підготовка пожежних-рятувальників досягається завдяки тренуванням. Саме тренування виступають одним із головних (пускових) механізмів формування та розвитку необхідних професійних якостей та навичок, що необхідні спеціалісту для ефективного виконання службових завдань.

Запропоновано в рамках професійно-психологічної підготовки майбутніх пожежних-рятувальників використовувати такий екстремальний вид спорту, як кіокушинкай карате. В результаті проведеного дослідження були отримані дані, які дозволяють стверджувати, що кіокушинкай карате сприяє розвитку необхідних професійно-важливих якостей у майбутніх пожежних-рятувальників для виконання ними професійних завдань в умовах ліквідації наслідків пожежі або надзвичайної ситуації. І тому може використовуватися паралельно з пожежно-прикладним спортом в рамках професійно-психологічної підготовки фахівців ДСНС України.

Ключові слова: професійна-психологічна підготовка, пожежний, рятувальник, професійна діяльність, кіокушинкай карате, професійно-важливі якості, екстремальний вид спорту.