

Перспективи подальших досліджень з даного напрямку вбачаємо в дослідженні мотивації рятувальників кінологічної служби ДСНС України.

ЛІТЕРАТУРА

1. Професіографічний аналіз діяльності фахівців Державної воєнізованої гірничорятувальної служби України: Монографія. / С.Ю. Лебедева, Н.В. Оніщенко, Є.М. Рядинська, О.В. Тімченко, Д.С. Тітаренко, В.Є. Христенко. – Х.: НУЦЗУ, 2011. – 170 с.

2. Професіографічний аналіз діяльності рятувальників гірських пошуково-рятувальних загонів МНС України: монографія. / С.Ю. Лебедева, Н.В. Оніщенко, Я.О. Овсяннікова, О.А. Олійников, І.О. Поляков, О.В. Тімченко, Д.С. Тітаренко, В.Є. Христенко. – Х.: НУЦЗУ, КП «Міська друкарня» 2012. – 160 с.

3. Снісаренко, А.Г. Професіографічний аналіз діяльності начальників караулів Оперативно-рятувальної служби цивільного захисту МНС України: дис. ... кандидата психологічних наук: 19.00.09 – «Психологія діяльності в особливих умовах» / Снісаренко Андрій Григорович. – Х., 2011. – 243 с.

УДК 159.9

Перелигіна Л.А., д. біол. н., професор, начальник кафедри прикладної психології НУЦЗУ;

Ситник М.Ю., магістрант НУЦЗУ

ПРОФЕСІЙНИЙ СТРЕС ПОЖЕЖНИХ-РЯТУВАЛЬНИКІВ І МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ ДІЯЛЬНОСТІ

У статті представлений аналіз теоретичних підходів до проблеми наявності професійного стресу у рятувальників та медичних працівників, який пов'язаний з професійною діяльністю в екстремальних умовах. Переконливо доведено, що професії пожежного-рятувальника та медичного працівника є одними з найскладніших та напружених. Персонал зазначених професій постійно зазнає впливу стрес-факторів та посягання на особистісні ресурси стресостійкості.

Ключові слова: стрес, професійний стрес, екстремальні умови, стресостійкість, професійна дезадаптація.

В статье представлен анализ теоретических подходов к проблеме наличия профессионального стресса у спасателей и медицинских работников, который связан с профессиональной деятельностью в экстремальных условиях. Убедительно доказано, что профессии пожарного-спасателя и медицинского работника являются одними из самых сложных и напряженных. Персонал ука-

занных профессий постоянно подвергается воздействию стресс-факторов и посягательство на личностные ресурсы стрессоустойчивости.

Ключевые слова: стресс, профессиональный стресс, экстремальные условия, стрессоустойчивость, профессиональная дезадаптация.

Постановка проблеми. Виконання завдань, пов'язаних з виконанням професійних обов'язків, в екстремальних умовах з психологічної точки зору, обумовлено негативним впливом на психіку, а в подальшому і на стан здоров'я людини в цілому, несприятливих, дискомфортних, загрозливих та руйнівних стрес-факторів. Спеціалісти, яких залучають для надання допомоги потребуючим в екстремальних умовах, знаходяться під впливом не тільки значного ризику виникнення стресових станів, психічної дезадаптації і нервово-психічних розладів, а й загрози зіпсувати здоров'я або, навіть, втратити життя. Такі негативні, а іноді і руйнуючі впливи стають причиною виснаження ресурсів організму, зниження працездатності, міжособистісних конфліктів, порушень дисципліни, зловживання алкоголем, інших негативних явищ.

Тривале здійснення своїх службових обов'язків у настільки напруженій обстановці веде до дезадаптації, зниження стійкості організму, нервово-психічних перенапруг, результатом чого є розвиток стійких негативних психічних станів.

Екстремальні фактори провокують розвиток негативних функціональних станів, які дезорганізують діяльність, руйнуючи регулюючу роль «образу-мети», знижуючи рівень прогнозування, що ускладнюють процеси прийняття рішень і їх реалізацію.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Протягом останніх двадцяти років відзначається зростаючий інтерес до досліджень в області професійного стресу. Розвиток стресу на робочому місці виділено як важлива наукова проблема у зв'язку з його впливом на стан здоров'я, працездатність, продуктивність та якість праці. [4] Підходи, до визначення впливу екстремальних умов на професійну діяльність пожежних – рятувальників та медичних працівників, можна поділити на дві групи. Першу групу складають праці які розглядають прояв професійного стресу у пожежних-рятувальників. Всесвітня організація охорони здоров'я відносить професію пожежного-рятувальника до десяти найскладніших професій. Питаннями впливу стресогенних факторів пов'язаних з професійною діяльністю розглядали Мар'їн М.І., Міронець С.М., Александровський Ю.А., Ю.С. Шойгу [10] Всесвітня організація охорони здоров'я відносить професію пожежного-рятувальника до десяти найскладніших професій. Екстремальні умови діяльності, в яких працює особовий склад підрозділів, з психологічної точки зору характеризується сильними психотравмуючими факторами різної етіології.

Другу групу складають праці, у яких представлені спроби висвітлити питання професійного стресу у медичних працівників. До таких науковців можна віднести Вінокура В.А., Сідорова П.І. та інших. Наприклад, Сідоров П.І. в своїй статті наводить вагомні показники негативного впливу на психічний стан медичних працівників: серед лікарів загальної практики виявляється високий рівень тривоги в 41% випадків, клінічно виражена депресія - в 26% випадків, третина лікарів використовує медикаментозні засоби для корекції емоційної напруги, кількість вживаного алкоголю перевищує середній рівень, у 26% терапевтів відзначений високий рівень тривожності, а у 37% - субклінічна депресія, ознаки професійного стресу виявляються у 61,8% стоматологів, причому у 8,1% - синдром у фазі «виснаження» [8].

Виклад основного матеріалу. Психологічні сторони роботи стали об'єктом дослідження ще в 50-ті роки минулого століття. Спочатку психологи сконцентрувалися в більшій мірі на бар'єри для трудової адаптації і само налаштування людини під робочу середу, ніж на потенційно шкідливих, можуть вплинути на працюючих, характеристики цього середовища, куди перемістився дослідницький інтерес в 60-е.

Екстремальні умови діяльності пов'язані з постійним дією різних надзвичайних по складності факторів, у тому числі становлять соціальну небезпеку. У суб'єкта в екстремальних умовах діяльності виникають негативні функціональні стани типу динамічного неузгодженості (стрес, монотонія, сильне стомлення і т.д.), негативно позначаються на регуляції діяльності. Робота в таких умовах здійснюється з постійним підключенням функціональних резервних можливостей компенсаторного типу і внутрішніх резервів організму. Робота в таких умовах вимагає відновлення.

Серед екстремальних умов діяльності розрізняють особливі (в них діяльність пов'язана з епізодичною дією несильно виражених екстремальних факторів) і понад екстремальні (в них екстремальні фактори представляють реальну небезпеку).

Екстремальні фактори діють як обурення і являють собою: сильні фізико-хімічні впливи; вібрації; перешкоди; невизначеність або неповнота інформації в умовах відповідальної діяльності; конфлікти; ситуацію ризику; ситуацію високої відповідальності за прийняте рішення. В управлінській діяльності екстремальні фактори бувають наступних видів: екологічні, економічні, кадрові, організаційні. Основним шляхом підвищення ефективності й надійності діяльності в екстремальних умовах є формування функціональних резервних можливостей компенсаторного типу (додаткові знання, вміння і навички, що включаються у діяльність при появі екстремальних чинників), а так само розвиток у суб'єкта праці загальних і спеціальних акмеологічних інваріант професіоналізму [1].

Взагалі поняття екстремальний (в перекладі з лат. – крайність) вживається для об'єднання понять максимуму і мінімуму. При вживанні

поняття «екстремальність» зазвичай ясно, що мова йде не про нормальних, звичайних умов діяльності, а про що істотно відрізняються від них обставин.

В екстремальних умовах порушується звичний режим праці і відпочинку людини. У важких екстремальних ситуаціях психічні та інші перевантаження досягають меж, за якими можуть слідувати перевтома, нервове виснаження, повний зрив діяльності, афективні реакції, психогенії.

Вплив екстремальних умов складається не тільки з прямої, безпосередньої загрози життю людини, але й опосередкованої, пов'язаної з очікуванням її реалізації.

У сучасних дослідженнях, оцінюючи травмуючий вплив різних несприятливих факторів, що виникають в екстремальних ситуаціях, на психічну діяльність людини, виділяють непатологічні психоемоційні реакції і патологічні стани (психогенії).

Вчені і практики розробляють спеціальні рекомендації для представників стресогенних професій в цілях підвищити психологічну стійкість цих людей.

В роботах, де вивчаються психологічні проблеми стресу доводиться залежність поведінки під час стресу від ступеня значущості ситуації, від психологічної структури особистості (ставлення людини до труднощів у роботі, успіху і невдачі, впевненості і невпевненості в своїх силах, спрямованості особистості, рівня її домагань і реальних можливостей і т.п.

Фізіологічні зміни, що відбуваються в організмі людини на відповідь на вплив стресу, насправді є лише наслідком вже викликаних ним емоційних переживань; без емоційних переживань фізіологічні зміни не відбуваються, навіть якщо стрес закінчується фізіологічної травмою. Стрес, таким чином, виникає загроза, яка дистанційно впливає на людину, викликаючи у нього те чи інше емоційне ставлення до неї і готуючи тим самим весь організм до можливим фізичним наслідків. Отже, стрес є для людини такою загрозою, емоційні переживання якої впливають на його здатність досить ефективно здійснювати свою діяльність.

Професійний стрес - багатоманітний феномен, що виражається в психічних та соматичних реакціях на напружені ситуації в трудовій діяльності людини. В даний час він виділений в окрему рубрику в Міжнародній класифікації хвороб (МКБ-10: Z 73: «стрес, пов'язаний з труднощами управління власним життям»).

В оглядах літератури з проблеми професійного стресу показано, що ряд робочих стресорів, таких як рольова невизначеність, конфлікти, робоча перевантаження та інші зазвичай бувають тісно пов'язані з психічним напруженням, психосоматичними розладами, а також з несприятливими поведінковими наслідками [2]. Деякі вчені визначають професійний стрес як багатовимірний феномен, що виражається у фізіологічних і психологічних

реакціях на складну трудову ситуацію. Такий підхід, на думку А.Н. Занковського, дозволяє виділити такі напрями дослідження стресу:

- 1) визначити, які зміни (параметри) даного феномена відповідають даного виду трудової діяльності;
- 2) виявити «бажані області» (як з точки зору суб'єктивних, так і об'єктивних реакцій робітника) у кожному з досліджуваних вимірювань;
- 3) стандартизувати відхилення, з тим, щоб співвіднести реакції у кожному з досліджуваних вимірювань;
- 4) визначити «вагу» кожного з досліджуваних вимірювань [5].

Купер і Маршалл досліджували джерела стресу медичних працівників і виявили наступні їх групи:

Фактори професійного стресу, пов'язані з трудовою діяльністю:

- перевантаження або недовантаження роботою;
- погані фізичні умови праці (наприклад, відхилення в температурі приміщення, погане освітлення або надмірний шум);
- дефіцит часу ;
- необхідність самостійного прийняття рішення.

Чинники стресу, пов'язані з роллю працівника в організації:

- рольова невизначеність, наприклад недостатня інформованість про професійні обов'язки і відповідних очікуваннях з боку колег і начальства.

- рольовий конфлікт, коли суб'єкт вважає, що він робить те, чого не повинен і чого не бажає робити.

- відповідальність за інших людей і за якісь речі;
- занадто низька відповідальність;
- мала ступінь участі у прийнятті рішень в організації.

Чинники стресу, пов'язані з взаєминами на роботі:

- взаємовідносини з керівництвом, підлеглими, колегами;
- труднощі в делегуванні повноважень.

Фактори, пов'язані з діловою кар'єрою:

- два основних стресогенних фактора - професійна «неуспішність» і боязнь ранньої відставки;
- статус невідповідності, повільне або занадто швидке просування;
- відсутність гарантованої роботи (постійне очікування якихось змін, нестабільність);
- невідповідність рівня домагань даного професійного статусу.

Фактори, пов'язані з організаційною структурою та психологічним кліматом:

- неефективне консультування (неможливість отримати своєчасну кваліфіковану допомогу по ряду важливих питань);
- обмеження свободи поведінки, інтриги і т.п.

Поза організаційні джерела стресів:

- основні проблеми працівника, що виникають в сімейному житті: розподіл часу (працівник розривається між сім'єю і роботою; таким чи-

ном, сам він «потребує соціальної підтримки для боротьби з виникаючими проблемами сімейного життя») перенесення криз з однієї ситуації в іншу.

- мобільність працівника веде до загострення конфліктів у родині, коли необхідно змінювати місце проживання і т. п.

- відмінності за психометричними даними: екстернали більш адаптивні до різних ситуацій, ніж інтерналі; «ригідні» більше реагують на несподіванки, що йдуть «згори», від начальства; «рухливі» частіше виявляються перевантаженими роботою, орієнтовані на досягнення показують більшу незалежність і включеність у роботу, ніж орієнтовані на безпеку і спокій.

Види професійного стресу

Н.В. Самоукіна виділяє основні види професійного стресу:

- інформаційний стрес виникає в умовах жорсткого ліміту часу і посилюється в умовах високої відповідальності завдання. Часто інформаційний стрес супроводжується невизначеністю ситуації (або недостовірною інформацією про ситуації) і швидкою зміною інформаційних параметрів;

- емоційний стрес виникає при реальній або передбачуваній небезпеці (почуття провини за невиконану роботу, стосунки з колегами та ін.). Нерідко руйнуються глибинні установки і цінності працівника, пов'язані з його професією;

- комунікативний стрес пов'язаний з реальними проблемами ділового спілкування. Він проявляється у підвищеній конфліктності нездатності контролювати себе, невміння тактовно відмовити в чому-небудь, незнанні засобів захисту від маніпулятивного впливу і т. п.

- особливий інтерес представляє професійний стрес досягнення. Головна проблема тут - невідповідність рівня очікувань реальним можливостям людини;

- також цікавий стрес, викликаний страхом зробити помилку. Страх помилки пов'язане з двома моментами: 1) занадто сильна внутрішня установка тільки на успіх 2) заборони або каральні санкції в разі помилки. Страх помилки часто «блокує» творчі здібності людини. Людина поступово починає відмовлятися від усього нового і ризикованого. У результаті поступово людина починає взагалі «боятися жити»;

- досить поширеним є професійний стрес конкуренції. Часто в оточуючих (колегах) людина бачить своїх «конкурентів»;

- окремо виділяється професійний стрес успіху. Як не дивно, інтенсивний стрес працівник може відчувати і тоді, коли досягає великого успіху. Нерідко після великого досягнення настає стан «відкидання значення» того, що здійснилося;

- особливу тему представляє проблема заробляння грошей і супутній цьому професійний стрес. Помічено, що дуже часто великий виграш або несподіване спадок приносять не радість, а ще великі проблеми

(шкоди) [7]. Все вище зазначене суттєво важливе для розуміння місця особистості в екстремальних умовах діяльності пожежних-рятувальників та медичних працівників.

Очевидні соціальна значимість і екологічна цінність праці пожежників. Характерні глибокі переживання соціального порядку, коли на очах у фахівця хто-небудь або що-небудь гине. [9] Постійна небезпека, невідомість, дефіцит інформації та часу для прийняття відповідальних рішень, раптовість і підступність вогню - ці та інші обставини є істотними характеристиками діяльності пожежників.

Для роботи пожежних характерно також тривалі монотонні чергування без подій і екстрених виїздів на місце пожежі, в процесі яких виявляються особливості їх діяльності: нервово-психічне напруження, загроза життю і здоров'ю; значні фізичні навантаження, пов'язані з високим темпом робіт з рятування людей та гасіння пожежі, розбиранням конструкцій будівель і споруд, виносом матеріальних цінностей; труднощі, зумовлені необхідністю проведення робіт в обмеженому просторі; висока відповідальність кожного пожежного при відносній самостійності дій і необхідністю приймати рішення, пов'язані з врятуванням життя інших людей; наявність несподіваних перешкод.

Природно, що специфіка даної професійної діяльності пред'являє цілком конкретні вимоги до психологічних якостей і станів її співробітників.

Психологічні вимоги до пожежних-рятувальників представлені у вигляді переліку якостей, якими повинен володіти співробітник пожежної служби: мати врівноважений характер; зріло мислити; мати здорові судження; мати почуття відповідальності; не піддаватися паніці; не бути легко піддається почуттю ворожості; не бути надмірно агресивним; не бути ледачим або недбалим; не відволікатися по дрібницях; бути пильним і кмітливим; володіти здатністю до швидкого навчання, запам'ятовування і практичного застосування пройденого після мінімальної кількості тренувань; бути охайним.

Крім того пожежник повинен володіти: фізичною силою; швидко-сило-силовими якостями; швидкістю; витривалістю; спритністю; кмітливостю; дисциплінованістю; ініціативністю; сміливістю; мотивованим бажанням до роботи; здатність діяти в складі групи; здатністю брати на себе управління підрозділом (групою) в екстремальних умовах відсутності або загибелі командира.

Всі прояви, багато фізіологічні та психологічні реакції пожежників побічно свідчать про те, що їх виражена емоційна напруженість - це емоційний стрес. Емоційна напруженість пожежників в екстремальних умовах зазвичай супроводжується зовнішніми проявами, фізіологічними реакціями і несприятливими змінами в стійкості психічних і психомоторних процесів - погіршенням професійної діяльності. У деяких осіб спо-

стерігаються надмірна схвильованість, підвищена емоційна напруженість, поява нав'язливих думок: «А раптом я загину, отримаю травму, отруєння, радіоактивне зараження» і т.п. [3].

Все вищевикладене дає нам підстави погодитися з думкою ряду авторів, що в силу сильного емоційного напруження внаслідок екстремальних умов праці у пожежних цілком можна очікувати тимчасове, а потім, накопичуючись, і постійне зниження стійкості психічних і психомоторних процесів. Екстремальні умови праці та проживання пожежного, особливо складні види його діяльності стимулюють розвиток стресу. При екстремальних впливах професійного середовища на тлі психогенних факторів у пожежного розвивається професійний стрес з негативними наслідками.

Психологічні особливості медичних працівників розглядалися багатьма науковцями. Л.А. Лещинський (1987) виділяє для лікарів-терапевтів такі професійно важливі якості: захопленість своїм фахом, активний гуманізм незалежно від наявності антипатії, бажання робити добро, почуття обов'язку, здатність до співчуття, доброта і любов до людей; вміння викликати довіру у пацієнтів, готовність полегшити страждання, витримка, толерантність по відношенню до пацієнтів, комунікативність, готовність до самопожертви, ділової педантизм, відповідальність за результати лікування, бажання удосконалюватися у професії, самокритика, вміння поміщати в центр своєї свідомості пацієнтів, розвинене сприйняття, стійка емоційна сфера, здатність не піддаватися паніці, охайність, висока психологічна культура, делікатність і тактовність по відношенню до хворих, оптимізм, здатність придушувати в собі почуття відрази біля ліжка хворого.

За даними А.М. Василькова і С.С. Іванова (1997), стійка мотивація до професії військового лікаря спостерігається у курсантів, що мають соціальну інтровертованість, схильність до особистісних соціально схвалюваних досягнень і ригідності установок, а також відсутність схильності до демонстративного типу поведінки і нещирості.

В. Дуброва та і. В. Малкіна (2003) показали, що студенти-медики включають в уявлення про «ідеального» лікаря наступні характеристики: врівноваженість, вміння контролювати емоції, життєрадісність і оптимізм, спокій, дисциплінованість, силу волі, впевненість у собі, автономність, інтернальний локус контролю, здатність до рефлексії, гнучкий і гострий розум, психологічну компетентність, бажання співпрацювати з хворим і, звичайно, ерудованість і теоретичні знання. На думку деяких з них, ідеальний лікар повинен бути чоловіком, акуратним, з привабливою зовнішністю і приємними манерами.

За даними Е.Б. Одерішевої (2000), психологічний портрет лікаря-терапевта та лікаря-хірурга включає наступні якості: товариськість, емоційну стабільність, високу соціальну нормативність поведінки, високий внутрішній самоконтроль. В узагальненому психологічному портреті лі-

каря-хірурга виділені ті ж характеристики, але значно більшою мірою. Крім того, для лікарів-хірургів характерною була соціальна сміливість.

Звідси вимоги, що пред'являються до емоційної сфері медичних працівників, досить суперечливі. Поряд з емпатійністю медики повинні бути і емоційно стійкими (Оріхівський з співавторами, 1989).

У лікарів емпатійність була декілька вище, ніж у медичних сестер, а за нейротизму відмінностей не виявлено (Балмашнова, 2000).

І.В. Грошев (1997) виявив деякі статеві відмінності в емоційній сфері студентів-медиків: у студенток всі емпатійні характеристики виражені більше, ніж у студентів-медиків.

І.Л. Гурєвой (2005) показано, що «емоційне вигоряння» сильніше виражено у лікарів і фельдшерів - працівників «Швидкої допомоги», ніж у лікарів і медсестер, які працюють у стаціонарі. Особливо яскраво ці відмінності проявилися за шкалою «емоційне виснаження» [6].

Висновки. Екстремальні умови в діяльності пожежних-рятувальників представляють собою певну сукупність різноманітних зовнішніх і внутрішніх факторів, де число таких поєднань може бути нескінченним. Тому для ефективної, спрямованої регуляції поведінки працівника недостатньо визначити певну конкретну ситуацію. Крім того, при наявності безмежної кількості варіантів поєднань стрес-факторів, що викликають негативні психічні стани, в тій самій ситуації та врахування індивідуально-психологічних особливостей, не дає нам можливості стверджувати про обов'язковість наявності професійного стресу та про силу його впливу на особистість. Так само при визначенні значущості впливу екстремальних умов на професійну діяльність медичного працівника, не дає нам можливості стверджувати, що саме стримує формування професійного стресу, а що посилює. Бо кожна особистість має свій певний набір психологічних та біологічних особливостей, які є більш або менш стійкими.

ЛІТЕРАТУРА

1. Акмеологический словарь / под общ. ред. А. А. Деркача. – М. : Изд-во РАГС, 2004. – 161 с.
2. Бодров В. А. Информационный стресс : [учеб. пос.] / Бодров В. А. –М. : ПЭРСЭ, 2000. – 352 с.
3. Варавин А. Критическая ситуация : стратегия и тактика / Варавин А. – М. : МГУ, 2000. – 92 с.
4. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса / Водопьянова Н. Е. – СПб. : Питер, 2009. – 336 с.
5. Занковский А. Н. Профессиональный стресс и функциональные состояния / А. Н. Занковский // Психологические проблемы профессиональной деятельности. – М. : Наука, 1991. – С. 144–156.
6. Ильин Е. П. Дифференциальная психология профессиональной деятельности / Ильин Е. П. – СПб. : Питер, 2008. – 432 с.

7. Самоукина Н. В. Психология и педагогика профессиональной деятельности / Самоукина Н. В. – М. : ЭКМОС. 2000. – 281 с.
8. Сидоров П. И. Синдром эмоционального выгорания / П. И. Сидоров // Медицинская газета. – 2005. – №43 – С. 32
9. Табеева Д. М. Руководство по психологической подготовке пожарных / Табеева Д. М. – М.-Л., 1982. – с. 127.
10. Учебное пособие / под общей ред. к. психол. наук Ю. С. Шойгу. – М. : Смысл, 2007. – 319 с.

УДК 159.9: 159.94

*Поляков І.О., к. психол. н., с.н.с., старший науковий співробітник науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології НУЦЗУ;
Побідаш А.Ю., к. психол. н., начальник відділення впровадження психотренінгових технологій співробітник науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології НУЦЗУ*

ВСТАНОВЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНТАКТУ З ПОСТРАЖДАЛИМИ ПІД ЧАС ПРОВЕДЕННЯ РЯТУВАЛЬНИХ РОБІТ

У статті розглядається поняття психологічного контакту, як форми міжособистісної взаємодії між рятувальником і постраждалим в осередку надзвичайної ситуації. Наводиться класифікація надзвичайних ситуацій за принципом швидкості розвитку подій, а саме на: статичні (локалізовані) та динамічні (такі, що розвиваються). Описуються особливості алгоритму з встановлення психологічного контакту та подальшої взаємодії між рятувальником і постраждалим в надзвичайних ситуаціях, враховуючи їх характер, а також наводяться з практичні рекомендації для рятувальників.

Ключові слова: психологічний контакт, психологічна допомога, міжособистісна взаємодія, рятувальні роботи, надзвичайні ситуації, рятувальник.

В статье рассматривается понятие психологического контакта, как формы межличностного взаимодействия между спасателем и пострадавшим в очаге чрезвычайной ситуации. Приводится классификация чрезвычайных ситуаций по принципу скорости развития событий, а именно: статические (локализованные) и динамические (которые развиваются). Описываются особенности алгоритма установления психологического контакта и дальнейшего взаимодействия между спасателем и пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, учитывая их характер, а также приводятся практические рекомендации для спасателей.

Ключевые слова: психологический контакт, психологическая помощь, межличностное взаимодействие, спасательные работы, чрезвычайные ситуации, спасатель.