

відношення хворих до свого стану, підвищення самооцінки, подолання внутрішньої особистісної кризи.

Отримані дані доцільно використовувати в організації і проведенні комплексних лікувально-профілактичних заходів, з наданням особливої уваги методам психотерапевтичної дії, при виборі методів корекції і реабілітаційної роботи з хворими.

Найбільшої ефективності терапії психопатологічних порушень у постраждалих внаслідок аварії на ЧАЕС у віддаленому періоді вдається досягти при поєднаному застосуванні психотерапевтичних і фармакотерапевтичних методів, які надають довготривалий ефект і зменшують прогресивність психопатологічних розладів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь : теория и практика / А. Ф. Бондаренко.– М. : Изд-во Ин-та психотерапии, 2000. – 368 с.
2. Волошин П. В. Медико-психологические аспекты экстремальных событий и проблема посттравматических стрессовых расстройств / П. В. Волошин, Л. Ф. Шестопалова, В. С. Подкорытов // Междунар. мед. журн. – 2000. – Т.6, №3. – С. 31–34.
3. Головаха Е. И. Психологическое время личности / Е. И. Головаха, А. А. Кронин. – М. : Смысл, 2008. – 272с.
4. Кожевникова В. А. Эмоциональные особенности лиц, переживших различные экстремальные условия / В. А. Кожевникова // Укр. Вісник психоневрології. – 2002. – Т.10, Вип.1 – С. 191–192.
5. Румянцева Г. М. Психосоматические аспекты психических нарушений у ликвидаторов аварии на ЧАЭС / Г. М. Румянцева, О. В. Чинкина, Т. М. Левина // Психиатрия и психофармакотерапия. – 2002. – Т.4, №1., – С. 19–23.
6. Табачников С. И. Психосоматические расстройства и постчернобыльский синдром / С. И. Табачников, С. В. Титиевский // Doctor. – 2002. – №6. – С. 14–16.

УДК 159.95

Перелигіна Л.А., д.б.н., професор, завідувачий кафедрою загальної психології НУЦЗУ;

Приходько Ю.О., к.психол.н., начальник медичної служби НУЦЗУ;

Світлична Н.О., здобувач кафедри загальної психології НУЦЗУ

КОНЦЕПЦІЯ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПРАЦІВНИКІВ МНС

У статті розглядається суть і структура процесу збереження психічного здоров'я співробітників МНС України. Вказані необхідні умови для забезпечення збереження їх психічного здоров'я в професійній діяльності і соціальних стосунках.

Ключові слова: психічне здоров'я, співробітники МНС.

В статті розглядається суть і структура процесу збереження психічного здоров'я співробітників МНС України. Вказано необхідні умови для забезпечення збереження їх психічного здоров'я в професійній діяльності і соціальних відносинах.

Ключові слова: психічне здоров'я, співробітники МНС.

Постановка проблеми. Психічне здоров'я – це термін, який використовується для опису будь-якого рівня розумового і/або емоційного благополуччя і/або відсутності психічного розладу. Згідно зі Всесвітньою організацією охорони здоров'я, немає жодного «офіційного» визначення терміна «психічного здоров'я». Відмінності в культурі, суб'єктивні оцінки і професійні конкуруючі теорії – все впливає на визначення поняття «психічне здоров'я». Людина, яка значно відрізняється від стандартів свого співтовариства, ризикує бути визнаною психічно хворою. В той же час уявлення про психічну хворобу різні в різних культурах і в різні часи усередині кожної культури. Прикладом першого може служити той факт, що багато племен індіанців, на відміну від більшості інших американців, вважають галюцинації за нормальне явище; приклад другого – зміна відношення до гомосексуальності, яка колись розглядалася як злочин, потім як психічна хвороба, а зараз – як варіант сексуальної адаптації.

Психічне здоров'я - інтегральна характеристика повноцінності психологічного функціонування індивіда. Психічне здоров'я тісно пов'язане із загальним уявленням про особу, механізми її розвитку, а залежить багато в чому від професійної діяльності.

Професійна діяльність рятувальників проходить в екстремальних умовах та негативно впливає на психіку людини. Спеціалісти, які виконують рятувальні та інші невідкладні роботи в зоні надзвичайної ситуації, підлягають не тільки значному ризику виникнення нервово-психічних розладів, психічних дезадаптацій і стресових станів, а й фізичній загрозі особистому здоров'ю. Такі негативні впливи нерідко стають причиною зривів у професійній діяльності, зниження працездатності, міжособистісних конфліктів, порушень дисципліни, зловживання алкоголем, інших негативних явищ.

Тривала дія комплексу шкідливих чинників призводить до погіршення функціонального стану й працездатності та розвитку преморбідного стану й патології [3; 7; 11].

Разом з тим, під впливом умов життєдіяльності, особливостей та характеру професійної діяльності, у рятувальників проходять багатогранні зміни з боку функцій організму, знижується ефективність виконання професійних обов'язків у результаті розвитку вираженого стомлення та перевтомлення [3; 7; 11].

Тривале виконання своїх службових обов'язків у напруженій обстановці веде до дезадаптації, до зниження опірності організму, до нервово-психічних перенапруг, результатом чого є погіршення як фізичного, так і психічного здоров'я робітників МНС.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. У психології і медицині існують різні підходи до проблеми психічного здоров'я, звернені до різних сторін нормального і аномального функціонування. Традиційна медична модель розглядає

психічне здоров'я як міру вірогідності розвитку хвороби («негативне» визначення здоров'я як відсутність хвороби). У психоаналізі уявлення про здоров'я як таке взагалі відсутнє; кожна людина виступає як носій того або іншого «патоса», потенційної хвороби, переходу якого в «нозос» - актуальну хворобу - перешкоджає збалансований режим функціонування механізмів психологічного захисту і компенсації в індивідуальній психодинаміці. Для біхевіоризму характерне зведення особи до її соціального функціонування і до визначення норми або здоров'я через поняття рівноваги із середовищем, з використанням таких критеріїв, як адаптація, стабільність, успішність, продуктивність, конформність.

Принципово інший підхід з'явився в 60-і роки ХХ століття, коли на базі руху Людського Потенціалу (Есаленський інститут, США) і розвитку ідей гуманістичної і екзистенціальної психології була запропонована концепція «позитивного психічного здоров'я», в якій робився акцент на специфічно людському способі існування. У центр цього підходу був поставлений аналіз здорового функціонування як позитивного процесу, що володіє самостійною цінністю і змістовно описуваного через поняття самореалізації, самоактуалізації (К. Гольдштейн).

Сучасні теоретичні, експериментальні і прикладні підходи в психології особистості і психотерапії характеризують психічне здоров'я як зрілість, збереження і активність механізмів особистісної саморегуляції, міру здатності людини трансцендентувати («выводити за межі») свою біологічну, соціальну і смислову детерміновану, виступаючи активним і автономним суб'єктом свого життя в світі, що змінюється.

Різні моделі психічного здоров'я звернені до різних рівнів, регулюючих активність суб'єкта, і, відповідно, до різних мішеней дії. Б.С. Братусь запропонував багаторівневу модель психічного здоров'я, виділивши декілька рівнів структури особи, кожному з яких відповідає своє розуміння психічного здоров'я [1]. Цей автор виділив *три рівні психічного здоров'я*:

1) *рівень психофізіологічного здоров'я* (визначається особливостями нейрофізіологічної організації психічних процесів);

2) *рівень індивідуально-психологічного здоров'я* (характеризується здібністю до використання адекватних способів реалізації смислових устремлінь);

3) *рівень особистісного здоров'я* (це найвищий рівень, який визначається якістю смислових стосунків людини).

Відповідно до цієї моделі, вищий рівень особистісного здоров'я, який відповідає за виробництво смислових орієнтацій, визначення загального сенсу життя, ставлення до себе і до інших, робить регулюючий вплив на рівні, що пролягають нижче, які характеризують ступінь адаптації і психофізіологічний стан.

Російські психологи виділяють *чотири основні групи людей з різними показниками психічного здоров'я*:

1) практично здорові, скарг немає;

2) легкі функціональні порушення, про що свідчать епізодичні скарги астено-невротичого порядку, обумовлені конкретно психотравмуючою ситуацією;

- 3) люди з доклінічними станами і клінічними формами у стадії компенсації;
- 4) клінічні форми захворювання у стадії субкомпенсації.

Основний критерій поділу людей на групи рівня їх психічного здоров'я - це наявність скарг самої людини на труднощі життя серед людей. Ці скарги пов'язані з тим міфом про здоров'я, який освоює людина в конкретних соціальних умовах. У цьому розумінні здоров'я-нездоров'я вирішується традиційне завдання відділення психічної норми від патології.

ВОЗ як *критерії психічного здоров'я* розглядає такі:

- 1) усвідомлення і відчуття неперервності, постійності і ідентичності свого фізичного і психічного «Я»;
- 2) відчуття постійності і ідентичності в однотипних ситуаціях;
- 3) критичність до себе і своєї психічної продукції (діяльності) та її результатів;
- 4) відповідність психічних реакцій (адекватність) силі і частоті середовищних дій, соціальним обставинам і ситуаціям;
- 5) здатність самоврядування поведінкою відповідно до соціальних норм, правил, законів;
- 6) здатність планувати власну життєдіяльність і реалізовувати це;
- 7) здатність змінювати спосіб поведінки залежно від зміни життєвих ситуацій і обставин.

І.В. Дубровіна [2] розділяє поняття «психічне здоров'я» (відноситься до психічних процесів і механізмів) і «психологічне здоров'я» (характеризує особу в цілому в безперервному зв'язку з проявами людського духу). При цьому підході вирішується завдання розділення «психічної норми» і «психічного здоров'я» (здоров'я особи).

За ступенем прояву виділяють такі *рівні психічного здоров'я*:

- 1) *креативний*, що характеризується стійкістю до середовищних дій, активним творчим відношенням до дійсності, усвідомленістю і цілеспрямованістю зусиль, що робляться;
- 2) *адаптивний* характеризується високим рівнем адаптування до соціуму і супроводиться підвищеним рівнем тривожності;
- 3) *дезадаптивний* - внутрішні проблеми не вирішуються. Порушений баланс між внутрішнім світом і зовнішнім намагаються відновити за допомогою асимілятивного стилю поведінки (пристосування на шкоду своїм інтересам) або аккомодативного (агресивно-наступальний, на шкоду інтересам інших).

Здорова особа відрізняється від «нормальної», у якій відсутні серйозні психопатологічні симптоми. На думку Шобена, здорові особи характеризуються самоконтролем, особистісною відповідальністю, демократизмом і наявністю ідеалів. Джерард відзначає, що здорові особи постійно розширюють своє усвідомлення самих себе, інших людей і навколишнього світу; розвивають свою компетентність у задоволенні базових потреб і в реагуванні на небезпеку; виробляють реалістичні і такі, що відповідають їх потребам, рольові і міжособистісні стосунки.

Виклад основного матеріалу. Для виявлення суті і структури процесу збереження психічного здоров'я з погляду особистісно-діяльнісного підходу, необхідно від загальнотеоретичного аспекту вивчення - стійкості психічного здоров'я, перейти до практичного - його професійної продуктивності шляхом уточнення розуміння ступеня небезпеки професійної діяльності і особистісних чинників, що детермінують безпеку працівника МНС.

На сьогоднішній день при проведенні професійного відбору кандидатів на службу в МНС, а також у подальшій атестації працівників МНС не оцінюється продуктивність їх психічного здоров'я. Крім того, ускладнення проблем безпеки при ліквідації надзвичайних ситуацій різної природи, вимагає уточнення дослідження професійного типу в сучасній екстремальній і кризовій психології працівників МНС на підставі концепції збереження психічного здоров'я.

Формування стійкості і продуктивності психічного здоров'я адекватні внутрішній логіці розвитку професійної Я-концепції індивіда (суб'єкта, особи, індивідуальності людини) у працівників МНС в їх професійній діяльності. Дослідження продуктивності психічного здоров'я, як основоположного психологічного феномена професійної поведінки обумовлено необхідністю розгляду інтеграційної системності спектру здоров'я, з урахуванням ситуативності і різнополярності професійної діяльності працівників МНС, оцінкою динаміки детерміації професійної функціональності для виявлення професійних деформацій Я-концепції.

Дослідження психологічних аспектів збереження психічного здоров'я працівників МНС виявило необхідність вирішення наступних суперечностей між:

а) завданнями індивідуального збереження здоров'я і організаційними питаннями безпеки особового збереження здоров'я в професійній діяльності працівників МНС;

б) необхідністю обґрунтування психологічного підходу до збереження психічного здоров'я в професійній діяльності і інтеграції в професійній адаптації розуміння процесів детерміації психічного здоров'я.

Готовність до реалізації тих, що сформувався, професійно значущих якостей особи виявляється в засвоєнні працівниками МНС основ спеціальних знань про збереження психічного здоров'я в професійних діях і соціальних стосунках.

Процеси детерміації збереження психічного здоров'я необхідно розглядати:

а) через стійкість психічного здоров'я працівників МНС;

б) через продуктивність психічного здоров'я працівників МНС;

в) з можливістю і необхідністю застосування методів корекції психічного здоров'я, з метою профілактики професійної деформації і оптимізації процесів саморегуляції для збереження продуктивного психічного здоров'я працівників МНС.

В рамках даної концепції продуктивне психічне здоров'я працівників МНС детермінується рівнем саморегуляції стійкості і продуктивності психічного здоров'я і є складовою частиною характеристики професійної діяльності особи.

Практична реалізація концепції збереження психічного здоров'я можлива при дотриманні двох умов:

а) при виявленні особливостей прояву негативних психічних станів працівників МНС і чинників професійної діяльності, що призводять до їх появи;

б) за умови оволодіння працівниками МНС спеціалізованими психологічними знаннями про свої ресурси і можливості, умінням об'єктивно їх оцінювати і використовувати для вдосконалення професіоналізму особи.

Рівень сформованості продуктивного психічного здоров'я залежить від кількості і якості психологічних знань і практичних дій працівників МНС, які лежать в основі умов збереження психічного здоров'я. Умовами формування продуктивності психічного здоров'я працівників МНС є:

а) обґрунтування сутнісних характеристик безпеки, стійкості і продуктивності психічного здоров'я в психологічному розумінні професійної діяльності працівників МНС;

б) поетапний розгляд у працівників МНС особливостей внутрішніх ресурсів психічного здоров'я;

в) виявлення професійних категорій працівників МНС і визначення взаємозв'язку динаміки психологічних рівнів особи, опосередкованих ситуативністю і різнополярністю професійного середовища та обумовлених станом безпеки в професійній діяльності;

г) визначення ступеня готовності працівників МНС до діяльності в екстремальних умовах і мобілізації внутрішніх ресурсів для збереження психічного здоров'я;

в) усвідомлення працівниками МНС необхідності, ролі і структури саморегуляції психічних станів, які виникають в процесі професійної діяльності і її необхідності у формуванні особистісної концепції збереження психічного здоров'я.

Контент-аналіз новинок наукової літератури показав, що на сьогодні в екстремальній та кризовій психології визначені: особливості прояву посттравматичних стресових розладів у працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України [12]; основні соціально-психологічні детермінанти, які впливають на рівень професійної та функціональної надійності снайперів-професіоналів [6]; організаційно-правові та індивідуально-психологічні умови ефективності професійної діяльності працівників слідчих підрозділів МВС України [10]; динаміка негативних психічних станів та реакцій, які виникають у працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України [7]; соціально-психологічні детермінанти розвитку синдрому „вигорання” працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України [5]; алгоритм психологічного прогнозу надійності професійної діяльності фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України [4]; психологічні особливості поведінкових стратегій подолання стресу в професійній діяльності працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України [13]; психологічні чинники успішності професійної діяльності пожежних-рятувальників МНС України [11]; можливості використання соціально-психологічного тренінгу для відновлення психологічної стійкості рятувальників у посткатастрофний період [8]; основні напрямки формування професійної Я-концепції рятувальників [9] та ін.

Залишаються невивченими особистісні чинники і чинники професійної діяльності, які детермінують продуктивне психічне здоров'я працівників МНС, а також шляхи і методи саморегуляції внутрішніх ресурсів для його збереження.

Таким чином, для вирішення суперечності між потребою виявлення психологічних особливостей психічного здоров'я працівників МНС і шляхів його збереження в професійній діяльності, у зв'язку з відсутністю систематизованих досліджень за даною темою, необхідно розробити структуру критеріїв, систему показників і рівневі індикатори психічного здоров'я працівників МНС, а також розробити програми корекції професійних деформацій психічного здоров'я цих професіоналів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Братусь Б.С. Аномалии личности / Б.С. Братусь. – М. : Мысль, 1988. – 301, [2] с.
2. Дубровина И.В. Психология / И.В. Дубровина, Е.Е. Данилова, А.М. Прихожан. – М. : Академия, 2003 – 464 с.
3. Екстремальна психологія : [підручник / заг. ред проф. О.В.Тімченка]. – К. : ТОВ “Август трейд”, 2007. – 502 с.
4. Євсюков О.П. Психологічне прогнозування професійної надійності фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України : автореф. дис. ... кандидата психол. наук / О.П. Євсюков. – Харків, 2007. – 21 с.
5. Куфлієвський А.С. Соціально-психологічні детермінанти розвитку синдрому „вигоряння” працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України : автореф. дис. ... кандидата психол. наук / А. С. Куфлієвський. – Харків, 2006. – 22 с.
6. Лебедева С.Ю. Психологічне забезпечення професійної та функціональної надійності фахівців снайперських груп спеціальних підрозділів МНС України : автореф. дис. ... кандидата психол. наук / С.Ю. Лебедева. – Харків, 2005. – 23 с.
7. Миронець С.О. Негативні психічні стани та реакції у працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України в умовах надзвичайної ситуації : автореф. дис. ... кандидата психол. наук / С. О. Миронець. – Харків, 2007. – 21 с.
8. Овсяннікова Я.О. Соціально-психологічний тренінг як засіб відновлення психологічної стійкості рятувальників МНС України : автореф. дис. ... кандидата психол. наук / Я.О. Овсяннікова. – Харків, 2010. – 19 с.
9. Олійников О.А. Формування професійної Я-концепції рятувальників: Автореф. дис. ... кандидата психол. наук / О.А. Олійников. – Харків, 2010. – 19 с.
10. Оніщенко Н.В. Організаційно-правові та індивідуально-психологічні умови ефективності професійної діяльності працівників слідчих підрозділів МНС України : автореф. дис. ... канд. психол. наук / Н. В. Оніщенко. – Харків, 2006. – 20 с.
11. Приходько Ю.О. Психологічні чинники успішності професійної діяльності пожежних-рятувальників МНС України : автореф. дис. ... канд. психол. н. / Ю. О. Приходько. – Харків, 2008. – 22 с.

12. Садковий В.П. Особливості прояву посттравматичних стресових розладів у працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України : автореф. дис... канд. психол. наук / В. П. Садковий. – Харків, 2005. – 19 с.

13. Склень О.І. Психологічні особливості поведінкових стратегій подання стресу в професійній діяльності працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України : автореф. дис. ... кандидата психол. наук / О.І. Склень. – Харків, 2007. – 22 с

УДК 159.9

Потапова С.М., старший лаборант кафедри інформаційної безпеки ХНУВС, здобувач Української інженерно-педагогічної академії

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ПРОГНОЗУ НАДІЙНОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ КЕРІВНИКА ОВС

Професійна діяльність керівника ОВС вимагає як здібності підтримувати свою працездатність на високому рівні (витривалість), так і швидкості реагування. Саме це визначає необхідність вживання прийомів саморегуляції психічних станів, які заважають надійності діяльності.

Ключові слова: надійність професійної діяльності, саморегуляція, психічний стан.

Профессиональная деятельность руководителя ОВД требует как способности поддерживать свою работоспособность на высоком уровне (выносливость), так и скорости реагирования. Именно это определяет необходимость применения приемов саморегуляции психических состояний, которые мешают надежности деятельности.

Ключевые слова: надежность профессиональной деятельности, саморегуляция, психическое состояние.

Постановка проблеми. Актуальність теми дослідження пов'язана з необхідністю забезпечення якісної професійної діяльності фахівців, які працюють в умовах різного рівня складності і напруженості. Професійна діяльність пожежників здійснюється в екстремальних ситуаціях: висока температура, угарний дим, велика небезпека отримати травму, загроза життю. Специфіка праці, що здійснювалась в надзвичайних умовах приводить до виникнення у працівників негативних змін в психіці особистості. Вони можуть трансформуватися в посттравматичні стресові розлади, глибина і частота прояву яких залежить від рівня стресогенності, тривалості і масштабів надзвичайної ситуації та від індивідуально- психологічних особливостей сприйняття її учасниками тих подій. Необхідно проводити психологічну корекцію посттравматичних стресових розладів та забезпечувати заходи з їх профілактики [2]. Професійна діяльність керівника ОВС потребує як здатності утримувати свою працездатність на високому рівні (витривалості), так і швидкості реагування. Саме це визначає необхідність застосування прийомів саморегуляції психічних станів, що перешкоджають надійності діяльності. По кількості ситуацій, що вимагають швидкості реагування, різні види професійної діяльності істотно розрізняються. На надійність діяльності працівника оперативних підрозділів пожежної охорони в значній мірі впливає швидкість реагування. Разом з тим за