

УДК 159.95

Сергієнко Надія Павлівна,

доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах, доцент,
кандидат психологічних наук Національний університет цивільного захисту
України

ВПЛИВ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЙ НА ЕМОЦІЙНИЙ СТАН ОСОБИСТОСТІ

В статті представлені матеріали з вивчення впливу екстремальних ситуацій на емоційний стан працівників ДСНСУ.

Ключові слова. Екстремальні ситуації, емоційний стан, особистість.

В статье представлены материалы по изучению влияния экстремальных ситуаций на эмоциональное состояние работников МЧС.

Ключевые слова. Экстремальные ситуации, эмоциональное состояние, личность.

The article presents the materials of studying the influence of extreme situations on the emotional state of employees of the Ministry of emergency situations.

Key words. Extreme situation, emotional state, personality.

Актуальність дослідження. Екстремальні умови (лат. екстремум - крайні точки, критичного стану) - це вкрай жорсткі максимальні та мінімальні умови, які ведуть до появи функціональних станів, які визначаються як динамічні розлади і обумовлюють необхідність перебудови систем гомеостатичного регулювання за рахунок максимальної мобілізації резервів організму. Ступінь напруги адаптаційного процесу, ознаки часткової або повної дезадаптації є мірою екстремальності [4].

Екстремальність різних впливів на людину визначається не тільки їх силою, тривалістю, але і також новизною, несподіванкою, незвичністю проявів. Інакше кажучи, це фактори, до яких людина ще не адаптована, і не готова діяти

в їх умовах.

Поняття екстремальних, кризисних і надзвичайних ситуацій ще не отримали вичерпного визначення. Вважається, що недостатньо розглядати їх лише з точки зору об'єктивних особливостей, не беручи до уваги психологічні складові, такі, як, наприклад, сприйняття, розуміння, реагування і поведінка людей в таких ситуаціях. Людина, так чи інакше, психологічно залучена в екстремальну ситуацію (як її ініціатор, або як жертва, або як свідок) [2]. Опинившись в екстремальній ситуації люди проходять у своїх психологічних станах ряд етапів. Спочатку виникає гострий емоційний шок, який характеризується загальною психічною напругою з переважним почуття відчаю і страху при загостренні сприйняття.

Потім настає психофізіологічна демобілізація, істотне погіршення самопочуття та психоемоційного стану з переважанням почуття розгубленості, панічних реакцій, зниженням моральних норм поведінки, зменшенням рівня ефективності діяльності і мотивації до неї, депресивними тенденціями. На цьому другому етапі, ступінь і характер психогенних порушень багато в чому залежать не тільки від самої екстремальної ситуації, її інтенсивності, раптовості виникнення, тривалості дії, але і від особливостей особистості потерпілих, а також від збереження безпеки і від нових стресових впливів.

На третьому етапі у людини, яка пережила екстремальний стрес, відбувається складна емоційна і когнітивна переробка ситуації, оцінка власних переживань і відчуттів. При цьому актуальності набувають також травмуючі психіку фактори, пов'язані зі зміною життєвого стереотипу. Стаючи хронічними, ці фактори сприяють формуванню стійких психогенних розладів. Їх особливістю є наявність вираженої тривожної напруги, страху, різних вегетативних дисфункцій, що породжують згодом психосоматичні порушення. У осіб які пережили екстремальну ситуацію значно знижується працездатність, а також критичне ставлення до своїх можливостей [1].

Проведений аналіз наукових джерел дозволив зробити висновок, що діяльність рятувальників характеризується специфічною сукупністю умов

здійснення пошуково-рятувальних робіт, що утрудняють досягнення професійних цілей. Аналіз даних літератури показав, що діяльність протікає, насамперед, в умовах впливу різнорідних шкідливих і небезпечних факторів.

Наявність стрес-факторів створює труднощі в роботі пожежних, погіршує їх фізичний і психічний стан, впливає на ефективність роботи. Негативний вплив стрес-факторів значно знижується, якщо працівники вчасно психологічно підготовлені до роботи у складних умовах і організм їх адаптований до цих умов. Більше того, постійна робота в умовах стресу утворює особливу властивість особистості - схильність до ризику.

На відміну від ряду інших професій, у пожежників екстремальні умови праці, високий рівень ризику втратити здоров'я або отримати травму виникають спонтанно, аперіодично; небезпечні та шкідливі фактори при цьому можуть перевищувати нормативні рівні, знизити їх практично неможливо. Екстремальний характер професії об'єктивно відбивається у високому рівні травматизму, захворюваності, інвалідності та у смертності в групі фахівців, допущених до виконання службових обов'язків за станом здоров'я та рівнем профпідготовки [1; 3].

Мета: вивчити вплив екстремальних ситуацій на емоційний стан працівників ДСНСУ.

Для вирішення поставлених завдань своє дослідження ми проводили на базі ДПРЧ - 1 Комсомольського районного відділу у ДСНСУ в Херсонській області. У дослідженні брали участь досліджувані - працівники ДСНСУ в кількості 29 осіб.

У зв'язку з тим, що екстремальним чинником для працівників ДСНСУ є надзвичайні ситуації (виїзд на пожежу, рятування людей і т.п.), своє дослідження ми проводили в два етапи:

- до виїзду на пожежу (до екстремальних ситуацій);
- після виїзду на пожежу (після екстремальних ситуацій).

При вивченні впливу екстремальних ситуацій на емоційний стан працівників ДСНСУ ми використовували методики: експрес – діагностика

некерованого емоційного збудження (В.В. Бойко), методика і діагностика самопочуття, активності та настрою (САН).

Результати аналізу методики "Діагностика некерованого емоційного збудження" (В.В. Бойко) вказують на те, що не спостерігаються достовірні відмінності у працівників ДСНСУ до та після виїзду на пожежу, ні за жодним рівнем імпульсивності.

Але розглядаючи наші показники ми можемо стверджувати що показники змінені саме після надзвичайних ситуацій. Так рівні імпульсивності - "є ознаки імпульсивності", показник якого збільшився і це може вказувати на те, що надзвичайна ситуація впливає на імпульсивність працівників ДСНСУ.

Розглядаючи показники рівня імпульсивності "не імпульсивні" до та після виїзду на пожежу ми можемо свідчити про те, що у наших досліджуваних середні показники за цим рівнем імпульсивності зменшилися (з 1,72 до 1,6).

Таким чином отримані дані свідчать про те, що стресові ситуації, а в даному випадку стресова, надзвичайна ситуація - це виїзд на пожежі впливає на рівні імпульсивності працівників ДСНСУ. Це може свідчити про те, що рятувальники після надзвичайних ситуацій більш схильні до зовнішньо немотивованих, частіше агресивних вчинків і дій, які протікають короткочасно, виникають і призупиняються раптово, але вони можуть контролювати імпульсивність, вони цілеспрямовані, мають ясні ціннісні орієнтації.

Обробивши дані методики САН ми отримали результати, які вказують на те, що спостерігаються достовірні відмінності в наших досліджуваних за показниками психоемоційного стану активності, ($P=0,05$). Ці дані свідчать про те, що у працівників ДСНСУ до надзвичайної ситуацій психоемоційний стан краще, вони організують, координують та приймають участь в різних видах діяльності, а після стресових ситуацій у них знижується стан активності.

Розглядаючи докладніше отримані результати ми спостерігаємо зниження середніх показників психоемоційних станів самопочуття та настрою після надзвичайної ситуації, хоча за цими даними не спостерігається достовірних розбіжностей.

Таким чином ми можемо зробити висновок, що стресові ситуації, а в даному випадку стресова, надзвичайна ситуація - це виїзд на пожежі впливає на психоемоційні стани не дивлячись на те, що достовірно вплив надзвичайної ситуації спостерігається тільки за показником активності працівників ДСНСУ, що підтверджує зниження показників емоційних станів саме після надзвичайної ситуації.

Висновки. Проведений аналіз наукових джерел дозволив зробити висновки, що діяльність рятувальників протікає, насамперед, в умовах впливу різнорідних шкідливих і небезпечних факторів. Наявність стрес-факторів створює труднощі в роботі пожежних, погіршує їх фізичний і психічний стан, впливає на ефективність роботи.

При дослідженні особливостей емоційних станів ми отримали результати, які вказують на те, що стресові ситуації, а в даному випадку стресова, надзвичайна ситуація - це виїзд на пожежі впливають на емоційний стан працівників ДСНСУ. Це може свідчити про те, що рятувальники після надзвичайних ситуацій більш схильні до зовнішньо немотивованих, частіше агресивних вчинків і дій, які протікають короткочасно, виникають і призупиняються раптово, але вони можуть контролювати імпульсивність, вони цілеспрямовані, мають ясні ціннісні орієнтації.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Коробейников М.П. Психология человека в экстремальных условиях / М. П. Коробейников. – М.: Наука, 1978. – С.9 – 84.
2. Лебедев В. И. Личность в экстремальных условиях / В. И. Лебедев. – М.: Политиздат, 1999. –303 с.
3. Леонтьев А.Н. Потребности, мотивы, эмоции / А. Н. Леонтьев. – М.: Питер, 2005. – 431 с.
4. Малкина-Пых И. Г. Экстремальные ситуации / И. Г. Малкина-Пых. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 960 с.