

**ВІДНОШЕННЯ ДО ЖИТТЯ ТА СМЕРТІ В УМОВАХ НАДЗВИЧАЙНОЇ
СИТУАЦІЇ: ЦІНІСНО-СМИСЛОВИЙ АСПЕКТ**

ЗМІСТ

| | |
|--|--|
| ВСТУП | Ошибка! Закладка не определена. |
| РОЗДІЛ I..... | 9 |
| ТЕОРЕТИЧНІ ПІДВАЛИНИ РОЗУМІННЯ ЖИТТЯ ТА СМЕРТІ В РУСЛІ ЦІННІСНО-СМИСЛОВИХ ОРІЄНТАЦІЙ ОСОБИСТОСТІ | 9 |
| 1.1. Поняття «життя» і «смерть» в сучасній психологічній науці | 9 |
| 1.1.1. Уявлення про життя та смерть у психоаналітичній концепції..... | 12 |
| 1.1.2. Розуміння життя та смерті з позицій екзистенціально-гуманістичної парадигми | 16 |
| 1.1.3. Усвідомлення смерті й пошуки сенсу життя | 18 |
| 1.2. Вплив критичних ситуацій на відношення людини до життя та смерті..... | 31 |
| 1.2.1. Криза у розумінні закордонних психологів | 33 |
| 1.2.2. Критичні ситуації та їх значення для становлення особистості у поглядах вітчизняних психологів..... | 40 |
| 1.3. Посттравматичний стресовий розлад і смисложиттєві орієнтації особистості..... | 44 |
| 1.4. Професія й смисложиттєві орієнтації особистості..... | 49 |
| 1.4.1. Специфіка професійної діяльності працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України та її психологічний аналіз..... | 50 |
| ВИСНОВКИ ЗА РОЗДІЛОМ | 62 |
| РОЗДІЛ II ОБГРУНТУВАННЯ СТРУКТУРИ ТА МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ | 64 |
| 2.1. Характеристика груп досліджуваних..... | 64 |
| 2.2. Характеристика методів дослідження | 65 |
| 2.3. Статистична обробка даних | 73 |
| ВИСНОВКИ ЗА РОЗДІЛОМ | 74 |
| РОЗДІЛ III ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТАВЛЕННЯ ДО ЖИТТЯ ТА СМЕРТІ ФАХІВЦІВ АВАРІЙНО-РЯТУВАЛЬНИХ ПІДРОЗДІЛІВ МНС УКРАЇНИ | 76 |

| | |
|--|-----|
| 3.1. Особливості ціннісних орієнтацій працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України | 76 |
| 3.2. Оцінка термінальних цінностей фахівців-рятувальників | 89 |
| 3.3. Особливості актуальних потреб працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України..... | 98 |
| 3.4. Особливості смисложиттєвих орієнтацій фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України з різним суб'єктивним досвідом | 102 |
| 3.5. Характер суб'єктивного розуміння фахівцями-рятувальниками смислу життя та їх відношення до смерті | 110 |
| 3.6. Контент-аналіз матеріалів щодо уявлення фахівцями аварійно-рятувальних підрозділів МНС смислу життя..... | 116 |
| 3.7. Суб'єктивна експрес-діагностика емоцій, що виникають під час виконання фахівцями аварійно-рятувальних підрозділів МНС України завдань різної складності, за допомогою психологічного моделювання ситуацій | 128 |
| 3.8. Особливості неусвідомленого відношення фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України до смерті та життя | 133 |
| 3.9. Структура психологічних компонентів, що обумовлюють формування відношення особистості до життя та смерті..... | 138 |
| ВИСНОВКИ ЗА РОЗДІЛОМ | 144 |
| ВИСНОВКИ..... | 147 |
| ЛІТЕРАТУРА | 150 |
| ДОДАТКИ..... | 166 |

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

АРП – аварійно-рятувальний підрозділ

КВТ – кольоровий тест відносин

ЛК – локус контролю

МДЦО – метод діагностики ціннісних орієнтацій

НДЛ ЕКП - науково-дослідна лабораторія екстремальної та кризової психології

ОТеЦ – метод оцінки термінальних цінностей

СЖО – смисложиттєві орієнтації

УЦЗУ – Університет цивільного захисту України

ПЕРЕДМОВА

Специфіка службової діяльності персоналу Міністерства України з питань надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи містить у собі постійний підвищений фактор ризику, напружене виконання завдань в умовах недостатньої, невизначеної інформації, дефіциту часу, високої відповідальності за результати праці. Пожежні та рятувальники в багатьох випадках залишаються останньою надією у постраждалого населення на можливість залишитися живими та отримати дієву допомогу.

Так, протягом 2008 року в Україні виникло 312 надзвичайних ситуацій (далі - НС). Відповідно до Державного класифікатора надзвичайних ситуацій вони розподілилися на НС:

- √ техногенного характеру - 165;
- √ природного характеру - 126;
- √ іншого (соціально-політичного) характеру - 21.

Унаслідок цих надзвичайних ситуацій загинули 587 осіб (з них 58 дітей) та 959 постраждали (з них 294 дітей).

Найбільш резонансними у 2008 році, як і в 2007 році, були надзвичайні ситуації, пов'язані з несприятливими погодними умовами, аваріями на транспорті, пожежами та вибухами на вугільних шахтах, у житлових будинках та лісовими пожежами, які були класифіковані як надзвичайні ситуації державного та регіонального рівнів:

√ катастрофи на транспорті (2 НС – аварії вертольотів у Одеській області та АР Крим; 1 НС - загибель українського судна "Нафтогаз-67" у Китайській Народній Республіці);

√ пожежі та вибухи у вугільних шахтах Донецької області (у м. Родинське Красноармійського району на шахті Краснолиманська ДП "Вугільна компанія" та м. Єнакієве на шахті ім. Карла Маркса ДП "Орджонікідзевугілля");

√ паводок у 6 західних областях України, внаслідок якого загинули 39

осіб та завдано збитків на суму понад 2,5 млрд. гривень;

√ лісова пожежа в Ізюмському районі Харківської області, яка знищила понад 1300 га хвойного лісу;

√ пожежа та вибухи боєприпасів на території 61 армійського складу боєприпасів (в/ч 0829) у м. Лозова Харківської області;

√ вибух у житловому будинку в м. Евпаторії, внаслідок якого було зруйновано перший та другий під'їзди будинку, пошкоджено квартири третього під'їзду, загинули 27 людей (із них 3 дитини). Рятувальними підрозділами МНС було врятовано 21 людину, з них 5 людей госпіталізовано.

Найбільшу кількість загиблих у НС зареєстровано в АР Крим - 75 осіб (41 особа загинула в НС на транспорті та 30 - в НС, пов'язаних із пожежами і вибухами). У Донецькій області загинули 59 осіб, переважна більшість загинули внаслідок НС, пов'язаних із пожежами і вибухами. Велику кількість загиблих зареєстровано також у Одеській (34), Київській (34), Дніпропетровській (33), Черкаській (27) та Чернігівській (26) областях, переважна більшість з них загинули внаслідок НС на транспорті. В Івано-Франківській області в НС у 2008 році загинули 32 особи, з яких 25 - внаслідок катастрофічного паводку у липні 2008 року.

Матеріальні збитки, завдані НС техногенного та природного характеру у 2008 році, оцінюються сумою близько 2,9 млрд. грн., що у 3,4 рази більше, ніж у 2007 році (понад 840 млн. грн.).

В багатьох випадках життя та здоров'я постраждалого населення залежало лише від ефективних дій працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України. Достатньо сказати, що у 2008 році до виконання аварійно-рятувальних та інших невідкладних робіт було залучено близько 30.000 рятувальників.

Професійна діяльність працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України протікає в умовах несприятливого впливу цілого ряду фізичних, хімічних, біологічних та інших патогенних факторів, здатних

викликати різні негативні психічні стани. У подібних ситуаціях неправильні дії, обумовлені негативним психічним станом, недостатньо високим рівнем професійної підготовки, неадекватною поведінкою рятувальників, можуть призвести до травматизації особового складу й навіть його загибелі. Тому не випадково, що психологічне забезпечення діяльності служби цивільного захисту стає сьогодні одним з найпріоритетніших напрямів у політиці Міністерства України з питань надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи (що, до речі, підтверджується відповідними нормативно-правовими документами).

У процесі професійно-психологічної підготовки працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України, зазвичай, основна увага приділяється формуванню та розвитку професійних вмінь та навичок. На наш погляд, цей процес набуде більш довершеного вигляду, а його результати будуть ще більш суттєвими, якщо до нього додати програму цільового формування внутрішньої професійної мотивації рятувальника. Це, у свою чергу, успішно позначиться на процесі формування психологічної готовності фахівця до діяльності в умовах надзвичайної ситуації. Для успішного вирішення цього питання необхідне проведення спеціального комплексного дослідження особливостей ціннісно-сміслового компонента особистості фахівця-рятувальника, його відношення до своєї професії, до себе як суб'єкта діяльності та до людей, які потребують його допомоги.

Відомо, що професія «наділяє» людину певними, притаманними тільки даному виду діяльності, рисами. А вже багато чого зі своєї роботи людина переносить у своє життя, оскільки для багатьох людей робота і є життям, або займає більшу його частину. Через це людина починає мислити, відчувати, діяти крізь призму своєї професійної діяльності. Професія рятувальника асоціюється з добротою, відвагою, сміливістю, чуйністю. Певно такими рисами володіє кожний рятувальник та цінує їх в інших людях. Під впливом професійної діяльності можуть формуватися та змінюватися прагнення людини, її життєві цілі і спрямування, а також смисл життя. Отже, всебічне

вивчення смисложиттєвих та ціннісних орієнтацій рятувальників, їх ставлення до життя та смерті, як до основних складових дефініцій їх професійної діяльності, дозволить встановити більш ефективні шляхи формування психологічної готовності фахівця МНС до діяльності в умовах надзвичайної ситуації.

Актуальність зазначеної проблеми і недостатнє її теоретичне і практичне обґрунтування й обумовило вибір напрямку нашого дослідження.

РОЗДІЛ І

ТЕОРЕТИЧНІ ПІДВАЛИНИ РОЗУМІННЯ ЖИТТЯ ТА СМЕРТІ В РУСЛІ ЦІННІСНО-СМИСЛОВИХ ОРІЄНТАЦІЙ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Поняття «життя» і «смерть» в сучасній психологічній науці

Критичний аналіз існуючих на сьогодні підходів у висвітленні та розумінні таких понять як «життя» та «смерть» дозволив нам виділити та обґрунтувати чотири основні напрямки, які розвиваються у сучасній психологічній науці:

1. Вивчення психології смертельно хворих (неоперабельні онкологічні хворі, смертельно поранені, помираючі) і шляхів психологічної допомоги їм (А.В. Гнездилов, К. і С. Гроф, І. Кюблер-Росс, З. Левин, К. і С. Саймонтоні, Дж. Хеліфакс та ін.).

2. Дослідження причин суїцидів і суїцидальної поведінки, станів, що передують їм, а також можливих напрямків профілактики суїцидів (А.Г. Амбрумова, О.В. Боєнако, А.В. Маров, Ю.М. Лях, В.О. Тихоненко, О.В. Тимченко та ін.).

3. Дослідження відношення й сприйняття смерті та їх зміни в різні вікові періоди (Ф. Дольто, А.І. Захаров, Д.А. Ісаєв, І.С. Кон та ін.).

4. Дослідження спогадів людей, що одержали досвід помирання в результаті клінічної смерті (Б. Грейсон, О.П. Лаврин, Р. Моуді, А. Форд, Б. Харрис та ін.).

Розглянемо докладніше виділені нами основні напрямки психологічних досліджень у розумінні таких понять як «життя» та «смерть».

Перший напрямок. Відношення до смерті у смертельно хворих людей С. Гроф підрозділяє на кілька стадій [39; 27]. Їх відношення й сприйняття залежать від стадії захворювання, на якій перебуває хворий, і міняється при переході хвороби з однієї фази в іншу. Смерть стає для хворої людини або

ворогом, з яким ця людина бореться чи від якого намагається втекти, або довгоочікуваним рятівником від болю і страждань.

Другий напрямок займається дослідженням причин суїцидів і, у зв'язку із цим, - відношенням до життя й смерті людей, які входять до групи ризику суїцидальної поведінки. Відношення до смерті у таких людей відрізняється від загальноприйнятого за деякими пунктами: власна смерть здається їм найбільш прийнятним способом вирішення всіх особистих проблем; часто вона носить привабливий характер; рівень цінності життя для них нижче, ніж в інших людей.

Третій напрямок розглядає відношення людини до смерті в якості складного, багатопланового й багатопланового утворення, що відбиває загалом основні вікові, соціальні, релігійні розбіжності, регіональні й національні особливості.

Четвертий напрямок вивчає те, що відчуває людина в момент смерті та в перші хвилини після неї. Б. Грейсон і Б. Харрис відзначають, що завдяки досягненням медичної реанімаційної техніки число людей, які відчували передсмертні переживання, постійно зростає. Цей досвід, за їх словами, «часто закладає насіння, яке негайно або поступово проростає і приводить до потужного духовного підйому» [43, С. 208]. Однак дуже часто людина, що зазнала передсмертних переживань, починає сумніватися у своєму психічному здоров'ї, що призводить до ряду емоційних і соціальних проблем. Психологи, які працюють у цьому напрямку, зайняті вивченням не тільки змісту подібних переживань, але й того, як можна допомогти людям пристосуватися до своїх переживань та їхніх наслідків, адже часто таке пристосування вимагає перегляду всіх цінностей, інтересів і відносин.

А.П. Лаврин, наприклад, проаналізувавши велику кількість літератури, присвяченої людям, що пережили клінічну смерть, дійшов висновку про те, що в результаті такого досвіду люди перестають боятися смерті, роблять переоцінку основних цінностей і змінюють спосіб життя [108, С. 88]. Таким чином, цей напрямок стає цікавим з феноменологічної точки зору, оскільки

займається вивченням того, що дуже важко піддається людському розумінню й поясненню.

Однак таке зацікавлене й турботливе ставлення до проблем людського буття й глибинних переживань особистості переважало у психології не завжди. Відношення до двох найбільших основ існування - життя й смерті - змінювалося у психологічній науці відповідно до її власного зростання й розвитку.

Психологія на початку ХХ століття «підхопила» з рук філософії образ смерті, що став на той час жахливим, неприйнятним для людини й повністю розділений з життям. Така «спадщина», що дісталася першим концепціям у психології (біхевіоризму і психоаналізу), виразилася у відхиленні й недостатній увазі до теми смерті. Особистість, організм, психіка й, відповідно, ціль всього людського життя розумілися в даних напрямках досить механістично.

Але, розвиваючись, наука про душу стала прагнути повернути поняттям «життя» й «смерть» колись загублену гармонію. Це висвітилося не тільки у визнанні їх законного місця в системі психологічних знань і впливі на становлення особистості, але й у визнанні їх тісного взаємозв'язку. Мабуть, не випадково А. Angyal відмічав, що «...оскільки ріст припускає порушення старих стереотипів, готовність до свого роду «смерті» є обов'язковою умовою життя» [156, С. 73]. Поняття життя й смерті стали наближатися одне до одного, усе більше інтегруючи в собі досвід людського існування.

Для того, щоб чіткіше побачити динаміку уявлень про життя й смерть у психологічній науці ХХ століття, розглянемо уявлення різних психологічних шкіл відносно цих проблем більш детально. У зв'язку з тим, що розробкою цієї тематики, за цілком певних причин, довгий час займалися в основному закордонні дослідники, то й у своєму огляді ми будемо здебільшого орієнтуватися на їхні праці, ніж на роботи вітчизняних психологів.

1.1.1. Уявлення про життя та смерть у психоаналітичній концепції

Ідеї Зигмунда Фрейда справили сильний вплив на розвиток психологічної науки. І хоча, як сказав І. Ялом, «...при всій його неймовірній інтуїції, тема смерті для нього залишалася сліпою плямою, що приховувала деякі очевидні аспекти внутрішнього світу людини» [152, С. 469], почнемо з викладу саме поглядів З. Фрейда на проблему життя та смерті.

У своїх ранніх роботах, що стосуються теорії психоаналізу, Зигмунд Фрейд пов'язував страх смерті із тривогою. Він вважав, що тривогу викликають обставини, які асоціюються з ранніми, давно забутими ситуаціями страху та безпорадності; тривога в даних випадках може бути пов'язана з розлукою, страхом кастрації або ховатися в едіпових стадіях розвитку лібідо [39, С. 132]. Цю ідею підтримував і його учень Отто Феникел, який вважав, що ідея власної смертності є суб'єктивно безглуздою, тому що цей страх приховує інші підсвідомі ідеї (наприклад, страх втрати любові; страх кастрації; страх перед власним збудженням, особливо перед сексуальним оргазмом) [39, С. 146].

Пізніше З. Фрейд виділив два інстинкти, які рухають людиною, - це інстинкт життя - Ерос та інстинкт смерті - Танатос. Ці інстинкти - це сили, що володіють свідомим і несвідомим життям людини. Тож, Ерос прямо пов'язаний з ідеєю самозбереження, а Танатос із ідеєю того, що люди спонукаються прагненнями до саморуйнування й смерті. Таким чином, ці інстинкти перебувають у перманентному стані конфронтації [140, С.134].

З. Фрейд усвідомлював формотворну роль смерті стосовно життя: «Чи не краще приділити смерті належне місце в реальності та й у наших думках, визнати трохи більше значення нашого несвідомого устанавлення стосовно смерті, що ми дотепер так ретельно придушували? Згадаємо стару приказку: «Якщо хочеш зберегти мир, готуйся до війни». У дусі нашого часу більш правильно було б змінити її так: «Якщо хочеш приймати життя, готуйся до смерті» [108, С. 182]. Ця концепція стала головною для Фрейда в останні

роки його життя, хоча саме такий перегляд концепції не викликав великого ентузіазму серед його послідовників.

Однак, **3. Фрейд виходить з того, що в сьогоднішній смерті не існує; вона - майбутня подія. А оскільки ця подія, локалізована в майбутньому, ще не пережита по-справжньому, то вона не може існувати в несвідомому, тож, не може впливати на поведінку.** У такий спосіб З. Фрейд розглядав страх смерті або як різновид будь-якого первинного страху, або визначаючи прагнення до смерті як один із двох фундаментальних потягів, що лежать в основі всієї поведінки.

Епохальні відкриття Фрейда у сфері глибинної психології залучили багатьох блискучих мислителів, які, так чи інакше, з роками відійшли від свого вчителя й відкрили власні школи психоаналізу. Розглянемо ідеї щодо життя й смерті деяких з них.

Висунута Альфредом Адлером концепція неповноцінності є ширшою, ніж це здається на перший погляд; серед інших складових вона включає непевність і страх. І відповідно, прагнення до переваги, яке в остаточному підсумку, є прагненням до досконалості й закінченості, також припускає й пошуки сенсу життя. Більш глибоким, схованим почуттям, що стоїть за комплексом неповноцінності, є спогад про дитячу безпорадність, а в його основі - безсилля перед невідвратною смертю. **У неможливості запобігти або контролювати смерть А. Адлер бачив глибинну основу почуття неповноцінності** [38, С. 340].

Ерих Фромм також намагався уточнити концепцію смерті Фрейда. На його думку, гіпотеза про існування інстинкту смерті вирізняється тим достоїнством, що вона відводить важливе місце руйнівним тенденціям, які не приймалися до уваги в ранніх теоріях Фрейда. Таким чином, якщо говорити **про некрофілію як про одну з можливих життєвих орієнтацій, Е. Фромм мав на увазі тягу до руйнування - прагнення зробити життя механічним, контрольованим, омертвілим. Друга можлива орієнтація - біофілія, навпаки, характеризується інтенсивним спонуканням зберегти своє**

життя й гаряче любити все живе на Землі. Фромм визначав біофілію за допомогою таких якостей як турбота, відповідальність, повага й знання [175, С. 152].

На відміну від всіх інших теоретиків психоаналізу, Карл Густав Юнг мав глибокі знання містичних традицій та з більшою повагою ставився до духовних аспектів психіки й людського існування. На відміну від свого вчителя, К.Г. Юнг розглядав сексуальність як домінуючу силу першої половини життя, а проблему біологічного старіння й наближення до смерті - як основну в другій його половині. ***К.Г. Юнг вважав, що в нормальних умовах заклопотаність проблемою смерті виникає в більш пізні десятиліття життєвого шляху, прояв же її на ранніх етапах звичайно пов'язаний із психопатологією.*** Становлення індивідуальності, яке описував К.Г. Юнг як процес індивідуації, приводить до психологічної повноцінності особистості й містить у собі дозвіл проблеми смерті [39, С. 38]. Як пише із цього приводу С. Гроф, «юнгіанська психологія добре уявляє собі зміст психологічної смерті й повторного народження і ретельно досліджує її в різних культурах. Присутність архітипових елементів у процесі смерті-відродження відбиває той факт, що на рівні глибинного досвіду зустріч із феноменом смерті й нового народження звичайно викликає духовне, містичне розкриття й вивільняє шлях до трансперсональних сфер» [38, С. 159].

На думку Вільгельма Райха, засновника тілесно-орієнтованої терапії, містичні схильності відображають закріпачення, тому містичні вишукування можна звести до невірно зрозумілих біологічних потреб. Таким чином, він зводив страх смерті до потреб в оргазмі. ***В. Райх писав: «Страх смерті й умирання – те ж саме, що несвідомий оргазм, несвідома тривога й горезвісний інстинкт смерті. Прагнення до розчинення, до небуття - це несвідоме прагнення до полегшення»*** [173].

Ці підходи, разом із внесками більш пізніх теоретиків, доповнюють, але не заміняють структурну теорію З. Фрейда. Смерть завжди була

включена в динамічну модель психіки, ховаючись за кастрацією, сепарацією й залишенням. У цьому аспекті З. Фрейд і наступна аналітична традиція залишилися занадто поверхневими. Наступні теоретики внесли коригувальний фактор і тим самим дозволили поглибити уявлення про людину.

Одним з авторів, що заслуговують пильної уваги у зв'язку з темою нашого дослідження, був Роберто Ассаджиолі, який спочатку належав до школи З. Фрейда й був одним з піонерів психоаналізу в Італії. Однак пізніше він висловив серйозні заперечення проти підходу З. Фрейда й показав недоліки й обмеженість психоаналізу. У наступні роки ***Р. Ассаджиолі намітив розширену модель психіки й розробив систему психосинтезу як нового методу психотерапії й самодослідження. Його концептуальна система базується на припущенні, що індивід перебуває в постійному процесі зростання, актуалізуючи свій невиявлений потенціал*** [113, С. 12].

Картографія особистості за Ассаджиолі має деяку подібність із моделлю Юнга, тому що включає духовні сфери, колективні елементи психіки, має концепцію надсвідомості й трансперсональний акцент. Важливим у цій концепції, крім іншого, є поняття про те, що певні стани (які іноді вважаються навіть психотичними) вірніше розглядати як духовну кризу, в яку закладена можливість духовного зростання й трансформації особистості. Самоактуалізація, за словами Р. Ассаджиолі, «припускає радикальні зміни «нормальних» елементів особистості, пробудження здібностей, що дрімали досі, сходження свідомості до нових областей і функціонування відповідно до внутрішніх можливостей, що відкрилися. Тому не слід дивуватися, що такі сильні зміни, такі фундаментальні перетворення відзначені рядом критичних етапів» [113, С. 46].

Ідеї Р. Ассаджиолі, так само як і К.Г. Юнга, незважаючи на своє психоаналітичне «коріння», стали тією основою, на якій пізніше розвинулися ідеї гуманістичного й трансперсонального підходів до особистості. Їх роботи стали важливим кроком до розуміння самореалізації (або, як називає цей

процес К. Юнг, індивідуації) як неоднозначного, а часом і драматичного процесу, що веде особистість до трансформації й духовного перетворення через кризи й конфронтацію з темними сторонами психіки. Тому далі, говорячи про розвиток екзистенціально-гуманістичного напрямку в психології, ми будемо посилалися й на роботи цих авторів теж, маючи на увазі їхній внесок у тему, що нас цікавить.

1.1.2. Розуміння життя та смерті з позицій екзистенціально-гуманістичної парадигми

На відміну від психоаналізу, в екзистенціально-гуманістичній парадигмі проблемі відношенню до життя й смерті приділяється набагато більше значення. Однак у цьому пункті ми розглянемо лише основні уявлення даного напрямку для того, щоб більш детально освітити їх у частині, що стосується життєвих криз і зіткнення зі смертю.

Гуманістична психологія глибоко сягає «коріннями» в екзистенціальну філософію, розроблену такими європейськими мислителями й письменниками як С. Кьєркегор, К. Ясперс, М. Хайдеггер і Ж.-П. Сартр. Розвиток і становлення особистості в гуманістичній психології розглядається як творчий пошук людиною свого призначення, згоди із собою, актуалізації своїх можливостей. Представники гуманістичного напрямку в психології (А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс та ін.) розглядають тенденцію до саморозвитку й особистісного росту як споконвічну здатність особистості.

Екзистенціальний погляд на людину бере початок зі специфічного усвідомлення унікальності буття окремої людини, що існує в конкретний момент часу й простору. Він підкреслює, що кожна людина є унікальною й незбагненою. Цей підхід розвиває ідею про те, що, зрештою, *кожна людина відповідальна за те, як і ким вона стає*. Як пише Є.П. Корабліна, «зростаюча особистість - це особистість, яка змінюється, здатна усвідомлювати власний досвід і знаходити рішення життєвих проблем. У

процесі росту особистості розширюються її можливості, поглиблюються розуміння життя, духовність і відкриваються нові перспективи. Ніхто не може перешкодити людині, яка перебуває в цьому процесі, крім неї самої, оскільки всі перешкоди в особистісному розвитку перебувають усередині неї, а не в її оточенні» [60, С. 4].

З погляду екзистенціально-гуманістичного напрямку *особистість сама здійснює вибір між позитивними й негативними можливостями, сама несе за це персональну відповідальність і саме в цьому - потенціали особистісного росту*. Як сказав Ж.-П. Сартр: «Людина - не що інше, як те, що вона робить із себе сама. Таким є перший принцип екзистенціалізму» [122, С. 83]. Вибір у даному напрямку психології завжди пов'язаний з вирішенням фундаментальних (екзистенціальних) проблем, таких, як життя й смерть, воля й відповідальність, сенс життя та його втрата, спілкування й самотність.

Таким чином, кожна людина стоїть перед завданням наповнити своє життя сенсом. Зрозуміло, унікальний людський досвід волі й відповідальності за наповнення свого життя сенсом не дається даром. Іноді воля й відповідальність можуть бути важкою й навіть страшною ношею. У людини є воля вибору, що робить її майбутнє непередбачуваним і хвилюючим. З погляду екзистенціальних психологів, люди усвідомлюють, що вони відповідають за свою долю й тому іноді відчувають розпач, біль, тривогу й страх.

Таким чином, розуміння сенсу життя людини й відношення до її смерті змінювалося у психологічній науці відповідно із її розвитком від психоаналітичного підходу до екзистенціально-гуманістичного. На сучасному етапі розвитку психологічного знання з'являється тенденція до все більшої інтеграції понять «життя» й «смерті» в цілісний досвід особистості й визнання значущості подібного досвіду для особистісного росту й самоактуалізації. Тому спробуємо розглянути більш докладно, як розуміється

зіткнення людини зі смертю у критичних ситуаціях і які варіанти цього «зіткнення» можливі для особистості.

1.1.3. Усвідомлення смерті й пошуки сенсу життя

Саме той факт, що життя завжди сприймається у співвідношенні зі своїм результатом - смертю, усвідомлення своєї смертності найбільше й спонукають людину міркувати про сенс життя.

Мислителі різних епох і світоглядних концепцій неодноразово відзначали принципову значущість міркувань над сенсом життя.

Визначний Мікеланджело один раз помітив, що «...якщо ви бажаєте знову знайти себе та насолодитися собою, немає необхідності доставляти собі стільки розваг й стільки радостей, тож ... треба подумати про смерть. Ця думка - єдине, що зберігає нашу єдність... Прояв цієї думки воістину дивний, тому що смерть, за самою своєю природою, є нищівною, хоча також зберігає й підтримує всіх, хто про неї думає...» [82, С. 160].

Про сенс життя люди найчастіше замислюються в моменти сильного переживання, що ставить їх життя під питання. Ця ж причина пов'язує, здавалося б, обидва несумісних шари буття - життя і смерть.

Трагічне відчуття смерті змушує особистість замислюватися про сенс, тим самим загострює почуття особистості, відчуття життя. Намагаючись зрозуміти неминуче, - кінець емпіричної даності життя - людина вирішує проблему сенсу [125, С.55].

Усвідомлення кінця свого існування стимулює людину максимально використовувати відведений їй час життя, порушує питання про свідомість життя, відповідальність за його сенс, про унікальність його цінності. Але чи завжди людина досягає такого усвідомлення? А навіть якщо вона його досягає, то чи може вона постійно жити з усвідомленням неминучої своєї кончини, постійно «пам'ятати про смерть»?

Проблема смерті й проблема сенсу життя - два питання, які прийнято відносити до сфери філософії. Проте з кожним роком ця проблематика стає більш звичайною, як для психологів-дослідників, так і для практикуючих фахівців; усе більш явною стає думка про те, що без розглядання цих питань, без їх інтеграції в психологічну систему знань неможлива побудова повної теорії особистості, без усвідомлення їх важливості неможлива будь-яка терапевтична робота, незалежно від того, у руслі яких теоретичних концепцій вона ведеться [106, С. 186].

Отже, саме наявність смерті й привносить у життя сенс. Але якби не було б смерті та людина б жила вічно, що було б тоді безглуздим життям? Так вважає В. Франкл, але з ним в дискусію вступає Ірвін Ялом, говорячи, що навіть якби ми жили вічно, прагнення до сенсу однаково було б нашою найважливішою турботою. Вирішити цю суперечку неможливо так само, як і неможливо поставити експеримент за цією темою. Смерть - невід'ємна умова людського існування, і про те, що б було в її відсутність, ми можемо робити лише припущення. Можна тільки сказати, що є один аспект сенсу життя, який, можливо, не настільки залежить від смерті, як інші. Мова йде про «сенс життя як процесу», тобто про ту саме цінність, якою володіє кожний момент людського життя. Якщо людині вдасться знайти цінність і сенс кожної миті свого існування, то такий сенс буде присутній незалежно від того, помре людина або ні. На думку А.П. Попогребського [107, С. 194], наявність лише одного «процесуального сенсу» аж ніяк не означає існування у людини повноцінного сенсу життя, оскільки в цьому випадку буде відсутня трансцендентність сенсу, його співвіднесеність із родовою сутністю людини.

Не заглиблюючись у цю філософську суперечку, можна стверджувати, що конфронтація людини з неминучістю смерті є наймогутнішим каталізатором усвідомлення й перегляду нею сенсу життя. Смерть ставить перед людиною найважливіше завдання - знаходження сенсу свого життя.

Зіткнення зі смертю, як і будь-яка інша критична ситуація, по своїй суті є амбівалентною. Вона справує двоякий вплив на людину: з одного боку, така зустріч може вселити жах перед небуттям і кінцем, тобто виразитися в підсиленому страху до смерті, й стати руйнівною силою для людини, а з іншого боку - додати життю сенсу, зробити його більш повним і змістовним. Таким чином, особистість по-різному може реагувати на критичну ситуацію зіткнення зі смертю.

Психологи й психотерапевти, що розробляли основи екзистенціально-гуманістичного напрямку (Р. Ассаджиолі, Дж. Бьюдженталь, Т. і Е. Йоманс, С. Левін, А. Маслоу, Р. Мэй, Дж. Рейнуотер, В. Франкл, Е. Фромм, І. Ялом та ін.), дуже часто розглядали зіткнення зі смертю як одну зі значущих можливостей для особистісного росту. Однак, яким би не був результат подібного зіткнення, безсумнівно, що будь-які його наслідки справлять на особистість сильний вплив.

Розглянемо різні варіанти зіткнення зі смертю з погляду екзистенціально-гуманістичних психологів і почнемо з їх позитивних аспектів, тобто з того, що можна набути від подібного зіткнення.

1. Зіткнення зі смертю як можливість відчувати любов.

Однією з особливостей зіткнення із критичною ситуацією може бути більш гостре переживання особистістю почуття любові до інших людей, своєї родини або світу в цілому. У цьому випадку зіткнення зі смертю обертає людину до протилежності страху - до любові. Таким чином, переборюючи власні побоювання, пов'язані з умиранням, особистість здатна відкрити для себе більш повне існування - існування, наповнене не страхом, а любов'ю.

Ролло Мей, наприклад, був упевнений, що любов і смерть тісно пов'язані одне з одним, «що одне не може обійтися без іншого» [88, С. 102]. Усвідомлення своєї смертності дає людині можливість відчувати любов, один з парадоксів якої, за його словами, «...полягає в готовності, що підсилюється,

до любові, що дає нам усвідомлення неминучості смерті й, одночасно із цим, у загостренні передчуття смерті, що несе із собою любов» [88, С. 100].

Р. Мей вважав, що любов є нагадуванням про смертність. Він описував це в такий спосіб: «Коли вмирає хтось із наших друзів або членів родини, ми дуже яскраво усвідомлюємо скороминущість і безповоротність життя, але при цьому виникає й більш гостре відчуття, що дарується життям, величезних можливостей і прагнення зробити ризикований стрибок» [88, С. 103].

Про це ж говорить і Абрахам Маслоу: «... Смерть вічно присутня поруч із нами. Я сумніваюсь, що ми були б здатні сильно любити, взагалі відчувати екстаз, якби знали, що ніколи не помремо» [88, С. 100]. Таким чином, говорячи словами Р. Мея, «наше відчуття смертності не тільки збагачує любов, воно породжує її» [88, С. 104].

Еріх Фромм, вважав, що «сприйняття себе як окремої істоти, розуміння минулості власного життя, того, що не зі своєї волі породжений і всупереч своїй волі помреш, ...усвідомлення людської відокремленості без возз'єднання в любові - це джерело сорому й у той же час, - це джерело провини й тривоги» [137, С. 23-24]. І тільки любов може допомогти людині перебороти відчуття ізоляції й самотності, при цьому дозволяючи їй залишатися самою собою й зберігати свою цілісність. У любові, - як писав Е. Фромм [137, С. 36], - має місце парадокс: дві істоти стають одним і залишаються при цьому двома.

2. Зіткнення зі смертю як пошук сенсу життя.

Іншим часто відмічуваним моментом впливу на життя усвідомленого відношення до смерті є посилення потреби у знаходженні сенсу. У цьому випадку критична ситуація «змушує» особистість через смерть звернутися до власного життя, зокрема, до основного її компонента - сенсу. Як говорить П.С. Гуревич, «...зіткнення зі смертю породжує глибоку екзистенціальну кризу, прагнення глибоко усвідомити сенс життя» [108, С. 618].

Джанетт Рейнуотер, відомий американський психотерапевт, пише: «Я переконалася, що для кожного з нас надзвичайно важливо усвідомити факт неминучості власної смерті, тому що наше відношення до смерті визначає наше відношення до життя. ... Ми повинні бути вдячними тому, що існує смерть. Саме вона змушує нас шукати сенс життя» [117, С. 206].

Засновник екзистенціальної психотерапії Віктор Франкл у своїх роботах досить докладно висвітлював питання значення усвідомлення смертності для пошуку сенсу людського життя: «Неповторність людських вчинків та їх своєрідність є основними складовими сенсу людського життя. У той же час ці два головних фактори існування людини змушують її гостро відчувати минущсть свого буття. Отже, ця минущсть повинна бути тим, що надає людському існуванню сенс, а не тим, що позбавляє його цього сенсу. Перед лицем смерті як абсолютного й неминучого кінця, що очікує нас у майбутньому, і як межі наших можливостей, ми зобов'язані максимально використовувати відведений нам час життя, ми не маємо права упускати ні однієї з можливостей, сума яких у результаті зробить наше життя дійсно наповненим сенсом» [136, С. 191].

А.В. Гнездилов - психіатр, що працює з онкологічними хворими, говорить про це наступним чином: «Несформована думка про смерть обідняє життя, тоді як спроба осмислити це закономірне явище дарує кожному можливість побачити й відчувати світ заново, у всій його повноті й різноманітті; оцінити, а іноді й переоцінити створену систему цінностей. Осмислення смерті веде до більш осмисленого підходу до життя. Адже саме смерть, як ніщо інше, показує цінність життя» [31, С. 10].

3. Зіткнення зі смертю як можливість стати собою.

Ще однією реакцією особистості на критичну ситуацію може стати більш глибоке дослідження себе, своєї природи, звернення до власної унікальності та, як наслідок такої переоцінки, - перехід до справжнього існування, конгруентності.

Ірвін Ялом - відомий екзистенціальний психотерапевт, відзначаючи труднощі визнання позитивного внеску смерті в життя, висловлює переконаність у тому, що смерть є умовою, яка дає людині можливість жити автентичним життям. Зіткнення зі смертю, на його думку, руйнує весь вибудований проти неї захист й найчастіше веде за собою повне внутрішнє перетворення [152, С. 420].

Елізабет Кублер-Росс, психотерапевт, яка багато років пропрацювала з онкологічними хворими, так само розглядає процес умирання з погляду особистісного росту; близькість смерті, на її думку, звільняє людей від усього зайвого, привнесеного, дає їм можливість нарешті стати собою [46, С. 231]. Е. Кублер-Росс пише, що хотіла б умерти від раку, тому що ця хвороба на термінальній стадії дає прекрасну можливість для особистісного росту [52, С. 203], адже «...наближаючись до смерті, багато людей починають зростати» [52, С. 124].

Цю ж ідею підтримує й С. Левін: «Ми рідко використовуємо хворобу для дослідження свого зв'язку з життям або вивчення свого страху смерті. Однак визнання скороминущості містить у собі ключ до самого життя. Зіткнення зі смертю дозволяє нам глибоко усвідомити життя, яке, як нам здається, ми втратимо разом з тілом» [68, С. 22].

Про це ж говорить і Ф. Хуземан: «Ми рідко використовуємо смерть для життя. Те, що ми називаємо «смертю», є лише кінцевим результатом процесу, що триває все життя і який тільки й дозволяє нам стати свідомими учасниками життєвих процесів» [139, С. 96].

Таким чином, незважаючи на те, що смерть, як нам здається, не несе ніяких надбань, зіткнення з нею здатне наблизити людину до більш повного життя - гостріше відчувати любов, знайти сенс життя, стати собою.

4. Зіткнення зі смертю й страх.

Ще один варіант зіткнення з кінцем всього живого виражається в розриві природної єдності життя й смерті, в поєднанні з ігноруванням останньої, що часто призводить до посилення страху перед смертю. Як ми

вже відзначали, відношення до смерті й до життя тісно взаємопов'язане, тому таке переживання як страх смерті має свої безпосередні проєкції й у житті людини. Розглянемо, як різними психологами розуміється сутність страху смерті, у чому його причини і які наслідки.

Станіслав Левін, психотерапевт, багато років пропрацювавши з онкологічними хворими, розуміє страх смерті як страх втрати Я. «Думаючи про вмирання, ми уявляємо собі втрату того, що називається «мною». Ми бажаємо всіма силами захистити свою особистість, хоча, за винятком постійно мінливої ідеї, у нас майже немає доказів реальності «Я». Ми боїмося, що у смерті втратимо своє «Я», здатність бути «собою». І ми зауважуємо, що чим сильніше наше уявлення про «Я», тим глибше наше відмежування від життя й тим сильніший страх смерті... Чим більше сил ми вкладаємо в захист свого «Я», тим більше в нас того, що ми боїмося втратити, і тим менше ми відкриті для глибинного сприйняття того, що реально існує» [68, С. 34]. Інакше кажучи, страх смерті, за С. Левіним, не тільки позбавляє нас можливості повноцінного існування (проживання життя), але й безпосереднього контакту із собою.

Монтень говорив із цього приводу так: «Якщо смерть - обов'язкова умова вашого виникнення, невід'ємна частина вас самих, то виходить, ви прагнете бігти від самих себе. Ваше буття, яким ви насолоджуєтеся, однією своєю половиною належить життю, іншою - смерті, у день свого народження ви в такій же мірі починаєте жити, як умирати» [88, С.98].

С. Левін бачить у смерті, як і у хворобі, природну складову життя, тому «людина, що перестає боятися життя взагалі, перестає боятися й окремих його проявів. Якщо людина приймає своє життя у всіх його проявах, то страх перед дійсністю, страх перед невідомістю й, нарешті, перед смертю – проходить» [68, С. 48].

Ерік Каст має схожу точку зору, він вважає, що жах, який відчувають і безнадійні хворі й здорові люди в моменти роздумів про смерть, корениться

у страху втратити контроль над своїм тілом і оточенням: «... неминуча кончина завдає удару дитячим фантазіям про всемогутність» [39, С. 141].

А. Аньял, а за ним і Ф. Хароніан бачать тісний зв'язок між страхом смерті й невротичним страхом змін і особистісного росту. «Тривога, - як пише А. Аньял, - що породжується можливістю порушення колишнього способу життя, пов'язана зі страхом смерті, яку передбачають всі люди» [113, С. 94].

Побічно про це говорить і А. Маслоу: «...за страхом щось довідатися насправді лежить страх перед дією, страх тих наслідків, які це знання принесе, страх відповідальності й пов'язаних з нею небезпек. Частіше буває легше чогось не знати, тому що як тільки ви про це довідаєтесь, вам не можна більше відсиджуватися й доводиться діяти» [81, С. 117].

Таким чином, страх смерті через страх змін прямо пов'язаний з відношенням людини до власного життя. Якщо життя й смерть розглядати не як протилежні поняття, а як різні сторони (або, швидше за все, стани) того самого процесу, то страх смерті в дійсності - це все той же звичний страх змін, що супроводжує людину протягом усього життєвого шляху. Просто в цьому випадку людину лякає найбільша й найважливіша зміна в її житті - смерть.

Страх змін - це страх, що перетинає дорогу всьому новому і невідомому, що приходить у життя людини. Він може бути у вигляді страху втрати підтримки або страху втратити любов, страху бути використаним і не одержати нічого замість, страху бути вільним і одночасно відповідальним за свою волю. Це може бути острах не впоратися зі своїми емоціями й втратити контроль над собою, страх виглядати дурним, страх розчаруватися або стикнутися з болем - чужим або своїм власним. У кожному разі це той страх, що так часто охороняє й підтримує в людині ілюзію стабільності власного життя («ілюзію» того, що, за словами З. Кьєркегора, «у щомиті можливості є в наявності смерть, тому всяке почуття безпеки стає підозрілим» [50, С.

107]), але який так само часто робить людину занадто захищеною, щоб вільно рухатися вперед [112, С. 208].

Під іншим кутом розглядає страх смерті І. Ялом. Він вважає за необхідне відокремити страх смерті від інших супутніх йому страхів: процесу вмирання, болю, страшного суду, занепокоєння за рідних й інше. Властивістю страху смерті є страх небуття, а оскільки небуття не може бути нічим, то страх смерті - це тривога перед Ніщо [152, С. 49].

Тривога перед ніщо - універсальна, уроджене переживання будь-якої людини, що виступає основою для розвитку всіх властивих людських страхів, від страху відкритого простору до страху перед виступом. І оскільки, як вважає І. Ялом, людина не може перебороти тривогу перед ніщо в чистому виді, вона трансформує її в різні страхи, які локалізуються у просторі й часі і, отже, у такому виді їх можна перебороти [152, С. 51-57].

Але однієї трансформації тривоги смерті в повсякденний страх недостатньо, для її модифікації працюють стандартні захисти – витиснення, раціоналізація тощо, а також, на думку І. Ялома, і дві специфічні - віра у власну винятковість і віра у рятівника.

Віра у власну винятковість досить довго може бути дуже ефективною, тому що вона допомагає людині досягати встановлених цілей, брати на себе відповідальність, проявляти незалежність і нонконформізм. «У тій мірі, - пише із цього приводу І Ялом, - у якій ми досягаємо влади, у нас слабшає страх смерті й зростає віра у власну винятковість» [152, С. 137]. Але в результаті людина, що, за словами І. Ялома, «віддалилася від природи», повинна платити за свій успіх [152, С. 14]. Крайніми проявами дії цього захисту є компульсивний героїзм, трудовоголізм, нарцисизм, агресія й прагнення до влади.

Захист від тривоги смерті шляхом віри у рятівника полягає в житті заради «домінуючого іншого» (це може бути чоловік, терапевт, мати й навіть бізнес). Гіпертрофована віра у рятівника може проявлятися в різних

варіантах поведінки: пасивність, залежність, самопожертва, мазохізм, депресія.

Віра у рятівника, на погляд І. Ялома, накладає більше обмежень на особистість, ніж віра в персональну винятковість. «Залишатися зануреним в іншого, «не ризикувати», означає піддатися найбільшій небезпеці із усіх можливих - втраті себе, відмові від дослідження й розвитку свого багатобічного внутрішнього потенціалу» [152, С. 148]. Тут можна згадати й слова відомого американського письменника Річарда Баха: «Твій єдиний обов'язок - бути вірним самому собі. Бути вірним ще будь-кому або будь-чому не тільки не можливо, - це явна ознака псевдомісії» [17, С. 121].

Отто Ранк, послідовник психоаналізу й творець тілесно-орієнтованої терапії, висловлював близькі І. Ялому ідеї про те, що людина, на його думку, все життя розгойдується між двома полюсами: страхом життя, викликаним реалізацією потреб в індивідуації, і страхом смерті, що виникає в результаті реакцій на попередню індивідуацію й відокремленість. Причому страх смерті в цьому випадку може проявлятися у вигляді зречення від індивідуації, прагнення до комфорту й злиття, відмови від самостійної й відділеної істоти [116, С. 53].

Потреба у придушенні страху смерті, з погляду І. Ялома, - «фундаментальний мотив людських переживань, починаючи від глибоко особистісних внутрішніх подій, захистів, мотивацій, снів і кошмарів аж до самих масових макросоціальних феноменів - ...заповнення часу, пристрасть до розваг, твердокам'яна віра в міф про прогрес, гонка за успіхом, томління по довгій славі» [152, С. 49].

Цієї ідеї про трансформацію страху смерті в різні компенсаторні механізми дотримуються й багато інших авторів. Так, на думку Д.І. Дубровського, людина не може постійно перебувати під гнітом усвідомлення неминучості своєї смерті, тому вона витісняє це усвідомлення, прагне не думати про смерть, усталити ту якість свого внутрішнього, суб'єктивного досвіду, завдяки якій вона у ньому ніби вічна. До того ж

людина розвиває різні способи компенсації, які їй служать як захист, забезпечують людині повноцінне життя в умовах розуміння й очікування своєї смерті [42, С. 118].

На думку американського психолога Р.Дж. Ліфтона, людське суспільство для подолання страху смерті виробило кілька шляхів досягнення символічного безсмертя:

- 1) біологічний (надія на продовження життя в потомстві);
- 2) теологічний (релігійні форми трансценденції смерті шляхом установа зв'язку з вічними духовними цінностями);
- 3) творчий (збереження власної унікальності в результатах своєї діяльності);
- 4) шлях вічної природи (досягнення безсмертя шляхом злиття з природою; людина як частина вічного процесу обміну в природі);
- 5) почуттєвої трансценденції (цей шлях базується на безпосередньому особистісному досвіді й пов'язаний з досягненням різних суб'єктивних станів, таких як втрата почуття часу, просвітління, екстаз, розширення свідомості й інші) [42, С. 152].

Описані Р.Дж. Ліфтоном стратегії є, по суті, подоланням страху смерті й носять більш конструктивний характер, ніж сучасна традиція вилучення смерті з повсякденності.

Витиснення смерті веде до збідніння життя, притуплення чутливості до того, що відбувається, й, врешті решт, позбавляє людину радості буття. Як пише І. Ялом, «заперечення смерті на будь-якому рівні є запереченням власної природи, що веде до все більшого звуження поля свідомості й досвіду» [158, С. 39].

Р. Мей також говорив про придушення в сучасному суспільстві «думки про смерть та її символізм» всіма засобами. Однак, за його словами, «...людська істота не може заблокувати який би то не було важливий біологічний або емоційний аспект спілкування, не виробивши при цьому еквівалента кількісного внутрішнього занепокоєння» [88, С. 109]. Енергія,

породжена придушенням страху смерті, направляється, за його думкою, на одержимість сексом: «Статева активність - це самий зручний спосіб заглушити внутрішній жах перед смертю, і, осіняючись символом відтворення, ми тріумфуємо над самою смертю. ...Секс - це найлегший спосіб довести нашу життєву силу, продемонструвати, що ми ще «молоді», привабливі й сильні, довести, що ми ще живі. На секс покладене завдання довести всю повноту нашої влади над природою» [88, С. 108-109].

Таким чином, причиною страху смерті, за Р. Меєм, є «...переплетіння переживань любові й смерті на всіх стадіях людського розвитку» [88, С. 105].

У той же час, підтверджуючи ідею Дж. Ліфтона, Р. Мей говорить, що такий своєрідний доказ «влади над природою» має для людини цілком зрозумілу біологічну основу, у тому розумінні, що «...статевий потяг і відтворення дійсно є єдиним способом продовжити наше ім'я й наші гени в дітях, допоки вони будуть жити після нашої смерті» [88, С. 109]. Схожої думки дотримувався й В. Франкл, який говорив про те, що «...лише в екзистенціальному вакуумі набирає силу сексуальне лібідо» [136, С. 33].

Станіслав Гроф, який є розробником основ психоделічної і трансперсональної терапії, вважає, що свідомість смерті постійно існує в людині. Однак «причина психологічного значення проблеми смерті, - пише він, - криється не в усвідомленні інтелектом факту тлінності й знанні про неминучість кончини, а в існуванні значущих сховищ пережитої смерті в нашій підсвідомості. За нормальних обставин підсвідома впевненість у смерті незримо присутня у всіляких людських відносинах і поведінці. Коли система бар'єрів, що звичайно обгороджують Его від перинатального рівня, починає розпадатися або частково порушується, ці компоненти проникають у свідомість і будять різні невротичні й психосоматичні реакції» [39, С. 234-235].

С. Гроф також дотримується ідеї про те, що людина виробляє певні способи захисту від страху смерті: «Одним з найпоширеніших способів захисту себе від хворобливих впливів перинатальних компонентів є

«механістичний» підхід до існування. Проживаючи життя подібним чином, відчуваючи глибоке почуття невдоволення собою й ситуацією, у якій перебувають, міркування такої людини спрямовується на минуле й майбутнє. Поза залежністю від досягнення гіркота, яку людина відчуває, й відчуття невиконання бажаного залишаються й вимагають розроблення нових честолюбних планів і цілей. ... Подібний цикл ніколи не завершується й лише поглиблює незадоволення, тому що люди, які попадають під цю категорію, невірно розуміють природу своїх потреб і концентруються на зовнішніх заміниках» [39, С. 236].

А. Ксендзюк, наприклад, також вважає, що страх смерті є одним з найважливіших детермінантів людської поведінки. Він розглядає найважливіші деформації страху смерті, узагальнюючи, таким чином, всі наведені вище ідеї: страх самотності; прихильність і любов; потяг до почуттєвих задоволень і вражень; страх втрати часу; пристрасть до діяльності; воля до слави й боротьба за лідерство; потяг до сексуальної активності [65, С. 244].

Однак вивчення відношення до смерті має не тільки теоретичний, філософський аспект, але й практичний. Протягом останніх трьох десятиків років на Заході (зокрема, в Англії й Сполучених Штатах Америки), а останніми роками і в Україні, створюються різні організації по роботі з умираючими. В основі цих проектів лежить створення контексту для процесу вмирання, в якому робота над собою буде в центрі уваги всіх - психологів, лікарів, асистентів, рідних і самих помираючих. Це дозволить перетворити вмирання в процес просторового, особистісного росту. Тому що, як пише Карлос Кастанеда, «смерть стає для нас порадником, - наші пріоритети змінюються, наше серце відкривається, наш розум починає виходити з туману старих прихильностей, і стає очевидним, головне - передача любові, відпускання перешкод, що заважають розумінню, відмова від спроб сховатися від самих себе, а життя стає для нас прийнятним, і ми більше не є його жертвами» [56, С. 244].

На підставі вище сказаного, ми бачимо, що *зіткнення зі смертю - досить багатогранний процес, здатний викликати не тільки позитивні, але й негативні зміни, як у світогляді, так і в житті людини в цілому.*

Більшість екзистенціально-гуманістичних психологів визнають важливість усвідомлення власної смертності (або зіткнення зі смертю) як значущого особистісного досвіду, здатного змінити життя або у бік просування до Вищого Я, або у бік ще більшої втрати контакту із собою.

1.2. Вплив критичних ситуацій на відношення людини до життя та смерті

Критична ситуація в загальному виді у сучасній психологічній науці визначається як «ситуація, в якій суб'єкт стикається з неможливістю реалізації внутрішніх потреб життя (мотивів, прагнень, цінностей і т. ін.)» [27, С. 31].

Тип критичної ситуації, з погляду Ф.Є. Василюка, складається з чотирьох параметрів - специфічної життєвої необхідності, зовнішніх і внутрішніх умов життєдіяльності, стосовно яких здійснюється робота переживання, а також типу активності суб'єкта. До критичних ситуацій автор відносить:

✓ *Стрес*, що розуміється як організмичний рівень функціонування людини, що свідчить про напруженість вітальних потреб, що задовольняються регулярно, без тривалих відстрочок.

✓ *Фрустрацію* - критична ситуація, що виражається в незадоволенні предметно спрямованої потреби (мотиву) у результаті зіткнення з певним бар'єром, де труднощі реалізації мотиву діяльності стають непереборними, тобто переходять у ситуацію неможливості.

✓ *Конфлікт*, який, на відміну від фрустрації, виникає на основі двох внутрішніх спонукань, що відбиваються у свідомості у вигляді самостійних

понять - цінностей. Внутрішній конфлікт протікає у формі особливого «ціннісного переживання».

✓ *Кризу*, яка, на думку автора, є ситуацією переживання неможливості реалізації життєвого задуму, що виникає в поворотних пунктах життєвого шляху особистості й завершується або збереженням колишнього життєвого задуму, або переродженням особистості, прийняттям нової життєвої стратегії, нових цінностей [27].

Для рятувальників критична ситуація у деякій мірі є звичною умовою їх професійної діяльності, а від цього сам факт сприйняття суб'єктом праці та обміркування життя є більш цікавим з позицій його емпіричного вивчення. Крім того, на сьогодні не вирішеним залишається і питання про те, чому одна й та ж травматична подія робить безпомічною жертвою одну людину, а іншу не тільки не зачіпає, але часом навіть зміцнює [165; 75; 74].

Щоб дати повноцінну відповідь на ці запитання, треба чітко усвідомити той факт, що розвиток людини й становлення особистості - процеси нелінійні, їх рух може носити різноманітний характер і залежати від індивідуальних особливостей, а також від соціальних, культурних та інших умов.

Як відомо, у своєму розвитку кожна людина проходить декілька універсальних для всього людства стадій, перехід на які супроводжується кризою. Е. Еріксон, наприклад, припускав, що повноцінно функціонуюча особистість формується тільки шляхом проходження у своєму розвитку послідовно всіх стадій і подолання кожної кризи, що супроводжує ту або іншу стадію розвитку [149, С. 259].

Однак не тільки розвиток людини, але й процеси становлення особистості також мають неоднорідний характер, наповнений, за словами Е. Йоманс, «крім періодів цілісності й гармонії, поривів радості й натхнення, також і періодами дезорієнтації, відходу назад, боротьби й кризи» [113, С. 112].

Розглянемо більш докладно, як розуміються критичні ситуації й пов'язані з ними кризи у вітчизняній і закордонній психології і як вони змінюють відношення особистості до життя й смерті.

1.2.1. Криза у розумінні закордонних психологів

На різних етапах свого життєвого шляху людина стикається із критичними ситуаціями, які можуть спровокувати особистісну кризу. На думку Дж. Якобсона, криза виникає, якщо життєві події створюють потенційну загрозу задоволенню фундаментальних потреб і при цьому вони ставлять перед індивідом проблему, від якої він не може піти і яку не може вирішити в короткий час звичними способами [179, С. 488].

У деяких випадках можна виявити ситуації, які стають пусковим механізмом для кризи. Це може бути якийсь фізичний фактор - хвороба, аварія, операція або емоційне переживання - наприклад, ситуації, пов'язані зі смертю коханої людини, втратою родини або роботи; кризи, викликані розлукою, самотністю тощо. Фактори, що визначають кризу, можуть носити не тільки фізичний, а й особистісний і міжособистісний, а також духовний характер.

Іноді в даній культурі за такими кризами закріплюються певні назви - наприклад, «прощання з рідною домівкою» або «кризи середнього й похилого віку». Однак багато з подібних криз залишаються безіменними і являють собою серйозні особистісні потрясіння, що відбиваються як на зовнішній, так і на внутрішній сторонах життя людини [113, С. 131].

Теорія криз з'явилася недавно й розглядалася в рамках превентивної психіатрії. Її народженням можна вважати появу статті Е. Ліндеманна (1944), присвяченої аналізу гострого горя [167]. Історично прийнято вважати, що на теорію криз вплинули в основному 4 інтелектуальні рухи:

- 1) теорія еволюції та долучення її додатка до проблеми загальної й індивідуальної адаптації;

- 2) теорія досягнення й зростання людської мотивації;
- 3) підхід до людського розвитку з погляду життєвих циклів;
- 4) інтерес до збігу з екстремальними ситуаціями [167, С. 67].

Д. Тайарст вважає, для того щоб зрозуміти сутність кризи, необхідно знати, які протиріччя порушили баланс життя, що являють собою їх протилежності. Теоретично їх можна згрупувати в такий спосіб:

- ✓ протиріччя між прагненням до життя та його відновленням;
- ✓ конфлікт між старим і новим (сюди відносяться протиріччя між суб'єктивними задумами перетворення світу й об'єктивною нереальністю їх втілення «тут і зараз»);
- ✓ протиріччя в моральних переконаннях тієї самої людини;
- ✓ невизначеність, подвійність взаємин, незадоволеність у спілкуванні й взаєморозумінні.

Таким чином, у рамках процесу розвитку існують періоди, які, за словами Енн Романс, є етапами руйнування. Автор наголошує, що «етапами руйнування можна позначити моменти, коли відбувається ламання, відмирання або «позитивна дезінтеграція» деяких наших природних способів бачення світу, пізнання себе й відносин до навколишнього» [113, С. 116].

Будь-які ситуації, що вимагають від людини змін у життєвому стилі, способу мислення або відношень до себе й навколишнього світу можна описати як критичні. В екзистенціальній термінології це можуть бути ситуації «зіткнення зі смертю», причому смерть у цьому випадку розуміється не тільки у прямому, але й у переносному значенні (як «психологічна смерть»). Адже біль або фізичне страждання - це своєрідне запам'ятовування про фізичну обмеженість, кінець й смертність, а щиросердечне страждання, за словами Томаса Йоманса, можна розглядати як якийсь досвід психологічної смерті, у тому розумінні, що ми вмираємо як носії старого способу буття й відроджуємося як носії нового» [113, С. 167]. У цьому сенсі, як пишуть Е. Кесон і В. Томпсон, «старість і смерть не є далекими нам

фактами - вони увесь час перебувають прямо тут, перед нами. Ми бачимо в них частину свого досвіду» [114, С. 299].

Криза переміщує людину в маргінальне положення або нейтральну зону; специфічне положення, коли звичні стереотипи мислення й поведінки вже не працюють, а нових - ще немає. Це час між кінцем і початком, «проміжний період». Під час знаходження у просторі між «тим, що вже зруйновано» і «тим, що ще не створено» людина може зрозуміти, що для того, щоб упоратися із критичним періодом у житті, їй треба зустрітися із собою. От, як пише про це Є. Йоманс: «Цей час, коли почуття занедбаності й самотності переживаються найбільш гостро, а старі символи здаються позбавленими сили, життя й сенсу. Проміжний період - це час питань, а не відповідей на них, це час вчитися любити питання, любити те, що поки не має рішення» [113, С.118].

Критична ситуація може стати поворотним моментом у житті людини. К.Г. Юнг так говорив про це: «Свідомість стикається із ситуацією, із завданнями, до яких вона ще не доросла. Вона не розуміє того, що її світ змінився, що вона повинна себе перебудувати, щоб знову пристосуватися до світу» [151, С. 119]. У деякому сенсі, будь-яка криза може вирішитися готовністю особистості рухатися в напрямку подальшого розвитку, це своєрідна відповідь на заклик потенційних можливостей особистісного зростання.

Станіслав і Христина Гроф виділили в різноманітті станів, які переживає людина у зв'язку з якою-небудь критичною ситуацією, такий вид кризи як духовний [43, С. 154]. У своїх роботах, присвячених даній темі, вони пов'язують духовну кризу зі зміненими видами свідомості й називають її так само еволюційною кризою (або кризою трансформації особистості). Незважаючи на те, що прояви духовної кризи є дуже різноманітними, Станіслав і Христина Гроф виділяють 10 її різновидів.

Будь-яка духовна криза в термінології Станіслава і Христини Гроф може бути наповненою різними переживаннями, які вони розділяють на три основних категорії:

- 1) переживання травматичних подій, тісно пов'язаних з історією життя індивіда (біографічна категорія);
- 2) переживання, звернені до теми вмирання й вторинного народження (перинатальна категорія);
- 3) переживання, що виходять за межі життєвого досвіду звичайної людини, тому що в них беруть участь образи й мотиви, джерела яких перебувають поза особистою історією індивіда (трансперсональна категорія) [43, С. 162].

Як ми вже помітили, будь-яка криза за своєю природою є амбівалентною, вона містить як позитивний, так і негативний компонент, що, за словами Р. Ассаджиолі, «пояснює велику кількість дивних і протилежних проявів людини» [113, С. 42]. Негативна складова полягає в тім, що для особистості, яка перебуває в критичній ситуації, характерна завантаженість недозволеними проблемами, почуття безнадійності, безпорадності, переживання життя як «тупика». Тиск цих почуттів штовхає людину до дій, які могли б розв'язати проблему негайно. Якщо криза не вирішена або вирішена неадекватно, то це може привнести в особистість деструктивний аспект і тим самим ускладнити процес подальшого росту й розвитку. Затяжна криза несе в собі загрозу соціальної дезадаптації, нервово-психічних і психосоматичних розладів.

Але криза - це не тільки «загроза катастрофи», але й можливість зміни, переходу на новий щабель розвитку особистості, джерело сили, - й у цьому її позитивний аспект. Якщо людина адекватно вирішує кризу, то це дає їй можливість перейти на наступний щабель розвитку, стати більш зрілою особистістю. Станіслав і Христина Гроф відзначають, що «якщо правильно зрозуміти кризу й ставитися до неї як до важкого етапу в природному процесі розвитку, то вона може дати спонтанне зцілення різних емоційних і

психосоматичних порушень, сприятливу зміну особистості, вирішення важливих життєвих проблем і еволюційний рух до того, що називають вищою свідомістю» [43, С. 19]. Подібних ідей дотримувалися у своїх роботах К.Г. Юнг і Р. Ассаджиолі

Отже, ми бачимо, що в період кризи людина є відкритою для нового досвіду, а це значить, що криза може служити підставою для позитивних змін і стати важливим особистим досвідом. Біль, що відчуває людина у кризі, мотивує її на пошук нових шляхів рішення, ресурсів, на набуття нових навичок і, як наслідок, на подальший розвиток. Таким чином, характер кризи можна описати і як такий, що трансформує, тому що він одночасно несе не тільки відмову від старих звичних способів буття, але також пошук і вдосконалювання нових, більш прогресивних.

Криза в цьому випадку може стати для особистості можливістю щось змінити у собі й у своєму житті, навчитися чомусь новому, переосмислити, а іноді й уперше усвідомити свій життєвий шлях, власні цілі, цінності, відношення до себе й до інших людей. У цей період може відбутися те, що К.Г. Юнг називав «переживанням архетипу сенсу»: «Людина заплутана й збентежена нескінченністю своїх переживань, судження з усіма їх категоріями отут виявляються неспроможними. Людські пояснення відмовляються служити, тому що переживання виникають з приводу бурхливих життєвих ситуацій, до яких не підходять ніякі тлумачення. Це момент катастрофи, момент занурення до останніх глибин. Тут не до митецького вибору більш приємних засобів; відбувається змушена відмова від власних зусиль, природній примус. Не морально причепурене підпорядкування й смиренність по своїй волі, а повна, недвозначна поразка, супроводжувана страхом і деморалізацією. Коли руйнуються всі основи й підпори, немає ні найменшого вкриття, страховки, тільки тоді виникає можливість переживання архетипу сенсу» [151, С. 121].

Як ми вже говорили, сутність критичної ситуації - це зустріч старого і нового «способу буття» або, говорячи мовою С. Криппнера, «взаємодія

старих й нових міфів». Часом подібна взаємодія може бути досить драматичною, але, проте, у вирішенні кризової ситуації можна виділити кілька основних підходів.

Перший полягає в тому, що людина ризикує, відкриваючись новим можливостям і переборюючи страх змін. Тим самим вона реалізує, за словами Р. Ассаджиолі, «базове прагнення до реалізації» [113, С. 61] або, як називав це Ф. Хароніан, «відгукується на заклик Вищого» [113, С. 97]. Тоді людина переходить на наступну сходинку свого розвитку, одержує новий досвід, нові знання про світ і про себе.

Інший підхід полягає у збереженні існуючого порядку. Як пише Ф. Хароніан, «існує безліч способів, до яких люди вдаються, щоб ухилитися від закликів Вищого. Ми боїмося його, тому що він припускає відмову від знайомого в ім'я невідомого, а це завжди пов'язане з ризиком» [113, С. 94]. Схожу думку висвітлює у своїх роботах А. Аньяла. За його словами, у тих випадках, коли мова йде про круті зміни, вони обов'язково викликають тривогу. Практично всі серйозні дослідники, які вивчали тривогу, дотримуються думки, що особистісний ріст і тривога є нероздільними [156]. Тому часто, вибираючи потребу в безпеці й прагнення до збереження існуючого порядку, людина зупиняється у своєму розвитку, при цьому обмежуючи або навіть руйнуючи себе.

Таким чином, щоб розвиватися, актуалізувати свої потенційні можливості, а іноді й просто вижити, людині необхідно вчитися справлятися з різними критичними ситуаціями. Однак, як пише Т. Йоманс, «проблема полягає в тому, щоб, зустрічаючись із болем, стражданням, близькістю смерті, не намагатися відвернутися від них, уникнути їх або пом'якшити, а навчитися їх приймати. Якщо ми навчаємося включати страждання в духовний контекст, це міняє як переживання саме по собі, так і значення страждання» [113, С. 168].

Ідея прийняття всього, що відбувається з людиною в житті, й набутий завдяки цьому значущий особистісний досвід, описана багатьма

екзистенціальними й гуманістичними психологами та сягає своїм корінням у східну філософію. Буддійські ченці говорили про те, що «немає добра й зла - є благо». При звільненні будь-яких подій, що відбуваються з людиною, від оцінок у категоріях «добре – погано», вони стають просто *досвідом*, черговим кроком у самодосягненні. Із цього приводу Монтень говорила: «Доля не приносить нам ні зла, ні добра, вона поставляє лише сиру матерію того й іншого. Наша душа, більш могутня щодо цього, ніж доля, використовує й застосовує їх на свій розсуд, будучи, таким чином, єдиною причиною й розпорядницею свого щасливого або тяжкого стану» [88, С. 72]. Однак прийняти життя таким, яким воно є, дуже складно, особливо у такі критичні моменти як невиліковна хвороба, смерть близького, розлука або, наприклад, вирок та потрапляння у місця позбавлення волі. У такі моменти багато хто з людей схильні будувати психологічні захисти від загроз із боку реальності. Чим більше захистів створює собі людина, тим більш фрагментарним й бідним, перекрученим стає їй сприйняття дійсності. Як писав З. Левін, «..зіткнення з реальністю, що не погоджується з нашим іміджем, з нашими очікуваннями, бентежить і розбудовує нас ...і постійно виявляє нам істину. Ми ж постійно відвертаємося від неї. Наші переживання завжди заподіюють нам біль. Якщо людина приймає життя, себе у всіх проявах, страх перед дійсністю, страх перед невідомістю й, нарешті, перед смертю проходить» [68, С. 96].

Таким чином, ми бачимо, що екзистенціально-гуманістична парадигма, яка стрімко розвивається у закордонній психологічній науці, розглядає розвиток і становлення особистості як творчий пошук людиною свого призначення, злагоди із самою собою, актуалізації своїх можливостей. Життєвий шлях особистості пов'язаний із проходженням різних критичних ситуацій, найдужчими з яких є ті, які пов'язані з усвідомленням власної смертності (невиліковна хвороба, участь у бойових діях тощо) або зіткнення зі смертю іншого (переживання втрати близької людини). Однак в екзистенціально-гуманістичній парадигмі будь-які інші критичні ситуації

(вирок про відправлення у місця позбавлення волі, втрата роботи, розлучення тощо) також можна розглядати як своєрідне «зіткнення зі смертю». Причому, смерть у даному контексті розуміється як те, що трансформує процес, відмова від старих, звичних способів буття й підбір, удосконалювання нових, більш адекватних умовам, що змінилися.

Розглянемо тепер, як розуміється критична ситуація у вітчизняній психології.

1.2.2. Критичні ситуації та їх значення для становлення особистості у поглядах вітчизняних психологів

Критичні ситуації й пов'язані з ними особистісні зміни розглядалися у вітчизняній психології у структурі життєвого шляху особистості (К.А. Абульханова - Славська, Б.Г. Ананьєв, С.Л. Рубінштейн). У зв'язку з цим С.Л. Рубінштейн, наприклад, писав про «життєву подію» [119, С. 619], а Б.Г. Ананьєв - про «обставини, що викликають вчинки й дії людини, які перетворюються в нові обставини».

К.А. Абульханова-Славська, розвиваючи концепцію особистості як суб'єкта життєвого шляху, запропоновану С.Л. Рубінштейном, говорить про те, що під впливом «критичних», «поворотних» подій у житті людини відбуваються зміни особистості [2, С. 38]. Причому, ці зміни досить болісно переживаються особистістю, яка пов'язана з особливостями переходу, перебудови образу «Я» після «втрати себе» і знову наступаючого «знаходження».

С.Л. Рубінштейн, представляючи два способи існування людини, пов'язує перехід від першого – «існуючого» способу до другого – «морального» з потужним припливом рефлексії. За її допомогою людина мовби перериває життєвий шлях і виходить подумки за його межі. Із цього моменту, за словами С.Л. Рубінштейна, «починається або шлях до щиросердечної спустошеності, до нігілізму, до морального скептицизму, до

цинізму, до морального розкладання, або інший шлях - до побудови морального людського життя на новій свідомій основі» [119, С. 352].

У 80-х роках ХХ століття наростає гуманістична тенденція в підході до особистості, що, зокрема, проявляється в інтересі до подолання або внутрішніх протиріч і труднощів, або життєвих криз. Цими дослідженнями займалися Л.І. Анциферова, В.Ф. Василюк, Т.Б. Карцева, Н.В. Тарабріна та ін.

Узагальнюючи дослідження, які були проведені В.Г. Асєєвим, О.С. Калмиковою, Є.Д. Тумановим, І.І. Чесноковою та ін. вітчизняними дослідниками, можна зробити висновок про необхідність підготовки людини до труднощів реалізації поведінки, регульованої вищими потребами.

Ці узагальнення підвели Л.І. Анциферову до обговорення не тільки теоретичних проблем життєвого шляху, але й важких життєвих ситуацій, які склали психологічну проблему «подолання» особистості із цими ситуаціями, виявлення конструктивних і неконструктивних стратегій такого подолання.

Типологічний підхід до особистості дозволив сформулювати Л.І. Анциферовій положення про неоднозначний вплив на особистість важких життєвих ситуацій, що в остаточному підсумку виступає як нове звучання тези С.Л. Рубінштейна про особистісне опосередкування процесу взаємодії людини зі світом [119, С. 285].

За словами О.Ю. Коржової, адекватність стратегій поведінки у критичних ситуаціях обумовлюється адаптивними можливостями особистості, особливостями сприйняття й самостійної оцінки значущої для неї ситуації [105, С. 79]. Стратегії поведінки розкриваються в різних формах адаптації, що розуміється сьогодні як активна взаємодія людини із соціальним середовищем. Необхідно підкреслити, що проблема адаптації найтіснішим чином пов'язана із проблемою здоров'я-хвороби. Цей континуум, як пише О.Ю. Коржова, «невід'ємний від життєвого шляху особистості» [105, С. 85], тому одним з типів поведінки у критичних ситуаціях є соматичне (тілесне) реагування.

На сьогодні проблему кризових ситуацій найбільш детально розробляє Ф.Є. Василюк, розглядаючи кризу в структурі критичної ситуації [27, С. 66].

У вітчизняній літературі існують різні підходи до виділення типів криз. Найбільш узагальнена класифікація К.К. Поливанової визначає три типи криз:

- ✓ вікові, як перехідний етап від одного вікового періоду до іншого, при цьому відбувається рішуча зміна соціальної ситуації розвитку особистості;
- ✓ міжособистісні - відбивають зміни у відносинах з іншими людьми;
- ✓ «Я»-кризи, що зачіпають зміни в оцінці своїх можливостей і здібностей у поглядах на життя.

Р.А. Ахмеров виділяє два підходи у вивченні життєвих криз: суб'єктивний і об'єктивний [13, С. 208].

Суб'єктивний підхід вивчає людину, яка діє свідомо, яка ставить і реалізує свої цілі. Основним атрибутом суб'єкта життя є активність [2; 163]. Активність проявляється як творче відношення до свого життя - життєтворчість [102, С. 194]. Під суб'єктивним підходом розуміється урахування провідної ролі активності людини як суб'єкта в оптимальному визначенні успішної самореалізації в різних життєвих обставинах. Прихильниками суб'єктивного підходу до теорії кризи в закордонній психології є Е. Ліндемманн (1944), Дж. Каплан (1963), Дж. Якобсон (1974). Р. Мус і В.Д. Тсу (1977), а у вітчизняній - Л.І. Анциферова (1978) і Ф.Є. Василюк (1984).

Об'єктивний підхід означає більше урахування зовнішніх об'єктивних умов або внутрішніх закономірностей розвитку, незалежних від людини [123, С. 101].

Як таке поняття «кризова ситуація» окремо від особистості не існує, тому що кризова ситуація розглядається людиною крізь призму суб'єктивного сприйняття. Криза у свідомості виникає як критичне відношення людини до самої себе у плані її самопізнання. А оскільки одним з головних моментів самопізнання виступає подолання людиною самої себе, на

цьому рівні кризу можна розуміти, за словами В.М. Пряміцина, «як ексклюзивне подолання людиною самої себе та її інтеграцію в особистість» [103, С. 12].

Проведений нами аналіз закордонної й вітчизняної літератури дозволяє зробити деякі проміжні висновки:

1. Критична ситуація - це така ситуація, в якій суб'єкт не може реалізувати основні потреби свого життя і яка ставить його перед необхідністю зміни способу буття (відношення до себе, до інших, до життя й смерті).

2. Суб'єктивно криза переживається особистістю як «тупик».

3. Будь-яка критична ситуація потенційно може стати для особистості кризовою (тобто призвести до кризи). Це залежатиме від адаптивних можливостей особистості.

4. У вітчизняній психології здійснення поворотних ситуацій у житті людини розуміється як передумова особистісних змін - змінюється соціальна ситуація розвитку особистості, відбувається зміна ролей, змінюється коло осіб, включених у взаємодію з нею, спектр розв'язуваних проблем і способів життя.

5. Аналіз літератури показує, що однією з основних цілей людського життя в гуманістичній психології є прагнення до особистісного росту й розвитку, найбільш повна реалізація всіх своїх можливостей. У цьому контексті смерть є природною складовою життя, що надає всьому, що робить людина, певний сенс, спрямованість. Усвідомлення людиною факту власної смертності може розбудити в ній більш глибокий вимір її буття. У цьому випадку смерть є ще одним і не тільки останнім, але й найдужчим каталізатором для особистісних змін, для «пробудження Вищого Я». Подібне усвідомлення власної смертності й, як наслідок, переосмислення життя й рух до Вищого Я (інакше кажучи, прагнення до особистісного росту) може відбуватися поступово, у міру особистісного розвитку, але може прийти й раптово у формі кризи.

6. Критичні ситуації, які «зіштовхують людину зі смертю», часто ставлять її перед необхідністю внести зміни у власне життя, що несе у собі величезний потенціал для особистісного росту й розвитку. Більшість як вітчизняних, так і закордонних психологів дотримуються думки про те, що критичні ситуації є передумовою найважливіших особистісних змін, які можуть бути для особистості як позитивними (конструктивними, творчими, інтегруючими), так і негативними (деструктивними, руйнівними, роз'єднуючими).

7. У рамках екзистенціально-гуманістичної парадигми критичні життєві ситуації можна розглядати як зіткнення зі смертю, причому смерть тут розуміється не тільки у фізичному контексті, але й у психологічному.

З огляду на розуміння критичних ситуацій як ситуацій зіткнення зі смертю, розглянемо більш докладно, який вплив можуть справити на людину надзвичайні (екстремальні) ситуації.

1.3. Посттравматичний стресовий розлад і смисложиттєві орієнтації особистості

Надзвичайні (екстремальні) ситуації характеризуються, насамперед, надсильним впливом на психіку людини, що викликає в неї травматичний стрес. Психологічні наслідки травматичного стресу в крайньому своєму прояві виражаються в посттравматичному стресовому розладі (ПТСР), що виникає як затяжна або відстрочена реакція на ситуації, сполучені із серйозною загрозою життю або здоров'ю. ПТСР може розвиватися в катастрофічних обставинах практично в кожній людині навіть за повної відсутності явної особистої схильності [131, С. 198].

Травматичний стрес - особлива форма загальної стресової реакції. Як відомо, стрес є неспецифічною відповіддю організму на будь-яку зміну умов, що вимагають пристосувань. Центральними положеннями в концепції стресу, запропонованої у 1936 році Гансом Сельє, є гомеостатична модель самозбереження організму й мобілізація ресурсів для реакції на стресор.

Стрес стає травматичним, коли перевантажує психологічні, фізіологічні, адаптаційні можливості людини й руйнує захист, коли результатом впливів стресора є порушення у психічній сфері за аналогією з фізичними порушеннями [131, С. 200]. Як стресор в таких ситуаціях виступають травматичні події - екстремальні, кризові та надзвичайні ситуації, що володіють потужним негативним наслідком.

Відповідно до Міжнародної Класифікації Хвороб (МКХ-10), слідом за подіями, що травмують, які виходять за рамки звичайного людського досвіду, може розвиватися посттравматичний стресовий розлад (PTSD - Posttraumatic Stress Disorder). Під «звичайним» людським досвідом розуміють такі події, як: втрата близької людини, що сталася в силу природних причин; хронічна важка хвороба; втрата роботи або сімейний конфлікт. До стресорів, що виходять за рамки звичайного людського досвіду, відносять ті події, які здатні травмувати психіку практично будь-якої здорової людини: стихійні лиха, техногенні катастрофи, а також події, що є результатом цілеспрямованої, часто злочинної діяльності (диверсії, терористичні акти, катування, масове насильство, бойові дії, «ситуація заручника», руйнування власного будинку тощо).

ПТСР являє собою комплекс реакцій людини на травму, де травма визначається, як переживання, потрясіння, що у більшості людей викликає страх, жах, безпорадність. Це, у першу чергу, ситуації, коли людина сама переживає загрозу власному життю, смерть або травмування іншої людини. Передбачається, що симптоми можуть з'явитися відразу після перебування у травматичній ситуації, а можуть виникнути через багато років - у цьому особлива каверзність посттравматичних стресових розладів [118, С. 174].

Як відомо з ряду досліджень, присвячених вивченню посттравматичних стресових станів [132, С. 66], деякі люди, що пережили психотравмуючу ситуацію, пов'язану із загрозою життю, продовжують відчувати, що травма залишається актуальним моментом їх життя, заповнюючи весь простір минулого, сьогодення й майбутнього. Минуле

«розколюється» на час «до» і «після» травми, сьогодення є болісним, майбутнього начебто і немає або воно «знеструмлене» - бажання, цілі, плани, усе, що рухає людиною у звичайному житті, паралізовано. Цей стан позначений як почуття вкороченої життєвої перспективи й включений у перелік діагностичних симптомів ПТСР в Американський діагностичний стандарт (American Psychiatric Association, 1987). Як правило, жертви травматичного стресу втрачають цікавість до життя в цілому й до тих занять, які раніше мали для них сенс і були приємними, а також переживають почуття відгородженості від інших людей [84, С. 46].

Під впливом травматичної ситуації у людини порушується процес сприйняття безперервності життя і руйнуються індивідуальні пояснювальні схеми, які до травматичного впливу робили суб'єктивний світ зрозумілим і передбачуваним.

Багато авторів розвивають власні концепції психічної травми як руйнуючої когнітивно-емоційної схеми [157; 162; 163; 175]. Незважаючи на відсутність єдності в термінах, сенс цих концепцій полягає в тому, що такі схеми пояснюють реальність, служать джерелом довіри до світу й до себе, роблять світ передбачуваним і створюють передумови для орієнтації в майбутньому. У випадку, коли когнітивні схеми порушені, людина не може передбачати майбутнє й будувати плани, оскільки їй просто не на що спертися, а це супроводжується гострим станом емоційного дистресу. Нетравмована когнітивно-емоційна сфера особистості дозволяє їй здійснювати життєву перспективу, керуючись наміченими цілями, планами, бажанням реалізувати свою активну позицію [166; 87; 106]. Це стає можливим тільки у випадку, якщо людина відчуває себе в безпеці, її уявлення про себе й світ є досить стійкими й не піддавалися впливу травми.

О.В. Смирнов розуміє травматичну стресову подію й те, що за нею тягнеться, як досвід гострого й раптового зіткнення базисних переконань людини з реальністю [104, С. 125]. Виходячи із цього, автор виділяє наступні

найбільш психологічно значущі характеристики травматичної стресової події:

- 1) протиріччя базових переконань людини, пов'язаних з її особистістю, перегляд яких сприймається як загроза існуванню;
- 2) несподіванка (як об'єктивна, так і суб'єктивна, коли людина в силу заперечення не допускала можливості цієї події);
- 3) непоправність того, що трапилось.

О.М. Дорожевец виділяє три основні етапи адаптації до різного роду кризових подій, першим з яких є пошук сенсу події. Пошук сенсу є важливим для успішної адаптації до кризової події, причому є важливим, насамперед, процес пошуку сенсу, а не конкретний зміст знайденого сенсу. Згідно О.М. Дорожевцу, цей пошук має дві основні функції: пошук нових установок стосовно життя й досягнення почуття контролю над ситуацією, що визначає другий етап адаптації. Третім етапом виступає відновлення самооцінки, що знизилась після кризи.

Підтвердження факту особливого зв'язку психологічних наслідків екстремальних ситуацій і проблеми сенсу життя ми знаходимо у виступі О.В. Суворова [54, С. 178], який підкреслював, що проблема свідомості життя є особливо гострою в критичних життєвих ситуаціях, коли потрібне переосмислення змісту сенсу життя, перегляд відповіді на питання, навіщо жити. О.В. Суворов відзначив також, що психологічним механізмом виживання в екстремальній ситуації, коли спосіб життя доводиться чомусь міняти або навпаки, відстоювати всупереч тиску несприятливих обставин, у тому числі трагічних, є воля до життя. Щоб запустити «волю до життя» як механізм виживання в екстремальній ситуації, необхідний досить сильний мотив, який автор позначив як «спрага до життя», тому що воля як аварійний механізм реалізації сенсу життя у спосіб життя припускає тотальну мобілізацію всіх сил особистості, усього наявного духовного, щиросердечного й фізичного здоров'я [55, С. 151] . Мета такої мобілізації - перебороти кризу й повернутися до нормального стану.

Дослідження й публікації Є.С. Мазур, М.Ш. Магомед-Емінова та інших свідчать про те, що при аналізі процесів дезадаптації й відновлення порушеної саморегуляції у кризових і посттравматичних станах досить продуктивним виявився значеннєвий підхід [74; 76]. Значеннєвий конфлікт розглядається як один з основних етіологічних факторів, що зумовлюють аномальний розвиток особистості й виникнення посттравматичного стресового розладу. **«Можна припустити, що ПТСР і є процесом, спрямованим на подолання невдалого смислоутворення у смисловтратній ситуації»** [75, С. 33].

Таким чином, перед людиною, що пережила екстремальну, кризову ситуацію, постає необхідність не тільки справлятися з виниклими внаслідок травматичного впливу переживаннями й необхідністю відновлення зруйнованої когнітивно-емоційної структури, але також стає важливим усвідомлення сенсу того, що відбувалося, й найчастіше - усвідомлення сенсу свого справжнього й подальшого життя, його переосмислення, формування нових значеннєвих орієнтирів.

Порушення сприйняття свого минулого, сьогодення й майбутнього, почуття «укороченої життєвої перспективи», втрата цікавості до життя в цілому, почуття «відгородженості» від інших людей, порушення взаємин з оточуючими й самовідносин, руйнування індивідуальних когнітивно-емоційних схем, що раніше пояснювали й пророкували те, що відбувається в суб'єктивному й об'єктивному світі, внаслідок чого - неможливість здійснення життєвих цілей, планів, реалізації себе, нарешті, відчуття нерозуміння або відсутності сенсу того, що відбувається, й життя в цілому, - все це дозволяє говорити про безпосередній вплив кризових, екстремальних і надзвичайних ситуацій на смисложиттєві орієнтації особистості.

1.4. Професія й смисложиттєві орієнтації особистості

Сенс життя як спосіб відношення до світу реалізується особистістю в різних сферах життя, у тому числі й у професії. Відношення до професії будується через життєвий сенс як різноманіття відносин особистості.

Самореалізація для людини - це праця, метою якої є досягнення досконалості в тім, що вона покликана робити. Така людина прагне бути не просто фахівцем, а добрим фахівцем, а тому завжди стурбована своїм розвитком [26, С. 74].

Знаходження сенсу життя допомагає людині у виявленні й реалізації свого призначення. Незважаючи на те, що сенс життя є детермінантою розвитку особистості, він може не завжди відповідати змісту професійної діяльності. Звичайно, найбільш сприятливим випадком є такий, коли сенс життя й професії збігаються. Однак є можливим і інший варіант, коли вони є протилежними один одному. Дане положення веде до нестійкості особистості, підвищеної тривожності, втрати власного Я.

Професіонал визначається не приналежністю до певної професії, а способом життя, станом душі [135, С. 105].

Л.І. Анциферова відзначає особливе відношення професіонала високої кваліфікації до своєї праці, що стає для нього центральною життєвою цінністю, підґрунтям життєвого самовизначення, джерелом самоповаги, засобом самоактуалізації [109, С. 5].

Д.М. Завалішина, конкретизуючи цю тезу, розглядає деякі психологічні складові, через які реалізується регуляторна функція сенсу життя професіонала високої кваліфікації [111, С. 99].

В.Є. Чудновський у статті «Про деякі прикладні аспекти проблеми сенсу життя» розповідає про проведені під його керівництвом дослідження із проблеми співвідношення між сенсом життя й професійною діяльністю [144, С. 82], де центральне місце відводиться вивченню співвідношення між феноменами «сенс життя» та «індивідуальний стиль професійної діяльності».

Особливим напрямком цих досліджень стало вивчення смисложиттєвих орієнтацій у професійній діяльності, що пов'язана з екстремальними ситуаціями. Мова йде про професію державтоінспектора, в якій екстремальні ситуації стають повсякденною нормою. Все це висуває високі вимоги до психічних якостей професіонала, його здібностей справлятися з постійно виникаючими психогенними факторами. У ході дослідження було отримано дані про сильний вплив екстремальних ситуацій на фізичний і фізіологічний стан людини, на формування її моральних і інтелектуальних якостей. Були виділені групи співробітників за характером впливу професії на становлення особистості й смисложиттєвих орієнтацій.

В.С. Чудновський відзначає, що професійна діяльність людини може займати різне місце у структурі її смисложиттєвих орієнтацій. І це залежить від багатьох причин і факторів, у тому числі й від характеру професії й особистісних, насамперед, творчих схильностей людини, а також від ступеня її готовності розуміти такий зв'язок тощо.

Проведений нами аналіз сучасних підходів у визначенні взаємовпливу професії та смисложиттєвих орієнтацій особистості фахівця дозволяє стверджувати, що сама по собі екстремальність професії створює специфічні умови для становлення сенсу життя професіонала. Іншими словами, існує особливий складний взаємозв'язок професійної діяльності, «сенсу життя» і особистісних особливостей індивіда.

1.4.1. Специфіка професійної діяльності працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України та її психологічний аналіз

Професійна діяльність рятувальника складається з несення бойових чергувань, виконання рятувальних робіт у надзвичайних подіях (НП) і масштабних надзвичайних ситуацій (НС).

На етапі очікування виклику рятувальники знаходяться на території бази в режимі 10-хвилинної готовності. Цей час вони можуть

використовувати для виконання поставлених на день завдань, тренувань, повноцінного відпочинку, а також професійного й психологічного навчання.

Дослідження психологічного статусу фахівців на даному етапі діяльності показують характерний підвищений рівень психічного напруження, зумовлений ординарним стресом. Схована небезпека ординарного стресу проявляється в тім, що відсутність викликів і рятувальних робіт протягом бойового чергування не дає можливості розрядити фонове напруження, що викликає у фахівця стан фрустрації.

Діяльність з ліквідації НП містить у собі виконання рятувальних робіт традиційного для регіону спектра: ліквідацію наслідків ДТП, пошук зниклих, пошук потоплених, виконання рятувальних робіт на воді, під водою, у горах, евакуацію рибалок у зимовий час, відкривання дверей й т. ін.

Дані види робіт об'єднані фактором повторюваності, що дозволяє фахівцю МНС здійснити психологічне налаштування на даний вид роботи, у результаті чого, у деякій мірі, знижується руйнівний вплив стрес-фактора ситуації на психіку.

Однак, слід враховувати, що індивідуальний стресорний поріг фахівця залежить від параметрів різного походження, а тому навіть виконання типових рятувальних робіт може справляти на психіку рятувальника досить руйнівний вплив і призводити до виникнення травматичного стресу.

Події подібного типу збирають обмежену кількість учасників (із числа потерпілих, їх близьких та свідків події) і не пов'язані із соціальними процесами психології юрби, не викликають стану масової паніки, у цьому полягає відмінність від масштабних НС.

Діяльність з ліквідації масштабних НС має на увазі виконання рятувальних робіт екстремального характеру. Сюди входять роботи з ліквідації великомасштабних катастроф як природного, техногенного, так і соціогенного характеру.

Екстремальні ситуації, на відміну від типових НП, містять у собі найбільшу кількість стресогенних факторів, що впливають на психіку залучених до ліквідації її наслідків людей.

З великою ймовірністю, як показують наявні наукові дані, залучення до ліквідації надзвичайних подій веде до виникнення травматичного стресу, первинними проявами якого є гострі стресові реакції, гострий стресовий розлад, невротичні реакції, кризовий стан, а вторинними - посттравматичний стресовий розлад, професійне вигорання, психосоматичні розлади, невротичні стани, які, у свою чергу, позначаються на мікросоціальних процесах - викликають проблеми в родині й у робочому колективі, аж до розлучень і звільнень [95, С. 19].

Професія рятувальника за своїм змістом відноситься до тих видів діяльності, що постійно пов'язані з важкими і шкідливими умовами, які відбиваються в незвичайності і великій емоційності при виконанні фахівцями МНС задач за призначенням.

Специфічними особливостями професійної діяльності рятувальників в умовах ліквідації наслідків надзвичайної ситуації є:

- безупинне нервово-психічне напруження, викликане систематичною роботою в незвичайних умовах (висока температура, сильна концентрація диму й інших продуктів горіння, обмежена видимість і т.п.), постійною загрозою життю і здоров'ю (можливий обвал конструкцій будинків і споруджень, вибухи, отруєння небезпечними хімічними речовинами), негативними емоційними впливами (винос травмованих і обгорілих людей, трупів і т.ін.);

- велике фізичне навантаження, пов'язане з роботами щодо демонтажу конструкцій і устаткування, роботами з аварійно-рятувальним і пожежно-технічним обладнанням різного призначення, високим темпом роботи і т.д.;

- подолання труднощів, викликаних емоційною та інтелектуальною напруженістю, пов'язаних з необхідністю постійно і тривалий час підтримувати інтенсивність і концентрацію уваги, спрямовану на те, щоб

стежити за змінами середовища і зовнішнього оточення, тримати у полі зору стан різноманітних складних конструкцій, технологічних агрегатів і установок у процесі виконання бойової задачі на об'єкті під час гасіння пожежі або ліквідації наслідків аварії;

- труднощі, зумовлені необхідністю працювати в обмеженому просторі, тобто необхідність виконувати задачу в тунелях, підземних комунікаціях, підвалах і т.ін., що значно ускладнює дії, порушує звичайні способи руху (наприклад рух і робота лежачи протягом тривалого часу);

- робота в киснево-ізолюючих протигазах (КІП) і апаратах стиснутого повітря (АСП), що обмежує рух, погіршує дихання, ускладнює спілкування;

- постійна висока відповідальність кожного рятувальника при відносній самостійності дій і рішень, спрямованих на порятунок людей, матеріальних цінностей і т.ін.;

- наявність несподіваних і несподівано виникаючих перешкод, які ускладнюють виконання оперативного завдання.

Умовно в діяльності рятувальників з ліквідації наслідків надзвичайної ситуації можна виділити три основні етапи:

- 1) підготовчий;
- 2) проведення аварійно-рятувальних та інших невідкладних робіт;
- 3) заключний.

Підготовчий етап охоплює період діяльності особового складу аварійно-рятувальних підрозділів з моменту отримання повідомлення про надзвичайну ситуацію до прибуття на місце події. У нього входять – оголошення сигналу «тривога», збір особового складу за сигналом «тривога», прибуття до місця надзвичайної ситуації і бойове розгортання, тобто приведення сил і засобів у стан готовності до виконання бойового завдання.

Сигнал тривоги особовий склад аварійно-рятувального підрозділу МНС України може отримати в будь-який момент повсякденної діяльності. Як правило, сигнал звучить несподівано і викликає різке підвищення емоційного напруження чекання і перехід його в напруження невідомості.

Однак це не заважає рятувальникам швидко екіпіруватися й у максимально короткий час прибути до місця події.

Під час руху нервово-психічне напруження, пов'язане з невідомістю майбутніх дій, наростає. Це може призвести до виникнення в окремих працівників остраху, а потім і страху.

Як свідчать досвідчені працівники, під час руху в зону надзвичайної ситуації рятувальники думкою програмують свої майбутні дії, спираючись на наявну інформацію і практичний досвід. Це сприяє зниженню напруження невідомості і формуванню настрою на практичну роботу. Таким чином, *специфічними особливостями цього етапу професійної діяльності є жорсткий дефіцит часу і невизначеність ситуації, спричинена відсутністю повної інформації про подію.*

Після прибуття на місце здійснюється розвідка і бойове розгортання. У цих обставинах від рятувальників вимагається увага й особливе професійне чуття, високий рівень оперативного мислення, здатність до орієнтування і несприйнятливості до негативних емоційних впливів.

Етап виконання завдання за призначенням (проведення аварійно-рятувальних та інших невідкладних робіт в зоні надзвичайної ситуації) охоплює період від початку конкретних дій, спрямованих на ліквідацію наслідків НС, до моменту повного його виконання. *Специфічною особливістю цього етапу є наявність великої кількості стрес-факторів, що викликають стан яскраво вираженого нервово-психічного напруження і негативні психічні реакції, що сприяють виникненню страху і паніки.*

Специфіка роботи в умовах НС полягає в тому, що обстановка на місці події може ускладнюватися задимленням і підвищеною температурою, факторами, небезпечними для життя і здоров'я особового складу АРП МНС України. Особливу небезпеку являє вогонь.

Під час виконання завдань за призначенням виникають різноманітні труднощі і перешкоди. Так, для рятувальників найбільшу небезпеку отруєння

представляють, у першу чергу, CO, CO₂, ціаністий водень, хлористий водень, оксиди азоту.

У зоні пожежі спостерігається висока щільність диму, що обмежує видимість і відповідно дії особового складу. Гасіння пожеж відбувається, як правило, за високої температури навколишнього середовища і підвищеної вологості повітря. Напружена фізична робота в цих умовах викликає порушення водно-сольового балансу, терморегуляцію організму, супроводжується погіршенням самопочуття, головним болем, небажанням рухатися, загальмованістю реакцій.

При виконанні задач за призначенням рятувальники можуть піддаватися впливу теплових потоків великої потужності, відкритого полум'я, іскор, у результаті чого можливі опіки шкіри. При гасінні пожеж, ліквідації аварій на об'єктах атомної енергетики найбільш важким фактором є можливість впливу різних доз радіації на організм фахівця-рятувальника.

Рятувальникам доводиться враховувати зміни в обстановці, уточнювати прийняті раніше рішення, видозмінювати способи дій. *Можлива небезпека, максимально швидкий темп роботи і бажання ефективно виконати завдання викликають у рятувальників особливий емоційний стан, що істотно впливає на робочий тонус їхнього організму. Цей стан або підвищує, або знижує працездатність.*

Заключний етап виконання задачі аварійно-рятувальними підрозділами охоплює період часу після ліквідації наслідків надзвичайної ситуації. На цьому етапі *стан рятувальників багато в чому залежить від результату, успішності виконання завдання, а також від тривалості бойових дій і напруженості роботи.* Успіх і невдача при виконанні завдань за призначенням однаковою мірою сприймається всіма учасниками. Рятувальники прагнуть оцінити свої дії і дії товаришів. У цей час здійснюються заходи щодо відновлення готовності підрозділу, оглядається техніка й устаткування, спорядження і т. ін.

Пізніше керівник (начальник) підрозділу проводить розбір ліквідації наслідків НС, визначає причини успіху або невдачі підрозділу, окремих працівників.

Необхідно відзначити, що такий розбір доцільно проводити через якийсь час після закінчення бойової роботи для того, щоб у більш спокійному психічному стані працівники змогли об'єктивно оцінити свої дії. Необхідно враховувати і той факт, що при успіху одні люди відчують радість і бажання закріпити свій успіх, інші ж заспокоюються і починають думати, що тепер їм не потрібно докладати ніяких зусиль у процесі повсякденного навчання, служби і що вони і далі зможуть добре працювати.

Неуспішне виконання завдань за призначенням також по-різному впливає на рятувальників: деякі при цьому мобілізують сили для подальшої роботи, а інші так сильно переживають, що втрачають бойовий настрій. Іноді вони намагаються пояснити невдачу об'єктивними причинами чи перекласти провину на своїх товаришів. Надзвичайно важливо, щоб особи, які проводять аналіз виконання бойового завдання, розуміли особливості своїх підлеглих і проводили заходи для підняття бойового духу особового складу підрозділу.

Таким чином, професійна діяльність фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України пред'являє високі і специфічні вимоги до психіки рятувальника. Це виражається в необхідності високої психічної стійкості до несприятливих зовнішніх і внутрішніх впливів, сміливості і рішучості, витримки і самовладання, наполегливості і стійкості кожного фахівця.

У сучасних умовах праця рятувальника стала незрівнянно складнішою, напруженішою та небезпечнішою. Робота повсюдно пов'язана із застосуванням різних технічних засобів, спеціальної техніки, що сприяє розвитку втоми, негативних функціональних станів, може стати причиною захворювань і травматизму. Захворюваність, інвалідність і смертність серед особового складу МНС України знаходяться у прямій залежності від умов праці, особливостей службової діяльності, характеру виконуваних функцій.

Вибіркове опитування, проведене нами серед працівників аварійно-рятувальних підрозділів ГУ МНС України в Харківській області, показало, що:

- 13,1% обстежуваних вважають, що втратили здоров'я на службі;
- 41% відмітили у себе ускладнене засипання і раннє пробудження;
- практично 90% респондентів вважають свою роботу важкою;
- небезпечною своєю роботою назвали 86,9% опитаних;
- 59% відзначили дуже часте виникнення ситуацій, коли потрібно «миттєво міркувати»;
- з усіх несприятливих факторів, що впливають на складність праці у процесі служби, респондентами відзначені: «великі нервово-психічні навантаження» (57,4%), «необхідність прийняття рішень у короткий час» (36,1%), «небезпека для життя» (34,4%) і «велика кількість обов'язків» (32,8%).

Як бачимо, відзначені фактори при всій суб'єктивності вибору відбивають специфіку діяльності фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України.

Функціональний стан рятувальників під час ліквідації наслідків надзвичайної ситуації не відновлюється, відбувається безупинне нагромадження втоми, що зберігається на високому рівні до кінця проведення аварійно-рятувальних та інших невідкладних робіт.

Оцінка психічного стану рятувальників після ліквідації наслідків надзвичайної ситуації показує, що значне число фахівців знаходиться у стані психічної дезадаптації. Цей стан характеризується вираженими порушеннями функцій енергозберігаючих систем організму, різних психічних процесів, а також проявами, властивими стану між нормою і захворюванням. Дані розлади характеризуються млявістю, відчуттям шуму, важкості в голові, апатією, зниженим настроєм, психічним дискомфортом, відчуттям внутрішньої напруженості, втому, моторною загальмованістю. Вони

вимагають проведення спеціальної психологічної корекції, яка дозволяє усунути ці розлади і попередити небажані наслідки.

Необхідно пам'ятати, що у випадках посилення астенічних проявів, приєднання депресивних розладів дезадаптація може досягти рівня психогенних реакцій, які характеризуються тривожно-депресивним синдромом, що розвивається на тлі маловиражених соматичних захворювань. У цей період починають переважати особистісні характерологічні форми дезадаптації, можуть розвиватися соматизовані депресії, психосоматичні захворювання, формуватися патологічний розвиток особистості.

Треба відзначити і той факт, що майбутні рятувальники, як правило, визначають свій професійний вибір романтизацією й захопленістю цією професією. Але при зануренні в робочі будні ці уявлення швидко розсіюються, з'являється зовсім інший образ професії: рутинна, буденна й одночасно небезпечна та напружена діяльність.

Виявлення основних факторів, які визначають рівень задоволеності/незадоволеності своєю професійною діяльністю працівників аварійно-рятувальних підрозділів, показало наступне (див. рис. 1.1).

Серед факторів, що визначають рівень задоволеності/незадоволеності професійною діяльністю, респонденти на перше місце за значущістю ставлять недостатню грошову винагороду.

Друге місце серед причин, що впливають на задоволеність працівників своєю роботою, посідає фактор низького технічного забезпечення.

Наступну позицію в даному списку значущості займає фактор недостатньої оцінки складності роботи працівників аварійно-рятувальних підрозділів. Цей недолік спричиняє неможливість достовірної оцінки рівня професіоналізму фахівця через відсутність об'єктивного критерію оцінки ефективності праці працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України.

Напружений характер роботи, як негативний фактор, відзначили працівники аварійно-рятувальних підрозділів на четвертій позиції. Цей

фактор може стати причиною появи помилок і виникнення у самих працівників високого нервово-психічного напруження.

П'яте місце в даному списку займає фактор відсутності перспективи просування кар'єрними сходами.



Рис. 1.1. Фактори, що визначають незадоволеність працівників аварійно-рятувальних підрозділів своєю професійною діяльністю

Відомо, що всі люди мають певну структуру або ієрархією потреб, що вимагають постійного задоволення. Такими потребами у кожної людини є фізіологічні потреби, потреба у безпеці, у визнанні й т.д. Як правило, більшість з цих потреб можна пов'язати із професійною діяльністю особистості, а саме, визначити – допомагає чи перешкоджає робота людині задовольняти дані потреби. На це можна подивитися і з іншого боку – кожна людина знає, чого конкретно вона гідна, вона хоча б приблизно, але може оцінити рівень свого професіоналізму, рівень сформованості власних

професійних умінь і навичок й співвіднести ці фактори з умовами, в яких доводиться працювати. Безсумнівно, ці фактори відіграють велику роль у формуванні відношення працівника аварійно-рятувального підрозділу до своєї професійної діяльності, у забезпеченні процесу виконання своїх професійних обов'язків і, зрештою, впливають на фізичний і психічний стан особистості. Таким чином, можна відзначити наявність ряду факторів, що негативно відображаються на професійній діяльності працівників аварійно-рятувальних підрозділів.

Слід зазначити, що фактор задоволеності/незадоволеності власною професійною діяльністю серед рятувальників може впливати на динаміку плинності кадрів у підрозділах МНС України.

Для більш докладного та ретельного вивчення специфіки діяльності працівників аварійно-рятувальних підрозділів нами було проведене опитування, спрямоване на вивчення негативних факторів, що супроводжують професійну діяльність рятувальника. За результатами опитування були отримані дані, які дозволяють скласти рейтинг таких факторів (ці фактори подано за частотою виникнення в діяльності працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України):

1. Частота виникнення негативних психічних станів під час професійної діяльності. Професійна діяльність вимагає від працівників аварійно-рятувальних підрозділів високого рівня відповідальності за виконані ними дії. Цей аспект уже сам по собі може виступати одним з факторів, що спричиняють напруження, а отже, і негативний стан фахівця в цілому.

2. Стомлюваність. Даний фактор означає тимчасове зниження працездатності під впливом тривалого впливу навантаження. Стомлюваність, як правило, проявляється на психологічному, фізіологічному, емоційно-вольовому й поведінковому рівнях. Вона може проявлятися у вигляді психологічного або фізичного виснаження. Усунення даного фактора вимагає від фахівця оволодіння навичками саморегуляції психічного стану,

максимально можливого та чіткого структурування й планування свого робочого часу, оволодіння працівником комплексом вправ для релаксації.

3. Можливість виникнення конфліктних ситуацій у родині. Конфлікти в родині можуть виникнути через роздратування, стомлюваність й психічну напруженість фахівця після виконання складних задач в умовах ліквідації наслідків надзвичайної ситуації, які переносяться на родину.

4. Дратівливість – може проявлятися у фахівця, як правило, після тривалого впливу факторів, що дестабілізують його діяльність та порушують звичний хід його роботи.

5. Головний біль, зниження уваги, сонливість. Дані фактори є своєрідними похідними від надмірних розумових і фізичних перевантажень. Їх можна визначити як астенічні симптоми.

6. Слабкість – може проявлятися у працівника у вигляді зниження енергії, працездатності й відсутності бажання що-небудь робити у відповідь на дію постійних подразників.

7. Неможливість зосередитися. Даний фактор свідчить про порушення здійснення психічних пізнавальних процесів у фахівця. Може бути наслідком стомлення, впливу на нього постійних подразників, що викликають мимовільну увагу й тим самим перешкоджають ходу його діяльності.

8. Можливість травм і поранень під час виконання професійних обов'язків.

9. Незадоволеність працею. Даний фактор можна розглядати як наслідок невиправданості очікувань працівників аварійно-рятувальних підрозділів щодо своєї професійної діяльності. Може спричинити зниження результативності професійної діяльності.

10. Недостатня оцінка складності роботи. Даний аспект є наслідком відсутності об'єктивного критерію оцінки ефективності діяльності працівників аварійно-рятувальних підрозділів. Дана обставина може стати причиною виникнення неадекватного оцінювання праці рятувальника, що

згодом може викликати в нього зниження професійної мотивації, відсутність бажання виконувати свої функціональні обов'язки на високому рівні й спровокувати зверхнє, непрофесійне ставлення до своєї роботи.

11. Можливість виникнення конфліктних ситуацій у колективі.

Перераховані фактори є «необхідним» елементом, або ланкою діяльності працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України. Тобто можна сказати, що особовий склад постійно зазнає впливу негативних факторів і перебуває у стані нервово-психічного напруження. Таким чином, можна констатувати, що дана професія висуває дуже високі вимоги до особистості фахівця.

ВИСНОВКИ ЗА РОЗДІЛОМ

Поданий в даному розділі науково-історичний та теоретико-методологічний аналіз проблеми розуміння особистістю смерті та відношення до життя дозволив нам зауважити наступне:

1. На сучасному етапі розвитку психологічної науки питанню відношення до життя та смерті, а також вивченню сутності критичних життєвих ситуацій приділяється багато уваги, в першу чергу, через їх вплив на становлення особистості, особливо в ціннісно-смісловому аспекті. Провідну позицію в цьому питанні відведено екзистенціально-гуманістичній парадигмі.

2. Відношення людей до смерті змінювалось разом зі світоглядом протягом всього існування людства. Таке відношення будувалось на розумінні смерті як природного продовження та закінчення життя до повного їх розриву у свідомості людини, розведення їх як двох різних сутностей, їх взаємозаперечення.

3. Наявність смислу життя є необхідною умовою людського існування. Усвідомлення кінця свого існування стимулює людину максимально використовувати відведений їй час життя, ставить питання про

осмисленість життя, відповідальність за її наповнення. В цьому аспекті підкреслюється важливість організації та регуляції часу життя, умовою якого є виділення особистістю життєвих цілей, реалізація яких і наповнює життя смислом.

4. Багато авторів відмічають, що події в житті людини можуть обумовлювати переосмислення сенсу життя. Особливу роль в такому процесі відіграють критичні ситуації, які викликають переоцінку цінностей людини, актуалізацію та усвідомлення нових смислів. В цьому аспекті особливо актуальним є розгляд відношення до життя та смерті у фахівців екстремальних видів діяльності, коли екстремальні або кризисні ситуації є часткою професії особистості. В такому випадку професійна діяльність може стати центральною життєвою цінністю, основою для життєвого самовизначення

5. Теоретичний аналіз дозволив встановити особливу значущість екстремальних ситуацій в осмисленні та переосмисленні особистістю свого життя. Особливе значення цей висновок набуває для людей, які частіше за інших стикаються з екстремальними ситуаціями через свою професійну діяльність. «Яскравими» представниками «екстремальних» професій є рятувальники. Незважаючи на явну теоретичну та практичну значущість досліджень смисложиттєвих та ціннісних орієнтацій у людей, які регулярно потерпають від стресових, критичних та екстремальних ситуацій, вони є майже відсутніми.

РОЗДІЛ II

ОБГРУНТУВАННЯ СТРУКТУРИ ТА МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Характеристика груп досліджуваних

Відмітимо, що в нашому дослідженні взяли участь 216 осіб, які були розподілені на три групи випробуваних:

1 група – курсанти 4 - 5 курсів факультету аварійно-рятувальних сил Університету цивільного захисту України у кількості 110 осіб віком від 21 до 23 років;

2 група – фахівці аварійно-рятувальних підрозділів МНС України, що брали участь у ліквідації наслідків НС, де не було людських жертв. Кількість випробуваних 60 осіб віком від 26 до 44 років. Стаж роботи в підрозділі від 3 до 8 років;

3 група - фахівці аварійно-рятувальних підрозділів МНС України, що брали участь у ліквідації наслідків НС, де були людські жертви. Кількість досліджуваних 46 осіб віком від 25 до 46 років. Стаж роботи в підрозділі від 3 до 11 років.

Приведене розподілення досліджуваних на групи зазначеним чином дозволить вивчити особливості прояву відношення до життя та смерті фахівців екстремального профілю діяльності залежно від їх професійного та суб'єктивного досвіду.

Визначення категорії суб'єктивного досвіду є загально відомими та представляє собою, насамперед, той власний життєвий досвід, який отримала особистість протягом всієї своєї життєдіяльності. Щодо професійного досвіду, то ми вважаємо за потрібне відмітити суттєву відмінність цього поняття від категорії професійного стажу. Професійний стаж суб'єкта діяльності має, можна сказати, цілком конкретний вимір та представляється як кількість років, протягом яких особистість обіймає ту чи іншу посаду.

Категорія професійного досвіду, у свою чергу, відрізняється якісним виміром та представляє собою, перш за все, власний досвід людини, який вона отримала при виконанні своїх професійних обов'язків. При цьому не можна говорити про прямий взаємозв'язок професійного досвіду та професійного стажу. Отже, відмітимо, що професійний досвід може збільшуватись незалежно від кількості років служби фахівця. Ще однією відмінністю професійного досвіду є те, що його, на відміну від стажу, виміряти майже неможливо. В такому випадку припускаються лише гіпотетичні уявлення. Таким чином, головним критерієм розподілу досліджуваних на групи стала категорія професійного досвіду фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України.

2.2. Характеристика методів дослідження

Наше дослідження охоплює в собі цілий ряд завдань, вирішення яких можливе лише емпіричним шляхом. При цьому поступовість вирішення поставленої психологічної проблеми вимагає побудови чіткого алгоритму дослідження особливостей відношення фахівців-рятувальників до життя та смерті в умовах надзвичайної ситуації. Складність вирішення мети роботи полягає ще і в тому, що обраний об'єкт дослідження можна віднести як до психології, так і до філософії, або до соціології чи естетики. Саме неоднорідність категорії, що вивчається, змусила в рамках даного дослідження розробити спеціальний підхід, який дозволив би якомога повніше дослідити та вивчити особливості ціннісної сфери рятувальників, їх смисложиттєві орієнтації, а також їх відношення до життя та смерті. Таким чином, всі методи, що були використані в нашому дослідженні, мали цільову спрямованість та були залучені для вирішення конкретних завдань.

Так, з метою вивчення особливостей відношення фахівців рятувальних підрозділів з різним професійним досвідом до життя та смерті нами було використано наступні методи:

- *Анкетування*. Анкетування у психології використовується з метою отримання психологічної інформації, при цьому демографічні дані відіграють другорядну роль. Анкетування дозволяє найбільш жорстко дотримуватись розробленого плану дослідження, оскільки така процедура як «питання – відповідь» є чітко регламентованою. Одним з перших в межах психологічної науки анкетування було використано Ф. Гальтоном, який застосував його у своєму дослідженні, присвяченому вивченню впливу спадковості та середовища на рівень інтелектуальних досягнень.

Анкетування можна назвати одним з двох основних видів опитувальних методів. Його найчастіше використовують для отримання емпіричних даних, що стосуються об'єктивних чи суб'єктивних фактів. Суттєвою особливістю анкетування є опосередкований характер взаємодії між дослідником та досліджуваним. Надійність даних анкетування залежить від багатьох факторів, які обов'язково необхідно враховувати при розробці вузько спрямованих анкет. Серед основних правил виділяються наступні:

- 1) вміння задати мотивацію досліджуваного;
- 2) відповідність анкетних питань меті та завданням дослідження;
- 3) дотримання правил побудови опитувальника;
- 4) чіткість, зрозумілість, доступність формулювань питань та відповідей;
- 5) використання різних типів питань (відкритих та закритих, прямих та непрямих, питань-фільтрів, контрольних питань).

Анкета, яку було використано в нашому дослідженні, спрямована, перш за все, на отримання біографічних даних досліджуваних, суб'єктивної інформації щодо визначення розуміння досліджуваними різноманітних філософсько-психологічних категорій тощо. Окрім всього, представлена анкета містила в собі блок незавершених речень. Ці речення було підібрано з метою отримання даних щодо розуміння фахівцями рятувальних підрозділів власного щастя, ставлення до минулого, теперішнього та майбутнього, характеристики себе як фахівця та визначення головних для особистості

життєвих цінностей та смислу власного життя. Для проведення дослідження методом анкетування нами було використано спеціально розроблену анкету, представлену у додатку А.

- **Психологічне моделювання** – створення формальної моделі психічного або соціально-психологічного процесу, тобто формалізованої абстракції даного процесу, що відтворює його деякі основні моменти, з метою його експериментального вивчення. Також психологічним моделюванням називають відтворення в лабораторних умовах психічної діяльності для дослідження її структури. Проводиться за допомогою надання досліджуваному різноманітних засобів, які можуть бути включені до сфери діяльності. Як такі засоби можуть використовуватись тренажери, макети, схеми, карти, відеоматеріал. На сьогодні у психології все частіше використовуються моделі, основані на вірогіднісно-статистичній оцінці явищ та алгоритмічному підході.

В рамках нашого дослідження, з метою вивчення емоційного компонента у відношенні фахівців рятувальних підрозділів до життя та смерті, було використано саме відеоматеріал з демонстрацією наслідків надзвичайних ситуацій різної важкості. Зрозуміло, що в реальних умовах діяльності рятувальників дуже складно, і майже неможливо, провести самооцінку емоційних проявів у відповідь на конкретні стимули. Таким чином було створене моделювання робочої ситуації за допомогою саме відеофільмів.

- **Спостереження.** Спостереження у психології представлено у двох основних формах – як самоспостереження або інтроспекція та зовнішнє або об'єктивне спостереження. Під спостереженням розуміють метод вивчення психічних особливостей індивідів на основі фіксації проявів їх поведінки. Як науковий емпіричний метод спостереження використовується з кінця ХІХ ст. в рамках клінічної, соціальної, педагогічної психології, а з початку ХХ ст. – у психології праці. Дуже важливим є те, що для спостереження особливе значення має збереження «зовнішньої» валідності.

Виділяють несистематичне та систематичне спостереження. У нашому випадку було використане саме систематичне спостереження, оскільки нашим завданням було фіксувати будь-які зовнішні прояви емоційного стану досліджуваних під час перегляду серій документального фільму. Систематичне спостереження проводиться за заздалегідь розробленим планом. Дослідник виділяє особливості поведінки, на які слід звернути уваги та класифікує умови зовнішнього середовища.

Також розрізняють «суцільне» та вибіркоче спостереження. Нами було використано саме «суцільне» спостереження, адже нас цікавили будь-які поведінкові прояви обстежуваних під час демонстрації фільму. Слід зауважити, що досліджувані не були проінформовані про те, що за ними буде проводитись спостереження. Такий акт було зроблено виключно з метою досягнення більш достовірних результатів, адже поведінка людини або групи людей змінюється, коли вони знають, що за ними спостерігають.

Досить важливим для розуміння сутності методу спостереження є і його класифікація за різноманітними ознаками. Так за ступенем формалізованості виділяють неконтрольоване та контрольоване спостереження. Залежно від положення спостерігача виділяють включене та просте спостереження. В першому випадку дослідник імітує входження у спеціальне середовище, адаптується до нього та аналізує подію немов би «зсередини». У простому спостереженні він реєструє події «ззовні».

За умовами організації спостереження поділяються на польові (у природних умовах) та лабораторні (в експериментальній ситуації). Більшість досліджень проходять саме у формі польового спостереження.

За регулярності проведення розрізняють спостереження систематичне та випадкове. Систематичне спостереження характеризується регулярністю фіксації дій, ситуацій, процесів протягом конкретного періоду часу. Воно дозволяє виявити динаміку процесів, значно підвищити екстраполяції їх розвитку.

Кожен з приведених видів спостереження має свої специфічні властивості, недоліки та достоїнства, труднощі, які виникають у процесі їх використання, і все це необхідно обов'язково враховувати при розробці самої процедури дослідження. Труднощі використання спостереження як методу збору первинної інформації є наслідком його особливостей та поділяються на суб'єктивні та об'єктивні.

До об'єктивних труднощів спостереження, перш за все, слід віднести обмеженість часу спостереження часом перебігу подій. Крім того, не всі соціальні факти можна піддати безпосередньому спостереженню.

До суб'єктивних труднощів спостереження можна віднести можливість розуміння дослідником поведінки та дій інших людей крізь призму власного «Я», крізь систему ціннісних орієнтацій, а також емоційне забарвлення людського сприйняття та неминучість впливу на результати спостереження власного досвіду дослідника.

Проте, слід відмітити, що в межах нашого дослідження саме спостереження було націлене на вирішення завдання дослідити та проаналізувати поведінку фахівців-рятувальників під час емоційного навантаження різного ступеня важкості.

- Кольоровий тест відносин (КТВ) Є.Ф. Бажина, О.М. Еткінда - це проєктивна методика, що представляє собою невербальний діагностичний прийом, який відображає як свідомий, так і частково неусвідомлений рівень відношень людини. Теоретичною основою методики складає концепція відносин В.М. Мясіщева, ідеї Б.Г. Ананьєва стосовно образної природи психічних структур будь-якого рівня та уявлення О.М. Леонтьєва про чуттєві тканини смислових утворень особистості.

Методичною основою КТВ є кольоровоасоціативний експеримент, ідея та процедури якого були розроблені автором. Він базується на припущенні про те, що суттєві характеристики невербальних компонентів відношень до значущих інших та до самого себе відображаються в кольорових асоціаціях.

Кольорова сенсорика досить тісно пов'язана з емоційним життям особистості.

Процедура тестування є достатньо простою та полягає у необхідності для досліджуваного підібрати до кожної людини або поняття відповідний колір або кольори. Досить суттєвою особливістю КТВ є економічність проведення та інтерпретації. Це є досить зручним при вирішенні завдань експрес-діагностики в умовах масових психологічних досліджень, професійного відбору і т. ін. У КТВ використовується набір з 8-кольорового тесту М. Люшера. Можливість діагностики відношення досліджуваних до значущих понять, явищ, людей за допомогою відповідного методичного прийому підтверджено статистично, шляхом прорахування коефіцієнта кореляцій між матрицею семантичних відстаней кольорів та стереотипів й матрицею середніх рангів кольорів у асоціаціях до відповідного стимулу.

З метою вивчення особливостей ціннісно-сислової сфери особистості нами було використано наступні психодіагностичні методики.

- *Методика дослідження ціннісних орієнтацій (МДЦО) М. Рокича* – базується на прямому ранжуванні списків цінностей. Списки складено відповідно до двох класів цінностей, які містять:

- 1) конкретні цілі, які треба реалізувати – цінності-цілі;
- 2) конкретні якості особистості, які потрібно використати для досягнення цілей (цінності-засоби).

М. Рокич визначає розбіжності між термінальними та інструментальними цінностями наступним чином: термінальні цінності відбивають думку людини в тому, що певна кінцева мета індивідуального існування варта того, щоб її реалізувати; інструментальні цінності відбивають думку про те, що певний характер дій або якості особистості є переважною в конкретній ситуації. Міжособистісні відносини багато в чому визначаються ступенем співпадіння ціннісних орієнтацій.

Пропонована методика дозволяє виявити особливості спрямованості особистості та її характерологічні риси. Саме це, за допомогою побудованої

ієрархії цінностей, дозволить судити про особистісні особливості досліджуваних. Перевагою методики є її універсальність, економічність у проведенні та обробці результатів, а також гнучкість – можливість змінювати як стимульний матеріал, так і інструкції. При аналізі результатів необхідно звернути увагу на групування цінностей у конкретні блоки в ієрархії.

- *Опитувальник термінальних цінностей (ОТеЦ) І.С. Сеніна* – оснований на двох припущеннях:

1) життєві сфери, які представлені в житті кожної людини, мають для різних людей різний ступінь значущості;

2) в кожній з них реалізуються різноманітні для кожної людини бажання та прагнення, які і є одним з компонентів її особистості.

Основою для розробки наведеного опитувальника стало теоретичне положення М. Рокича. Основним діагностичним конструктом методики є термінальні цінності, які розуміються як переконання людини в перевазі одних життєвих цілей по відношенню до інших. Перелік термінальних цінностей, що вивчаються за допомогою опитувальника, складається з 8 типів:

1) власний престиж - досягнення власного визнання в суспільстві шляхом виконання певних соціальних вимог;

2) високе матеріальне становище – звернення до факторів матеріального добробуту як до головного сенсу існування;

3) креативність – реалізація своїх творчих можливостей, прагнення змінити зовнішні обставини;

4) активні соціальні контакти – встановлення сприятливих відносин у різноманітних сферах соціальної взаємодії, розширення своїх міжособистісних зв'язків, реалізація своєї соціальної ролі;

5) розвиток своєї особистості – пізнання своїх індивідуальних особливостей, постійний розвиток своїх здібностей та інших особистісних характеристик;

- б) досягнення – постановка та вирішення конкретних життєвих завдань як головних життєвих факторів;
- 7) духовне задоволення – керування моральними принципами, головування духовних потреб над матеріальними;
- 8) збереження власної індивідуальності – головування власних поглядів, переконання над загальноприйнятими, захист своєї незалежності.

Приведений опитувальник дозволяє діагностувати головування тих чи інших термінальних цінностей, які індивід намагається реалізувати в своєму житті. Проте реальне життя людини дуже неоднорідне. Одній і тій же людині доводиться виконувати різноманітні функції, різні види діяльності, що відрізняються за своїм змістом, а також реалізовувати багато соціальних ролей. За своїм характером всі ці особливості можна об'єднати в конкретні життєві сфери: професіональне життя; освіта та навчання; сімейне життя; суспільне життя; хобі.

Необхідно також відмітити, що термінальні цінності певною мірою проявляються у всіх приведених життєвих сферах, кожна з яких в силу своєї об'єктивної обумовленості в різному ступені сприяє реалізації конкретних термінальних цінностей. Саме тому сфери, які сприяють такій реалізації в найбільшому ступені, набувають для індивіда найбільшої значущості.

Таким чином, другим діагностичним конструктом опитувальника є значущість для індивіда певної життєвої сфери як джерела реалізації конкретної термінальної цінності.

- *Тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) Д.О. Леонтєва* – представляє собою адаптовану версію тесту «Мета в житті», націлений на оцінку наявності або відсутності смислу життя у випробуваних. Шкали тесту розглядаються як складові смислу життя особистості. При цьому вони розподіляються на 2 групи. До складу першою відносяться саме смисложиттєві орієнтації: цілі в житті, насиченість життя та задоволеність самореалізацією. Ці три категорії співвідносяться з метою (майбутнім), процесом (теперішнім), результатом (минулим).

Другу групу складають шкали, що характеризують внутрішній локус контролю, з яким осмисленість життя тісно пов'язана, при чому одна з них (локус контролю - життя) характеризує загальне переконання в тому, що контроль можливий, а друга (локус контролю - Я) – відображає віру у власну здатність здійснювати такий контроль.

- *Діагностика ступеня задоволеності основних потреб* – дана методика дозволяє отримати інформацію щодо особливостей мотиваційно-потребнісної сфери особистості, і таким чином визначити ціннісні орієнтації фахівців-рятувальників. У процесі обробки надається можливість визначити ступінь задоволеності матеріальних потреб, потреб у безпеці, міжособистісних потреб, потреб у визнанні та самовираженні.

2.3. Статистична обробка даних

Для статистичної обробки отриманих результатів нами було використано ряд *математичних методів*. Практичне вирішення завдань психодіагностики вимагає використання математичних методів обробки даних психологічного обстеження. Накопичено достатній досвід застосування математико-статистичних методів у розв'язанні окремих завдань психодіагностики як у дослідницьких, так й у практичних цілях. Ці методи є досить різноманітними й повинні використовуватися з урахуванням мети й розв'язуваних завдань.

На підставі первинної обробки результатів комплексного психологічного обстеження працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України склалися аналітичні таблиці. Отримані дані далі піддавалися методам статистичного аналізу.

Для виявлення значущих розходжень порівнюваних показників використовувалися t-критерій Стюдента, ϕ – критерій Фішера (кутове перетворення Фішера), кореляційний аналіз за r - критерієм Пірсона, факторний та регресійний аналіз.

Експериментальні матеріали, отримані в ході даного дослідження, піддавалися статистичній обробці за допомогою стандартних і апробованих програм для персональних ЕОМ. Використовувалися спеціалізовані пакети прикладних програм для психологічних досліджень («SPSS 8.0.» та «Microsoft Office Excel 2003»), що забезпечують виконання загальноприйнятих одномірних статистик і багатомірних математико-статистичних методів.

Таким чином, статистична обробка матеріалів дослідження проводилася з використанням спеціалізованих пакетів прикладних програм, що забезпечують виконання загальноприйнятих одномірних статистик і багатомірних математико-статистичних методів, адекватних для вирішення конкретних завдань дослідження.

ВИСНОВКИ ЗА РОЗДІЛОМ

1. Для вирішення поставлених у роботі завдань було проведено психологічне обстеження 216 фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України.

2. При виборі методик дослідження враховувалися, насамперед, літературні дані про їх валідність, надійність і диференційованість для оцінки та аналізу особливостей ціннісно-сислової сфери фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України. Було підібрано методи для виявлення відношення фахівців-рятувальників до життя та смерті.

3. Математико-статистична обробка даних проводилася з використанням пакетів прикладних програм «SPSS 8.0.» та «Microsoft Office Excel 2003», що забезпечили розрахунок варіаційних статистичних показників, t-критерію Стьюдента, ϕ – критерію Фішера (кутове перетворення Фішера), кореляційний аналіз за r - критерієм Пірсона.

4. Комплексний та індивідуальний підхід, системність у розумінні індивідуальності людини, систематичне викладення експериментальних та

статистичних методів дослідження та пов'язаних з ними безпосередніх проблем дозволили досить ефективно підійти до вирішення задач виявлення особливостей відношення рятувальників до життя та смерті в умовах надзвичайної ситуації.

РОЗДІЛ III

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТАВЛЕННЯ ДО ЖИТТЯ ТА СМЕРТІ ФАХІВЦІВ АВАРІЙНО-РЯТУВАЛЬНИХ ПІДРОЗДІЛІВ МНС УКРАЇНИ

3.1. Особливості ціннісних орієнтацій працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України

Професія рятувальника асоціюється з добротою, відвагою, сміливістю, чуйністю. Певно такими рисами володіє кожний рятувальник та цінує їх в інших людях. Під впливом професійної діяльності можуть формуватися та змінюватися прагнення людини, її життєві цілі та спрямування.

Ціннісні орієнтації виступають як важлива складова особистості, мотивують її діяльність, визначають та спрямовують поведінку особистості. Вони визначають сприйняття індивідом соціальної ситуації та допомагають обрати відповідні дії. Система ціннісних орієнтацій виявляє загальне відношення особистості до всього, з чим вона стикається. Ціннісні орієнтації не тільки мотивують соціальну діяльність особистості, а і формують настанови різних рівнів.

З метою вивчення особливостей цінностей рятувальників нами було використано методика дослідження ціннісних орієнтації особистості М. Рокича. М. Рокич визначав цінність як частку соціальної свідомості, яка має відношення до способів поведінки людини та кінцевого стану буття (цілей). Це так звані термінальні та інструментальні цінності. Найважливішими серед них вважаються термінальні – це основні цінності людини, що відображають довгострокову перспективу, тобто те, що людина цінує сьогодні та до чого прагне у майбутньому. Саме ці цінності визначають сенс життя людини, вказують на те, що для неї є найважливішим. Інструментальні цінності виступають як стандарти при обиранні певного типу поведінки та діяльності.

Аналіз отриманих результатів дозволив виявити достовірні розходження у виразності деяких цінностей (див. табл. 3.1). Було встановлено, що майбутні фахівці, на відміну від своїх старших колег з 2-ї та 3-ї груп рідше виділяють активну життєдіяльність як важливу життєву цінність. Можна припустити, що на сьогодні їх життя і так емоційно наповнене, повне подій та відрізняється стрімкістю. У рятувальників 2-ї та 3-ї груп, як правило, дуже насиченим є професійне життя. Особливістю їх професії, як відомо, окрім всього, є і постійна готовність до дій, постійна внутрішня зібраність, що і припускає активну життєву позицію особистості. Результати є достовірними на рівні $p \leq 0,01$.

Також було встановлено, що така цінність як життєва мудрість частіше більш виділяється фахівцями з 3-ї групи. Досліджувані з 1-ї та 2-ї груп не виділяють її як найбільш значущу з цінностей в житті. Така позиція знову ж таки може бути проекцією суб'єктивного досвіду особистості. Результати в даному випадку є достовірними на рівні $p \leq 0,05$, у порівнянні як з 1-ю групою, так і з 2-ю групою.

Відзначимо, що така категорія як здоров'я є універсальною для всіх досліджуваних. Проведене ранжування цінностей в нашому випадку дозволило отримати кількісне вираження значущості даної цінності. Отже, з результатів ми бачимо, що така цінність як здоров'я займає провідні позиції у 2-й та 3-й групах досліджуваних, в той час, як курсанти відвели даній цінності середні позиції ($t = 2,09$ у порівнянні з 2-ю групою; $t = 2,16$ у порівнянні з 3-ю групою, при $p \leq 0,05$ в обох випадках). Такі дані можна спробувати пояснити і крізь призму тієї частки професійного досвіду фахівців, яка відноситься до роботи з ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій. Фахівці аварійно-рятувальних підрозділів МНС України неодноразово були свідками втрати потерпілими здоров'я, а досліджувані 3-ї групи – і життя. Саме це, на наш погляд, може зумовлювати таке відношення до здоров'я як однієї з найважливіших цінностей в житті.

Таблиця 3.1

Показники виразності термінальних цінностей у фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України

| Термінальні цінності | 1-а гр. (M ± m) | 2-а гр. (M ± m) | 3-а гр. (M ± m) | t (1, 2) | t (1, 3) | t (2, 3) |
|-------------------------------|--------------------|--------------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|
| Активна життєдіяльність | 8,86 ± 2,68 | 2,87±1,95 | 2,70±1,17 | 3,59 | 3,67** | 0,32 |
| Життєва мудрість | 15,69 ± 2,12 | 11,65±5,44 | 6,33±1,42 | 1,02 | 2,57* | 2,29* |
| Здоров'я | 8,26 ± 2,06 | 3,83±2,37 | 2,67±1,02 | 2,09 | 2,16* | 0,55 |
| Цікава робота | 12,04 ± 1,89 | 2,73±1,62 | 3,55±1,30 | 3,88 | 3,24** | 1,27 |
| Краса природи та мистецтва | 12,15 ± 2,13 | 16,52±1,98 | 14,22±2,67 | 1,15 | 1,20 | 1,18 |
| Любов | 3,86 ± 2,66 | 10,48±4,17 | 6,39±1,51 | 2,16 | 1,52 | 1,39 |
| Матеріально забезпечене життя | 3,12 ± 2,08 | 8,38±3,75 | 8,59±2,10 | 1,98 | 1,65 | 0,38 |
| Вірні друзі | 5,07 ± 1,94 | 9,73±3,52 | 7,99±2,05 | 1,59 | 1,18 | 1,31 |
| Стабільне становище у країні | 13,08 ± 2,58 | 7,70±3,08 | 9,43±2,30 | 1,44 | 1,30 | 1,26 |
| Суспільне визнання | 7,85 ± 2,44 | 6,13±3,5 | 14,88±3,49 | 0,19 | 2,42* | 2,07* |
| Пізнання | 7,69 ± 2,25 | 11,35±2,77 | 10,64±2,57 | 1,81 | 1,70 | 0,86 |
| Продуктивне життя | 11,94 ± 2,60 | 7,11±1,96 | 4,11±1,38 | 1,59 | 1,96 | 1,44 |
| Творчість, саморозвиток | 12,65 ± 2,64 | 15,85±2,81 | 14,39±2,55 | 1,65 | 1,41 | 0,78 |
| Задоволення, розваги | 9,21 ± 2,36 | 14,05±2,75 | 13,88±3,17 | 2,19 | 2,02* | 0,63 |
| Воля, незалежність | 8,65 ± 2,49 | 11,95±3,25 | 10,43±2,46 | 1,46 | 1,37 | 0,74 |
| Сімейне життя | 7,23 ± 2,16 | 7,55±2,69 | 5,29±1,52 | 0,41 | 1,18 | 1,30 |
| Рівність поміж людьми | 12,28 ± 2,57 | 13,20±3,42 | 15,99±3,28 | 0,85 | 1,32 | 1,29 |
| Упевненість в собі | 11,33 ± 2,52 | 9,90±3,46 | 10,66±2,32 | 1,24 | 0,95 | 0,54 |
| *p ≤ 0,05; **p ≤ 0,01 | | | | | | |

Наступні розбіжності було виявлено відносно такої термінальної цінності як цікава робота. Може здатися некоректним пропонування вказаної цінності як діючим фахівцям, так і курсантам-випускникам, які ще не працювали та майже не знайомі з реальними особливостями своєї майбутньої роботи. Проте ми маємо справу з термінальними цінностями, тобто цінностями – цілями, які мають властивість бути розтягнутими у часі. Цікава робота, на наш погляд, багато в чому визначає гармонійний склад всієї життєдіяльності людини, забезпечує її задоволеність собою та позитивно впливає на самосприйняття особистості. Саме через це результати, отримані в 1-ій групі, м'яко кажучи, дивують. Одне пояснення цьому ми спробували знайти. Якщо подивитись на загальний ціннісний ряд курсантів, можна побачити виражену особистісну спрямованість. Тобто як цінності молодими фахівцями представляються потреби, що на даний момент їх життя є досить актуальними. Отже, у порівнянні з результатами у 2-ій та 3-ій групах, відмінності є достовірними на рівні $p \leq 0,01$.

Курсанти, на відміну від фахівців-рятувальників 2-ї групи ($p \leq 0,05$), вважають любов однією з найважливіших термінальних цінностей. Отримані результати підтверджують припущення, висунуте вище, про те, що курсантів на даному етапі їх життя більш хвилюють цінності, які відбивають зміст їх потребнісної сфери.

Така цінність як суспільне життя не є достатньо актуальною для досліджуваних, які увійшли до 3-ї групи, у порівнянні з 1-ю та 2-ю групами досліджуваних ($p \leq 0,05$). Таку особливість можна пояснити тим, що фахівці, які на власні очі бачили загибель інших людей, дещо по іншому ставляться до людської уваги, поваги оточуючих. На їх думку, визнання нічого не варте у порівнянні з життям людини. Саме тому вони не прагнуть його, а спрямовують свої зусилля на професійну діяльність (за показниками ціннісного ряду).

Останні достовірні розходження у виразності термінальних цінностей серед досліджуваних трьох груп було відмічено стосовно такої цінності як

задоволення і розваги – в 1-ій групі досліджуваних така цінність є більш актуальною ($t = 2,19$ у порівнянні з 2-ю групою; $t = 2,02$ у порівнянні з 3-ю групою, при $p \leq 0,05$ в обох випадках). Цю особливість можна спробувати пояснити віковими особливостями опитаних.

Наступним кроком у вивченні ціннісного простору фахівців-рятувальників з різним професійним досвідом став аналіз особливостей їх інструментальних цінностей.

Аналізуючи дані стосовно виразності в життєвій ієрархії рятувальників інструментальних цінностей, тобто цінностей-засобів, ми отримали наступні достовірні розходження (див. табл. 3.2).

Така інструментальна цінність як акуратність, що припускає порядність людини, упорядкованість її справ тощо, відмічається курсантами, у порівнянні з 2-ю та 3-ю групами, як більш важлива та необхідна ($t = 3,27$ у порівнянні з 2-ю групою, $t = 3,11$ у порівнянні з 3-ю групою, при $p \leq 0,01$ в обох випадках). Також до ряду важливих цінностей-засобів досліджувані 1-ї групи відносять високі вимоги як до себе, так і до оточуючих. Це також може виражатись і у високому рівні домагань та очікувань. Результати є достовірними на рівні $p \leq 0,05$ в обох випадках.

А от такі цінності як сміливість та ефективність в діяльності є не достатньо важливими для майбутніх рятувальників. Ці цінності є актуальними для досліджуваних 2-ї та 3-ї груп. Результати є достовірним на рівні $p \leq 0,05$ (див. табл. 3.2).

Досліджуваним 3-ї групи, на відміну від молодих фахівців та досліджуваних 2-ї групи ($p \leq 0,05$), як одну з найважливіших інструментальних цінностей властиво виділяти освіченість, широту знань, високий рівень загальної культури. Також рятувальники, які увійшли до 3-ї групи в нашому дослідженні, більш, ніж їх колеги з 1-ї та 2-ї груп віддають перевагу твердій волі, вмінню відстоювати свої погляди та не відступати перед неприємностями. Відмінності в результатах є достовірними на рівні $p \leq 0,05$ (див. табл. 3.2).

Таблиця 3.2

Показники виразності інструментальних цінностей у фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України

| Інструментальні цінності | 1-а гр. (M ± m) | 2-а гр. (M ± m) | 3-а гр. (M ± m) | t (1, 2) | t (1, 3) | t (2, 3) |
|---------------------------|--------------------|--------------------|--------------------|-------------|-------------|-------------|
| Акуратність | 2,36 ± 2,09 | 13,21 ± 3,15 | 10,19±1,66 | 3,27** | 3,11** | 1,32 |
| Вихованість | 10,48 ± 2,16 | 9,78 ± 1,23 | 8,91±1,75 | 0,38 | 1,45 | 0,50 |
| Високі вимоги | 9,17 ± 2,44 | 17,31 ± 3,02 | 16,95±2,18 | 2,41* | 2,17* | 1,26 |
| Життєрадісність | 10,23 ± 2,61 | 14,12 ± 2,94 | 11,34±2,07 | 1,49 | 0,70 | 1,55 |
| Дисциплінованість | 5,89 ± 1,09 | 3,96 ± 1,96 | 4,40±1,19 | 1,63 | 1,24 | 1,31 |
| Незалежність | 11,02 ± 2,51 | 15,32 ± 2,34 | 9,66±1,58 | 1,57 | 1,46 | 1,86 |
| Неприйняття недоліків | 12,38 ± 3,13 | 15,95 ± 2,68 | 13,10±1,60 | 1,45 | 0,72 | 1,21 |
| Освіченість | 15,94 ± 3,08 | 14,09 ± 2,01 | 7,45±1,44 | 0,84 | 2,46* | 2,30* |
| Відповідальність | 4,37 ± 2,17 | 2,45 ± 1,67 | 3,22±0,39 | 1,41 | 0,82 | 0,69 |
| Раціоналізм | 6,49 ± 2,37 | 13,57 ± 2,41 | 8,39±1,56 | 2,63* | 1,27 | 2,36* |
| Самоконтроль | 8,16 ± 2,04 | 4,18 ± 2,08 | 9,15±1,57 | 1,55 | 1,68 | 1,59 |
| Сміливість | 17,93 ± 1,62 | 10,83 ± 2,16 | 8,77±1,49 | 2,19* | 2,29* | 1,35 |
| Тверда воля | 16,12 ± 2,71 | 13,95 ± 3,09 | 6,77±1,21 | 1,43 | 2,39* | 2,16* |
| Терпимість до думок інших | 15,60 ± 2,06 | 11,63 ± 2,97 | 14,77±2,40 | 1,48 | 0,34 | 1,20 |
| Широта поглядів | 13,54 ± 2,11 | 16,59 ± 2,35 | 15,91±2,72 | 1,41 | 1,53 | 1,07 |
| Чесність | 14,91 ± 3,22 | 16,31 ± 2,48 | 14,29±2,56 | 1,68 | 0,22 | 1,70 |
| Ефективність в діяльності | 17,16 ± 2,65 | 8,19 ± 1,98 | 5,20±1,03 | 2,44* | 2,82* | 1,31 |
| Чуйність | 17,89 ± 2,81 | 11,12 ± 2,14 | 16,47±2,76 | 1,65 | 0,78 | 1,52 |
| *p ≤ 0,05; **p ≤ 0,01 | | | | | | |

Відносно такої інструментальної цінності як раціоналізм погляди досліджуваних 3-ї групи зійшлися з думкою молодих фахівців. Вони, на відміну від досліджуваних 2-ї групи ($p \leq 0,05$), вважають, що в житті просто необхідно вміння логічно мислити, приймати обдумані, раціональні рішення та робити адекватні висновки.

Оскільки техніка проведення використаної нами методики припускає пряме ранжування переліку цінностей, це дозволяє нам **побудувати ієрархію життєвих цінностей рятувальників** (див. табл. 3.3 - 3.5). При описі такої структури ми вважаємо за потрібне звернути увагу на провідні позиції цінностей. На наш погляд, саме вони є актуальними для особистості та можуть певним чином обумовлювати її світосприйняття, самосприйняття, відношення до життя та смерті. **Розроблена ієрархія цінностей дозволяє побудувати так званий «ціннісно-орієнтаційний портрет», який може відобразити деякі особистісні особливості рятувальників.**

Отримані дані свідчать про те, що найголовнішим в житті майбутніх рятувальників (див. табл. 3.3) є матеріально забезпечене життя, любов, наявність вірних друзів та благополуччя в родині. Наступні сходинки відведені пізнанню та суспільному визнанню. Ці цінності можна відмітити як взаємопов'язані або сказати, що все ж таки пізнання, освіченість та загальний рівень культури особистості сприятиме її суспільному визнанню.

Здоров'я, незалежність та активна життєдіяльність займають наступний ціннісний шар. Вони можуть характеризувати позицію активної особистості, націленої на підкорення світу. Задоволення, розваги, упевненість в собі, продуктивне життя та цікава робота лише доповнюють та підкріплюють зазначену спрямованість молодих рятувальників.

Відносно ієрархії інструментальних цінностей досліджуваних 1-ї групи можна відзначити, що головними цінностями-засобами є акуратність, відповідальність, дисциплінованість, раціоналізм та самоконтроль.

**Рангова структура життєвих цінностей майбутніх рятувальників – курсантів
факультету аварійно-рятувальних сил УЦЗУ**

| Ранг | Термінальні цінності | Ранг | Інструментальні цінності |
|-------------|-------------------------------|-------------|---------------------------------|
| 9 | Активна життєдіяльність | 1 | Акуратність |
| 18 | Життєва мудрість | 8 | Вихованість |
| 7 | Здоров'я | 6 | Високі вимоги |
| 13 | Цікава робота | 7 | Життєрадісність |
| 14 | Краса природи та мистецтва | 3 | Дисциплінованість |
| 2 | Любов | 9 | Незалежність |
| 1 | Матеріально забезпечене життя | 10 | Неприйняття недоліків |
| 3 | Вірні друзі | 14 | Освіченість |
| 17 | Стабільне становище у країні | 2 | Відповідальність |
| 6 | Суспільне визнання | 4 | Раціоналізм |
| 5 | Пізнання | 5 | Самоконтроль |
| 12 | Продуктивне життя | 18 | Сміливість |
| 16 | Творчість, саморозвиток | 15 | Тверда воля |
| 10 | Задоволення, розваги | 13 | Терпимість до думок інших |
| 8 | Воля, незалежність | 11 | Широта поглядів |
| 4 | Сімейне життя | 12 | Чесність |
| 15 | Рівність поміж людьми | 16 | Ефективність у діяльності |
| 11 | Упевненість в собі | 17 | Чуйність |

Перераховані якості в сукупності можуть виступати гарантом ефективного вирішення будь-якої справи. Саме вони необхідні фахівцеві при виконанні своїх професійних обов'язків.

Наступними за виразністю цінностями-засобами є високі вимоги молодих фахівців як до себе, так і до оточуючих, життєрадісність, вихованість, незалежність та неприйняття недоліків. Узагальнюючи перераховані цінності, можна припустити, що вони можуть сприйматись курсантами як умова успішності людини майже у всіх сферах життєдіяльності. Дещо незрозумілим є те, що такі цінності як ефективність в діяльності, освіченість, тверда воля та сміливість займають останні позиції в ієрархічній структурі інструментальних цінностей майбутніх фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України.

В таблиці 3.4 приведено результати побудови рангової структури термінальних та інструментальних цінностей фахівців аварійно-рятувальних підрозділів, які під час виконання своїх професійних обов'язків не стикались з людськими жертвами.

В переліку термінальних цінностей головує цікава робота, активна життєдіяльність та здоров'я. Можна сказати, що ця тріада цінностей, з одного боку, відбиває теперішнє становище фахівців-рятувальників та посиляється на перспективу – що буде актуальним і в майбутньому.

Далі у списку знаходиться прагнення до суспільного визнання, до поваги з боку оточення, товаришів по роботі. Професійна діяльність рятувальників сповнена героїзму та відваги і присвячена, в першу чергу, іншим людям. Це вже само по собі викликає повагу та захоплення з боку оточення. Можливість заслужити повагу від колег підіймає професійну самооцінку рятувальника та може свідчити про підвищення його професійної майстерності.

Наступну сходинку займає, знову ж таки, цінність, яка певною мірою пов'язана з професійною діяльністю рятувальників – це продуктивність життя, а саме максимально повне використання своїх можливостей та сил.

**Рангова структура життєвих цінностей фахівців аварійно-рятувальних підрозділів
МНС України, що увійшли до 2-ї групи досліджуваних**

| Ранг | Термінальні цінності | Ранг | Інструментальні цінності |
|-------------|----------------------------------|-------------|---------------------------------|
| 2 | Активна життєдіяльність | 9 | Акуратність |
| 13 | Життєва мудрість | 5 | Вихованість |
| 3 | Здоров'я | 18 | Високі вимоги |
| 1 | Цікава робота | 13 | Життєрадісність |
| 18 | Краса природи та мистецтва | 2 | Дисциплінованість |
| 11 | Любов | 14 | Незалежність |
| 8 | Матеріально забезпечене життя | 15 | Неприйняття недоліків |
| 9 | Вірні друзі | 12 | Освіченість |
| 7 | Стабільне становище у країні | 1 | Відповідальність |
| 4 | Суспільне визнання | 10 | Раціоналізм |
| 12 | Пізнання | 3 | Самоконтроль |
| 5 | Продуктивне життя | 6 | Сміливість |
| 17 | Творчість, саморозвиток | 11 | Тверда воля |
| 16 | Задоволення, розваги | 8 | Терпимість до думок інших |
| 14 | Воля, незалежність | 17 | Широта поглядів |
| 6 | Сімейне життя | 16 | Чесність |
| 15 | Рівність поміж людьми | 4 | Ефективність у діяльності |
| 10 | Упевненість в собі | 7 | Чуйність |

Слід зазначити, що працівники аварійно-рятувальних підрозділів МНС України майже завжди працюють з повною віддачею, на межі своїх можливостей. Це, у свою чергу, не може не позначитися на життєвих принципах та на життєвому сенсі рятувальників.

Шосте місце в рейтингу ціннісних орієнтацій рятувальників займає щасливе сімейне життя, сьоме – стабільність у країні, в суспільстві, збереження миру між народами. Серед менш важливих термінальних цінностей у своєму житті рятувальниками відмічено матеріальне забезпечене життя, наявність вірних друзів та упевненість в собі. Далі за рейтингом розташовані такі цінності як любов, можливість пізнання, життєва мудрість, самостійність та незалежність. Що стосується останніх позицій в рейтингу цінностей, то на цих місцях опинилися розваги, задоволення, можливість саморозвитку, а також краса природи та мистецтва.

Таким чином, виходячи з отриманих результатів, ми можемо відмітити, що серед найбільш важливих ціннісних орієнтацій рятувальників, які спрямовують їх життя, превалюють ті термінальні цінності, які певною мірою стосуються їхньої професійної діяльності та добробуту оточуючих.

Доповнити отриману картину допоможе рейтинг інструментальних цінностей рятувальників. Так, розглядаючи ієрархію цінностей-засобів, можна відмітити наступне. Провідні місця у рейтингу займають відповідальність, яка включає вміння дотримуватися слова, відповідати за свої вчинки; вихованість, гарні манери, ввічливість; дисциплінованість; ефективність у діяльності; сміливість та чуйність. Менш значущими, з точки зору рятувальників, є такі цінності-засоби, як: терпимість до думок інших, вміння пробачати людям помилки, акуратність, порядок у справах, раціоналізм та тверда воля. Все це свідчить про те, що рятувальникам притаманні вміння контролювати себе, свої дії, вміння відстоювати свою точку зору та стійкість перед труднощами. Останні сходинки в ієрархії інструментальних цінностей рятувальників займають такі цінності як життєрадісність, почуття гумору; незалежність, можливість діяти самостійно,

окремо від інших; неприйняття недоліків в собі та інших людях; чесність; широта поглядів та високі вимоги до життя. Спираючись на вищезазначене, слід відмітити, що в тому, яким чином у рейтингу розташовані інструментальні цінності, можна побачити дію впливу особливостей професійної діяльності рятувальників.

Розглядаючи ціннісну структуру рятувальників, які увійшли до 3-ї групи досліджуваних, можна відмітити наступне (див. табл. 3.5).

Першу сходинку в даному рейтингу займає така цінність як здоров'я. Таку позицію можна спробувати пояснити знову ж таки крізь призму власного професійного та суб'єктивного досвіду фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України. Можна припустити, що пережиті особистістю негативні моменти у професійній діяльності, а саме – надання допомоги постраждалим під час надзвичайної ситуації, неможливість запобігти збільшенню травмованих та загиблих людей в осередку надзвичайної ситуації тощо, могло зумовити саме таке розподілення життєвих цінностей. Такий досвід просто змушує людину більш за все цінувати своє здоров'я та життя.

Другу та третю сходинки в даному переліку відведено активній життєдіяльності та цікавій роботі. Ця позиція є аналогічною уявленням досліджуваним з 2-ї групи. Четверте та п'яте місце займають, на наш погляд, також досить важливі для повноцінної та гармонійної життєдіяльності рятувальника цінності – продуктивне життя та його родина. Можна сказати, що приведена п'ятірка термінальних цінностей фахівця аварійно-рятувального підрозділу МНС України є втіленням або проекцією його розуміння власного щастя. Життєва мудрість, любов та вірні друзі лише доповнюють приведену картину та розкривають раціональність у підході досліджуваних 3-ї групи до всебічної оцінки своїх життєвих цінностей.

Наступну ціннісну тріаду утворили матеріально забезпечене життя, стабільне становище у країні та можливість відстоювати свої інтереси.

**Рангова структура життєвих цінностей фахівців аварійно-рятувальних підрозділів
МНС України, що увійшли до 3-ї групи досліджуваних**

| Ранг | Термінальні цінності | Ранг | Інструментальні цінності |
|-------------|----------------------------------|-------------|---------------------------------|
| 2 | Активна життєдіяльність | 11 | Акуратність |
| 6 | Життєва мудрість | 8 | Вихованість |
| 1 | Здоров'я | 18 | Високі вимоги |
| 3 | Цікава робота | 12 | Життєрадісність |
| 15 | Краса природи та мистецтва | 2 | Дисциплінованість |
| 7 | Любов | 10 | Незалежність |
| 9 | Матеріально забезпечене життя | 13 | Неприйняття недоліків |
| 8 | Вірні друзі | 5 | Освіченість |
| 10 | Стабільне становище у країні | 1 | Відповідальність |
| 17 | Суспільне визнання | 7 | Раціоналізм |
| 12 | Пізнання | 9 | Самоконтроль |
| 4 | Продуктивне життя | 6 | Сміливість |
| 16 | Творчість, саморозвиток | 4 | Тверда воля |
| 14 | Задоволення, розваги | 15 | Терпимість до думок інших |
| 11 | Воля, незалежність | 16 | Широта поглядів |
| 5 | Сімейне життя | 14 | Чесність |
| 18 | Рівність поміж людьми | 3 | Ефективність у діяльності |
| 13 | Упевненість в собі | 17 | Чуйність |

Розглянувши домінуючі цінності, ми не можемо не звернути уваги і на те, що така цінність, як суспільне визнання займає одну з останніх сходинок у приведеному рейтингу досліджуваних 3-ї групи. Це ще раз підтверджує, що фахівці, які щоденно, йдучи на свідомий ризик, забезпечують безпеку життя інших людей, не вважають себе героями та характеризують свої дії як свій обов'язок.

Серед інструментальних цінностей головує відповідальність, дисциплінованість та ефективність у діяльності. Може скластися враження, що досліджувані 3-ї групи свої ділові якості переносять і на повсякденне життя або вважають, що саме ці якості дозволяють досягати поставлених цілей в житті. Цей перелік доповнюють такі цінності-засоби, як тверда воля, освіченість, сміливість та раціоналізм. Самоконтроль і можливість відстоювати свої позиції також можна віднести до цінностей, які мають певну професійну спрямованість.

Оскільки ціннісні орієнтації багатьма авторами зазначаються як детермінанти процесу формування настанов, життєвих принципів та ідеалів, отримані результати дозволили створити «ціннісний портрет» рятувальника. Отже головною характеристикою працівника аварійно-рятувального підрозділу МНС України є чітка спрямованість на професійну діяльність, на більш ефективне її виконання та продуктивність свого життя. Саме ці цінності головує в уявленні про цілі у житті рятувальників. Окрім цього, відмічається тверда позиція щодо обирання засобів реалізації поставлених цілей. І в цьому випадку також рятувальники вказують на ті засоби, які допомагають їм професійно реалізуватись, ефективно виконувати завдання та підвищувати рівень своєї професійної майстерності.

3.2. Оцінка термінальних цінностей фахівців-рятувальників

Однією з найважливіших проблем сучасних психологічних досліджень є вивчення структурного складу та регуляторних функцій ціннісних

орієнтацій. Аналіз їх структури включає співвідношення смислоутворюючої і стимулюючої функцій, змістовного та динамічного компонентів. Ціннісні орієнтації можуть бути представлені в цілях, ідеалах, інтересах, принципах та переконаннях. Свій прояв вони знаходять у реальній поведінці особистості. Система стійких ціннісних орієнтацій людини є показником її внутрішнього світу, соціальної позиції та рівня духовного розвитку. Вивчення особливостей цінностей-цілей дозволить дослідити особливості суб'єктивного розуміння особистістю своєї професії та свого професійного призначення, адже система ціннісних орієнтацій виявляє загальне ставлення особистості до всього, з чим вона стикається.

Отже, аналіз даних щодо вивчення термінальних цінностей фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України дозволив отримати загальну характеристику виразності цінностей-цілей у всіх трьох групах досліджуваних (див. табл. 3.6 - 3.8 та рис. 3.1 – 3.3).

У ході дослідження було встановлено, що домінуючою цінністю для курсантів, які взяли участь у нашому дослідженні, є власний престиж (див. табл. 3.6 та рис. 3.1).

Вказане поняття містить в собі ряд факторів, які, перш за все, відносяться до характеристики Я-концепції особистості. Крізь призму зазначеного явища досліджувані мають змогу демонструвати свою самооцінку (її непряму, завуальовану характеристику), самосприйняття та відношення до оточуючих. Зауважимо, що превалювання такого типу цінностей може говорити про особистісну незрілість та бажання підвищити свою значущість в очах оточуючих. Такі особливості також можуть свідчити про занижений рівень самооцінки у курсантів та невпевненість в собі. Про це також свідчить те, що максимальну виразність ця група цінностей отримала у сфері професійного життя особистості.

Таблиця 3.6

**Ступінь виразності показників сформованості термінальних цінностей
курсантів факультету аварійно-рятувальних сил УЦЗУ (1-а група)**

| Цінності та життєві сфери | Професійне життя | Навчання та освіта | Сімейне життя | Суспільне життя | Хобі | Σ |
|--------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|--------------------------|----------------------------|--------------|----------|
| Власний престиж | 19,98 | 9,16 | 6,12 | 6,74 | 7,44 | 39,44 |
| Матеріальне становище | 9,93 | 8,73 | 6,21 | 3,15 | 4,15 | 32,17 |
| Креативність | 6,18 | 5,14 | 3,38 | 3,09 | 5,16 | 22,95 |
| Соціальні контакти | 7,34 | 8,71 | 4,11 | 4,44 | 8,11 | 32,71 |
| Саморозвиток | 8,14 | 4,49 | 3,49 | 5,38 | 7,46 | 28,96 |
| Досягнення | 7,08 | 7,11 | 4,37 | 4,16 | 4,09 | 26,81 |
| Духовне задоволення | 4,38 | 4,01 | 7,16 | 3,24 | 3,27 | 22,06 |
| Збереження індивідуальності | 7,39 | 3,13 | 7,41 | 6,18 | 6,41 | 30,52 |
| Σ | 60,42 | 50,48 | 42,25 | 36,38 | 46,09 | - |

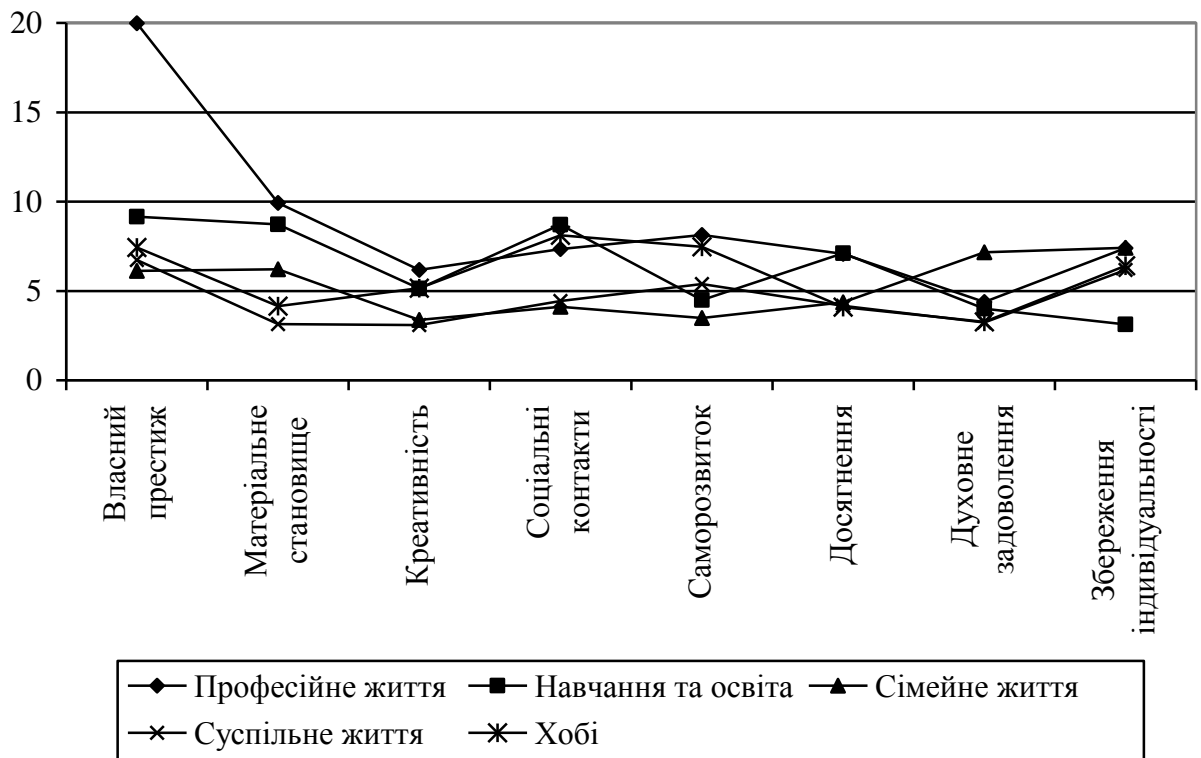


Рис. 3.1. Виразність основних цінностей у життєвих сферах (1-а група досліджуваних фахівців-рятувальників)

Отже, можна припустити, що майбутні фахівці-рятувальники на теперішньому етапі своєї професіоналізації потребують професійного визнання та прагнуть за допомогою свого професійного вибору підвищити свою соціальну позицію. Це також підтверджує той факт, що дана цінність є виразною у курсантів і в межах такої життєвої сфери як навчання і освіта.

Цікавим є і той факт, що серед всіх зазначених життєвих сфер найбільш актуальними та важливими для курсантів є знову ж таки професійне життя та освіта.

Таким чином, можна зауважити, що отримані дані відбивають досить очікувану картину щодо характеристики ціннісної сфери курсантів – майбутніх рятувальників. В силу особливостей свого актуального становища найважливішою для них є майбутня професійна діяльність.

Необхідно додати, що друге місце після «власного престижу» посідає цінність, яка полягає у значенні для особистості соціальних контактів. Дана цінність є найбільш актуальною для курсантів в межах їх навчання і освіти.

Також відмітимо, що найменш пріоритетною для курсантів є сфера суспільного життя. А останні позиції серед цінностей відведено збереженню власної індивідуальності у сфері освіти та навчання.

Вивчення особливостей термінальних цінностей в 2-й групі фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України дозволило встановити наступне (див. табл. 3.7 та рис. 3.2).

Отримані дані свідчать, що найбільшу виразність серед всіх вказаних цінностей в 2-й групі досліджуваних отримала така цінність як саморозвиток особистості. Найбільш актуальною зазначена термінальна цінність є в межах сфери професійного життя. Отже, на відміну від курсантів, які за допомогою своєї професії здебільшого прагнуть закріпитись в суспільстві та підвищити свій власний престиж, фахівці-рятувальники воліють самовдосконалюватись та професійно розвиватись. Їх основною метою є постійне вдосконалення в оволодінні новими технологіями, які застосовуються в їх діяльності, адже головна професійна мета рятувальників – це збереження життя людей та їх безпеки.

Необхідно також зауважити, що сфера професійного життя є найголовнішою для рятувальників МНС України. Другу сходинку відведено сімейному життю, де головною цінністю є матеріальне забезпечення.

Окрім цього, особливістю рятувальників є те, що вони, як і курсанти УЦЗУ, велике значення приділяють соціальним контактам. Дана цінність є найбільш виразною у сфері професійного життя особистості. На додачу до цього, фахівці 2-ї групи спрямовані на духовне задоволення від своєї професійної діяльності.

Ступінь виразності показників сформованості термінальних цінностей фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України (2-а група)

| Цінності та життєві сфери | Професійне життя | Навчання та освіта | Сімейне життя | Суспільне життя | Хобі | Σ |
|----------------------------------|-------------------------|---------------------------|----------------------|------------------------|-------------|----------|
| Власний престиж | 7,34 | 3,18 | 3,39 | 6,31 | 3,18 | 23,40 |
| Матеріальне становище | 6,44 | 4,49 | 7,33 | 4,29 | 3,04 | 25,59 |
| Креативність | 8,13 | 2,13 | 6,22 | 5,09 | 3,39 | 24,96 |
| Соціальні контакти | 9,21 | 6,18 | 5,16 | 3,16 | 4,31 | 28,02 |
| Саморозвиток | 9,47 | 6,67 | 4,43 | 4,17 | 2,28 | 27,02 |
| Досягнення | 8,14 | 4,35 | 5,72 | 3,18 | 2,11 | 23,50 |
| Духовне задоволення | 8,49 | 5,31 | 6,18 | 3,49 | 3,09 | 26,56 |
| Збереження індивідуальності | 5,18 | 2,93 | 4,15 | 2,15 | 2,13 | 16,54 |
| Σ | 62,40 | 35,24 | 42,58 | 31,84 | 23,53 | - |

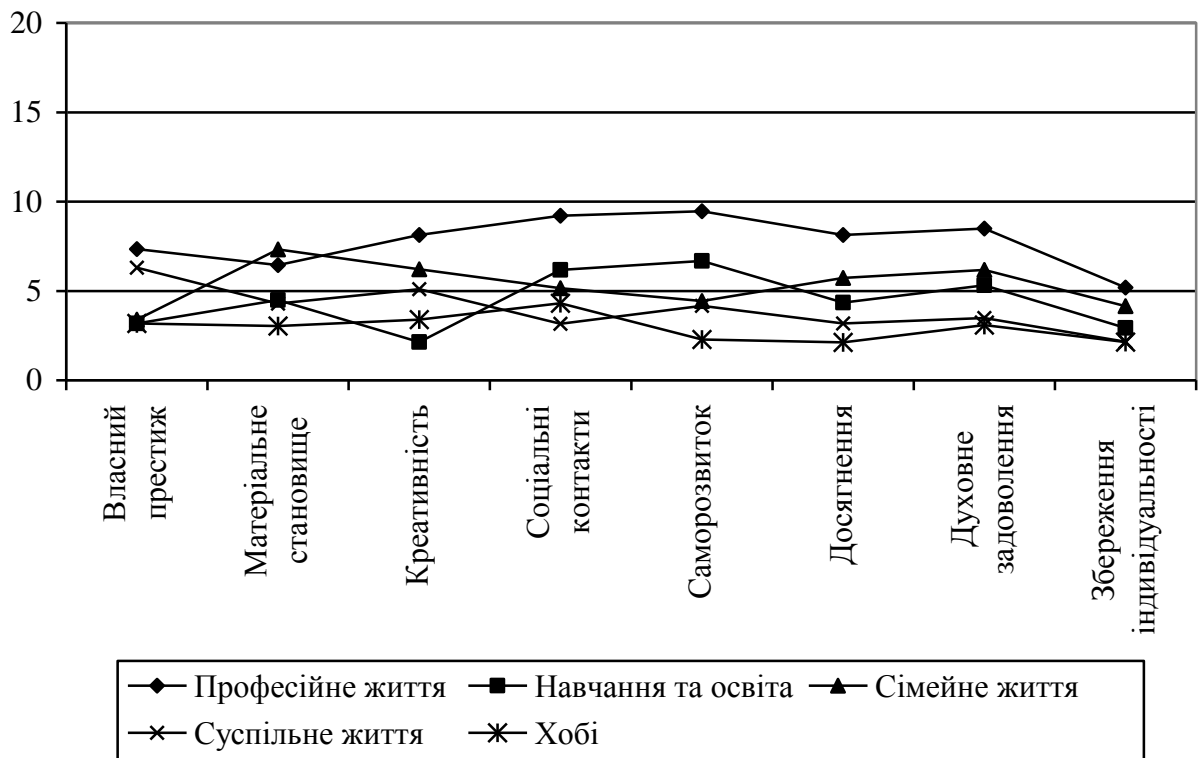


Рис. 3.2. Виразність основних цінностей у життєвих сферах (2-а група досліджуваних фахівців-рятувальників)

Загальна картина виразності цінностей-цілей в групі рятувальників, які не стикались з людськими жертвами під час ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій, дозволяє констатувати спрямованість цих фахівців на своє професійне та сімейне життя.

Аналіз виразності термінальних цінностей у групі фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України, які стикались з людськими жертвами під час виконання своїх професійних обов'язків (див. табл. 3.8 та рис. 3.3), дозволив встановити, що головною цінністю для цих досліджуваних є активні соціальні контакти. Дана цінність є найбільш актуальною у сфері професійного життя особистості. Це може свідчити про прагнення особистості встановлювати позитивні взаємовідносини з колегами. Також можна відмітити, що такі обстежувані дуже переймаються соціально-психологічним кліматом у колективі, атмосферою довіри та взаємної допомоги серед колег по роботі.

Таблиця 3.8

**Ступінь виразності показників сформованості термінальних цінностей
фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України (3-я група)**

| Цінності та життєві сфери | Професійне життя | Навчання та освіта | Сімейне життя | Суспільне життя | Хобі | Σ |
|--------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|--------------------------|----------------------------|--------------|----------|
| Власний престиж | 6,82 | 2,14 | 2,18 | 8,74 | 4,49 | 24,37 |
| Матеріальне становище | 4,43 | 3,31 | 6,49 | 3,18 | 4,16 | 21,57 |
| Креативність | 3,81 | 2,34 | 7,14 | 6,36 | 5,07 | 24,72 |
| Соціальні контакти | 9,14 | 5,31 | 6,83 | 5,07 | 6,16 | 32,51 |
| Саморозвиток | 6,31 | 4,14 | 5,72 | 4,28 | 3,49 | 23,94 |
| Досягнення | 7,43 | 3,11 | 7,39 | 5,39 | 3,56 | 26,88 |
| Духовне задоволення | 6,13 | 4,49 | 8,75 | 4,06 | 7,88 | 31,31 |
| Збереження індивідуальності | 4,16 | 2,17 | 3,21 | 3,31 | 3,89 | 16,74 |
| Σ | 48,23 | 27,01 | 47,71 | 40,39 | 38,70 | - |

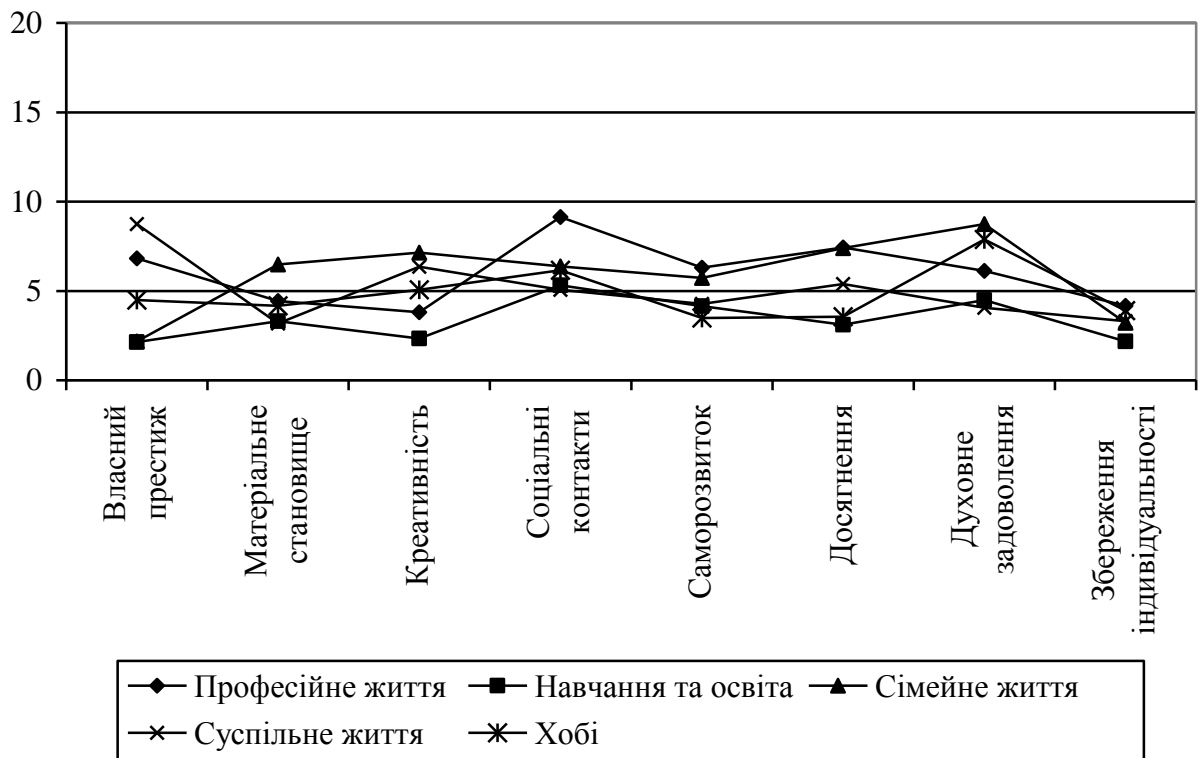


Рис. 3.3. Виразність основних цінностей у життєвих сферах (3-я група досліджуваних фахівців-рятувальників)

Такі особливості, безумовно, можуть бути наслідком пережитого разом з колегами важкого випадку в діяльності, зокрема – загибелі людей при ліквідації наслідків надзвичайної ситуації.

У сфері сімейного життя переважає цінність, що характеризує духовне задоволення досліджуваних. Вона проявляється у прагненні до глибокого взаєморозуміння з усіма членами родини, духовної близькості з ними.

Найменш виразною термінальною цінністю в 3-ій групі фахівців-рятувальників є збереження власної індивідуальності. Це можна пояснити тим, що існує вірогідність проєкції професійних установ та принципів на особистісну сферу людини. Ці фахівці присвятили своє життя допомозі іншим, тому турбота про свою власну особистість не є для них досить актуальною.

Отримані дані щодо загальної оцінки виразності термінальних цінностей працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України з

різним професійним та суб'єктивним досвідом дозволяють зробити висновок про домінування професійної сфери в життєдіяльності фахівців. Відмінністю в отриманих результатах трьох груп досліджуваних є лише виразність різних цінностей у рамках даної життєвої сфери. Встановлено, що в 1-ій групі домінує така цінність-ціль як власний престиж; в 2-ій групі – саморозвиток; в 3-ій групі – активні соціальні контакти. Можна припустити, що на цей факт можуть справляти вплив мотиви обрання досліджуваними своєї професії та суб'єктивний досвід фахівців.

3.3. Особливості актуальних потреб працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України

На сьогодні особливого значення набуває вивчення зазначеної проблеми на прикладі фахівців екстремального профілю, головною метою діяльності яких є задоволення потреби в безпеці інших людей. Вирішення цього питання в деякій мірі дозволить зрозуміти суб'єктивне ставлення особистості до своєї професії та свого професійного призначення. Головним аспектом, який потребує вивчення, є професійна спрямованість фахівця, а саме – виконання даним рятувальником своєї професійної діяльності або керуючись індивідуальною спрямованістю (задоволеність матеріальних потреб, потреб у визнанні), або мотивуючись соціальною спрямованістю (задоволеність потреб у самореалізації та потреб в міжособистісній взаємодії).

Сутність ціннісних орієнтацій особистості здебільшого полягає у проєкції внутрішніх устремлінь, потреб та, певною мірою, смислів існування особистості. *Ціннісно-смилова сфера особистості, з одного боку, – це майже статичне утворення, адже життєві принципи та цінності змінюються дуже рідко.* Проте існує безліч прикладів, коли в ієрархії ціннісних орієнтацій особистості відбуваються зміни. *Можна припустити, що силою, яка спонукає на це особистість, зазвичай виступають*

незадоволені потреби, які відрізняються динамічними властивостями. У разі набуття ними великого значення для особистості, вони трансформуються в цінності, переважно термінальні. Таким чином, саме вони мотивують поведінку особистості, саме вони можуть спонукати людину до певних дій та спрямовувати її життєдіяльність. Ось чому визначення ступеня задоволеності основних потреб фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України дозволить отримати відповідь на поставлене питання на різних етапах їх професіоналізації.

Відомо, що існують цілі ієрархії потреб особистості, які можна проектувати на категорії цінностей. Вивчення такого взаємозв'язку допоможе дослідити можливість трансформації незадоволених потреб особистості в її цінності.

Аналіз отриманих даних дослідження показав існування ряду достовірних розходжень у виразності ступеня задоволеності основних потреб фахівців-рятувальників у виділених нами 3 групах досліджуваних (див. табл. 3.9).

Було встановлено, що матеріальні потреби є найбільш актуальними для курсантів УЦЗУ та для фахівців-рятувальників, які увійшли до 2-ї групи досліджуваних. Як видно з таблиці 3.9, у них вони знаходяться в зоні незадоволеності, в той час як у досліджуваних 3-ї групи ці потреби є частково задоволеними. Результати є дійсними на рівні $p \leq 0,05$ в обох випадках.

Потреби в безпеці для курсантів – досліджуваних 1-ї групи, майже не існує. Вона є несуттєво виразною та знаходиться в зоні часткової незадоволеності. У фахівців-рятувальників 2-ї та 3-ї груп досліджуваних, навпаки, ця потреба є гострою та дуже актуальною. Розходження є значущими на рівні $p \leq 0,05$. Можна припустити, що достатньо високий рівень виразності даної потреби у групі працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України пояснюється впливом суб'єктивного професійного досвіду фахівців на їх власне світосприйняття. Вони, звичайно, більше ніж

курсанти бачили людських страждань та горя, вони, без перебільшення, на собі відчувають небезпеку при виконанні своїх службових обов'язків та при допомозі іншим людям. Саме такі обставини можуть провокувати підвищення виразності даної потреби у цих досліджуваних, адже у них може несвідомо виникати почуття страху за своє життя та за життя і безпеку своїх близьких людей. Можливо саме тому потреба в безпеці у цих фахівців може бути актуальною практично завжди.

Таблиця 3.9

**Рівень задоволеності основних потреб фахівців-рятувальників
та курсантів УЦЗУ**

| Актуальні потреби | 1-а група (M±m) | 2-а група (M±m) | 3-я група (M±m) | t (1, 2) | t (1, 3) | t (2, 3) |
|--------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| Матеріальні потреби | 34,18±1,58 | 31,29±1,86 | 23,76±1,28 | 0,84 | 2,25* | 2,14* |
| Потреба в безпеці | 27,65±1,22 | 34,11±2,17 | 35,70±2,33 | 2,13* | 0,72 | 2,20* |
| Соціальні потреби | 14,09±0,45 | 12,67±0,75 | 21,19±1,20 | 0,83 | 1,84 | 2,01* |
| Потреба у визнанні | 32,73±1,10 | 26,53±1,44 | 13,48±0,51 | 1,21 | 2,11* | 2,38* |
| Потреба у самовираженні | 11,99±0,39 | 12,71±0,61 | 20,04±1,06 | 0,56 | 1,74 | 1,61 |
| *p≤0,05 | | | | | | |

Потреби, які можна віднести до категорії соціальних або міжособистісних, в 2-ій групі є задоволеними, а в 1-ій та 3-ій групах досліджуваних є частково задоволеними (див. табл. 3.9 та рис. 3.4).

Професія, представники якої взяли участь в нашому дослідженні, є соціально значущою. Її специфіка припускає наявність у особистості широкого спектра різноманітних соціальних контактів, отже дану потребу можна назвати досить актуальною для рятувальників.

Окремої уваги заслуговують результати виразності потреби у визнанні. Ця потреба є дуже гострою для курсантів – майбутніх працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України. В 2-ій групі фахівців ця потреба знаходиться в зоні часткової задоволеності (розбіжності є достовірними на рівні $p \leq 0,05$). Можна припустити, що такі результати можуть бути обумовлені наявністю у курсантів бажання проявити себе у професії, взяти участь у ліквідації наслідків надзвичайної ситуації і, таким чином, стати визнаним фахівцем у професії.

Було встановлено, що більшість курсантів сприймають свою майбутню професійну діяльність як сповнену героїзму та таку, що потребує відваги. Діючі рятувальники, навпаки, не вважають свою професію особливою та надзвичайно складною. Так само вони не вважають себе героями. В уявленні ж курсантів ця професія співпадає з романтичними мріями про подвиги та геройські вчинки. Саме такими обставинами можна пояснити загострення даної потреби у майбутніх фахівців-рятувальників. Відмітимо, що цілком задоволена дана потреба у фахівців-рятувальників, які увійшли до 3-ї групи досліджуваних (відмічено достовірні розходження на рівні $p \leq 0,05$).

Деяко парадоксальними, у зв'язку з описаними вище результатами за виразністю потреби у визнанні, є дані щодо актуальності потреби в самовираженні. В 1-ій та 2-ій групах досліджуваних ця потреба знаходиться в зоні задоволеності. Можна припустити, що курсанти не вважають свою професійну діяльність сферою для самореалізації або самовираження. Ще одним варіантом пояснення таких результатів може бути відсутність

прагнення до саморозвитку та самоактуалізації через сприйняття своєї професійної діяльності як чітко регламентованої, такої, де нема місця свавіллю та прояву власних інтересів.

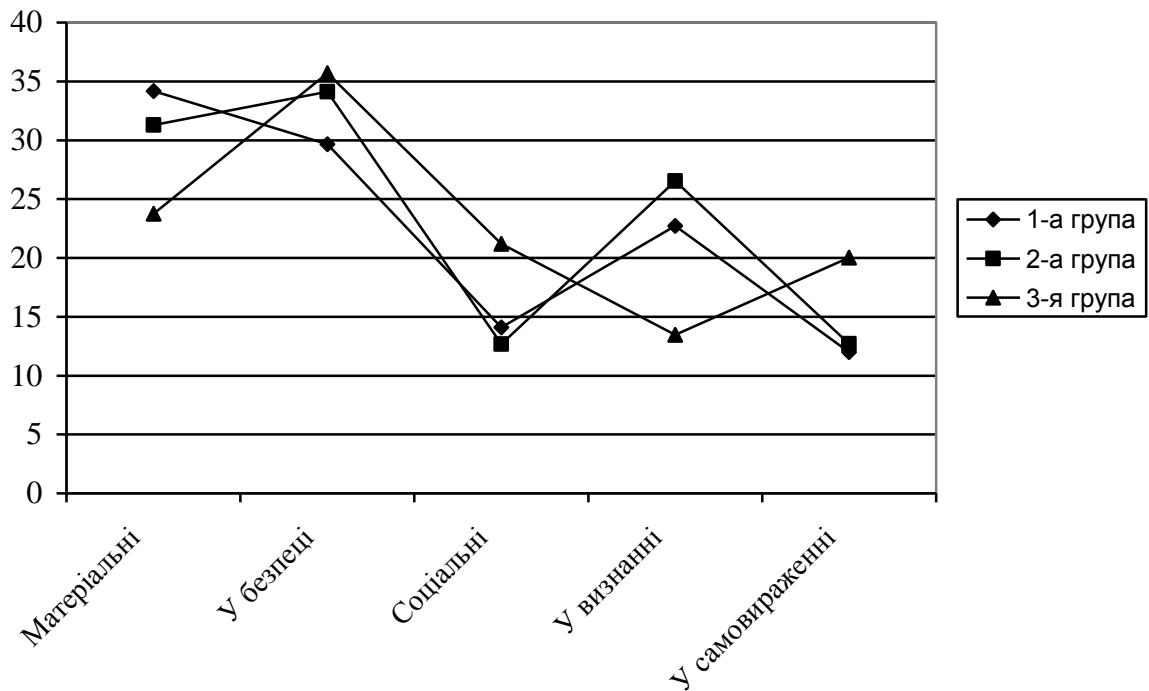


Рис. 3.4. Виразність ступеня задоволеності основних потреб у фахівців-рятувальників на різних етапах професіоналізації

Таким чином, аналіз результатів дослідження дозволив встановити, що основні категорії потреб мають різний ступінь задоволеності у майбутніх фахівців-рятувальників та працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України.

3.4. Особливості смисложиттєвих орієнтацій фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України з різним суб'єктивним досвідом

Питання смислу життя та ціннісних орієнтацій особистості є дуже глибоким та багатостороннім. Ця проблема вже досить довгий час є предметом аналізу філософії, соціології, психології, проте вона і досі

залишається недостатньо вивченою. Психологічний зміст зазначеного питання постає у вивченні ієрархії цінностей, розгляді змісту смислу життя та в аналізі особливостей їхнього впливу на життєдіяльність людини.

Смисл життя більшістю сучасних дослідників розглядається переважно з точки зору того, як та під впливом яких факторів відбувається його формування, та як вже сформований смисл життя або його відсутність впливає на свідомість особистості.

Смисл життя можна розуміти як психологічну реальність незалежно від того, яким змістом людина цей смисл наповнює. При цьому, слід зазначити, що *зміст та значення смислу життя має суто індивідуальний характер. Його втрату можна порівняти зі смертю людини в духовному аспекті. Адже відсутність смислу життя може спровокувати розвиток у людини ряду психічних розладів, викликати почуття смисловтрати, безглуздості життя.*

Уявлення про смисл життя та ієрархія ціннісних орієнтацій у кожної людини є своїми. Проте в них є дещо загальне, що зумовлене цілями та інтересами суспільства, до якого належить людина.

Особливу цікавість викликає вивчення особливостей смисложиттєвих орієнтацій у фахівців АРП. Для реалізації поставленого завдання нами було використано методику Д.О. Леонтьєва «Смисложиттєві орієнтації» (адаптована версія тесту «Цілі в житті»), що дозволяє оцінити наявність або відсутність смислу життя у досліджуваних.

Отримані результати стосовно вивчення складових смисло-життєвих орієнтацій дозволили виявити певні відмінності серед груп досліджуваних (див. табл. 3.10 та рис. 3.5).

Так, 3-я група досліджуваних, до якої увійшли фахівці аварійно-рятувальних підрозділів МНС України, що під час виконання своєї діяльності стикались з людськими жертвами, має значно нижчий рівень виразності, у порівнянні з іншими групами, такої складової смислу життя як цілі в житті ($t=2,13$, при $p \leq 0,05$ між 1-ю та 3-ю групами) та ($t=2,41$, $p \leq 0,05$ між 2-ю та

3-ю групами).

Таблиця 3.10

Сформованість складових смислу життя у фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України

| Складові смислу життя | 1-а група (M ± m) | 2-а група (M ± m) | 3-я група (M ± m) | t (1,2) | t (1,3) | t (2,3) |
|-----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|------------|------------|------------|
| Цілі | 32,04±2,14 | 34,18±1,93 | 27,52±2,48 | 0,94 | 2,13* | 2,41* |
| Процес | 31,25±2,33 | 26,47±1,94 | 21,09±2,16 | 1,86 | 2,82* | 1,06 |
| Результат | 27,16±1,90 | 31,44±2,25 | 33,11±2,81 | 1,22 | 1,39 | 0,92 |
| *p ≤ 0,05 | | | | | | |

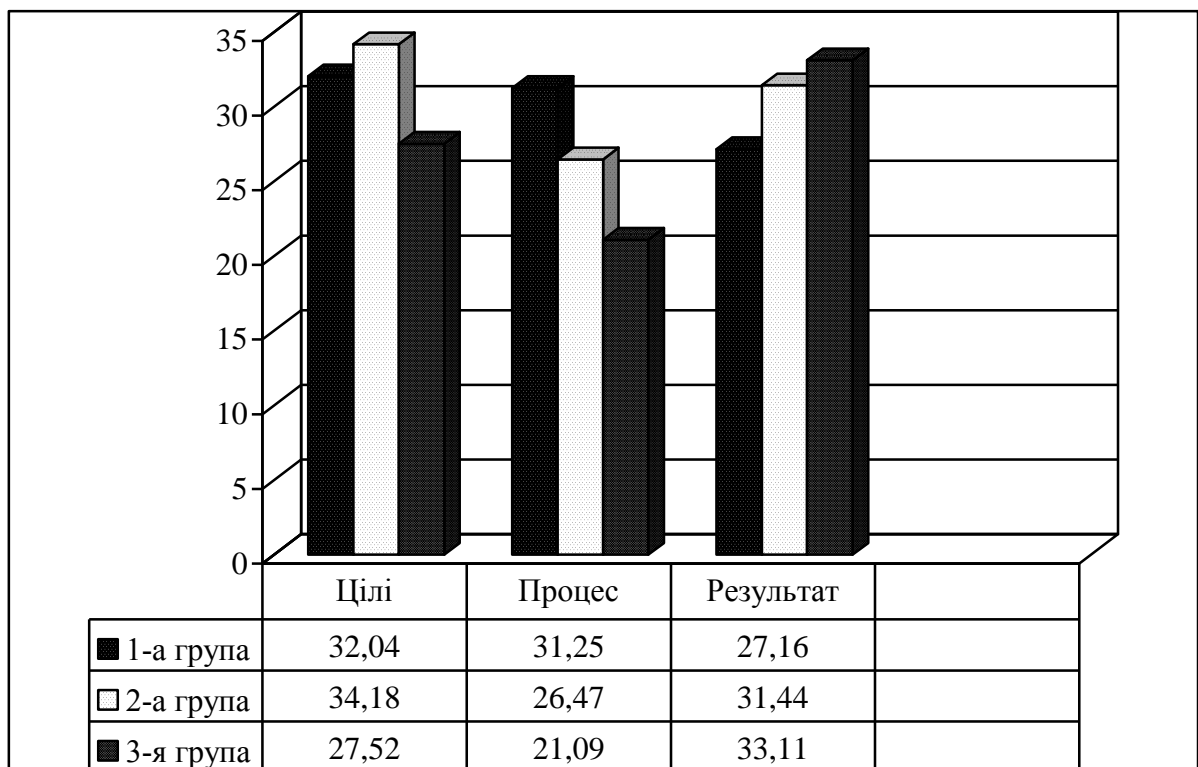


Рис. 3.5. Показники сформованості смислу життя у фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України

Виразність даної шкали свідчить про наявність у людини життєвих цілей, спроектованих у майбутнє. Це, у свою чергу, надає життю людини певної долі осмисленості, значущості та спрямованості. Отримані нами дані за виразністю першої шкали можна трактувати крізь призму суб'єктивного досвіду фахівця-рятувальника. Зазначимо, що нижчий рівень виразності шкали «Цілі в житті» в 3-ій групі досліджуваних зовсім не свідчить про відсутність цілей, устремлінь та планів на майбутнє. Можливо, їх цілі відрізняються менш глобальними масштабами та націлені на більш близьке майбутнє. Вони найчастіше з усіх досліджуваних бачили смерть людей на власні очі, отже, цілком прогнозованим є те, що виразність згаданої шкали є більш високою в 1-ій та 2-ій групах досліджуваних.

Також необхідно зазначити, що найбільшу виразність дана шкала отримала в 2-ій групі фахівців-рятувальників, хоча більш логічною здається її виразність у групі курсантів – майбутніх рятувальників, для яких в силу вікових особливостей є більш характерним життєве планування, постановка глобальних цілей та мрії про майбутнє. Таким чином, можна припустити, що високий рівень виразності шкали «цілі в житті» у рятувальників 2-ї групи обумовлено більшою конкретністю у формуванні та постановці мети. Можливо, ці досліджувані чіткіше уявляють своє майбутнє та більш адекватно оцінюють свої можливості, аніж курсанти, професійне життя яких тільки-но починає складатись.

Отже, можна відмітити, що постановка особистістю життєвих цілей може залежати від характеру її життєдіяльності, впевненості у своїх силах та особливостей її професійного життя.

Наступні достовірні розходження було виявлено у виразності шкали «процес життя», яка характеризує наявність інтересу в житті людини та визначає ступінь його емоційної насиченості. За даною шкалою найвищі показники зафіксовано в групі курсантів, найнижчі – у групі фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України, які мають досвід роботи в умовах надзвичайної ситуації, де були людські жертви ($t=2,82$, $p\leq 0,05$).

Отримані дані дозволяють припустити, що відмінності за даною шкалою не можна вважати випадковими. Курсанти, в силу своїх вікових особливостей, є певною мірою максималістами і схильні сприймати життя з усіма його труднощами та складнощами. Слід відмітити, що при цьому майбутні фахівці схильні отримувати від життя задоволення та використовувати у своїх інтересах всі надані можливості. Саме на цей віковий період припадає найбільша кількість спроб своїх сил в різноманітних сферах життєдіяльності, саме в цей час відбувається більш ґрунтовний аналіз своїх можливостей та змінюється система ціннісних орієнтацій особистості. Можливо, крізь призму даного аспекту можна пояснити низькі бали за цією шкалою в 3-ій групі рятувальників. Проте, зауважимо, що не можна говорити про незадоволеність фахівців аварійно-рятувальних підрозділів, які увійшли до складу 3-ї групи досліджуваних, своїм життям. Важливою відмінністю є те, що в їхньому випадку найбільшу емоційну забарвленість можуть мати спогади та більш конкретне планування свого подальшого життя. Окрім цього, цей показник може свідчити про спрямованість у майбутнє, його планування з урахуванням тих аспектів, які досі викликали у людини незадоволення своїм життям.

За шкалою «результативність життя», що характеризує ступінь задоволеності людиною своїм життям, а точніше – прожитим періодом життя, достовірних розходжень між групами виявлено не було. Проте вважаємо за потрібне відмітити, що найвищий показник за даною шкалою зареєстровано в 3-ій групі рятувальників, а найменший показник відмічено у групі курсантів – майбутніх фахівців аварійно-рятувальних підрозділів. Також зазначена шкала свідчить про задоволеність людиною своїм теперішнім станом, самореалізацією, продуктивністю та осмисленістю свого життя. Необхідно зазначити, що оцінка результату певного відрізка життя, безумовно, є цілком суб'єктивною, тому незадоволеність особистості своїм життям на теперішній момент можна вважати рушійною силою, яка підштовхне людину до змін в майбутньому.

Згідно Д.О. Леонтєва, усвідомленість життя тісно пов'язана з внутрішнім локусом контролю, що складається з локусу контролю – «життя» та локусу контролю – Я. Локус контролю – «життя» характеризує світоглядне переконання суб'єкта в тому, що контроль можливий; локус контролю – Я виражає віру у власну здатність особистості здійснювати такий контроль.

Знайдені відмінності у сформованості локусу контролю у фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України наведено в таблиці 3.11.

Таблиця 3.11

Сформованість локусу контролю у фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України

| Складові локусу контролю | 1-а група (M ± m) | 2-а група (M ± m) | 3-я група (M ± m) | t (1,2) | t (1,3) | t (2,3) |
|---------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|----------------|----------------|----------------|
| Локус контролю – Я | 23,71±2,84 | 25,80 ±1,92 | 19,06 ±2,03 | 1,07 | 1,84 | 2,04* |
| Локус контролю – життя | 28,84 ±3,02 | 27,13 ±2,44 | 25,49 ±1,85 | 0,27 | 1,05 | 1,19 |
| *p ≤ 0,05 | | | | | | |

Так, за шкалою, що характеризує силу особистості, – локус контролю – Я, було відмічено достовірні розходження між показниками 2-ї та 3-ї груп досліджуваних ($t=2,04$, $p\leq 0,05$) – фахівці-рятувальники 2-ї групи відрізняються найбільш високим показником виразності даної шкали. Можна припустити, що активна професійна діяльність, залучення до соціального життя свого підрозділу, постійне випробування своїх можливостей при виконанні завдань різного рівня складності та боротьба з впливом негативних

чинників дають змогу фахівцям відчувати себе впевненою та сильною особистістю. Також ці обставини дозволяють людині вільно орієнтуватись у складних життєвих ситуаціях та спрямовувати свою життєдіяльність відповідно до своїх цілей та життєвих планів. У фахівців 3-ї групи цей показник виявився трохи нижчим, мабуть через те, що вони, працюючи на межі з небезпекою чи смертю, іноді усвідомлюють свою слабкість та неспроможність протистояти долі та зовнішнім обставинам.

Трохи нижчим показник за даною шкалою відмічено у групі курсантів. Можна припустити, що в них не достатньо чітко сформовано образ власного Я. Він дуже часто представляється у вигляді сукупності декількох ролей особистості, серед яких головну поки що не обрано. Можливо через це життєві цілі, принципи, ціннісні орієнтації є трохи розмитими та не мають чіткого та структурованого втілення. Це, у свою чергу, зумовлює не достатньо високий рівень впевненості в собі, своїх силах та можливостях.

За шкалою локус контролю – життя, що виказує на можливість людини контролювати свою життєдіяльність, вільно приймати рішення та втілювати їх в життя, достовірних розходжень не виявлено. У всіх групах досліджуваних зафіксовано приблизно однакові показники виразності цієї шкали.

Осмишеність життя не є однорідною структурою. Її можна охарактеризувати не тільки інтегральним показником, а і взаємозв'язком таких компонентів як осмишеність цілей у своєму житті – спрямованість на майбутнє; насиченість життя – осмишеність сьогодення; задоволеність самореалізацією – наявність або відсутність смислу в минулому. Стосовно виразності загального показника осмишеності життя були відмічені наступні результати (див. табл. 3.12).

Достовірно більша кількість фахівців-рятувальників 2-ї групи аніж досліджуваних 1-ї та 3-ї груп відрізняється високим рівнем осмишеності життя (48,12% проти 39,43% та 31,68% відповідно).

Таблиця 3.12

**Рівень осмисленості життя у фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС
України**

| Рівень осмисленості життя | 1-а група (%) | 2-а група (%) | 3-я група (%) | φ* (1,2) | φ* (1,3) | φ* (2,3) |
|----------------------------------|----------------------|----------------------|----------------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| Високий | 39,43 | 48,12 | 31,68 | 3,32** | 2,16* | 4,10** |
| Середній | 47,08 | 41,35 | 36,21 | 1,99 | 2,83* | 2,35* |
| Низький | 13,49 | 10,53 | 32,11 | 1,72 | 4,87** | 5,02** |
| *p ≤ 0,05 | | | | | | |
| ** p ≤ 0,01 | | | | | | |

Середній рівень осмисленості життя є найбільш притаманним досліджуваним 1-ї групи – курсантам УЦЗУ, ніж фахівцям 2-ї та 3-ї груп (47,08% проти 41,35% та 36,21% відповідно, відмінності є значущими на рівні $p \leq 0,05$). А найвищий показник низького рівню осмисленості життя зафіксовано у 3-ій групі рятувальників (32,11%).

Таким чином, фахівцям аварійно-рятувальних підрозділів МНС України з 2-ї групи властивий найвищий рівень осмисленості свого життя. Другий щабель займають майбутні фахівці рятувальних підрозділів. У них також зафіксовано найвищу виразність середнього рівня осмисленості життя. В 3-ій групі досліджуваних виразність рівнів осмисленості життя є практично рівномірною.

Узагальнюючи отримані дані, можна зауважити, що найбільш чіткої, структурованої та логічної форми смисложиттєві орієнтації відмічено в 2-ій групі фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України. Ці фахівці також відрізняються найвищим рівнем осмисленості життя. Другу позицію стосовно виразності структурних компонентів осмисленості життя займають

курсанти УЦЗУ. Для рятувальників з 3-ї групи характерно звертатися до минулого в оцінці життєвих орієнтацій. При цьому вони відрізняються найнижчим рівнем осмисленості життя.

3.5. Характер суб'єктивного розуміння фахівцями-рятувальниками смислу життя та їх відношення до смерті

На початку нашого дослідження, з метою встановлення особливостей розуміння фахівцями екстремального профілю діяльності, а саме – фахівцями аварійно-рятувальних підрозділів МНС України з різним суб'єктивним досвідом смислу життя та розуміння сутності смерті, було проведено психодіагностичну бесіду на задану тему. При обробці результатів виникли труднощі з боку аналізу великого діапазону сфер відповідей щодо розуміння досліджуваними смислу свого життя. Такі розбіжності ми пов'язуємо саме з категорією професійного та суб'єктивного досвіду рятувальників, а також з їх віковими особливостями. Отримані в ході бесіди дані було узагальнено, результати відбито в таблиці 3.13.

Відмітимо, що відношення людини до життя та смерті, на наш погляд, необхідно вивчати крізь призму її розуміння смислу життя. Смисл життя можна розуміти як певне цільове наповнення життя, яке задає вектор спрямованості життєдіяльності особистості. Смисл життя також демонструє цінність життя, показує, для чого людина існує, працює, та що в її житті є головним.

Крізь розуміння смислу життя людини можна і в деякій мірі судити про її відношення до смерті. Іншими словами, можна припустити, що якщо смислом життя людини є постійне самовдосконалення, самоактуалізація, то смерть буде сприйматись як руйнуючий фактор, як те, що заважає розвитку, як кінець росту. Також чим більше насиченим та наповненим подіями, цілями, перспективами є життя, тим більш гостро та негативно буде сприйматись смерть. Проте дуже рідко, незважаючи на особливості

життєдіяльності людини, смерть сприймається спокійно та не викликає ніяких емоцій.

Таблиця 3.13

**Особливості трактування фахівцями-рятувальниками
смыслу свого життя (%)**

| Характеристика смыслу життя | 1-а група | 2-а група | 3-я група | φ (1, 2) | φ (1, 3) | φ (2, 3) |
|--|----------------------|----------------------|----------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| Смыслу життя немає | 8,22 | - | - | 1,67 | 1,67 | - |
| Смысл в самому житті | 19,37 | 10,45 | 41,29 | 1,53 | 2,68* | 2,91* |
| В любові та доброті | 6,64 | 20,20 | 19,50 | 2,15* | 2,05* | 0,22 |
| Жити, щоб приносити користь | - | 12,80 | 15,10 | 2,16* | 2,24* | 0,42 |
| Жити заради задоволення | 10,10 | - | - | 1,89 | 1,89 | - |
| Жити, щоб виконати своє призначення, місію | 18,33 | 24,19 | 24,11 | 1,33 | 1,15 | 0,39 |
| Для продовження роду | - | 8,14 | - | 1,31 | - | 1,31 |
| Смысл у самореалізації | 15,39 | 7,17 | - | 1,42 | 2,17* | 1,30 |
| Смысл у боротьбі з труднощами | - | 10,26 | - | 1,70 | - | 1,70 |
| Смысл життя у смерті | 5,25 | - | - | 0,67 | 0,67 | - |
| В забезпеченні собі безсмертя через славу, вчинки, нащадків | 16,70 | 6,79 | - | 1,58 | 2,17* | 1,23 |
| *p≤0,05 | | | | | | |

Безумовно, найчастіше, смерть веде за собою страждання інших від втрати близької людини.

Під час аналізу всіх відповідей досліджуваних стосовно відношення до життя та смерті, було висунуто припущення, що смислом можна назвати наповнення життя людини. Якщо говорити, що смислу не має, то скоріше життя людини буде пустим, безцільним і, відповідно, позбавленим будь-якої цінності.

Необхідно також відмітити «плаваючий» характер смислу життя. Дуже часто смисл життя визначається рядом життєвих обставин або конкретними зовнішніми умовами. Відповідно смисл у різні етапи та періоди життя людини може змінюватись як повністю, так і частково.

Аналізуючи отримані результати (див. табл. 3.13), ми звернути увагу на велику кількість відповідей у курсантів-випускників факультету аварійно-рятувальних сил. В 1-ій групі опитаних відмічено найбільшу кількість варіантів трактування смислу життя. Загально групова тенденція дозволяє відмітити, що переважна більшість курсантів вважає смислом свого життя сам процес життя або його цінність (19,37%). На другому місці в умовному рейтингу відведено позиції, де смислом життя є виконання свого призначення, місії тощо (18,33%). І третє місце посідає така характеристика смислу життя як забезпечення собі безсмертя через славу, вчинки, нащадків (16,70%). Приведена трійка трактувань смислу життя характеризується наявністю в них вищих мотивів та, можливо, певного професійного відбитка або своєрідної професійної проєкції. Іншими словами, досліджувані 1-ї групи можуть сприймати себе вже як справжніх рятувальників, що і справляє вплив на їх ціннісно-сміслову сферу. Проте вважаємо за необхідне зауважити, що в 1-ій групі досліджуваних відмічено такі розуміння смислу життя, яких не має в 2-ій та 3-ій групах опитаних. Серед них, наприклад, є таке, що смислу життя немає. Жоден з діючих рятувальників не надав такого трактування смислу життя.

Аналогічну ситуацію зафіксовано і відносно трактування смислу життя як життя заради задоволення та смислу життя у смерті. В даному випадку можна припустити існування впливу саме вікових особливостей на процес формування смисложиттєвих орієнтацій та принципів, а також відсутності професійного досвіду участі в ліквідації наслідків НС, де можна зустріти людські жертви або страждання через біль втрати близької людини.

Відмітимо, що в 2-ій групі досліджуваних – рятувальників, які під час своєї діяльності не стикались з людськими жертвами, більшість – майже кожний четвертий – характеризує смисл свого життя як виконання свого призначення, місії. Трохи менша кількість досліджуваних, близько 20%, вважають смислом життя любов та доброту. І третє місце в такому умовному рейтингу відведено трактуванню, що смисл життя полягає в тому, щоб приносити користь оточуючим (12,80%). Хотілося б зауважити, що між зазначеними варіаціями трактування смислу життя та професійною діяльністю опитаних можна провести досить помітну паралель. Характер професійної діяльності фахівців-рятувальників є стовідсотково соціально спрямованим. Іншими словами, виконуючи свої професійні обов'язки, фахівці аварійно-рятувальних підрозділів МНС України служать людям – вони творять добру справу, допомагаючи постраждалим у нещасті.

Окремої уваги заслуговує розгляд варіантів трактувань смислу життя рятувальників, які під час виконання своїх професійних обов'язків стикались з людською смертю. Одразу відзначимо, що відповіді опитаних 3-ї групи були більш схожими одна на одну та не відрізнялись великою кількістю варіацій. Так, аж 41,29% з усіх опитаних 3-ї групи обрали смислом свого життя саме життя. Можна припустити, що це може бути обумовлено саме специфікою їх суб'єктивного досвіду та характером їх діяльності. Ці фахівці неодноразово були свідками болі людських страждань від втрати близьких та самі бачили загибель людей, а такий досвід не може не справляти впливу на особливості ціннісно-сміслової сфери особистості. Далі за убуванням представлено характеристики смислу життя, які були приведені

рятувальниками 3-ї групи: смисл життя у виконанні своєї місії, призначення (24,11%), смисл життя в любові та доброті (19,50%), смисл життя в тому, щоб приносити користь (15,10%). Саме таким чином характеризують смисл життя рятувальники, які увійшли до 3-ї групи досліджуваних. Інших варіантів, які було відмічено в 1-ій та 2-ій групах досліджуваних, в 3-ій групі не зафіксовано.

При вивченні суб'єктивного ставлення фахівців-рятувальників до смерті нами було виведено два аспекти або критерії, за якими проводилась оцінка досліджуваними даної категорії: раціональний аспект та емоційний аспект. Отримані дані відбито в таблицях 3.14 та 3.15.

Таблиця 3.14

Суб'єктивне ставлення фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України до смерті (раціональний аспект) (%)

| Розуміння смерті (раціональний аспект) | 1-а група | 2-а група | 3-я група | φ (1, 2) | φ (1, 3) | φ (2, 3) |
|---|----------------------|----------------------|----------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| Це неминучість | 24,19 | 14,25 | 30,30 | 1,42 | 0,53 | 1,89 |
| Це визволення | 15,45 | 8,13 | - | 1,55 | 2,16* | 1,77 |
| Це розплата, покарання | 6,98 | - | - | 1,36 | 1,36 | - |
| Це логічне завершення життя | 43,28 | 66,90 | 67,58 | 2,46* | 2,62* | 0,51 |
| Це початок нового життя | 10,10 | 10,72 | 2,12 | 0,22 | 1,57 | 1,69 |
| * $p \leq 0,05$ | | | | | | |

Встановлено, що достовірна більшість майбутніх рятувальників (15,45%), у порівнянні з 3-ю групою досліджуваних вважає, що смерть – це своєрідне визволення від страждань, від мук та всього негативного, що супроводжує людину. Такого варіанту відповіді в 3-ій групі зафіксовано не було. Важко уявити, що рятувальників, які на власні очі бачили страшні несправедливі смерті людей, можуть вважати це визволенням у будь-якому

прояві. Більшість з цих рятувальників схиляється до думки, що смерть – це все ж таки логічне завершення життя. Аналогічну позицію займають і досліджувані з 2-ї групи. А от в 1-ій групі таких фахівців достовірно менше ($p \leq 0,05$).

Таблиця 3.15

Суб'єктивне ставлення фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України до смерті (емоційний аспект) (%)

| Розуміння смерті (емоційний аспект) | 1-а група | 2-а група | 3-я група | φ (1, 2) | φ (1, 3) | φ (2, 3) |
|--|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|
| «Смерть» зі знаком «-» (жах, біль, втрата близьких, кінець смислу існування) | 31,44 | 69,03 | 96,35 | 1,93 | 3,14** | 2,46* |
| «Смерть» зі знаком «+» (полегшення від страждань у випадку з важко хворими) | 28,81 | 22,02 | 3,65 | 0,52 | 2,69* | 2,21* |
| «Смерть» як нейтральне поняття (мене це не стосується, я з нею не стикався, не замислювався) | 39,75 | 8,95 | - | 2,80* | 3,51** | 0,47 |
| * $p \leq 0,05$ ** $p \leq 0,05$ | | | | | | |

При розгляді відповідей, які мають емоційне забарвлення, було відмічено, що майже 100% рятувальників з 3-ї групи сприймають смерть як біль, страждання, несправедливість. В 1-ій та 2-ій групах таких опитаних достовірно менше ($p \leq 0,01$ та $p \leq 0,05$ відповідно). Також зауважимо, що переважна меншість знову ж таки фахівців з 3-ї групи вважають смерть своєрідним полегшенням або позбавленням від страждань (3,65% проти

28,81% в 1-ій групі та 22,02% в 2-ій групі). Результати є достовірними на рівні $p \leq 0,05$.

А от більш нейтрально схильні сприймати смерть курсанти факультету аварійно-рятувальних сил УЦЗУ. Вони відмічають, що не стикались зі смертю, можливо саме тому не замислювались над цим питанням. Відмінності є достовірними на рівні $p \leq 0,05$ у порівнянні з 2-ю групою, та на рівні $p \leq 0,01$, у порівнянні з 3-ю групою досліджуваних.

Отримані результати дозволяють зробити висновок, що характер професійної діяльності особистості в сукупності з її суб'єктивним досвідом можуть справляти вплив на особливості сприйняття категорій життя та смерті людини. Окрім цього, може відмічатись динамічність цих уявлень та їх трансформація у відповідь на зміни у структурі особистості.

3.6. Контент-аналіз матеріалів щодо уявлення фахівцями аварійно-рятувальних підрозділів МНС смислу життя

З метою більш детального вивчення особливостей життєвих ціль-цінностей та смислу життя досліджуваних нами було застосовано модифіковану методику «Незавершені речення». Окрім цього даний метод дозволив проаналізувати уявлення досліджуваних щодо самого найціннішого в їхньому житті, щодо умов, у яких життя набуває чи втрачає смисл. Ми також вивчали уявлення людини про своє власне щастя.

Також дуже важливим став блок, присвячений вивченню суб'єктивної оцінки особистістю свого минулого, теперішнього та перспективи на майбутнє. Аналіз отриманих даних було розпочато з розгляду відповідей, що несли основне смислове навантаження та відносились до уявлень людини про смисл життя.

«Життя має сенс, якщо...». Зміст цього речення фактично відбиває позицію особистості відносно того, що наповнює її життя смислом. Встановлено, що практично кожний третій фахівець з 2-ї та 3-ї груп (33,90%

та 29,67% відповідно) та лише 16,30% опитаних з 1-ї групи відмічають, що смисл життя виражається в її цільовій спрямованості. Відмінності є достовірними на рівні $p \leq 0,05$.

Для 48,10% рятувальників 3-ї групи життя має сенс, коли вони знають, що потрібні комусь – «Життя має сенс, коли є заради кого жити». Така позиція є властивою лише 9,25% майбутніх фахівців АРП (відмінності є значущими на рівні $p \leq 0,01$). Зауважимо, що така позиція містить в собі бажання бути потрібним не тільки близьким, а і людям взагалі. Ось приклади відповідей:

- ✓ «Життя має сенс, якщо я приношу користь людям» (О., 39 років);
- ✓ «Життя має сенс, коли ти потрібен суспільству, людям» (Д., 41 рік).

Це можна пояснити проекцією професійної спрямованості досліджуваних на їх ціннісно-смыслову сферу.

Підсумовуючи отримані дані, можна стверджувати, що фахівці 2-ї та 3-ї груп більше, ніж майбутні рятувальники, орієнтовані на реалізацію потреби у власній необхідності, важливості свого існування для інших, для суспільства. Курсанти, у свою чергу, більш націлені на результат, на досягнення.

Також кожний четвертий рятувальник (як з 2-ї, так і з 3-ї груп досліджуваних) вважають, що життя наповнюється смислом, якщо є чим займатись, є бажана робота, цікава справа.

Кожен п'ятий курсант (21,65%) і 32,19% рятувальників з 2-ї групи та 35% досліджуваних з 3-ї групи вважають, що смисл життя ролягає в самому житті.

Надалі розглянемо результати відповідей на питання **«Життя не має сенсу, коли...»**. Таке формулювання речення несе в собі додаткове емоційне навантаження. Відмічаючи протилежність даного речення попередньо розглянутому, зауважимо, що їх продовження не завжди були протилежними один одному. Приблизно, один з п'яти варіантів збігався з продовженням першого речення.

Майже 15% рятувальників 3-ї групи відповіли, що в житті кожної людини обов'язково є смисл. Таку ж позицію підтримують лише 3,50% курсантів ($p \leq 0,05$). Згадаємо, що в попередньому реченні практично кожен третій фахівець відповів, що смисл життя полягає в самому житті. В теперішньому випадку у деяких досліджуваних з'явилась умова, за якої вони будуть вважати своє життя позбавленим смислу. Серед таких умов найчастіше зустрічаються: «якщо сидиш на місці», «якщо немає дітей», «якщо не має можливості розвиватись». Зауважимо, що в таких відповідях можна відзначити присутність думки про різноманітні зупинки – зупинки у професійному житті, у продовженні роду, в саморозвитку тощо.

На це питання також були отримані відповіді, які зберегли основні тенденції. Ось деякі варіанти: «Життя не має сенсу, якщо не має мети, мрії» - 35,10% курсантів, 24,86% рятувальників з 2-ї групи, 28,16% досліджуваних з 3-ї групи. Також відмітимо, що 95% таких відповідей дають досліджувані, яким ще не виповнилось 35 років. «Життя не має сенсу, якщо ти самотній, нікому не потрібний» - такої думки дотримуються 24,16% рятувальників 2-ї групи, 27,20% – 3-ї групи та 16% курсантів. Знову ж таки ми бачимо, що рятувальники більш гостро переживають своє суб'єктивне відчуття самотності та «непотрібності». Ось деякі приклади завершення цього речення:

- ✓ «Життя немає сенсу, якщо людина не має мети, відчуває себе покинутою, нікому не потрібною» (Д., 25 років);
- ✓ «Життя немає сенсу, якщо воно не наповнене думкою» (А., 34 роки);
- ✓ «Життя немає сенсу, якщо ти прожив його бездарно, не залишив після себе щось корисне та добре» (Р., 29 років);
- ✓ «Життя немає сенсу, якщо ти невиліковно хворий» (О., 25 років);
- ✓ «Життя немає сенсу, якщо воно не приносить радощів» (Д., 38 років).

Зауважимо, що у відповідях рятувальників, на відміну від курсантів, майже не зафіксовано потреби у переживанні сильних емоцій. Це, безумовно,

наслідок професійної діяльності фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України.

Наступне речення, яке було проаналізовано нами, – це **«Жити варто тому, що...»**. Близько 15% курсантів відповіли, що «Жити варто тому, що це цікаво» або «...тому, що життя чудове!». Таку ж точку зору поділяють 18,25% фахівців з 2-ї групи та 21,90% - з 3-ї групи ($\varphi = 2,17$, при $p \leq 0,05$ – між 1-ю та 3-ю групами).

Близькі та кохані люди, а також друзі виступають найважливішим стимулом подальшого життя для 31,18% рятувальників з 3-ї групи і лише для 5,50% курсантів (результати є достовірними на рівні $p \leq 0,05$).

Необхідно також відмітити песимістичні нотки у відповідях рятувальників 2-ї групи на вказане речення – «Жити варто тому, що жити треба». Таких відповідей у цих досліджуваних було зафіксовано близько 20%.

Приблизно стільки ж опитуваних з 1-ї групи практично не змогли пояснити, чому саме потрібно жити. А ось приклади інших відповідей:

- ✓ «Жити варто тому, що життя цього варте» (Л., 22 роки);
- ✓ «Жити варто тому, що треба жити завжди» (О., 23 роки);
- ✓ «Жити варто тому, що є багато речей, заради яких потрібно жити» (Д, 23 роки). В таких відповідях можна розгледіти прагнення та любов до життя. Таких варіантів у 1-ій групі, на жаль, трохи менше - 13,27%.

Окремої уваги заслуговують відповіді досліджуваних, які не увійшли до вище приведених груп відповідей:

- ✓ «Жити варто тому, що це можливість виразити себе» (Н., 30 років, 2-а гр.);
- ✓ «Жити варто тому, що іноді відбуваються зустрічі, які запам'ятовуєш назавжди» (О., 32 роки, 2-а гр.);
- ✓ «Жити варто тому, що я не все ще зробив» (С., 40 років, 3-а гр.).

Наступним реченням, що було запропоновано нами рятувальникам, стало: **«Що для людей є найціннішим в житті?»** 38,90% фахівців з 3-ї та

33,15% рятувальників з 2-ї груп вважають для себе найбільшою цінністю свою родину, дітей, батьків. В 1-ій групі досліджуваних таку відповідь дали лише 12,56% опитаних ($\varphi = 2,45$ та $\varphi = 2,17$ відповідно). Результати є достовірними на рівні $p \leq 0,05$.

Здоров'я – це велика цінність для 14,70% курсантів, 12,11% рятувальників з 2-ї групи та для 15,50% - з 3-ї групи. За даною відповіддю суттєвих розходжень не виявлено, хоча ми припускали, що така відповідь буде найбільш притаманною для фахівців 2-ї та 3-ї груп, адже вони в силу своєї професійної діяльності були свідками втрати здоров'я постраждалих та на собі відчули прояви хронічних захворювань. Проте, як з'ясувалося, така цінність як здоров'я є універсальною для всіх.

Також більше половини рятувальників з 3-ї групи (67,15%), 42,17% фахівців з 2-ї групи та лише кожен третій курсант відповіли, що найціннішим є саме життя. Результати є достовірними на рівні $p \leq 0,01$ між 3-ю та 1-ю групами. Окрім вже зазначених варіантів серед відповідей зустрічались і наступні:

- ✓ «Найцінніше в житті – це прагнення жити» (А., 23 роки, 1-а гр.);
- ✓ «Найцінніше в житті – це ті, кого ти кохаєш та цінуєш» (Н, 37 років, 3-а гр.);
- ✓ «Найцінніше в житті це здоров'я, воля, чиста совість, друзі, родина, цікава робота» (О., 30 років, 2-а гр.).

Для деяких людей смисл життя може мати вираження у відповідальності, обов'язку. Така категорія з часом дуже змінилась та стала залежати від тенденцій формування суспільної свідомості. На сьогодні категорія обов'язку – неоднозначне поняття. Якщо обов'язки людини в окремих сферах життєдіяльності прописані законодавством країни, особистісні завдання та пріоритети кожної людини регламентувати набагато складніше.

В нашому дослідженні серед незавершених речень було і таке: **«Що повинна зробити кожна людина у своєму житті?»** Так, близько 20%

опитаних 1-ї групи вважають, що кожна людина повинна зробити щось важливе, щось добре. Відповіді рятувальників 2-ї та 3-ї груп досліджуваних схожі на наведені, але вони відрізняються більшим спектром «добрих справ».

Також слід відзначити, що відповіді курсантів на це запитання більш орієнтовані на кінець життя (щоб після людини залишилось щось корисне, добре), а відповіді фахівців 2-ї та 3-ї груп спрямовані на процес життя (треба постійно творити добро, допомагати та приносити користь). Це можна віднести до суттєвих відмінностей у структурі смисложиттєвих орієнтацій фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України з різним суб'єктивним та професійним досвідом.

12% рятувальників з 2-ї та 3-ї груп досліджуваних вважають, що кожна людина повинна, перш за все, залишатися людиною, жити та чинити достойно. Така ж кількість рятувальників 2-ї групи, 16,70% курсантів та 15,90% фахівців з 3-ї групи вважають, що головна задача кожного – це прагнути досягти своєї мети, встигнути зробити все, що хотілось, знайти своє призначення та реалізуватись у ньому.

Необхідно відмітити, що серед відповідей на приведене питання було відмічено досить малу кількість такої варіації, як «кожна людина у своєму житті повинна бути щасливою». З цього постає наступне питання **«Що потрібно для щастя? Коли виникає таке почуття?»**

Так, приблизно кожен п'ятий рятувальник з 2-ї та 3-ї групи вважає себе щасливим, коли «все добре». Поняття «добре», на думку опитаних, містить у собі такі складові, як «коли нічого не турбує», «коли не має поганих подій», «коли все йде як завжди». Також близько 18,50% рятувальників 3-ї групи відмічають, що вони є щасливими, коли у них «все виходить, як хотілось», «коли здійснюються мрії».

У наступну групу увійшли відповіді, в яких відмічається залежність особистого щастя від щастя та добробуту близьких людей, від їх присутності поруч. Таку відповідь надали 38,29% опитаних з 3-ї групи, 29,10% - з 2-ї групи – відмінності достовірні на рівні $p \leq 0,05$. Серед курсантів таких

досліджуваних близько 25% (у порівнянні з 3-ю групою розходження достовірні на рівні $p \leq 0,05$). Отже, можна сказати, що особливо в 3-ій групі рятувальників відмічається тенденція переходу з важливості свого щастя на добробут та благополуччя близьких людей. Також можна припустити, що саме особливості професійної діяльності, яка пов'язана з ризиком для життя, з наданням допомоги постраждалим, сприяють усвідомленню не тільки того, що найціннішим є життя, а і того, що близькі люди – це також найдорожче, що може бути у людини.

Щастя 12,89% опитаних 2-ї групи та 14,10% 3-ї групи залежить від наявності в їх житті любові та розуміння, усвідомлення своєї цінності для когось – «коли хтось кохає», «коли відчуваю і знаю, що комусь потрібен». Приблизно така ж кількість рятувальників з обох груп та 10,10% курсантів відчувають себе щасливими, коли зайняті своєю улюбленою справою, коли працюють, коли є робота.

Наступним блоком контент-аналізу стало вивчення відношення досліджуваних трьох груп до свого життя: **якими залишились в їх пам'яті минулі роки, як вони оцінюють своє життя сьогодні та як бачать його в майбутньому.** Розгляд цих питань дозволить отримати дуже важливі дані щодо смисложиттєвих орієнтацій рятувальників з різним професійним та суб'єктивним досвідом.

Було встановлено, що 63,12% досліджуваних з 1-ї групи, 58,10% фахівців з 2-ї групи та 74,75% рятувальників, що увійшли до 3-ї групи, вважають минулі роки свого життя виключно позитивними, щасливими, продуктивними та взагалі добрими.

Минулі роки, як особистий корисний досвід характеризують 12% рятувальників з 2-ї та 3-ї груп. Приблизно 6,50% фахівців-рятувальників говорять про своє минуле без бажання: «Минулі роки були першою половиною мого життя»; «...були, від них нікуди не подінешся»; «...були і все». Такі відповіді наводять на думку, що за небажанням говорити про свої

минулі роки у рятувальників ховається почуття провини за щось скоєне, або, навпаки, щось не зроблене.

Окрім цього, 38,20% курсантів, 12,90% та 10% опитаних з 2-ї та 3-ї груп відповідно ($p \leq 0,05$ в обох випадках), характеризують своє минуле як щось важке, напружене: «Минулі роки мого життя були важкими, іноді поганими, але без них не було б і мене». Незважаючи на таку оцінку свого життя, ця відповідь є філософічною та свідчить про прийняття особистістю свого минулого. Слід звернути увагу, що такі відповіді є більш притаманними молодим фахівцям, які ще по суті не бачили життя. А от рятувальникам, мабуть, є з чим порівнювати. Отже, їх позиція є більш оптимістичною та життєлюбивою.

Менше 10% фахівців з 1-ї групи, 28,17% з 2-ї групи та 29,25% досліджуваних 3-ї групи (відмінності є достовірними на рівні $p \leq 0,05$ в обох випадках) відмітили, що минулі роки в їх житті були різноманітними, що у них були як радощі, так і неприємності. В таких відповідях можна розгледіти прийняття свого минулого та спробу подивитись на нього об'єктивно.

Дуже важливим, на наш погляд, є і те, що майже 70% рятувальників 3-ї групи, 68,20% - з 2-ї групи та більше половини курсантів характеризують своє теперішнє життя як чудове, цікаве, позитивне та перспективне.

Зворотної думки дотримуються 38,10% курсантів, 21% досліджуваних з 2-ї групи та 12,37% досліджуваних з 3-ї групи ($\phi = 2,58$ у порівнянні 1-ї та 3-ї групами, при $p \leq 0,05$). Такі досліджувані називають своє життя проблемним, нецікавим, важким: «Сьогодні моє життя напружене», «...невеселе», «...не дуже мене задовольняє» тощо.

Стосовно уявлень про своє майбутнє були отримані наступні данні. Знову ж таки майже 70% рятувальників з 2-ї групи та 75,18% з 3-ї групи висловлюють оптимістичні прогнози щодо свого майбутнього. При цьому половина з них вважає, що в майбутньому їх життя буде «краще» або «ще краще». В цьому випадку слід звернути увагу на використання порівняльного ступеня у відповідях - «краще». Це може свідчити про неусвідомлене

незадоволення існуючим становищем, собою, своїм життям. У свою чергу, це може виступити стимулом для змін у своєму житті, для саморозвитку та самоактуалізації.

17,90% курсантів, 22% рятувальників з 2-ї групи та 18,10% з 3-ї групи бачать своє подальше життя цікавим, чудовим, насиченим подіями.

Проте звернемо увагу і на інші варіанти відповідей на питання про майбутнє:

- ✓ «Моє подальше життя складеться інакше, ніж я собі уявляю» (Д., 22 роки, 1-а гр.);
- ✓ «Моє подальше життя навряд стане кращим» (О., 35 років, 2-а група);
- ✓ «Моє подальше життя не буде цікавим» (К., 38 років, 3-я гр.).

Слід зауважити, що практично кожен третій випускник факультету аварійно-рятувальних сил УЦЗУ вважає, що його подальше життя майже не зміниться. А приблизно по 7% діючих рятувальників з 2-ї та 3-ї груп написали, що в майбутньому їх життя скінчиться. Безумовно, такі відповіді відповідають дійсності, проте вони, на наш погляд, містять в собі безвихідність, приреченість, песимістичність. Близько 10% рятувальників відмовились щось писати про своє майбутнє, не стали «пророкувати». 12,5% рятувальників з 2-ї групи та 15,68% з 3-ї групи говорять, що їх майбутнє нічим особливо не буде відрізнятися від теперішнього.

Надалі ми попросили досліджуваних, які взяли участь у нашому дослідженні, продовжити речення, за допомогою якого спробували визначити, наскільки важливою для них є їх професійна діяльність та які альтернативи їй могли б бути або є у рятувальників. Початок речення був таким **«Якщо я б не став рятувальником, то...»**. З'ясувалося, що приблизно 60% фахівців з 3-ї групи та 49% з 2-ї групи не змогли собі цього навіть уявити.

При цьому 2/3 з них написали «...все одно був би рятувальником», а 1/3 з них відповіли більш емоційно: «...то я б не народився», «...я б не був таким, яким я є» тощо. Відмітимо, що серед курсантів – досліджуваних 1-ї

групи - таких відповідей не виявилось. Також відмітимо, що переважна кількість рятувальників як у 2-ій так і в 3-ій групах, відмітили, що займалися б схожою діяльністю: «...був би лікарем», «...став би водолазом», «...став би пожежним», «...працював би з людьми», «... працював би там, де потрібна моя допомога». З цього можна зробити висновок, що професія рятувальника для наших досліджуваних є саме тією, в якій вони прагнуть себе реалізувати, якою вони пишаються і яка їх цілком задовольняє. А це дає нам право стверджувати, що **професія «рятувальник» - це не тільки робота, а і спосіб життя.** Багато хто з опитаних відмічає, що інша робота навряд чи принесла б їм задоволення, а отже вони знаходяться «на своєму місці».

Відповіді курсантів УЦЗУ відрізняються меншим ступенем емоційності. В них також можна зустріти різноманітні варіанти професійних устремлінь досліджуваних. Але й в 1-ій групі більшість курсантів відмітили, що якби була можливість, знову ж таки обрав би для себе професію рятувальника.

Надалі нас зацікавило питання щодо життєвих цілей фахівців аварійно-рятувальних підрозділів з різним суб'єктивним та професійним досвідом. *Смисл життя – це, певним чином, стратегічна мета життя, тобто завдання на довгий час або на все життя.* Ми запропонували досліджуваним дуже стисло **сформулювати їх прагнення та життєві цілі.** Так, кожний третій рятувальник як з 2-ї, так і з 3-ї групи свою мету пов'язує з дітьми: «виховувати дитину», «виростити порядного, доброго сина», «забезпечити освіту та добре життя доньці» тощо. Приблизно стільки ж рятувальників відмітили, що для них дуже важливою є робота, тому саме з нею вони пов'язують свої життєві цілі: «хочу як найкраще виконувати свою роботу», «хочу досягти професійних успіхів», «хочу підвищити свою кваліфікацію» тощо. Майже половина опитаних курсантів відмітила подібні життєві цілі. Але у них найчастіше можна розглядити кар'єрні амбіції та прагнення до стрімкого професійного росту.

Чверть рятувальників з 2-ї та 3-ї груп пов'язують свої життєві цілі з наданням допомоги своїм близьким, з забезпеченням їх добробуту. Більшість з опитаних відповідали стисло та без зайвих пояснень: «Родина, діти, будинок, робота» або «університет, робота, родина, здоров'я» тощо. Аналізуючи отримані відповіді, може скластись враження, що вихідним питанням було «Що для вас найважливіше в житті?». Отже, можна припустити, що і всі життєві цілі людини пов'язані з головними для неї поняттями.

Відповіді, що також характеризували життєві цілі були більш простими: «Прожити нормальне людське життя», «Просто жити та працювати», «Гідно пройти свій шлях» тощо. Зауважимо, що такі відповіді були більш притаманні діючим фахівцям аварійно-рятувальних підрозділів МНС України.

Близько 20% майбутніх фахівців хотіли б мандрувати, подорожувати, відвідати велику кількість країн. Серед відповідей зустрічаються також більш абстрактні формулювання: «Зробити якомога більше добра країні», «Допомагати людям, бути корисним, потрібним».

Близько 17% рятувальників, що мали досвід зіткнення зі смертю людей під час виконання своїх професійних обов'язків, як життєві цілі відмічають збереження життя та здоров'я близьких, збереження свого здоров'я. Окремою ланкою серед таких відповідей в 3-ій групі відмітимо такі: «Моя головна мета – не допустити загибелі людей при НС», «...врятувати як можна більше постраждалих в аваріях», «...не допустити смерті дітей». Передбачуваним є те, що подібних відповідей а ні в 2-ій, а ні в 1-ій групах досліджуваних не зустрічалось.

Наведемо ще кілька прикладів того, яким чином відповідають рятувальники 3 групи на завдання сформулювати свої життєві цілі:

- ✓ «Жити. Любити. Пам'ятати. Берегти» (І., 37років, 3-я гр.);

✓ «Щоб мої діти мною пишались! Не зупиняйтесь на вже досягнутому! Щоб найбільшій кількості людей було добре від того, що я живу!» (Н., 33 роки, 3-я гр.);

✓ «Виховати дітей; допомогти братові та матері; дочекатись онуків та почитати їм казки» (Д., 42 роки, 3-я гр.).

Таким чином, можна стверджувати, що фахівці 2-ї та 3-ї груп більше, ніж майбутні рятувальники, орієнтовані на реалізацію потреби у власній необхідності, важливості свого існування для іншого, для суспільства. Курсанти, в свою чергу, більш націлені на результат, на досягнення.

Підсумовуючи вищенаведене, зробимо деякі проміжні висновки:

– за даними опитувань універсальною цінністю, яку виділили опитані всіх трьох груп, є здоров'я. При цьому також більшість досліджуваних з 3-ї групи вважають найціннішим саме життя;

– кожен п'ятий курсант вважає, що за своє життя потрібно зробити щось добре та важливе, щоб тебе запам'ятали. Відповіді курсантів відрізняються спрямованістю на кінець життя, на його результат. У відповідях фахівців-рятувальників 2-ї та 3-ї груп відмічено конкретизацію важливих для виконання протягом життя справ та відмічається спрямованість саме на процес життя;

– при описі свого «щастя» фахівці 2-ї та 3-ї груп найчастіше використовували визначення «коли все добре». При цьому більшість з них пов'язували своє щастя з добробутом та благополуччям своїх близьких. Особливо ця тенденція проявлялась у фахівців, які під час виконання своїх службових обов'язків стикалися зі смертю людей;

– при оцінці свого минулого більшість з усіх опитаних вважають свої минулі роки виключно позитивними, корисними для майбутнього розвитку. Тенденція оцінювати своє минуле з негативного боку більш властива курсантам, в 3-їй групі таких досліджуваних лише 10%. При оцінці свого теперішнього життя більшість всіх опитаних надали лише позитивні відгуки;

– відносно прогнозів на майбутнє були відмічені розбіжності серед трьох груп досліджуваних. Так курсанти характеризуються більш песимістичною точкою зору і вважають, що їх подальше життя не буде нічим відрізнитись від теперішнього. І майже 70% рятувальників з 2-ї групи та 75,18% з 3-ї групи висловлюють оптимістичні прогнози щодо свого майбутнього;

– як альтернативу своїй професії більшість рятувальників бачать роботу, яка б була пов'язана з наданням допомоги людям (лікарі, пожежні, водолази тощо). При цьому переважна більшість рятувальників, які увійшли до 3-ї групи досліджуваних, не змогли собі уявити, як вони могли б проявити себе в іншій професії.

Таким чином, можна стверджувати, що при оцінці свого життя, життєвої спрямованості та смисложиттєвих орієнтирів досліджувані трьох груп відрізняються змістовним наповненням зазначених категорій. Отже, суб'єктивний та професійний досвід особистості відіграє провідну роль у процесі сприйняття свого життя, в побудові та розстановці власних пріоритетів.

3.7. Суб'єктивна експрес-діагностика емоцій, що виникають під час виконання фахівцями аварійно-рятувальних підрозділів МНС України завдань різної складності, за допомогою психологічного моделювання ситуацій

Як відомо, емоції є відображенням ставлення людини до значущих для неї явищ. Емоції виконують три функції: сигнальну, оціночну та регуляторну. Нас будуть більше цікавити оціночна та регуляторна функції емоцій. При розгляді почуттів ми припускаємо проекцію більш складних форм відображення, що складається як з емоційного, так і з понятійного компонентів, що в нашому випадку є більш адекватним до умов нашого дослідження.

З метою виявлення емоційної складової відношення фахівців рятувальних підрозділів до діяльності в умовах надзвичайної ситуації нами було розроблено спеціальну програму візуального оцінювання. Поетапно, протягом п'яти днів, опитуваним було пред'явлено серії документальних фільмів з місць ліквідації наслідків НС, в яких зазвичай доводиться або доведеться працювати фахівцям аварійно-рятувальних підрозділів. Робочі ситуації, що були представлені для перегляду рятувальникам, склалися з трьох серій:

1. НС, де не має постраждалих;
2. НС, де не має загиблих, проте є травмовані;
3. НС, де є велика кількість травмованих та людські жертви.

Перед показом кожної серії проводились спеціальні вправи з соціально-психологічного тренінгу, націлені на підвищення емоційного тону в групі та «вирівнювання» загального емоційного фону в групі. Після цього проводилась діагностика стану на момент проведення процедури психологічного моделювання, за допомогою психодіагностичної методики «САН», націленої на визначення рівня емоційного тону досліджуваних. У випадку, коли тонус виходив за рамки норми (особливо, коли її перевищував), досліджуваний до перегляду фільму не допускався.

Процедура вивчення емоційного компонента відбувалась протягом п'яти днів:

- 1 день – вправи із соціально-психологічного тренінгу; діагностика стану на момент проведення процедури; перегляд 1 серії фільму;
- 2 день – перерва;
- 3 день – вправи із соціально-психологічного тренінгу; діагностика стану на момент проведення процедури; перегляд 2 серії фільму;
- 4 день – перерва;
- 5 день – вправи із соціально-психологічного тренінгу; діагностика стану на момент проведення процедури; перегляд 3 серії фільму.

Після показу кожної серії досліджувані повинні були відмітити на бланку, які емоційні прояви в них виникли у відповідь на проглянутий матеріал, та оцінити ступінь їх прояву. Отримані дані наведено в таблиці 3.16.

Окрім цього, протягом усього показу фільму за опитуваним велось спостереження та проводилась візуальна психодіагностика – фіксувались зміни у зовнішньому вигляді досліджуваних, в їх поведінці, у виразі обличчя тощо. Так, під час спостереження було зафіксовано експресивні прояви емоцій та зміни в поведінці досліджуваних у відповідь на стимул, в якості якого виступав відеоряд НС різного ступеня важкості.

Насамперед відмітимо, що найбільш експресивними можна назвати курсантів-випускників факультету аварійно-рятувальних сил УЦЗУ (див. табл. 3.16). Під час перегляду вони демонстрували неприховану зацікавленість представленим матеріалом. Це проявлялось у намаганні підняти з місця, у промовах щодо побаченого, у бажанні негайно обміняти враженнями з однокурсниками тощо. Під час перегляду слайдів 2 та 3 серій ярко виражених емоційних проявів відмічено не було, окрім незначних негативних проявів – здвигнуті брова, покусування губ, припинення розмов. Панувала все та ж атмосфера зацікавленості. Після закінчення курсантами перегляду негайно почалось бурне обговорення між собою всього побаченого.

Працюючі фахівці-рятувальники дещо по-іншому поводити себе під час перегляду відеосюжетів. Досліджувані 2-ї групи на першу серію майже ніяк не відреагували, вони намагались зрозуміти, яку конкретно НС їм демонструють. Під час перегляду 2 та 3 серій в аудиторії було переважно тихо. На обличчях рятувальників можна було відмітити риси стурбованості та занепокоєності. Під час демонстрацій на екрані загиблих та постраждалих деякі рятувальники одразу змінювали позу на закриту, покачували головою, а одиниці відводили від екрану очі.

**Показники самооцінки емоційних проявів рятувальників під час перегляду
документальних слайдів**

| Емоції | Групи | Середня оцінка емоційних проявів | | |
|-----------------|-------|----------------------------------|----------------|----------------|
| | | <i>1 серія</i> | <i>2 серія</i> | <i>3 серія</i> |
| Розгубленість | I | - | 1,90 | 2,79 |
| | II | - | 1,10 | 2,33 |
| | III | - | - | 1,17 |
| Почуття провини | I | - | - | - |
| | II | - | - | - |
| | III | - | - | 1,80 |
| Страх | I | - | - | 2,10 |
| | II | - | 2,05 | 2,14 |
| | III | - | 2,16 | 2,95 |
| Тривога | I | - | 1,70 | 2,51 |
| | II | 1,52 | 1,60 | 2,05 |
| | III | - | 1,32 | 2,88 |
| Печаль | I | - | - | 2,01 |
| | II | 1,44 | 2,10 | 2,41 |
| | III | 1,30 | 2,22 | 2,56 |
| Горе | I | - | 1,72 | 2,20 |
| | II | - | 1,96 | 2,39 |
| | III | - | 1,71 | 3,00 |
| Біль | I | - | 1,10 | 1,88 |
| | II | - | 1,60 | 2,12 |
| | III | - | 2,16 | 3,00 |
| Цікавість | I | 2,55 | 2,62 | 2,20 |
| | II | 2,17 | 1,31 | - |
| | III | 1,85 | - | - |
| Відчай | I | - | - | - |
| | II | - | 1,98 | 2,67 |
| | III | - | - | 2,18 |

В 3-ій групі під час демонстрування 1 серій у деяких опитуваних можна було зафіксувати відсутність інтересу, що проявлялось у відволіканні та частому перемиканні уваги на інші предмети або дії. У цих досліджуваних можна було візуально діагностувати емоційні прояви переважно під час перегляду 2 та 3 серій відеофільму. При появі на екранах потерпілих у більшості рятувальників було відмічено зміну пози на закриту, появу «замків», стискання кулаків, стискання в руках олівців та нервові постукування ними по кришці столу. Окрім цього, ще досить явною ознакою глибоких емоційних переживань фахівців 3-ї групи можна назвати нерухливий вираз обличчя – «маску», яку було відмічено у деяких досліджуваних. Також відмітимо, що ці фахівці після перегляду фільмів практично не розмовляли. Склалось таке враження, що вони поринули у травмуючі ситуації та ще раз відчули на собі негативний вплив стрес-факторів.

Одразу відмітимо, що 1 серія документальних зйомок викликала найменшу кількість емоційних проявів у досліджуваних всіх груп. Відмічені були лише тривога, печаль та зацікавленість матеріалом.

Уже під час перегляду 2 серії відеофільму кількість емоційних проявів зростає у всіх трьох групах досліджуваних. Відсутніми є лише почуття провини та відчай (окрім 2-ї групи досліджуваних). Відповідно, найбільший прояв переживань та емоцій було зафіксовано при демонстрації 3 серії.

Зауважимо, що у курсантів найбільш виразним став прояв такого стану як розгубленість (2,79 бала) під час перегляду 3 серії фільму.

В групі фахівців аварійно-рятувальних підрозділів, які під час ліквідації наслідків НС не стикались з людськими жертвами, найбільш значущим за проявом стало почуття відчаю (2,67) під час перегляду 3 серії відеоматеріалу.

Найвищий пік прояву таких емоційних переживань як біль та горе (по 3 бали) було відмічено в 3 групі досліджуваних під час демонстрації 3 серії фільму. Окрім цього було зафіксовано досить інтенсивний прояв таких

емоцій як страх (2,95 бала) та тривога (2,88 бала). Зауважимо, що досліджувані цієї групи неодноразово стикались зі смертю та пораненнями людей під час виконання своєї роботи. Можливо саме такі обставини і спровокували такий прояв цих емоційних переживань.

Спираючись на отримані дані, можна стверджувати, що специфіка професійного та суб'єктивного досвіду рятувальників певним чином визначає емоційний стан особистості та особливості сприйняття нею реальності, а також відношення до неї.

3.8. Особливості неусвідомленого відношення фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України до смерті та життя

Вивчення відношення людини до життя та смерті є досить складним за умови, по-перше, неоднозначності трактування визначення цих понять; по-друге, відсутності надійного психодіагностичного забезпечення, націленого на дослідження саме відношення до життя та смерті. Таким чином, можна сказати, що *вся інформація щодо відношення досліджуваних до життя та смерті носить суто суб'єктивний характер. З цього постає питання про вірогідність та надійність отриманих даних. Саме з метою хоча б часткового вирішення даної проблеми нами було проведено дослідження неусвідомленого ставлення фахівців аварійно-рятувальних підрозділів до життя та смерті за допомогою «Кольорового тесту відносин» О.М. Еткінда.*

Проведення «КТВ» було здійснене за скороченою процедурою, адже нами проводилось вивчення відношення до понять або категорій, а не до конкретної особистості. Іншими словами, нам не потрібна була інформація, яку можна отримати при повній розкладці кольорів, що складатиметься з характеристик потрібнісної сфери, особистісних властивостей тощо. Головним в нашому дослідженні є визначення емоційної складової у

відношенні до конкретного поняття та ступеня позитивності ставлення до нього або прийняття чи неприйняття даного явища особистістю.

Різноманітні дослідження свідчать, що розкид кольорів за фактором оцінки є меншим, ніж за фактором сили та активності. Кольори представляють собою різноманітні сукупності сили та активності (наприклад: висока сила та висока активність – червоний; висока сила та низька активність – чорний; низька сила та висока активність – жовтий; низька сила та низька активність – фіолетовий і т.д.).

Кожен з кольорів має власне емоційне значення, отже розшифрування емоційного значення кольору надає опис відношення до поняття, що асоціюється з цим кольором.

Розглядаючи отримані результати щодо неусвідомленого відношення фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України до життя (див. табл. 3.17), слід одразу відмітити, що в 1-ій та в 3-ій групах домінує червоний колір, а в 2-ій групі – зелений.

Саме за цими позиціями і відмічені основні достовірні розходження в результатах на статистичному рівні $p \leq 0,05$ (див. табл. 3.17). Отже, більше половини досліджуваних к з 1-ї, так і з 3-ї групи асоціюють життя з червоним кольором. Можна сказати, що ці фахівці розуміють життя як безперервний потік енергії, почуття та активності. Це відчуття успіху, перемоги та сили. Поряд з цим – це напруженість, певні випробування та постійний стан готовності до дій. Такі особливості можуть говорити і про те, що такий вибір зробили сильні особистості, які приймають цей своєрідний виклик.

Опитувані, які увійшли до 2-ї групи, найчастіше (а це майже у 63% випадків) асоціюють життя з зеленим кольором. В даному випадку, не використовуючи психологічних заходів, можна провести паралель обраного кольору з самим його наповненням в народній творчості, у фольклорі тощо – а саме, в безлічі творів, де приводяться описи природи, зелений колір є втіленням розквіту, пробудження, дихання, руху та, власне, самого життя.

**Частота кольорових асоціацій фахівців
аварійно-рятувальних підрозділів з різним суб'єктивним досвідом до категорії
«Життя»**

| Кольори | 1-а група (%) | 2-а група (%) | 3-я група (%) | φ (1, 2) | φ (1, 3) | φ (2, 3) |
|----------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| 1. Синій | 9,51 | - | 10,40 | 1,67 | 0,18 | 1,91 |
| 2. Зелений | 18,15 | 62,95 | 21,10 | 2,24* | 0,72 | 2,15* |
| 3. Червоний | 57,90 | 30,70 | 53,16 | 2,19* | 0,14 | 2,01* |
| 4. Жовтий | 10,69 | 6,35 | 15,34 | 1,39 | 1,41 | 1,86 |
| 5. Фіолетовий | 9,75 | - | - | 1,72 | 1,84 | - |
| 6. Коричневий | - | - | - | | | |
| 7. Чорний | - | - | - | | | |
| 0. Сірий | - | - | - | | | |
| *p ≤ 0,05 | | | | | | |

Отже, рятувальники 2-ї групи сприймають життя як постійні зміни, прогрес, реалізацію та удосконалення з певною долею труднощів, перешкод й напруженості. Окрім цього, на неусвідомленому рівні, життя цими фахівцями розуміється як чітко організований та регламентований процес з певними нормами і правилами.

Розглядаючи результати відносно кольорових асоціацій фахівців-рятувальників з поняттям «смерть», слід відмітити наступне (див. табл. 3.18).

Майбутні фахівці рятувальних підрозділів найчастіше асоціюють смерть із сірим кольором (57,83%). В 2-ій та 3-ій групах сірий колір обрано не було, отже відмінності в результатах є достовірними на рівні $p \leq 0,01$. Сірий колір символізує явну пасивність та аморфність. Це символ бездії та закінчення сил. Курсанти переважно саме такою сприймають смерть.

**Частота кольорових асоціацій фахівців
аварійно-рятувальних підрозділів з різним суб'єктивним досвідом до категорії
«Смерть»**

| Кольори | 1-а група (%) | 2-а група (%) | 3-я група (%) | φ (1, 2) | φ (1, 3) | φ (2, 3) |
|---------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| 1. Синій | - | - | - | - | - | - |
| 2. Зелений | - | - | - | - | - | - |
| 3. Червоний | - | - | - | - | - | - |
| 4. Жовтий | - | - | - | - | - | - |
| 5. Фіолетовий | - | 15,05 | 11,84 | 2,17* | 2,05* | 0,69 |
| 6. Коричневий | - | - | - | - | - | - |
| 7. Чорний | 42,17 | 84,95 | 88,16 | 3,53** | 0,61 | 3,60** |
| 0. Сірий | 57,83 | - | - | 4,89** | 5,26** | - |
| *p ≤ 0,05; ** p ≤ 0,01 | | | | | | |

Трохи менше фахівців 1 групи та більшість досліджуваних з 2-ї та 3-ї груп асоціюють смерть саме з чорним кольором (результати значущі на рівні $p \leq 0,01$). Чорний колір символізує заперечення, відмову, протиріччя, негативізм та ворожість. Отже, смерть в розумінні цих досліджуваних є чимось страшним, небажаним, неминучим. Це страшна сила та кінець існування.

Також відмітимо, що 15,05 % досліджуваних з 2-ї групи та 11,84% - з 3-ї групи асоціюють смерть з фіолетовим кольором. Цей колір несе в собі несправедливість, нещирість. Це колір, отриманий шляхом змішування синього та червоного. Саме це може надавати йому містичності,

символізувати глибину та неоднозначність. Серед досліджуваних 1-ї групи такий вибір не зробив ніхто ($p \leq 0,05$).

Далі нами було визначено середній ранг кольорів, які асоціювались у досліджуваних з поняттями «життя» та «смерть» (див. табл.3.19).

Таблиця 3.19

**Показники середнього рангу кольору, що асоціюються
у фахівців-рятувальників з поняттями «Життя» та «Смерть»**

| Категорії | 1-а група (M±m) | 2-а група (M±m) | 3-я група (M±m) | t (1, 2) | t (1, 3) | t (2, 3) |
|------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| «Життя» | 2,16±0,72 | 2,21±1, 13 | 2,09±1,10 | 1,09 | 1,28 | 1,35 |
| «Смерть» | 7,22±2,69 | 6,83±2,98 | 7,60±2,45 | 1,17 | 0,81 | 1,44 |

Відмітимо, що якщо з поняттям асоціюються кольори, які займають перші місця в розкладці з перевагою, значить до даного поняття досліджуваний ставиться позитивно, емоційно його приймає. І навпаки, якщо з ним асоціюються кольори, що займають останні позиції в розкладці за перевагою, – опитуваний відноситься негативно, емоційно його не приймає. Визначивши середній ранг кольору, з яким асоціюється поняття, ми встановили, яке місце він займав у середньому в розкладці за перевагою у досліджуваних трьох груп. Надалі було встановлено, що у всіх трьох групах спостерігаються однакові тенденції по відношенню як до поняття «Життя» - позитивне сприймання, так і до поняття «Смерть» - негативне сприймання. Достовірних розходжень у виявлених результатах відмічено не було.

3.9. Структура психологічних компонентів, що обумовлюють формування відношення особистості до життя та смерті

Однією з особливостей професійної діяльності фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України є її підвищена стресогенність, яка зокрема проявляється в постійному зіткненні суб'єкта діяльності зі смертю та людськими жертвами. Такі умови діяльності опосередковано формують відношення фахівців-рятувальників до смерті та життя, впливають на особливості ціннісно-сислової сфери особистості, що, у свою чергу, визначає психологічну готовність фахівців до діяльності в екстремальних умовах.

Серед основних складових психологічної готовності до діяльності практична більшість сучасних дослідників відмічає мотиваційний, орієнтаційний, операціональний, вольовий та когнітивний компоненти, які, кожен по-своєму, впливають на її рівень. Тому ми не могли залишити без уваги питання аналізу психологічної готовності фахівця-рятувальника до дій в умовах надзвичайної ситуації.

Наше дослідження показало тісний взаємозв'язок особливостей ціннісно-сислового компонента з відношенням фахівця до життя та смерті (рис. 3.6). Це, у свою чергу, можна трактувати як певний прояв стресостійкості особистості у відповідь на дію негативних чинників. Отже, можна стверджувати, що одну з провідних ролей в забезпеченні високого рівня психологічної готовності фахівця до дій в екстремальних умовах відіграє мотиваційний компонент у структурі особистості, який частково представлено в нашому дослідженні особливостями ціннісно-сислової сфери.

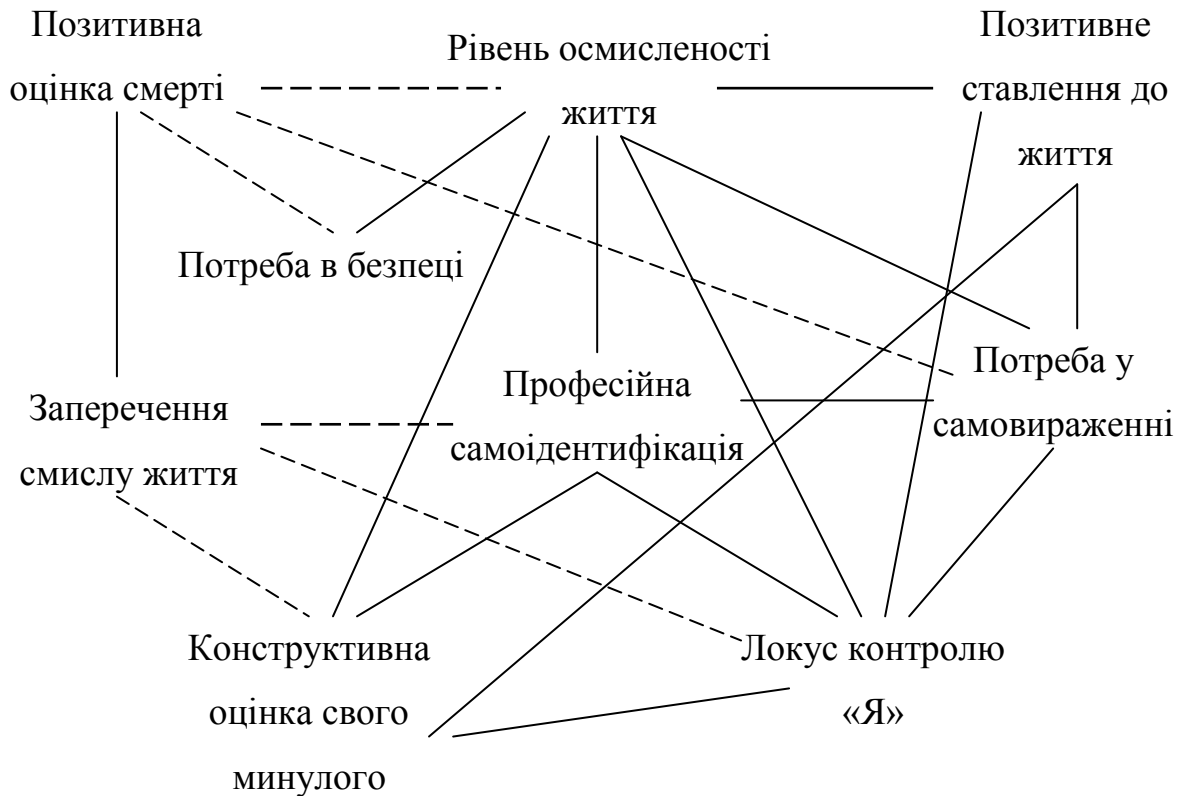


Рис. 3.6. Взаємозв'язок особливостей ціннісно-смиислового компонента з відношенням фахівця до життя та смерті

За допомогою кореляційного аналізу нами були встановлені наступні взаємозв'язки.

Зафіксовано позитивний середній за силою взаємозв'язок між показниками рівня осмисленості життя, позитивним відношенням до життя ($r=0,56$, при $p \leq 0,05$) та професійною самоідентифікацією ($r=0,82$, при $p \leq 0,01$). За підвищення рівня осмисленості життя відмічається зростання таких потреб, як потреба у самовираженні ($r = 0,44$ при $p \leq 0,05$) та потреба в безпеці ($r=0,29$, при $p \leq 0,05$). Окрім цього, зафіксовано тісний взаємозв'язок рівня осмисленості життя особистості з виразністю її локусу контролю ($r=0,80$, при $p \leq 0,01$). В такому ж випадку відмічається суттєве зниження позитивізму при відношенні фахівців-рятувальників до смерті ($r = -0,39$, при $p \leq 0,05$).

У свою чергу, позитивна оцінка смерті зворотно корелює з потребами в безпеці ($r = - 0,29$, при $p \leq 0,05$) та самовираженні ($r = - 0,44$, при $p \leq 0,05$). А

от при зростанні впевненості при запереченні смислу життя позитивна оцінка смерті підвищується ($r = 0,38$, при $p \leq 0,05$).

Вже зазначена в даній плеяді потреба в самовираженні зростає за підвищення позитивної оцінки особистістю свого життя ($r=0,35$, при $p \leq 0,05$) та прямо пов'язана з локусом контролю – Я особистості ($r=0,60$, при $p \leq 0,05$) та її професійною самоідентифікацією ($r = 0,46$, при $p \leq 0,05$).

Відмітимо, що професійна самоідентифікація, яка була визначена нами у формі суб'єктивної оцінки за допомогою контент-аналізу незавершених речень, тісно пов'язана з локусом контролю фахівців ($r = 0,78$, при $p \leq 0,05$) та конструктивною оцінкою фахівцями свого минулого ($r=0,50$, при $p \leq 0,05$) – середній взаємозв'язок.

Також відмічається, що між професійною самоідентифікацією рятувальників та запереченням смислу життя зафіксовано зворотний помірний за силою взаємозв'язок ($r = - 0,43$, при $p \leq 0,05$). Цей взаємозв'язок можна пояснити саме особливостями професійної діяльності рятувальників – їх головне завдання полягає в забезпеченні безпеки людей та наданні їм допомоги в разі необхідності.

Отже, можна сказати, що рятувальники виконують свої обов'язки саме заради життя. При цьому саме заперечення смислу життя може бути зумовлене зниженням локусу контролю – Я особистості ($r = - 0,36$, при $p \leq 0,05$) та не конструктивністю при оцінці фахівцем свого минулого та його запереченням ($r=-0,41$, при $p \leq 0,05$).

А от за підвищення рівня конструктивної оцінки минулих років свого життя у фахівців-рятувальників спостерігається підвищення позитивізму при ставленні до нинішнього життя ($r = 0,65$, при $p \leq 0,05$).

Таким чином, можна відмітити існування чітких достовірних взаємозв'язків між компонентами ціннісно-сислової, потребнісно-мотиваційної сфер і відношенням фахівців рятувальних підрозділів до життя та смерті як основних категорій, що супроводжують їх професійну діяльність.

Слід додати, що ми припускаємо залежність типу або особливостей відношення фахівців до життя та смерті і від їх професійного досвіду, за яким і було розподілено досліджуваних на 3 групи в нашому дослідженні. Проте, розрахунок такого взаємозв'язку провести не вдалось через неможливість числового вираження ознаки професійного досвіду. Нам здалось дуже некоректним та виправданим переведення особистих переживань фахівців при виконанні своїх обов'язків, їх ступеня професіоналізму, рівня власних умінь та навичок в кількісний показник. Проте, якщо навіть припустити можливість проведення таких маніпуляцій, то ні в якому разі не можна говорити про достовірність та об'єктивність такого показника.

Людина змінюється протягом всього свого життя. Змінюються наші погляди, принципи, стилі поведінки тощо. При цьому такі зміни можуть проходити мимовільно для людини, не усвідомлено, а можуть відрізнятись і спланованим характером. Проте будь-які внутрішні трансформації визначають характер життєдіяльності людини в цілому. В такому випадку буде справедливим питання про ефективність та «корисність» кожного з вказаних видів змін (усвідомленого, неусвідомленого). Одне є безперечним – **всіма особистісними змінами «керує» особистісна або внутрішня мотивація.**

Наше дослідження показало досить цікаві та різнобічні особливості ціннісно-сміслової сфери рятувальників з різним професійним досвідом. Це, у свою чергу, дозволило зробити висновок про можливість ціннісного компонента озумовлювати зміни, які відбуваються з рятувальниками на особистісному рівні. Таким чином, **можна стверджувати, що ціннісно-сміслова сфера є однією з найважливіших складових внутрішньої мотивації особистості** (див. рис. 3.7). Отже, **з метою формування адекватної психологічної готовності рятувальників до дій в екстремальних умовах, вкрай необхідним є формування або зміни домінуючої мотивації на глибинному рівні цінностей.**

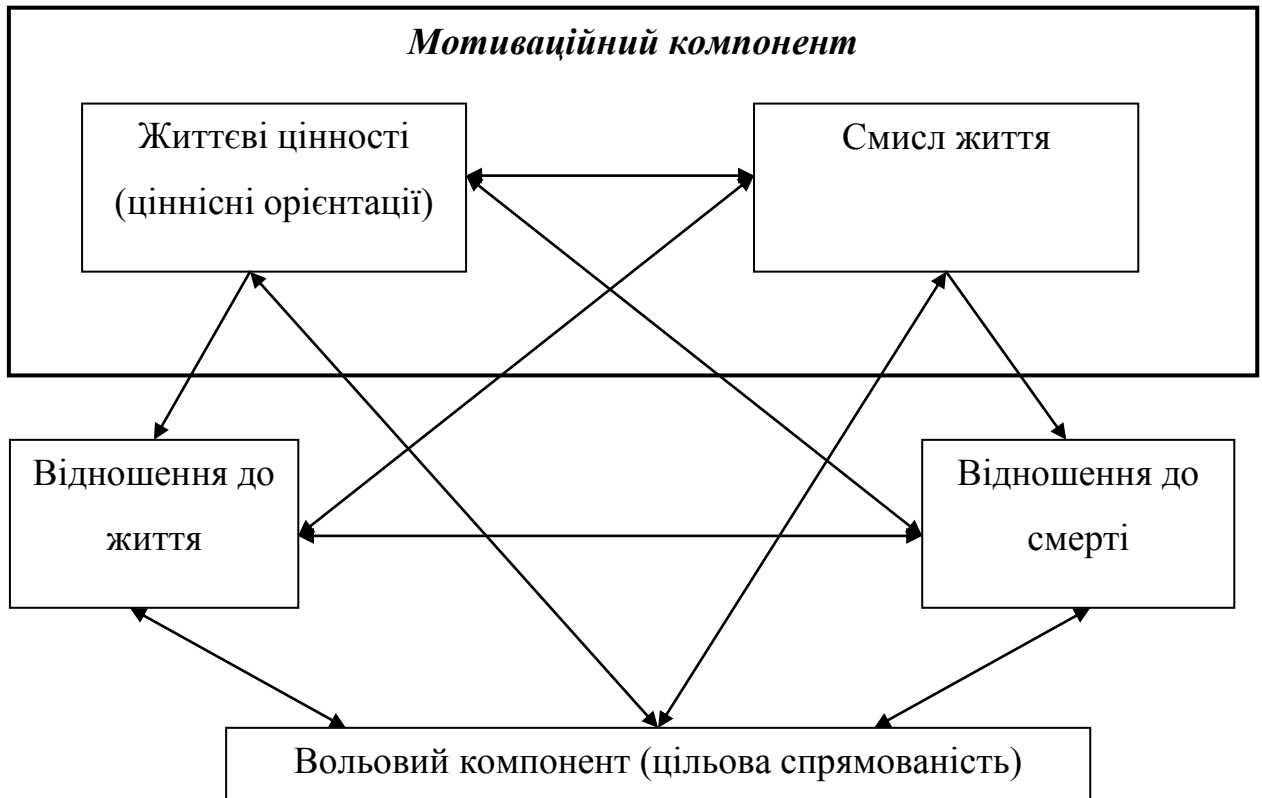


Рис. 3.7. Взаємозв'язок основних категорій, що зумовлюють формування психологічної готовності фахівців АРП до дій в екстремальних умовах

Необхідно відмітити й актуальну потребу щодо введення до програми професійно-психологічної підготовки фахівців МНС навчально-тренінгового курсу з цільового формування професійної мотивації та професійної спрямованості, з метою підвищення рівня психологічної готовності фахівця АРП до дій в екстремальних умовах (див. рис. 3.8).

Головним напрямком такого курсу повинно бути оволодіння методами активізації внутрішніх мотивів людини та використання енергії та активності вже діючих мотивів крізь призму специфічних особливостей професійної діяльності фахівців-рятувальників.

Враховуючи отримані в дослідженні дані, ми пропонуємо основні вправи з формування внутрішньої мотивації майбутніх фахівців аварійно-рятувальних підрозділів.



Рис. 3.8. Алгоритм цільового формування професійної мотивації та професійної спрямованості рятувальника

Приведені вправи не є авторськими, а представляють собою комплекс спеціально підібраних прийомів. Пропоновану програму було впроваджено у процес тренінгових занять зі спеціальної психологічної підготовки фахівців-рятувальників, який було проведено відділом впровадження

психотренінгових технологій науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології Університету цивільного захисту України, що дає змогу рекомендувати її проведення в межах спеціальної підготовки майбутніх фахівців-рятувальників (додаток Г).

ВИСНОВКИ ЗА РОЗДІЛОМ

1. Шляхом всебічного вивчення ціннісно-сислової сфери фахівців аварійно-рятувальних підрозділів було розглянуто та проаналізовано її особливості залежно від професійного досвіду рятувальників. Зафіксовано розбіжності у рангових структурах як інструментальних, так і термінальних цінностей фахівців-рятувальників. Слід зауважити, що сфера професійного життя є найголовнішою для рятувальників МНС України. Другий шабель відведено сімейному життю, де головною цінністю є матеріальне забезпечення. Окрім цього, особливістю рятувальників в незалежності від їх професійного досвіду є те, що вони велике значення надають соціальним контактам. Дана цінність є найбільш виразною у сфері професійного життя особистості.

2. Дослідження переважно філософської категорії смисложиттєвих орієнтацій показало, що психологічний зміст зазначеного поняття розглядається через призму психологічної реальності або змістовної складової життєдіяльності фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України. Встановлено, що фахівцям, які увійшли до 2-ї групи досліджуваних властивий найвищий рівень осмисленості свого життя, за ними йдуть майбутні фахівці рятувальних підрозділів. В 3-ій групі досліджуваних виразність рівнів осмисленості життя є практично рівномірною, що може бути викликано схильністю рятувальників даної групи досліджуваних звертатись до минулого в оцінці життєвих цінностей та орієнтацій.

3. Протягом дослідження було відмічено, що смисл життя фахівці АРП визначають переважно як певний її зміст або наповнення. Смисл життя може

визначати її цінність та спрямованість. Встановлено, що курсанти УЦЗУ – майбутні рятувальники, трактують смисл життя крізь призму вищих мотивів. Також в їх трактування зазначеної категорії відмічається проєкція особистісної професійної спрямованості. Загальногруппова тенденція свідчить про те, що переважна більшість досліджуваних 1-ї групи вважає смислом свого життя сам процес життя. Зауважимо, що в 2-ій групі досліджуваних більшість рятувальників вважають смислом свого життя виконання свого призначення, місії. Трохи менша кількість досліджуваних головним в житті вважає любов та доброту. І третє місце в такому умовному рейтингу відведено розуміння смислу життя як присвяченні свого життя для користі оточуючих. Переважна більшість фахівців АРП з 3-ї групи досліджуваних вважають смислом свого життя саме життя. Це може бути зумовлено саме специфікою їх суб'єктивного досвіду та характером їх професійної діяльності.

Відношення до смерті досліджуваних, як правило, трактується крізь призму характеру професійної діяльності особистості та її професійного досвіду. Однак, слід зауважити, що у цьому питанні може відмічатись динамічність даних уявлень та їх трансформація у відповідь на зміни в структурі особистості.

4. За допомогою психологічного моделювання професійних ситуацій різного рівня складності відмічені особливості в емоційному компоненті відношення рятувальників з різним професійним досвідом до діяльності в умовах надзвичайної ситуації. Відмічено, що найбільших емоційних проявів у рятувальників викликали сюжети, де було показано надзвичайні ситуації, в яких є людські жертви та поранення людей. Окремою особливістю емоційних реакцій на відеоматеріал у майбутніх фахівців була наявність інтересу під час всіх етапів експрес-діагностики.

5. При вивченні відношення фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України до життя та смерті на неусвідомленому рівні було встановлено, що незалежно від професійного досвіду всі фахівці найбільш

позитивно оцінюють категорію життя, а найбільш негативно – категорію смерті.

б. Під час аналізу структурних компонентів корелограми психологічної готовності фахівців АРП до дій в екстремальних умовах було відмічено тісний зв'язок ціннісно-сміслового компонента з відношенням фахівця до життя та смерті. Це, у свою чергу, дає змогу стверджувати, що одну з провідних ролей в забезпеченні високого рівня психологічної готовності фахівця до дій в екстремальних умовах відіграє мотиваційний компонент у структурі особистості, який частково представлено в нашому дослідженні особливостями ціннісно-сміслової сфери. На основі цього вважаємо доцільним пропонувати включення до програми спеціальної професійно-психологічної підготовки майбутніх фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України курсу з розвитку професійної мотивації рятувальників.

ВИСНОВКИ

У монографії наведено теоретичне узагальнення і нове вирішення наукової проблеми, що виявляється в розкритті відношення рятувальників до життя та смерті в межах ціннісно-сміслового компонента, визначенні сучасного уявлення психологічної складової суто філософської проблеми смислу життя та розробці структурної моделі компонентів ціннісно-мотиваційної складової психологічної готовності рятувальника до діяльності в умовах надзвичайної ситуації.

1. Проведений в монографії теоретично-психологічний аналіз категорій смислу життя та відношення до смерті дозволив встановити актуальність вивчення даного питання в межах ціннісно-сміслового компоненту особистості. Особливої значущості розгляд даного питання набуває при його вивченні на прикладі фахівців екстремальних видів діяльності, де ситуації зіткнення зі смертю є невід'ємною складовою професії.

Свого індивідуального наповнення смисл життя набуває у фахівців-рятувальників, які під час виконання своїх прямих обов'язків стикаються з критичними ситуаціями, що певним чином може провокувати зміни в ціннісній сфері особистості. Відмічається, що критичні ситуації, залежно від ступеня інтенсивності впливу на особистість, є каталізатором можливих змін у структурі особистості, як позитивних або конструктивних, так і негативних або деструктивних. В рамках діяльності фахівців рятувальних підрозділів зіткнення зі смертю слід розуміти не тільки у фізичному плані, а і у психологічному, що дозволяє говорити про формування особистого професійного досвіду фахівця.

2. Вивчення особливостей ціннісно-сміслової сфери фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України з різним професійним досвідом дозволило зафіксувати актуальність професійної сфери в їх

життєдіяльності, в рамках якої найбільш гостро проявляються потреби в саморозвитку та самореалізації, а також в активній соціальній взаємодії.

Професійний досвід фахівців, а саме, досвід зіткнення зі смертю під час виконання своїх обов'язків визначає їх цілеспрямованість та націленість на майбутнє.

Здатність контролювати своє життя є найменш виразною у фахівців-рятувальників, які неодноразово були свідками загибелі людей під час надзвичайних ситуацій. В них також відмічаються низькі показники, що свідчать про власну внутрішню силу змінювати обставини ситуації та керувати ними. Такі особливості можуть бути зумовлені саме професійним досвідом випробуваних. Наведені результати дозволили розробити ціннісно-орієнтаційний портрет рятувальників, який відображає їх певні індивідуально-типологічні особливості.

Дослідження смисложиттєвих орієнтацій фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС дозволило встановити, що психологічний зміст даного питання полягає в аналізі смислу життя особистості, який у свою чергу, набуває найбільшої цінності в умовах вивчення його впливу на життєдіяльність людини та її відношення до своєї професії.

3. Багаторівневе вивчення відношення фахівців аварійно-рятувальних підрозділів до життя та смерті дозволило отримати оцінку цих категорій на емоційному та раціональному рівнях. Дослідження показало, що фахівці-рятувальники, які мали досвід зіткнення зі смертю під час виконання своїх професійних обов'язків, схильні демонструвати більш емоційне відношення до вказаних вище категорій, ніж інші випробувані.

Проведений контент-аналіз показав, що у фахівців-рятувальників, які увійшли до 3-ї групи досліджуваних, відмічається більш чіткий прояв професійної самоідентифікації, спостерігається соціальна спрямованість при визначенні власного щастя, а смисл життя найчастіше визначається власне самим процесом життя.

У групі майбутніх фахівців відзначено домінування загальновікової тенденції визначення смислу життя, щастя та відношення до смерті з невеликим, ледь помітним відтінком професійної проекції. Це дає змогу стверджувати, що саме професійний досвід обумовлює особливості сприйняття особистістю свого життя, її відношення до смерті та опосередковано формує життєві цінності.

Дослідження особливостей неусвідомленого компонента відношення фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС до життя та смерті дозволило відмітити існування у досліджуваних загальної тенденції, що виражається в позитивній оцінці категорії «життя» і, відповідно, негативній оцінці категорії «смерть».

4. На основі отриманих під час дослідження даних розроблено та обґрунтовано структуру психологічних складових, які обумовлюють відношення фахівців до життя та смерті в межах ціннісно-смиислового компонента. Відмічено роль та значущість зазначеного компонента у структурі внутрішньої мотивації особистості, яка виступає однією з головних умов психологічної готовності фахівця до дій в екстремальних умовах діяльності.

З метою підвищення ефективності спеціальної психологічної підготовки майбутніх рятувальників до діяльності в умовах надзвичайної ситуації запропоновано ввести до зазначеної програми курс з формування внутрішньої професійної мотивації особистості на основі її ціннісно-смиислової сфери.

Потребують подальшого вивчення питання взаємозв'язку раціонального та емоціонального компонентів відношення фахівців екстремального профілю діяльності до життя та смерті у різноманітних критичних ситуаціях та визначення основних життєвих стратегій совладання з ними.

ЛІТЕРАТУРА

1. Абрамова Г. С. Психология в медицине / Г.С. Абрамова, Ю.А. Юдич. - М.: Кафедра М, 1998. – 272 с.
2. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни / Ксения Александровна Абульханова - Славская. - М.: Мысль, 1991. - 299 с.
3. Абульханова-Славская К. А. Деятельность и психология личности / Ксения Александровна Абульханова-Славская. - М.: Наука, 1980.-335 с.
4. Александровский Ю. А. Чрезвычайные ситуации и психогенные расстройства / Ю. А. Александровский // Врач. - 1997. - №9. - С.2-6.
5. Алексина Т. А. Нравственный смысл жизни в аспекте личностного времени / Т. А. Алексина, А. П. Донченко // Философские науки. - 1985. - №3. - С.43-52.
6. Алферов Ю. А. Дезадаптация и стрессоустойчивость человека в преступной среде / Ю. А. Алферов, В. Г. Козюля. – Домодедово: РИПК МВД России, 1996. - 111 с.
7. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания / Ананьев Б. Г. - Л.: Изд-во ЛГУ, 1968. - 339 с.
8. Ананьев В. А. Введение в психологию здоровья / Ананьев В. А. – СПб.: Балтийская Педагогическая Академия, 1998. - 120 с.
9. Анцыферова Л. И. Некоторые теоретические проблемы психологии / Л. И. Анцыферова // Вопросы психологии. – 1978. - № 1. – С.42- 45.
10. Анцыферова Л.И. Личность в тяжелых жизненных условиях; переосмысливание, преобразования ситуаций и психологическая защита / Л.И. Анцыферова // Психологический журнал. - 1994. - № 1. – С. 35-38.
11. Арьес Ф. Человек перед лицом смерти / Арьес Ф. - М.: Прогресс, 1992. - 526 с.
12. Асмолов А.Г. Психология личности / Асмолов А.Г. - М.: Изд-во МГУ, 1990. - 367 с.
13. Ахмеров Р.А. Биографические кризисы личности: автореферат

диссертации на соискание учёной степени кандидата психологических наук: специальность 19.00.01 – «Общая психология, психология личности и история психологии» / Р. А. Ахмеров. - М., 1994. - 22 с.

14. Бабурин СВ., Баканова А.А. Психологическая помощь в острых кризисных ситуациях / Научно-методическая конференция, посвященная 190-летию СПГУВК / Тезисы докладов. - СПб., 1999. - С. 262-264.

15. Бассин Ф.В. «Значащие» переживания и проблема собственно-психологической закономерности / Ф. В. Бассин // Вопросы психологии. - 1972. - №3. - С.101-113.

16. Бассин Ф.В. О силе «Я» и психологической защите / Ф. В. Бассин // Вопросы философии. - 1969. - №2. - С. 118-125.

17. Бах Р. Чайка Джонатан Левингстон. Иллюзии / Ричард Бах ; [пер. с англ. Сидерского А.] . - М.: София, 1999. -224 с.

18. Безопасность России. Правовые, социально-экономические и научно-технические аспекты: Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера / [С.К. Шойгу, В.А. Владимиров, Ю.Л. Воробьев и др.]. — М: МГФ “Знание”, 1999. — 588 с.

19. Бердяев Н.А. О назначении человека / Бердяев Н. А. - М.: Республика, 1993. - 382 с.

20. Братусь Б.С. Аномалии личности / Братусь Б.С. - М.: Мысль, 1988. - 304 с.

21. Будинайте Г.Л. Личностные ценности и личностные предпосылки субъекта / Г. Л. Будинайте, Т. В. Корнилова // Вопросы психологии. - 1993. - №5. - С.99-105.

22. Бурлачук А.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций: учебное пособие. - М.: Российское педагогическое агентство, 1998. - 263 с.

23. Бьюдженталь Д. Наука быть живым / Бьюдженталь Д. - М.: Независимая фирма "Класс", 1998. – 336 с.

24. Вайзер Г.А. Представление школьников о «смысле жизни» и «акме человека» / Г. А. Вайзер // Мир психологии. - 2001. - №2. - С. 93-98.

25. Васильева О. С. Изучение основных характеристик жизненной стратегии человека / О. С. Васильева, Е. А. Демченко // Вопросы психологии. - 2001. - №2. - С.74-85.
26. Васильева О.С. Изучение основных характеристик жизненной стратегии человека / О.С. Васильева, Е.А. Демченко // Вопросы психологии. - 2001. - №2. - С.74-85.
27. Василюк Ф.Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций / Фёдор Ефимович Василюк. - М.: Издательство Московского университета, 1984. - 200 с. - (Практическая психология)
28. Ведин И. Ф. Бытие человека: деятельность и смысл / Ведин И. Ф. - Рига: Зинатне, 1987. -212 с.
29. Владимиров В.А. Катастрофы и общество / В. А. Владимиров, В.И. Измалков. - М.: «Контакт-Культура», 2000. - 334 с.
30. Волошин П. В. Медико-психологические аспекты экстремальных событий и проблема ПТСР / П.В. Волошин, Л.Ф. Шестопалова // Международный медицинский журнал (Харьков). - 2000. - №3. - С.31-34.
31. Гнездилов А.В. Путь на Голгофу: Очерки работы психотерапевта в онкологической клинике и хосписе / А. В. Гнездилов. - СПб.: Изд-во Петербург - XXI век, 1995. - 136 с.
32. Головаха Е. И. Жизненные перспективы и профессиональное самоопределение молодежи / Головаха Е. И. - Киев: Наукова думка, 1988. - 145 с.
33. Головаха Е.И. Психологическое время личности / Е. И. Головаха, А. А. Кроник. – М.: Смысл, 2008. - С. 184-205.
34. Гончаров С.Ф. Новые подходы к профессиональной и медицинской реабилитации участников ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций / С. Ф. Гончаров, В. Н. Преображенский // Медицина катастроф. - 2000. - №1. - С.5-8.
35. Гражданская защита. Понятийно-терминологический словарь /под общей редакцией Ю.Л.Воробьева. - М.: Флайст, 2001. - 240 с.

36. Гримак Л.П. Резервы человеческой психики / Гримак Л. П. - М.: Политиздат, 1989. - 318 с.
37. Гринбергер Д. Управление настроением: методы и упражнения / Д. Гринбергер, К. Падески; [пер. с англ. Е. Трифонова]. - Москва; СПб.; Нижний Новгород : Питер, 2008. - 224 с. : ил. - (Сам себе психолог).
38. Гроф С. За пределами мозга: рождение, смерть и трансценденция в психотерапии / С. Гроф; [пер. с англ. Андриянова и др.]; Под общ. ред. А.Дегтярева. - 2-е изд., перераб. - М. : Изд-во Трансперсон. ин-та, 1993. - 497 с. - (Тексты трансперсональной психологии).
39. Гроф С. Человек перед лицом смерти / С. Гроф, Дж. Хэлифакс; [пер. с англ. А. И. Неклесса]. - М.: Издательство Трансперсонального Института, 1996. - 246 с. - (Тексты Трансперсональной Психологии)
40. Гумницкий Г.Н. Смысл жизни, счастье, мораль / Гумницкий Г.Н. - М.: Знание, 1981. - 64 с.
41. Дроздов В.Н. Медицинские, социально-психологические, философские и религиозные аспекты смерти: в помощь лектору / Дроздов В.Н., Беридзе М.З., Разин П.С. – Киров, 1992. - 249 с.
42. Дубровский Д.И. Смысл смерти и достоинство личности / Д.И. Дубровский // Философские науки. - 1990. - № 5. - С. 67-72.
43. Духовный кризис. Статьи и исследования [Пер. с англ. / Под ред. В.В.Козлова]. - М.: МТМ, 1995. - 256 с.
44. Евграфов А.П. Изучение личности заключенного и организация индивидуальной работы с ним / Евграфов А.П., Романенко Н.М., Шмаров И.В. - М., 1964. – С. 104-107.
45. Елисеев А.П. Морально-психологическое обеспечение сил РСЧС / Елисеев А.П. - СПб, 2002. - 75 с.
46. Жизнь после смерти / [авт. текста П.С. Гуревич]. – Магадан: Республика, 1992. - 352 с.
47. Знаков В. В. Психологические принципы непонимания "афганцев" невоевавшими людьми / В. В. Знаков // Психологический журнал.

- 1990. - № 2. – С.29-34.

48. Зорза В. Путь к смерти: жить до конца / В. Зорза, Р. Зорза. - М.: Прогресс, 1990. - 245 с.

49. Иванова Н.Я. Философский анализ проблемы смысла бытия человека / Иванова Н. Я. -Киев: Наукова думка, 1980. - 187 с.

50. Исаев Д. Н. Психосоматическая медицина детского возраста / Исаев Д. Н. - СПб.: Специальная Литература, 1996. -454 с.

51. Исаев С.А. Теология смерти. Очерки протестантского модернизма / Сергей Александрович Исаев. - М.; Прогресс, 1991.-217 с.

52. Калиновский П.П. Переход: Последняя болезнь, смерть и после / Пётр Петрович Калиновский. - М.: Старос, 2004. – 253. – (Мол. Гвардия)

53. Кардаш С. Измененные состояние сознания / Кардаш С. - Д.: Сталкер, 1998. -416 с.

54. Карпова Н. Л. Психологические аспекты проблемы смысла жизни / Н. Л. Карпова // Психологический журнал. - 1996. - №2. - С. 178-183.

55. Карпова Н.Л. Психологические грани смысла жизни / Н.Л. Карпова // Вопросы психологии. - 1996. - №4. - С.151-155.

56. Кастанеда К. Учения дона Хуана: Сочинения /Карлос Кастанеда. - М.: ЗАО Изд-во ЭКСМО - Пресс, 1999. - 704 с.

57. Клиническая психология: материалы 1 международной конференции памяти Б.В. Зейгарник, 12-13 октября 2001. - М, 2001. - С.296-298.

58. Коган Л. Н. Цель и смысл жизни человека / Коган Л. Н. - М.: Мысль, 1984. - 252 с.

59. Кон И.С. Психология старшеклассника / Кон И.С. - М.: Просвещение, 1980. - 192 с.

60. Кораблина Е.П. Психологическая помощь в развитии личности / Е. П. Кораблина. – СПб. : Союз, 1994. - 39 с.

61. Корнилова Т.В. Психология риска и принятие решений / Корнилова Т.В. - М.: Аспект Пресс, 2003.-286 с.

62. Коротков К. Г. Свет после Жизни / Коротков К. Г. СПб. : Весь, 1994. - 236 с.
63. Коупленд Н. Психология и солдат / Коупленд Н. - М.: Воениздат, 1960. -135 с.
64. Коханов В.П. Психолого-психиатрические аспекты в лечебно-профилактической и реабилитационной помощи в чрезвычайных ситуациях / В.П. Коханов, В.Н.Краснов, З.И. Кекелидзе // Медицина катастроф. - 2000. - №1. - С.61-63.
65. Ксендзюк А. Тайна Карлоса Кастанеды. Анализ магического знания дона Хуана: теория и практика / Алексей Петрович Ксендзюк. – Одесса: Хаджибей, 1995. - 480 с.
66. Ларцев М.А. Оценка и прогнозирование профессиональной пригодности по особенностям психической адаптации персонала потенциально опасных производств / М.А. Ларцев, А.Ф. Бобров, М.Г. Багдасарова // Медицина катастроф. -1997. - №1. - С. 83-91.
67. Лебедев В.И. Личность в экстремальных условиях / Лебедев В. И. – М.: Политиздат, 1989 . - 304 с.
68. Левин С. Кто умирает? /Стивен Левин ; [пер.с англ.]. - К.: София, 1996,- 352 с.
69. Леонтьев Д. А. Личность: человек в мире и мир в человеке / Д.А. Леонтьев // Вопросы психологии. - 1989. - № 3. - С.11-21.
70. Леонтьев Д. А. Тест смысложизненных ориентации (СЖО) / Леонтьев Д. А. - М.: Смысл, 1992.-16 с.
71. Леонтьев Д.А. Внутренний мир личности // Психология личности в трудах отечественных психологов. - СПб.: Питер, 2000. - С.372-377.
72. Либерман А.Н. Радиация и стресс. Социально-психологические последствия Чернобыльской аварии / Либерман А.Н. – СПб.: Новый век, 2002. - 159 с.
73. Льюис Д.Р. Энциклопедия представлений о жизни после смерти / Льюис Д.Р ; [Пер.с англ. Ю. И. Губатова]. - Ростов н/Д : Феникс, 1996. –

541 с. - (Энциклопедии).

74. Магомед-Эминов М.Ш. Личность и экстремальная жизненная ситуация / М.Ш. Магомед-Эминов // Вести. Моск. Ун-та. Сер. 14, Психология. - 1996. - № 4. - С.26-35.

75. Магомед-Эминов М.Ш. Трансформация личности: Учеб. пособие по психологии личности для психоаналит. учеб. заведений / М.Ш. Магомед-Эминов. - М. : ПАРФ, 1998. - 494 с

76. Мазур Е. Психическая травма и психотерапия / Е. Мазур // Московский психотерапевтический журнал. - 2003. - №1. - С.31-52.

77. Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях / А. Г. Маклаков // Психологический журнал. -2001.-№1.-С.16-24.

78. Маклаков А.Г. Проблемы прогнозирования психологических последствий локальных военных конфликтов / А.Г. Маклаков, С.В. Чермянин, Е.Б. Шустов // Психологический журнал. - 1998. - №2. - С. 15 - 26.

79. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации / Малкина-Пых И.Г.-М.: Изд-во Эксмо, 2006. -960 с. – (Справочник практического психолога).

80. Мартынюк И.О. Жизненные цели личности: понятие, структура, механизмы формирования / Мартынюк И. О. - Киев: Наукова думка, 1990. - 119 с.

81. Маслоу А. Психология бытия / Абрахам Маслоу ; [пер. с англ.]. - М. : Рефл-бук: Ваклер, 1997. - 304 с. - (Актуальная психология).

82. Микеланджело. Искусство / Жиль Нере Микеланджело ; [пер. с англ. Л. Семенов]. – Москва: Смысл, 1980. - 180 с.

83. Минеев В.В. От смерти - к жизни / В. В. Минеев, В. П. Нефедов. – Красноярск: Мысль, 1989. – 284 с.

84. Миско Е.А. Особенности жизненной перспективы у ветеранов войны в Афганистане и ликвидаторов аварии на ЧАЭС / Е.А. Миско,

Н.В. Тарабрина // Психологический журнал. - 1994. - №3. - С.44-52.

85. Михайлов Л. А. Военная психология: учебное пособие; Вып.1. Психология личности военнослужащего / Л. А. Михайлов, Г. Д. Михеев ; под ред. В.П. Соколина - СПб.: Образование, 1993. - 138 с.

86. Москаленко А.Т. Смысл жизни и личность / А. Т. Москаленко, В. Ф. Сержантов; Отв. ред. А. А. Чечулин. – Новосибирск: Наука, 1989. - 205 с. – (Общество и личность).

87. Мотивационная регуляция деятельности и поведения личности: материалы международной научно-практической конференции. Часть 1. - М.: Инс-т психологии АН СССР, 1988. - С.136-140.

88. Мэй Р. Любовь и воля. / Ролло Мэй ; [пер. О.О.Чистяков и А.П.Хомик]. - М.: Рэфл бук, Ваклер, 1997. - 376 с.

89. Немировский В.Г. Смысл жизни: проблемы и поиски / Немировский В.Г. - Киев: Политиздат Украины, 1990. - 223 с.

90. Никифоров А.М. Психологическая совместимость специалистов экстремального профиля / Никифоров А.М., Рыбников В.Ю., Вавилов М.В. – СПб.: Питер, 2002. -53 с.

91. Новиков В.С. Психофизиологическая характеристика и коррекция экстремальных состояний информационно-семантического генеза / В.С. Новиков, В.В. Гаранчук // Военно-медицинский журнал. - 1994. - №9. - С.53-58.

92. Особенности медико-психологической реабилитации лиц, работающих в экстремальных условиях / Щегальков А.М., Клячкин Л.М., Козенюк В.Ф. [и др.] // Медицина катастроф. - 2000. - №1. - С.52-56.

93. От МПВО к гражданской защите /под редакцией С.К.Шойгу. - М.: УРСС, 1998. - 334 с.

94. Охрана труда спасателя / [Шойгу С. К., Кудинов С. М. и др.]. - М.: Весть, 1998. - 421 с.

95. Оценка психологической готовности спасателей к действиям в экстремальных условиях: методические рекомендации / [Чугунова Л.Н.,

Шойгу Ю.С., Коханова М.А. и др.]; под ред. С. С. Алексанин. - М: ФЦВНИИ ГОЧС, 2003. – 40с.

96. Паркинсон Ф. Посттравматический стресс: спасательные команды и добровольцы / Ф. Паркинсон // Психология зрелости и старения. - 2002. - №1 - С.45-62.

97. Подольская Е.А. Ценностные ориентации и проблема активности личности / Подольская Е. А. -Харьков: «Основа», 1991. - 165 с.

98. Поливанова К. К. Психологический анализ кризисов возрастного развития / К. К. Поливанова // Вопросы психологии. - № 1. - 1994. - С. 115 - 119.

99. Практикум по психодиагностики. Психодиагностические материалы. /Под ред. А.А. Бодалева. М.: Изд-во МГУ. - 1988. -141 с.

100. Практическая диагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. /Под ред. Д.Я. Райгородского - Самара.; Издательский Дом "Бахрах", 1998-672 с.

101. Практическая психология / Под ред. М.К. Тутушкиной, - М.: Изд-во Ассоциации строительных ВУЗов. - СПб.: "Дидактика плюс". - 1997. – 235 с.

102. Принципы развития в психологии / [под ред. Костюка Г.С.]. - М.: Наука. - 1978. – 284 с.

103. Прямицин В.Н. Выход из кризиса как философская проблема: автореферат диссертации на получение степени к. филос. н.: специальность 09.00.11 / В. Н. Прямицин. - СПб., 1993. - 22 с.

104. Психологические и психиатрические проблемы клинической медицины: сборник научных трудов, посвященный 100-летию кафедры психиатрии и наркологии Ст-Петербурга ГМУ им. акад. И.П. Павлова. – СПб.: Изд-во ГМУ, 2000. - С. 125-127.

105. Психологические проблемы самореализации личности: сб. научных работ / научн. ред. А.А. Крылова, Л.А. Коростылевой. - СПб.: Изд-во СПбГУ, 1997. - 240 с.

106. Психология личности и образ жизни: Сборник статей / Сост. Е.В. Шолоховой. - М.: Мысль, 1987. - С.137-145.
107. Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / Под ред. Д.А. Леонтьева, В.Р. Щур. - М.: Смысл, 1997. - С. 156 -176.
108. Психология смерти и умирания [Хрестоматия / Сост. К.В. Сельченко]. - Мн.: Харвест. 1998. -656 с.
109. Психология формирования и развития личности: сб. научн. работ / наук. ред. Л И Анцыферова. - М., 1981. - С.3-18.
110. Психология экстремальных ситуаций: [Хрестоматия / Сост. А.Е.Тарас, К.В. Сельченко]. -М.: АСТ, 2002. - С.84-134.
111. Психолого-педагогические и философские аспекты проблемы смысла жизни: материалы I—II симпозиумов. - М.: ПИ РАО, 1997. - С.97-115.
112. Психолого-педагогические проблемы развития личности в современных условиях: Тезисы докладов межвузовской научной конференции, Санкт-Петербург, 18-20 мая 1999 г. - СПб,; Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 1999. - С. 207 - 209.
113. Психосинтез и другие интегративные техники психотерапии [Под ред. А.А. Бадхена, В.Е. Кагана]. - М.: Смысл, 1997. - 298 с.
114. Психотерапия и духовные практики: Подход Запада и Востока к лечебному процессу [Составитель В. Хохлов]. – Мн. : "Вида - Н", 1998. – 320 с.
115. Пуховский Н. Н. Психопатологические последствия чрезвычайных ситуаций / Пуховский Н. Н. - М.: Институт психологии РАН, 1999. - 212 с.
116. Ранк О. Страх жизни и страх смерти / Отто Ранк ; [пер. с нем.] . - СПб.: Питер, 1997. -178 с.
117. Рейнуотер Дж. Это в ваших силах. Как стать собственным психотерапевтом / Джанетт Рейнуотер. – М.: Прогресс, 1993. - 240 с.

118. Ромек В.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. - СПб: Речь, 2004. - 256 с.
119. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / Сергей Леонидович Рубинштейн. - М.: Питер, 1999. -705 с. – (Мастера психологии)
120. Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии / Сергей Леонидович Рубинштейн. - М.: Смысл, 1976. - 416 с.
121. Рязанцев С. Философия смерти / Рязанцев С. - СПб.: Спикс, 1994. - 319 с.
122. Сартр Ж.-П. Экзистенциализм - это гуманизм / Ж.-П. Сартр [пер. с фр. М. Грецкого]. - М.: Изд-во иностр. лит., 1989. – 385 с.
123. Семичев С.Б. Теория кризисов и психопрофилактика: Труды Ленингр. науч-исслед. психоневрологического ин-та им. В. М. Бехтерева: в 63 т. / С.Б. Семичев. – Л., 1983. - Т.63: Неврозы и пограничные состояния. - 1983, С. 98-104
124. Сколько Вам лет? Линии жизни глазами психолога / [Кроник А.А., Головаха Е.И., Пажитнов А.Л., Членов М.А.]; отв. ред. Кроник А.А. - М.: МИР, 1993. -109 с.
125. Смысл жизни: опыт философского исследования: сб. науч. работ / Отв. ред. Делократов К.Х. - М.: Изд-во Рос. академии управления, 1992. - С.55-67.
126. Событийная жизнь человека в его событии / А.Г. Асмолов, А.В. Брушлинский, А. А. Бодалев [и др.] // Мир психологии. - 2000. - №4. - С.3-9.
127. Современные подходы к диагностике, лечению и профилактике ранних форм утомления и переутомления у спасателей / В.Н. Преображенский, К.В. Лядов, Б.Л. Жданов [и другие] // Медико-социальная экспертиза и реабилитация. - 1999. - №3. - С.33-35.
128. Социально-психологическое обеспечение боевой деятельности военнослужащих: Материалы социально-психологического исследования в зоне военного конфликта. - СПб.: ВМА им. С.М. Кирова. - 1998. – 152 с.

129. Сочивко Д.В Психодинамическая диагностика личности в разных по экстремальности условиях жизнедеятельности / Д.В. Сочивко // Прикладная психология. -2001.-№2.-С.58-70.

130. Стил ь жизни личности: теоретические и методологические проблемы / Под ред. Л.В.Сохань, В.А.Тихонович. - Киев: Наукова думка, 1982. - 372 с.

131. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса / Надежда Владимировна Тарабина. – СПб. : Питер, 2001.-272 с.

132. Тарабрина Н.В. Психологические особенности посттравматических стрессовых состояний у ликвидаторов последствий аварии на ЧАЭС / Н.В. Тарабрина, Е.О. Лазебная, М.Е. Зеленова // Психологический журнал. - 1994. - №5. -С.66-77.

133. Тома Л.- В. Смерть / Тома Л.- В. - М.: Педагогика, 1990. - 87 с.

134. Уфимская катастрофа: особенности состояния, поведения и деятельности людей / М. М. Решетников, Ю. А. Баранов, А. П. Мухин [и другие] // Психологический журнал. - 1990. - №1. - С.95-101

135. Фонарев А.Р. Профессиональная деятельность как смысл жизни профессионала / А.Р. Фонарев // Мир психологии. - 1999. - №2. - С. 104-109.

136. Франкл В. Человек в поисках смысла / Виктор Франкл ; [Пер.с англ. и нем.] Общ. ред. Л.Я. Гозмана, Д.А. Леонтьева; Вступ. ст. Д.А. Леонтьева. - М.: Прогресс, 1990. - 368 с.

137. Фромм Э. Искусство любить / Эрих Фромм; [Перевод Л.А.Чернышевой]. - М.: Педагогика, 1990. - 160 с.

138. Хей Л. Исцели свою жизнь, свое тело. Силы внутри нас / Луиза Хей ;[пер.с англ. Шापельниковой Е]. – Кишинев: Оникс, 2003. - 224 с.

139. Хуземан Ф. Об образе и смысле смерти: история, физиология и психология проблемы смерти/ Фридрих Хуземан; [Пер. с нем.]. - М. : Энигма, 1997. - 135 с. - (Лики времени).

140. Хьелл Л. Теории личности (Основные положения, исследования и применение) / Л. Хьелл, Д. Зиглер. - СПб.: Питер Пресс, 1997, - 608 с. –

(Мастера психологии).

141. Ценностное сознание личности в период преобразования общества: сб. статей / Ред. Дорофеев Е.Д., Седов Л.А. - М.: Изд-во ин-та психологии РАН, 1997.-95 с.

142. Черепанова Е. Психологический стресс. Помоги себе и ребенку / Черепанова Е. - М.: Академия, -1997. – 96 с.

143. Чудновский В. Э. К проблеме адекватности смысла жизни / В.Э. Чудновский // Мир психологии. - 1999. - №2. - С. 74-80.

144. Чудновский В.Э. О некоторых прикладных аспектах проблемы смысла жизни / В. Э. Чудновский // Мир психологии. - 2001. - №2. - С. 82-89.

145. Чудновский В.Э. Психологические проблемы смысла жизни / В.Э. Чудновский // Вопросы психологии. - 1995. - №4. - С.147-150.

146. Чудновский В.Э. Психологические составляющие оптимального смысла жизни / В. Э. Чудновский // Вопросы психологии. - 2003. - №3. - С.3-14.

147. Чудновский В.Э. Смысл жизни: проблема относительной эмансипированности от «внешнего» и «внутреннего» / В. Э. Чудновский // Психологический журнал. - 1995. - №2. - С. 15-25.

148. Шлапак Н.А. Категория «жизненные планы» / Н. А. Шлапак // Философские науки. - 1974. - №5. - С.139-142.

149. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис/ Э. Эриксон; [пер. с англ.] Общ. ред. и предисл. А. В. Толстых. - М. : Изд. группа "Прогресс", 1996. - 340 с. - (Библиотека зарубежной психологии).

150. Юдашина Н.И. Счастье как событие в жизни человека / Н.И. Юдашина // Мир психологии. - 2000, - №4. - С.80-86.

151. Юнг К.Г. Архетип и символ / Карл Гюстав Юнг ; [пер. с англ. В.В.Зелинского, А.М. Рудкевич]. - М.: Ренессанс, 1991. - 304 с. (Страницы мировой философии)

152. Ялом И. Д. Экзистенциальная психотерапия / Ирвин Д. Ялом ; [Пер. с англ.: Т.С.Драбкина]. – Москва : «Класс», 2004.-575 с. – (Библиотека

психологии и психотерапии)

153. Яницкий М.С. Ценностные ориентации личности как динамическая система / Яницкий М.С. - Кемерово: Кузбассвуиздат, 2000. - 204 с.

154. Ярошевский М. Г. Экзистенциальная психология и проблема личности / М. Г. Ярошевский // Вопросы психологии. - 1973. - №6. - С.25-39.

155. American Psychiatric Association, Committee on Nomenclature and Statistics: *Diagnostical and Statistical Manual of Mental Disorders*, ed.3, revised. - Washington DC: American Psychiatric Association. - 1987. – 267 p.

156. Angyal A. *Neurosis and Treatment*. - N.Y.: Wiley. - 1965. – 506 p.

157. Brunstein J.C. Personal goals and subjective well-being: a longitudinal study // *J. of Personality and Social Psychology*. - 1993. - V.65. - №5. - P. 1061-1070.

158. *Burnout in the nursing profession : Coping strategies, causes, a. costs I* [Ed.] E.A.McConnell. - St. Louis etc.: Mosby, 1982. - XIV.

159. Frank V. *The doctor and the soul: from psychotherapy*. N.Y.: Vintage books, 1973. - XXII, 295 p.

160. Frankl V. *Der Mensch von der Frage nach dem Sinn: eine Auswahl aus dem Gesamtwerk*. Munchen, Zurich: Piper, 1979. - IX. - 308 p.

161. Gregg W., Medley I., Fowler-Dixon R. et al. Psychological consequences of the Kegworth air disaster // *Brit. J. Psychiatry*. -1995.- Vol. 167, № 6. - P. 812 -817.

162. Janoff-Bulman R. The aftermath of victimization: Rebuilding shattered assumption // *Trauma and its wake. The study and treatment of PTSD I* Ed. C.R. Figle,N.Y.:Brunner/Mazel, 1985. - P. 15-36.

163. Lazarus R.S., DeLongis A. Psychological stress and coping imaging // *Amer. Psychol*. 1983. - V.38. - P.58-70.

164. Levine P. *Waking the Tiger: Healing Trauma*. North Atlantic books. - Berkeley, 1997. - P. 532-1029.

165. Levine P., Chitty J. *New Insights into trauma Therapy*. APTA

National Conference, 1994. - P. 13.

166. Life-line и другие новые методы психологии жизненного пути: материалы конференции / Под ред. А. А. Кроника. - М., 1993. - С.43-62.

167. Lindemann E, Symptomatology and management of acute grief. - Amer. Joura. of psychiatry, 1944. - v. 101. - №2. – 372 p.

168. McCarroll J.E., Ursano R.J., Ventis W.L. et al. Anticipation of handling the dead : effects of gender and experience *II* Brit. J. Clin. Psychol. - 1993. - Vol. 32, № 4. - P. 466 - 468.

169. Moos R., Tsu V, D, The crisis of physical illness an overview *II* Coping with Physical Illness. - N.Y. - 1977. - P. 152 – 210.

170. Notfallseelsorge *II* Brennpunkt: Oberosterreichische Feuerwehrzeitschrift. – 2000. - №5. – P. 7.

171. Nuttin J.R. The time perspektive in human motivation and learning. Proceedings of 17-th International Congress of Psychology. Amsterdam: North-Holland Pablising, 1964. - P.23

172. Pichot T., Rudd D. Preventative mental health in disaster situations: "terror on the autobahn" *II* Milit. Med. -1991.- Vol. 156, № 10. - P.540-543.

173. Reich W. The Function of the Orgasm: Sex-Economic Problems of Biological Energy. - N.Y.: Farrar, Strauss & Giroux. - 1961. – 239 p.

174. Roding H. Der Massenunfall: Organisation, Taktik und Planung medizinischer Hilfe *I* Unter Mitarb. von H. Hagen et al. - 4., bearb. u. erw. Aufl. - Leipzig : Barth, 1990. – 238 p.

175. Saigh P.A. Posttraumatic stress disorder: Behavioral assessment and treatment. Elmsford. - N.Y.: Maxwell Press, 1994. – P. 234- 315.

176. Saroja K.I., Kasmini K., Muhamad S., Zulkifli G. Relationship of stress, experienced by rescue workers in the highland towers condominium collapse to probable risk factors - a preliminary report *II* Med. J. Malaysia. - 1995. - Vol. 50, № 4. - P.326-329.

177. Weiss D.S., Marmar C.R., Metzler T.J., Ronfeldt H.M. Predicting symptomatic distress in emergency services personnel *II* J. Consult. Clin. Psychol.

- 1995. - Vol. 63, № 3. - P. 361-368.

178. Weisskopf-Joelson E. Meaning as integrating factor *II* The course of human life: a study of goals in the humanistic perspective *I* C.Buhler, R.Massarik (Eds.). - N.Y.: Springer, 1968. - P.359-363.

179. Yacobson G, Programs and techniques of crises intervention */7* American handbook of psychiatry. - N.Y., 1974. - 825 p.

ДОДАТКИ

СТРУКТУРА ІНТЕРВ'Ю

1. Прізвище І.П.
2. Вік
3. Місце служби, навчання
4. Стаж служби в рятувальних підрозділах
5. Сімейний стан
6. Як Ви розумієте життя?
7. Як Ви відноситеся до смерті?
8. Що є для Вас смислом життя?
9. Ви бачили смерть на власні очі? Скільки разів?
10. Що є найціннішим в житті?
11. Були чи ні у Вашому житті ситуації, які змусили Вас засумніватись в існуванні смислу життя? Якщо так, то які?

АВТОРСЬКИЙ КОМПЛЕКС «НЕЗАВЕРШЕНІ РЕЧЕННЯ»

Інструкція: Вам пропонуються речення, які потрібно продовжити. Напишіть, будь ласка, завершення речення, спираючись тільки на Вашу власну думку та на власний досвід.

1. Я почуваю себе щасливим, коли...
2. Життя має сенс, коли...
3. Кожна людина в житті повинна...
4. Найцінніше в житті – це...
5. Життя не має смислу, коли...
6. Минулі роки мого життя були...
7. На сьогодні моє життя...
8. Вважаю, що в майбутньому моє життя...
9. Якби я не став рятувальником, то я...

**БЛАНК ДЛЯ ДІАГНОСТИКИ ЕМОЦІЙНИХ ПРОЯВІВ, ЩО
ВИНИКАЮТЬ У РЯТУВАЛЬНИКІВ ПІД ЧАС ВИКОНАННЯ СВОЇХ
ПРОФЕСІЙНИХ ОБОВ'ЯЗКІВ**

Інструкція: «Після перегляду кожної серії відеофільму, будь ласка, оцініть за ступенем прояву у Вас кожної емоції, вказаної на бланку». *Градація оцінок емоційних проявів: 1 – емоція слабо виражена; 2 – помірне вираження емоції; 3 – сильний прояв емоції.*

| Емоції | Оцінка емоцій та почуттів | | | | | | | | |
|-----------------|---------------------------|---|---|---------|---|---|---------|---|---|
| | 1 серія | | | 2 серія | | | 3 серія | | |
| Розгубленість | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| Почуття провини | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| Страх | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| Тривога | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| Печаль | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| Горе | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |

| | | | | | | | | | |
|------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| Біль | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> |
| | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> |
| | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> |
| Ціка- вість | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> |
| | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> |
| | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> |
| Відчай | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> |
| | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> |
| | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> | <i>1</i> | <i>2</i> | <i>3</i> |

ОСНОВНІ ВПРАВИ З ФОРМУВАННЯ ВНУТРІШНЬОЇ МОТИВАЦІЇ ФАХІВЦІВ АВАРІЙНО-РЯТУВАЛЬНИХ ПІДРОЗДІЛІВ МНС УКРАЇНИ КРІЗЬ ЦІННІСНИЙ РІВЕНЬ ОСОБИСТОСТІ

Вправа 1. *Активізуй уяву*

Мета

Цю вправу розроблено на основі ідей НЛП. Для її виконання потрібно активізувати свою уяву: чим яскравіше ви здатні уявити успіх, славу й щастя в майбутньому, чим більш міцний зв'язок установите з певними формами діяльності - тим більшим буде ефект від вправи. Основна ідея - сформувати нове відношення до вашої діяльності, зробити її більш цікавою та привабливою для вас. Одноразового виконання вправи, звичайно ж, недостатньо. Чим частіше ви будете виконувати запропоноване вам завдання, тим сильніше воно буде впливати на вашу мотиваційну сферу.

Завдання

1. Уявіть якомога яскравіше, що ви досягли своєї мети, що ваша мрія здійснилася, що успіх, слава, багатство й щасливе життя нарешті стали реальністю. Створіть картинку приємного, щасливого майбутнього.
2. Уявіть, як ви наполегливо (але із задоволенням) багато працюєте заради вашої мети. Треба якомога яскравіше «прокрутити» в уяві картинку того, як ви з величезною насолодою займаєтеся конкретною діяльністю. Іноді ця діяльність є досить складною, ви відчуваєте труднощі, але вам цікаво й ви прагнете побороти перешкоди й досягти своєї мети.
3. Спробуйте ці дві картини зв'язати одну з одною. Наприклад, як результат тривалої роботи й значних зусиль - успіх, щастя, багатство й слава. Намагайтеся сполучити ці картинки в певній послідовності.

Вправа 2. *Успіх у минулому*

Мета

Використання позитивних емоцій, пов'язаних з успіхами в минулому, для формування нових мотиваційних відносин.

Завдання

1. Згадайте випадок зі свого життя, коли ви переживали великий успіх. Закрийте очі й уявіть собі це яскраво. Створіть картинку в уяві. Зверніть увагу на розмір, точність і якість цієї картинки, на ті рухи, звуки, переживання, які створюють або супроводжують її.
2. Далі поміркуйте про мету, якої ви прагнете досягти. Уявіть її чітко. Прокрутіть в уяві картинку досягнення мети.
3. Розмістіть в уяві цю картинку в те місце, де була й попередня. Ваше завдання полягає в тому, щоб ці дві картинки «накласти» одна на одну. Спробуйте пережити радість, задоволення від майбутнього успішного завершення справи (досягнення мети) так, мовби ви відчували це в минулому.

Вправа 3. *Склади настанову іншим людям*

Мета

Навчаючи інших - ми вчимося також і самі, переконуючи інших - ми переконуємо також і самих себе, спонукаючи або мотивуючи інших - ми спонукаємо, мотивуємо й самих себе.

Виходячи із цієї закономірності, можна запропонувати наступне завдання.

Завдання

Ви повинні переконати іншого учасника групи (уявіть, що перед вами молодий фахівець, який має потребу у ваших настановах), що із завданням можна легко впоратися. Ви повинні вселити в нього (в майбутнього фахівця) впевненість в успіху. Запишіть все те, що маєте йому сказати.

Вправа 4. Запобігання невдачі

Розглянь кілька форм поведінки, спрямованої на запобігання невдачі. Відкладання роботи - типовий спосіб запобігання невдачі. Люди часто вдаються до нього, виправдовуючись: «Я ще встигну це зробити», «Не слід поспішати», «Я обов'язково почну цим займатися з наступного понеділка». Але з наступного понеділка, посилаючись на обставини, недостачу часу й т.п., людина відкладає справу знову до «наступного понеділка».

Звичайно, суб'єкт може відкладати роботу через відсутність відповідних стимулів, мотивів (наприклад, коли справа не є невідкладною). Але часто людина вдається до такої поведінки тому, що боїться ризикувати, помилитися, тобто боїться невдачі. Для деяких людей приємніше сприймати себе досить здатним, але неорганізованим, ніж навпаки. У цьому випадку втручаються механізми психологічного захисту: людина прагне підтримувати образ свого «Я» на відповідному рівні. А поразка, невдача можуть знизити самооцінку, і це визначає прагнення деяких людей уникати невдачі, підтримуючи цим почуття самоповаги.

Завдання

1. Поміркуйте над тим, яким би ви хотіли себе бачити: достатньо спроможним, але неорганізованим (тобто людиною, що боїться поразки й постійно відкладає справи на потім) або недостатньо спроможним, але наполегливим, організованим (людиною, що не боїться невдачі).
2. Поміркуйте: чи визначається поразка (невдача) саме відсутністю здібностей? Які інші фактори, на вашу думку, можуть визначити невдачу?
3. Запишіть позитивні моменти, пов'язані з невдачею (що дає вам невдача, чому вчить).
4. Поміркуйте й запишіть, що б ви сказали людині-невдачі. Запишіть, як би ви спробували не тільки утішити, але й надихнути людину на подальшу діяльність.

5. Запишіть, що б ви сказали самому собі у хвилини невдачі й розчарування. Які слова змогли б не тільки відновити загублену рівновагу, але й спонукати до діяльності?
6. Удосконаливши текст, запишіть його великими яскравими буквами на обкладинці зошита або на картці, попрацюйте над ним, спробуйте прокрутити відповідні ситуації в уяві, аналізуючи записаний текст.

Вправа 5. Сформуль позитивний образ «Я»

Мета

Часте відчуття власної безпорадності, низька самооцінка є наслідком негативного самосприйняття: людина бачить у собі багато небажаних рис характеру, недоліків, слабкостей. Такий образ свого «Я» впливає на мотивацію й діяльність особистості.

Коли ви відчуваєте себе безпомічними й неспроможними в певній діяльності, то, як правило, не будете докладати значних зусиль; ваша мотивація в такому випадку буде низькою. А коли ви впевнені в собі, то ваше відношення до діяльності буде зовсім іншим.

Завдання

1. Поміркуйте й запишіть ваші позитивні риси характеру (5 варіантів), особливості особистості, які допомагають вам у роботі (навчанні) і в житті.
2. Згадайте й запишіть ваші успіхи (5 варіантів). Поміркуйте, які ваші особливості (якості) зумовили ці досягнення.
3. Поміркуйте (або порадьтеся із психологом) щодо перспектив, можливостей і методів розвитку деяких здібностей і навичок, важливих для вашої діяльності. Завжди є можливості для вдосконалення, а усвідомлення шляхів і методів розвитку дасть вам значний мотиваційний заряд.

4. Згадайте та запишіть позитивні висловлення, схвалення на вашу адресу з боку співробітників вашого підрозділу, батьків, керівників (3 варіанти). Який мотиваційний вплив вони мали?
5. Оберіть людину з низькою самооцінкою, якій би ви могли допомогти створити позитивний образ «Я». Згадайте її позитивні риси й особливості. Поміркуйте й запишіть, яким чином, використовуючи їх, можна було б підтримати, побадьорити людину, що розчарувалась у своїй діяльності, і допомогти сформувати в неї позитивний образ «Я».
6. Поміркуйте, яким чином можна було б вдосконалити ваші методи здійснення діяльності, що можна було б поліпшити, продумайте перспективи й можливості розвитку. Ви здатні придумати багато нового, що може не тільки змінити вас, але й допомогти іншим (у першу чергу, це стосується вашої професійної діяльності). Усвідомлення перспектив, можливостей удосконалення є не тільки істотним мотиваційним фактором, але й підвищує самооцінку й впливає на позитивність образу «Я». Запишіть п'ять варіантів.
7. Згадайте, які покращання у вашій діяльності відбулися останнім часом. Можливо, діяльність в загалі й не була успішною, але в певних її компонентах завжди можна знайти позитивні зміни. Поміркуйте, як можна було б розвинути ці невеликі успіхи. Запишіть шість варіантів.
8. Поміркуйте, як організувати вашу діяльність так, щоб можна було фіксувати й аналізувати навіть незначні зміни. Виділіть п'ять компонентів (напрямків), в яких ви плануєте розвиватися (удосконалюватися), і подумайте, як можна зафіксувати навіть невеликі зміни (щоб відслідковувати, чи розвиваєтеся ви).
9. Випишіть все позитивне, що ви могли б сказати про себе. Подумайте та складіть текст (на зразок невеликого тесту для самонавіювання), що допомагав би вам підтримувати позитивний образ «Я» і спонукав би на досягнення подальших успіхів.

Вправа 6. Внутрішній саботажник

Ця вправа – адаптація відомої гештальттерапевтичної техніки.

Мета

Саботажник – негативна сторона вашої особистості – з'являється тоді, коли ви цього не очікуєте. Він може відговорити вас від нової справи або порушити вже розпочате. Уміння розпізнати й зрозуміти свого саботажника (критика) є важливим у роботі над собою. Фахівець проговорює: *«Навіщо намагатися, навіщо братися за справу? Все не має сенсу», «Якщо не здатний стати кращим, залиш цю справу».*

Ці й інші висловлювання, які прориваються іноді з негативної сторони вашої особистості, здатні відговорити вас від нових починань, згубити інтерес до будь-якої діяльності. Тому, мабуть, варто уникати негативного впливу внутрішнього саботажника.

Внутрішній саботажник прагне відговорити вас від нової справи або розвалити вже почате. Але ви можете протиставити йому свої вагомі аргументи та не дати йому можливості панувати над вашими прагненнями. Приведемо приклади контраргументів, які може використовувати фахівець-рятувальник, атакуючи свого саботажника.

| Саботажник | Контраргумент |
|---|--|
| 1. Цього неможливо досягти. | 1. Але варто спробувати (ми ще подивимося!) |
| 2. Існує багато інших справ і обов'язків. | 2. Але трохи часу завжди можна виділити на це. |
| 3. Не поспішай, ще є час. | 3. Час не чекає, потрібно працювати, щоб не було пізно. |
| 4. Буде дуже багато труднощів і перешкод, які не вдасться побороти. | 4. Труднощі й перешкоди для того й створюються, щоб їх переборювати. |

Свого внутрішнього саботажника не легко перемогти й змусити замовчати. Саботажник - це не тільки голос вашої субособистості, але й голос ваших батьків, колег, оточуючих людей. Інша форма роботи, яку ми пропонуємо для роботи з внутрішнім саботажником, полягає в активному емоційному діалозі з ним.

Завдання

Переконайте свого саботажника. Приведіть контраргументи, які перебороли б його негативний вплив.

1. Подумайте про справу, яку ви хотіли б зробити. Уявіть собі, що ваш план удалося здійснити. Тепер спробуйте придумати щось, що може зашкодити вашим починанням, перешкодити здійснити плани. Уявіть цю картину.
2. Опишіть, намалюйте саботажника або ту силу, що штовхає вас на саботаж, протидіє здійсненню задуманого.
3. Тепер самі побудьте в ролі саботажника й цілеспрямовано намагайтеся перешкодити здійсненню свого проекту. Розповідайте, яку користь ви одержите від цього.
4. З погляду свого «Я» уявіть зустріч із саботажником і проведіть із ним переговори.

Вправа 7. Турбота про яблуню

Мета

Виконання цієї вправи дасть вам можливість усвідомити, що результат діяльності у значній мірі залежить від ваших зусиль. Плоди діяльності - це завжди наслідок наших умов, наших міркувань над методами роботи, пошуку нових, більш досконаlih методів.

Завдання

1. Уявіть собі, що ваша основна діяльність (справа) - це догляд за яблунею, турбота про неї. Ви бажаєте, щоб вона давала більше плодів, і тому повинні краще піклуватися про неї: адже тут, як і в кожній

діяльності, щоб одержати більше плодів, але потрібно спочатку докласти чимало зусиль.

2. Уявіть собі, що ви розробили комплекс заходів, спрямованих на розвиток цього дерева. Ви щодня дбаєте про яблуню, доглядаєте її, розробляєте нові, більш ефективні способи культивуації й т.п. Ви не шкодуєте ні часу, ні зусиль, адже знаєте, що від цього залежить майбутній урожай. Ви багато працюєте, доглядаючи за деревом, але усвідомлення того, що восени воно дасть набагато більше плодів, підбадьорює і надихає вас.
3. Чим більше ви дбаєте про яблуню (про справу), тим більше вона вам подобається. Вона - це ваша справа (ваша діяльність), що дасть чималий прибуток. Але тепер вона має потребу в систематичному догляді. Ви спостерігаєте, як яблуня росте, й це радує вас. Ви спілкуєтеся з нею, як із другом, доглядаєте її, пестите.
4. І як результат ваших зусиль, восени дерево приносить вам безліч плодів. Ви щедро винагороджуєтеся за працю, за терпіння, за щоденні турботи. Ви дякуєте дереву й задоволені собою.

Вправа 8. Створи собі ситуацію успіху

Мета

Навіть невеликий успіх має значний вплив, що спонукає, надихає на діяльність. Отже, дуже важливо вміти створити собі ситуацію успіху. Якщо ви спланували етапи досягнення мети, то це може бути досягнення першого з них. Що-небудь із того, що ви запланували й що виконали, може переживатися як успіх.

Завдання

1. Сплануйте, як домогтися певної мети (або етапу її досягнення). Ціль варто вибрати середньої складності, оскільки досягнення легких цілей не переживається як успіх, а досягнення занадто складних часто просто неможливим. Якої мети ви б хотіли досягти?

2. Докладіть всіх зусиль, задля досягнення хоча б однієї мети (або успішного виконання завдання). Чи досягли ви цієї конкретної мети? Які труднощі вам довелося подолати?
3. Розбийте мету на ряд конкретних проміжних етапів і усвідомте важливість досягнення кожного з них. Ставте перед собою якнайбільше конкретних (і реальних) цілей і прагніть досягти їх. Вкажіть конкретні етапи досягнення мети.
4. Визначте кількісні показники, за якими ви могли б фіксувати навіть незначні позитивні зрушення в роботі (як у спорті, де число набраних балів стимулює).
5. Похваліть себе за те, що домоглися навіть невеликого успіху («Який я молодець!»). Позитивні емоції, пов'язані з досягненням успіху, ніколи не перешкоджають.
6. Відзначте себе за досягнення навіть незначного успіху, «заохотьте» чим-небудь. Який приз або винагороду ви для себе приготували?

Вправа 9. Позитивне ставлення до помилок (не помиляється тільки той, хто нічого не робить)

Незважаючи на банальність цього вислову, варто визнати, що дійсно активні люди допускають більше помилок, але вони й значно частіше досягають успіху, ніж пасивні люди.

Варто усвідомлювати, що помилок і невдач не слід лякатися; над ними необхідно працювати, оскільки вони є дуже корисними як матеріал для самовдосконалення й стимул до діяльності.

Дуже важливо позитивно (з позитивним пафосом) ставитесь до помилок інших людей. Це підтримує їх мотивацію на належному рівні, спонукає працювати над своїми недоліками й слабкостями.

Деякі закордонні компанії матеріально заохочують своїх працівників за творчі ідеї, які «провалилися». Таке ставлення підтримує у людей високу мотивацію й прагнення експериментувати й нестандартно мислити.

Завдання

1. Поміркуйте й запишіть свої висловлювання, які виражали б позитивне ставлення до невдач і помилок та перспективу їхнього подолання. Ці вислови ви можете застосовувати для підтримки як своєї мотивації, так і мотивації інших людей.
2. Ретельно проаналізуйте невдачу, що ви пережили недавно (або дещо раніше). Поміркуйте над кожною помилкою, визначте, які ваші навички й здібності є недостатньо розвиненими й мають потребу в удосконаленні. Поміркуйте над методами, які будете використовувати, працюючи над розвитком певних навичок і здібностей. Заповніть наступну таблицю:

| Здатність (навичка) | Метод удосконалення |
|---------------------|---------------------|
| 1. | |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |

1. Придумайте 4 варіанти девізів (для себе й для інших), які допомогли б вам реагувати на власні невдачі й помилки. Наприклад, «Помилки - це чудово! Я тепер знаю, над чим працювати».
2. Ваш колега невдало виконав якесь професійне завдання, зазнав поразки, внаслідок чого зневірився в собі, розчарувався й не бажає так само інтенсивно, як раніше, займатися цією справою. Що б ви сказали? Яким чином можна не тільки заспокоїти фахівця, але й спонукати, надихнути його на подальшу роботу й досягнення?

Вправа 10. *Ідеальна модель професіонала*

Мета. З'ясування своїх потреб та життєвих цінностей у професійній сфері.

Завдання

1. Уявіть соціальну роль (наприклад, рятувальника, пожежного та ін.) або функцію, яку ви можете розвинути.
2. Подумайте про значення цієї соціальної ролі, про її важливість для організації та конкретних цілей.
3. Створіть образ основних дій спеціалістів Вашої професії (майбутньої професії), її функції, психологічні вимоги до особистості, здібності.

Примітка: при використанні технології ідеальної моделі професіонала необхідно уникати таких помилок: не ставити дану вправу на службу фрустрації, не підміняти її простим фантазуванням та маренням, не сприймати негативну реакцію на вправу як щось чуже та нездорове.

Вправа 11. *Три роки*

Мета. Будівництва майбутнього.

Завдання

Вправа виконується як індивідуально, так і у групі. При груповій формі виконання після вправи обов'язково проводиться обговорення, обмін враженнями, почуттями.

1. Перед виконанням вправи необхідно розслабитись: слідкуйте за своїм диханням, воно повинно бути рівним, природним. Фіксуйте вдих, видих, помічайте, які частини Вашого тіла рухаються, коли Ви дихаєте. Не напружуйтесь.
2. Уявіть, що ви дізнались, що Вам залишилось жити три роки. Ви будете абсолютно здоровими увесь цей час. Якою є Ваша перша реакція на цю звістку? Чи почали б Ви одразу будувати свої плани, чи з'явилась би у Вас лють, що лишилось так мало часу?

3. Замість того, щоб відчувати ненависть до того, що «гасне світло», або зав'язнути у фантазіях про деталі смерті, що наближається, краще вирішіть, як Вам хочеться провести цей час. Де б Ви хотіли ці три роки прожити? З ким би Ви хотіли їх прожити? Чи бажаєте Ви працювати? Вчитись? Що обов'язково треба зробити за цей час?
4. Після того, як Ваша уява побудує картину життя потягом цих трьох років, порівняйте її з тим життям, яким Ви живете зараз. В чому ці картини схожі? Чим відрізняються? Чи є в цій уявній картині щонебудь, що Ви хотіли б включити до Вашого теперішнього життя?
5. Зараз добре усвідомте, що припущення про вашу смерть через три роки – це лише тільки гра уяви, яка була потрібна, щоб виконати вправу. Відкиньте ці думки. Але залишіть від цієї гри те, що Вам підходить і що Ви хотіли б зберегти. Запишіть, якого досвіду Ви набули, виконуючи цю вправу.

Ефективність вправи залежить від того, як детально Ви зможете уявити своє життя протягом останніх трьох років.

Вправа 12. З'ясування своїх професійних мотивів

Мета. З'ясувати свою професійну мотивацію, її структуру, домінуючі мотиви: якщо треба, внести до них корективи.

Завдання

1. Учасникам роздаються анкети із твердженнями, які характеризують професію фахівця-рятувальника. Задача кожного учасника – індивідуально її заповнити, тобто оцінити, якою мірою кожне із тверджень відноситься до його професії за 5-ти бальною шкалою: 5 - відноситься; 4 - скоріше відноситься, ніж ні; 3 - важко відповісти; 2 - скоріше не відноситься, ніж відноситься; 1 - зовсім не відноситься. На виконання цього завдання, як правило, відводиться не більше 15 хвилин.

2. Вся група приступає до виконання спільного завдання. Протягом 30 хвилин потрібно оцінити твердження, які характеризують професію

фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України за ступенем їх важливості для ефективного виконання професійних обов'язків та адекватності змісту й цілям професії, а які не відповідають зовсім. Суперечливі проблеми обговорюються до повної згоди усієї групи.

3. Членам групи пропонується порівняти свої індивідуальні оцінки спільно з оцінками групи.

4. Обговорення результатів вправи. Цей етап є найважливішим. Фахівці діляться своїми думками, враженнями з приводу вправи та результатами порівняння своїх оцінок з оцінками групи. З'ясовується сутність типів мотивації, їх вплив на ефективність діяльності, ступінь адекватності кожного мотиву змісту діяльності, можливість та бажання учасників внести корективи до мотиваційної сфери.

Викладені вправи дозволять зробити процес спеціальної психологічної підготовки майбутніх рятувальників більш досконалим та завершеним.

Таким чином, приведена структура компонентів психологічної готовності до дій в екстремальних умовах дозволяє відзначити провідну роль ціннісно-мотиваційної складової в підвищенні її рівня та, відповідно, в забезпеченні високого рівня ефективності професійної діяльності фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України.

АКТИ ВПРОВАДЖЕННЯ