



УДК 159.9:331.451

## АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ДІЯЛЬНОСТІ В ЗВИЧАЙНИХ ТА ЕКСТРЕМАЛЬНО-НАДЗВИЧАЙНИХ УМОВАХ

Малинівська Л.І., к. пед. н.,  
доцент кафедри охорони праці та цивільної безпеки  
Житомирський державний університет імені Івана Франка

У статті проаналізовано категорійно-понятійний апарат у вітчизняній психолого-педагогічній літературі, підкреслено, що формування правильної соціально-психологічної позиції особи щодо власної безпеки, мотивації її безпечної поведінки у сферах життєдіяльності, а також завчасне засвоєння певних знань та вмінь запобігають можливим ризикам і загрозам здоров'ю та життю.

**Ключові слова:** екстрим, надзвичайна ситуація, безпека, психологічне забезпечення діяльності.

В статье проанализирован категориально-понятийный аппарат в отечественной психолого-педагогической литературе, подчеркнута, что формирование правильной социально-психологической позиции лица относительно собственной безопасности, мотивации ее безопасного поведения в сферах жизнедеятельности, а также заблаговременное усвоение определенных знаний и умений предотвращают возможные риски и угрозы здоровью и жизни.

**Ключевые слова:** экстрим, чрезвычайная ситуация, безопасность, психологическое обеспечение деятельности.

Malynivska L.I. ISSUES OF THE DAY OF SOCIAL-PSYCHOLOGICAL PROVIDING OF ACTIVITY ARE IN ORDINARY AND EXTREMELY-EMERGENCY TERMS

The article analyzed the categorical-conceptual apparatus in the domestic psychological-pedagogical literature, pointed out that the formation of the proper social and psychological position of the person with respect to his own safety, the motivation of its safe behavior in the spheres of life, as well as advance the assimilation of specific knowledge and skills to prevent possible risks and threats to health and the life.

**Key words:** extreme, emergency, safety, psychological providing of activity.

**Постановка проблеми.** Зростання числа екстремальних та надзвичайних ситуацій у нашій країні за останні роки диктує необхідність підготовки фахівців, здатних надавати екстрену психологічну допомогу жертвам подібних трагедій. Крім цього, постійно актуальним залишається питання пошуку рішень проблем, що виникають в галузі підготовки фахівців, чия діяльність націлена на захист держави в цілому та населення України зокрема. Слід відзначити, що вирішення завдань в цьому напрямі, на наш погляд, повинно розпочинатись з наукових робіт в межах психології діяльності в особливих умовах.

У час екологічних катастроф та стихійних лих, радіаційних, ядерних, хімічних та інших небезпек одним з факторів захисту населення від загибелі та виживання людини в екстремальних та надзвичайних умовах є стійкий психофізичний стан, уміння протистояти стресам і зберігати при цьому високу працездатність та організованість.

Практика переконливо доводить, що, не дивлячись на усі попередження і поради ЗМІ, на введення у шкільну програму курсу «Охорона безпеки життя», людина, коли вона попадає в екстремально-надзвичайну ситуацію, виявляється неготовою до

неї, переляканою і через це ще більше безпорадною.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз вітчизняних і закордонних літературних джерел показав, що, попри наявність окремих праць, проблемі функціонування цілісної системи психологічного забезпечення діяльності в екстремальних і надзвичайних умовах приділяється мало уваги.

Слід зазначити, що на сьогодні в Україні за спеціальністю «Психологія діяльності в особливих умовах» працює всього чотири доктори психологічних наук: В. Лефтеров, О. Матеюк, О. Охременко та Є. Потапчук.

Питанням вивчення психологічних особливостей діяльності фахівців у надзвичайних ситуаціях займалися такі науковці, як В. Абабков, М. Перре, Г. Бондар, А. Майборода, Я. Радиш, А. Терент'єва, В. Розов, Б. Смирнов, О. Долгополова, О. Тімченко, Є. Школяр. В працях перелічених дослідників особливу увагу приділено вивченню проблемних питань психологічної стійкості, стресостійкості, негативних психічних станів.

**Постановка завдання.** На основі викладеного можна сформулювати завдання дослідження, яке полягає у створенні моделі системи психологічного забезпечення діяльності в екстремальних та надзвичайних ситуаціях.



**Виклад основного матеріалу дослідження.** Нинішній етап розвитку суспільства вимагає від фундаментальних психологічних знань практичної їхньої реалізації, використання знань, навичок і умінь в різних сферах життєдіяльності особистості. В цьому аспекті психологічна наука і практика має засвідчити свою гуманістичну основу в розвитку суспільства в цілому і конкретно в створенні умов задоволення основних потреб людини, а саме в праці, спілкуванні, самореалізації, пізнанні, відновленні психічних і фізичних можливостей організму. Ефективність діяльності в екстремальних і надзвичайних ситуаціях обумовлюється такими базовими професійно важливими якостями, як адаптивні здібності до стресу і психологічна надійність. Основна мета системи психологічного забезпечення – підтримка й оптимізація адаптивності до стресу як полісистемної властивості інтегральної індивідуальності за допомогою злагодженої системи соціально-психологічних, психологічних і психофізіологічних заходів. Як основні завдання психологічного забезпечення діяльності в екстремальних ситуаціях закономірно розглядати такі: забезпечення адаптації в умовах професійного стресу, забезпечення надійності й безпеки діяльності в екстремальних умовах.

Ключовими проблемами в контексті психологічного забезпечення діяльності в екстремальних ситуаціях є проблема рівня екстремальності умов діяльності; проблема станів людини в таких ситуаціях; проблема методів саморегуляції (корекції, допомоги, психопрофілактики, реабілітації тощо), проблема адаптивних здібностей людини в екстремальних умовах.

Поняття «екстремальна ситуація» охоплює несприятливі для життєдіяльності, граничні, крайні значення таких елементів ситуації, що вимагають мобілізації адаптивних ресурсів людини.

При характеристиці цих ситуацій часто можна зустріти такі визначення: «складні», «тяжкі», «особливі», «емоціогенні», «критичні», «аварійні», «надзвичайні», «стресогенні», «надекстремальні», «гіперстресові» тощо. А йдеться найчастіше про одне – особливості стресорів. Екстремальність розглядається як характеристика впливу на людину стрес-факторів діяльності та її умов. Тут виокремлюються як дуже інтенсивні стрес-впливи, так і слабко інтенсивні (неіснування чи обмежена кількість зовнішніх подразників).

До екстремальних умов належать також температурні, баричні впливи, гіпоксія, гіподинамія, нерегулярність появи стимулу,

монотонність, опрацювання величезних потоків інформації в обмежений час, брак інформації, необхідної для виконання тих чи інших дій, високий темп роботи, дефіцит часу тощо.

Зокрема, В. Лебедев вважає, що звичайні умови відрізняються від екстремальних ситуаціями, у яких під впливом психогенних (тобто таких, що актуалізують психічні й соматичні реакції) факторів сформовані психофізіологічні й соціально-психологічні механізми більше не можуть забезпечувати адекватне відображення і регуляторну людську діяльність. Отже, екстремальна ситуація – це несприятливі для життєдіяльності умови, що вимагають мобілізації адаптивних здібностей людини, недостатній розвиток яких може призвести до посттравматичного стресу, адаптаційного розладу особистості або ж до дезадаптивних, деструктивних форм кризового реагування (алкоголізм, суїцид, наркоманія тощо).

Що стосується поняття «надзвичайна ситуація», то в тлумачних словниках слово «надзвичайний» трактується як «винятковий, дуже великий». Словосполучення «надзвичайна ситуація» визначає небезпечні події чи явища, що призводять до порушення безпеки життєдіяльності.

Надзвичайними ситуаціями називають обставини, що виникають у результаті природних стихійних лих, аварій і катастроф техногенного чи екологічного походження, які викликають різке відхилення від норми життєдіяльності людей, економіки, соціальної чи природної сфери [9]. Внаслідок цього інтенсивність впливу на людину зовнішніх і внутрішніх умов збільшується настільки, що викликає зміни в її стані. Зміни в стані можна розглядати як один з критеріїв екстремальності ситуації. Об'єктивними умовами, що склалися в результаті аварії, небезпечного природного явища, катастрофи, стихійного лиха, терористичного акту, закономірно розглядати як надзвичайні. Різниця між екстремальними і надзвичайними ситуаціями полягає в інтенсивності зовнішнього впливу на людину. Стани людини в екстремальних ситуаціях можуть бути адаптивними (людина може ефективно виконувати свої функції при оптимальному здоров'ї), неадаптивними (тимчасове зниження ефективності соціального й професійного функціонування, погіршення фізичного самопочуття, тимчасова дисфункція деяких психофізіологічних функцій) і дезадаптивними (виконання діяльності стає неможливим, а стан вимагає активного корекційного та реабілітаційного втручання).

Екстремальність деяких видів діяльності вимагає створення злагодженої системи психологічного забезпечення.



Психологічне забезпечення діяльності в екстремальних ситуаціях – це цілісна система, основними рівнями якої є соціально-психологічний, власне психологічний, психофізіологічний.

Засоби та заходи психологічного забезпечення професійної діяльності можуть застосовуватися ще до безпосередньої зустрічі фахівця з реальними умовами діяльності: професійна орієнтація та професійний відбір, психологічна й спеціальна підготовка, конструювання робочого місця та прогнозування факторів, які певним чином впливатимуть на рівень працездатності, тобто створення оптимальних умов для життєдіяльності в реальних умовах виконання завдань за призначенням. Під час підготовки до діяльності в реальних умовах надзвичайних ситуацій комплекс ПЗД включає психологічну діагностику, психологічну допомогу (психокорекцію, реабілітацію), психологічне супроводження професійної діяльності.

З мети та змісту психологічного забезпечення діяльності випливають такі завдання: психологічна діагностика динаміки працездатності фахівців; розробка та вибір нових ефективних методів підтримки й відновлення психічних функцій особи; вивчення специфіки умов професійної діяльності, впливу умов праці на психічний стан та працездатність фахівців; ефективна та безпечна діяльність; подовження професійного довголіття, фізичного та психічного здоров'я.

Психологічне забезпечення призначене для проведення комплексу соціально-психологічних, психологічних і психофізіологічних заходів, спрямованих на підвищення адаптивності до стресу, формування індивідуальної і групової професійної надійності і забезпечення безпеки діяльності в екстремальних умовах.

Принципами психологічного забезпечення діяльності є комплексність, безперервність, адекватність, насиченість, інтенсивність їх застосування.

Етапи психологічного забезпечення діяльності: первинна ланка (до початку професійної діяльності); друга ланка (під час робочих циклів); третя ланка (після закінчення професійної діяльності).

Водночас певні якості особистості, які забезпечують виконання професійних завдань в екстремальних та повсякденних умовах, мають назву «професійно важливі якості особистості».

Таким чином, психологічне забезпечення в екстремальних ситуаціях – це система соціально-психологічних, психологічних і психофізіологічних заходів, спрямованих на оптимізацію процесу адаптації в екстремальних умовах, розвиток адаптивних

здібностей до стресу, психопрофілактику професійного стресу, психокорекцію неадаптивних і дезадаптивних станів.

**Висновки з проведеного дослідження.** Отже, в дослідженні було визначено, що психологічне забезпечення діяльності в екстремальних ситуаціях є цілісною системою соціально-психологічних, психологічних і психофізіологічних заходів, спрямованих на оцінку і прогнозування адаптації, індивідуальної і групової надійності та професійної безпеки з метою оптимального використання індивідуальних адаптивних ресурсів, можливостей і здібностей для підвищення ефективності діяльності, збереження й відновлення психосоматичного здоров'я.

Основними завданнями системи психологічного забезпечення є психологічне забезпечення адаптації, надійності, безпеки і психосоматичного здоров'я в екстремальних умовах діяльності.

Структура системи психологічного забезпечення діяльності в екстремальних умовах включає такі основні підсистеми: професійно-психологічний відбір кадрів для діяльності в екстремальних умовах; психологічне забезпечення професійної адаптації в умовах стресу; психологічна підготовка до діяльності в екстремальних і надзвичайних ситуаціях; психологічний супровід в екстремальних і надзвичайних ситуаціях; психологічна допомога (у тому числі й екстрена) в екстремальних умовах; психологічна реабілітація співробітників після їх участі в діях, пов'язаних з професійним ризиком і небезпекою.

Ключовими проблемами психологічного забезпечення діяльності в екстремальних умовах є проблема інтенсивності стрес-впливу на людину екстремальних умов діяльності; проблема індивідуальної адаптивності до дії стрес-факторів; проблема адаптивних і неадаптивних психічних і психофізіологічних станів, що виникають в екстремальних і надзвичайних ситуаціях; методи психологічної роботи в екстремальних і надзвичайних ситуаціях професійної діяльності.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Абабков В. Адаптація к стрессу. Основы теории, диагностики, терапии / В. Абабков, М. Перре. – СПб.: Речь, 2004. – 166 с.
2. Алещенко В. Морально-психологічне забезпечення військ (сил) в сучасних умовах України / В. Алещенко // Збірник наукових праць КВГІ НАОУ. – 1999. – № 2. – С. 57–63.
3. Основы психологии і педагогіки: [підручник] / [О. Бандурка, В. Тюріна, О. Федоренко]. – Х.: Вид-во Нац. ун-ту внутр. справ, 2003. – 334 с.



4. Бодров В. Психологический стресс: развитие и преодоление / В. Бодров. – М.: ПЕР СЭ, 2006 – 528 с.
5. Екстремальна психологія: [підручник] / за заг. ред. О. Тімченка – К.: ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.
6. Кокурин А. Психологическое обеспечение экстремальной деятельности / А. Кокурин // Развитие личности. – 2004. – № 4. – С. 190–204.
7. Корольчук М. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: [навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів] / М. Корольчук, В. Крайнюк. – К.: Ніка-центр, 2006. – 580 с.
8. Про затвердження інструкції з організації психологічного забезпечення службової діяльності аварійно-рятувальних служб: Наказ МНС від 23 лютого 2004 р. № 89.
9. Педагогічна майстерність учителя: [навч. посіб.] / за ред. В. Гриньової, С. Золотухіної. – Х.: ОВС, 2006. – 240 с.
10. Розов В. Психологічна діагностика адаптивних здібностей до стресу / В. Розов // Практична психологія і соціальна робота. – 2006. – № 11. – С. 12–18.
11. Смирнов Б. Психология деятельности в экстремальных ситуациях / Б. Смирнов, Е. Долгополова. – Х.: Изд-во Гуманитарный Центр, 2007. – 292 с.