

**Фомич М.В.** (ORCID 0000-0003-1253-2656),  
**Головченко С.І.** (ORCID 0000-0002-6782-5221),  
**Скоробогатов Ю.А.** (ORCID 0000-0003-1983-0648)

## **ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ РОБОЧОГО МІСЦЯ ПСИХОЛОГА ДСНС УКРАЇНИ В ОСЕРЕДКУ НАДЗВИЧАЙНОЇ СИТУАЦІЇ**

*У науковій розвідці аналізується робоче місце психолога ДСНС України в осередку надзвичайної ситуації. Розкривається законодавче та нормативно-правове регулювання організації і надання екстреної психологічної допомоги на місці надзвичайної ситуації. З'ясовано мету такої допомоги, що полягає у нейтралізації негативних психічних станів і реакцій серед населення у разі загрози й виникнення надзвичайних ситуацій та її суб'єктність. У праці уточнено зміст та зазначено організаційні засади підготовки і проведення психологічної роботи психологом ДСНС з постраждалими в осередку надзвичайної ситуації, що включають дві взаємозумовлені складові: перша і головна – безпосереднє проведення психотерапевтичної інтервенції, з використанням короткотермінових психотехнік (тілесноорієнтована терапія, арт-терапія, короткострокова позитивна терапія, сугестивні техніки, релаксаційні методи), які ґрунтуються на глибокому розумінні закономірностей функціонування психіки особистості в граничних умовах існування, методів і прийомів роботи з потерпілими при обмеженому часі, нестачі інформації стосовно потерпілих, значної їх кількості тощо; друга – організація роботи психолога на місці надзвичайної ситуації. Остання містить процеси на спрямовані на створення необхідних умов для продуктивної діяльності психолога, відновлення управління та стабілізацію психічного стану населення; розробку рекомендацій з підготовки цільових програм відновлювального періоду постраждалих.*

**Ключові слова:** психолог ДСНС, психологічна робота, екстрена психологічна допомога, надзвичайна ситуація, постраждалі, рятувальники.

**Постановка проблеми.** Проблема дослідження робочого місця психолога ДСНС України в осередку надзвичайної ситуації є відносно новою у науковому психологічному дискусі. І зумовлена, насамперед, необхідністю мінімізації психологічних наслідків у постраждалих, в умовах збільшення екзистенціальних загроз. У 2004 році порушена проблема була імплементована у законодавчі акти, які зобов'язали державу взяти на себе обов'язок

психологічного захисту населення від наслідків надзвичайних ситуацій (НС), що свідчить про її значущість та потребу всебічного вивчення.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз наукової психологічної літератури показав, що питання дослідження сутності психологічної допомоги вивчали О.Ф. Бондаренко, І.В. Дороніна, В.І. Лисенко, О.О. Холодова та ін. заклавши методологічної основи вивчення порушеної проблеми. Сучасна екстремальна психологія окреслила поле діяльності кризових психологів (Ф.Є. Василюк, О.П. Євсюков, С.М. Миронець, В.П. Садковий, С.І. Яковенко та ін.). Окремі аспекти проведення психотерапевтичних заходів із постраждалими в умовах надзвичайної ситуації розробляли О.Я. Варга, С. Гремлінг, Є.Г. Гриневиц, Б. Дейтс, В.Л. Решетніков та ін. Водночас, нині залишаються до кінця не з'ясованими низка питань, що пов'язанні із вивченням робочого місця психолога в осередку НС. Проте, треба справедливо відзначити, останнім часом, цікавість психологів до вивчення порушеної проблеми істотно підсилюється, підтвердженням цьому є наукові праці І.Г. Малкіної-Пих, Н.В. Оніщенко, О.В. Тімченка, В.Є. Христенка, Л.М. Юр'євої та ін.

**Мета статті** – провести психологічний аналіз робочого місця психолога в осередку надзвичайної ситуації і на цій підставі уточнити зміст, та організаційні засади його роботи з постраждалими.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** За останні 20 років, у світі різко збільшилась кількість різноманітних надзвичайних ситуацій, від природних і техногенних аварій до терактів і військових дій. За оцінкою ВООЗ, від різноманітних надзвичайних ситуацій у всьому світі постраждало більш ніж 1 млрд. осіб, у тому числі близько 5 млн. загинуло або було поранено, а нанесені матеріальні збитки взагалі складно уявити. За цей період близько 10 млн. чоловік були змушені за різних обставин кинути свої домівки та стати біженцями (Оніщенко, 2013). З кожним роком і в нашій державі збільшується кількість великомасштабних надзвичайних ситуацій з великою кількістю жертв. Так, можна пригадати трагедії на Скнилівському аеродромі у Львівській області (2004 рік); вибух газу у житловому будинку м. Дніпропетровськ (2007 рік); аварію на шахті ім. О.Ф. Засядька у м. Донецьк (2007 рік); вибухи артилерійських снарядів на військових складах у Новобогданівці (2004 та 2005 роки), м. Лозова (2008 рік), м. Сватове (2015 рік), м. Балаклія (2017 та 2018 роки), м. Калинівка (2018 рік); катастрофа літака АН-26 Збройних сил України у Харківській області (2020 рік); антитерористична операції та Операція Об'єднаних сил на Сході України (2014-т.ч).

Психологічні наслідки та їхній травматичний ефект, будь-якої з указаних надзвичайної ситуації, призводять до розвитку великого діапазону

розладів як соматичного, так і психічного здоров'я таких категорій учасників НС, як: власне постраждалі, родичі постраждалих, очевидці НС, рятувальники.

З метою нейтралізації негативних психічних станів і реакцій серед населення у разі загрози та виникнення надзвичайних ситуацій державою покладене завдання психологічного захисту населення (стаття 38 Закону України «Кодекс цивільного захисту України» на Державну службу України з надзвичайних ситуацій (далі – ДСНС) (Кодекс цивільного захисту України, 2012). Серед усіх існуючих державних інституцій, ДСНС є єдиною структурою, яка виконує подібні завдання. Тому психолог ДСНС є головною діючою посадовою особою, яка здійснює психологічну роботу в осередку надзвичайної ситуації.

Для аналізу робочого місця психолога ДСНС на місці НС детального розглянемо зміст обов'язків та завдань, які він виконує.

У разі виникнення надзвичайних ситуацій державного, регіонального або місцевого рівнів в районі ліквідації НС розгортається «Пункт екстреної психологічної допомоги», до якого залучаються мобільні групи екстреної психологічної допомоги, за територіальним принципом.

Згідно керівних документів (Закон України «Кодекс цивільного захисту України», 2012; наказ МВС України «Про затвердження Порядку психологічного забезпечення в Державній службі України з надзвичайних ситуацій», 2017), головною метою психологічної допомоги в осередку НС є збереження психічного здоров'я людей, запобігання розвитку деструктивних та девіантних форм поведінки у постраждалого населення та рятувальників.

Для реалізації зазначеної мети, у надзвичайній ситуації психологи ДСНС виконують чотири блоки робіт (див. рис. 1).

I блок, виконується відразу після прибуття до зони лиха – *організація роботи*. До цього виду робіт входять: відновлення та організація управління при надзвичайній ситуації; створення пункту екстреної психологічної допомоги; розподіл роботи; встановлення графіка чергування на ділянках; визначаються місця й порядок роботи кожного психолога. Оцінюється кількість людей, що потребують екстреної психологічної допомоги. Загалом, всі роботи з блоку організації спрямовані на створення необхідних умов для продуктивної роботи психолога, відновлення управління, чітку координацію дій психологів.

II блок робіт – *безпосередньо надання екстреної психологічної допомоги в осередку надзвичайної ситуації*. До цього блоку робіт входять: індивідуальна робота з потерпілим, психологічна робота з родичами потерпілого, психологічна робота з рятувальниками тощо.

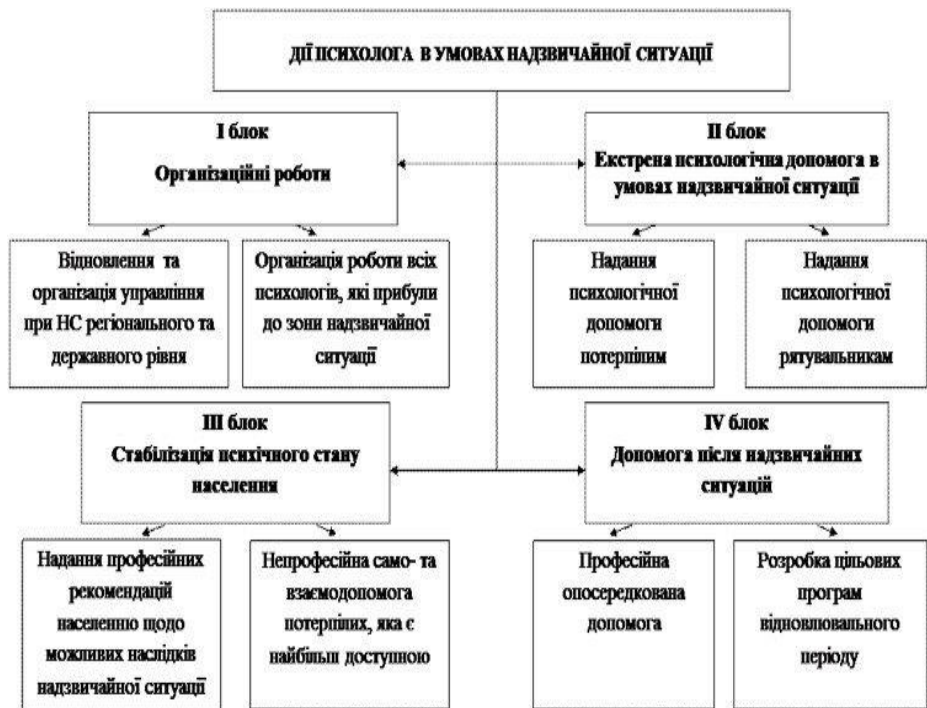


Рис. 1. Схема дій психолога ДСНС України в умовах надзвичайної ситуації (Онщенко, 2014)

Головною метою цих робіт є надання екстреної психологічної допомоги потерпілим, їх родичам, населенню та рятувальникам. Всі дії психологів спрямовані на полегшення психічного стану людей, що опинилися в зоні лиха.

ІІІ блок робіт, що виконує психолог в осередку НС, – *стабілізація психічного стану населення*. Метою таких заходів є надання інформації людям, щодо можливих психічних розладів, які можуть проявитися після пережитих подій. Психолог розповідає людям, з якими проблемами вони можуть зіштовхнутися: порушення засинання, нічні кошмари, постійні страхи, розлади харчування тощо. Говорить про нормальні реакції у відновлювальний період та про відхилення від норми, коли необхідно звертатися за професійною допомогою до лікарів.

IV блок робіт – *професійна опосередкована допомога та розробка цільових програм відновлювального періоду*. Психологи ДСНС володіючи спеціалізованими знаннями в галузі екстремальної та кризової психології консультують цивільних психологів, волонтерів з приводу відстрочених психологічних наслідків у постраждалих, методів надання допомоги та взаємодопомоги, складають рекомендації з розробки цільових програм відновлювального періоду постраждалих.

Для забезпечення цих функцій, згідно вимог наказу МНС від 27.02.2008 № 148 «Про створення позаштатних мобільних груп екстреної психологічної допомоги МНС», кожна група повинна бути забезпечена збірним наметом, який оснащується місцем для психокорекційної роботи (стіл та стільці), відпочивальною зоною (надувні матраци та ковдри для укутування потерпілих), інформаційно-телекомунікаційними засобами (ноутбук, фотоапарат тощо).

Кожен психолог ДСНС має бути оснащений валізою психолога, у яку входить набір заспокійливих засобів, пакетики з чаєм та кавою, термос з гарячою водою, засоби для роботи з дітьми (олівці, альбом, іграшки), конверти для листів та аркуші паперу тощо (наказ МВС України «Про затвердження Порядку психологічного забезпечення в Державній службі України з надзвичайних ситуацій», 2017).

Важливим аспектом, на який рекомендують звернути увагу фахівці-практики, як при підготовці до виїзду, так і в осередку лиха, – зовнішній вигляд психолога ДСНС України (Тімченко, 2010).

Зовнішній вигляд психолога повинен бути охайним та відповідати наступним основним вимогам: косметика для жінок психологів ДСНС повинна бути помірною. Яскрава косметика викликає роздратування як у потерпілих, так і у рятувальників; обмежити наявність прикрас; не виставляти напоказ символи віри (православний хрестик, шестикінецьну зірку й ін.); на собі мати недорогі й неяскраві речі. Наявність дорогих речей також може викликати роздратування та неприємні емоції серед населення, постраждалих та працівників ДСНС.

Виконання цих правил, на думку авторського колективу на чолі з професором О.В. Тімченком, додасть упевненості психологу та зменшить вірогідність виникнення конфлітних ситуацій (Тімченко, 2010).

Зазвичай, пункт екстреної психологічної допомоги розташовують поряд із сортувальним майданчиком потерпілих, останній складається із чотирьох брезентових полотниць. Кожне полотнище забарвлене у певний колір, що допомагає визначити спосіб транспортування постраждалого, його стан на даний момент. Так, на червоному кольорі знаходяться важко травмовані, які потребують екстрених реанімаційних заходів; жовтий колір використовується для потерпілих, яким необхідна лікарська допомога другої черги та евакуація;

зелений колір передбачає наявність потерпілих, яким може бути надана долікарська допомога або самопомога; на чорному кольорі розташовують померлих або осіб в термінальному стані, ураження яких несумісні з життям.

У більшості випадків психологи працюють у так званій «зеленій» зоні, оскільки там знаходяться потерпілі, які перенесли сильний стрес, проте не отримали значних фізичних травм.

Головна проблема для психологів, що тут працюють полягає в тому, що вгадати подальшу реакцію людини, яка перебуває у вкрай важкому емоційному стані, надскладно. Одна людина нормально сприймає пропозицію про допомогу, інша її уникає або застосовує фізичну силу (іноді трапляється і таке). Знайти свій, неповторний підхід до кожного, кому це насправді потрібно, неймовірно складно.

Нелегко й відразу визначити людину, яка перебуває у вкрай важкому стані (особливо це стосується чоловіків). Головним критерієм оцінки потреби людини, яка знаходиться в негативному стані, в психологічній допомозі є усвідомлення нею своїх дій. Якщо постраждалий чує й сприймає запитання: «Що ти робиш і навіщо?» і може на нього виразно відповісти, то він психологічної допомоги не потребує. Якщо людина не сприймає звернень до неї, або неадекватно на це реагує, необхідно обов'язково вивести її з цього стану.

Також робоче місце психолога розташовують у «чорній» зоні для надання допомоги родичам загиблих при ідентифікації трупів. Цей вид діяльності передбачає свою тактику на кожному етапі здійснення впізнання (ідентифікації). Адже впізнання проводиться в декілька етапів, зазвичай їх три, і кожен етап несе своє емоційне навантаження.

Інколи допомога потрібна і самим рятувальникам, що беруть участь у ліквідації наслідків надзвичайної ситуації. Психологи повинні встановлювати й контролювати оптимальний режим праці й відпочинку рятувальників і відслідковувати психічний стан фахівців з метою своєчасного надання необхідної психологічної допомоги. Якщо буде потреба, – рекомендувати керівництву штабу з ліквідації наслідків НС про тимчасове або повне відсторонення окремих рятувальників від роботи.

Як показує досвід роботи психологів ДСНС, в умовах НС не можливо використати весь арсенал засобів діагностики та терапії актуального психічного стану постраждалого, з огляду на вимоги ситуації (обмеженість часу, інформації, велика кількість постраждалих та ін.), у якій проводиться екстрена психологічна допомога. Тому в арсеналі психолога ДСНС має бути значна кількість короткострокових прийомів, з яких він вибирає найбільш придатні для кожного конкретного випадку. Так, серед діагностичних методів, найбільш доцільними є такі методи, як бесіда, спостереження, візуальна діагностика.

Поміж психотерапевтичних технік Н.В. Оніщенко та О.В. Тімченко, рекомендують нейролінгвістичне програмування, тілесноорієнтовану терапію, арттерапію, короткострокову позитивну терапію, сугестивні техніки, релаксаційні методи й методи, спрямовані на саморегуляцію (Тімченко, 2010; Оніщенко 2014).

Дієвим психопрофілактичним методом посттравматичних розладів в осередку НС є дебрифінг, тобто поетапне обговорення, бесіда з потерпілим щодо того, що з ним відбулося, та вираження ним своїх почуттів стосовно пережитої події (Малкіна-Пих, 2008).

Поряд з цим, психологічна робота з дітьми має свої особливості, які істотно різняться від тих методів і прийомів, що використовуються при наданні допомоги дорослим. Дитина не може терпляче й довго перебувати в одному місці, у неї швидко відбувається зміна настрою, основний вид діяльності у дітей – ігровий. Відповідно такими і повинні бути методи, тут добре себе зарекомендували арт-терапія та лялькотерапія.

Робота з рятувальниками, як правило, здійснюється шляхом надання психології підтримки. Примітною формою такої роботи є особистий приклад керівника. Серед інших методів можна виділити методики аутогенного тренування, дихальні вправи на розслаблення. Такі заходи дають можливість відпочити, набратися сил, відволіктися від негативних переживань.

Так як робота з постраждалими в осередку НС для практичних психологів, персоналу ДСНС носить формат екстреної психологічної допомоги (тобто першої, невідкладної, швидкої допомоги), то психотерапевтичний ефект від перелічених вище заходів простежується протягом всього терміну проведення аварійно-рятувальних робіт та виражається в зменшенні негативного впливу НС на психічний стан населення шляхом доброзичливого ставлення до оточуючих, психологічної підтримки та співчуття.

**Висновки.** Таким чином, резюмуючи результати наукової розвідки можна відзначити, що робоче місце психолога в осередку надзвичайної ситуації пов'язано із психологічною роботою з постраждалими, зміст такої роботи включає дві взаємозумовлені складові: перша і головна – безпосереднє проведення психотерапевтичної інтервенції, з використанням короткотермінових психотехнік, які ґрунтуються на глибокому розумінні закономірностей функціонування психіки особистості в граничних умовах існування, методів і прийомів роботи з потерпілими при обмеженому часі, нестачі інформації стосовно потерпілих, значної їх кількості тощо; друга – організація роботи психолога в осередку НС. Остання містить процеси на спрямовані на створення необхідних умов для продуктивної діяльності психолога, відновлення управління та стабілізацію психічного стану населення.

## Література

1. Кодекс цивільного захисту України : Закон України від 02.10.2012 № 5403-VI [Електроний ресурс]. Режим доступу: <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/5403-17>.
2. Кризова психологія : [навчальний посібник] ; за заг. ред. проф. О.В. Тімченка. Харків: НУЦЗУ, КП «Миська друкарня», 2010. 383 с.
3. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. Москва: Эксмо, 2008. 928 с.
4. Про затвердження Порядку психологічного забезпечення в Державній службі України з надзвичайних ситуацій : наказ МВС України від 31.08.2017, № 747 [Електронний ресурс] // МВС України. Режим доступу: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/z1390-17/page>.
5. Про створення позаштатних мобільних груп екстреної психологічної допомоги МНС : наказ МНС України від 27.02.2008, № 148 // МНС України. Режим доступу: <http://kyiv.dsns.gov.ua/files/2013/1/28/3.doc>
6. Оніщенко Н.В. Екстрена психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації: монографія. Харків: Право. 584 с.
7. Оніщенко Н.В. Вітальний та екзистенціальний характер надзвичайної ситуації. *Наука і освіта*, №7. 2013. С. 60-64

## References

1. Kodeks tsyvilnoho zakhystu Ukrainy (2012): Zakon Ukrainy vid 02.10.2012 № 5403-VI [Code of Civil Protection of Ukraine] / [Elektronnyi resurs]. – Rezhym dostupu: <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/5403-17> [in Ukrainian].
2. Kryzova psykholohiia (2010) : navchalnyi posibnyk [Crisis psychology] ; za zah. red. prof. O.V. Timchenka. Kharkiv: NUTsZU, KP «Miska drukarnia», 2010. 383 s [in Ukrainian].
3. Malkyna-Pykh Y.H. (2008) Psykholohycheskaia pomoshch v kryzysnykh sytuatsiyakh [Psychological assistance in crisis situations]. Moskva: Eksmo, 2008. 928 s [in Russian].
4. Pro zatverdzhennia Poriadku psykholohichnoho zabezpechennia v Derzhavnii sluzhbi Ukrainy z nadzvychainykh sytuatsii (2017) [On approval of the Procedure for psychological support in the Civil Service of Ukraine for Emergencies]: nakaz MVS Ukrainy vid 31.08.2017, № 747 [Elektronnyi resurs] // MVS Ukrainy. Rezhym dostupu: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/z1390-17/page> [in Ukrainian].
5. Pro stvorennia pozashtatnykh mobilnykh hrup ekstrenoi psykholohichnoi dopomohy MNS (2008) [About creation of freelance mobile groups of emergency psychological help of the Ministry of Emergencies]: nakaz MNS



Ukrainy vid 27.02.2008, № 148 // MNS Ukrainy. Rezhym dostupu: <http://kyiv.dsns.gov.ua/files/2013/1/28/3.doc> [in Ukrainian].

6. Onishchenko N.V. (2014) Ekstrena psykholohichna dopomoha postrazhdalym v umvakh nadzvychainoi sytuatsii: monohrafiia [Emergency psychological assistance to victims in an emergency]. Kharkiv: Pravo. 584 s [in Ukrainian].

7. Onishchenko N.V. (2013) Vitalnyi ta ekzystentsialnyi kharakter nadzvychainoi sytuatsii [Complimentary and existential character of the emergency]. *Nauka i osvita*, №7. 2013. S. 60-64 [in Ukrainian].

**Fomych M. V., Holovchenko S. I., Skorobohatov Yu. A.**

### **PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF THE WORKPLACE OF THE PSYCHOLOGIST OF THE STATE EMERGENCY SERVICE OF UKRAINE IN THE CENTER OF EMERGENCY**

*The workplace of a psychologist of the State Emergency Service of Ukraine in the emergency is analyzed in the article. Legislative and normative legal regulation of the organization and provision of urgent / emergency psychological assistance at the place of emergency are defined.*

*The purpose of such assistance, that consists of cancel of the negative mental states and reactions among the population in case of threat and emergencies, and its subjectivity.*

*The content and the organizational factors of preparation and carrying out of the psychological work of the psychologist of State Emergency Service of Ukraine with victims in the center of an emergency are specified. Preparation and conduct of such work include two interdependent components: the first and the main – the carrying out of psychotherapeutic intervention with use of short-term psychotechnics (body-oriented therapy, art therapy, art-positive therapy, suggestive techniques, relaxation methods), that are based on a deep understanding of the peculiarities of the individual's psyche in the boundary conditions of existence, methods and techniques of working with victims in the conditions of the limited time, lack of information about victims, a great number of them, etc; the second is the organization of the psychologist's work at the place of emergency.*

*The latter contains processes aimed at creating the necessary conditions for the productive activity of the psychologist, the renewing of management and stabilization of the mental state of the population; development of recommendations for the preparation of targeted programs for the recovery period of victims.*

**Key words:** *psychologist of State Emergency Service of Ukraine, psychological work, urgent / emergency psychological aid, emergency, victims, rescuers.*

**Фомич Микола Володимирович** – кандидат психологічних наук, доцент, начальник кафедри психології діяльності в особливих умовах Черкаського інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля Національного університету цивільного захисту України;

**Головченко Сергій Іванович** – кандидат економічних наук, старший викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах Черкаського інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля Національного університету цивільного захисту України;

**Скоробогатов Юрій Анатолійович** – старший викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах Черкаського інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля Національного університету цивільного захисту України.