

в цих рівнях тісно пов'язані між собою, для найбільшої ефективності психічної адаптації необхідна співпраця і координація дій відповідних вузівських служб і підрозділів.

1. Бодров В.А. Информационный стресс. – М.: ПЕРСЭ, 2000. – 352 с.
2. Грибенюк Г.С. Саморегуляція як складова діяльності особистості в екстремальних умовах. Проблеми загальної та педагогічної психології // Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. – К., 2004. – Т.4. – Вип.4. – С. 73-80.
3. Короленко Ц.П. Психофизиология человека в экстремальных условиях. – Л., 1978. – 271 с.
4. Семке В.Я. Истерические состояния. – М., 1988. – 224 с.
5. Яницкий М.С. Адаптационный процесс: психологические механизмы и закономерности динамики / Учебное пособие. – Кемерово. Кемеровский государственный университет, 1999. – 84 с.

Я.О. Овсяннікова,
науковий співробітник науково-
дослідної лабораторії екстремальної
та кризової психології УЦЗУ

ВІДНОВЛЕННЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОЇ РІВНОВАГИ ФАХІВЦІВ СИСТЕМИ МНС

Проблема психічних станів є однією з маловивчених і складних у психологічній науці, особливо в її прикладних розділах, пов'язаних із професійною діяльністю людини в екстремальних умовах [1].

Саме тому для теорії й практики психології діяльності в особливих умовах останніх десятиліть характерна підвищена увага до вивчення проблеми психічних станів, методів їхньої діагностики, профілактики й корекції [3].

Так, у психологічному словнику стани розглядаються, як регулятивна функція адаптації до навколишньої ситуації і середовища. В. Даль під терміном «стан» розумів «положення, у якому щось або щось перебуває». Досить лаконічним є тлумачення психічного стану вченими Інституту психології ім. Костюка АПН України, як психологічної характеристики особистості, що відображає її порівняно тривалі душевні переживання. У психологічному словнику за редакцією В. Петровського та М. Г. Ярошевського психічний стан розглядається як поняття, що використовується для виділення в психіці індивіда відносно стабільного моменту, порівняно з психічними процесами та стійкими психічними властивостями.

Психічний стан – це активна реакція функціональних систем. Незалежно від того діяльна чи бездіяльна людина, стани завжди активні за своєю фізіологічною природою [4].

У сучасній науковій літературі зустрічається досить велика кількість різних термінів і понять, подібних з терміном «психічний стан». Тому представляється актуальним коротко розглянути ще розуміння терміну «психічний стан».

Психічний стан на сьогоднішній час розглядається як частина (компонент) більш загального поняття «функціональний стан» організму, який був досить повно проаналізований стосовно персоналу МНС Миронцем С.М. у 2007р [2].

Разом з тим, психічні стани виникають і розвиваються на основі психічних процесів, і в структурі психіки розташовуються між процесами й властивостями особистості. Тому для них характерні прямий і безпосередній взаємозв'язок із психічними процесами й властивостями особистості.

Психічним станам властиві ряд особливостей: цілісність, рухливість і відносна стійкість, прямий і безпосередній взаємозв'язок із психічними процесами й властивостями особистості, індивідуальна своєрідність і типовість, їхнє різноманіття та полярність психічних станів.

Діяльність фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України різко відрізняється від звичайних, життєвих умов, звичних для більшості людей. Загальне й особливе в умовах діяльності визначає загальне й особливе в психічних станах фахівців екстремального профілю.

Індикатором психічного стану фахівця нерідко служать його рухи й дії (по невпевнених над: млявих рухах ми судимо про стомлення, по різких і енергійних - про бадьорість), а також мі захи (рух м'язів особи, очей, брів, губ, носа) і голос.

На психічні стани фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України впливають ефе: попередні стани. Зв'язок між даними психічними станами і тим, що їм передувало, може си: двоjakим. В одних випадках попередній стан змінюється протилежним. Наприклад, в си: напруга, працездатність, мобілізація всіх своїх фізичних і духовних сил, властиві праці над: аварійно-рятувального підрозділу МНС України в період ліквідації наслідків надзвичайної ситуації й порятунку потерпілих, змінюється на стан розслабленості, розрядки, коли аварійно-рятувальні роботи завершені. В інших обставинах між попереднім і наступним психічним си: є відношення не протилежності, а подібності. Більше того, що попередній психічний си: фахівця може підсилювати дієвість його наступних станів.

Психічні стани фахівців аварійно-рятувальних підрозділів МНС України можуть зазнавати суттєвих змін і у зв'язку із впливом на організм професійних завдань, що різко змінюються при виконанні, кліматичних або специфічних для діяльності умов (фактори пожежі, землетрусу, аварії, надлишок або недолік інформації, загибель людей, кліматичні умови тощо).

Протікання негативних психічних станів у різних рятувальників є особистісно визначеною і залежить від індивідуально-психологічних особливостей та унікального індивідуального життєвого та професійного досвіду.

Завдяки проведеним дослідженням було виявлено, що негативні стани після завершення аварійно-рятувальних та інших невідкладних робіт спостерігаються у кожного рятувальника який приймав участь у ліквідації наслідків надзвичайної ситуації. Ці негативні стани ми у: розподілили в три групи:

1. Професійна комунікативна компетентність:

- о проблеми у соціальній взаємодії і зниження рівня конформності;
- о самообмеження соціальних контактів;
- о внутрішні суперечності у поглядах на соціальну модель поведінки й потайності;
- о розвиток деструктивної поведінки, зловживання алкогольними напоями;
- о труднощі з переробки одержуваної інформації.

2. Емоційний стан:

- о дістрес;
- о постійний стан підвищеної емоційної напруги; зростання неусвідомлених негативних емоційних переживань;
- о посилена тривожність й постійне озікування негативних подій;
- о виразність невротичної тріади;
- о негативне відношення до подій, які пов'язані з ліквідацією наслідків надзвичайної ситуації;
- о стан зменшеного рівня резервних можливостей організму для адаптації до стресових умов;

- о непродуктивна активність, дратівливість, що сприяє розвитку мікросоціальних конфліктів у підрозділі;
- о внутрішньо особистісний конфлікт;
- о депресія;
- о надлишкова активність;
- о деформація перцептивної сфери;
- о активація психологічних типів захистів: перешкода усвідомленню факторів, що викликають тривогу; фіксація тривоги на певних стимулах; зниження рівня спонукання до дій;
- о підвищений психологічний самоконтроль.

3. Професійно важливі якості:

- о зниження прагнення до ефективного виконання професійних обов'язків;
- о зниження ефективності професійної діяльності (підвищена стомлюваність, зниження стійкості уваги, погіршення впрацьовуваності);
- о збільшення звернень по лікарську допомогу, скарги на дисфункцію шлунково-кишкового тракту;

Для відновлення психоемоційної рівноваги у рятувальників після їх перебування в осередку надзвичайної ситуації необхідно проводити спеціальні заходи.

звичайної ситуації під час ліквідації її наслідків був розроблений на базі Університету цивільного захисту України співробітниками науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології спеціалізований соціально-психологічний тренінг, який, як відомо, є одним з ефективніших методів відновлення психоемоційного стану.

Основні блоки тренінгу були розроблені та сформульовані у відповідності з негативними психічними станами рятувальників, які безпосередньо виконували свої функції у осередку звичайної ситуації:

- блок комунікації;
- блок довіри;
- блок копіювання негативних станів;
- блок емоційно-вольового рівня;
- блок самопізнання й самопомоги.

Цей тренінг був вже апробований на групах рятувальників, які безпосередньо приймали участь у ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій у с. Суха Балка Донецької області та у м. Харківській області, і показав високий результат.

1. Корольчук М.С. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: навчальний посібник [для студ. вищ. навч. закл.] / М.С. Корольчук., В.М. Крайнюк. – К.: Ніка-Центр, 2006. – 580 с.
2. Миронець С. М. Негативні психічні стани та реакції працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України в умовах надзвичайної ситуації: дис.. кандидата психол. наук: 19.00.09 / Миронець Сергій Миколайович. – К., 2007.
3. Прохоров А.О. Психология психических состояний: Сб-к статей. Вып. 4 / Под ред. проф. А.О. Прохорова. – Казань: Изд-во «Центр инновационных технологий», 2002. – С. 6-25.
4. Психология состояний. Хрестоматия / Составители Т.Н. Васильева, Г.Ш. Габдрева, А.О. Прохоров. – М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь, 2004. – 608 с.

С.А. Якимова,
студентка 5-го курса Донецького
національного університета

ВНУТРИЛИЧНОСТНЫЙ РОЛЕВОЙ КОНФЛИКТ У ЖЕНЩИН-СОТРУДНИКОВ МВД

В связи с динамичностью социальных и экономических процессов в современном обществе, растет значимость учета человеческого фактора при оценивании эффективности работы специалистов, расставляются новые акценты в отношении специалиста к себе и к миру, что предполагает повышенное внимание к психологическим особенностям каждого сотрудника. Кроме того, сегодня происходят значительные изменения во взглядах на женщину как на профессионала. Научные исследования и жизненная реальность все чаще опровергают сложившиеся стереотипы относительно способности женщин занимать достойное место в мире «мужских» профессий и получать при этом удовлетворение от профессиональной деятельности. Поэтому же, сложность ситуации для работающей женщины заключается в возникновении у нее необходимости объединения разных полоролевых моделей поведения» [1, с.1] в силу современного исполнения разнообразных ролей (как социальных, так и профессиональных).

Описанные явления в полной мере касаются и такого социально-правового института, как правоохранительные органы, в связи с чем, разработка проблемы внутриличностного ролевого конфликта у женщин-сотрудников ОВД является достаточно актуальной на сегодняшний день. В целом проблема профессиональной деятельности личности является на сегодня широко изученной в психологической науке. В частности, существует множество работ, посвященных личностно-профессиональному развитию (Э.Ф. Зеер, Л.И. Катаева, Л.И. Мороз, О.В. Москаленко, Т.А. Полозова, Е.В. Селезнева, Э.Э. Сыманюк, К. Чарнецки, Я.А. Чернышев); исследовано развитие профессионального самосознания, профессиональной идентичности