

7. Ханин, Ю. Л. Исследование тревоги в спорте / Ю. Л. Ханин // Вопросы психологии. – 1978. – № 6. – С. 94-106.

8. Rutledge, T. A quantitative review of prospective evidence linking psychological factors with hypertension development / T. Rutledge, B. Hogan // Psychosomat. Med. – Vol. 64. – P. 758-766.

ПОВЕДЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ

*Иоланта Габздыль
Польша*

Современный мир весьма не стабилен, что обусловлено целым рядом экономических, социальных и политических причин. К сожалению, нестабильность современного мира имеет вполне предметное воплощение: социальные и экономические кризисы, военные локальные конфликты, техногенные катастрофы и стихийные бедствия. Все эти явления не только сопровождаются гибелью людей и значительными санитарными потерями, но и отражается на психическом состоянии участников произошедших событий.

Имеющиеся в настоящее время достаточно многочисленные исследования говорят о том, внезапно возникшие экстремальные ситуации вызывают серьезные нарушения психической регуляции поведения и сопровождаются возникновением различных психогенных нарушений. Так, исследователи, изучавшие частоту психических нарушений при различных экстремальных ситуациях приходят к выводу, что в момент воздействия острые реактивные психозы возникают у 10-25 % пострадавшего населения, а на последующих этапах, а на последующих этапах катастрофы число лиц, у которых были выявлены нарушения, достигает 35 % и более. F. Ahearn [3] установил, что в течении года после землетрясения в Манагуа число госпитализированных в психиатрической клинике увеличилось в 2 раза, а невротические и психосоматические нарушения у пострадавших отмечались на протяжении ряда лет.

Подобные явления наблюдались и при других стихийных бедствиях и катастрофах. Например, при взрыве газопроводы в Башкирии изменения в психической сфере были обнаружены практически у 100% пострадавших. Среди психопатических синдромов преобладали астено-депрессивные состояния (56%), психогенный ступор (23%) и психомоторное возбуждение (11%) [2].

Таким образом, ни у кого из исследователей не возникает сомнения, что экстремальные ситуации не проходят бесследно для человека, и сопровождаются серьезными психическими нарушениями, а также изменением адекватности поведения. Последнее особенно актуально,

когда речь идет о психологическом обеспечении профессиональной деятельности специалистов, выполняющих свои профессиональные обязанности в экстремальных условиях. К сожалению, людей, чья деятельность осуществляется в экстремальных условиях, с каждым годом становится все больше. Поэтому изучение психологических детерминант, обуславливающих поведение человека в экстремальных ситуациях, является весьма значимым. Для решения задач психологического сопровождения профессиональной деятельности, прежде всего необходимо иметь возможность предсказать, как себя будет вести конкретный специалист в экстремальных условиях, а это, в свою очередь, определяет необходимость выявления тех психологических качеств, которые позволяют сохранить самообладание и адекватность поведения в самых сложных условиях.

Прогнозирование, само по себе, является крайне сложной проблемой современной науки. При этом прогнозирование поведения человека является самой сложной среди всех остальных проблем прогнозирования. Это обусловлено тем, что человек это не просто система, поведение которой надо предсказать. Человек – это живая, самоорганизуемая и самоуправляемая система. Спрогнозировать повеление системы, которая сама себе формирует программу своих действий весьма трудно, но возможно. Для этого надо знать те основные принципы, исходя из которых, система формирует свое поведение. Поэтому для прогнозирования поведения человека, в том числе и в экстремальных условиях, необходимо учитывать как минимум две группы факторов: психологические особенности специалиста, выполняющего свои профессиональные обязанности в экстремальных условиях, и те условия, в которых он находится.

В настоящее время нет единого мнения в отношении психологических детерминант, обуславливающих поведение человека в экстремальных условиях, поскольку поведенческие и психические реакции человека, а также психогенные расстройства, развивающиеся в экстремальных условиях деятельности, многообразны по своему проявлению. Характер и интенсивность их проявления зависят от разных факторов, в том числе, от объективных обстоятельств – факторов экстремальной обстановки, остроты и силы их воздействия [1]. Однако возникшие, вследствие травмирующих обстоятельств катастрофы, психогенные нарушения, как правило, преимущественно связаны с эмоциональной сферой [4, 5]. Многие исследования свидетельствуют, что большинство людей (примерно 50 – 75 %) при возникновении экстремальных ситуаций в первые мгновения оказываются «ошеломленными» и малоактивными, теряют контроль над своими поступками.

В настоящее время существует много гипотез о причинах, опосредующих поведение человека в экстремальных условиях. Большин-

ство авторов предлагают рассматривать два аспекта: индивидуальный, включающий в себя индивидуальные шаблонные адаптивные и неадаптивные реакции, и формальные структуры общества, которые способствуют выходу из сложившихся обстоятельств. В тоже время, R. Bolin, P. Bolton подчеркивают необходимость учитывать культурные, этнические и классовые особенности [4]. Некоторые авторы считают, что ведущее место в формировании поведения в экстремальных условиях принадлежит характеру самой ситуации. При этом технологические катастрофы вызывают более тяжелые нарушения психического здоровья, чем природные явления. Однако единого мнения по данной проблеме не существует. Это объясняется наличием целого ряда трудностей, главной из которых является ограниченная возможность исследования непосредственно в момент экстремальной ситуации.

Бесспорно, чем выше степень выраженности реальной угрозы для жизни человека при выполнении деятельности в определенных условиях, тем выше уровень нервно-психического напряжения. Бесспорным является также и то, что к реально витальной угрозе человек не может адаптироваться. Любому психически здоровому человеку, практически невозможно свыкнуться с мыслью о том, что он может погибнуть в любую минуту. Если же он привыкает к этой мысли, то вероятно правомочен вопрос о степени сохранности его личности или психической сферы. Таким образом, степень нервно-психического напряжения и выраженность реальной угрозы, взятые во взаимосвязи друг с другом, являются тем критерием, который позволяет дифференцировать все условия деятельности на обычные, особые и экстремальные.

Вместе с тем, следует отметить, что к категории экстремальных условий деятельности могут относиться совершенно разные явления. Так, чаще всего, экстремальные условия деятельности связаны с большей или меньшей степенью осознания предстоящей встречи с угрозой для жизни. Человек осознает, что в ходе выполнения деятельности ему предстоит подвергнуть свою жизнь смертельной опасности. Однако существует целый ряд явлений, при которых человек оказывается в экстремальных условиях не по своей воле и действует в них вынужденно, спасая свою жизнь и жизнь окружающих его людей. Например, в условиях экстремальной деятельности или в условиях экстремальной ситуации могут оказаться не только люди определенной профессии, но и те, чья жизнь и деятельности обычно протекает совершенно спокойно и никак не связана ни с какими опасностями. Это происходит тогда, когда возникают чрезвычайные ситуации.

Список цитированных источников

1. Александровский, Ю.А., Лобастов, О.С., Спивак, Л.И., Щукин, Б.П. Психогении в экстремальных условиях. – М.: Медицина. – 1991. – 96с.

2. Решетников, М.М. Баранов, Ю.А., Мухин, А.П., Чермянин, С.В. Психологические аспекты состояния и поведения пострадавших в очаге стихийного бедствия. // Психолог. Журнал. – Т.10.№4. – 1989. – С.125-127.
3. Ahearn F. Disaster and mental health: A pre – and post – earthquake comparison of psychiatric admission rates. // Urban and social change review. 1981. Vol. 14. P.22-28.
4. Bolin R., Bolton P. Race, religion and ethnicity in disaster recovery. // boulder university of Colorado institute of behavioral sciens. – 1986.
5. Frederic C. Effects of natural vs.himan-induced violence on victims. // Evaluation and bociul change. // Special isul. – 1980. – P. 71-75.

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИИ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ

А.А. Ганкович
Витебск, УО «ВГУ им. П.М. Машерова»

Психология экстремальных ситуаций составляет к настоящему времени один из важнейших разделов прикладной психологии, который включает в себя как диагностику психических состояний человека, переживающего или пережившего чрезвычайные обстоятельства, так и направления, методы, техники, приемы психологической помощи: психологической коррекции, консультирования и психотерапии.

Сегодня происходит громадное количество бедствий и катастроф, мир буквально захлестывает эпидемия террористических актов. Понятия экстремальных, кризисных и чрезвычайных ситуаций еще не получили исчерпывающего определения. Представляется, что недостаточно рассматривать их лишь с точки зрения объективных особенностей, не беря во внимание психологические составляющие, такие, как, например, восприятие, понимание, реагирование и поведение людей в таких ситуациях. Человек, так или иначе психологически вовлечен в экстремальную ситуацию: как ее инициатор, или как жертва, или как очевидец.

Оказавшиеся в экстремальных ситуациях люди проходят в своих психологических состояниях ряд этапов. Сначала возникает острый эмоциональный шок, который характеризуется общим психическим напряжением с преобладанием чувства отчаяния и страха при обостренном восприятии.

Затем наступает психофизиологическая демобилизация, существенное ухудшение самочувствия и психоэмоционального состояния с преобладанием чувства растерянности, панических реакций, понижением моральных норм поведения, уменьшением уровня эффективности деятельности и мотивации к ней, депрессивными тенденциями.