

УДК 159

О НЕКОТОРОМ ПОДХОДЕ К ИССЛЕДОВАНИЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОДИНОЧЕСТВА У СОТРУДНИКОВ ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ УКРАИНЫ ПО ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ

Довбий Т.Ю.

Национальный университет гражданской защиты Украины, г. Харьков, Украина

e-mail: post@nuczu.edu.ua

В статье представлены результаты исследования причин возникновения и особенностей проявления состояния «профессионального одиночества» у сотрудников аварийно-спасательных подразделений ГСЧС Украины, возникающие как реакция на экстремальные условия профессиональной деятельности. На основе анализа восьми основных теоретических подходов и категориального аппарата по проблеме одиночества, а также изученной специфики профессиональной деятельности спасателей приведено определение понятия «профессиональное одиночество», а также описаны характерные особенности проявления для личности выделенных его форм: конструктивной и деструктивной. Представлена структурированная схема родственных с одиночеством понятий: «изоляция», «уединения», «отчуждения» и «депрессии». Приведены выводы в задаче по построению трехмерного семантического пространства понятия «одиночество», выделены 10 сопутствующих признаков (основных психических состояний), которые подлежат первоочередной диагностике для оказания психологической помощи спасателям.

The article presents the results of the study of the causes and features of display state of «professional loneliness» in the emergency and rescue units SSES Ukraine arising as a reaction on the extreme conditions of professional activity. Based on the analysis of eight main theoretical approaches and categorical apparatus on the problem of loneliness and studied specific professional rescuers, the definition of the concept of «professional loneliness», has been given; it describes the characteristics of the individual selected for the manifestation of its forms: constructive and destructive. A structured scheme related to the concepts of loneliness: «isolation», «solitude», «exclusion» and «depression» has been provided. The findings of a task to build a 3-dimensional semantic space of the concept of «loneliness», identified 10 associated attributes (basic mental states) have been presented that are to be the primary diagnosis to provide psychological support to rescuers.

(Поступила в редакцию 4 апреля 2013 г.)

ВВЕДЕНИЕ

Неопределенность и нестабильность переходного периода развития государства и общества в целом активно влияют на структуру межличностных отношений и самосознание человека, чем обуславливают возникновение социально-психологических проблем. Следствием этого является увеличение количества чрезвычайных ситуаций (ЧС) социального, природного и техногенного характера, которые приводят к большим людским потерям и огромному материальному ущербу. В связи с необходимостью ликвидаций последствий ЧС и катастроф профессия спасателя становится одной из самых актуальных и общественно необходимых.

Ежедневная профессиональная деятельность спасателей характеризуется высокой степенью сложности, необходимостью постоянно поддерживать высокий уровень готовности к немедленным действиям, опасностью и ответственностью при выполнении служебных задач. Следствием больших физических и психологических перегрузок становятся нарушения в психоэмоциональной сфере, наблюдаемые у сотрудников ГСЧС

Украины [3]. Обостряется чувство беспокойства, возникает эмоциональное напряжение, состояние безнадежности и растерянности. Наряду с ухудшением продуктивности профессиональной деятельности, эти факторы непосредственно влияют на психологическую безопасность человека и являются основными психогенными детерминантами, ведущими к возникновению состояния профессионального одиночества.

Необходимо отметить, что растущие требования государства и общества по эффективности деятельности органов и подразделений гражданской защиты в деле предупреждения ЧС и ликвидации их последствий, необходимость сохранения кадрового резерва ГСЧС Украины с помощью проведения конкретных мероприятий, направленных на сведение к минимуму уровня психических потерь, актуализирует проведение исследования феномена профессионального одиночества.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Анализ исследований и публикаций. В зарубежной научной литературе проблема одиночества наиболее активно исследуется примерно с 50-х годов XX-го века. Наибольшее развитие исследования в этой области получили в США, где появились и оформились основные психологические подходы к изучению одиночества: психодинамический (Г. Зилбург, Г. Салливан, Ф. Фромм-Рейхман), феноменологический (К. Роджерс), экзистенциальный (К. Мустакас), социологический (К. Боумен, Д. Рисмен, Ф. Слейтер), интеракционистский (Р. Вейс), когнитивный (Л. Пепло, В. Серма, Д. Перлман, Д. Рассел), когнитивно-бихевиоральный (Д. Янг), интимный (В. Дерлега, С. Маргулис), общесистемный (Дж. Фландерс). В отечественной психологии одиночество в контексте проблематики общения рассматривают К. Абульханова-Славская, В. Куницына, Н. Казаринова, А. Бодалев, Ж. Пузанова, М. Каган, Е. Головаха, Н. Панина, Е. Мелибруда, Л. Ситниченко; как проблему в семейных отношениях проблему одиночества изучали И. Волкова, В. Музыченко, А. Рубинов, Ю. Кошелева, Г. Старшенбаум, Е. Токарева, Е. Яхонтова; как социально-психологический феномен – С. Вербицкая, Н. Романова, В. Дробышевский, С. Трубникова, С. Корчагина; культурно-исторические формы рассматривали Н. Покровский С. Ветров, Ю. Швалб, О. Данчева; психологические особенности одиночества в подростковом и юношеском возрасте – И. Кон, О. Долгинова, Е. Рогова, А. Кирпиков, В. Киселева, С. Малышева, Е. Неумоева, Н. Перешеина, З. Сафина, И. Слободчиков, Г. Шагивалеева.

Цель статьи: дать определение понятию «профессиональное одиночество» и описать этапы проведения диагностики конструктивной и деструктивной его формы у сотрудников Государственной службы Украины по чрезвычайным ситуациям.

Изложение основного материала. Проведенный нами анализ многочисленных публикаций ученых разных взглядов и направлений позволил сделать вывод о том, что, несмотря на глубинный исследовательский характер феномена одиночества, причин его возникновения и особенностей проживания для личности до сих пор в психологической науке не существует целостного представления о содержании этого понятия.

Существующие на сегодняшний день 8 основных теоретических подходов зарубежных авторов – психодинамический, феноменологический, экзистенциальный, социологический, интеракционистский, когнитивный, интимный и общесистемный, являются базовыми в психологической науке и определяют две тенденции, обусловленные негативной и позитивной направленностью в изучении одиночества [4]. Имеющееся противоречие в оценке характера воздействия одиночества на жизнь человека проявляется в том, что, с одной стороны, оно понимается как деструктивное для личности, с другой – считается необходимым этапом самопознания и самоопределения. Установлено, что негативный аспект состояния одиночества является особой формой самовосприятия личности и относится к дискомфортным состояниям: одинокий человек чувствует себя заброшенным, забытым и ненужным изолированным по собственной вине, а свое существующее положение рассматривает не просто как случившуюся с ним беду, а как личную катастрофу [1].

Глубинный анализ теоретических подходов и категориального аппарата по проблеме одиночества, а также детально изученная специфика работы специалиста экстремального профиля деятельности, к которым относятся спасатели, позволили нам сформулировать гипотезу о том, что состояние одиночества и его характерные проявления могут возникать у сотрудников ГСЧС Украины как реакция на экстремальные условия профессиональной деятельности.

Доминирующей задачей ГСЧС Украины является оказание помощи людям в чрезвычайных ситуациях, что для самих спасателей определяет необходимость находиться в нестандартных условиях прохождения службы. Это – критические температуры окружающей среды, вибрация, шумовой и световой фон, внезапные световые и звуковые сигналы, работа в средствах индивидуальной защиты, повышенная физическая нагрузка, неблагоприятное влияние режимов труда и отдыха, ненормированный режим работы и дефицит информации [5]. В профессиональной деятельности спасателей существует необходимость быстрого принятия решений, от которых могут зависеть здоровье и жизнь людей. Таким образом, длительное воздействие комплекса психогенных факторов профессиональной деятельности на личный состав наряду с обострением хронических заболеваний, возможностью стать инвалидом и даже потерять свою жизнь обуславливает деструкцию психических и психофизиологических характеристик самих спасателей, что в конечном итоге приводит к состоянию одиночества, возникающего после выполнения боевых задач по ликвидации последствий пожаров и ЧС разных уровней.

Рассматривая состояние одиночества как характеристику личности спасателя, которая, в структурно-психологическом плане может быть представлена двумя основными компонентами. Это – первичная реакция одиночества в виде ощущения дискомфорта, вызванного психотравмирующей ситуацией профессиональной деятельности, и непосредственно процесс проживания состояния одиночества. Рассмотренные нами типологии показали, у одиночества может быть много причин-факторов и характеристик-проявлений, которые могут являться, как и причиной, так и следствием друг друга.

Наряду с интересными теоретическими воззрениями разных авторов, факторной структурой и временной характеристикой, в нашем исследовании мы учитывали объективный и субъективный аспекты одиночества. Так, общественные отношения и факты, принимающие в определенных условиях деформированный характер (отчуждение, изоляция), – иными словами, условия, которые предрасполагают к возникновению состояния одиночества – это объективная сторона. Субъективная сторона или – собственно одиночество – состояние, при котором нарушаются связи с различными факторами действительности [2].

Вместе с тем, нам удалось установить, что при рассмотрении феномена одиночества имеются трудности определения и интерпретации сущности понятия, его специфики и субъективных причин, отсутствует четкая дифференциация смежных с одиночеством понятий, таких, например, как «изоляция», «уединение», «отчуждение» и «депрессия». Анализ научной литературы показал, что ряд авторов часто используют эти понятия как взаимозаменяемые, хотя, по всей содержательной близости, они разные. Таким образом, осуществляется исследование различных феноменов под одним и тем же термином, что ведет к непоправимым понятийным и методологическим потерям. Исследования различных авторов отличаются многообразием трактовок этих понятий: это и состояние одиночества, и болезненное переживание вынужденной социальной изоляции и добровольное уединение, связанное с экзистенциальным поиском, а также чувство обособленности и отчуждения [4]. Проблема понятийной неопределенности поставила перед нами задачу, целью которой мы видели проведение дифференцированного анализа понятий «изоляция», «уединение», «отчуждение» и «депрессия», как родственных с одиночеством. Результатом этой работы стало определение и описание уникальной характеристики каждого понятия и, на основе этого, нами была разработана структура данных понятий в трех плоскостях: одиночества,

объективных ситуаций и плоскости психических состояний. Схематически это можно отобразить с помощью таблицы (рис.1).

Устойчивое внимание к вопросам развития системы мер профилактики и преодоления негативных последствий переживания состояния одиночества, возникающих как результат стресс-факторов профессиональной деятельности спасателей определили необходимость в разработке авторской анкеты, данные которой, должны были подтвердить или опровергнуть выдвинутую нами гипотезу.

В исследовании приняло участие 89 сотрудников ГСЧС, представляющие аварийно-спасательные подразделения службы из 8 областей Украины. Респонденты были разделены на 2 группы – со стажем работы менее 5 лет и свыше 5 лет. Результатом проведенного анкетирования стало следующее:

- большинство спасателей, 56 %, отмечают прямую зависимость возникновения состояния одиночества от профессиональной деятельности, и лишь 20 % из них не видят взаимосвязи;

- 48 % респондентов из 2-й группы (стаж более 5 лет) показали, что испытывают состояние одиночества после пребывания в очаге ЧС;

- в вопросе о влиянии одиночества на эффективность выполнения служебных задач 67 % (сотрудники со стажем более 5 лет) отмечают влияние одиночества, приводящее к снижению эффективности деятельности, однако 20 % (молодые) полагают, что однозначной взаимосвязи здесь нет.

Диагностируя спасателей в посткатастрофный период после пережитого стресса, мы обратили внимание на то, что на фоне переживания состояния одиночества формируются защитные реакции и формы поведения личности. По данным, полученным из анкеты, интересным оказался тот факт, что среди событий профессиональной деятельности, которые могут привести к возникновению состояния одиночества, респонденты отмечали такие факторы как: большая физическая и психологическая нагрузка, неприятности в служебной деятельности, конфликты и непонимание в коллективе, проблемы в семье (конфликты, потеря близких), сильный стресс, большая временная занятость, человеческие трагедии, физические и психологические травмы. Впечатлил нас и перечень эмоциональных состояний, сопровождающих респондентов после проведения работ в очаге чрезвычайной ситуации. Отчаяние и тоска, ощущение собственной несостоятельности, беспомощность, панический страх, подавленность, внутренняя опустошенность и скука, потребность в перемене мест, утрата надежд, жалость к себе, скованность, раздражительность, незащищенность, меланхолия и отчужденность имеют прямую связь с состоянием одиночества. Как видим из приведенных данных, актуальность проведения исследования в данном направлении подтверждена нами в полном объеме.

Широкий спектр переживаемых негативных состояний у спасателей определил всю важность проведения точной диагностики состояния одиночества и актуальность выявления сопутствующих признаков. Вполне закономерно, что следующим этапом анализа стала задача по построению семантического пространства понятия «одиночество».

Данная работа осуществлялась на основании изучения исследований ряда авторов и оценок экспертами 97 психических состояний. При обработке данных из анализа были исключены состояния, по которым ставились нейтральные оценки (0), так как они эмоционально не затрагивали респондентов и не несли существенной смысловой нагрузки. Таким образом, по анализу проведенной факторизации семантического пространства «одиночества» можно сделать следующие выводы:

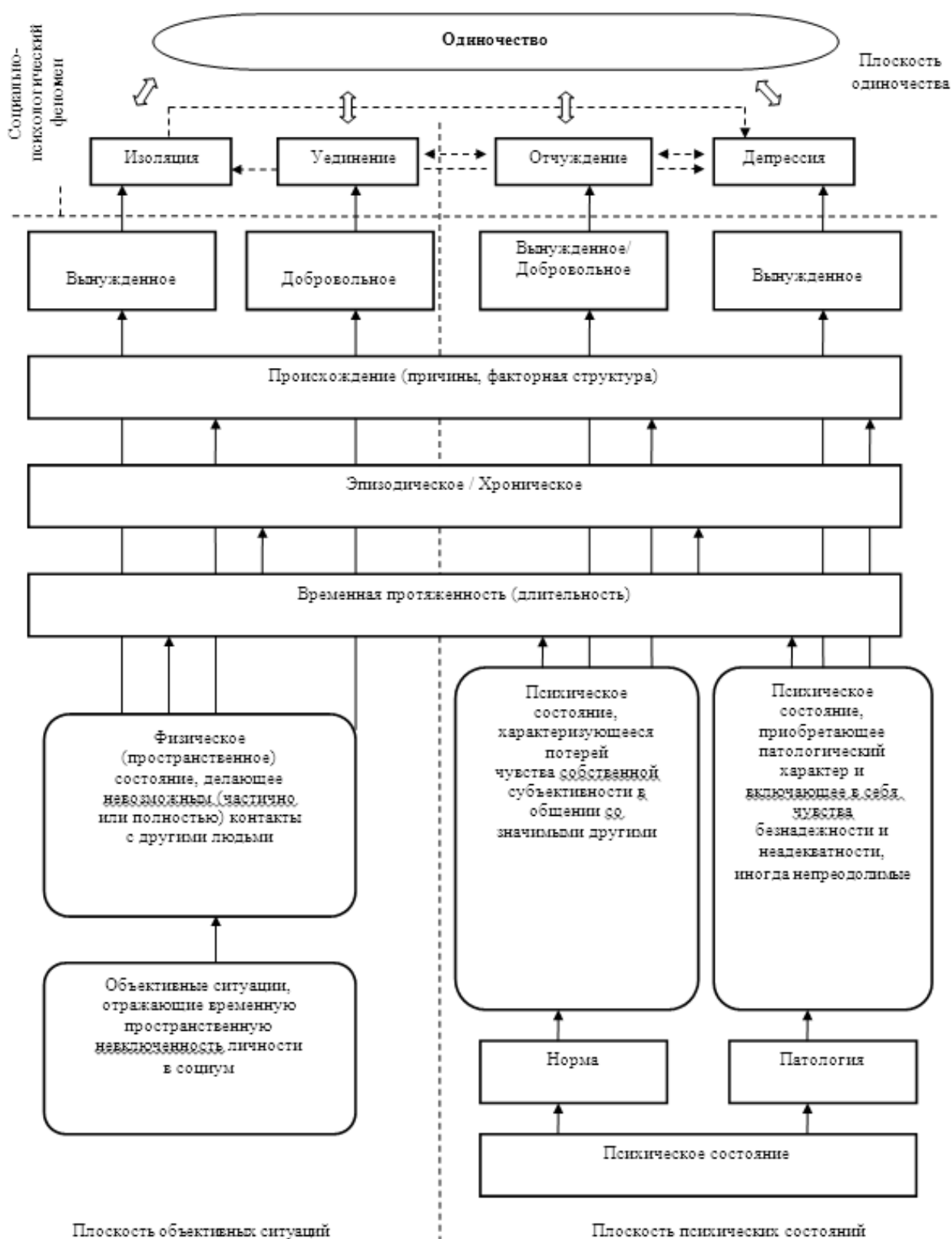


Рисунок 1 – Структурированная схема родственных с одиночеством понятий

- семантическое пространство понятия «одиночество» определяется как минимум двумя доминирующими факторами, близкими к пониманию психологического состояния одиночества и состояния уединения, а также факторами временной протяженности и интенсивности переживания;

- основные факторы могут быть охарактеризованы как: уединение (продуктивное, позитивное), психологическое состояние одиночества (деструктивное, негативное), временная протяженность (хроническое, ситуативное) и интенсивность переживания (эпизодическое, глубинное).

Построение 3-х мерного семантического пространства понятия «одиночество» дало возможность выделить 10 основных признаков, сопутствующих состоянию одиночества. По нашему мнению, тоска, угнетенность, обреченность, эмоциональное отчуждение, депрессия, отчаяние, подавленность, изоляция, уединение, психическая напряженность являются основными психическими состояниями, которые подлежат первоочередной диагностике для выявления наличия состояния одиночества, проведения коррекционных мероприятий и оказания дальнейшей психологической помощи спасателям.

Проведенное на этом этапе исследование позволило нам сформулировать определение профессионального одиночества у спасателей, которое понимается как состояние, возникающее в результате влияния стресс-факторов профессиональной деятельности, детерминируемое рядом объективных и субъективных факторов и связанное с нежеланием или невозможностью установления контактов с другими людьми, сопровождающееся плохим настроением, тягостными эмоциональными переживаниями, чувством отстраненности от себя и от мира в целом.

В последующем, проблемным вопросом для нас стала диагностика у спасателей профессионального одиночества. Несмотря на то, что в современной психологической науке достаточно широкий диагностический инструментарий, на сегодняшний день практически отсутствуют специализированные методики, с помощью которых возможно провести диагностику состояния одиночества, а профессиональное одиночество, выделяемое нами, вообще ранее не исследовалось. На первом этапе проведения данной работы мы определили необходимость изучения существующего диагностического материала и подбор адаптированных методик, с помощью которых мы смогли бы диагностировать у специалистов аварийно-спасательных подразделений ГСЧС Украины сопутствующие признаки состояния одиночества. Подобранная нами совокупность методик, включала 6 способов исследования феномена одиночества.

Для измерения степени одиночества мы использовали методику диагностики уровня субъективного ощущения одиночества Д.Рассела и М.Фергюсона (модифицированная шкала UCLA). Диагностика глубины переживания одиночества исследовалась с помощью опросника «Одиночество» С.Г. Корчагиной. Для построения профиля личности спасателя в перечень методик нами был включен опросник «Мини-мульти», где диагностировались 9 базисных шкал: ипохондрия, депрессия, истерия, психопатия, паранойяльность, психастения, шизоидность, гипотония. Шкала депрессии Бека (BDI) была выбрана нами для определения степени выраженности депрессивных симптомов у спасателей после ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций. Для анализа внутреннего мира личности спасателя и выявления типичных случаев переживания состояния одиночества мы использовали проективную методику «Нарисуй свое одиночество» и методику «Неоконченные предложения», разработанную Ж.В. Пузановой. Предполагалось, что данные методики позволят снять тревогу респондента, возникающую при необходимости давать ответы на сенситивные вопросы о себе, и обеспечат доступ к необходимой для нас информации, что позволит определить причины возникновения состояния одиночества, характерное поведение, специфику общения с коллегами, а также личностные значения и субъективное восприятие особенностей переживания состояния одиночества сотрудниками ГСЧС Украины. На завершающей стадии был запущен опросник PTSD для выяснения наличия симптомов посттравматического стрессового синдрома.

Диагностика сотрудников ГСЧС Украины проводилась после окончания дебрифинга стресса критического инцидента, первые замеры были сделаны в течении 48 часов после ликвидации спасателями последствий ЧС. Результаты обработки данных 427 сотрудников

районных отделов гражданской защиты управлений гражданской защиты в г. Харькове и г. Ивано-Франковске, а также в подразделениях службы Харьковской, Луганской, Полтавской, Донецкой, Кировоградской, Запорожской, Сумской, Ивано-Франковской областях и АР Крым определили тот факт, что профессиональное одиночество у спасателей проявляется в двух полюсах – конструктивном и деструктивном, в зависимости от индивидуальных особенностей каждой личности.

Основываясь на результатах проведенной диагностики, мы предположили, что при конструктивной или «продуктивной» форме, одиночество существует как ответ на психотравмирующую ситуацию профессиональной деятельности специалиста ГСЧС Украины и реализуется в неосознанном уединении, выступая защитным механизмом личности. Конструктивная форма одиночества выступает, как естественно-организованная программа реабилитации сотрудника аварийно-спасательных подразделений, как спасение после пережитой психотравмирующей ситуации профессионального порядка. Защищая себя от всех контактов, спасатель, ненамеренно ограничивает себя в общении, тем самым представляя одиночество, как способ сохранения психики, и как бы «набираясь» сил для выполнения боевых задач в дальнейшем. Таким образом, позитивный смысл одиночества (одиночество выступает как ресурс) заключается в том, что оно является неотъемлемой частью процесса восстановления и проявляется как функция реадaptации и стабилизации психофизического состояния функция защиты «я» спасателя от негативных воздействий профессиональной деятельности.

Деструктивная форма одиночества, возникающая в результате стрессоров профессиональной деятельности, сопровождается следующими состояниями: страх, беспомощность, разочарование, чувство вины, стыд, гнев, грусть и тоска. Происходят некоторые изменения в когнитивной сфере спасателя, связанные с изменением представлений и установок. В дальнейшем наступает психофизиологическая демобилизация, существенное ухудшение самочувствия и психоэмоционального состояния с преобладанием чувства растерянности, панических реакций, снижением моральных норм поведения, уменьшением уровня эффективности деятельности и мотивации к ней, депрессивными тенденциями. Негативный характер одиночества (одиночество, как проблема), проявляется следующим образом: одиночество обладает свойством подчинять себе другие психические процессы и состояния, нарушая внутреннюю целостность личности спасателя. Деструктивный компонент профессионального одиночества негативно влияет на самовосприятие личности спасателя, снижая оценку способности контролировать события своей профессиональной жизни и актуализируя внутренние конфликты. На этом этапе отмечается негативное влияние на характерологические особенности личности, что проявляется в оппозиционном поведении, неуверенности, консерватизме и эгоцентризме. Последствиями такого положения для спасателей, возможно, предположить следующие факты: ограничение круга общения в целом, возникающее ощущение собственной обособленности, отстраненности от коллег и близких людей. Все эти факторы могут влиять как на профессиональную деятельность спасателей, так и на взаимоотношения внутри семьи, выражаясь в супружеских конфликтах, алкоголизме, разводах, а если брак все же сохраняется, то отношения могут стать лишь формальными.

Рассматривая динамику протекания психических процессов, мы установили, тот факт, что первые двое суток после ликвидации последствий ЧС состояние спасателя характеризуется преимущественно наличием эмоций и кратковременных психических состояний. На этом этапе фиксируется низкий уровень субъективного ощущения одиночества, признаки депрессии не проявляются. Мы характеризуем этот этап как конструктивную форму профессионального одиночества. В ходе дальнейшей диагностики при наличии среднего уровня субъективного ощущения одиночества и более длительном временном периоде протекания негативных состояний, возможно, говорить о наличии конструктивных и деструктивных тенденций, в зависимости от индивидуальных

особенностей каждой личности и квалифицированной работы психолога. И наконец, наличие высокого уровня субъективного ощущения одиночества, признаки депрессии – от состояния острого стрессового расстройства до стадии посттравматического стрессового расстройства – в условиях отсутствия необходимой психологической помощи, являются характеристикой деструктивной формы профессионального одиночества, что может выражаться в фиксации на определенных стадиях профессионального и личностного развития.

Необходимость изучения многообразия характеристик конструктивного и деструктивного аспектов профессионального одиночества обусловила разработку авторской методики, в которую мы включили шкалы диагностического материала, описанного выше, учитывая при этом специфические характеристики профессиональной деятельности спасателей. На данный момент методика требует валидации и стандартизации. Мы считаем, что данная методика позволит экстремальным и кризисным психологам поэтапно рассматривать процесс возникновения и распада состояния одиночества, выделенных негативных психических состояний, сопутствующих профессиональному одиночеству при планировании работы на каждом из его уровней.

Логика построения дальнейшего исследовательского пути определила для нас необходимость выяснения характерных особенностей протекания состояния профессионального одиночества, выявления сопутствующих признаков и их дальнейшей группировки, а также временных интервалов каждого негативного состояния. Актуальной оказалась работа по построению модели оценки уровня профессионального одиночества, что дало возможность подобрать адекватные методы и формы работы, а также сформировать оптимальные поведенческие стратегии для спасателей в работе по преодолению деструктивной фазы профессионального одиночества. В контексте проведения данной работы, мы провели кластерный анализ, построили дендрограмму профессионального одиночества, а также разработали ряд коррекционных мероприятий для каждого уровня профессионального одиночества, диагностируемого в посткатастрофный период, на четырех стадиях ЧС после окончания аварийно-спасательных работ в очаге чрезвычайной ситуации.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На наш взгляд, практической помощью психологу должны стать выявленные нами негативные психические состояния, характерные для каждой формы профессионального одиночества, а также разработанные рекомендации, где указаны временные интервалы протекания каждого из состояний, использование которых необходимо для оказания своевременной психологической помощи, проведения групповой или индивидуальной психокоррекционной работы с целью купирования негативных составляющих профессионального одиночества и предотвращения потенциальной возможности перехода текущего состояния спасателя от конструктивной в деструктивную форму.

Подводя итог нашего исследования необходимо отметить, что целью оказания психологической помощи спасателям, испытывающим состояние профессионального одиночества является сохранение кадрового резерва ГСЧС Украины с помощью актуализации адаптивных и компенсаторных ресурсов личности, мобилизации психологического потенциала, оптимизации психического состояния и тем самым возможности продления профессионального долголетия спасателя, который отдает частичку своего «сердца» при оказании помощи людям в экстремальных условиях при выполнении задач по ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бакалдин, С.В. Одиночество и его связь с функциями «Я»: автореф. дис. на присвоен. научн. степени канд. психолог. наук.: спец. 19.00.01 «Общая психология, психология личности и история психологии» / С.В. Бакалдин. – Краснодар. 2008. – С.9-18.
2. Корчагина, С.Г. Генезис, виды и проявления одиночества: [Текст] / С.Г. Корчагина. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2005. – 196 с.
3. Лефтеров, В.А. Личностно-профессиональное развитие специалистов экстремальных видов деятельности: дис. ...докт. психол. наук. : спец. 19.00.09. – Донецк: Донецкий юридический институт Луганского государственного университета внутренних дел, 2008. – 428 с.
4. Перлман Д. Теоретические подходы к одиночеству / Перлман Д., Пепло Л.Э // Лабиринты одиночества: [Сб. ст.] : Пер. с англ. / Сост., общ. ред. и предисл. Н.Е. Покровского. – М.: Прогресс, 1989. – 623 с.
5. Экстремальная психология : [учебник / Евсюков А.П., Куфлиевский А.С., Лебедев Д.В. и др.]; под ред. А.В. Тимченко. – К. : ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.