

**ДЕРЖАВНА СЛУЖБА УКРАЇНИ З НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ
ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНОГО ЗАХИСТУ**

ОСОБИСТІТЬ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

**Матеріали
VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції**

12 травня 2017 р.

м. Львів

Львів – 2017

УДК 159.9:378

Рекомендовано до друку вченою радою Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності 20 квітня 2017 року, протокол № 5.

Особистість в екстремальних умовах : матеріали VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції, 12 травня 2017 р., м. Львів. – Львів : ФОП Корпан Б. І., 2017. – 176 с.

Рецензенти:

Діденко Олександр Васильович – доктор педагогічних наук, професор;

Кривошишина Олена Анатоліївна – доктор психологічних наук, професор.

Редакційна колегія: *Рак Тарас Євгенович* – проректор з науково-дослідної роботи Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, полковник служби цивільного захисту, доктор технічних наук, доцент (*голові*), *Шуевич Богдан Іванович* – директор Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, доктор педагогічних наук, професор; *Липчин Андрій Віленович* – завідувач кафедри практичної психології та педагогіки Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, доктор педагогічних наук, професор; *Кривошишина Олена Анатоліївна* – професор кафедри практичної психології та педагогіки Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, доктор психологічних наук, професор; *Руденко Лариса Анатоліївна* – професор кафедри практичної психології та педагогіки Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, доктор педагогічних наук, старший науковий співробітник; *Слободяник Володимир Іванович* – заступник директора Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, кандидат психологічних наук, доцент; *Сірко Роксолана Іванівна* – заступник начальника кафедри практичної психології та педагогіки Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, кандидат психологічних наук, доцент; *Вдович Світлана Михайлівна* – доцент кафедри практичної психології та педагогіки Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник (*упорядник*).

У збірнику подані матеріали науково-практичної конференції, в яких розглядаються психологічні особливості діяльності особистості в екстремальних умовах, психолого-педагогічні аспекти підготовки фахівців до професійної діяльності, сучасний стан і перспективи психологічного супроводу особистості, яка перебуває в екстремальних умовах, міждисциплінарні гуманітарні аспекти підготовки та діяльності особистості в екстремальних умовах.

Рекомендовано для науковців, психологів-практиків і педагогів в інших навчальних закладах, докторантів, аспірантів.

© Львівський державний університет
безпеки життєдіяльності, 2017
© Автори, 2017

Зміст

Розділ 1

Психологічні особливості діяльності особистості в екстремальних умовах

<i>К. М. Березяк</i> Життєва криза особистості та шляхи її подолання	7
<i>О. М. Борисюк</i> Дослідження впливу професійної мотивації на управлінську компетентність працівників національної поліції України	10
<i>І. М. Гузенко</i> Екстремальні психічні стани військовослужбовців у бойових умовах	12
<i>М. В. Гуменна, науковий керівник – В. М. Фірман</i> Екстремальні ситуації як психологічний фактор впливу на військовослужбовців	14
<i>М. П. Козирса</i> Психологія агресивного натовпу	16
<i>И. Н. Козубцов</i> Научное сопровождение адъюнктов в развитии их профессиональной готовности к научной и научно-педагогической деятельности	21
<i>О. С. Колосович</i> Особливості кризового періоду розвитку суспільства	24
<i>О. А. Кривошишина</i> Особливості розвитку творчої особистості у стресогенних умовах психологічного насильства	27
<i>А. Ю. Курило, науковий керівник – О. А. Кривошишина</i> Інтелектуальні здібності спортсменів як один із факторів успіху в контактних видах спорту	29
<i>Д. П. Лисенко, науковий керівник – В. В. Стасюк</i> Аналіз проблемних питань захисту особового складу від негативного інформаційно-психологічного впливу в Збройних силах України	33
<i>І. О. Москальов, науковий керівник – В. В. Язупов</i> Аналіз особливостей практичного мислення організаторів морально-психологічного забезпечення під час вирішення завдань у бойових умовах	35
<i>А. Б. Неурова</i> Вивчення адаптивних можливостей військовослужбовців на основі оцінки їхніх психофізіологічних і соціально-психологічних характеристик	37
<i>Л. С. Орицин-Бурджиган</i> Життєвий оптимізм через призму особистого контролю	40
<i>Р. В. Соколовський, науковий керівник – І. Ф. Нізамутдінов</i> Практичний досвід фіксування змін поведінки військовослужбовців у екстремальних ситуаціях АТО	42
<i>Н. О. Терентьєва</i> Професійна діяльність викладача ВНЗ – постійне перебування в екстремальних умовах	45

Розділ I
Психологічні особливості діяльності особистості
в екстремальних умовах

УДК 159.944.4

К. М. Березяк

ЖИТТЄВА КРИЗА ОСОБИСТОСТІ ТА ШЛЯХИ ЇЇ ПОДОЛАННЯ

«Коли перед обличчям подій, які охоплюють найважливіші життєві відносини людини, воля виявляється безсилою (не в даній ізольованій момент, а в принципі, у перспективі реалізації життєвого задуму), виникає специфічна для цієї площини життєдіяльності критична ситуація – криза» [3, с. 47].

Для надання ефективної й адекватної допомоги людині, яка перебуває чи пережила екстремальну чи кризову ситуацію, практичному психологу необхідно розібратись у поняттях «життєва криза», «психологічна криза». У явищі життєвої кризи переплітається дві сторони: об'єктивна ситуація та її переживання у контексті особистісних смислів. Отже, маємо справу з психологічною ситуацією, яка містить суперечливі умови та вимоги до особистості та не має однозначного вирішення.

Поняття екстремальних, кризових і надзвичайних ситуацій ще не отримали остаточної класифікації. Недостатньо розглядати їх лише з точки зору об'єктивних особливостей, не беручи до уваги психологічні складові: сприйняття ситуації, розуміння, реагування на неї. Людина так чи інакше психологічно залучена в екстремальну ситуацію: як її ініціатор, як жертва або як очевидець [5].

Тому розуміння життєвої кризи потребує багаторівневого розгляду в кількох аспектах. У літературі досліджуються такі напрями: 1) різні аспекти важких життєвих ситуацій (Л. Анциферова, І. Бринза); 2) особливості подолання життєвих криз і важких життєвих ситуацій (Р. Ахмеров, Ф. Василюк, Є. Варбан, Т. Титаренко); 3) особливості надання психологічної допомоги особистості, яка знаходиться в критичній життєвій ситуації (О. Бондаренко, П. Лушин, І. Малкіна-Пих, Т. Титаренко).

У психологічних дослідженнях виокремлюються різні види криз: вікові, екзистенціальні, критично-сміслові, невротичного характеру, життєві, професійні, біографічні, духовні, особистісні, психологічні тощо. Криза розглядається як вид складної життєвої ситуації або як кризова ситуація і вивчається у сукупності подій, переживань, відносин, поведінки та реабілітації. Життєва криза має характер певного періоду, впродовж якого, на думку Т. Титаренко [6; 7], змінюються способи детермінації процесів розвитку, життєвий задум, траєкторія життєвого шляху. Кризи бувають нормальними (прогресивними) [7, с. 91], як у концепції Е. Еріксона про нормативні кризи, які носять віковий, перехідний характер. Головною ознакою нормальної кризи є психічне насичення провідною для віку діяльністю.

Аномальною (регресивною) кризою стає початок ін'якком із певним віковим етапом, виникає у складних життєвих умовах, коли людина переживає події, які раптово змінюють її долю. Це реакція на ситуації, які перевищують адаптивні

можливості людини. «Повсякденні неприємності» (термін Р. Лазаруса) у великій кількості на депресивному фоні особистості теж провокуватимуть кризу.

Життєві кризи мають певні параметри, зокрема за характером зміни ролей і часової орієнтації особистості кризи можна поділити на три типи: кризи з орієнтацією в майбутнє, кризи з орієнтацією в минуле, кризи без чітко вираженої часової орієнтації. Життєва криза може бути різної глибини переживання: поверхнева, середня та глибока. Глибока криза супроводжується почуттями неспіху, безнадії, власної неповноцінності, нікчемності. Для поведінки характерний стан відчаю, апатії чи ворожості, ригідність в адаптації, самоізоляція. Смісл існування втрачається [6].

Компонентом психологічної кризи є також уявлення про неможливість розв'язання конфлікту, що виникає внаслідок відсутності інформації, необхідної для розв'язання проблеми. Іноді це дефіцит реальний, об'єктивний (у випадку особливо складної ситуації), в інших випадках – уявний, пов'язаний з особливостями психічної діяльності суб'єкта [1].

Ще дві характеристики кризи – тривалість протікання та вплив на можливість реалізувати життєвий задум. Ф. Василюк вирізняє кілька видів кризи:

1. Криза першого роду може серйозно утруднити й ускладнити реалізацію життєвого замислу, однак ще зберігається можливість відновлення перерваного кризою ходу життя. З цього випробування людина може вийти, зберігши в існуючому вигляді свій життєвий задум, свою самототожність.

2. Криза другого роду (власне криза) робить реалізацію життєвого замислу неможливим. Результат переживання цієї неможливості – модифікація самої особистості, переродження її, прийняття нового замислу життя, нових цінностей, нової життєвої стратегії, нового образу «Я» [3].

3. «Мікро-криза» – це відчуття глобальної втрати смислу, гіркої самотності, безнадійності існування; загострення старих, давно пережитих образ, «комплексів», розчарувань, страхів [4, с. 96]. Є нетривалою, іноді лише кілька хвилин, на відміну від кризи, тривалість якої може вимірюватися навіть місяцями.

4. «Мерехтлива криза» – маятникові рухи «зісковзування» в інший світ. Дві причини виникнення такого різновиду криз: 1) загальне психосоматичне ослаблення призводить до посилення інфантильних механізмів; 2) стан кризи, викликаний об'єктивно важкими подіями, може змінюватися відчуттям безтурботності або байдужості, тобто виникає тимчасове захисне «зісковзування» до інфантильних станів [4, с. 100].

Якщо «психологічної кризи» розглядається А. Амбрумовою [1, с. 107] в концепції соціально-психологічної дезадаптації. Така криза виникає через дисбаланс конструктивних і руйнівних тенденцій і форм психічної діяльності. Цей стан супроводжується фрустрацією найважливіших потреб індивідуума. Цей процес носить етапний характер: 1) фрустрація найважливіших потреб індивідуума; 2) ситуація мікро-конфлікту; 3) психологічна криза; 4) ситуаційна реакція як відповідь на конфліктне ситуаційне навантаження.

Життєва криза викликає перебудову різних сфер особистості: 1) в емоційній сфері виникає дискомфорт, підвищена тривожність; 2) у когнітивній – зниження пізнавальних функцій; 3) в «Я-концепції» – зниження самооцінки, перебудова само-свідомості; 4) у мотиваційній і смисловій – звуження смислів, перехід на примітивнішу мотивацію; 5) у поведінковій – ригідність, агресивність, самоізоляція.

Криза завжди супроводжується стресом, містить у собі фрустрацію частини потреб і конфлікт, оскільки суттєвий розрив між реальним і бажаним завжди потребує активізації ціннісно-сміслової діяльності.

Щодо реакції на кризу, то її результуючий вектор залежить від зрілості особистості, внутрішніх ресурсів, співвідношення захисних механізмів і копінг-стратегій. Наприклад, ігноруюче ставлення чи «страусяча політка» [6] супроводжується захистом типу «заперечення реальності», що відволікає від вирішення кризи. Перебільшуюче ставлення, «самонакручування» веде до «втечі у хворобу». Демонстративне ставлення на фоні адекватного розуміння ситуації часто супроводжується «регресією», перекладанням рішення на інших. Волонтаристське ставлення веде до «компенсації» та «гіперкомпенсації», надмірних навантажень при дефіциті ресурсів. При продуктивному ставленні вже переважають копінг-стратегії, намагання взяти ситуацію під контроль.

Різновиди копінг-стратегій (за Р. Лазарусом) зводяться до розрізнення активних, фокусуємих на зусилля впоратися із зовнішніми запитами проблем («робота з проблемою») проти більше інтроспективних зусиль переформулювати або когнітивно переосізнити проблему так, щоб вона краще відповідала зовнішнім вимогам («робота зі ставленням до проблеми»). Стратегії, спрямовані на вирішення проблем, загалом є ефективнішими, ніж стратегії, призначення яких – упоратись зі ставленням індивіда до проблеми. Дослідження також свідчать, що застосування відразу декількох способів подолання кризи ефективніше, ніж вибір лише одного конкретного шляху реагування на ситуацію.

Під час психокорекційної роботи з людиною в ситуації життєвої кризи саме активізація психологом копінг-стратегій формує продуктивне ставлення до подій. Основними завданнями психологічної допомоги стають актуалізація адаптивних і компенсаторних ресурсів особи, мобілізація психологічного потенціалу для подолання негативних наслідків надзвичайних обставин [5].

ЛІТЕРАТУРА

1. Амбрумова, А. Г. Анализ состояний психологического кризиса и их динамика // Психологический журнал. – 1985. – Т. 6, № 6. – С. 107-115.
2. Варбан, С. О. Психодіагностика стратегій подолання критичних життєвих ситуацій: деякі підходи та методи // Методологія та технології практичної психології в системі вищої освіти : тези доповідей міжнар. наук.-практ. конф., 17–18 травня 2007 р., Київ. – К. : НПУ ім. М. П. Драгоманова МОН України, Поліграф-Центр, 2007. – С. 49–50.
3. Васильюк, Ф. Е. Психология переживания : анализ преодоления критических ситуаций. – М. : Издво МГУ, 1984. – 290 с.
4. Васильюк, Ф. Е. Жизненный мир и кризис : типологический анализ критических ситуаций / Ф. Е. Васильюк // Психологический журнал. – 1995. – Т. 16. – № 3. – С. 90-101.
5. Малкина-Пых, И. Г. Экстремальные ситуации. – М. : Изд-во Эксмо, 2005. – 960 с.
6. Титаренко, Т. М. Психологія життєвої кризи / Т. М. Титаренко. – К. : Агропромвидав України, 1998. – 348 с.
7. Титаренко, Т. Життєві кризи: технології консультування. Перша частина. – К. : Главник, 2007. – 144 с.