

ВВЕДЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

На современном этапе развития общества, науки, появления новых высоких технологий повышается риск возникновения масштабных катастроф, аварий, бедствий, в связи с чем особую остроту приобретает поиск ресурсных возможностей специалистов, участвующих в ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, а именно - специалистов пожарно-спасательных формирований.

Профессия пожарного-спасателя, безусловно, одна из самых опасных. Ведь это и работа в экстремальных ситуациях, и риск для жизни, и огромная ответственность за других людей. В экстремальных ситуациях пожарному-спасателю необходимо оценить ситуацию, принять правильное решение и при этом иметь адекватное поведение. Эффективность профессиональной деятельности пожарных-спасателей зависит как от генетически обусловленных свойств личности, так и от профессионально важных качеств, знаний, умений и навыков, приобретенных в процессе деятельности.

Изучение особенностей профессии пожарного-спасателя и психофизиологических особенностей сотрудника пожарно-спасательной службы встречается в работах Нецкого Г.О., Леви М.В., Чурсина И.Г., Медведева В.И., Ефановой И.Н., Марьина М.И., Ловчана СИ. И др.);

Актуальность проблемы в том, что профессиональная деятельность специалистов пожарно-спасательных служб, обеспечивающих ликвидацию последствий чрезвычайных ситуаций, протекает в особых условиях и характеризуется воздействием значительного числа стрессогенных факторов, воздействие которых при недостаточном развитии профессионально важных качеств приводит к снижению эффективности выполнения деятельности, профессиональному выгоранию и психосоматическим нарушениям, а значит, приводит к ухудшению профессионально-психического здоровья специалиста в целом.

В связи с этим возникает потребность в диагностике профессионально – психического здоровья работников пожарно-спасательной службы МЧС с целью выявления тех индивидуально -психологических качеств и состояний личности, которые нуждаются в развитии или коррекции.

Цель: исследование профессионально- психологического здоровья специалистов экстремального профиля (на примере пожарных МЧС : бойцов отрядов ПЧ3 и ПЧ5)

Предмет: состояние эмоционального выгорания и наличие (отсутствие) невротических расстройств как важнейшие составляющие профессионально-психологического здоровья специалистов экстремального профиля (на примере пожарных МЧС : бойцов отрядов ПЧЗ и ПЧ5)

Объект: профессионально-психологическое здоровье специалистов экстремального профиля (на примере пожарных МЧС : бойцов отрядов ПЧЗ и ПЧ5)

Гипотеза: эмоциональная стабильность в сочетании с низким уровнем тревожности и невротических расстройств свидетельствуют о соответствующем задачам профессиональной деятельности уровне психического здоровья

Задачи исследования:

1. Рассмотреть профессионально-психическое здоровье как важный аспект здоровья личности
2. Представить профессионально важные качества личности сотрудников МЧС (на примере пожарных)
3. Раскрыть задачи психологической службы МЧС по обеспечению профессионального здоровья специалистов экстремального профиля
4. Эмпирически исследовать профессионально-психическое здоровье специалистов экстремального профиля на основе мониторинга , проведённого на группе пожарных МЧС (бойцов отрядов ПЧ№3 и ПЧ№5)

Методики исследования:

- Наблюдение за отношением и поведением пожарных (бойцов отрядов ПЧ№3 и ПЧ№5) во время проведения мониторинга состояния профессионально-психического здоровья специалистов экстремального профиля

- Диагностика эмоционального выгорания личности (Тест В.В Бойко)

- Клинический опросник для выявления и оценки невротических состояний (Яхин К.К., Менделевич Д.М.)

Эмпирической базой исследования послужило Федеральное Государственное Казенное Учреждение «3 Отряд Федеральной Пожарной Службы по Саратовской обл. » Общее количество участников исследования составило 20 человек.

Теоретическая значимость исследования заключается в обобщении и систематизации материала по проблеме профессионально-психологического здоровья специалистов экстремального профиля (работников пожарно-спасательной службы МЧС).

Практическая значимость исследования. Полученные данные могут быть использованы для разработки системы психологического обеспечения поддержания профессионально-психологического здоровья специалистов экстремального профиля (работников пожарно-спасательной службы МЧС).

Структура работы Структура дипломной работы: введение, 2 главы(теоретическая и эмпирическая), заключение, список литературы, приложение.

Пожарные-спасатели выполняют спасательные работы, связанные с пожаротушением, с наводнениями, с природными катастрофами и другими непредвиденными несчастными случаями, а также занимаются ликвидацией последствий несчастных случаев (например, дорожно-транспортное происшествие или нефтяное загрязнение). Спасательная работа опасная и требует доверительного сотрудничества – неправильное решение или поведение может поставить под угрозу здоровье, жизнь или имущество самого спасателя, или же здоровье, жизнь или имущество других людей.

В современных условиях труд пожарных стал несравнимо сложнее, напряженнее и опаснее, так как повсеместно связан с применением различных технических средств, вооружения и специальной техники. Работа пожарных частей связана со значительным физическим и нервно-психическим напряжением, вызванным высокой степенью личного риска, ответственностью за людей и сохранность материальных ценностей, с необходимостью принятия решения в условиях дефицита времени. Кроме того, деятельность пожарных протекает в крайне неблагоприятных условиях, характеризующихся повышенной температурой, наличием токсичных веществ в окружающей среде, что требует применения средств индивидуальной защиты. А периодические круглосуточные дежурства являются нарушением нормального режима сна и бодрствования, что способствует развитию патологических процессов. Эти обстоятельства способствуют не только развитию утомления, негативных функциональных состояний, но и могут быть причиной заболеваний и травматизма.

Всемирная Организация здравоохранения (Устав ВОЗ 1948 г.) определяет здоровье как состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов и в качестве критериев психического здоровья рассматривает следующие:

- осознание и чувство непрерывности, постоянства и идентичности своего физического и психического «Я»;
- чувство постоянства и идентичности переживаний в однотипных ситуациях;

- критичность к себе и своей собственной психической продукции (деятельности) и ее результатам;
- соответствие психических реакций (адекватность) силе и частоте средовых воздействий, социальным обстоятельствам и ситуациям;
- способность самоуправления поведением в соответствии с социальными нормами, правилами, законами;
- способность планировать собственную жизнедеятельность и реализовывать это;
- способность изменять способ поведения в зависимости от смены жизненных ситуаций и обстоятельств.

Б.С. Братусь выделил три уровня психического здоровья:

- уровень психофизиологического здоровья (определяется особенностями нейрофизиологической организации психических процессов);
- уровень индивидуально – психологического здоровья (характеризуется способностью к использованию адекватных способов реализации смысловых устремлений);
- уровень личностного здоровья (это наивысший уровень, который определяется качеством смысловых отношений человека) [56].
 - Социальное психологическое здоровье определяется степенью профессиональной самореализации человека. Профессиональное самоопределение социального уровня характеризуется влечением к сотрудничеству, желанием следовать нормам, трудолюбием. Смысл жизни на данном уровне определяется стремлением к доверительным отношениям, защищенности и ответственности. Профессиональная деятельность (согласно исследованиям М.Я. Дворецкой) характеризуется стремлением к социальной стабильности, являющейся следствием жизненного и профессионального выбора с избеганием фрустрирующих ситуаций и бесполезной, бессмысленной деятельности [там же].

Профессионально важные качества (ПВК) — это индивидуальные свойства субъекта деятельности, которые необходимы и достаточны для реализации этой деятельности на нормативно заданном уровне. В структуре ПВК можно выделить совокупность следующих психических особенностей: особенности когнитивных процессов (сенсорно-перцептивные, аттенционные, иммажитивные, мыслительные, мнемические, психомоторные и интеллект);

индивидуально-психологические особенности личности (темперамент, характер, эмоционально-волевые свойства и т.д.);

Предполагается, что содержание ПВК для конкретной деятельности, степень их выраженности и особенности развития, а также формирование комплекса ПВК обуславливают эффективность и надежность деятельности человека.

Труд пожарных-спасателей относится к тем видам деятельности, отличительной особенностью которых является постоянное столкновение с опасностью. Чрезвычайные обстоятельства, являющиеся неотъемлемой частью профессионального опыта пожарных, создают экстремальные условия их деятельности в связи с угрозой для жизни, физического и психического здоровья сотрудников, а также с угрозой жизни, здоровью, благополучию окружающих, с массовыми человеческими жертвами и значительными материальными потерями.

Профессия пожарного характеризуется следующими особенностями: травмирующими ситуациями, стрессовыми воздействиями и постоянной готовностью к риску.

В связи с особенностями трудовой деятельности пожарный спасатель должен обладать определенными профессионально важными качествами: смелость, способность брать на себя ответственность в сложных ситуациях, уверенность в себе, способность принимать правильное решение при недостатке необходимой информации, при отсутствии времени на ее осмысление, способность к длительному сохранению высокой активности; умение распределять и переключать внимание при выполнении нескольких действий, функций, задач, хорошая память, уравновешенность, самообладание при конфликтах, склонность к риску и т. д. Отсутствие или недостаточное развитие этих качеств снижает эффективность профессиональной деятельности.

На основании анализа сводных данных степени выраженности эмоционального выгорания и признаками психологического здоровья была обнаружена корреляционная связь между ЭВ и невротических состояний (показатели близки к пяти).

Таким образом, полученные данные свидетельствуют о удовлетворительном профессионально-психическом здоровье отдельных категорий исследуемых (специалистов экстремального профиля - на примере пожарных МЧС : бойцов отрядов ПЧЗ и ПЧ), обусловленном характером профессиональной деятельности. Изложенные факты также говорят о том, что необходима разработка стратегий профилактики и коррекции психического нездоровья

пожарных, а так- же комплексных программ государственного уровня, направленных на оздоровление профессиональной среды, повышение социально-экономического статуса пожарных с целью сохранения и укрепления психического здоровья, улучшения качества оказываемой помощи населению.

Психологические рекомендации:

1. Групповые консультации (тренинги , проходящие в отрядах)
2. Деловые игры по разрешению проблем приближенных к реальным жизненным профессионально- трудовым проблемам.
3. Снятие напряжения в в комнате психоэмоциональной разгрузки.
-комната психоэмоциональной разгрузки способствует своевременному проведению профилактических и реабилитационных мероприятий с личным составом. Аппаратные методы работают на предупреждение и снятие физической усталости и психологического утомления в условиях служебной деятельности, на повышение функциональных возможностей организма, профилактику психосоматических заболеваний, предупреждение последствий профессионального стресса и сохранение здоровья.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исходя из цели нашего исследования – исследование профессионально-психологического здоровья специалистов экстремального профиля, *мы диагностировали*

Нами была предложена рабочая гипотеза исследования:

«эмоциональная стабильность в сочетании с низким уровнем тревожности и невротических расстройств свидетельствуют о соответствующем задачам профессиональной деятельности уровне психического здоровья»

В ходе данного исследования разрешились следующие задачи:

1. Теоретический анализ профессионально-психического здоровья как важный аспект здоровья личности

2. Представить профессионально важные качества личности сотрудников МЧС (на примере пожарных)

В связи с особенностями трудовой деятельности пожарный спасатель должен обладать определенными профессионально важными качествами: смелость, способность брать на себя ответственность в сложных ситуациях, уверенность в себе, способность принимать правильное решение при недостатке необходимой информации, при отсутствии времени на ее осмысление, способность к длительному сохранению высокой активности; умение распределять и переключать внимание при выполнении нескольких действий, функций, задач, хорошая память, уравновешенность, самообладание при конфликтах, склонность к риску и т. д. Отсутствие или недостаточное развитие этих качеств снижает эффективность профессиональной деятельности.

1. Раскрыть задачи психологической службы МЧС по обеспечению профессионального здоровья специалистов экстремального профиля :

1 Организация и осуществление мероприятий, направленных на профессиональный и психологический отбор кадров в системе МЧС России.

2 Организация и осуществление мероприятий, направленных на проведение психологической экспертизы профессиональной пригодности специалистов МЧС России.

3. Организация и осуществление периодических (мониторинговых) психологических обследований специалистов МЧС России с целью выявления

психологических последствий профессиональной деятельности в условиях стресса и профилактики неблагоприятных психологических состояний.

4 Организация и осуществление мероприятий по психологической диагностике стрессовых расстройств в постэкспедиционный период.

5 Организация и проведение мероприятий, направленных на психологическую реабилитацию специалистов МЧС России.

6 Организация и проведение мероприятий, направленных на психологическую подготовку специалистов МЧС России к выполнению профессиональной деятельности в экстремальных условиях в общей системе подготовки и обучения.

7 Организация психологической подготовки современного руководителя в области управления кризисами в рамках обучения в образовательных учреждениях МЧС России.

8 Участие в единой системе обучения населения в области гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций в части, касающейся психологической подготовки.

9 Организация и осуществление мероприятий по оказанию экстренной психологической помощи пострадавшим в результате чрезвычайных ситуаций, персоналу, работающему в условиях ликвидации последствий стихийных бедствий и катастроф, специалистам МЧС России.

10 Разработка методической базы для решения задач, стоящих перед психологической службой.

11 Организация научно-практической деятельности в области психологии экстремальных ситуаций.

2. Эмперически исследовать профессионально-психическое здоровье специалистов экстремального профиля на основе мониторинга , проведённого на группе пожарных МЧС (бойцов отрядов ПЧ№3 и ПЧ№5) На основе методик мониторинга была выявлена корреляционная связь между эмоциональным здоровьем и невротическим состоянием (примерно пяти процентная связь),полученные данные реализовались с помощью следующих методик исследования :

1.Диагностика эмоционального выгорания личности (В.В Бойко)

2. Клинический опросник для выявления и оценки невротических состояний (Яхин К.К. Менделеевич Д.М)

На основании анализа сводных данных степени выраженности эмоционального выгорания и признаками психологического здоровья была обнаружена корреляционная связь между ЭВ и невротических состояний (показатели близки к пяти).

Труд пожарных-спасателей относится к тем видам деятельности, отличительной особенностью которых является постоянное столкновение с опасностью. Чрезвычайные обстоятельства, являющиеся неотъемлемой частью профессионального опыта пожарных, создают экстремальные условия их деятельности в связи с угрозой для жизни, физического и психического здоровья сотрудников, а также с угрозой жизни, здоровью, благополучию окружающих, с массовыми человеческими жертвами и значительными материальными потерями.

Профессия пожарного характеризуется следующими особенностями: травмирующими ситуациями, стрессовыми воздействиями и постоянной готовностью к риску.

Таким образом, анализ литературы показал, что профессия пожарного спасателя имеет специфические особенности, основными из которых являются: высокий уровень опасности, высокий уровень травматизации, высокий уровень стрессогенности, рискованность, высокий уровень ответственности, неопределенность ситуации, действия в условиях ограниченного пространства и дефицита времени.

Все это и предопределяет развитие высоких требований к профессионально важным качествам пожарных-спасателей

Работа психологической службы помогает сотрудникам боевого расчёта (пожарным) сохранять своё психологическое здоровье, организовывать мероприятия, осуществляемые Службой по психологической диагностике (профессиональный психологический отбор, постэкспедиционные обследования, периодические психодиагностические обследования, участие в работе по аттестации, переаттестации, психологической экспертизе) и психологической подготовке, обязательны для сотрудников МЧС России, принимающих участие в ликвидации последствий стихийных бедствий и катастроф.

Эмоциональная стабильность необходима в профессиональной деятельности пожарного-спасателя. В исследовании выявлено, что подавляющее большинство работников обладают очень высоким уровнем эмоциональной стабильности. Они трезво смотрят на различные ситуации, безэмоционально, полагаясь на логический разум, оценивают их, что облегчает процесс принятия решений и выполнения пожарно-спасательных работ.

У большинства пожарных-спасателей выявлен очень низкий уровень тревожности, что так же помогает им в их профессиональной деятельности, как в ситуациях ожидания вызова, так и в проведении пожарно-спасательных работ.

Список литературы :

1. Приказ МЧС России от 25. 04. 2003 г. № 218 «О создании психологической службы МЧС России».
2. Министерство Российской Федерации По Делах Гражданской Обороны, Чрезвычайным Ситуациям И Ликвидации Последствий Стихийных Бедствий Государственное Учреждение «Центр Экстренной Психологической Помощи Мчс России»
3. *Яхин К.К., Менделевич Д.М. Клинический опросник для выявления и оценки невротических состояний / Клиническая и медицинская психология: Учебное пособие. Ред. В.Д.Менделевич. – М., 2005. С.432*
4. Диагностика эмоционального выгорания личности (В.В.Бойко) / Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. — М., Изд-во Института Психотерапии. 2002.
5. Сидоров П. Синдром эмоционального выгорания / П. Сидоров Медицинская газета, № 43 – 8 июня 2005.
6. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психодиагностике.—СПб.: Питер, 2001
7. Вассерман Л.И., Абабков В.А., Трифонов Е.А. *Совладание со стрессом. Теория и практика: учебно-методическое пособие/под. ред. Л.И. Вассермана. -СПб.: Речь, 2010. -192 с.*
8. *Малкина-Пых, И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. -М.: Эксмо, 2005.*
9. Психологическая устойчивость человека в чрезвычайных ситуациях: учебное пособие / сост. Д. Р. Мерзлякова. – Ижевск: Изд-во «Удмуртский университет», 2014. – 205 с
10. Самоненко Ю.А., Жильцова О.А., Самоненко И.Ю. дидактический смысл принципов деятельностной теории психики А.Н. Леонтьева.

// национальный психологический журнал. – 2013. – № 4(12). – с. 03-10.

11. Кулагин Й.К. Актуальные проблемы стресса, Кишинев. 1976. - С.132-151.
12. Пономаренко В.А. Психофизиологические основы подготовки летного состава к действиям в нестандартных ситуациях / В.А. Пономаренко // Авиакосмическая и экологическая медицина. 1992. -Т.26. - №3. - С. 18-24.
13. Фурдуй Ф.И. Стресс и адаптация. К механизму их возникновения // Сб. научных трудов / Нервные и эндокринные механизмы стресса, Кишинев. 1980. - С. 210-221.f
14. Учебник спасателя / Шойгу С.К. и др., под общей редакцией Ю.Л. Воробьева. – М.: 1997.
15. Охрана труда спасателя / Шойгу С.К. и др., под общей редакцией Ю.Л. Воробьева. – М.: 1998.
16. Профессиональный психологический отбор в высших и средних учебных заведениях системы МЧС России Бобровницкая М. М. Журнал «Технологии гражданской безопасности» Выпуск № 2 / том 4 / 2007
17. Психологические требования к сотруднику ГПС МЧС России Пожарная безопасность \\ 09.04.2012 17:09
18. Александровский Ю.А. Психические расстройства во время чрезвычайной ситуации // Психиатрия и психофармакотерапия. - 2001. -Т. 3. -№4. -С. 32-39.
19. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных / Под общей ред. Ю.С. Шойгу. -М.: Смысл, 2007.
20. Психиатрия чрезвычайных ситуаций: руководство. Т. 1 / Ред. Т.Д. Дмитриева; Мин. здрав. и соц. развития РФ, Гос. науч. центр соц. и судеб. психиатрии им. В.П. Сербского. -М., 2004.