

## **ЗМІНИ ОСОБИСТОСТІ ПІД ВПЛИВОМ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ**

**Шеленкова Н.Л.**

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології  
Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини  
м. Умань, Україна*

Початок ХХІ століття характеризується багатьма змінами в суспільному житті нашої країни. Ці зміни обумовлені розвитком економіки, зрушеннями у науці, культурі, політиці. Але, окрім досягнень та вдосконалень, нові часи несуть й нові проблеми, що пов'язані з негативним впливом на психіку людини екстремальних умов окремих видів професійної діяльності. Однією з таких проблем, що потребує свого вирішення, є пошук шляхів подолання негативних наслідків надзвичайних ситуацій, техногенних аварій, військових конфліктів та інших стресогенних ситуацій. Особливої уваги в цьому питанні потребує такий аспект як наявність психологічних та психічних змін в структурі особистості, що виникають внаслідок перебування людини в екстремальних умовах.

Екстремальними в побутовому спілкуванні найчастіше називають ситуації, що загрожують здоров'ю та життю людини. Більш точно екстремальні ситуації можна визначати як несприятливий, складний стан умов людської життєдіяльності, що набув для окремої особи або групи осіб особливої значимості; це об'єктивно складні умови діяльності, що сприймаються й оцінюються як напружені чи небезпечні. Це – зовнішня, об'єктивна сторона проблеми. Суб'єктивно екстремальні ситуації набувають форми *екстремальності* – особливого стану людської психіки (екстремум-стану), спричиненого незвичними чи екстраординарними умовами, що породжують підвищену тривожність та особливу емоційну напруженість. Виходячи з усього вищевикладеного, перерахуємо основні характеристики надзвичайної ситуації:

- це ситуація крайня, з дуже сильним впливом, що виходить за межі діапазону можливостей людини;

- це ускладнені умови діяльності, які суб'єктивно сприймаються, розуміються і оцінюються людиною як важкі, небезпечні тощо;
- ситуація викликає виникнення досить складного для суб'єкта складного психічного стану;
- надзвичайна ситуація веде до появи стану динамічної неузгодженості і вимагає максимальної мобілізації ресурсів організму;
- ситуація викликає негативні функціональні стани, порушення психологічної регуляції діяльності, що знижує ефективність і надійність діяльності;
- людина опиняється в ситуації неможливості реалізації своїх мотивів, прагнень, цінностей, інтересів.

Надзвичайна ситуація небезпечна для життя і здоров'я, несприятлива для функціонування психіки людини. Фактори, які породжують психічну напруженість, можуть мати позитивний, мобілізуючий або негативний, дезорганізуючий вплив на людину.

Розглянемо позитивні зміни в емоційній сфері особистості, як ресурсний стан, що викликаються дією таких ситуацій. На думку В.Г. Андросюк, до таких змін належать[1, с. 179]:

1) зниження порогів відчуттів, прискорення чутливих і рухових реакцій. Людина виявляє здатність до більш точної оцінки подразників, швидко реагує на всі зміни умов навколишнього оточення; 2) зниження стомлюваності, зникнення або притуплення почуття втоми. У людини підвищується витривалість і працездатність, виявляється невибагливість в дискомфортних ситуативних умовах; 3) підвищення готовності до рішучих і сміливих дій. Виявляються вольові якості, етап прийняття рішення скорочується, прогнозування розвитку ситуації оптимально поєднується зі здоровим ризиком; 4) активізація ділових мотивів, почуттів боргу. У людини виникає ділове збудження, кінцева і проміжна мета діяльності визначаються чітко й однозначно; 5) активізація пізнавальної діяльності. Людина проявляє гостроту сприйняття, активно включає резерви оперативної та довготривалої пам'яті.

Актуалізуються творчі здібності, мислення характеризується динамічністю, гнучкістю, активним пошуком нестандартних рішень. Широко застосовується інтуїція; 6) прояв інтересу, ентузіазму. При рішенні завдань у людини мобілізуються її психологічні можливості і спеціальні здібності.

Щодо негативного впливу надзвичайної ситуації, Яковенко С.І. окремо виділяє групу дезорганізуючих “викривлених реакцій”: 1) неадекватна гіперактивність без почуття втрати; 2) відчуття наявності в собі симптомів захворювання померлого родича іпохондричного чи істеричного походження; 3) загострення хронічних соматичних захворювань; 4) зміни у стосунках з родичами, друзями; 5) виникнення ворожого ставлення до певних осіб; 6) психічний стан, типовий для шизоїдних осіб; 7) зміна звичних стереотипів поведінки; 8) аутоагресивна поведінка, яка завдає шкоди здоров’ю, соціальному чи економічному статусу; 9) тривожно-депресивний стан (ажитація, розлади сну, почуття нікчемності, бажання понести покарання, думки про самогубство) [2].

Отже, враховуючи вищевикладене, можемо говорити про те, що певна ситуація стає для особи надзвичайно значимою, причому безвідносно до того, містить вона реальну небезпеку чи така небезпека лише уявна: екстремальність є суб’єктивним переживанням реальної дійсності. Тому не виключено, що одна й та ж ситуація різними людьми буде усвідомлюватися як екстремальна і ординарна; об’єктивно екстремальна ситуація сприйматиметься конкретною особою як штатна і, навпаки, об’єктивно безпечна – як екстремальна.

### **Література:**

1. В.Г. Андросюк В.Г. Юридична психологія : Підруч.для студ. / В.Г. Андросюк, Л.І. Казміренко, Я.Ю. Кондратьєв, М.В. Костицький, С.А. Тарарухін, Г.О. Юхновець : ред. : Я.Ю. Кондратьєв; Нац. акад. внутр. справ України. – К.: Ін Юре, 2000. – 351 с. – укр.

4. Яковенко С.І. Психологія людини за умов радіоекологічного лиха. – К.: Чорнобильінтерінформ, 1996. – 173 стор. – Бібліогр.: 310 назв.