

## ПСИХОПРОФІЛАКТИКА ВИНИКНЕННЯ НЕГАТИВНИХ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ У ПРАЦІВНИКІВ ОВС, ЯКІ ВИКОРИСТАЛИ ТАБЕЛЬНУ ВОГНЕПАЛЬНУ ЗБРОЮ

Оперативно-службова діяльність в системі ОВС ставить високі вимоги як до професійної майстерності, так і до особистих якостей працівників, тому що вона здійснюється, як правило, з високим нервовим напруженням, психічними перевантаженнями, у складних і конфліктних умовах. Наявність небезпечних ситуацій, що становлять потенційну загрозу життю громадян і самих працівників, вимагає практично від кожного працівника правоохоронних органів постійної уваги і готовності в будь-який момент діяти навіть із застосуванням зброї. Застосування вогнепальної зброї працівниками міліції регламентовано статтями 12, 15 та 15<sup>1</sup> Закону України “Про міліцію” [1].

Застосування спеціальних засобів або табельної вогнепальної зброї працівниками ОВС, з одного боку, – це повноваження міліції, що, як ніякі інші, глибоко проникають у закріплену Конституцією України сферу прав громадян і пов'язані з високим ризиком спричинення тяжких і незворотних наслідків, аж до позбавлення людини життя. З другого боку – це дієвий засіб захисту законних інтересів правослужняних громадян, зокрема працівників ОВС, від суспільно небезпечних посягань з боку осіб, які свідомо й грубо порушують закон.

Застосування табельної вогнепальної зброї працівником ОВС буває правомірним або неправомірним. Саме від правової оцінки, від наслідків застосування зброї працівником (загибель особи, яку переслідують, сторонньої особи або її поранення), а також від ставлення до інциденту колег і керівників залежить психічний стан працівника ОВС після застосування зброї.

При правомірному застосуванні табельної вогнепальної зброї, якщо поранено або вбито особу, яку переслідують, працівник ОВС буде відчувати впевненість у своїх діях і в собі, всі негативні його відчуття не будуть такими гострими, як у того, хто неправомірно застосував зброю. При неправомірному застосуванні зброї, особливо при вбивстві особи, яка підозрюється у скоєнні злочину, у працівника ОВС виникне страх перед правовими наслідками свого вчинку, тривога за своє майбутнє та майбутнє своєї сім'ї; почуття ізоляваності від інших людей, у тому числі й від колег; нав'язливі згадки про інцидент; зниження самооцінки, думки про свою винуватість, аутоагресія; різноманітні емоційні реакції, включаючи провину, відчуженість, роздратованість, злість, ніяковість, депресію, схвильованість тощо. Тому, психопрофілактика виникнення негативних емоційних станів у працівників ОВС, які використали табельну вогнепальну зброю, стає все найбільш актуальною для науковців та психологів.

Загальні аспекти емоційної сфери людини, її сутності та витоків глибоко досліджені вітчизняними та зарубіжними вченими (Л.М. Аболін, А.Г. Амбрумова, А. Ассінгер, Ф.Б. Березін, О.О. Бодальов, І.Б. Бойко, Л.Ф. Бурлачук, Изард, Е.Кэррол, С. Керрол, С.Л. Кравчук, І.В. Крук, Л.В. Куликов, Н.Ю. Максимова, Л.О. Пережогін, Ф. Ріман, Д. Річардсон, С.Я. Рубинштейн, А.М. Столяренко, Б.В. Шостакович, Э. Фромм та ін.).

Психологічні емоційно-вольові особливості працівників ОВС, знайшли своє відображення в дослідженнях В.Г. Андросюка, Л.М. Балабанової, В.І. Барка, А.Ф. Зелінського, В.О. Лефтерова, В.С. Медведева, Т.Р. Морозової, О.М. Морозова, В.М. Синьова, О.В. Тимченка, С.І. Яковенка та ін.

Означена стаття має дати опис досвіду психопрофілактичної роботи з працівниками ОВС після застосування табельної вогнепальної зброї.

Факт застосування зброї працівником ОВС є тяжким внутрішньо-особистісним конфліктом і життєво складною психологічною проблемою для особистості [2]. Тому після використання працівником вогнепальної зброї (особливо з тяжкими наслідками) великого значення набуває проблема соціально-психологічної підтримки, допомоги.

На наш погляд, основними завданнями психологічної допомоги працівникам ОВС після використання ними табельної вогнепальної зброї є створення умов для “очищення” психіки працівника від слідів стресу, шоку й первинної дезадаптації та створення умов для саморозкриття життєвих перспектив особистості. Психологічна допомога працівникам ОВС у цьому випадку включає систему заходів, направлених на відновлення, корекцію і компенсацію порушених психічних функцій і станів.

Двома важливими напрямками психологічної допомоги працівнику ОВС після використання або застосування ним табельної вогнепальної зброї є психологічна підтримка під час проведення службового розслідування та психологічна допомога після службового розслідування. Для забезпечення першого напрямку психологи ОВС повинні насамперед під час психологічної підготовки працівників ОВС провести заняття щодо психологічних аспектів використання табельної вогнепальної зброї працівником ОВС та правил поведінки з працівником ОВС, який застосував зброю. Під час службового розслідування психолог повинен провести інструктаж колег працівника, який застосував зброю, та керівного складу відповідного органу (підрозділу) стосовно шляхів психологічної підтримки. обов'язковою є й бесіда психолога з сім'єю працівника.

Другим напрямком психологічної допомоги є безпосередня робота психолога з працівником ОВС, який використав зброю. Ми вважаємо, що серед загальних методів психологічної допомоги працівникам ОВС після застосування табельної вогнепальної зброї слід виділити, зокрема, такі: психотерапію, психопрофілактику, психокорекцію, тренінги, сеанси релаксації, аутотренінг, психологічне саморозслаблення та самообілізація, психологічні дебрифінги, прогностичну роботу та психогігієну. Залежно від розвитку негативного емоційного стану працівника ОВС використання тих або інших методів психологічної допомоги повинно носити індивідуальний характер.

При груповій участі працівників ОВС в екстремальній ситуації з використанням табельної вогнепальної зброї ми пропонуємо використовувати психологічний дебрифінг (англ. debriefing – доповідь після повернення із завдання). Цей метод дозволяє

знизити гостроту емоційного сприйняття екстремальної ситуації, зменшити рівень індивідуальної та групової психологічної напруги та покращити моральний і психологічний стан учасників події. Групове обговорення ситуації, пов'язаної із застосуванням зброї, сприяє з'ясуванню причин, які викликали стрес, усвідомленню дій, необхідних для подолання страху [3].

Перевага цього методу полягає в тому, що він створює умови для самовираження та формування впевненості у собі працівника в умовах взаємної підтримки; надає можливість обміну досвідом у мобілізації ресурсів для подолання стресу; дозволяє зрозуміти природу посттравматичного стресу, його прояви і загальні способи подолання для того, щоб використовувати ці знання тепер та при можливих нових драматичних інцидентах.

Проте сам по собі дебрифінг не заперечує необхідності надання індивідуальної професійно-медичної і психологічної допомоги окремим працівникам. Вимога продовження психореабілітаційних заходів передбачає більш глибоку психологічну оцінку наслідків застосування табельної вогнепальної зброї в складних, екстремальних умовах.

У групі й індивідуально можна використовувати аутотренінг (Шульц). Метод аутогенного тренування після застосування працівниками ОВС табельної вогнепальної зброї є дуже ефективним, зважаючи на те, що він використовує три канали впливу на мимовільні функції. Визначені словесні формулювання, що пов'язані з уявленням про м'язове розслаблення, відчуття ваги та тепла в тих чи інших м'язових групах, і багаторазово відтворення цих уявлень, надає можливість свідомо домагатися глибокого м'язового розслаблення. Останнє, в результаті висхідних нервових впливів, змінює стан центральної нервової системи. У корі головного мозку значно поширюється гальмовий процес й особистість в цей момент перебуває у стані глибокого спокою. Уже сама здатність розслабитися сприяє прискоренню відновлення нервово-м'язової працездатності.

Завдання аутогенного тренування полягає в тому, щоб забезпечити адекватність і економічність поведінкових реакцій під час виконання професійних обов'язків, уміння розслабитися є корисним як для збереження психічного здоров'я після використання табельної вогнепальної зброї працівниками ОВС, так і в повсякденному житті. Аутогенне тренування відіграє важливу роль у психологічній підготовці працівників ОВС.

Вітчизняні автори (О.Г. Папанов, Г.С. Беляєв, В.С. Лобзін, І.А. Копитова) розробили оригінальний комплекс вправ вищого ступеня аутотренінгу. Їх концепція базується, в першу чергу, на психофізіології емоцій. Центральними в комплексі цього методу є прийоми навмисного моделювання емоцій. Загальними прийомами моделювання настрою автори вважають управління м'язовим тонусом (типа прогресуючої м'язової релаксації Ж. Джекобсона), вправи сюжетного уявлення та так звані вправи самоствердження.

Після використання вогнепальної табельної зброї працівниками ОВС у них виникає надмірна нервово-психічна напруга, тривога, погіршується сон, психологічний і фізичний стан. Для адаптації таких працівників ОВС до нових умов існування, ми можемо запропонувати релаксацію М. Шлепечького. Для переборення стресових станів доцільно використовувати такі методи: “Антистресову релаксацію”, розроблену Всесвітньою організацією

охорони здоров'я; “Прищеплення проти стресу” Мейхенбаума; методіку групових занять з психорегуляції психічних станів, що розроблена американським психотерапевтом Джанетт Рейнуотер; аутотренінг Гербертона Бенсона; тренінгові вправи з візуалізації й актуалізації; техніку парадоксальної інерції, що запропонована В.Франклом; “Керовану саморегуляцію” А.Алієва.

Психологічні саморозслаблення та самооблізація являють собою дуже ефективні заходи з відновлення сил після використання табельної вогнепальної зброї. Працівник ОВС повинен уміти оцінювати свій загальний фізичний й психологічний стан і свідомо впливати на нього.

Саморегуляція і самопомога сприяють подоланню постстресових порушень, що сприяє мінімізації негативних наслідків, поліпшенню самопочуття, переробці травматичного переживання й інтегруванню його в позитивний життєвий досвід особистості.

Важливим методом психологічної допомоги працівникам ОВС після використання табельної вогнепальної зброї є прогностична робота психологічної служби, що заснована на розробці, апробації та застосуванні моделей поведінки групи й особистості в різних умовах, проектуванні змісту і напрямків індивідуального розвитку особи та складанні на цій основі подальших життєвих планів, визначенні тенденцій взаємин тощо.

Ми охарактеризували основні методи, які можуть використовуватися для психологічної допомоги працівникам після використання табельної вогнепальної зброї, зокрема, психологами центрів практичної психології управлінської роботи з персоналом МВС України.

На нашу думку, в аналізованому випадку психологічна допомога працівнику ОВС повинна здійснюватися у комплексі з психодіагностичною, психопрофілактичною, прогностичною, консультативною роботою психологів ОВС.

Важливою умовою для здійснення психологічної допомоги працівникам ОВС після застосування табельної вогнепальної зброї є добровільна участь працівника, мотиваційна зацікавленість та самостійність при виборі запропонованих методів. Методи психологічної допомоги, що пропонує психолог, не повинні нав'язуватися. Вибір психологом тих або інших методів для здійснення психологічної допомоги залежить від таких чинників:

- правомірності застосування зброї;
- наслідків застосування зброї;
- психоемоційного стану працівника після застосування зброї;
- особистісних рис характеру й емоційно-вольових якостей працівника;
- бажання та мотиваційної спрямованості особи щодо процедури психологічної допомоги;
- упевненості працівника в доцільності проходження психологічної допомоги;
- довірливих стосунків з психологом;
- психологічної компетентності працівника тощо.

Ефективність того чи іншого методу, що використовується для психологічної допомоги працівникам ОВС після застосування табельної вогнепальної зброї, залежить не тільки від названих умов, але й від ступеня коригованості особистості [4].

Слід відмітити також залежність ефективності методів означеної психологічної допомоги від фази

розвитку негативного емоційного стану особистості. Ми виділяємо такі фази негативного емоційного стану особи, яка застосувала зброю:

- 1) тривоги й усвідомлення того, що відбулося;
- 2) накопичення та взаємозбагачення негативних емоцій;
- 3) емоційного вибуху (криза);
- 4) виснаження та поступової регенерації (видужання).

Вбачається, що психологічну допомогу працівнику ОВС бажано надати відразу ж після негативної події: краще припинити “захворювання” ще на його початку. На першій фазі розвитку негативного емоційного стану працівнику допоможуть сугестивні методи, раціоналізація того, що відбулося. Можна запропонувати аутотренінг, релаксацію, тренінгові вправи: “Впевненість”, “Спокій”, “Зняття тривоги” тощо.

Друга фаза розвитку негативного емоційного стану – “накопичення та взаємозбагачення негативних емоцій” залежить від того, наскільки процеси гальмування особистості переважають над процесами збудження, та від обсягу накопичених негативних емоцій. За динамікою протікання ця фаза може бути поступовою, тривалою, швидкою, повільною, залежати від індивідуального емоційного складу особистості, ступеня емоційного сприйняття, глибини душевного переживання, особистісної значимості цієї події та від того, який зміст вкладає особа в те, що трапилося. У цій фазі іноді може здаватися, що вже ніщо не допоможе цій людині, але тут треба виявити наполегливість, допомагати та терпляче чекати, коли особа сама буде готова вийти з негативного емоційного стану.

Якщо своєчасно не допомогти працівникові, який використав табельну вогнепальну зброю, то в разі пере накопичення взаємозбагачених негативних емоцій у нього може виникнути емоційний вибух. Залежно від структури характеру особистості негативний емоційний вибух може бути спрямований: проти інших людей (імпульсивні агресивні дії, негативізм, реакція ворожості, роздратованість, прояви люті), проти себе (аутоагресія, спроба самогубства), проти предметів (особа пошкоджує все, що потрапляє під руки). На цій фазі негативні емоції переповнюють особистість, вони переважають над розумом. Емоційне відреагування працівника іноді супроводжується великим душевним болем. У цей період психологічна допомога повинна бути спрямована на полегшення негативного емоційного стану, на пом'якшення емоційного відреагування особистості. Якщо особа на цій фазі розвитку негативних емоційних проявів не пройде психологічну реабілітацію, то негативний емоційний стан особистості може стати хронічним, з періодами ремісії та рецидиву.

На останньому етапі розвитку негативного емоційного стану у працівника ОВС, який застосував зброю, після фази емоційного вибуху настає фаза виснаження та поступової регенерації. На цьому етапі психологічна допомога повинна мати

супроводжуючий характер, сприяти закріпленню “видужання” особистості.

Виходячи з аналізу літератури й особистого досвіду психологічної роботи з особами, які схильні до девіантних форм поведінки, ми сформуваємо такі основні принципи та правила роботи:

1. Принципи:
    - науковості, об'єктивності, компетентності, комплексності;
    - юридичної правомірності;
    - добровільності;
    - конфіденційності та дотримання норм професійної етики, деонтології та прав людини;
    - відповідальності, неупередженості тощо.
  2. Правила:
    - демонстрація впевненості психолога в тому, що він у змозі допомогти;
    - ні в якому разі не можна запрошувати працівника на бесіду через третіх осіб;
    - не нав'язувати психологічну допомогу;
    - шукати “ключі довір'я”;
    - бути терплячим;
    - виражати повагу до світогляду особистості;
    - виявляти емпатійність у ставленні до особи;
    - “не нашкодити, а допомогти”;
    - вміння слухати та чути;
    - отримувати інформацію про емоційний стан працівника з декількох джерел (від колег по роботі, дружини, керівника);
    - спостереження за поведінкою працівника здійснювати непомітно;
    - у процесі бесіди доцільно не вести ніяких записів, не перебивати, не дивитися на годинник та не займатися будь-якими побічними справами. Треба всім своїм виглядом показувати, що важливіше цієї бесіди для психолога нічого зараз не існує;
    - при значних негативних змінах – негайно направляти працівника міліції до центру психіатричної допомоги.
- Ми вважаємо, що попередження девіантної поведінки серед працівників ОВС і формування професійно-психологічної готовності до правомірного застосування сили у службовій діяльності є головними напрямками психопрофілактики у практичній діяльності психологічної служби Центрів практичної психології ГУВС (УМВС, УМВСТ).
- Зважаючи на зазначене, доречно визначити формування професійно-психологічної готовності до правомірного застосування сили в службовій діяльності в курсантів і працівників ОВС зі схильністю до неправомірних форм агресивної поведінки як складний, тривалий, багатокомпонентний процес, який залежить у першу чергу від самої особистості, тобто від її свідомості та мотивованості щодо необхідності зміни негативних форм поведінки.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Закон України “Про міліцію” від 20. 12. 1990 р. № 565-ХІІ Доповнення в законі. – Наказ МВС від 28.08.92р. № 444.
2. Малічевський В.І. Психологія застосування вогнепальної зброї на ураження: деякі соціокультурні та практичні аспекти // Наукові записки. – Остерг, 2003. – Вип.2. – С. 191-195.

3. Изард. Кэррол Е. Эмоции человека / Под ред. Л.Я. Гозмана, М.С. Егоровой. – М.: Московский университет, 1980. – С. 302-304.

4. Леонгард К. Акцентуированные личности: Пер. с нем. – Ростов н/Д.: «Феникс», 1997. – 544 с.

5. Доповідна записка ГУРОС МВС України “Про практику застосування вогнепальної зброї, факти небережного поведінка зі зброєю та втрати табельної

зброї працівниками органів та підрозділів внутрішніх справ України”. – К.: МВС України, 1998.

Подано до редакції 27.10.05

#### РЕЗЮМЕ

В данной статье автор выделил фазы негативного эмоционального состояния личности, которая применила табельное огнестрельное оружие и рассмотрела зависимость методов психологической помощи от фазы переживания им критического инцидента.

#### SUMMARY

The author specifies the phases of negative emotional state of a person who applied authorised shooting arms, and investigates dependence of psychological help methods on the phase of experiencing critical incident.

---