

5. Сушенцева Л. Л. *Формування професійної мобільності майбутніх кваліфікованих робітників у професійно-технічних навчальних закладах: теорія і практика : монографія / Лілія Леонідівна Сушенцева ; за ред. Н. Г. Ничкало ; Інститут професійнотехнічної освіти НАПН України. – Кривий Ріг : Видавничий дім, 2011. 439 с.*

**Дацько Олександра Сергіївна, Романів Анна Степанівна,
Витрикуш Наталя МIRONІВНА, Параняк Надія Михайлівна**

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗАХИСТ ОСОБИСТОСТІ ПРИ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ

Державна політика України у сфері захисту населення від надзвичайних ситуацій мирного та воєнного стану здійснюється згідно Кодексу цивільного захисту України. У розділі III цього Закону визначаються задачі, які ставляться перед цивільним захистом, і серед них одною з важливих є психологічний захист людей (стаття 38), які потрапили в екстремальну подію, а також тих, які здійснюють надання допомоги, тобто рятувальників.

Забезпечення психологічного захисту населення покладається на психологів Державної служби України з надзвичайних ситуацій (ДСНС). Їх діяльність направлена на зменшення та нейтралізацію негативних психічних станів і реакцій серед населення у разі загрози та при виникненні надзвичайних ситуацій. Соціально-політичні зміни, які відбуваються в Україні останні 5 років ставлять нові запити як перед основними виконавцями надання психологічної допомоги та первинної психологічної реабілітації в умовах надзвичайної ситуації, так і перед пересічним населенням, оскільки в екстремальні події втягнута більшість населення нашої держави.

Стаючи свідком надзвичайної події людина перебуває у сильному психологічному напруженні і від її поведінки в такі моменти часто залежить чи буде ефективна протидія тим негативним чинникам, які несе з собою небезпечна ситуація. Стресостійкість особистості в екстремальних умовах сприяє успішному проведенню рятувальних та інших невідкладних робіт, наданню допомоги потерпілим та самопомозі. Зрозуміти свій психологічний стан у перші хвилини після кризової події є надзвичайно важливим для ефективної роботи та подальшої посттравматичної реабілітації. Тому потрібно донести до якнайбільшої кількості населення проблеми психологічного захисту та профілактики травмування з психологічних причин. Система освіти в Україні передбачає вивчення ряду обов'язкових дисциплін, серед них «Основи безпеки

життєдіяльності» на середньошкільному рівні та «Безпека життєдіяльності» і «Цивільний захист» – у вищій школі. На заняттях з безпекових дисциплін викладачі кафедри цивільної безпеки вчать передбачати можливість виникнення надзвичайної ситуації, її причини і характеристики, розвиток, можливості уникнення або зменшення наслідків руйнівного впливу як для людини, так і для об'єктів чи довкілля. У цих дисциплінах передбачений також розділ про особливості поведінки людей при надзвичайних ситуаціях та надання їм психологічного захисту. Звичайно, замінити фахівців неможливо, проте будь-яка людина, використовуючи знання, що отримані на заняттях, в певних обставинах зможе допомогти собі та постраждалим безпосередньо після трагічної події, оскільки перша психологічна допомога охоплює комплекс загальнолюдської підтримки та практичної допомоги постраждалим. Це вміння вислухати, втішити та заспокоїти, оцінити потреби та проблеми, захистити від подальшої шкоди, забезпечити їжею, водою, інформацією, допомога у встановленні зв'язку з іншими людьми, відповідними службами та структурами соціальної підтримки. Знання та впевненість у своїх діях допоможе подолати паніку, а дотримуючись певних рекомендацій можна буде надати першу психологічну допомогу потерпілому чи виявити несприятливі психологічні стани, щоб порадити звернутися до фахівця.

Знання як діяти в екстремальних ситуаціях і як допомогти постраждалим після надзвичайної події, освоєння навичок роботи з окремими наслідками психотравмуючих ситуацій допоможе подолати розгубленість, нерішучість та зменшити прояви негативних психоемоційних станів.

Висновки. При викладанні безпекових дисциплін у вищих навчальних закладах необхідно наголошувати на розділі психологічного захисту населення при надзвичайних ситуаціях. Це допоможе майбутнім фахівцям, а загалом і суспільству в цілому, стати більш стресостійким до надзвичайних подій.

Література.

1. *Оніщенко Н.В. Психологічний аналіз основних типів реагування постраждалих на втрату внаслідок надзвичайних ситуацій / Н.В. Оніщенко // Проблеми екстремальної та кризової психології. Зб. наук. праць. Вип.15. – Харків: НУЦЗУ, 2014. – С. 170-179.*

2. *Кодекс цивільного захисту України // Голос України. – 2012. – № 220.*

3. *Datsko O. Training on protection from traumatic stress disorders as a part of safety fundamentals course in higher education institutions / Oleksandra Datsko, Anna Romaniv, Nadiia Paranyak // European Humanities Studies: State and Society. – 2018. – iss. 1(I). – P. 55–66.*

4. *Чорна Т.М. Психологічний захист населення в надзвичайних ситуаціях / Т.М. Чорна, В.А. Заяць // Наукові праці НХУТ. – 2009. – № 28. – С. 102-106.*