

ПСИХОЛОГИЯ ВЫЖИВШИХ В КАТАСТРОФЕ

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ
ВОПРОСЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ СЛУЖБ

М.М. РЕШЕТНИКОВ

Статья представляет собой доклад, сделанный автором на состоявшейся 17 сентября 2009г. в Москве конференции «Состояние и перспективы развития экстремальной психологии», посвященной 10-летию Центра экстренной психологической помощи МЧС РФ. Основное внимание в работе уделяется практическим вопросам деятельности психологических служб на примере аварии на Саяно-Шушенской ГЭС.

Ключевые слова: посттравматическое расстройство, психическая травма, психологическая служба.

Проблема выживших в условиях катастроф до последнего времени рассматривалась преимущественно как сугубо психологическая или гуманитарная: изучались вопросы социально-психологической поддержки этих категорий населения, их реабилитации и реадaptации. Имеющая не так много исторических аналогов катастрофа на Саяно-Шушенской ГЭС настоятельно требует пересмотра существующих традиционных подходов.

И прежде всего это обусловлено чрезвычайно значимой специфической ситуацией. Во-первых, в отличие от авиационных, железнодорожных или иных катастроф, весь персонал ГЭС является не разрозненной группой людей, а составляет неотъемлемую часть погибших, с которыми эти люди были связаны многолетними профессиональными, дружескими и родственными узами. Вторая особенность связана со сложностью такого технического объекта, как ГЭС, квалификацией сотрудников и рядом дополнительных экономических составляющих. Эти факторы не дают возможности одномоментно заменить всех вы-

живших с целью их реабилитации, в результате чего данные сотрудники продолжают функционировать в качестве операторов различного уровня, включая высшее звено, несмотря на развивающиеся психические травмы, сопровождающиеся самыми патогенными для выживших и избежавших опасности чувствами вины и стыда.

При этом к типичным проявлениям посттравматического расстройства добавляется ощущение, что эта «вторая», доставшаяся по некоему счастливому жребью, жизнь, не так уж ценна, что проявляется в пренебрежении к состоянию психического и физического здоровья, в склонности к депрессиям, алкоголизации и экстремальному поведению и т.д. А любые негативные высказывания в адрес погибших (включая признание, что именно их ошибки стали причиной трагедии) могут провоцировать ярко выраженные эксплозивные реакции, проявляющиеся в индивидуальном или групповом варианте.

Известно, что реакция на психическую травму имеет очень широкий диапазон отреагирования: от немедленного развития яркой психопатологии до ее стертых и вялотекущих форм, включая варианты отставленного эффекта — «вдруг» проявляющегося через многие годы и даже десятилетия в форме тяжелых психических расстройств.

Один из классиков современной психиатрии Эмиль Крепелин еще в 1900 году описал реакцию на психическую травму у человека, не имеющего повреждений, и являющегося всего лишь свидетелем, а не участником тех или иных трагических событий. «За последние десятилетия выяснилось, что не только после тяжелых, но и после совсем незначительных несчастных случаев, иногда даже без того, чтобы имело место поранение, могут остаться постоянные, даже с течением времени усиливающиеся расстройства, которые, в общем, представляют из себя смесь подавленности, плаксивости и слабости с неприятными ощущениями, болями и расстройством движений. Головные боли, чувство головокружения, слабость, дрожание, напряженность мышц, неуверенность движений..., расстройства походки, необычные неприятные ощущения и боли всякого рода мешают ему <больному> постоянно... Настроение подавленное, плаксивое или угрюмое, раздраженное. К сильному напряжению воли больные не способны, очень быстро устают при всяком задании, и малодушно прекращают свои попытки после безуспешных усилий» [Крепелин, 1923].

Вряд ли уместно повторять известные положения о периодах «собственной работы горя», также как и описывать клинику и стадии развития посттравматического психического расстройства. Они хорошо известны специалистам.

Но, возвращаясь к недавним событиям, представляется целесообразным напомнить, что речь идет не о нескольких счастливых, выживших в условиях катастрофы, а обо всем персонале ГЭС. Относится ли сказанное к каждому из них? Безусловно, нет. Мы знаем, что вероятность развития ПТСР у перенесших психическую травму, по данным различных авторов, составляет от 10% до 50%. При этом у 40% от последней группы обычно наблюдается прогрессивное (то есть — «инкурабельное», не поддающееся лечению) течение ПТСР. Еще от 10% до 20% посттравматических пациентов составляют лица с отсроченным началом и интермитирующим течением, при котором периоды относительного улучшения последовательно сменяются периодами обострений. Добавим к этому, что кроме мучительных для личности симптомов (продолжительного душевного страдания), ПТСР сопровождается существенным снижением уровня интеллектуальных и сенсомоторных функций, объема и качества внимания и памяти (по всем упомянутым — на 40-60%). Все это приводит к резкому падению эффективности любой деятельности, росту ошибочных реакций и аварийности (в среднем — в 2-3 раза), что позволяет говорить о потенциальной угрозе, представляемой не только выжившими в катастрофе, но и теми сотрудниками руководящего состава и специалистами обеспечения ГЭС, которые в этот день были вне объекта и даже вне данного региона. Безусловно, это предполагает необходимость усиленного внимания к состоянию психологической сферы и систематического контроля за уровнем профессиональной пригодности всех участников подобных событий.

Применительно к рассматриваемой ситуации, нет сомнений, что собственные психологические службы всех ГЭС и АЭС озадачены и озабочены этой проблемой. Однако сами сотрудники этих психологических служб также принадлежат к категории лиц, перенесших тяжелейшую психическую травму, и связаны с теми, кого они по долгу службы должны обследовать, наблюдать и выявлять непригодных, самыми тесными корпоративными (в прямом смысле — кровными) узам. Целесообразно также подчеркнуть особую роль руководителей высшего звена, которым подчинены психологические службы, и

чрезвычайно важную специфику их работы: именно они несут самый значительный груз ответственности, в том числе — окрашенный чувством вины за то, что не смогли предвидеть или предотвратить; от них гораздо более, чем от всех остальных, зависит эффективность и слаженность работ по ликвидации аварии; они, так же как и все остальные — относятся к категории лиц, перенесших психическую травму с высокой вероятностью развития посттравматической психопатологии; они же традиционно оставались и остаются вне какого-либо психологического контроля и сопровождения.

Подводя итог, можно сделать достаточно прозрачный вывод о необходимости создания для всех подобных технических и энергетических систем повышенной опасности внешней психологической службы с единым руководством и прямым подчинением головному центру, никак не связанному с теми структурами, где действуют подразделения этой психологической службы. За последние десятилетия в стране сформировались десятки новых психологических служб: МЧС РФ, МО РФ, МВД РФ, ГУИН, Федеральной таможенной службы, множество разрозненных служб ГЭС и АЭС и т.д. Количество действующих в стране психологов на сегодняшний день сравнимо с общим объемом персонала в системе здравоохранения. Но по-прежнему нет их единого центра, нет единого методического руководства, нет стандартов подготовки и переподготовки специалистов, нет единого инструментария и каких-либо унифицированных критериев оценки состояния и профессиональной пригодности тех людей, безопасность деятельности которых (для себя и для других, иногда — десятков тысяч других) эти психологи призваны обеспечивать.

По мнению автора, единственной, наиболее авторитетной и способной к принятию ответственности за решение этой проблемы, является психологическая служба МЧС РФ.

ЛИТЕРАТУРА

- Крепелин Э. Введение в психиатрическую клинику / пер. с нем. М.: Народный комиссариат здравоохранения, 1923. 458 с.
- Решетников М.М. Психическая травма. СПб.: Восточно-Европейский Институт Психоанализа, 2006. 322 с.

**THE PSYCHOLOGY OF CATASTROPHE SURVIVORS
(ORGANIZATIONAL AND METHODOLOGICAL ISSUES
OF THE PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE SERVICE)**

M.M. Reshetnikov

The paper is based on the materials of a presentation made at the conference “The present state and future perspectives of psychology in emergency” (Moscow, 17th September 2009) dedicated to the 10-year anniversary of the Centre for Urgent Psychological Assistance at the Russian Ministry for Extreme Situations. The attention is given mainly to practical issues of the psychological assistance services’ activity, based on the example of the Sayano-Shushenskaya hydroelectric power plant disaster.

Keywords: posttraumatic disorder, mental trauma, psychological assistance service.

Krepelin Je. Vvedenie v psihiatricheskuju kliniku / per. s nem. M.: Narodnyj komissariat zdravooxranenija, 1923. 458 s.

Reshetnikov M.M. Psihicheskaja travma. SPb.: Vostochno-Evropejskij Institut Psihoanaliza, 2006. 322 s.