

МИНИСТЕРСТВО ПО ДЕЛАМ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ,
ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ И ЛИКВИДАЦИИ
ПОСЛЕДСТВИЙ СТИХИЙНЫХ БЕДСТВИЙ
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«АКАДЕМИЯ ГРАЖДАНСКОЙ ЗАЩИТЫ»
МИНИСТЕРСТВА ПО ДЕЛАМ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ,
ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ И ЛИКВИДАЦИИ
ПОСЛЕДСТВИЙ СТИХИЙНЫХ БЕДСТВИЙ
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

THE MINISTRY FOR CIVIL DEFENCE, EMERGENCIES AND
ELIMINATION OF CONSEQUENCES
OF NATURAL DISASTERS
OF DONETSK PEOPLE'S REPUBLIC

THE MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE
OF DONETSK PEOPLE'S REPUBLIC

STATE EDUCATIONAL INSTITUTION OF HIGHER
PROFESSIONAL EDUCATION
"THE CIVIL DEFENCE ACADEMY" OF THE
MINISTRY FOR CIVIL DEFENCE,
EMERGENCIES AND ELIMINATION OF CONSEQUENCES OF
NATURAL DISASTER
OF DONETSK PEOPLE'S REPUBLIC

ПОЖАРНАЯ И ТЕХНОСФЕРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ: проблемы и пути совершенствования

НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

FIRE AND TECHNOSPHERIC SAFETY: problems and ways of improvement

SCIENTIFIC JOURNAL

Выпуск 2(9)

Issue 2(9)

2021

Пожарная и техносферная безопасность: проблемы и пути совершенствования: научный журнал. – Вып. 2(9). – Донецк: ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР, 2021. – 384 с.

Научный журнал «Пожарная и техносферная безопасность: проблемы и пути совершенствования» выпускается по решению Учёного совета ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР (Протокол № 10 от 30.06.2021 г.).

ISSN: 2617-6998; (E) ISSN 2617-7005.

Целью научного журнала «Пожарная и техносферная безопасность: проблемы и пути совершенствования» является содействие обмену опытом и повышению уровня профессиональной подготовки специалистов в области пожарной и техносферной безопасности, обсуждение актуальных вопросов современного состояния и перспектив развития систем управления пожарной и техносферной безопасностью, выработка совместных подходов к решению существующих проблем в данных областях, развитие интереса к фундаментальным и прикладным исследованиям в рамках основных направлений научной деятельности Академии.

Материалы сборника рассчитаны на сотрудников учебных и научно-исследовательских организаций и учреждений, преподавателей, аспирантов, докторантов, студентов, курсантов, сотрудников МЧС и представителей промышленного комплекса.

В журнал включаются материалы участников научных и научно-технических мероприятий, проходящих в ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР, а также материалы, присылаемые авторами в адрес Редакции сборника.

Материалы, публикуемые в сборнике, проходят обязательное рецензирование и проверку на уникальность информации.

Учредитель и издатель: Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Академия гражданской защиты» Министерства по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий Донецкой Народной Республики.

Рекомендован к изданию решением Учёного совета ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР (Протокол № 10 от 30.06.2021 г.).

© Авторы статей, 2021 © (Author's Full Name), 2021

© ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР, 2021

© "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR, 2021

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ

EDITORIAL BOARD

СТЕФАНЕНКО Павел Викторович / главный редактор / Доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры гуманитарных дисциплин факультета «Техно–сферной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР, заслуженный работник образования Украины, академик Международной Академии безопасности жизнедеятельности, Почетный начальник Академии гражданской защиты	Pavel STEFANENKO / Editor in Chief / Doctor of Pedagogic Sciences, Professor, Professor of the Department of Humanitarian Disciplines of the Technospheric Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR, Fellow of Educational Society of Ukraine, Member of International Civil Protection Academy, Honorary Head of the Civil Defence Academy
СТАРОСТЕНКО Михаил Борисович / заместитель главного редактора / Кандидат технических наук, доцент, полковник службы гражданской защиты, заместитель начальника академии (по учебной работе) ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Michail STAROSTENKO / Deputy Editor / Candidate of Technical Sciences, Associate Professor, Lieutenant Colonel of Civil Protection Service, Deputy Head of the Academy (for Academic Affairs) of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR
МИХАЙЛОВ Дмитрий Александрович / ответственный секретарь / Кандидат технических наук, доцент кафедры математики– ческих дисциплин факультета «Пожарной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Dmitry MIKHAILOV / Executive Secretary / Candidate of Technical Sciences, Associate Professor of the Department of Mathematical Disciplines of the Fire Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR
ЕРЁМИН Александр Владимирович Майор службы гражданской защиты, начальник факультета «Пожарной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Alexander EREMIN Major of Civil Protection Service, the Head of the Fire Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR
ЖИВОВ Андрей Алексеевич Подполковник службы гражданской защиты, заместитель начальника факультета (начальник курса) факультета «Техносферной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Andrey ZHIVOV Lieutenant Colonel of Civil Protection Service, Deputy Head of Faculty (Course Director) of the Technospheric Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR
МНУСКИН Юрий Витальевич Кандидат технических наук, заведующий кафедрой естественнонаучных дисциплин факультета «Техносферной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Yuri MNUSKIN Candidate of Technical Sciences, Head of the Department of Natural Science of the Technospheric Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR
ПАНИОТОВА Диана Юрьевна Кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой гуманитарных дисциплин факультета «Технос– ферной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Diana PANIOTOVA Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Humanitarian Disciplines of the Technospheric Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR
РУДАКОВА Ольга Анатольевна Кандидат физико–математических наук, заведующий кафедрой математических дисциплин факультета «По– жарной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Olga RUDAKOVA Candidate of Physical and Mathematical Sciences, Head of the Department of Mathematical Disciplines of the Fire Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR
СОКОЛЯНСКИЙ Владимир Владиславович Кандидат технических наук, подполковник службы гражданской защиты, начальник кафедры организации пожарно– профилактической работы факультета «Пожар– ной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Vladimir SOKOLIANSKIY Candidate of Technical Sciences, Lieutenant Colonel of Civil Protection Service, Head of the Department of Organization of Fire Prevention of the Fire Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR

БОРБАЧЁВА Лариса Викторовна Кандидат исторических наук, доцент, доцент кафедры гуманитарных дисциплин факультета «Техносферной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Larissa BARBACHEVA Candidate of Historical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Humanitarian Disciplines of the Technospheric Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR
ГРЕБЕНКИНА Александра Сергеевна Кандидат технических наук, доцент, доцент кафедры математических дисциплин факультета «Пожарной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Alexandra GREBENKINA Candidate of Technical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Mathematical Disciplines of the Fire Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR
ЗАВЬЯЛОВ Геннадий Вячеславович Кандидат технических наук, старший преподаватель кафедры организации службы, пожарной и аварийно-спасательной подготовки факультета «Пожарной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Gennady ZAVYALOV Candidate of Technical Sciences, Senior Lecturer of the Department of Service Organization, Fire and Rescue Training of the Fire Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR
ЗАГОРУЙ Виктор Александрович Капитан службы гражданской защиты, заместитель начальника кафедры гражданской обороны и защиты населения факультета «Техносферной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Viktor ZAGORUY Captain of Civil Protection Service, Deputy Head of the Department of Civil Defense and Protection of the Technospheric Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR
КИПРЯ Александр Владимирович Кандидат химических наук, доцент, доцент кафедры естественнонаучных дисциплин факультета «Техносферной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Alexander KIPRYA Candidate of Chemical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Natural Science of the Technospheric Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR
МАНЖОС Юрий Викторович Кандидат технических наук, доцент, доцент кафедры гражданской обороны и защиты населения факультета «Техносферной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Yuri MANZHOS Candidate of Technical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Civil Defense and Population of the Technospheric Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR
МНУСКИНА Юлия Владимировна Кандидат химических наук, доцент, доцент кафедры гражданской обороны и защиты населения факультета «Техносферной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Yulia MNUSKINA Candidate of Chemical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Civil Defense and Population Protection of the Technospheric Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR
ПЕТРОВ Александр Викторович Кандидат технических наук, доцент, доцент кафедры аварийно-спасательных работ и техники факультета «Техносферной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Alexander PETROV Candidate of Technical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Emergency Rescue Operations and Machines of the Technospheric Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR
ТОЛКАЧЕВ Олег Эдуардович Кандидат технических наук, доцент, доцент кафедры организации службы, пожарной и аварийно-спасательной подготовки факультета «Пожарной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Oleg TOLKACHEV Candidate of Technical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Service Organization, Fire and Rescue Training of the Fire Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR
ХАЗИПОВА Вера Владимировна Кандидат технических наук, доцент, доцент кафедры естественнонаучных дисциплин факультета «Техносферной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Vera KHAZIPOVA Candidate of Technical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Natural Science of the Technospheric Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR
ЧЕРКЕСОВ Владимир Владимирович Доктор медицинских наук, старший научный сотрудник, профессор кафедры аварийно-спасательных работ и техники факультета «Техносферной безопасности» ГОУВПО «Академия гражданской защиты» МЧС ДНР	Vladimir CHERKESOV Doctor of Medical Sciences, Senior Research Fellow, Professor of the Department of Emergency Rescue Operations and Machines of the Faculty Disciplines of the Technospheric Safety Faculty of "The Civil Defence Academy" of EMERCOM of DPR

СОДЕРЖАНИЕ**CONTENTS**

Агарков А. В. Исследование скоростной структуры вентиляционного потока при пожаре в угольной шахте	12	A. Agarkov Study of ventilation flow velocity structureduring a fire in coal mines
Агарков А. В. Приборы газового анализа проб шахтного воздуха, отобранных непосредственным или дистанционным способами при ликвидации пожаров и ведении горноспасательных работ	20	A. Agarkov Instruments for gas analysis of mines air samples directly or remote methods when eliminating fires and conducting mining rescueoperations
Агарков А. В. Разработка наставления по обучению командного состава подразделений горноспасательной службы	30	A. Agarkov Development of instructions for training teamstaff of mining-rescue service units
Баранова М.А. Нервно-психический аспект развития психогенно-психических расстройств в виде депрессии при возникновении чрезвычайных ситуаций	40	M. Baranova Neuropsychiatric aspect of the development of psychogenic-mental disorders in the form of depression in emergency situations
Безрядин Б. Э., Зарубина Е. Ю. Информационная модель управления аварийно-спасательными подразделениями при чрезвычайных ситуациях	45	B. Bezryadin, E. Zarubina Emergency management information modelfor rescue units
Бобринев Е. В., Удавцова Е. Ю., Маштаков В. А., Кондашов А. А., Маторина О. С. Изучение влияния сезонных природно-климатических факторов на последствия пожаров в российской федерации	49	E. Bobrinev, E. Udavtsova, V. Mashtakov, A. Kondashov, O. Matorina Study of the influence of seasonal natural andclimatic factors on the consequences of fires in the russian federation
Бруслиновский А. Ю., Самигуллин Г. Х. Анализ пожарной опасности в резервуарном парке на примере нефтебазы ООО «Транснефть – порт Приморск»	54	A. Bruslinovkiy, G. Samigullin Fire hazard analysis of the reservoir park on the example of the tank factory of transneft -port Primorsk
Бруслиновский А. Ю., Самигуллин Г. Х.	58	

УДК 616.89-008.454:355.58

НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКИЙ АСПЕКТ РАЗВИТИЯ ПСИХОГЕННО-ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ В ВИДЕ ДЕПРЕССИИ ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ

NEUROPSYCHIATRIC ASPECT OF THE DEVELOPMENT OF PSYCHOGENIC-MENTAL DISORDERS IN THE FORM OF DEPRESSION IN EMERGENCY SITUATIONS

Баранова Марина Анатольевна
Кандидат медицинских наук Доцент

Marina Baranova
Candidate of Medical Sciences
Associate Professor

ГОУ ВО ЛНР «Луганский государственный
педагогический университет»

State Educational Institution of the LPR
“Luhansk State Pedagogical University”

При действии поражающего фактора, обусловленного чрезвычайной ситуацией, страдает как организм в целом, так и нервно-психическая сфера человека. В результате возникают психогенно-психические расстройства, одним проявлением которого является депрессия. По прогнозам ВОЗ к 2020 году депрессия выйдет на первое место в мире среди всех заболеваний. Одним из ведущих методов оказания помощи является психотерапия, которая включает в себя психотерапию, аутотренинг, гипноз. Из медикаментозных методов лечения применяют: адаптогены, ноотропы, транквилизаторы, психостимуляторы.

At action of the striking factor caused by emergency situation both the organism in general, and the psychological sphere of the person suffers. Psychogenic alienations which one implication is the depression result. According to forecasts of WHO by 2020 the depression will come out on top in the world among all diseases. One of the leading methods of assistance is the psychotherapy which includes a psychotherapy, auto-training, hypnosis. From medicamental methods of treatment apply: adaptogens, nootropa, tranquilizers, psychostimulants.

Ключевые слова: чрезвычайная ситуация, психоэмоциональные расстройства, депрессия, профилактика, адаптогены.

Keywords: emergency situation, psycho-emotional disorders, depression, prophylaxis.

Введение

Природные и климатические катаклизмы, техногенные катастрофы, межнациональные конфликты все чаще вынуждают людей, оказавшихся в этих ситуациях, обращаться к специалистам в области психологии экстремальных ситуаций. В нашей стране эту помощь оказывают психологи МЧС.

Не вызывает сомнений тот факт, что негативное влияние последствий чрезвычайной ситуации может быть связано как с поражением жизненно важных органов и систем человека, так и сопровождается нервно-психическими расстройствами. Последние иначе называются ситуациями-стрессами. Патогенетически данное состояние можно объяснить внезапностью возникновения, продолжительностью, интенсивностью (длительностью) действия травмирующего фактора, устойчивостью нервной системы.

К агрессорам-раздражителям относят:

- непосредственную угрозу для жизни;
- опосредованное влияние подобной угрозы в связи с оказанием её реализации;

- утраты физиологических функций;
- психоэмоциональные расстройства, связанные с потерей близких, материальных ценностей.

В результате не исключена возможность возникновения психогенно- психических расстройств, таких как депрессия, так и разнообразной кортикальной патологии.

Изложение основного материала исследования

Депрессия встречается, как реакция на какое-либо негативное событие в жизни, так и как одно из проявлений многих хронических болезней, как проявление особенностей личности или как сложное психическое расстройство.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), 6 % населения земного шара страдает депрессиями, при этом риск развития болезни, в основном, это большой депрессивный эпизод – составляет 15-20 %.

По прогнозам ВОЗ, к 2025 году депрессия выйдет на 1 место в мире среди всех заболеваний, опередив сегодняшних лидеров – инфекционные и сердечно-сосудистые заболевания. Согласно проведенным в США исследованиям, люди, подверженные депрессиям, имеют в два раза больше шансов погибнуть от других заболеваний. У 2-3 % человечества развитие депрессии не зависит от внешних обстоятельств – эндогенная депрессия, а у остальных она возникает преимущественно, как реакция на стресс – психогенная депрессия.

Основные симптомы можно разделить на две группы:

1. Эмоциональная, к которой относят:
 - печальное настроение,
 - потерю интереса к жизни:
 - чувство вины, беспомощности;
 - снижение концентрации внимания.
2. Физическая, к которой относят:
 - нарушение сна
 - потеря массы тела,
 - тревожность, утомление.

Таблица
Разграничение реакции утраты и депрессии

Реакция утраты	Депрессия
Развивается после тяжелой утраты	Связь со стрессом отсутствует
Самооценка не нарушена	Снижение самооценки
Социальная дезадаптация незначительная и временная («время лечит»)	Выраженная социальная дезадаптация, которая сама по себе не проходит
Реалистическое отношение к умершему	Идеализация или искаженное восприятие умершего
Вегетативное нарушение кратковременное	Вегетативная дисфункция выражена, со временем усиливается
Острота переживаний уменьшается на 6-12 неделе	Острота переживаний не уменьшается спустя 3-18 месяцев
Суицидальные мысли редки, кратковременны	Суицидальные мысли постоянные, мысли о технике исполнения задуманного

Цель и задачи экстренной психологической помощи включают:

- профилактику острых панических реакций;
- психогенных нервно-психических нарушений;
- повышение адаптационных возможностей индивида;
- психотерапию возникших пограничных нервно-психических нарушений.

Главными принципами оказания помощи перенесшим психологическую травму в результате чрезвычайной ситуации являются:

- безотлагательность;
- приближенность к месту событий;
- ожидание, что нормальное состояние восстановится;
- единство и простота психологического воздействия.

В базовых функциях службы экстренной психологической помощи выделяют: практическую, то есть непосредственное оказание скорой психологической и (при необходимости) доврачебной медицинской помощи населению и координационную: обеспечение связи взаимодействия со специализированными службами. Ситуация работы психолога в экстремальных условиях отличается от обычной терапевтической ситуации, по меньшей мере, следующими моментами:

- **работа с группами:** приходится работать с группами жертв, и эти группы не создаются психологом (психотерапевтом) искусственно, исходя из нужд психотерапевтического процесса, они были созданы самой жизнью в силу драматической ситуации катастрофы.

- **пострадавшие часто пребывают в остром аффективном состоянии:** психотерапевтам приходится работать, когда жертвы находятся еще под впечатлением от эффекта травмирующей ситуации, что не совсем обычно для нормальной психотерапевтической работы.

- **разнопланность психопатологии у пострадавших:** жертвы насилия часто страдают, помимо травматического стресса, неврозами, психозами, расстройствами характера и, что особенно важно для профессионалов, работающих с жертвами, целым рядом проблем, вызванных самой катастрофой или другой травмирующей ситуацией.

Наличие почти у всех пациентов чувства потери, ибо поскольку часто пострадавшие в результате возникновения чрезвычайной ситуации теряют близких людей, друзей, любимые места проживания и работу, что вносит вклад в нозологическую картину травматического стресса, особенно в депрессивную составляющую данного синдрома.

При реакциях адаптации в пределах резерва личности и умеренно выраженных невротических расстройствах, прием адаптогенов, ноотропов, транквилизаторов, психостимуляторов.

Помимо медикаментозных средств следует обязательно использовать психологические методы лечения, это не только будет способствовать снижению интенсивности симптомов расстройства, но и улучшит качество жизни, социальное и трудовое функционирование организма пострадавшего.

Одним из ведущих методов оказания помощи является психотерапия. Она включает в себя психологическую работу с пациентом и членами его семьи.

При стойких невротических состояниях – психотерапия, аутотренинг, гипноз. Их целью является коррекция различных уровней болезни: чувствительной, эмоциональной, мотивационной, интеллектуальной. При этом ведется борьба против ухода пациента в болезнь, вырабатываются эффективные формы социально- детерминированного психического реагирования на ситуацию, связанную с катастрофой и переменами в жизни, окружающей обстановки.

При осуществлении экстренной психологической помощи необходимо помнить, что жертвы стихийных бедствий и катастроф страдают от следующих факторов, вызванных экстремальной ситуацией:

1. Внезапность. Лишь немногие бедствия ждут, пока потенциальные жертвы будут предупреждены, например, постепенно достигающие критической фазы наводнения или надвигающийся ураган, шторм. Чем внезапнее событие, тем оно разрушительнее для жертв.

2. Отсутствие подобного опыта. Поскольку бедствия и катастрофы, к счастью, редки люди часто учатся переживать их в момент стресса.

3. Длительность. Этот фактор варьирует от случая к случаю. Например, постепенно развивавшееся наводнение может так же медленно и спадать, а землетрясение длится несколько секунд и приносит гораздо больше разрушений. Тем не менее у жертв некоторых длительных экстремальных ситуаций (например, в случаях угона самолета) травматические эффекты могут умножаться с каждым последующим днем.

4. Недостаток контроля. Никто не в состоянии контролировать события во время катастроф; может пройти немало времени, прежде чем человек сможет контролировать самые обычные события повседневной жизни. Если эта утрата контроля сохраняется долго, даже у компетентных и независимых людей могут наблюдаться признаки «выученной беспомощности».

5. Горе и утрата. Жертвы катастроф могут разлучиться с любимыми или потерять кого-то из близких; самое наихудшее это пребывать в ожидании вестей обо всех возможных утратах. Кроме того, жертва может потерять из-за катастрофы свою социальную роль и позицию. В случае длительных травматических событий человек может лишиться всяких надежд на восстановление утраченного.

6. Постоянные изменения. Разрушения, вызванные катастрофой, могут оказаться невозможными: жертва может оказаться в совершенно новых и враждебных условиях.

7. Экспозиция смерти. Даже короткие угрожающие жизни ситуации могут изменить личностную структуру человека и его «познавательную карту». Повторяющиеся столкновения со смертью могут приводить к глубоким изменениям на регуляторном уровне. При близком столкновении со смертью очень вероятен тяжелый экзистенциальный кризис.

8. Моральная неуверенность. Жертва катастрофы может оказаться перед лицом необходимости принимать связанные с системой ценностей решения, способные изменить жизнь, например, кого спасать, насколько рисковать, кого обвинять.

9. Поведение во время события. Каждый хотел бы выглядеть наилучшим образом в трудной ситуации, но удастся это немногим. То, что человек делал или не делал во время катастрофы, может преследовать его очень долго после того, как другие раны уже затянулись.

10. Масштаб разрушений. После катастрофы переживший ее, скорее всего, будет поражен тем, что она натворила с его окружением и социальной структурой. Изменения культурных норм заставляют человека адаптироваться к ним или остаться чужаком; в последнем случае эмоциональный ущерб сочетается с социальной дезадаптацией.

Профилактика психических расстройств при чрезвычайных ситуациях разделена на:

1. **Первичную профилактику**, которая заключается в раннем выявлении травмирующих факторов и запусками механизма психопатологии, проведении превентивных лечебно-профилактических мероприятий.

2. **Вторичную профилактику** – направлена на предупреждение рецидивов психических отклонений и проводится в специализированных лечебных учреждениях.

3. **Третичную профилактику**, которая заключается в предотвращении различных форм патологического развития личности. При этом осуществляются мероприятия по дезактуализации и переориентации личности на позитивный характер.

Выводы и перспективы дальнейших исследований

Знание особенностей учения и различных психологических проявлений разнообразных вариантов депрессии важно для своевременной и эффективной специализированной помощи.

Таким образом из выше изложенного можно сделать выводы о том, что помимо медикаментозных средств следует обязательно использовать психологические методы лечения, в виде психотерапии, которая включает в себя психологическую работу с пациентами членами его семьи. При стойких невротических состояниях будет эффективным использование психотерапии, аутотренинга и гипноза.

Библиографический список

1. Агнес Б. Хатфилд Как выжить с психическим заболеванием. Стресс, приспособленческое поведение, адаптация / Агнес Б. Хатфилд, Гарриет П. Лефли. – Киев : Сфера, 2002.
2. Волошин, П. В. Первый Национальный конгресс невропатологов, психиатров, наркологов Украины / П. В. Волошин, И. И. Кутько, В. И. Тайцлин // Украинский Вестник психоневрологии. – 1999. – В.1. – С. 66-70.
3. Кутько, И. И. Депрессивные расстройства / И. И. Кутько, В. А. Стефановский. – Киев : Здоровье, 1992. – 189 с.
4. Чабан, О. Депрессия / О. Чабан. – Киев, 2011.

