

УДК 614.2

*Вологина К.Ю.*

*студент 4 курса лечебного факультета*

*Северный государственный медицинский университет*

*Россия, Архангельск*

*Вайгачев И.В.*

*студент 4 курса лечебного факультета*

*Северный государственный медицинский университет*

*Россия, Архангельск*

*Научный руководитель: Лупачев В.В., доктор медицинских наук  
профессор*

## **ДИНАМИКА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СТАТУСА МОРЯКОВ В СЕВЕРНЫХ МОРЯХ**

Аннотация: Концепция профессионального здоровья предполагает соответствие состояния здоровья характеру профессиональной деятельности (Лядов К.В., 2002). Труд моряков протекает в тяжелых, порой экстремальных ситуациях. поэтому изучение здоровья плавсостава уделяется пристальное внимание (Кзакевич В., 1997).

Пребывание человека в экстремальных условиях морских рейсов предъявляет чрезвычайно высокие требования к психическим, физиологическим возможностям человека.

Ключевые слова: адаптация, динамика, психоэмоциональный статус, моряки, Северное море.

*Vologina K.Y.*

*4th year student medical faculty*

*Northern State Medical University*

*Russia, Arkhangelsk*

*Vaigachev I.V.*

*student of the 4th year Faculty of Medicine*

*Northern State Medical University*

*Russia, Arkhangelsk*

*Scientific Director: Lupachev V.V., Doctor of Medical Sciences*

*Professor*

## **DYNAMICS OF PSYCHOEMOTIONAL STATUS SAILORS IN THE NORTHERN SEAS**

Abstract: The concept of professional health assumes that the state of health corresponds to the nature of professional activity (Lyadov K. V., 2002). The work of seafarers takes place in difficult, sometimes extreme situations. Therefore, the study of the health of the crew is paid close attention (Kazakevich V., 1997). Human stay in extreme conditions of sea voyages makes extremely high demands on the mental and physiological capabilities of a person.

Keywords: adaptation, dynamics, psychoemotional status, sailors, North Sea.

Адаптация человека к тяжелым условиям работы в море дается порой ценой значительных морфо-функциональных изменений (Лупачев В.В., 2002).

Неблагоприятные факторы внешней среды на судне во время плавания воздействуют на организм моряков круглосуточно, в течение многих месяцев. Труд всех членов экипажа рыбопромыслового судна относят к четвертой категории очень напряженного труда. Из всех профессиональных групп плавсостава, труд рыбаков наиболее тяжелый. Более продолжительные рейсы (5-

6 и более месяцев без захода в порт), круглосуточная работа по принципу 8 часов вахты – 8 часов отдыха, интенсивные физические нагрузки при выгрузке рыбопродукции силами экипажа сбивают привычные ритмы сна и бодрствования.

Целью исследования явилось изучение психоэмоционального статуса у рыбаков в экстремальных условиях арктического рейса. Обследованы здоровые мужчины в количестве 30 человек. в возрасте 19-45 лет, работающие на базе Архангельского тралового флота в условиях длительного Арктического рейса. Рейс был продолжительностью 160 суток с районами промысла в Баренцевом море и в районе острова Шпицберген. Исследование проводили в начале рейса и через 1, 3, 5 месяцев плавания. Рейс осуществился в осенне-зимний период. При исследовании психоэмоционального состояния рыбаков использовались: САН – тест (самочувствие-активность-настроение), тест Т.А. Немчина для определения уровня общей тревожности.

Тест Ханипа-Спилбергера для определения личностной и реактивной тревожности и тест С. Розенцвейга (степень социальной адаптации) в модификации Н.В. Тарабриной (1984). По возможности обеспечивалось единообразие процедуры тестирования. Объяснялись цель и характер тестов, давались общие советы относительно их выполнения. Моряки убеждались в необходимости предоставления ими для исследования наиболее полной информации: в обеспечении тайны личности. а

также им сообщалось относительно цели использования тестовых показателей. Особо подчеркивалось, что результаты тестирования никак не отразятся на их карьере, не будут приниматься во внимание на ежегодном медицинском освидетельствовании плавсостава.

Результаты. Самочувствие, активность и настроение испытуемых во все периоды исследования, за исключением последнего не выходили за пределы нормы. В начале рейса и через месяц самочувствие моряков изменилось незначительно, через три месяца показатель его снизился на 5,7%, а через пять на 22,1% от исходного уровня и достиг величины 3,99, что является нижней границей нормы. Реакция показателя активности имеет такую же динамику, но через месяц плавания он повысился на 17,3, что указывает на достаточно высокий уровень активности испытуемых, к окончанию рейса показатель активности снизился на 14,9 % от исходного уровня и опустился ниже нормы (3,79), что свидетельствует о значительном ухудшении состояния моряков. К завершению плавания у моряков выражено, понижается еще один параметр настроение (на 10 % от исходного уровня) и также становится ниже нормальных значений.

Перед началом рейса у моряков определялся уровень общей тревожности в 16,26 балла, что оценивается как средний с тенденцией к высокому. Через месяц этот показатель несколько снизился, а к окончанию промысла возрос на 70,1 % от исходного уровня и достиг 27,66 баллов, что уже

свидетельствует о высоком уровне этого показателя, Уровень реактивной и личностной тревожности имеют одинаковую направленность изменений – снижаются ко второму исследованию и растут к четвертому, достигая уровня высокой.

По данным теста Розенцвейга, в начале промысла среднее значение показателя степени социальной адаптации составило 8,48; через 1 месяц рейса показатель возрос до 8,96; а после трех и пяти месяцев снизился до 8,14 и 7,76, соответственно. В целом, значение показателя степени социальной адаптации в начале промысла и через месяц рейса свидетельствует о хорошем функциональном состоянии нервной системы плавсостава, причем через месяц работы в море происходит приспособление организма ко многим неблагоприятным факторам, сопутствующим работе на рыбопромысловых судах. Снижение показателя степени социальной адаптации с увеличением продолжительности непрерывной работы в море, особенно в конце рейса, может свидетельствовать об истощении физиологических приспособительных механизмов.

Полученные данные вполне соответствуют данным, полученным В.В. Лупачевым (1999) при исследовании рыбаков во время тропического рейса. Однако, при работе в «родных» для рыбаков-северян высоких широтах снижение показателя степени социальной адаптации за 5 месяцев произошло не так резко, как в южных широтах и не было значительного повышения после месяца работы в море. Как и в южных широтах, на всех этапах обследования доминировали реакции экстранунитивного направления, что

означает повышенную требовательность к своему окружению. Признаки психологической дизадаптации отмечались в основном, у лиц, показавших в начале промысла низкий показатель степени социальной адаптации. Поэтому выявление членов экипажа с низкой толерантностью к стрессу с помощью данной методики весьма актуально, так как коррекцию (в том числе и медикаментозную) следует начинать как можно в более ранние сроки рейса.

Мы обратили внимание на тот факт, что психологическая переносимость длительного рейса зависит от возраста, плавстажа и должности моряков. Один испытуемый был в возрасте 18 лет, и показатели его психоэмоционального статуса стали резко, в отличие от остальных, ухудшаться уже к третьему месяцу плавания. Пятеро человек были старше сорока лет, из них - трое занимали руководящие должности и двое были матросами.

У первых изменения психоэмоционального статуса носили более выраженный характер. Напряжение психоэмоциональной сферы определяется в начале рейса и, особенно в конце плавания, о чем свидетельствуют более низкие показатели САП-теста и более высокие уровни общей, реактивной и личностной тревожности и снижение уровня социальной адаптации.

Использованные источники:

1. Богданов Р. Б. Психологические аспекты работы российских моряков на судах иностранных фирм / Р. Б. Богданов // Вестник Поморского университета. — 2006. - № 3. - С. 4-6.

2. Зубарев Ю. Г. Психосоциальные аспекты реабилитации плавсостава / Ю. Г. Зубарев // Научные основы гигиены и физиологии адаптации человека к условиям Мирового океана : материалы пленума Проблемной комиссии. — Владивосток, 1991. — С. 37-39.

3. Лупачев В. В. Донозологические механизмы и особенности формирования заболеваемости плавсостава северного бассейна в период длительных рейсов : автореф. дис. ... д-ра мед. наук / Лупачев В. В. - Архангельск, 1999. - 38 с.

4. Сапов И. А. Состояние функций организма и работоспособность моряков / И. А. Сапов, А. С. Солодков. - Л., 1980. - 192 с.

5. Собчик Л. Н. Диагностика межличностных отношений: метод. рук-во / Л. Н. Собчик. - М., 1990. - 48 с.