

UDC (УДК) 159.94 (07)

Кісіль Зоряна Романівна,

доктор юридичних наук, професор,

академік АНВО України,

декан факультету психології

Львівського державного університету внутрішніх справ

e-mail: zoriana-kisil@ukr.net

ORCID ID: 0000-0003-1405-4547

Кісіль Роман-Володимир В'ячеславович,

кандидат юридичних наук

e-mail: roman-kisil@ukr.net

ORCID ID: 0000-0003-2276-5250

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ У ПРАЦІВНИКІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ

Анотація. Проаналізовано стрес-фактори, які впливають на працівників Національної поліції України під час виконання ними професійних завдань, проведено експериментальне дослідження їх стресостійкості, окреслено основні напрями подальшого вивчення цієї проблеми. Зокрема, розглянуто детермінанти стресостійкості, компоненти особистості та вплив індивідуально-психологічних властивостей особистості як суб'єкта діяльності на способи формування поведінкових стратегій подолання стресу в ризиконебезпечних та стресогенних умовах діяльності. Проаналізовано розуміння зв'язку стресостійкості з індивідуально-психологічними характеристиками. Аргументовано, що діяльність працівників Національної поліції України здійснюється у дуже складних умовах, а саме: нестабільна політико-економічна ситуація в державі, агресивне середовище спілкування, екстремальність і ризиконебезпечність, постійний дефіцит часу, високий рівень особистої відповідальності за результати діяльності. З'ясовано, що проблема переживання стресу є актуальною, а вміння його долати трансформується на фронтальну проблему. Зазначено, що відсутність психоемоційної підготовленості поліцейських призводить до низької якості виконання оперативно-службових завдань, отримання травм і поранень, а інколи й загибелі. Виокремлено з-поміж низки стрес-факторів, які негативно впливають на психоемоційний стан працівників поліції, такі: захоплення заручників терористами; протистояння озброєному злочинцю; затримання небезпечного злочинця; отримання каліцтва чи поранення під час виконання професійних функцій; постійна взаємодія з криміналітетом; високий рівень відповідальності за прийняте рішення в умовах інформаційної невизначеності; стресогенність та ризиконебезпечність виконуваних функцій; напруженість у комунікації з об'єктами професійної діяльності; застосування заходів фізичного примусу чи вогнепальної зброї на ураження. Подано модель професійного стресу працівників Національної поліції України, яка складається з трьох блоків: зовнішніх стрес-факторів; внутрішніх стрес-факторів, фізіологічних та психологічних виявів професійного стресу. Проаналізовано рівень професійного стресу в правоохоронців і виокремлено три латентні фактори, що значно впливають на особистість поліцейського та формують спосіб їх реагування на стрес. Висвітлено потребу в антистресових програмах для працівників Національної поліції України. З'ясовано, що комплексна проблематика превенції і подолання феномену професійного стресу працівників Національної поліції України передбачає постійне забезпечення реалізації психологічного супроводу з використанням інтерактивних технік.

Ключові поняття: працівники Національної поліції України; професійний стрес; психологічні детермінанти професійного стресу; копінг-стратегії; особливі умови діяльності, екстремальні ситуації, стрес-фактори.

Kisil Zoryana,

doctor of Law Sciences, Professor,

Academician of the HEAS of Ukraine,

Dean of Faculty of Psychology

of Lviv State University of Internal Affairs

e-mail: zoriana-kisil@ukr.net

ORCID ID: 0000-0003-1405-4547

Kisil Roman-Volodymyr,
 Candidate of Legal sciences
 e-mail: roman-kisil@ukr.net
 ORCID ID: 0000-0003-2276-5250

PSYCHOLOGICAL FACTORS OF PROFESSIONAL STRESS OF EMPLOYEES OF THE NATIONAL POLICE OF UKRAINE

Abstract. The article deals with theoretical and methodological analysis of stress factors that influence the employees of the National Police of Ukraine during their professional tasks execution, discusses the methodological substantiation of the experimental study of stress resistance, and reveals the main directions of the research. The determinants of stress resistance, structural components of the individual and the influence of individual and psychological properties of the individual as a subject of the activity on the ways of constructing behavioral strategies for stress management in risky and stressful conditions of the activity are considered. The understanding of the relations between stress resistance and the individual and psychological characteristics is analyzed. It is argued that the activities of the National Police staff of Ukraine are carried out in extremely difficult conditions, namely: an unstable political and economic situation in the state, an aggressive environment of communication, extreme and risk-taking, always a shortage of time, a high level of responsibility for the results of the activities. It is revealed that the problem of stress experience is extremely relevant, and the ability to overcome it and cope with it is transformed into a frontal problem. It is noted that the lack of psycho-emotional preparedness of the policemen leads to the poor quality of operational tasks performance, wounds, and sometimes their deaths. Among a number of stress factors that negatively affect the psycho-emotional state of the police officers, the following ones are isolated: seizure of hostages by terrorists; confrontation with an armed criminal; apprehending a dangerous perpetrator; getting mutilation or injury while performing professional functions; constant interaction with criminality; a high level of responsibility for the decision taken in conditions of information uncertainty; stressfulness and riskiness of performed functions; tension in communicating with objects of professional activity; the use of measures of physical coercion or weapon for defeat. The model of professional stress of employees of the National Police of Ukraine, which consists of three blocks: external stress factors; internal stress factors, physiological and psychological manifestations of professional stress is presented. The level of professional stress among law-enforcement officers is analyzed, and three latent factors, which have a significant influence on the personality of the policeman and their reaction to stress, are distinguished. The need for anti-stress programs for the employees of the National Police of Ukraine is highlighted. It is revealed that the complex problem of prevention and overcoming of the phenomenon of professional stress of the employees of the National Police of Ukraine anticipates a usual provision of psychological support realization with the use of interactive techniques.

Key concepts: employees of the National Police of Ukraine; professional stress; psychological determinants of professional stress; coping strategies; special conditions of activity, extreme situations, stress factors.

DOI 10.32518/2617-4162-2019-1-22-31

*Стрес – це аромат і смак життя
 й уникнути його може лише той,
 хто нічого не робить...*
 Г. Сельє

Вступ

На Національну поліцію України, відповідно до статті 2 Закону України «Про Національну поліцію», покладено низку завдань із надання поліцейських послуг у сферах: 1) забезпечення публічної безпеки і порядку; 2) охорони прав і свобод людини, а також інтересів суспільства і держави; 3) протидії злочинності; 4) надання в межах, визначених законом, послуг з допомоги особам, які з особистих, економічних, соціальних причин або внаслідок надзвичайних ситуацій потребують такої допомоги, котрі, своєю

чергою, зумовлюють специфічний характер їх професійної діяльності. Враховуючи важливість покладених на Національну поліцію завдань, безпеку становить імовірність допуску до служби психологічно невідготовлених поліцейських, що, зі свого боку, призводить до прорахунків у професійній діяльності, помилок у ризиконебезпечних та стресових ситуаціях.

Діяльність працівників Національної поліції України здебільшого здійснюється у вкрай складних умовах, а саме: нестабільна політико-економічна ситуація в державі, агресивне середовище спілкування, екстремальність та ризиконебезпечність, постійний дефіцит часу, високий рівень особистої відповідальності за результати діяльності тощо.

Реалії сьогодення дають нам підстави стверджувати про те, що проблема переживання стресу є актуальною, а вміння його долати трансформується на фронтальну проблему. Так, відсутність психоемоційної підготовленості поліцейських призводить до низької якості виконання оперативно-службових завдань, отримання травм і поранень, а інколи й загибелі. Всі вказані обставини визначають актуальність і потребу дослідження детермінант розвитку стресу у професійній діяльності працівників Національної поліції України.

Грунтовну науково-теоретичну базу в дослідженні стресу, детермінант його виникнення, зокрема у поліцейських, шляхів превенції становлять наукові праці і зарубіжних, і вітчизняних науковців – Дж. Брайта, Дж. Грінберга, Р. Лазаруса, Г. Сельє, Ю. Александровського, Г. Балла, В. Бодрова, О. Бондаренко, Н. Водоп'янова, Т. Зайчикова, Г. Ложкіна, В. Клименко, М. Корольчука, В. Крайнюка, О. Лактіонова, А. Маклакова, І. Малкіна-Пиха, О. Малхазова, С. Максименко, О. Марковця, О. Самоїлова, О. Саннікова, Н. Перегончук, В. Паньковеця, Я. Плужника, Н. Тарабріна, О. Тімченко, О. Раковчена. З'ясуванню системно-структурного підходу щодо вивчення психологічної готовності до діяльності присвячено наукові розвідки О. Ганушкіна, М. Д'яченко, Л. Нерсесяна, В. Пушкіна, О. Сафіна, М. Томчука. У розкритті наслідків стрес-факторів, які надалі призводять до дезадаптивної поведінки та психосоматичних розладів і суїцидів, враховувалися узагальнені висновки, положення наукових праць відомих учених у галузі психології, серед яких: Ю. Александровський, Г. Нікіфоров, В. Марищук, Н. Тарабріна, Н. Бачериков, Н. Воронцов, П. Петрик, В. Моляко, О. Морозов, Л. Крижанівська, В. Клименко, М. Савчин, С. Яковенко.

Мета статті – визначення психологічних чинників виникнення професійного стресу у працівників Національної поліції України.

Завдання:

1. Охарактеризувати сутність професійного стресу як наукової категорії.
2. Проаналізувати особливості вияву професійного стресу серед працівників Національної поліції України в стресогенних і ризиконебезпечних ситуаціях професійної діяльності та його психологічні наслідки.
3. Проаналізувати специфіку діяльності працівників Національної поліції України та її напруженість.
4. Провести емпіричне дослідження психологічних детермінант розвитку стресу у працівників Національної поліції України.

1. Методи та методики дослідження

Методологічним підґрунтям дослідження слугували: філософсько-світоглядні підходи в контексті психологічної науки (антропологічний, гуманістичний, синергетичний), загальнонаукові методи (всебічності, об'єктивності, комплексності, конкретності тощо) та принципи психології (детермінізму, єдності свідомості й діяльності, розвитку, активності).

Окрім того, використано також історичний і порівняльний методи, що дало змогу простежити процес розвитку та стан наукової розробки проблематики стресу. Системний, структурно-функціональний, цивілізаційний, соціокультурний методи застосовувались у виявленні детермінант стресу в діяльності працівників Національної поліції України як у специфічному професійному середовищі, що наділене властивостями одночасно відкритої та закритої функціонально зорієнтованої системи, що чітко ієрархізована (структурована) та водночас корпоративно цілісна (монолітна). Застосування логіко-семантичного й герменевтичного методів дозволило уточнити зміст понятійного апарату дослідження в знаковому соціонормативному контексті. Соціологічно-генетичний метод слугував аналізові дії стрес-факторів у повсякденній діяльності працівників Національної поліції України. Формально-логічний сприяв обґрунтуванню психосоматичного статусу поліцейського. Експериментально-генетичний метод і метод активного моделювання використано під час проведення емпіричного дослідження впливу стрес-факторів на професійну діяльність працівників поліції, на основі чого вдалося відтворити особливі умови закономірностей виникнення і становлення в онтогенезі психологічних функцій сучасного українського поліцейського.

2. Загальна характеристика експерименту

Для діагностування стресогенних чинників у професійній діяльності працівників Національної поліції застосовано низку апробованих методик дослідження, а саме: шкалу стресостійкості та соціальної адаптації Холмса-Рейха (СЖП), Бостонський тест стресостійкості та «Комплексну оцінку проявів стресу» (Ю. Щербатих), опитувальники: «Рівень професійного стресу» (К. Ваймана); «Інвентаризація симптомів стресу» (Т. Іванченко); «Диференційована оцінка станів зниженої працездатності» (Г. Леонової, Б. Величковського); методики «Втрати та здобутки персональних ресурсів» (Н. Водоп'янової, М. Штейна), «Копінг-стратегії в стресових ситуаціях» (С. Нормана, Д. Ендлера, Д. Джеймса, М. Паркера (адаптація Т. Крюкової), авторське анкетування – для

вивчення потреб поліцейських в антистресових програмах.

В експерименті взяли участь 150 слухачів факультету № 4 Львівського державного університету внутрішніх справ (слухачі заочної форми навчання, які представляли ГУ НП у Львівській області – 42 особи, Вінницькій – 18, Волинській – 14, Закарпатській – 10, Івано-Франківській – 26, Чернівецькій – 17, Тернопільській області – 23 особи). З них, 120 – особи чоловічої статі, 30 – особи жіночої статі.

3. Теоретична база дослідження

Поняття «стрес» уперше 1939 року ввів у наукову термінологію Г. Сельє, розглядаючи його як «... неспецифічну відповідь організму на будь-яку вимогу, що до нього ставиться» (Г. Сельє, 2005). Незважаючи на давність перманентних спроб дослідити феномен «стресу», серед науковців донині існують його різночитання. Аналіз наукових розвідок дають підстави стверджувати, що термін «стрес» використовують у таких значеннях, як: «психічна напруженість», «нервово-психічна напруженість», «психоемоційна напруженість» (М. Апчел, Н. Циган, 1999); «емоційний стрес» (Б. Овчинников, 2006), «потенційна загроза» (С. Гремлінг, С. Ауербах, 1996); реакція індивіда на ситуацію (D. Mechanic, 1962); якість ситуації, що не залежить від ставлення індивіда до неї (Н. Basowitz, Н. Persky, Sh. Korchin, R. Grinker, 1955); стан, що створює перешкоди, які є внутрішньою реакцією на стресори (Н. Selye, В. Dohrenwend, 1956).

Серед сучасних науковців поняття «стрес» визначається як: зовнішній стимул чи подія, яка спричиняє в особистості напругу або подразнення (В. Бодров, 2000); суб'єктивна реакція, що відтворює внутрішній психоемоційний стан напруги, який інтерпретується як емоції, оборонні реакції і процеси подолання (coping processes), що виникають в особистості (О. Тімченко, 2000); фізичне реагування організму особистості на певну вимогу чи шкідливий вплив (Т. Рогачова, Г. Залевський, Т. Левицька, 2015). Стосовно дослідження професійної діяльності Б. Марголіс, В. Кроес і Р. Кунн у своїй розвідці «Трудовий стрес: незареєстрована професійна небезпека» запровадили термін «трудовий стрес» (Б. Марголіс, В. Кроес, Р. Кунн, 1974).

Сутність поняття «стресу» набуло чималих змін від його появи, що безпосередньо пов'язано з розширенням сфери його використання та більш ретельним дослідженням розмаїтих аспектів проблеми. Нині до детермінант виникнення «стресу» науковці відносять різно-

рідні фактори. Більшість учених вважає, що визначальними детермінантами виникнення стресу є суб'єктивні чинники – суб'єктивна оцінка факторів як стресогенних (Т. Кокс, 1981; Л. Китаєв-Смик, 1983; В. Бодров, 1995; М. Борневассер, 2000); індивідуально-психологічні властивості особистості (внутрішні фактори) (О. Саннікова, 2009; Т. Васильєва, 1991; В. Пономаренко, 2008); психофізіологічні детермінанти «стресу» (сенсорна депривація, надмірні навантаження, стан втоми, монотонія, порушення ритму сну та бадьорості) (В. Лебедев, 1989; Л. Гримак, 1987); психосоціальні детермінанти стресу (інформаційна ізоляція, інформаційний шок, порушення дистанції спілкування, тривала самотність, групова ізоляція, втрата місця праці, професійне вигорання, побутові негаразди, проблеми у сім'ї, приналежність до певної національної чи сексуальної меншини) (В. Лебедев, 1989; Л. Китаєв-Смик, 1983).

Важливу науково-теоретичну базу дослідження «професійного стресу» становлять теорії: «особистісного фактора» (Л. Гримак, 1987; В. Пономаренко, 2008); «інформаційного стресу» (В. Бодров, 2000) «змінної активності стану (VSAT); «особистісного контролю» (J. Averill, 2005); «когнітивно-енергетичній теорії стресу» (A. Sanders, C. Wickens, I. Frach, 1984) та: «функціональна модель стресу» (Р. Карасек, 1979), «модель професійного стресу» (Р. Хокки, П. Хмільтона, 1995; J. French, R. Harrison, 1982).

Нині науковці звертають увагу на властивості професійної діяльності, позаяк вплив стрес-факторів, які виникають у професійній діяльності, не можна применшувати. Низка науковців вважає, що стрес, який виникає в особистості в процесі виконання безпосередніх професійних функцій, потрібно розглядати як характерологічний вид стресу (A. Furnham, 1992). При дослідженні негативного впливу стрес-факторів під час виконання професійних функцій та їх негативні наслідки у наукову термінологію запроваджено термін «професійний стрес» (А. Росс, Е. Альтмайер, 1999).

Віднедавня активізувалися наукові пошуки щодо вивчення впливу стрес-факторів на особистість працівника правоохоронних органів у процесі виконання покладених на них завдань (О. Тімченко, 2003; В. Барко, 2004; В. Медведєв, 2006; В. Лефтеров, 2010; В. Осьодло, 2013; В. Середа, З. Кісіль, 2016). Априорі професійна діяльність працівників поліції повсякчас супроводжується стрес-факторами, високою складністю та відповідальністю. Серед низки стрес-факторів, які негативно впливають на психоемоційний стан працівників поліції, науковці вио-

кремлюють такі: захоплення заручників терористами; протистояння озброєному злочинцю; затримання небезпечного злочинця; отримання каліцтва чи поранення під час виконання професійних функцій; постійна взаємодія з кримінальним світом; високий рівень відповідальності за прийняте рішення в умовах інформаційної невизначеності; стресогенність та ризиконебезпечність виконуваних функцій; напруженість у комунікації з об'єктами професійної діяльності; застосування заходів фізичного примусу, чи вогнепальної зброї на ураження тощо. На думку професора В. Лефтерова, «...працівник, який застосував зброю на поразку, неминуче переживає певні послідовні фази емоційних наслідків травмуючої події. Залежно від індивідуальних психологічних особливостей, рівня адаптованості і досвіду, віку працівника, об'єкта стрільби (репутації підозрюваного), ступеня ризику і небезпеки перестрілки (наскільки кровопролитною вона була), юридичних і адміністративних наслідків того, що сталося, кожний працівник по-різному переживає посттравматичні фази і притаманні їм психологічні реакції. Крім того, усвідомлення працівником міліції можливих правових, соціальних та психологічних наслідків після застосування вогнепальної зброї створюють психологічні «бар'єри» на шляху до забезпечення надійності його дій в особливих умовах» (В. Лефтеров, 2010).

Отже, дослідження стану стресу у фаховій діяльності свідчать про те, що феноменологічно й у плані особливостей механізмів регуляції професійний стрес працівників Національної поліції України – це специфічний вид стресу і його можна визначити як багатомірний феномен фізіологічних і психологічних реакцій правоохоронця на складну службову ситуацію.

Узагальнення низки положень сучасного вчення про психологічний та професійний стрес визначає доцільність аналізу механізмів розвитку стресу у працівників Національної поліції України. Так, на рівні макроаналізу професійного стресу можна одержати цілісний опис факторів ризику оперативно-службової діяльності у термінах причинно-наслідкових відносин. Аналіз на рівні проміжного опосередкування стресу дасть змогу врахувати індивідуально-психологічні особливості працівника Національної поліції України і його особистий досвід подолання стресових ситуацій. Рівень мікроаналізу, що відображає психологічні механізми адаптації конкретного працівника Національної поліції України до стресогенних умов, дозволить прогнозувати ефективність виконання конкретних оперативно-службових завдань.

Аналіз наукових доробків у цій сфері дає підстави резюмувати, що модель професійного

стресу працівників Національної поліції України може складатися з трьох блоків: зовнішніх стрес-факторів; внутрішніх стрес-факторів; фізіологічних та психологічних виявів професійного стресу.

4. Результати експериментального дослідження

Дослідження психологічних чинників стресу у працівників Національної поліції України проводилося у два етапи. На першому було проведено теоретико-методологічний аналіз проблеми, а на другому – емпіричне дослідження, яке надало можливість проаналізувати особливості перебігу професійного стресу у працівників Національної поліції України та виявити психологічні детермінанти його виникнення.

На першому етапі проведеного дослідження здійснено оцінку рівня професійного стресу серед працівників Національної поліції України. З метою вивчення емоційного, поведінкового та фізіологічного стану й відповідних симптомів у працівників Національної поліції України застосовано методiku «Комплексна оцінка стресу» (Ю. Щербатих), яка складається з 26 запитань, що стосуються окремих робочих і життєвих ситуацій. Після проведення опитування за методикою Ю. Щербатих у майже половини респондентів простежується помірний стрес (41%), виражений стрес – у 23 %, сильний стрес – у 2%, а відсутній стрес – у 34% респондентів.

Із метою визначення домінуючих параметрів і характеристик у професійному стресі й особливостях реагування на нього поліцейських проведено факторний аналіз. Унаслідок його проведення виокремлено три латентних фактори, що значно впливають на особистість поліцейського та їх реагування на стрес (див. рис. 1).

Психологічна сутність першого фактору полягає у тому, що на розвиток професійного стресу у працівників Національної поліції України впливають такі детермінанти, як: особистісний адаптивний показник (0,93), нервово-психічна стійкість (0,90), тривожність (0,78), комунікативні здібності (0,76), моральна нормативність (0,68). Високий рівень показника «особистісний адаптивний потенціал» є свідченням того, що респондентам притаманна висока мотиваційна спрямованість на досягнення успіху у професійній діяльності, вміння адаптуватися до змін у соціально-політичному житті, вдовolenість обраним напрямом професійної діяльності тощо. Отриманий у процесі дослідження високий показник нервово-психічної стійкості є свідченням того, що у повсякденній діяльності працівникам поліції притаманні послідовність у діях і цілеспрямованість поведінки.

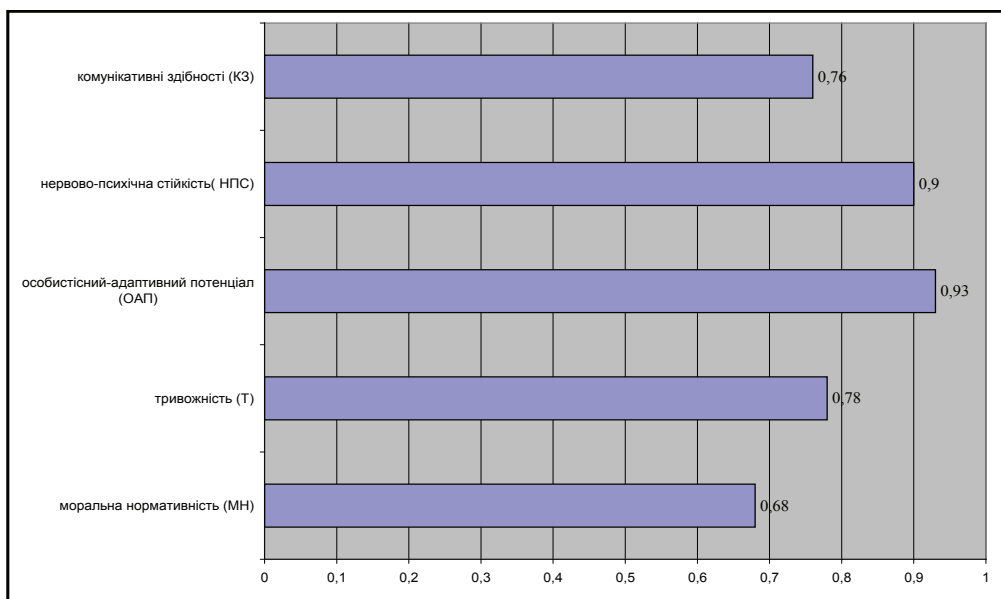


Рис. 1. Зображення першого фактору
«Тривожно-адаптивні індивідуальні відмінності в реагуванні»

Вплив тривожності респондентів виявляється з огляду на те, що їх діяльність супроводжують високий рівень складності покладених завдань та відповідальність за результати. Про вміння працівниками поліції використовувати три основні функції спілкування, а саме: комунікативну, інтерактивну, перцептивну – свідчить показник «комунікативні здібності». Звичайно самооцінка працівниками поліції їхніх дій лише у правовій сфері має збігатися з їх особистісним уявленням про моральний характер. Знання норм чинного законодавства та його імплементація у практичну діяльність

є вкрай важливими для правоохоронців, позаяк це є передумовою моральної відповідальності особистості працівника поліції і перед суспільством, і перед своєю совістю. Лише усвідомлені поліцейським норми права набувають значення особистісних цінностей і значущості моральних норм.

Другий фактор «Особливості індивідуальних відмінностей стресу», отриманий в результаті факторного аналізу, дав змогу виокремити чинники впливу на розвиток стресу у працівників Національної поліції України (див. рис. 2).

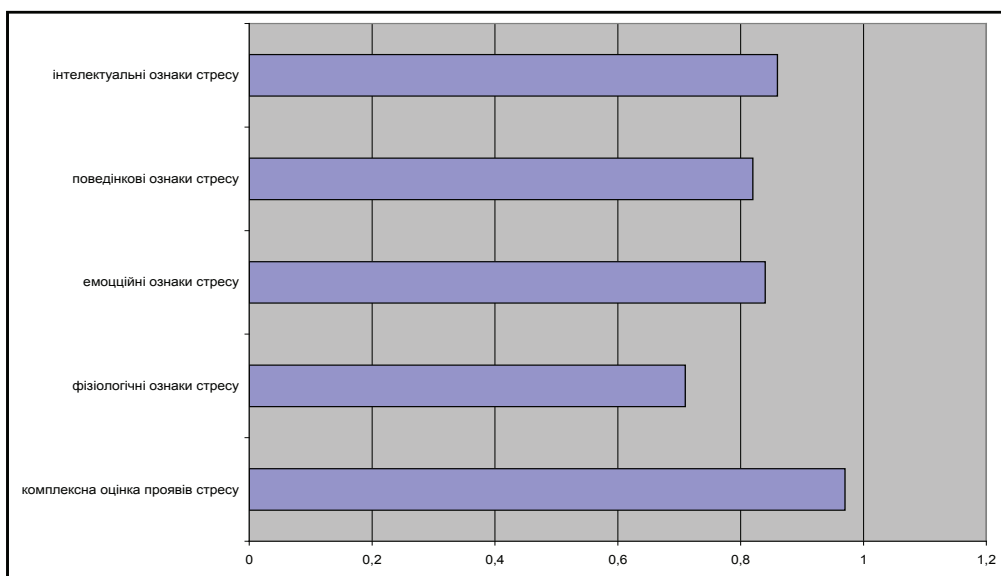


Рис. 2. Зображення другого фактора
«Особливості індивідуальних відмінностей вияву стресу»

Значний показник фізіологічного стресу (0,71) викликаний специфікою діяльності працівників Національної поліції України, оскільки їхня професійна діяльність повсякчас наповнена фізичними перенавантаженнями організму. Емоційний стрес (0,84) у професійній діяльності працівників Національної поліції України завжди виникає за умов наявності загрози чи в ризиконебезпечних ситуаціях, при тривалому очікуванні можливих ускладнень оперативної обстановки. Діяльність поліцейських доволі часто відбувається в умовах інформаційної невизначеності, складних, швидкозмінних і складно прогнозованих ситуаціях. Необхідність обрання копінг-стратегії (свідоме зусилля для вирішення проблем і намагання опанувати, мінімізувати або нівелювати їх) у стресових ситуаціях і призводить до виникнення у них інформаційного стресу (0,86). Постійні вияви стресу під час проходження служби у працівників поліції можуть спричиняти і мобілізуючий, і дезорганізуючий ефект, що призводить до загального зниження адекватності функціонування психічної сфери, а згодом – до виникнення поведінкових ознак стресу (0,86).

Третій фактор «Особливості продуктивності особистості» складається з двох діагностичних критеріїв: широти інтересів (0,73) та інтегрального показника успішності (0,86).

Психологічна сутність фактора «Широта інтересів» (0,73) полягає у тому, що на динаміку розвитку стресу безпосередньо впливають загальний інтелектуальний розвиток, широта інтересів, прагнення працівника Національної поліції України до навчання впродовж життя.

Застосувавши методику експертних оцінок успішності професійної діяльності поліцейського, встановлено, що значний вплив на професійну успішність респондентів, становлять: «професіоналізм» – $5,7 \pm 0,06$ балів; «інтелект» – $4,9 \pm 0,08$ балів; «лідерство» – $5,4 \pm 0,07$ балів; «самоконтроль» – $5,4 \pm 0,10$ балів (див. табл.). Усі дані є в межах середніх значень семибальної оцінювальної шкали.

Констатувальний етап дослідження полягав у з'ясуванні потреби працівників Національної поліції України у антистресових програмах. Під час дослідження 75,9% респондентів вказали на відсутність таких програм у їхніх підрозділах, що є свідченням недостатності уваги до проблем превенції та подолання феномену професійного стресу. Половина респондентів вказали на нагальну потребу в таких антистресових програмах.

На основі проведеного дослідження можна констатувати, що запобігання та подолання професійного стресу у діяльності поліцейських потребує спеціальних психологічних умов, а саме: 1) засвоєння знань про сутність і детермінанти виникнення професійного стресу; 2) опанування методик виявлення професійного стресу; 3) вивчення механізму превенції та подолання професійного стресу.

Висновки

1. Професійний стрес у працівників Національної поліції України породжується найрізноманітнішими за своєю природою чинниками, одним із домінуючих є специфіка умов діяльності поліцейського.

2. Професійна діяльність працівників Національної поліції України зумовлюється такими стрес-факторами, як: захоплення заручників терористами; протистояння озброєному злочинцю; затримання небезпечного злочинця; отримання каліцтва чи поранення під час виконання професійних функцій; постійна взаємодія з кримінальним світом; високий рівень відповідальності за прийняте рішення в умовах інформаційної невизначеності; стесогенність та ризиконебезпечність виконуваних функцій; напруженість у комунікації з об'єктами професійної діяльності; застосування заходів фізичного примусу, чи вогнепальної зброї на ураження тощо.

3. Констатовано, що психологічна напруженість призводить до виникнення стресових

Таблиця

Характеристика факторів, що визначають успішність професійної діяльності працівників Національної поліції України

Показники	Професіоналізм	Інтелект	Лідерство	Самоконтроль
M	5,7	4,9	5,4	5,4
σ	0,6	0,9	0,7	1,0
m±	0,06	0,08	0,07	0,10

Застосування методики «Самооцінка стресостійкості» (С. Коухен, Г. Вілліансон) дає можливість стверджувати, що рівень кореляційних зв'язків, виражений у респондентів і за окремими зв'язками, і за вагою коефіцієнтів кореляції, становить 0,72.

ситуацій. Обґрунтовано три основні підходи до аналізу професійного стресу: 1) оскільки його причиною є невідповідність (або несумісність) вимог робочого середовища й індивідуальних ресурсів працівника, то важливо виявити дисбаланс у системі «особистість – професійне

середовище» і з'ясувати, як її оптимізувати; 2) оскільки стрес породжується надто високою суб'єктивною оцінкою конфліктної ситуації, то слід правильно визначити лінію толерантної і виваженої поведінки для подолання труднощів спілкування; 3) оскільки стрес призводить до дерегуляції механізмів діяльності, а відтак до «переоцінки» своїх можливостей, акумуляції хронічних ефектів, що спричиняє стійкі патологічні зрушення в структурі особистості, то йдеться про впровадження комплексу тренінгових програм для формування вмінь і навичок подолання стресових ситуацій. Ігнорування такими підходами до оцінки стресозалежності працівників може призводити до їх професійного «вигорання», а надалі – до професійної деформації їх особистості.

4. Дослідження стану стресу у фаховій діяльності свідчать про те, що феноменологічно й у плані особливостей механізмів регуляції професійний стрес працівників Національної поліції України – це специфічний вид стресу і його можна визначити як багатомірний феномен фізіологічних і психологічних реакцій правоохоронця на складну службову ситуацію.

5. Модель професійного стресу працівників Національної поліції України складається з трьох блоків: зовнішніх стрес-факторів; внутрішніх стрес-факторів; фізіологічних та психологічних виявів професійного стресу.

6. Тривала дія стрес-факторів чинить професійно-деформуючий вплив, потребує

від працівників Національної поліції України максимальної фізичної та психоемоційної напруги, високого рівня професійної підготовленості та високого рівня розвитку внутрішнього імперативу.

7. Проведене емпіричне дослідження дало змогу окреслити специфіку професійного стресу в працівників Національної поліції України і виявити важливість таких факторів, як особистісний адаптивний показник, нервово-психічна стійкість, тривожність, комунікативні здібності, моральна нормативність. Також емпіричним шляхом доведено високі показники фізіологічного та емоційного стресу, що відображають специфіку впливу професійної діяльності особистості поліцейського на його емоційну сферу.

8. Основними спеціальними психологічними умовами підготовки працівників Національної поліції України до превенції та подолання професійного стресу є: 1) засвоєння знань про сутність і детермінанти виникнення професійного стресу; 2) опанування методик виявлення професійного стресу; 3) вивчення механізму превенції та подолання професійного стресу.

9. Комплексна проблематика превенції і подолання феномену професійного стресу працівників Національної поліції України передбачає повсякчасне забезпечення реалізації психологічного супроводу з використанням інтерактивних технік (антистресових програм).

Список використаних джерел

1. Про Національну поліцію: Закон України від 02.07.2015 № 580-VIII. URL: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/580-19>
2. Брайт Д., Джонс Ф. Стресс. Теории, исследования, мифы. СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2003. 352 с.
3. Гринберг Дж. Управление стрессом. СПб.: Питер, 2002. 496 с.
4. Лазарус Р. С. Теория стресса и психофизиологические исследования. Эмоциональный стресс / под ред. Л. Леви. Ленинград: Медицина, 1970. С. 178–208.
5. Селье Г. Стресс без дистресса. М.: Прогресс, 1979. 124 с.
6. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти / за наук. ред. С. Д. Максименка, Л. М. Карамушки, Т. В. Зайчикової. К.: Міленіум, 2004. 264 с.
7. Ложкин Г. В., Выдай А. М. Психическое «выгорание» лидера. *Персонал*. 1999. № 6. С. 36–43.
8. Плужник Я. А. Соціально-психологічні детермінанти організаційно- управлінського стресу: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.05. Львів, 2011. 21 с.
9. Водопьянова Н. Э. Психодиагностика стресса. СПб. 2009. 336 с.
10. Селье Г. Стресс без дистресса. М.: Прогресс, 2005. 253 с.
11. Апчел В. Я., Цыган В. Н. Стресс и стрессоустойчивость. СПб.: Военно-медицинская академия; АООТ «Типография «Правда»», 1999. 86 с.
12. Овчинников Б. В., Колчев А. И. Профессиональный стресс и здоровье. *Психология профессионального здоровья* / под ред. Г. С. Никифорова. СПб.: Речь, 2006. С. 204–213.
13. Abouserie R. Stress, coping strategies, and job satisfaction in university academic staff. *Educational Psychology*. 1996. № 16. P. 49–56.
14. Mechanic D. Students under Stress. New York: Free Press, 1962. P. 117.
15. Бодров В. А. Информационный стресс. М.: ПЕРСЭ, 2000. 352 с.
16. Basowitz H., Persky H., Korchin Sh., Grinker R. Anxiety and Stress: An Interdisciplinary Study of a Life Situation. New York: McGraw-Hill, 1955. P. 203–243.
17. Selye H. The stress of life. New York: McGraw-Hill, 1956. P. 81–94.

18. Тімченко О. В. Синдром посттравматичних стресових порушень: концептуалізація, діагностика, корекція та прогнозування: монографія. Х.: Вид-во Ун-ту внутр. справ, 2000. 268 с.
19. Рогачова Т. В., Залевский Г. В., Левицькая Т. Е. Психология экстремальных ситуаций и состояний. Томск: Изд-во ТГУ, 2015. 276 с.
20. Margolis B. L., Kroes W. H., Quinn R. P. Job stress: an anlisted occupational hazard. *Journal of Occupational Medisine*. 1974. 16. № 6. P. 659–661.
21. Furnham A. Personality of work. London: Routledge, 1992. 354 p.
22. Ross K., Altmaier E. A. Handbook of Counseling for Street at Work. London: Sage Publication, 1999. 108 p.
23. Тімченко О. В. Професійний стрес працівників органів внутрішніх справ України (концептуалізація, прогнозування, діагностика та корекція): автореф. дис. на здобуття наук. ступеня д-ра психол. наук: спец. 19.00.06. Х.: ХНУВС, 2003. 35 с.
24. Барко В. І. Психологія управління персоналом органів внутрішніх справ (проактивний підхід): монографія. К.: Ніка-Центр, 2003. 448 с.
25. Лефтеров В. О. Теоретичний аналіз стресогенних чинників професійної діяльності працівників міліції. *Вісник Національної академії оборони*. № 4 (17). К., 2010. С. 167–171.
26. Серета В. В., Кісіль З. Р. Юридико-психологічні засади запобігання професійній деформації працівників правоохоронних органів: монографія. Львів: ЛьвДУВС, 2016. 848 с.
27. Осьодло В. І. Особистісні чинники подолання стресових ситуацій в особливих умовах / *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2013. Вип. 14 (1). С. 242–252.
28. Борневассер М. Стресс в условиях труда. *Психические состояния*. СПб.: Питер, 2000. С. 195–214.
29. Кокс Т. Стресс. М., 1981. 216 с.
30. Санникова О. П., Кузнецова О. В. Адаптивность личности: монография. Одесса: Изд. Н. П. Черкасов, 2009. 258 с.
31. Васильев В. Н. Здоровье и стресс. М.: Знание, 1991. 160 с.
32. Пономаренко В. А. Пора прекратить избиение «человеческого фактора». *Вестник МНАПЧАК*. 2008. № 1 (27). С. 6–24.
33. Гримак Л. П. Резервы человеческой психологии. М.: Политиздат, 1987. 231 с.
34. Karasek R. A. Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign. *Admin. Sci. Q.* 1979. Vol. 24. P. 285–307.
35. Хокки Р., Хамильтон П. Когнитивные паттерны стрессовых состояний. Психология труда и организационная психология: современное состояние и перспективы развития / под ред. А. В. Леонова, О. Н. Чернышева. М.: Радикс, 1995. С. 225–242.
36. Лебедев В. И. Личность в экстремальных условиях. М.: Политиздат, 1989. 304 с.
37. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса. М.: Знание, 1983. 368 с.
38. Averill J. R. Emotions as mediators and as products of creative activity. In J. Kaufman & J. Baer (Eds.). *Creativity across domains: Faces of the muse*. Mahwah, NJ: Erlbaum, 2005. P. 225–243.

References

1. Pro Natsional'nu politsiyu: Zakon Ukrainy vid 02.07.2015 № 580-VIII [About the National Police: Law of Ukraine dated 07.07.2015 № 580-VIII]. Retrieved from <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/580-19> [in Ukr.].
2. Brajt, J. & Dzhons, F. (2003) Stress: Teorii, issledovaniya, mify [Stress. Theories, research, myths]. Sankt-Peterburg: Evroznak [in Rus.].
3. Grinberg, Dzh. (2002) Upravlenie stressom [Stress management]. Sankt-Peterburg: Piter [in Rus.].
4. Lazarus, R. (1970) Teoriya stressa i psihofiziologicheskie issledovaniya [Stress theory and physiological research]. *Emocional'nyj stress (Emotional stress)*. Leningrad: Medicina [in Rus.].
5. Sel'e, G. (1979) Stress bez distressa [Stress without distress]. Moskva: Progress [in Rus.].
6. Maksimenko, S. D., Karamushki, L. M. & Zaychikova, T. V. (2004) Syndrom «profesijnogo vyforannya» ta profesijna karyera pratsivnykiv osvitnikh orfanizatsiy: henderni apepty [The «burnout» syndrome and the professional careers of educational workers: gender / science. Ed.]. Kyiv: Millennium [in Ukr.].
7. Lozhkin, G. V. & Vydai, A. M. (1999) Psikhicheskoye «vygoraniye» lidera [Psychic «burnout» of the leader]. *Personal (Personnel)*, 6, 36–43 [in Rus.].
8. Pluzhnik, Ya. A. (2011) Sotsial'no-psykholohichni determinant orhanizatsiyno-upravlins'koho stresu [Sociopsychological determinants of organizational and managerial stress]. Lviv, 21 [in Ukr.].
9. Vodopyanova, N. E. (2009) Psikhodiagnostika stressa [Psychodiagnosis of stress]. Sankt-Peterburg [in Rus.].
10. Sel'e, G. (2005) Stress bez distressa [Stress without distress]. Moscow: Progress [in Rus.].
11. Apchel V. Ya. & Tsygan V. N. (1999) Stress i stressoustoichivost' [Stress and stress-resistance of a person]. Sankt-Peterburg: Military Medical Academy; Open Joint-Stock Company «Printing house «Pravda» [in Rus.].
12. Ovchinnikov, B. V. & Kolchev, A. I. (2006) Professipnal'nyi stress i zdorovye [Professional stress and health]. *Psikhologiya professional'nogo zdorovya (Psychology of professional health)*. Sankt-Peterburg: Speech. 204–213 [in Rus.].
13. Abouserie, R. (1996) Stress, coping strategies, and job satisfaction in university academic staff. *Educational Psychology*, 16, 49–56.
14. Mechanic, D. (1962) Student Under Stress. New York: Free Press.

15. Bodrov, V. A. (2000) *Informatsionnyi stress* [Information stress]. Moskva: PERSE [in Rus.].
16. Basowitz, H., Persky, H., Korchin, Sh. & Grinker R. (1955) *Anxiety and Stress: An Interdisciplinary Study of a Life Situation*. New York: McGraw-Hill.
17. Selye, H. (1956) *The stress of life*. New York: McGraw-Hill.
18. Timchenko, O. V. (2000) *Syndrom posttravmatychnykh stresovykh porushen': kontseptualizatsiya, diahnozyka, korektsiya ta prohnozuvannya* [The syndrome of post-traumatic stress disorders: conceptualization, diagnosis, correction and prognosis]. Kharkiv: View of Un-th overseas cases [in Ukr.].
19. Rogachova, T. V., Zalevsky G. V. & Levyskaya T. E. (2015) *Psykhohihiya ekstremal'nykh sytuatsiy i sjstoyaniy* [Psychology of extreme situations and states], Tomsk: TSU [in Ukr.].
20. Margolis, B. L., Kroes, W. H. & Quinn, R. P. (1974) Job stress: an anlisted occupational hazard. *Journal of Occupational Medisine*, 16, 6, 659–661.
21. Furnham, A. (1992) *Personality of work*. London: Routledge.
22. Ross, K. & Altmaier E. A. *The Handbook of Counseling for Street at Work*. London: Sage Publication, 1999.
23. Timchenko, O. V. (2003) *Profesiynyi stress pratsivnykh orhaniv vnutrishnikh sprav Ukrainy (kontseptualizatsiya, prohnozuvannya, diahnozyka ta korektsiya)* [Professional stress among employees of the internal affairs bodies of Ukraine (conceptualization, forecasting, diagnostics and correction)]. Kharkiv: NUVS [in Ukr.].
24. Barko, V. I. (2003) *Psykhohihiya upravlinnya personalom orhaniv vnutrishnikh sprav (proaktyvnyi pidkhid)* [Psychology of personnel management in the internal affairs (proactive approach)]. Kyiv: Nika-Center [in Ukr.].
25. Lefterov, V. O. (2010) *Teoretychnyi analiz stresohennykh chynnykiv profesiynoi diyal'nosti pratsivnykh militsii* [Theoretical analysis of stress factors of professional activity of police officers]. *Bulletin of the National Academy of Defense*. Kyiv, 4 (17), 167–171 [in Ukr.].
26. Sereda, V. V. & Kisil, Z. R. *Yurydyko-psykhohichni zasady zapobihannya profesiynoi deformatsii pratsivnykh pravookhoronnykh orhaniv* [Legal-psychological principles of prevention of professional deformation of law enforcement officers: monograph]. Lviv: Lviv State University of Internal Affairs, 2016, 848 [in Ukr.].
27. Osyodlo, V. I. (2013) *Osobystisni chynnyky podolannya stresovykh sytuatsiy v osoblyvykh umovakh* [Personality factors in overcoming stressful situations in special conditions]. *Problemy ekstremal'noi ta kryzovoi psykhohihii (Problems of extreme and crisis psychology)*, 14 (1), 242–252 [in Ukr.].
28. Bornewasser, M. (2000) *Stress v usloviyakh truda* [Stress in the conditions of work]. *Psikhicheskoye sostoyaniya (Mental states)*. Sankt-Peterburg: Peter, 195–214 [in Rus.].
29. Cox, T. (1981) *Stres* [Stress]. Moskva [in Rus.].
30. Sannikova, O. P. & Kuznetsova, O. V. *Adaptivnost' lichnosti* [Adaptability of the person]. Odessa: Izd. N. P. Cherkasov [in Rus.].
31. Vassiliev, V. N. (1991) *Zdorovye i stres* [Health and stress]. Moskva: Knowledge [in Rus.].
32. Ponomarenko, V. A. (2008) *Pora prekratit' izbiyeniye «chelovecheskoho faktora»* [It's time to stop the beating of the «human factor»]. *Vestnik MNAPCHAK. (Bulletin)*, 1 (27), 6–24 [in Rus.].
33. Grimak, L. P. (1987) *Rezervy chelovecheskoy psikhologii* [Reserves of human psychology]. Moscva: Politizdat. [in Rus.].
34. Karasek, R. A. (1979) Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign. *Admin. Sci Q*, 24, 285–307.
35. Hokki, R. & Hamilton, P. (1995) *Kognitivniye pattern stressovykh sostoyaniy* [Cognitive Patterns of Stress Conditions]. *Psikhologiya truda i oganizatsionnaya psikhologiya: sovremennoye sostoyaniya i perspektivy razvitiya (Psychology of Labor and Organizational Psychology: Contemporary Status and Prospects for Development)*. Moskva: Radics, 225–242 [in Rus.].
36. Lebedev, V. I. (1989) *Lichnost' v ekstremal'nykh esloviyakh* [Personality in Extreme Conditions]. Moskva: Politidzdat [in Rus.].
37. Kitayev-Smyk, L. A. (1983) *Psykhologiya stressa* [Psychology of Stress]. Moskva: Knowledge. 368 [in Rus.].
38. Averill, J. R. (2005) *Emotions as a mediator and products of creative activity*. In J. Kaufman & J. Baer (Eds.). *Creativity across domains: Faces of the muse*. Mahwah, NJ: Erlbaum, 225–243.

Стаття: надійшла до редакції 26.01.2019

прийнята до друку 26.03.2019

The article: is received 26.01.2019

is accepted 26.03.2019