

ШВЕЦЬ Д.В.

кандидат педагогічних наук

Харківський національний університет внутрішніх справ

СТРАТЕГІЇ ПОДОЛАННЯ СТРЕСОВИХ СИТУАЦІЙ МАЙБУТНІХ ПРАВООХОРОНЦІВ У КОНТЕКСТІ ПРОГНОСТИЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ

Вступ. Сучасна людина щодня стикається з цілою низкою стресогенних ситуацій, в зв'язку з чим зростає навантаження на механізми, що дозволяють вирішувати проблемні ситуації, передбачати їх виникнення і знімати психічне напруження, яка виникає в результаті впливу різних стресорів.

У сучасному світі професійна діяльність співробітників правоохоронних органів протікає в екстремальних умовах і зазнає впливу різних стрес-факторів. Діяльність працівників поліції здійснюється в умовах підвищеної небезпеки і характеризується негативним впливом на них цілою низкою несприятливих, дискомфортних і загрозливих факторів, які, за певних обставин, провокують не тільки розвиток нервово-психічних розладів, але і спричиняють загрозу життю [5, с.94].

Ефективність службової діяльності досягається не тільки професійними знаннями, вміннями, навичками, а й особливістю копінг - поведінки в екстремальних і особливих умовах. Проблема психологічної адаптації поліцейських до стресу посідає одне з провідних положень, оскільки від ефективності її розв'язання безпосередньо залежить ефективність діяльності правоохоронців. Оцінка і формування конструктивної копінг-поведінки відносяться до числа пріоритетних завдань психологічного супроводу правоохоронної діяльності [3, с.131].

Проблема стресу та копінг - поведінки в професійній діяльності співробітників правоохоронних органів досить добре освітлена в сучасній літературі (А.П. Шихова, Є.М. Пономаренко, В.І. Солдатов, І.Б. Лебедєв, М.М. Калашникова, Л. І. Вассерман, П.М. Кога та інші). Зараз в Україні проблеми копінг-поведінки у професійній діяльності досліджують О.І. Склень О.Є Самара, М.В. Кожанова, І.О. Корнієнко, Л.А. Колесніченко; Г.В Чухраєва, В.В. Доценко, М.М. Дідух, А.В. Колчигіна, А.Є. Левенець та інші.

На думку таких авторів як Л. І. Анциферова, Т. Віллс и С. Шифман, В. Д. Менделевич саме процеси антиципації грають головну роль в опануванні стресом. Так Л.І. Анциферова зазначає важливе адаптивне значення антиципуючого опанування, завдяки якому здійснюється передбачення виникнення важкої ситуації, формується психологічна готовність до зустрічі з такою подією або робиться пошук шляхів її запобігання [1]. Тому, правильний вибір стратегії подолання стресової події неможливий без когнітивного оцінювання важкої ситуації, що припускає передбачення можливого результату.

Мета дослідження - визначення особливостей стратегії подолання стресових ситуацій майбутніх правоохоронців у контексті прогностичної компетентності.

Результати дослідження. У дослідженні стратегій подолання стресових ситуацій приймали участь курсанти Харківський національний університет внутрішніх справ, у кількості 75 чоловік. В ході проведення дослідження за допомогою тесту антиципаційної спроможності (прогностичної компетентності), яка запропонована В. Д. Менделевичем [4, с.35-40], всі випробувані були поділені на дві групи : Перша група – з високим рівнем антиципаційної спроможності, у кількості 48 чоловік; Друга група – з

низьким рівнем антиципаційної спроможності, у кількості 27 чоловік. Для вирішення поставлених в дослідженні завдань нами використовувались методика стратегії подолання стресових ситуацій (SACS) російськомовна версія Н.Є. Водоп'янової, О.С. Старченкової [2].

За допомогою методики SACS нами були досліджені особливості тих моделей копінг- поведінки, яким віддається перевага в складних стресогених ситуаціях курсантами. Результати наведені в таблиці 1.

Таблиця 1.
Показники стратегій подолання стресових ситуацій курсантами з різним рівнем антиципаційної спроможності ($M \pm m$).

Стратегії подолання стресових ситуацій	Антиципаційна спроможність		Т	Р
	Високий рівень	Низький рівень		
Асертивні дії	3,65±0,75	2,13±0,11	2,01	0,05
Соціальний контакт	3,52±0,97	1,53±0,21	2,00	0,05
Пошук соціальної підтримки	2,11±1,02	1,97±0,99	0,10	-
Обережні дії	1,48±1,05	2,33±1,23	0,53	-
Імпульсивні дії	1,82±0,71	1,49±0,51	0,38	-
Уникнення	1,91±0,91	1,52±0,81	0,32	-
Непрямі дії	1,42±0,64	3,99±0,98	2,20	0,05
Асоціальні дії	2,07±0,33	3,83±0,73	2,20	0,05
Агресивні дії	2,10±1,11	2,53±1,17	0,02	-

Порівняльний аналіз стратегій подолання стресових ситуацій в групах досліджуваних показав (див. табл.1), що курсантам з високим рівнем антиципаційної спроможності достовірно більше властиві такі стратегії як асертивні дії (3,65±0,75; 2,13±0,11, при $p \leq 0,05$), соціальний контакт (3,52±0,97; 1,53±0,21, при $p \leq 0,05$), ніж в групі курсантів з низьким рівнем антиципаційної спроможності, яким в свою чергу достовірно більше

притаманні непрямі дії ($3,99 \pm 0,98$; $1,42 \pm 0,64$, при $p \leq 0,05$) та асоціальні дії ($3,83 \pm 0,73$; $2,07 \pm 0,33$, при $p \leq 0,05$).

Таким чином курсантам з високим рівнем антиципаційної спроможності властиво у складних життєвих ситуаціях діяти самостійно, спокійно можуть захистити себе від несправедливих дій з боку інших, також їм властиво об'єднуватися з іншими людьми для вирішення проблеми, знаходячись в складній ситуації ви роздумують про те, як би поступили в цій ситуації інші люди.

В свою чергу курсанти з низьким рівнем антиципаційної спроможності намагаються тримати все під контролем не показуючи це іншим, маніпулюють іншими людьми для досягнення своїх цілей, також їм часто доводиться підігравати іншим використовуючи хитрість, а також вважають що корисно демонструвати свою владу і перевагу для зміцнення власного авторитету та вигідно ставити іншу людину в залежне положення. Також їм властиво іноді в складних ситуаціях діяти не напругу, цинічно, маніпулювати іншими людьми та демонструвати власну силу та авторитет. Можливо саме використання неконструктивних стратегій поведінки курсантами з низьким рівнем антиципаційної спроможності, виступає як ризик розвитку синдрому вигорання та може свідчити про наявність компенсаторних механізмів подолання внутрішнього дискомфорту або психологічних комплексів невпевненості в собі та негативізму по відношенню до оточуючих.

Висновки. Отримані дані в ході дослідження свідчать, що курсантам з високим рівнем антиципаційної спроможності властиві адаптивні стратегії опанування: активні (асертивні дії) та просоціальні (соціальний контакт), які спрямовані на вирішення проблемної або стресовій ситуації або на отримання соціальної підтримки від середовища. А курсантам з низьким

рівнем прогностичної компетенції притаманні дезадаптивні копінг- стратегії: маніпулятивні та асоціальні дії, які характеризуються соціальною несмілістю і в той же час невпевненістю в собі та негативізмом по відношенню до оточуючих.

Перспективи подальших досліджень. Подальше вивчення копінг-поведінки в контексті прогностичної компетентності дозволить розробити психотехнології, які сприятимуть розвинути розуміння та визначення потенційного стресору та створення резерву особистісних і середовищних ресурсів, необхідних для успішності копінг-поведінки майбутніх правоохоронців.

Список літератури

1. Анциферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: Переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л.И. Анциферова // Психологический журнал. , 1994 – с. 309 - 333.
2. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с. : ил. – (Серия «Практикум»).
3. Дідух М.М. Стан розвитку компонентів конструктивної копінг-поведінки у працівників органів внутрішніх справ/ М.М. Дідух // Збірник наукових праць К-ПНУ ім. І. Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. Проблеми сучасної психології, Випуск 26. – 2014. – С.129-143.
4. Менделевич В. Д. Тест антиципационной состоятельности (прогностической компетентности) – экспериментально-психологическая методика для оценки готовности к невротическим расстройствам / В. Д. Менделевич // Социально-клиническая психиатрия.-2002. – №2. – С. 35- 40.
5. Чухраєва Г.В Стреси та дистреси в психологічній діяльності працівників поліції / Г.В. Чухраєва // Вісник Харківського національного університету, Випуск 59, - с.94-97.