

УДК 159.9

[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-3\(37\)-803-811](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-3(37)-803-811)

Гончарова Яна Ігорівна аспірантка кафедри соціології та психології, Харківський національний університет внутрішніх справ, пр. Льва Ландау, 27, м. Харків, 61080, <https://orcid.org/0000-0002-2656-5099>

САМОВЛАДАННЯ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ З ВИКОРИСТАННЯМ РІЗНИХ СТРАТЕГІЙ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ

Анотація. Стаття присвячена теоретичному та емпіричному дослідженню специфіки самовладання у поліцейських, які використовують різні стратегії копінг-поведінки. В царині психологічної науки науковці аналізують різні підходи до управління стресом та важкими ситуаціями, які суттєво впливають на рівень самовладання поліцейських. Наукові праці вказують на те, що поліцейські з різними стратегіями копінг-поведінки можуть мати різний рівень самовладання, що може впливати на їхню ефективність у розв'язанні професійних завдань та взаємодії з громадянами. Актуальність проведеного дослідження полягає в тому, що отримані результати можуть бути корисними для розуміння важливості самовладання в професійній діяльності поліцейських та розвитку стратегій для покращення їхньої професійної ефективності.

Мета статті полягає у виявленні особливостей самовладання у поліцейських з різними стратегіями копінг-поведінки. Дослідження включало участь 486 поліцейських. За допомогою «Методики психологічної діагностики механізмів копінг-поведінки» Н. Нейм та «Індикатора копінг-стратегій» J. Amirkhan ми застосували кластерний аналіз з використанням методу k-середніх для класифікації респондентів на групи з різними стратегіями копінг-поведінки. Стагніючий копінг був виявлений у 117 осіб, збалансований копінг - у 203 осіб, а результативний копінг - у 166 осіб. У нашому дослідженні також використовувався тест «Самовладання».

Дослідження підтвердило, що рівень особистісного самовладання відрізняється серед поліцейських з різними стратегіями копінг-поведінки. Поліцейські з результативним копінг-поведінкою демонструють вищий рівень самовладання, проявляючи здатність до ефективного контролю над емоціями, діями та реакціями, а також до конструктивного розв'язування конфліктів. Щодо групи поліцейських зі збалансованим копінг-поведінкою, вони виявляють вищий рівень ситуаційного самовладання, краще адаптуючись до різних професійних ситуацій і здатні ефективно керувати емоціями навіть у стресових умовах, що робить їх більш успішними та ефективними. Поліцейські зі стагніючим копінг-поведінкою, ймовірно, намагатимуться уникати або ігнорувати проблемні ситуації, що може негативно вплинути на їх самопочуття та загальний добробут.

Ключові слова: самовладання, поліцейські, копінг-поведінка, стрес, стагніючий копінг, результативний копінг, збалансований копінг.

Goncharova Yana Ihorivna graduate student of the Department of Sociology and Psychology, Kharkiv National University of Internal Affairs, Lva Landau Ave., 27, Kharkiv, 61080, <https://orcid.org/0000-0002-2656-5099>

SELF-CONTROL OF POLICE OFFICERS EMPLOYING VARIOUS COPING BEHAVIOR STRATEGIES

Abstract. The article is devoted to the theoretical and empirical investigation of the specificity of self-control among police officers employing different coping strategies. Within the realm of psychological science, researchers analyze various approaches to stress management and difficult situations, which significantly influence the level of self-control among police officers. Scholarly works indicate that police officers using different coping strategies may have varying levels of self-control, which can affect their effectiveness in solving professional tasks and interacting with citizens. The relevance of this research lies in the fact that the obtained results can be useful for understanding the importance of self-control in the professional activities of police officers and for developing strategies to improve their professional efficiency.

The purpose of the article is to identify the peculiarities of self-control among police officers with different coping strategies. The study involved the participation of 486 police officers. Using H. Heim's "Psychological Diagnostic Method of Coping Mechanisms" and J. Amirkhan's "Coping Strategies Indicator," we applied cluster analysis using the k-means method to classify respondents into groups with different coping strategies. Stagnant coping was identified in 117 individuals, balanced coping in 203 individuals, and effective coping in 166 individuals. Additionally, in our research, we utilized the "Self-Control" test.

The study confirmed that the level of personal self-control varies among police officers employing different coping strategies. Police officers employing effective coping demonstrate higher levels of self-control, showing the ability to effectively control their emotions, actions, and reactions, as well as to constructively resolve conflicts. As for the group of police officers employing balanced coping, they exhibit a higher level of situational self-control, better adapting to various professional situations and effectively managing emotions even in stressful conditions, making them more successful and efficient. Police officers employing stagnant coping are more likely to try to avoid or ignore problematic situations, which can negatively impact their well-being and overall welfare.

Keywords: self-control, police officers, coping behavior, stress, stagnant coping, effective coping, balanced coping.

Постановка проблеми. Самовладання в практиці поліціювання є актуальною науково-практичною проблемою, яка зосереджена на вивченні його впливу на професійну діяльність та психічне здоров'я поліцейських. В царині юридичної психології спостерігається дефіцитарність розуміння конкретних викликів та чинників, що впливають на самовладання в даній професійній групі. Поточне дослідження спрямоване на розв'язання цієї проблеми шляхом вивчення факторів, що сприяють самовладанню у поліцейських, та визначення ефективних стратегій копінг-поведінки, які сприяють підвищенню навичок самоуправління, саморегуляції та самовладання у офіцерів поліції. Завдяки виявленню основних проблем самовладання та пошук проактивних стратегій копінг-поведінки здатні сприяти підтримці благополуччя та ефективності діяльності, забезпечуючи при цьому безпеку та порядок у суспільстві.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Працівники поліції в ході своєї діяльності доволі часто стикаються з високим рівнем стресу та напруги, що може впливати на їхнє самовладання та самопочуття. Наукові праці свідчать, що недостатній рівень самовладання може призвести до негативних наслідків, таких як невідповідна реакція на стресові ситуації, неправильні рішення або навіть порушення закону Я. Пономаренко наголошує на тому, що важливо дослідити фактори, що впливають на рівень самоуправління серед поліцейських офіцерів та розробити стратегії для підвищення цього рівня для забезпечення ефективної та безпечної професійної діяльності [1]. В науковому обігу доволі часто можна зустріти схожі поняття, такі як «самоуправління» та «саморегуляція». Так, С. Бойчук пише, що саморегуляція – стан або якість, що полягає в контролі над власними емоціями, діями та реакціями, особливо в складних або важких професійних ситуаціях з якими стикаються поліцейські. Науковець пояснює, що це значить бути зібраним, впевненим і самостійним, навіть у супер екстремальних ситуаціях. Дослідник наголошує на тому, що поліцейські, які добре володіють собою, часто здатні зберігати внутрішній спокій та ясність, приймати раціональні рішення та ефективно розв'язувати різноманітні професійні обставини, не потрапляючи у стан перевтоми чи надмірної реактивності. На думку автора, особливості самовладання можуть бути пов'язаними з емоційною зрілістю, стійкістю та внутрішньою силою поліціантів [2]. Своєю чергою О. Галустян з колегами засвідчили, що самовладання можна віднести до вольових якостей особистості, оскільки воно описує процес контролю за власними емоціями, діями і реакціями в різних професійних та життєвих ситуаціях. Автори наголошують, що це важлива навичка для поліцейських, які повинні ефективно взаємодіяти з громадою, реагувати на стресові ситуації та виконувати свої обов'язки з високим ступенем професіоналізму та самоконтролю [3]. Самовладання, пише О. Волуйко, допомагає поліцейським зберігати спокій та приймати обґрунтовані рішення навіть у складних умовах [4]. Закордонні дослідження вказують на те, що

низький рівень самовладання може призвести до процесуально несправедливому ставленню поліцейських до громадян. Так, С. Donner сходиться у думці, що недостатній самоконтроль та самовладання здатні призвести до емоційних вибухів, необґрунтованої агресії або прояву упереджень, що в свою чергу сприяють неправомірному або несправедливому поводженню зі сторони поліцейських. Науковець резюмує, що важливо, щоб поліцейські мали достатній рівень самовладання, щоб ефективно керувати своїми емоціями та діями [5]. Цікавим є дослідження R. Meldrum зі співавторами, які порівняли самовладання поліцейських зі самоконтролем злочинців. Результати їх дослідження засвідчили, що поліцейські мають вищий рівень самовладання, ніж злочинці в цілому [6]. Самовладання в контексті копінг-поведінки поліцейських, на думку групи українських науковців, це важливий аспект їхнього професійного функціонування та емоційного благополуччя. Дослідники вказують, що копінг-поведінка – це спосіб, яким офіцери поліції реагують на стресові ситуації та намагаються знизити або подолати їх [7]. Отже, самовладання в цьому контексті означає здатність поліцейських ефективно керувати своїми емоціями, діями та реакціями в стресових ситуаціях, що й обумовило мету нашого дослідження.

Мета і завдання статті. *Мета* статті – виявити особливості самовладання у поліцейських з різним стратегіями копінг-поведінки.

Завданнями дослідження виступили: 1) проаналізувати рівень наукового дослідження щодо проблеми самовладання поліцейських у вітчизняних та зарубіжних наукових джерелах; 2) встановити специфіку самовладання у поліціантів, які використовують різні стратегії копінг-поведінки.

Матеріали та методи досліджень. Ми провели емпіричне дослідження, щоб вивчити особливості самовладання серед працівників поліції, які використовують різні стратегії копінг-поведінки. Для цього було залучено 486 поліцейських, яких було розділено на три групи у відповідності до їхніх стратегій копінг-поведінки: стагніючий, збалансований та результативний. Ми вважаємо, що люди зі стагніючим копінгом обирають стратегії поведінки, які свідчать про бажання відмовитися або уникнути від проблеми. Тобто, люди замість того, щоб активно розв'язувати проблему або змінювати ситуацію здатні відволікати себе від стресу, уникаючи проблеми або намагаючись забути про неї. Збалансованим копінг демонструє здатність особистості пристосовуватися до мінливих обставин, комбінуючи елементи реагування та передбачення, а також використовуючи різноманітні стратегії для досягнення оптимальних результатів. Результативний копінг спостерігається у поліцейських, які толерантні до невизначеності, готові до прийняття раціональних рішень та використовують гнучкі копінг-стратегії, які спрямовані на те, щоб допомогти їм ефективно впоратися з високим рівнем стресу та непередбачуваними ситуаціями.

Емпіричною базою дослідження виступили поліцейські у кількості 486 осіб. Використовуючи методику Н. Heim «Методика психологічної діагностики механізмів копінг-поведінки» та методику J. Amirkhan «Індикатор копінг-стратегій», ми використали кластерний аналіз за методом k-середніх для формування груп респондентів з різними стратегіями копінг-поведінки. Стагніючий копінг було виявлено у 117 осіб, збалансований копінг – у 203 осіб, а результативний копінг – у 166 осіб. У нашому дослідженні ми також використовували тест «Самовладання» [8, с.52-55]. Даний психодіагностичний інструмент використовується для вимірювання рівня самовладання та самоконтролю особистості. Завдяки даному тесту, ми можемо, виявити, наскільки поліцейські здатні керувати своїми діями, емоціями та прагненнями в різних професійних ситуаціях. Тест містить 4 шкали, які включають питання, спрямовані на оцінку здатності відкладати задоволення, контролювати власні дії у стресових ситуаціях, визначати й досягати цілей та інші аспекти самовладання. Отримані результати дозволяють отримати інформацію про рівень розвиненості самовладання у поліцейських. Кількісна обробка результатів була здійснена за допомогою t-критерія Стьюдента для незалежних вибірок.

Результати досліджень. Під час емпіричного дослідження були виявлені значущі різниці за досліджуваними параметрами самовладання серед поліцейських з різними стратегіями копінг-поведінки. Результати наведені у таблицях 1 та 2.

Таблиця 1

Особливості самовладання у поліцейських, які використовують різні стратегії копінг-поведінки($M \pm \sigma$)

Шкали	Перша група (1 кластер) (Стагніючий)	Друга група (2 кластер) (Збалансований)	Третя група (3 кластер) (Результативний)
Особистісне самовладання	16.30 ± 1.24	18.73 ± 1.21	19.86 ± 1.23
Ситуаційне самовладання	11.29 ± 1.08	14.56 ± 1.19	12.56 ± 1.17
Екзистенційне самовладання	12.73 ± 1.16	13.12 ± 1.26	12.93 ± 1.24
Загальний рівень самовладання	40.32 ± 1.17	46.41 ± 1.22	45.35 ± 1.21

Таблиця 2

**Значимість відмінностей самовладання в різних кластерних групах
 поліцейських**

Шкали	t			P		
	1:2	2:3	1:3	1:2	2:3	1:3
Особистісне самовладання	1.40	0.68	2.29	-	-	0.05
Ситуаційне самовладання	2.03	1.20	0.80	0.05	-	-
Екзистенційне самовладання	0.23	0.11	0.12	-	-	-
Загальний рівень самовладання	3.60	0.62	2.99	0.001	-	0.001

Згідно з даними наведеними у таблицях 1 та 2, можемо констатувати, що за шкалою «Особистісне самовладання» встановлені вірогідно значущі відмінності між групами поліцейських, які мають результативний та стагніючий копінги-поведінки ($p \leq 0,05$). Це свідчить, що рівень особистісного самовладання суттєво відрізняється між цими двома групами поліцейських. Можна зробити висновок, що поліцейські з результативним копінгом-поведінки демонструють вищий рівень особистісного самовладання, який простежується у їх здатності до ефективного контролю над своїми емоціями, діями та реакція у різних професійних та життєвих ситуаціях. Поліцейські третьої групи вміють відкладати миттєве задоволення на користь довгострокових цілей, а також володіють навичками конструктивного розв'язання конфліктів та взаємодії з іншими людьми порівняно з тими поліцейськими, які мають стагніючий копінг. Встановлений помірний рівень самовладання свідчить про здатність поліцейських з результативним копінгом долати стресові ситуації та проявляти стійкість у важких ситуаціях. Це може мати важливі наслідки для професійної ефективності та успішності поліціантів, а також для загального психологічного благополуччя у цілому.

За шкалою «Ситуаційне самовладання» встановлені вірогідно значущі відмінності між групами поліцейських, які мають збалансований та стагніючий копінги-поведінки ($p \leq 0,05$). Це дозволяє констатувати, що поліцейські зі збалансованим копінгом-поведінки проявляють вищий рівень ситуаційного самовладання порівняно з тими респондентами, у яких діагностовано стагніючий копінг. Вони, ймовірно, краще адаптуються до різних життєвих ситуацій, здатні ефективно керувати емоціями та приймати обґрунтовані рішення навіть у стресових умовах. За таких обставин можна стверджувати, що поліцейські зі збалансованим копінгом можуть бути більш успішними та ефективними у розв'язанні конфліктів та управлінні важкими ситуаціями порівняно з представниками першої групи. Таким чином, поліцейські з результативним копінгом виявляються більш адаптивними до різноманітних викликів у професійній діяльності. Вони здатні зберігати спокій, швидко реагують та досягають бажаних результатів.

Результати отримані за шкалою «Екзистенційне самовладання» свідчать, що не було встановлено вірогідно значущих відмінностей між групами поліцейських, які виявляють різні стратегії копіngu. Можемо констатувати, що рівень екзистенційного самовладання не залежить від обраної стратегії копіngu у поліцейських. Це також може вказувати ще на те, що здатність управляти своїм життям, розв'язувати проблеми та шукати сенс у власних діях не обов'язково обумовлений тим, яким чином людина реагує на стресові чи проблемні ситуації. Припускаємо, що інші фактори, такі як особистісні характеристики, соціальне середовище та життєвий досвід, можуть мати більший вплив на розвиток екзистенційного самовладання у поліціантів.

За загальним показником самовладання встановлені вірогідно значущі відмінності між групами поліцейських, які мають збалансований та результативний копіngи-поведінки у порівнянні з поліцейськими, які мають стагніючий копіng ($p \leq 0,001$). Звідси, можемо стверджувати, що рівень загального самовладання значно відрізняється в залежності від обраної стратегії копіngu у поліцейських. Поліцейські зі збалансованим та результативним копіngом виявили вищий рівень загального самовладання порівняно з тими, хто має стагніючий копіng. Це може вказувати на те, що ефективніші стратегії копіngu допомагають поліцейським краще управляти своїм життям, реагувати на стрес та досягати своїх цілей. Такі результати можуть бути корисними для розробки програм тренування та підтримки поліцейських у розв'язанні професійних та особистісних викликів.

Висновки. Емпіричне дослідження особливостей самовладання у поліцейських, які використовують різні стратегії копіng-поведінки, дозволило сформулювати ряд важливих висновків. Теоретичний аналіз психологічний джерел продемонстрував широкий спектр досліджень проблеми самовладання у практиці поліціювання.

Емпірично доведено, що рівень особистісного самовладання значно відрізняється серед поліцейських з різними стратегіями копіng-поведінки. Поліцейські з результативним копіngом демонструють вищий рівень особистісного самовладання, виявляючи здатність до ефективного контролю над своїми емоціями, діями та реакціями, а також здатність конструктивно розв'язувати конфлікти. Щодо групи поліцейських зі збалансованим копіngом-поведінки, то вони демонструють вищий рівень ситуаційного самовладання, краще адаптуючись до різних професійних ситуацій, здатні ефективно керувати емоціями та приймати обґрунтовані рішення навіть у стресових умовах, що характеризує їх як більш успішних та ефективних. Поліцейські, які мають стагніючий копіng, імовірно будуть намагатися уникнути або ігнорувати проблемну ситуацію, що негативно позначається на їх самопочутті та добробуті в цілому. Таким чином, рівень загального самовладання в поліціантів відрізняється в залежності від обраної стратегії копіngu. Офіцери поліції, які використовують збалансований або результа-

тивний копінг, демонструють вищий рівень самовладання, порівняно з тими, хто застосовує стагніючий копінг.

Представлені результати свідчать про те, що ефективніші стратегії копіngu допомагають поліцейським краще керувати своїм життям, реагувати на стрес та досягати своїх цілей.

Перспективами подальших наукових розвідок, можна вважати, пошук та розробка програм тренування та підтримки, які можуть допомогти поліцейським у покращенні їхнього самовладання та подолання зі стресовими факторами у діяльності, а також вивчення зв'язків між самовладанням та іншими аспектами, такими як професійне вигорання, якість життя тощо.

Література:

1. Пономаренко Я.С. Самоуправління поліцейських в контексті їх особистісно-професійної здійсненності. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2022. №2. С. 51-55.
2. Бойчук С. С. Саморегуляція як чинник життєздатності особистості поліцейських «Корпусу оперативно-раптової дії» (КОРД): дис. доктора філософії: 053 Психологія (юридична психологія). Харків, ХНУВС, 2023. 302 с.
3. Галустян О.А., Захаренко Л.М., Юрченко-Шеховцова Т. І. Значення саморегуляції в професійній мотивації поліцейських. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: Психологічні науки*. 2017. №2(7). С.30-43.
4. Волуйко О.М. Психологічні чинники готовності поліцейських до інновацій у діяльності Національної поліції України: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.06. Харків, 2019. 292 с.
5. Donner M.C. Does low self-control contribute to police officers' procedurally unjust treatment of citizens? A unique test of Gottfredson and Hirschi's generality hypothesis, *Police Practice and Research* .2021. №22(1). P. 240-256.
6. Meldrum R.C., Donner C.M., Cleary S., Hochstetler A., DeLisi M. Assessing similarities and differences in self-control between police officers and offenders. *American Journal of Criminal Justice*. 2020. №45(2). P.167–189.
7. Fedorenko, O., Dotsenko, V., Okhrimenko, I., Radchenko, K., & Gorbenko, D. (2020). Coping Behavior of Criminal Police Officers at Different Stages of Professional Activity. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 11(2), 124-146.
8. Євдокімова О. О., Кобилко Н. А. Психодіагностичні матеріали. В допомогу психологу поліції : методичний посібник. Частина 1. Харків : Факт, 2023. 136 с

References:

1. Ponomarenko, Y.S. (2022). Samoupravlinnia politseiskyykh v konteksti yikh osobystisno-profesiinoi zdiisnennosti [Self-management of police officers in the context of their personal and professional performance]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriya: Psykholohiia. – Scientific Bulletin of Uzhhorod National University. Series: Psychology*, 2, 51-55. [In Ukrainian]. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.2.10>
2. Boichuk, S.S. (2023). Samorehuliatyia yak chynnyk zhyttiezdatnosti osobystosti politseiskyykh «Korpusu operatyvno-raptovoi dii» (KORD) [Self-regulation as a personality resilience factor of the “KORD” Rapid Response Department policemen officers]: dys. doktora filosofii: 053 Psykholohiia (iurydychna psykholohiia). Kharkiv, KhNUVS [In Ukrainian]. URL: https://univd.edu.ua/files/articles/163497/dysertatsiia_boichuk_ss_compressed.pdf

3. Halustian, O.A., Zakharenko, L.M., & Yurchenko-Shekhovtsova, T. I. (2017). Znachennia samorehuliatcii v profesiinii motyvatsii politseiskykh [The significance of self-regulation in the professional motivation of police officers]. Zbirnyk naukovykh prats Natsionalnoi akademii Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy. Serii: Psykholohichni nauky – Collection of scientific papers of the National Academy of the State Border Guard Service of Ukraine. Series: Psychological Sciences? 2(7), 30-43. [In Ukrainian]. URL: file:///C:/Users/user/Downloads/znpnapv_pn_2017_2_5-1.pdf
4. Voluiko, O.M. (2019). Psykholohichni chynnyky hotovnosti politseiskykh do innovatsii u diialnosti Natsionalnoi politsii Ukrainy [Psychological factors of police officers' readiness to innovate in the activities of the National Police of Ukraine]: (Doctoral dissertation, Kharkiv). [In Ukrainian]. URL: <http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/6172>
5. Donner, M.C. (2021). Does low self-control contribute to police officers' procedurally unjust treatment of citizens? A unique test of Gottfredson and Hirschi's generality hypothesis, *Police Practice and Research*, 22:1, 240-256, <https://doi.org/10.1080/15614263.2020.1821679>
6. Meldrum, R.C., Donner, C.M., Cleary, S., Hochstetler, A., & DeLisi, M. (2020). Assessing similarities and differences in self-control between police officers and offenders. *American Journal of Criminal Justice*, 45(2), 167–189. <https://doi.org/10.1007/s12103-019-09505-4>
7. Fedorenko, O., Dotsenko, V., Okhrimenko, I., Radchenko, K., & Gorbenko, D. (2020). Coping Behavior of Criminal Police Officers at Different Stages of Professional Activity. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 11(2), 124-146. <https://doi.org/10.18662/brain/11.2/78>
8. Yevdokimova, O.O., & Kobylko, N.A. (2023). Psykhodiahnostychni materialy. V dopomohu psykhologu politsii : metodychnyi posibnyk. Chastyna 1 [Psychodiagnostic materials. A guide for police psychologists: methodological manual. Part 1]. Kharkiv: Fakt. [In Ukrainian]. URL: <https://dspace.univd.edu.ua/handle/123456789/18539>