

Працівники із більшим досвідом роботи менше прагнуть брати на себе відповідальність та менше прагнуть керувати іншими працівниками.

Також у поліцейських із меншим стажем роботи більше виражена кар'єрна орієнтація «інтеграція стилів життя», вони більш орієнтовані на інтеграцію різних сторін способу життя, не хочуть, щоб в їх житті домінувала тільки сім'я або тільки кар'єра, або тільки саморозвиток. Поліцейські, які тільки починають свою кар'єру прагнуть інтегрувати свою нову професію в своє життя, знайти гармонійне поєднання із іншими сферами свого життя – життєвим укладом, сім'єю, хобі, тощо.

Отже, наше дослідження показало, що працівники Національної поліції із більшим стажем роботи мають певні особливості, які викликані емоційним вигоранням. Ці особливості, зокрема деперсоналізація, невротичний зверх контроль, розширення сфери економії емоцій можуть негативно вплинути на ефективність їх роботи.

Ця тема потребує в подальшому більш глибокого вивчення, щоб мати можливість розробити програму корекції професійної деформації поліцейських.

#### **Список бібліографічних посилань**

1. Водянка Л. Д. Поняття емоційного вигорання та його профілактика. *Економічна наука. Інвестиції: практика та досвід*. 2022. № 3. С. 49-53.

2. Наумова В. Ю. Феномен емоційного вигорання // *Освіта дорослих : енциклопедичний словник / за ред. В. Г. Кременя, Ю. В. Ковбасюка; [упоряд.: Н. Г. Протасова, Ю. О. Молчанова, Т. В. Куренна; ред. рада: В. Г. Кремень, Ю. В. Ковбасюк, Н. Г. Протасова та ін.]; Нац. акад. пед. наук України, Нац. акад. держ. упр. при Президентові України [та ін.]. Київ : Основа, 2014, 496 с.*

*Одержано 18.02.2024*

УДК 351.74:159.9

**Борис Олексійович БАЗИМА,**

*старший науковий співробітник Науково-дослідної лабораторії з проблем психологічного забезпечення правоохоронної діяльності Харківського національного університету внутрішніх справ, кандидат психологічних наук, доцент;  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1005-1920>*

## **ВАЖЛИВІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПРАЦІВНИКІВ МВС ДО ДІЙ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ**

*Розглядаються питання психологічної готовності співробітників органів внутрішніх справ та курсантів освітніх організацій системи МВС до дій в екстремальній обстановці. Особлива увага приділяється психологічним навантаженням внаслідок несення служби в умовах, що несуть реальну небезпеку для життя та здоров'я посадових осіб правоохоронних органів.*

**Ключові слова:** *психологічна готовність, екстремальна ситуація, стресогенні фактори, психологічна стійкість, фрустрація, адаптація.*

Психолого-фізична підготовка співробітника ОВС під час екстремальної ситуації, а також володіння тактико-спеціальною та огневою підготовкою – складові частини «трикутника виживання». Якщо розглядати психологічну готовність співробітників поліції, то необхідно і вказати на важність особистої безпеки співробітників ОВС в екстремальних ситуаціях у процесі реалізації службових завдань.

У разі військових дій важливість психологічної підготовки поліцейських багаторазово зростає, оскільки якісно і кількісно збільшується вплив стресогенних чинників -

поранення, полон, тортури, втрата близьких тощо. Все це вимагає збільшення частки спеціальних занять, отримання співробітником поліції необхідних знань та навичок, щоб не тільки самостійно справлятися зі складними, травматичними ситуаціями, що виникають в умовах воєнного часу, а й надавати першу психологічну допомогу як своїм товаришам по службі, так і цивільному населенню, що постраждає. внаслідок вищевказаних травматичних подій.

Науково-дослідна лабораторія з проблем психологічного забезпечення правоохоронної діяльності в даний час займається розробкою та складанням протоколів психологічної підтримки та супроводу співробітників МВС та членів їх сімей, які перенесли різні психологічні травми типу полону, тортур, поранень, втрати члена сім'ї внаслідок смерті чи зникнення безвісти тощо. Очевидно, що стійкість до психологічних травм, фрустрацій, різних стресогенних факторів в умовах воєнного часу доцільно зміцнювати та підвищувати заздалегідь, вже на етапі підготовки курсантів вищих навчальних закладів системи МВС, щоб посилити їх адаптаційні можливості при попаданні в ту чи іншу ситуацію психологічної травми. Це вимагає невідкладної зміни та вдосконалення навчальних планів та програм з психологічної підготовки як майбутніх, так і чинних співробітників МВС.

Важливим, якщо не основним нововведенням у цій удосконаленій системі психологічної підготовки співробітників МВС до дій в екстремальних умовах, ми пропонуємо розробку та створення **"психологічного паспорта співробітника МВС"**. Це має бути ретельний та детальний психологічний портрет співробітника, свого роду "психологічна карта" в якій будуть зазначені основні психологічні особливості, параметри, форми реакцій та можливі відхилення в поведінці внаслідок впливу тих чи інших стресових ситуацій на співробітника. "Паспорт" включатиме відомості та рекомендації щодо профілактичних та реабілітаційних заходів, які найбільш підходящі та корисні для даного конкретного співробітника системи ОВС.

Науково-дослідна лабораторія з проблем психологічного забезпечення правоохоронної діяльності у співпраці з іншими психологічними підрозділами ХНУВС готова взяти на себе ініціативу щодо створення проекту такого "психологічного паспорта". Розглянемо зокрема такий аспект психологічної підготовки співробітника МВС, як психологічна стійкість. Кожна людина існує поріг психологічної стійкості до дії тієї чи іншої стресогенного чинника. Якщо цей поріг перевершений травматичним впливом, то так званий стрес, що є, по суті, адаптаційною реакцією нашого організму і психіки на будь-яку зовнішню дію, може передати в дистрес - патологічну форму реагування, що характеризується важким і в інших назолах незворотним порушенням ) психічного гомеостазу.

У зв'язку з цим співробітник ОВС повинен знати і вміти, по-перше, вчасно виявляти у себе або у товаришів по службі ознаки дистресу, а по-друге, застосовувати компенсаторні дії психологічного характеру (наприклад, елементи аутотренінгу), щоб запобігти або послабити дистрес.

Реалії сьогодення вимагають значного підвищення рівня психологічної підготовки співробітників МВС до дій в екстремальних ситуаціях, що надзвичайно важливо як для їхнього фізичного виживання, так і для збереження психічного здоров'я.

#### **Список бібліографічних посилань**

1. Ваврик Л. В. Психологічні передумови успішної діяльності правоохоронців в екстремальних умовах/ *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2013. Вип. 14(1). С. 33-41. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Рекр\\_2013\\_14%281%29\\_7\\_](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Рекр_2013_14%281%29_7_) (дата звернення: 26.02.2024).

2. Яворська Г. Х., Рудницький В. Є. Професійна готовність до дій в нетипових ситуаціях у працівників особового складу спеціального підрозділу ОВС України. *Наука і освіта*.

2013. № 1-2. С. 241-244. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO\\_2013\\_1-2\\_66](http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO_2013_1-2_66) (дата звернення: 26.02.2024).

3. Бондаренко Я. Г., Котелюх М. О., Петленко О. В. Формування психологічної готовності працівників ОВС до дій в екстремальних умовах // *Право і Безпека*. 2015. № 1. С. 91-96. URL : [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pib\\_2015\\_1\\_18](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pib_2015_1_18) (дата звернення: 26.02.2024).

Одержано 28.02.2024

УДК 159.942.5

**Софія Борисівна ВЛАСЕНКО,**

*доцент кафедри юридичної психології*

*Національної академії внутрішніх справ (м. Київ),*

*кандидат психологічних наук, доцент;*

*ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3645-9599>;*

**Валерія Андріївна ЛЮЛЬКО,**

*слухачка магістратури*

*Національної академії внутрішніх справ (м. Київ);*

*ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-0047-5140>*

## ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ

*Розкрито поняття професійного вигорання особистості та його основні ознаки, а також представлені результати констатуючого дослідження гендерних особливостей професійного вигорання працівників Національної поліції України. Результатами дослідження встановлено, що у поліцейських домінує помірний рівень емоційного виснаження, деперсоналізації та редукції особистих досягнень, при цьому високий рівень теж виявляється досить часто. При порівнянні за гендерними ознаками доведено, що жінки більш стійкі до негативних професійних впливів, порівняно із чоловіками.*

**Ключові слова:** *професійне вигорання, емоційне виснаження, деперсоналізація, редукція особистих досягнень, гендерні особливості, працівники поліції.*

Професію поліцейського визначають як один із найбільш стресових видів професійної діяльності. Негативний фізичний та психологічний вплив, якому постійно піддаються працівники поліції, агресивне комунікативне середовище, вплив екстремальності, спостереження за стражданнями оточуючих, усе це та інші чинники, призводять до виникнення у поліцейських емоційних порушень, серед яких перше місце відводиться саме ознакам професійного вигорання. Наслідком чого стає зниження адаптованості особистості, поява симптомів професійної деформації, а в тяжких випадках – професійної деградації, порушення міжособистісної взаємодії, підвищення рівня особистісної конфліктності та ін. Зазначимо, що оскільки гендерні ролі та очікування чинять вплив на переживання стресових ситуацій особистістю та виникнення у неї емоційних порушень, то ознаки професійного вигорання теж матимуть гендерну залежність.

Особливості професійного вигорання у правоохоронців – це доволі повно вивчене питання у психології. Зокрема дану тему підіймають у своїх роботах Н. Баранюк, А. Баратинська, О. Борисюк, М. Висоцький, І. Діденко, Н. Карпенко, З. Кісіль, Р.-В. Кісіль, А. Костюк, Н. Мілорадова, А. Перепелиця, В. Середа, М. Фостяк, Д. Швець, О. Ярещенко та багато інших. Проте, не зважаючи на всесторонність вивчення проблеми, деякі аспекти особливостей професійного вигорання поліцейських, зокрема в тих питаннях, що стосуються гендерних особливостей, залишаються недостатньо висвітленими. Останнє, а також