

2. Ботнарченко І. А. Порівняльна характеристика психологічних особливостей емоційного вигорання у працівників поліції жіночої та чоловічої статі. *Актуальні питання психологічного забезпечення діяльності Національної поліції та закладів вищої освіти МВС України* : матеріали VI міжвідомчого наук.-практ. круглого столу. Київ, 2024. С. 41–46.

3. Жонго Ю. П. Психологічні особливості емоційного вигорання педагогів : дис. ... кан. псих. наук: 19.00.07. Одеса, 2009. 249 с.

4. Расторгуєва Н. О. Особливості попередження емоційного вигорання поліцейських у воєнний період. *Юридичний бюлетень*. 2023. Вип. 28. С. 180–188.

Роман Шпанчук,

здобувач ступеня вищої освіти
бакалавра навчально-наукового
експертно-криміналістичного інституту
Національної академії внутрішніх справ

Науковий керівник:

Тетяна Сняткова,

доцент кафедри юридичної психології
Національної академії внутрішніх справ,
доктор філософії за спеціальністю
«Спеціальна освіта»

ВПЛИВ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ЯК КОМПЛЕКСУ ОСОБИСТІСНИХ ЯКОСТЕЙ НА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ПРАВООХОРОНЦЯ ТА ВИКОНАННЯ СЛУЖБОВИХ ОБОВ'ЯЗКІВ

Сучасні умови діяльності правоохоронних органів в Україні характеризуються високим рівнем професійних навантажень, психологічної напруги, ризиком для життя та здоров'я, а також необхідністю оперативного прийняття рішень у непередбачуваних і стресових ситуаціях. У таких умовах саме стресостійкість виступає однією з ключових професійно важливих якостей працівника правоохоронної сфери, що безпосередньо впливає на

його працездатність, ефективність службової діяльності та психологічне благополуччя.

З огляду на реформування сектору безпеки, підвищення вимог до професійної підготовки кадрів та зростання суспільної відповідальності правоохоронців, питання формування та розвитку стресостійкості набуває особливої актуальності. Високий рівень стресостійкості сприяє не лише підтриманню стабільного емоційного стану, а й забезпечує здатність до прийняття адекватних рішень у критичних умовах, що є визначальним для ефективного виконання службових обов'язків.

Робота правоохоронця супроводжується щоденними фізичними та психічними навантаженнями, виконанням складних і різноманітних завдань у ситуаціях з обмеженим часом, недостатньою інформацією чи проблем з комунікацією. Підвищена відповідальність цієї професії також включає постійний ризик і загрозу для життя. За таких умов ефективність роботи правоохоронців значною мірою залежить від наявності необхідних психологічних ресурсів, які сприяють саморегуляції поведінки та вмілому подоланню складних ситуацій і відповідного рівня стресостійкості, яка виступає важливим чинником збереження працездатності, професійної надійності та емоційної стабільності працівника [1, с. 14].

Психологи вважають, що будь-який чинник, який впливає на організм, викликає визначену реакцію – «стрес». Вважається, що Г. Сельє у 1930-х ввів сам термін «стрес» і заклав основи його розуміння. Згодом, подальшого розвитку воно набуло в працях Р. Лазаруса, С. Фолкман, Б. Олдстоуна, Т. Кокса. Проблематику професійного стресу з погляду психології розглянуто у працях Дж. Грінберга, Л. Леві, Г. Купера та інших науковців.

Сучасне розуміння поняття «стрес» виходить за рамки суто біологічного характеру, його значення поширюється на психічний, соціальний та духовний рівні буття особистості. Тож, дослідження соціальних та психологічних типових характеристик стресостійкості осіб є сьогодні надзвичайно актуальним питанням.

Стресостійкість – це інтегративна властивість особистості, яка характеризується взаємодією інтелектуальних, мотиваційних,

характерологічних, вольових складових особистості, які забезпечують їй досягнення цілі в складній емотивній ситуації [3].

Стресостійкість є професійно важливою, динамічною характеристикою особистості працівника поліції, що дозволяє протидіяти стресовому впливу і опанувати стресовими ситуаціями. В науковій літературі стресостійкість розглядається як комплекс особистісних якостей, який включає самоконтроль, емоційну врівноваженість, відповідальність, витривалість, впевненість у собі та здатність адаптуватися до змінних умов служби.

Стресостійкість як і будь-який психологічний феномен, має свою унікальну структуру та компоненти: мотиваційний, пізнавальний, операційний, комунікативний та фізіологічний. Ці компоненти мають своє значення в професійній діяльності правоохоронця, а саме:

Мотиваційний компонент – чітке розуміння правоохоронцем свого завдання, а саме захист громадян, правопорядку.

Пізнавальний компонент – здатність до швидкої оцінки ситуації та обстановки навколо.

Операційний компонент – вміння правоохоронця до чітких, злагоджених дій, за законом та швидкого реагування на ситуацію.

Комунікативний компонент – правоохоронець повинен не лише передавати інформацію, а також вміти слухати, переконувати, деескалувати конфлікт на рівні комунікації та підтримувати командну згуртованість

Фізіологічний компонент – професія правоохоронця це в першу чергу дуже тяжке навантаження на фізичний стан особистості під час виконання службових обов'язків, добових нарядів та роботи в екстримальних умовах [2, с. 65].

Низький рівень стресостійкості може спричиняти зниження концентрації уваги, помилки у прийнятті рішень, емоційне виснаження та розвиток професійного вигорання, що негативно позначається на виконанні службових обов'язків. Навпаки, високий рівень стресостійкості сприяє підвищенню працездатності, стійкості до психоемоційних перевантажень,

ефективній взаємодії в колективі та адекватному реагуванню на кризові ситуації.

Сучасні науковці зосереджують свою увагу на актуальній проблемі розвитку особистісної резильєнтності, яка забезпечує людині здатність ефективно долати стресові ситуації, відновлювати емоційну рівновагу та мобілізувати власні ресурсні можливості для подолання стресу з метою збереження психічного здоров'я. Формування підвищеної здатності до опору стресу пов'язане, насамперед, із виявленням і використанням внутрішніх та зовнішніх ресурсів, які сприяють сталості особистості у складних життєвих обставинах. Стресостійкість розглядається як інтегральна характеристика особистості, що охоплює широкий спектр когнітивних, емоційних, адаптивних і особистісних компонентів. Цей комплекс характеристик є визначальним для здатності індивіда протистояти стресовим впливам, зберігаючи психічне здоров'я та психологічне благополуччя [4].

Отже, стресостійкість є не лише показником психологічного здоров'я, а й детермінантою професійної ефективності правоохоронця. Розвиток цієї якості повинен стати одним із пріоритетних напрямів професійно-психологічного супроводу працівників Національної поліції України.

Для формування в поліцейських достатнього рівня стресостійкості потрібно проходити відповідну психологічну підготовку, тренінги, аутогенні тренування які дозволять правоохоронцям ефективно впоратись зі стресом та подекуди складними умовами роботи, особливо в екстремальних ситуаціях.

Список використаних джерел

1. Доценко В. В. Психологічні ресурси стресостійкості майбутніх правоохоронців. *Право і безпека*. 2017. № 3 (66). С. 14–20.
2. Думенко М. В. Стресостійкість як складова психологічного благополуччя особистості. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України* : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (Вінниця, 29 берез. 2024 р.) / МВС України,

Харків. нац. ун-т внутр. справ ; Нац. акад. правових наук України.
Вінниця : ХНУВС, 2024. С. 249–251.

3. Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві : збірник матеріалів VI Всеукр. наук.-практ. конф. (Львів, 22 жовт. 2021 р.) / уклад. В. С. Бліхар. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2021. 348 с.

4. Шишин А., Пономаренко Т. Психологічні особливості стресостійкості особистості в умовах невизначеності. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2023. Вип. 16. С. 64–71.

Наталія Щербина,

здобувач науково-дослідної лабораторії з проблем управління правоохоронною діяльністю та її психологічного супроводження навчально-наукового інституту післядипломної освіти Національної академії внутрішніх справ

Науковий керівник:

Вікторія Литвин,

т.в.о. завідувача відділення поліграфологів Національної академії внутрішніх справ, кандидат юридичних наук

**ПРОФЕСІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА
ПРАВООХОРОНЦЯ В РОБОТІ З ВИПАДКАМИ
ДОМАШНЬОГО ПСИХОЛОГІЧНОГО НАСИЛЬСТВА**

Зі зростанням кількості випадків домашнього психологічного насильства, особливого значення набуває збереження психологічного здоров'я правоохоронців, адже вони не лише протидіють насильству як соціальному явищу, але й самі перебувають під впливом екстремальних умов служби, інформаційного тиску та хронічного стресу, що може провокувати виникнення професійного вигорання.

Домашнє насильство є багатовимірним соціальним явищем, яке охоплює фізичні, сексуальні, економічні та психологічні