

емоційному стані (поява роздратування та агресивності); негативне ставлення до себе; соціальне відчуження; відчуття безпорадності та безпорадності; небажання йти на службу; зниження якості роботи; сумніви в ефективності та значимості своїх результатів роботи; перенесення негативних емоцій та станів на оточуючих; поява соматичних скарг; негативне ставлення до роботи, оточуючих та життя в цілому. Отже, чоловіки-поліцейські меншою мірою піддаються стресовим переживанням і мають вищий рівень стресостійкості. Жінки-поліцейські переважно схильні до емпатії (співпереживання) і схильні до емоційної експресії (вияву почуттів). Це свідчить про те, що їх стресостійкість є значно нижчою, ніж у чоловіків.

Список використаних джерел

1. Методика діагностики рівня емоційного вигорання В.В. . URL: https://stud.com.ua/127602/pedagogika/metodika_diagnostiki_rivnya_emots.
2. Maslach, C., Jackson, S. E. (1986) Maslach burnout inventory : manual ; with a special supplement «Burnout in education». 2nd edn. Palo Alto, CA : Consulting Psychologists Press. v, 34 p.
3. Міщенко М. С. Профілактика та корекція емоційного вигорання у практичних психологів. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія Психологія*. 2015. № 1150. С. 30–33.

УДК 364.62-057.36«364»

Бугрим Вікторія Григорівна,
науковий співробітник наукової лабораторії
з проблем психологічного забезпечення
та психофізіологічних досліджень ННІЗДН
Національної академії внутрішніх справ;
Галустян Олена Аркадійвна,
старший науковий співробітник наукової
лабораторії з проблем психологічного
забезпечення та психофізіологічних
досліджень ННІЗДН Національної академії
внутрішніх справ, кандидат юридичних наук
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2898-2387>

ОРГАНІЗАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ ДЛЯ АДАПТАЦІЇ ТА ВІДНОВЛЕННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Починаючи з 24 лютого 2022 року згідно Указу Президента України «Про введення воєнного стану в Україні» та Закону України «Про правовий режим воєнного стану» [1; 2] працівники Національної поліції України (НПУ) уповноважені здійснювати заходи, необхідні

для забезпечення оборони України, захисту населення та інтересів держави. В умовах воєнного стану органи НПУ переведені на посилений варіант службової діяльності.

Війна стала справжнім «краш-тестом» не тільки для всієї системи НПУ, а й для кожного окремого поліцейського. З початку війни поліцейські отримали нові виклики, які суттєво ускладнюють їхню без того складну професійну діяльність. Окрім звичних професійних завдань щодо забезпечення публічної безпеки і порядку, охорони прав і свобод людини, інтересів суспільства і держави та протидії злочинності, у них з'явилися нові обов'язки: евакуація мирного населення з зони бойових дій, виявлення та ліквідація диверсійно-розвідувальних угруповань противника, ексгумація вбитих та закатованих окупантами українців, розслідування численних кримінальних проваджень щодо воєнних злочинів тощо.

За таких умов професійної діяльності, пов'язаних з постійною небезпекою для життя й здоров'я, високим рівнем відповідальності та непередбачуваних обставин, правоохоронці відчують на собі неймовірний емоційний тиск, що впливає на розвиток таких станів, як: тривога, фрустрація, апатія, депресія та найстрашніше, напади неконтрольованої агресії. Жертвами спалахів агресії можуть стати як члени родини, так і пересічні люди.

Все це, а також відсутність суспільної підтримки, вираженої через засоби масової інформації, обумовлюють не тільки гостріші форми прояву постстресової симптоматики у поліцейських, які здійснюють свою професійну діяльність в умовах воєнного стану, але й стимулюють у них відчуття непотрібності, виснаження, відчаю, озлобленості, агресивності тощо.

За відсутності своєчасної та адекватної допомоги поліцейським, посттравматичні стресові розлади набувають хронічного характеру і призводять до суттєвих порушень соціальної адаптації, яка може ускладнюватися проявами алкоголізму, наркоманії, аутоагресії та суїцидальної поведінки, гоміциду, іншими проявами девіантної поведінки.

Окрім того, що воєнна реальність вимагає створення нової моделі підготовки правоохоронних кадрів, про що наголосив міністр МВС України Ігор Клименко [3], вкрай актуальним залишається питання організації психологічної підтримки поліцейських для їх адаптації та відновлення в умовах воєнного стану.

Існуюча система психологічної підтримки – це замкнений цикл психологічної роботи з персоналом з моменту вивчення кандидатів на службу та протягом проходження служби [4, с. 55-56].

Основним завданням з психологічної підтримки поліцейських в умовах воєнного стану є досягнення оптимального стану їх психічного здоров'я, розвиток психологічної стійкості до впливу стресових чинників і психологічної готовності працівника поліції до подолання труднощів і виконання службових обов'язків [5, с. 215].

Стрес у поліцейських є складним феноменом, який залучає ряд взаємопов'язаних чинників – від організаційних до психологічних. Відповідно вирішення цієї проблеми зумовлює необхідність застосування комплексного підходу, що передбачає інтеграцію різних методів психологічної підтримки і інтервенції за участі не тільки керівництва, психологів, самих поліцейських, а й держави в цілому.

Сьогодні держава (в особі Президента, Верховної Ради та Кабінету Міністрів України) декларує наміри підтримки учасників бойових дій та інших осіб, які постраждали внаслідок війни, ухвалила низку програм підтримки. Зокрема цікавим, на нашу думку, є проєкт Указу Президента України щодо впровадження Стратегії формування системи переходу від військової служби до цивільного життя на період до 2032 року, погодженого 07.04.2023 року Кабінетом Міністрів України. Зазначена Стратегія – це інституційна реформа, яка дозволить інтегрувати до цивільного життя учасників бойових дій, військовослужбовців, які проходили службу, членів їх сімей. Держава має сформувати систему, а також надати всі необхідні інструменти для безпроблемної реінтеграції до мирного життя ветеранів. Така система переходу включатиме психологічну та правову допомогу, соціальну, професійну, культурну адаптацію військовослужбовців, ветеранів війни, членів їх сімей, членів родин полеглих захисників і захисниць України. Окремою складовою є саме комплексна реабілітація військовослужбовців [6].

При проведенні реабілітаційних заходів необхідно поєднувати зусилля медиків, психологів з заходами соціальної підтримки, захисту, заохочення. Психологічна реабілітація має на меті максимально повне відновлення психологічного самопочуття, професійної ефективності та працездатності поліцейського, його успішну адаптацію як на службі, так і в суспільстві, у сім'ї.

Підходи до психологічної підтримки в Національній поліції України в цілому відповідають загальнодержавній політиці. Наказом МВС України від 15.01.2024 року № 27 затверджено План здійснення психологічного супроводу військовослужбовців Національної гвардії України, Державної прикордонної служби України, поліцейських та осіб рядового і начальницького складу служби цивільного захисту,

членів їх сімей під час дії воєнного стану та професійного відбору психологів (mental tutor) [7].

Серед основних завдань вище вказаного Плану передбачено:

- проведення навчання особового складу центрального органу виконавчої влади Національної поліції України (ЦОВВ НПУ) щодо надання першої психологічної допомоги (самодопомоги);

- впровадження навчання навичкам стресостійкості та самодопомоги серед членів сімей працівників, які зазнали поранень, визволені з полону;

- психологічна підтримка та допомога працівникам системи МВС України та членам їх сімей;

- психологічний супровід працівників системи МВС України під час та/або після виконання службово-бойових завдань, в тому числі при проходженні лікування та медико-психологічної реабілітації;

- скринінг (діагностика) психологічного стану осіб, які брали безпосередню участь у здійсненні заходів, необхідних для забезпечення оборони України, захисту безпеки населення та інтересів держави у зв'язку з військовою агресією РФ проти України, виконували службово-бойові завдання, отримали поранення, звільнені з полону;

- забезпечення психологічної реабілітації з використанням іпотерапії, каністерапії, арт-терапевтичних технік тощо з особами, які виконували службово-бойові завдання, отримали поранення, звільнені з полону.

Крім цього, відповідно до наказу МВС України від 02.01.2023 року № 1, затверджено Програму психологічної підтримки для навчання консультантів для потреб Національної поліції України за методом «Рівний-Рівному» [8].

В Канаді подібна програма працює давно та успішно. У 2018 році в рамках Проєкту підтримки підготовки поліцейських канадські партнери почали впроваджувати її в нашу систему. До листопада 2023 року програма вже охопила понад 18 тисяч службовців МВС України з усіх регіонів України.

Цей метод ґрунтується на принципі взаємодії людей за певними спільними ознаками: віком, статтю, сексуальною орієнтацією, професійною діяльністю, соціально-економічним статусом, станом здоров'я, способом життя тощо. Підготовлені особи з представників цієї групи надають психологічну підтримку в індивідуальній чи груповій формі, що сприяє зміні поведінки, стереотипів реагування, вирішення ключових проблем.

Заходи психологічної підтримки поліцейських за принципом «Рівний-Рівному» передбачає запровадження в Національній поліції

України механізму взаємопідтримки поліцейських та працівників поліції, що дозволить здійснювати втручання у психологічні проблеми на ранніх етапах їх виникнення та слугуватиме якісним і дієвим інструментом профілактики кризових станів як конкретних працівників поліції, так і органів (підрозділів) поліції в цілому.

Таким чином, організація психологічної підтримки поліцейських для адаптації та відновлення в умовах воєнного стану – важлива державна справа і вимагає індивідуального підходу до кожного правоохоронця. Лише спільні дії держави та громадянського суспільства спроможні вирішити цю проблему.

Список використаних джерел

1. Про введення воєнного стану в Україні: Закон України від 24.02.2022 р. № 64/22. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/64/2022#Text>

2. Про правовий режим воєнного стану: Закон України від 12.05.2015 р. № 389-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/389-19#Text>

3. Підготовка майбутніх поліцейських має відбуватися з урахуванням досвіду воєнного часу – Денис Монастирський. МВС України. URL: <https://mvs.gov.ua/news/pidgotovka-maibutnix-policeiskix-maje-vidbuvatisia-z-uraxuvanniam-dosvidu-vojennoho-casu-denis-monastirskii>

4. Аналіз системи соціального захисту ветеранів та військовослужбовців. National Endowment for Democracy Supporting freedom around the world, 2022. 141 с. URL: <https://legal100.org.ua/wp-content/uploads/2022/08/2022-Bila-kniga.pdf>

5. Доценко В.В. Складові підтримки психічного здоров'я поліцейських в умовах війн. URL: <https://univd.edu.ua/science-issue/issue/7256#>:

6. Уряд запустив стратегічний проєкт переходу від військової служби до цивільного життя. Урядовий портал: Єдиний веб-портал органів виконавчої влади України. URL: <https://www.kmu.gov.ua/news/uriad-zapustyv-stratehichnyi-proekt-perekhodu-vid-viiskovoi-sluzhby-do-tsyvilnoho-zhyttia>

7. План здійснення психологічного супроводу військовослужбовців Національної гвардії України, Державної прикордонної служби України, поліцейських та осіб рядового і начальницького складу служби цивільного захисту, членів їх

сімей під час дії воєнного стану та професійного відбору психологів (mental tutor): наказ МВС України від 15.01.2024 року № 27.

8. Програма психологічної підтримки для навчання консультантів для потреб Національної поліції України за методом «Рівний-Рівному»: наказ МВС України від 02.01.2023 року № 1.

УДК 159.94

Вавринів Олена Степанівна,

доцент кафедри теоретичної психології

Львівського державного університету

внутрішніх справ, кандидат психологічних наук

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5166-6887>

НЕНАСИЛЬНИЦЬКЕ СПІЛКУВАННЯ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ

Працівники національної поліції України відіграють ключову роль у забезпеченні законності, порядку та безпеки в Україні, працюючи на користь громадян та держави. Професійна діяльність поліцейських часто пов'язана із ситуацією невизначеності, дефіцитом часу та інформації, ризиком для життя та здоров'я. Працівники національної поліції виконують службові обов'язки у тісній взаємодії із населенням, що часто супроводжується надмірною емоційністю, конфліктами, непорозуміннями та скаргами зі сторони громадян.

Комунікативні резолюції, які можуть допомогти поліцейським у процесі спілкування в ускладнених умовах:

1. Питання у конфліктній ситуації. Так, в умовах загострення конфлікту перед висловленням нашої думки або наданням оцінки ситуації варто задати собі наступні запитання: чи вартує ще говорити? Чи вартує це говорити саме зараз? Чи варто, щоб це говорив/говорила саме я? Лише за умови отримання трьох позитивних відповідей ми можемо висловити те, що бажали.

2. Радикальне слухання. Часто для вирішення якоїсь ситуації люди використовують вербальну агресію, тому в даній техніці вимагається розуміння можливих емоційних станів особистості в екстремальних чи стресових ситуаціях. Це допоможе поліцейському спокійно відреагувати на крик та вислухати, а тільки потім говорити. Така реакція поліцейського, змусить агресивно налаштовану людину заспокоїтись і продовжити спілкуватись в спокійному тоні.

3. Комунікація з позиції третьої особи. В умовах виникнення конфліктної ситуації із населенням, поліцейський насамперед може проаналізувати її з позиції іншої особи («не зацікавленої» або тієї, яка