

Казміренко Людмила Іванівна,
професор кафедри юридичної психології
Національної академії внутрішніх справ,
кандидат психологічних наук, професор

ПСИХОЛОГІЧНІ НАСЛІДКИ ПЕРЕЖИВАННЯ СТРЕСУ ПРАЦІВНИКАМИ ПОЛІЦІЇ

Основними чинниками, що здатні спричинити стрес при виконанні працівниками поліції службових обов'язків, слід вважати:

– інтенсивність і силу подразника – до певного значення вплив екстремальної ситуації мобілізує, при перевищенні порогу він починає дезорганізує діяльність;

– функціональний та психологічний стан організму – нещодавно перенесені соматичні захворювання, психічні травми, втота зменшують можливості адаптованості, тому впливають на діяльність негативно;

– психологічну надійність – визначається витривалістю особи, оптимальним рівнем тривожності, стійкістю до перенапруження та небезпеки, наявністю сукупності психофізіологічних якостей та достатнього рівня розвитку властивостей психічного відображення;

– психологічну підготовленість – сукупність властивостей та якостей особистості, на основі яких мобілізується психіка, відбувається налаштування на доцільні, активні та рішучі дії у складних умовах службової діяльності.

Перший із названих чинників є зовнішнім (об'єктивним), інші – внутрішніми (суб'єктивними). Але вони не повинні розглядатися окремо, оскільки є діалектичною цілісністю та єдністю, тобто створюють певну об'єктивно-суб'єктивну парадигму професійної діяльності.

Узагальнення результатів проведених на кафедрі юридичної психології емпіричних досліджень дозволяє виділити наступні особливості реагування працівників поліції на психологічно напружені ситуації професійної діяльності.

1. *«Фрагментарне забування»* необхідних і, навіть, звичайних дій. Досить часто виникає відчуття, що працівник все забув, не в змозі відрізнити корисне від некорисного. Цим пояснюється, наприклад, ігнорування правил поведіння з вогнепальною зброєю працівниками, які мають достатній стаж роботи.

2. *Невірне «дозування» людиною своїх зусиль*, що докладаються до органів керування або інструменту. Так, фахівці з вогневої підготовки часто згадують про феномен «конвульсивної хватки», який виникає при застосуванні вогнепальної зброї. Він виражається в дуже міцному утриманні пістолета і натиску на спусковий гачок з великим зусиллям, що призводить до виникнення інтенсивного тремору та різкого руху рук під час тиску.

3. *«Змінений стан свідомості»* – виникнення стресових ситуацій призводить до необхідності діяти в умовах, які не є «звичайними», вийшли за межі «буденності», що, в свою чергу, впливає на процеси мислення. Відомі випадки, коли людина в стресовому стані несподівано демонструвала здібності та якості, які не були їй властиві раніше. Подібні реакції можуть призводити як до позитивних, так і до негативних наслідків.

4. *Прискорення мислення*, що викликає так званий стан «інсайту». Активізована свідомість починає опрацьовувати дуже великі обсяги інформації, що певним чином відповідає даній ситуації і дозволяє знайти вірний спосіб вирішення проблеми. Але перебільшення потоку інформації призводить до втрати основної мети та логічності мислення. Отже, зміни стану свідомості («звуження» або «розширення») можуть бути корисними, якщо вони не надмірні.

5. *Субсенсорна і екстрасенсорна чутливість* – перша проявляється, коли людина не усвідомлює, що відчуває дуже слабкі впливи, але вони впливають на її дії поза її свідомістю; друга є уявленням про предмет, явище, яке безпосередньо *начебто* не сприймається, але пізніше підтверджується реальністю та вірністю подібного образу. Така чутливість виникає за наявності вмінь і навичок даної діяльності, здібностей до неї і, основне, при сильній (стресовій) психологічній установці на те, що вона реалізується.

6. *Стресове «відключення» або «звуження уваги»*, що може бути не повним, а лише частковим. Практично у всіх стресових ситуаціях присутній ефект «звуження свідомості», який допомагає відібрати необхідну інформацію для діяльності, але цей феномен часто призводить до того, що надмірне звуження призводить до спрощення мислення, схематизації, відсіювання необхідної інформації. Наслідком цього стає дезорієнтація людини.

7. *Пригнічення емоцій* – людина, яка відчуває страх та тривогу перед небезпекою, що наближається, перестає їх

відчувати, коли небезпечний чинник вже почав діяти. Значна кількість працівників поліції, які застосовували вогнепальну зброю, підтверджують, що під час її застосування вони нічого не відчували. Пояснення цьому факту полягає в тому, що зростання напруги «звужує» увагу, при цьому спочатку відокремлюються менш значні «баластні» сигнали (емоції), що підвищує ефективність діяльності; подальше звуження уваги призводить до зниження ефективності як уваги, так і діяльності загалом.

8. *«Стрессова екстерналізація»* – довготривалий стрес може посилити готовність людини підкорятися зовнішнім вказівкам, надмірно узгоджувати свої дії з директивною інформацією, що часто виникає в процесі професійної деформації працівника поліції. Стрессова пасивність стає особистісною властивістю працівника, який майже постійно перебуває в особливих умовах діяльності.

9. *«Стрессова інтравертація»* – надмірний зовнішній контроль супроводжується тим, що людина ніби занурюється в себе.

10. *«Послаблення волі»* – для довготривалого стресу характерним є послаблення вольових процесів. Стає складніше спонукати себе до виконання необхідної діяльності, що вимагає емоційного, розумового або фізичного розуміння. З цим феноменом часто стикаються працівники державної служби охорони, які протягом чергування отримують значну кількість хибних викликів, що на початку чергування викликає стан мобілізаційної готовності, а наприкінці чергування зумовлює роздратування та зниження пильності.

11. *«Вибухонебезпечність» емоційного напруження* – емоційна нестійкість. При довготривалому стресі на фоні збільшення проявів стрессової пасивності, як правило, збільшується прихована емоційна напруга. Це відчувається людиною як непомітне або часом збільшене почуття незадоволеності собою або кимсь, або всіма оточуючими, як дратівливість, образливість, що проявляється з будь-якого приводу, часто і без приводу, як схильність помічати, в першу чергу, все погане і перебільшувати його значення. Даний феномен підтверджується співбесідами з працівниками поліції, які розповідали про «задоволення» після того, як застосовували фізичну силу (в межах формальних ознак правомірності) проти правопорушників. Ці та інші подібні прояви призводять до напруги у взаємовідносинах між партнерами і можуть суттєво вплинути на ефективність діяльності. Особливо небезпечно, що

даний феномен здатен реалізуватися у формі неадекватної агресивності або перебільшення небезпеки, що, в свою чергу, призведе до активних дій і стане причиною неправомірного застосування сили чи спецзасобів.

12. «Схильність до протидії зовнішньому впливу» – тенденція до конфронтації з будь-якими змінами (вказівка керівника, прохання партнера, нова оперативна інформація, агресивна поведінка правопорушника, тощо). Внаслідок цього в стресових, критичних умовах працівник поліції може ігнорувати важливу інформацію, не усвідомлюючи цього.

13. «Психологічне відчуження» – при довготривалому стресі в осіб, які працюють у групі, взаємодіючи один із одним, може виникати незадоволеність психологічним навантаженням, пов'язана з відповідальністю за інших членів групи або перед іншими членами групи. Це призводить до уникнення відповідальності за спільну працю, що не розглядається як «особиста», взаємного нерозуміння, образливості тощо.

Кіричевська Елеонора Всеволодівна,
старший офіцер (начальник групи)
групи психологічного супроводу
службово-бойової діяльності сектору по
роботі з особовим складом озаг СпП
«Азов», кандидат психологічних наук

ПСИХОЛОГІЧНІ СТРАТЕГІЇ ВІЙСЬКОВОЇ ПРОФЕСІОНАЛІЗАЦІЇ

У межах даного наукового доробку психологічна стратегія у сфері військової професіоналізації розглядається 1) як психологічний феномен; 2) як інтегральне психічне утворення; 3) як акумульованість та інтегрованість індивідуально-особистісних компетенцій, репрезентованих професійною активністю та досвідом із вираженою готовністю до службово-бойової діяльності.

Провідна теза, на яку спирається дане дослідження, полягає у наступному: психологічні стратегії військово-професійної діяльності формуються на основі генералізованих програм дій власної професіоналізації та самореалізації у складному поєднанні індивідуально-особистісних, когнітивних, поведінкових особливостей, обумовлених системокомплексом професійно значущих властивостей і характеристик військовослужбовця, які дозволяють йому планувати, оцінювати