

Полюлях Анастасія,

психолог,

Національна академія внутрішніх справ

ТРАНСФОРМАЦІЯ ЛЕГІТИМНОЇ АГРЕСІЇ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ У ДЕСТРУКТИВНІ КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ

Агресія є природною частиною людської поведінки, особливо в професіях, пов'язаних із забезпеченням правопорядку. Поліцейські змушені діяти в умовах підвищеного стресу, що вимагає від них контролю над емоціями та адаптації до складних ситуацій. Водночас тривала дія стресогенних факторів без належних механізмів регуляції може спричинити формування деструктивних копінг-стратегій, які негативно впливають як на самих працівників поліції (емоційне вигорання, агресія, порушення психічного здоров'я), так і на суспільство (зловживання владою, надмірне застосування сили, зниження довіри громадян до правоохоронних органів). Дослідження цього явища є важливим для розробки профілактичних заходів, вдосконалення психологічної підготовки та підтримки правоохоронців у стресових ситуаціях.

Метою дослідження є аналіз процесу трансформації легітимної агресії працівників поліції у деструктивні копінг-стратегії та розробка рекомендацій щодо їх профілактики.

Основні завдання:

- Визначити особливості агресивної поведінки поліцейських у професійній діяльності та її нормативні аспекти.
- Проаналізувати фактори, що сприяють виникненню деструктивних копінг-стратегій, з урахуванням особистісних, соціальних та організаційних чинників.
- Дослідити взаємозв'язок між рівнем стресу, професійними ризиками та агресивною поведінкою.
- Запропонувати психологічні заходи для зменшення ризику розвитку деструктивних копінг-стратегій, зокрема шляхом навчання адаптивних способів саморегуляції.

Теоретичною базою дослідження є концепції агресії, які пояснюють її біологічні, соціальні та когнітивні аспекти (Б. Ф. Скіннер, А. Бандура, К. Лоренц). Також використано теорії стресу (Г. Сельє, Р. Лазарус), що дозволяють розглянути механізми виникнення напруження у поліцейських та можливі стратегії подолання стресу. Легітимна агресія в поліції розглядається як необхідний механізм забезпечення правопорядку, який при недостатньому

контролі може трансформуватися в деструктивні форми, що призводять до порушення службової дисципліни та зловживань владою.

Трансформація легітимної агресії у деструктивні копінг-стратегії зумовлена сукупністю психофізіологічних, соціальних, особистісних та організаційних факторів.

Психофізіологічні фактори включають хронічний стрес і тривалу дію стресових ситуацій без належного відновлення, високе емоційне напруження, фізичну втому та порушення режиму праці та відпочинку. Все це значно посилює схильність до агресивної поведінки, що стає неконтрольованою в умовах гострих конфліктних ситуацій.

Серед соціальних факторів важливу роль відіграють конфлікти з громадянами, недостатня підтримка з боку керівництва та колег, а також відсутність психологічного супроводу та навчання ефективним методам стресостійкості. Поліцейські часто стикаються з агресією, недовірою та навіть відкритою ворожістю з боку громадян, що може провокувати відповідну реакцію.

Особистісні чинники включають низький рівень емоційної регуляції, невміння застосовувати адаптивні копінг-стратегії та негативні настанови щодо управління стресом. Поліцейські, які не володіють навичками саморегуляції, більш схильні до деструктивних стратегій подолання напруги.

Організаційні фактори – це перевантаженість роботою, недостатня професійна підготовка з питань саморегуляції, а також відсутність механізмів контролю рівня стресу та програм психологічного супроводу.

Неконструктивне подолання стресу проявляється у вигляді агресії, спрямованої як на громадян, так і на колег. Це погіршує соціально-психологічний клімат у колективі, сприяє професійній деформації та емоційному вигоранню. Крім того, поліцейські можуть вдаватися до зловживання владою, надмірного застосування сили або навіть адиктивної поведінки (вживання алкоголю чи наркотичних речовин) для зняття напруги. Це негативно впливає на професійну діяльність, підриває довіру громадян та погіршує загальний рівень безпеки в суспільстві.

Для запобігання трансформації агресії у деструктивні копінг-стратегії необхідно впроваджувати комплексні профілактичні заходи. Це передусім розвиток адаптивних копінг-стратегій через навчання методам саморегуляції та управління стресом, проведення психологічних тренінгів, створення програм психологічного супроводу та емоційної стабілізації. Важливим є також оптимізація робочого графіка, підвищення рівня підготовки керівного складу у питаннях психологічної підтримки підлеглих та створення сприятливого соціально-психологічного клімату в колективах.

Проблема трансформації легітимної агресії працівників поліції у деструктивні копінг-стратегії є важливим аспектом професійної діяльності правоохоронців. Вона пов'язана з високим рівнем стресу, організаційними недоліками та недостатньою психологічною підготовкою. Усунення цих факторів, а також впровадження спеціалізованих програм навчання саморегуляції та психологічної підтримки може сприяти підвищенню професійної ефективності поліцейських, зниженню рівня професійної деформації та покращенню взаємодії між правоохоронцями і суспільством.

Список використаних джерел:

1. Бандура А. Агресія: соціально-когнітивний підхід. Пер. з англ. Київ: Основи, 2001. 324 с.
2. Мандрик Л.М., Яценко І.П., Каракоця А.В. Дослідження феномену агресивності майбутніх фахівців Державної служби України з надзвичайних ситуацій / Пожежна безпека: теорія та практика. 2013. № 13. С. 79-85.
3. Тимченко О.В. Аутоагресивна поведінка працівників органів внутрішніх справ України (соціально-психологічні детермінанти виникнення, методи превенції та профілактики) / Автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.06 / О.В. Тимченко ; МВС України. Нац. ун-т внутр. справ. Х. : 2003. 18 с.
4. Юрченко О.В. Емоційна регуляція як механізм зниження агресії у дорослих: монографія. Чернігів : Видавництво ЧНУ, 2021. 178 с.