

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ, ІСТОРІЇ ТА СОЦІОЛОГІЇ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ**

**ПСИХІЧНА СТІЙКІСТЬ ПРАЦІВНИКА ПОЛІЦІЇ ЯК ОСНОВА  
ДІЯЛЬНОСТІ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ**

**Кваліфікаційна робота (проект)**

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

Виконала: здобувачка 2 курсу 07-231 групи

Спеціальності 053 Психологія

Освітньо-професійної програми «Психологія»

Лариса ФІКАНЮК

Керівник: к.психол.н., доцентка Наталія ТАВРОВЕЦЬКА

Рецензент: майор поліції, психолог групи кадрового  
забезпечення роти поліції особливого призначення  
головного управління Національної поліції в  
Херсонській області

Ольга ЛИТВИН

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b>	3
<b>РОЗДІЛ 1. Аналіз теоретичних підходів до вивчення психічної стійкості у психологічній літературі</b>	7
1.1. Питання психічна стійкість у сучасних наукових дослідженнях	7
1.2. Психологічний аналіз нервово-психічної стійкості та стресостійкості в екстремальних умовах	11
1.3. Структурні компоненти психічної стійкості	14
Висновки до першого розділу	19
<b>РОЗДІЛ 2. Емпіричне дослідження складових психічної стійкості у працівників поліції</b>	21
2.1. Характеристика вибірки та методик проведення емпіричного дослідження	21
2.2. Психологічний аналіз показників психічної стійкості та її компонент у працівників поліції	24
2.3. Встановлення взаємозв'язків між складовими психічної стійкості	34
2.4. Психопрофілактичні заходи у роботі поліцейських в екстремальних ситуаціях	36
Висновки до другого розділу	38
<b>ВИСНОВКИ</b>	39
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ</b>	41
Додаток А. «Кодекс академічної доброчесності здобувача вищої освіти Херсонського державного університету»	46
Додаток Б. Діагностичні методики, використані у дослідженні	47

## ВСТУП

### **Актуальність дослідження.**

Існує велика кількість факторів, що визначають ефективність та працездатність людини у екстремальних умовах. Особливо це питання постає при професійному відборі та питанні можливості здійснювати особливі види діяльності у військових, у працівників внутрішніх органів, у патрульних поліцейських, у поліцейських особливого призначення, у працівників МНС України та інших. І тут головним фактором є рівень психічної стійкості людини, як інтегративна якість, яка обумовлює та визначає особливості взаємодії всіх сфер людини: нервово-психічну, мотиваційну, вольову, комунікаційну, інтелектуальну та інші. Високий рівень психічної стійкості до стресів, до діяльності у екстремальних ситуаціях є запорукою збереження і зміцнення здоров'я (фізичного та психічного) і професійної реалізації особистості.

Все більше наукових публікацій свідчить, що останнім часом спостерігається тенденція підвищення рівня загроз у професійній діяльності працівників поліції. Такий стан пов'язаний із забезпеченням правопорядку в період масових заходів, затриманням злочинців, застосуванням зброї, звільненням заручників виконання спеціальних службових завдань. Мова йде саме про виконання професійних обов'язків у екстремальних умовах, коли у людини виникають великі труднощі, що вимагають межового напруження сил і можливостей, повної самовіддачі, щоб упоратися з ними і вирішити службові завдання. Результати психологічних досліджень вказують, що такі фактори, необхідність повної віддачі психічних і фізичних сил під час припинення злочинів, постійний контакт з асоціальними елементами, як ненормований робочий день – знижують функціональні резерви та психологічні ресурси організму до їх повного виснаження. Такі складні та специфічні умови професійної діяльності зумовлюють високі вимоги до психічної сфери особистості

працівників поліції, до рівня їх стресостійкості та психічної стійкості та до діяльності у екстремальних умовах.

Дослідженню проблем психічної стійкості поліцейського у екстремальних ситуаціях присвятили свої праці провідні вчені, а саме: Д. Александрова, Л. Казміренко, Р. Калюжний, П. Козира, О.Когут, В. Опришко, В. Петков, Д. Швець та ін. Вказані вчені зробили вагомий внесок у розвиток вивчення психологічної стійкості та готовності поліцейського до професійної діяльності. Дослідженням природи стресостійкості, шляхів і засобів її формування займалися ряд науковців: В. Бодров, В. Крайнюк, Т. Крюкова, А. Фомінова.

Сьогодні психічна стійкість є необхідною властивістю для осіб ,які працюють у екстремальних видах професії. Психічна стійкість визначає вміння адекватно реагувати та мобілізуватись у складних, бойових ситуаціях, зберігати самоефективність, бути рішучим та чітким у діях, здатність абстрагуватись від непотрібної інформації чи ситуації.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Робота виконана в межах науково-дослідних тем кафедри психології «Особистісні та ситуаційні ресурси особистості в умовах життєвої та суспільної кризи» (державний реєстраційний номер 0119U103458).

**Метою кваліфікаційної роботи** – теоретичний та емпіричний аналіз складових психічної стійкості у працівників поліції.

Для виконання поставленої мети передбачали виконання ряду завдань:

1) здійснити аналіз та узагальнення наукових джерел з проблеми психічної стійкості, стресостійкості та нервово-психічної напруги у працівників екстремальних професій;

2) провести емпіричне дослідження психічної стійкості у працівників поліції та виявити особливості складових в залежності від стажу професійної діяльності;

3) встановити взаємозв'язки компонент психічної стійкості.

**Об'єкт дослідження** – психічна стійкість.

**Предмет дослідження** – структурні компоненти психічної стійкості працівника поліції як основи діяльності в екстремальних ситуаціях.

**Методи дослідження:**

- *теоретичні методи:* узагальнення та аналіз наукової літератури, що стосуються визначення поняття психічна стійкість, її складові та особливості прояву у осіб екстремальних професій (на прикладі поліції);

- *емпіричні методи:* для виявлення та оцінки невротичних станів клінічний опитувальник (К.К. Яхін, Д.М. Менделевич), для визначення нервово-психічної стійкості методика «Прогноз» (розроблена Санкт-Петербурзькою військово-медичною академією), для оцінки адаптаційних можливостей особистості опитувальник «Адаптивність» (розроблений А.Г. Маклаковим, С.В. Чермяніним) та «Індивідуально-типологічний опитувальник» (Л.М. Собчик) для диференціації особистісних рис груп поліцейських.;

- *математично-статистичні методи* аналізу емпіричних даних: t-критерій Ст'юдента (для незалежних вибірок) для співставлення результатів між групами респондентів за середніми показниками, критерій кутового перетворення Фішера ( $\phi$ ) та кореляційний аналіз за Пірсаном для з'ясування взаємозв'язків між вимірюваними параметрами.

Емпіричне дослідження проводилось влітку та восени 2021р. У дослідженні взяли участь 63 респонденти, середнім віком 27.

**Наукова новизна одержаних результатів** полягає у поглибленні наукових знань про психічну стійкість особливих видів професійної діяльності (на прикладі поліції). У роботі запропоновано цілісне емпіричне дослідження складових психічної діяльності працівників поліції в залежності від їх діяльності та стажу. Проведений аналіз особливостей психічної стійкості поліцейського в залежності від специфіки професійної діяльності. Поглиблені знання про особистісні характеристики, які впливають на нервово-психічну стійкість.

**Практичне значення одержаних результатів** відіграють велике

значення, оскільки розвиток психічної стійкості надає захист особистості від дезінтеграції і особистісних розладів, створює основу внутрішньої гармонії, повноцінного психічного здоров'я, та забезпечує працездатність. Психологічна стійкість працівника поліції визначає його психічне і соматичне здоров'я та життєздатність, тому отримані під час дослідження результати надають можливість застосування безпосередньо в практиці практичного консультування психологів груп кадрового забезпечення роти патрульної поліції та роти особливого призначення, а також у навчанні практичних психологів знанням та умінням роботи з особливим видами професійної діяльності, що є екстремальними. Застосований емпіричний матеріал може стати підґрунтям для розробки психопрофілактичних, психокорекційних програм, а також для розробки програм розвитку внутрішніх ресурсів для подолання впливу негативних факторів на психічну стійкість особистості.

**Апробація та публікація результатів дослідження.** Результати дослідження обговорювалися на засіданні кафедри психології (протокол від 04.10.2021 № 3), висвітлено у матеріалах III Міжнародної науково-практичної конференції «Соціокультурні та психологічні виміри становлення особистості» (тези «До питання психологічної стійкості та її складових», вересень 2021 р.).

**Структура роботи.** Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел, що налічує 38 джерел та додатків.

## РОЗДІЛ 1

### АНАЛІЗ ТЕОРЕТИЧНИХ ПІДХОДІВ ДО ВИВЧЕННЯ ПСИХІЧНОЇ СТІЙКОСТІ У ПСИХОЛОГІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ

#### 1.1. Питання психічна стійкість у сучасних наукових дослідженнях

Сучасний світ, у повсякденному житті вимагає від людини підвищеного темпу життя, більш динамічні зміни та реагування у професійній діяльності й тому важливою характеристикою людини стає її здатність до адекватного реагування на критичні ситуації, тобто її психологічна стійкість.

Питання психологічної стійкості порушується у багатьох вітчизняних та зарубіжних дослідженнях. Цей термін у науковій літературі використовується і як «стрес», і як «стресостійкість», і як «нерво-психічна стійкість» та інше. Зарубіжні дослідники у більшості схильні застосовувати термін стресостійкість (Р. Бернс, Г. Лазарус, Г. Сельє), а у українській та російській психологічній літературі ми зустрічаємо кілька тлумачень. Зазвичай використовують такі термінологічні сполуки: емоційна стійкість, психічна стійкість, стійкість особистості, стійкість (професійної) діяльності, стійкість до навантажень, вольова стійкість, стійкість поведінки, емоційно-вольова стійкість, моральна стійкість (Л. Аболін, І. Малкіна-Пих, В. Бодров, А. Неурова та ін.). Така різноманітність поняття «стійкість» спричинена тим, що термін застосовується до процесів розвитку та формування особистості, до становлення особистості, до особливостей у різних сферах життєдіяльності, для опису різних аспектів поведінки та діяльності людини.

С. Миронець вказує, що на нинішньому етапі розвитку психологічної термінології у різних джерелах використовуються різні поняття одних і тих самих явищ. Такий стан призводить до того, що одні й ті ж самі поняття мають різний зміст, і це обумовлює помилки в усвідомленні та побудови

відповідної моделі теоретичного та емпіричного дослідження, моделі поведінки [21, с.314].

Розглянемо більш детально зміст поняття «психологічна стійкість». Багато дослідників звертаються до словника А. Ребера, який пояснює термін «стійкий», як – характеристику індивіда, поведінка якого відрізняється надійністю та послідовністю [29].

А. Нідзій, С. Дашкова визначають психологічну стійкість як здатність людини до невизначеності, кризи, стресу. Така здатність обумовлює психічне і соматичне здоров'я людини, забезпечує її від дезінтеграції і особистісних розладів, є основою внутрішньої стабільності, гармонії та ресурсом. Автори надають визначення: «психологічна стійкість – це соціально-психологічна характеристика особистості, яка допомагає проживати екстрені та неординарні ситуації без будь-якої загрози для особистості і, в той же час, долати наслідки цієї ситуації за допомогою способів, що підвищують рівень її адаптації та соціальну зрілість» [25]. Таким чином, можна сказати, що така характеристика означає наявність адаптивного потенціалу особистості, що дозволяє людині ефективно долати важкі життєві ситуації.

Інше тлумачення психологічної стійкості – це взаємозв'язок і взаємообумовленість стабільності і мінливості психіки людини. А. Чебикін зазначає, що одна і та сама особистість у різних умовах може проявляти різні рівні психологічної стійкості. Автор наголошує, що рівень та сила стійкості буде залежить від виду виконуваної діяльності. Існує такий взаємозв'язок, якщо людина є особистісно та психічно зрілою, володіє достатніми знаннями, уміннями і навичками, має життєвий досвід у складних ситуаціях, то вплив зовнішніх чинників буде мати набагато менший негативний вплив, ніж тоді, коли такі знання, уміння, навички відсутні [35].

Продовжуючи думку А. Чебикіна науковець Є.Ковальчук продовжує тлумачення стійкості у поєднанні з терміном «професійна стійкість». Так,



на думку автора, відповідність мотивів і інтересів особистості реальному змісту праці, означає професійну стійкість. Людина успішно справляється з професійною діяльністю, якщо така відповідність спостерігається. На підставі цих спостережень автор пропонує розглядати «психічну або психологічну активність» особистості, що буде визначати її стійкість [27].

В.Синишина під «психологічною стійкістю» розуміє якість особистості, в якій об'єднані декілька важливих та необхідних складових: стійкість та стабільність; врівноваженість та відповідність; опірність та резистентність. Авторка вказує на інтегративну властивість особистості, тобто обов'язкове вивчення властивостей нервової системи, показників емоційної стійкості, якості мотиваційної та емоційно – вольової сфер, моральні та інтелектуальні здібності та якості. Все це у комплексі перешкоджає виникненню емоційно напруженого стану [31, с.165].

Психічна стійкість особистості розглядається у багатьох життєвих та професійних сферах, окрім того ряд вчених виокремлює так звані «екстремальні умови праці». До таких умов та видів професійної діяльності відноситься й виконання своїх службових обов'язків працівників поліції. У працівників поліції під психологічною стійкістю розуміється стійкість до фрустраційного і стресогенного впливу у важких ситуаціях, це є цілісна характеристика особистості. Працівники поліції постійно потрапляють у складні і часом небезпечні психологічні ситуації, їх повсякденна служба пов'язана із стресогенним впливом на психіку [38, с. 73].

І.Сундієв наголошує на необхідності підготовки працівників поліції до спеціальних (екстремальних) умов, і зазначає, вона має бути спрямована на формування стійкості до:

– ситуацій боротьби та опору (розвиток вміння вести психологічну роботу з особами, які протидіють розкриттю та розслідуванню злочинів, вміння протистояти психологічному тиску, маніпулюванню з боку як

законослухняних громадян, так і правопорушників, уміння помічати провокації та чинити опір тощо);

– впливу негативних чинників професійної діяльності (ризик, небезпеки, напруженості, відповідальності, невизначеності ситуацій, раптових змін планування тощо);

– впливу чинників, що оказують травмівну дію на психіку (вигляд тілесних ушкоджень, крові або трупу тощо);

– впливу конфліктних ситуацій у професійній діяльності (розвиток вміння помічати та аналізувати причини конфлікту, з'ясувати закономірності виникнення конфліктів, вміння стримувати та опановувати свій психічний стан у конфліктних, екстремальних ситуаціях) [34, с. 97–99].

М. Шхагапсоева надає своє визначення стану психологічної готовності співробітників правоохоронних служб (поліції). За її дослідженнями, стан психологічної готовності – це вияв сукупності мотиваційних і вольових, емоційних та інтелектуальних аспектів психіки людини. Але головну роль тут відіграє – співвідношення цих аспектів із зовнішніми умовами й завданнями під час виконання службових обов'язків. Психологічна стійкість і підготовка працівників поліції – це в першу чергу розвиток і сформованість психологічних характеристик, які відповідають психологічним особливостям професійної діяльності (забезпечення правопорядку в період масових заходів, застосування зброї, затримання злочинців, звільнення заручників, робота в умовах стихійних лих і надзвичайних ситуацій). Таким чином, психологічна стійкість – це не просто сукупність певних якостей і властивостей психіки, а це визначений склад характеристик та якостей психіки людини, завдяки яким людина зберігає здатність до адекватної та ефективної життєдіяльності під впливом будь-яких екстремальних ситуацій [37, с.29].

Надаючи визначення психологічної стійкості ми неодноразово говорили про таку якість психіки як стресостійкість. На необхідності

розглядати її, к основу стійкості наголошують ряд авторів. Стресостійкість є необхідною властивістю, яка дозволяє зберегти фізичне та психічне здоров'я, є важливим фактором забезпечення ефективності та успішності виконання службових обов'язків у працівників різних професій пов'язаних з екстремальними умовами.

## **1.2. Психологічний аналіз нервово-психічної стійкості та стресостійкості в екстремальних умовах**

Перш ніж перейти до розгляду питання нервово-психічної стійкості, нам слід проаналізувати питання «екстремальності» у психологічній науці. Зазвичай, екстремальною називають таку ситуацію, яка несе загрозу життю людини. Науковець Л. Кітаєв-Смик розуміє поняття «екстремальний стан» як певну межу між нормою і хворобливим станом. Це той стан, коли людина не здатна терпіти та адекватно реагувати на вплив стресогенних зовнішніх факторів [10]. Згідно автора, у кожної людини є своя межа, яка визначає певний поріг стресостійкості, визначає вибір стратегій подолання стресу в екстремальних умовах діяльності.

Але існують певні види професійної діяльності, де людина щоденно стикається та виконує надмірні стресові завдання, тривалий час перебуває у стресових ситуаціях. Така людина має спеціальну підготовку та витривалість, можна сказати вона адаптувалась до екстремальних ситуацій, але вплив таких ситуацій на психічний стан людини залишається й поступово руйнує здатність людини ефективно виконувати свою професійну діяльність, визначає початок соматичних хвороб та розладів у особистісному житті [33].

Дослідник В. Бодров не відокремлює психологічну стійкість та стресостійкість, а досліджує їх разом. Пропонує розглядати психічну стійкість її як інтегративну властивість людини, яка виявляється у ступені адаптації до впливу екстремальних ситуацій, чинників зовнішнього світу, а також адаптацією до внутрішньої середи та діяльності. Також автор

говорить про стресостійкість, рівень нервово-функціональної надійності особистості, його здатності до ефективної діяльності та розвитку фізіологічних, психічних та соціальних механізмів регуляції психіки і поведінки у екстремальних ситуаціях. Останнє на що звертає увагу автор, що стресостійкість – це властивість, яка має прояв у підвищенні (активації) ресурсів організму і психіки, що призводить до змін діяльності, працездатності людини. Такі зміни спрямовані на попередження негативних емоційних станів, переживань, розладів у функціонуванні організму і зниження ефективності діяльності [6].

В. Лебедев розглядає нервово-психічну стійкість на прикладі бойової діяльності, і говорить про різнобічні і високі вимоги щодо підготовленості військовослужбовця до дій у екстремальних, ризикованих для життя ситуаціях. Успішність та ефективність такої діяльності залежить від кінцевого результату виконання поставлених завдань. Виконання поставлених завдань у екстремальних умовах формує професійну надійність службовця. Разом з тим, автор наголошує, що говорячи про професійну надійність військовослужбовця, необхідно враховувати та досліджувати «особистісно-індивідуальні особливості суб'єкта діяльності й, у першу чергу, - на рівень його нервово-психічної стійкості [17].

На необхідності оцінювати не тільки складну та суперечливу ситуацію у професійній діяльності, а й уміння правильно сприймати й оцінювати не тільки самого себе, але і якості інших людей, давати їм адекватні оцінки наголошують ряд авторів. Тобто, не менш актуальною є оцінка самого себе у особистостей, які вже мають професійний досвід та досвід ефективного збереження індивідуальності та здорової психічної діяльності у екстремальних ситуаціях. На цих етапах дуже актуально стає проблема депресії.

Д. Александров, підводячи підсумок власного емпіричного дослідження нервово-психічної стійкості у структурі особистості працівника ОВС, надає такі висновки отриманих результатів: існують

провідні детермінанти зростання нервово-психічної стійкості правоохоронців. До таких детермінант та наслідків зростання нервово-психічної стійкості автор відносить: психічну стійкість, емоційну стійкість, упевненість у собі, адаптивні здібності, комунікативність, прагматичність, нормативність поведінки, довіру, сміливість, конформність, високий самоконтроль. Також велике значення мають зміни у міжособистісній взаємодії, так провідного значення набуває зниження агресивності та підозрливості, зниження підлеглих та залежності, образливості та підозрливості, негативізму, непрямой агресії. Натомість зростають альтруїзм та дружність, відбувається зростання самовпевненості, самокерівництва, самоцінності, самоприв'язаності [1, с.5].

Автори Ю.Ільїна та А. Бондаренко надають визначення нервово-психічній напрузі на основі дослідження працівників ДСНС у екстремальних умовах. Нервово-психічна напруга – це особливий психічний стан, що виникає у незвичних для психіки умовах, які сприймаються як важкі і непереборні, рішення яких вимагає перебудови всієї адаптаційної системи організму, та побудови нових форм поведінки, які виявляються адаптивними та ефективними. Автори наголошують, що нервово-психічна стійкість та емоційний стан працівників ДСНС України є «важливими складовими особистості та обов'язковий компонент психічного здоров'я людини». Обов'язковим компонентом підтримки нервово-психічної стійкості – є адаптація особового складу після повернення з виконання службових завдань, тобто перебування у екстремальних умовах [9, с.81].

Українська дослідниця О. Когут вивчає досвід патрульних поліцейських у екстремальних ситуаціях, а також працівників ДСНС України. Вона наголошує на тому, що всі екстремальні умови праці патрульних поліцейських можна розділити на такі групи:

1. конфліктно-агресивні ситуації. Це такі ситуації, коли людина стикається з дефіцитом часу для виконання поставлених завдань, а

також з нестачею ресурсів для дій у стресових ситуаціях;

2. ситуації невизначеності. Коли людина стикається з невірною оцінкою факторів, що мають протиріччя;
3. неочікувані ситуації. Це такі ситуації, прогнозувати та попередити які неможливо, наприклад смерть колеги, тощо.

Всі ситуації слід розділити на гострі та хронічні. Гострі стреси зазвичай викликають у працівників екстремальних ситуацій посттравматичний стресовий розлад, а хронічні стреси призводять до поступового, але невідворотного емоційно - професійного вигорання. З точки зору когнітивного напрямку дослідження стресу, за Р. С. Лазарусом, щоб опанувати стресову ситуацію необхідно «оцінити її значення для себе, її вплив на себе та свої ресурси для того, щоб справитися з нею» [11, с.68].

### **1.3. Структурні компоненти психічної стійкості**

У попередніх параграфах ми з'ясували, що психологічна стійкість та нервово - психічна стійкість – це складні, інтегративні утворення психіки людини. Необхідно розглянути складові компоненти психічної стійкості, що обумовлюють її структуру.

А. Беспалько визначає психічну стійкість як складну якість особистості, в якій об'єднано широке коло різнорівневих аспектів та певний комплекс здібностей. Згідно автора, визначають психологічну стійкість такі складові: стійкість та стабільність; врівноваженість та пропорційність. Стійкість визначається як здатність зберігати постійний (досить високий) рівень настрою та протистояти будь-яким труднощам. Стійкість має прояв у подоланні труднощів, бути впевненим у собі, зберігати віру в себе, у власні можливості, бути здатним до ефективної психічної саморегуляції. Стабільність має такі характеристики та проявляється у збереженні здатності особистості функціонувати, адаптуватися, постійно розвиватися та здійснювати контроль та управління. А.Беспалько вказує на таку особливість психічної стійкості, як

те, що вона наявна якщо є «екзистенційна визначеність». Екзистенційна невизначеність характеризується відсутністю відчуття задоволення своїх основних потреб, а саме, відсутність сенсу життя, відсутність життєвих цілей, незадоволеність самореалізацією. Названі потреби належать до вищих потреб, але для певної частини людей основні потреби забезпечуються потребами в безпеці. Але нервово-психічна стійкість також проявляється у здатності зберігати постійний рівень настрою і активності, мати різнобічні інтереси, бути чутливим до різних аспектів життя, уникати спрощеності в цілях, цінностях і прагненнях [5, с.21].

Згідно досліджень В. Корольчука, стійкість – це інтегрованість особистості, сукупність адаптаційних процесів для збереження узгодженості основних функцій особистості, для стабільності виконання цих функцій. Але треба розмежовувати, що стабільність виконання функцій – це не завжди стабільність структури функцій, а це її достатня гнучкість. Знижена рівня психічної стійкості призводить до того, що у екстремальній, ризикованій ситуації (ситуації втрат, ситуації випробувань, професійних ситуаціях ризику) людина долає їх, але з'являються негативні наслідки для психічного та соматичного здоров'я, що має відображення у особистісному розвитку, у міжособистісних відносинах. Таким чином, стабільність, як основну складову психологічної стійкості, не слід розуміти як застиглість, сталість та інертність. Стабільність необхідно розуміти як стабільність функціонування, надійність у професійній діяльності, а «для психічної стійкості необхідна здатність до саморозвитку, формування власної індивідуальності» [14, с.89].

Автори О. Деркач та В. Лазаренко наголошують на такій складовій психічної стійкості як врівноваженість. Це – врівноваженість та відповідність значенням події активності поведінки силі подразнення, сили реагування. Таку складову у фізіології називають «опірність» нервової системи. Опірність – це здатність протистояти тому, що обмежує свободу поведінки, свободу вибору. Тому опірність допомагає психологічній

стійкості демонструвати рівновагу сталості і мінливості особистості. Тут мова йде про сталість домінуючих мотивів, головних життєвих принципів і цілей, способів поведінки та реагування у екстремальних ситуаціях. Така характеристика як мінливість проявляється в динаміці мотивів, пошуку нових способів діяльності, побудові нових форм реагування на ситуації. Таким чином, в основі психологічної стійкості особистості є: гармонійна єдність сталості особистості та її динамічності, які діють паралельно та доповнюють одна одну. Наступна складова психічної стійкості – врівноваженість. Це здатність людини оцінювати рівень напруження ситуації з ресурсами своєї психіки. Але, рівень напруги завжди обумовлений суб'єктивною інтерпретацією та оцінкою ситуації, в якій індивід опинився, окрім зовнішніх обставин, що впливають. Отже, врівноваженість має прояв у здатності звести до мінімуму зовнішній негативний вплив, у здатності людини утримувати внутрішню напругу у межах норми та соціальних межах, у можливості уникати крайнощів в силі відгуку на зовнішні події.

Останній компонент психічної стійкості, на який вказують автори – це співмірність приємних і неприємних відчуттів, які зливаються в чуттєвому тоні. Це відповідність та узгодженість між відчуттями психологічного благополуччя та задоволеності, переживаннями радості, щастя. Але з іншого боку – це відчуттями незадоволеності досягнутим рівнем розвитку, недосконалістю в собі, почуттями смутку і печалі. Автори наголошують, що поняття психічної стійкості належить до особистості в цілому та інтерпретується «як властивість особистості, як базова її характеристика, як рухливий стан системи особистості, який здатний успішно протистояти негативним (екстремальним) чинникам (умовам), які можуть негативно впливати на її психічне та фізичне здоров'я, її працездатність» [8, с.28].

Українська дослідниця А. Неурова емпіричним шляхом досліджує особливості прояву психологічної стійкості у військовослужбовців. Розглянемо їх, бо військова служба підпадає до екстремальних видів



професійної діяльності. Авторка зазначає, що ці складові психічної стійкості – це не сталі об'єднання, а постійно перебувають у інтеграції, взаємодії та впливають один на одного. До структури психічної стійкості А. Неурова відносить: когнітивний, емоційний, вольовий, мотиваційний, психомоторний, біопсихічний, операційний, індивідуально-особистісний та морально психологічний компоненти. На основі досліджених складових, авторка пропонує таке визначення психічної стійкості: «інтегративне утворення особистості, яке має прями у спроможності виконувати діяльність та здатне протистояти впливу деструктивних факторів, емоційних станів в умовах виконання професійних завдань» [24,с.23].

О. Левенец розглядає принципи розвитку психологічної стійкості працівників внутрішніх справ при виконанні їх професійної діяльності. Авторка зазначає, що у екстремальних ситуаціях стан готовності обумовлюється правовою освіченістю, вірним розумінням своїх завдань і обов'язків, знанням порядку несення служби. Але окремою складовою є важливості розвитку особистісних якостей співробітників, які забезпечують психологічний потенціал і ефективність виконання складних і пов'язаних з небезпекою завдань. Цей потенціал має свою структуру і складається з емоційно-вольових, пізнавальних та інтелектуальних, морально-психологічних, комунікативних якостей. Розглянемо їх.

Морально-психологічні якості відображають зобов'язання і етичні норми поведінки співробітників, їх гуманне ставлення до інших людей, високу відповідальність. Моральні якості залежать від емоційно-вольових якостей, перш за все таких як самовладання і витримки. Для діяльності у екстремальних умовах важливим є розвиток таких емоційно-вольових якостей, як емоційна врівноваженість, наполегливість, рішучість, витривалість, обачність, впевненість в своїх силах і ін. Серед інтелектуальних та пізнавальних якостей для ефективною діяльності у екстремальних ситуаціях важливими є: швидкість перемикування уваги і прийняття рішень, спостережливість, кмітливість, критичність,

прогнозованість і евристичність мислення. Комунікативні якості в цілому сприяють ефективності ділової взаємодії в складних професійних ситуаціях. Для екстремальної діяльності найбільш необхідні комунікативні вміння у переговорному процесі. У надзвичайних ситуаціях пов'язаних з захопленням транспортних засобів, зустріч з терористами, викрадення людей з метою викупу, масових заворушень та інших небезпечних подій, працівники міліції проводять переговори, від успішності яких залежать життя і здоров'я людей. Тому важливим стають такі комунікативні вміння як комунікабельність, емпатійність, толерантність, гуманність, терпимість, розсудливість і таке інше. Отже, професійно-важливі якості є основою особистісного сенсу діяльності працівника, що впливають на мотивацію праці, що забезпечують ефективність виконання складних завдань. Ці якості, на думку О. Левенец, є системою, а не сукупністю окремо взятих характеристик суб'єкта, що виконують свою професійну діяльність. Таким чином, формується психологічна готовність до службової діяльності як системна якість особистості [18, с.142].

Д. Швець вивчаючи психічну стійкість поліцейських, пише про психічну стійкість, як про вміння швидко оцінювати складні ситуації, володіти собою та швидко приймати найбільш адекватні рішення. Такий набір якостей поліцейського сприятиме ефективному виконанню складних завдань і зменшенню надзвичайних подій, а також може бути як профілактична міра у зриві професійної діяльності серед особового складу підрозділів поліції.

Автор пояснює, що до негативних, часто тяжких наслідків як для поліцейського, так і для оточуючих призводить невміння працівника поліції регулювати свій психічний стан. Акцентує увагу на розвитку психічної стійкості у закладах освіти, де готують правоохоронців, бо невміння керувати своєю поведінкою є серйозною перешкодою у реалізації життєвого потенціалу та знижує здатність соціально-психологічно адаптуватися до наявних умов середовища. Поліцейські щодня

випробовують на себе вплив різних чинників, що часто мають стресовий характер. Такі систематичні впливи призводять до появи втоми, виникнення різних негативних емоційних станів, розладів професійно-службової діяльності. Тому найголовніша задача психологічної підтримки поліцейських – це оволодіння ними прийомами та методами психологічної саморегуляції. За результатами викладацької, наукової та керівної діяльності автор публікації зазначає, що «великих успіхів у службовій діяльності досягають працівники, в яких «міцніші нерви», які краще вміють налаштуватися на боротьбу зі злочинцем, більш раціонально розпоряджатися не тільки своїми фізичними та розумовими ресурсами, а і зберігати на оптимальному рівні нервово-психічну активність, проявляти у складних ситуаціях оперативно-службової діяльності свою психологічну стійкість» [36, с.226].

Отже можемо зазначити, що на психологічну стійкість впливають й обумовляють внутрішні та зовнішні ресурси особистості. Л. Куліковим були досліджені ресурси особистості, що обумовлюють та підтримують її психологічну стійкість, є підґрунтям адаптованості, і сприяють стабільності гармонійного позитивного настрою. До такого переліку відноситься багато чинників, що є проявом індивідуально-психологічних особливостей людини: чинники, що впливають та підтримують самооцінку; певні умови та обставини, що будуть сприяти самореалізації; обставини для успішної адаптації; підтримка соціального оточення (перш за все сім'ї, друзів, а потім колег, співробітників у конкретних ділових відносинах і т. п.). не менш впливовим є «екзистенційна визначеність» – відчуття та розуміння сенсу свого життя, усвідомлення своєї діяльності і поведінки; усвідомлення того, що приналежиш до певної групи та прийняття цієї групою. Перелік емоцій та почуттів: перевага позитивних емоційних станів та реакцій над негативними; відчуття гордості за свою успішну реалізацію; емоційне задоволення від міжособистісних стосунків, відчуття згуртованості та єдності з значущими людьми. Сфера пізнання та

життєвого досвіду: прийняття, розуміння своєї життєвої ситуації та вміння будувати перспективу життєвої траєкторії; домінування раціональних суджень у інтерпретації життєвих питань; адекватна оцінка своїх можливостей та здатностей, свого потенціалу та ресурсності; досвід (позитивний) подолання складних життєвих обставин. Чинники патернів поведінки та діяльності: домінування активності над пасивністю у діяльності; застосування таких форм поведінки ,які виявили свою успішність у подоланні труднощів [16].

### **Висновки до першого розділу:**

Таким чином, проведений аналіз наукових джерел з проблематики, дає можливість зрозуміти, що поняття «психічної стійкості» необхідно розглядати як цілісне інтегративне утворення, яке належить до особистості цілком. Психічну стійкість необхідно розглядати як: базову характеристику особистості, яка є гарантією та забезпечує стійкість людини до стеросегенних чинників, складних та екстремальних ситуацій; це складно структурована якість особистості, це поєднання та комплекс окремих якостей та здібностей; це також властивість людини, що має прояв у можливості відновлювати психічні стани за рахунок рухливості та врівноваженості нервової системи; це поведінкові реакції людини, які визначають стратегію поведінки. Найголовнішою ознакою психічної стійкості є те, що це здатність успішно протистояти негативним чинникам (виникають у екстремальних умовах). За результатами огляду сучасної наукової літератури – психічна стійкість поліцейських має такі самі складові. У наступному розділі ми розглянемо взаємозв'язок складових психічної стійкості у працівників поліції.

## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СКЛАДОВИХ ПСИХІЧНОЇ СТІЙКОСТІ У ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ

#### 2.1. Характеристика вибірки та методик проведення емпіричного дослідження

Завдання емпіричного дослідження встановити психологічні особливості складових психічної діяльності поліцейського. Для вирішення цього завдання ми застосували надійні та стандартизовані методи діагностики. Аналіз схожих до нашого та аналогічних емпіричних досліджень виявив загальну тенденцію у застосуванні опитувальників, які визначають адаптивність особистості до екстремальних умов роботи, клінічний опитувальник виявлення та оцінки нервових станів, визначення нервово-психічної стійкості та емоційних складових. Ми підібрали методи емпіричного дослідження спираючись на ці праці. До складу загальної вибірки увійшли респонденти, які були відібрані під час проходження виробничої практики під керівництвом психолога групи кадрового забезпечення роти поліції. У дослідженні взяли участь 35 респондентів, переважно поліцейські роти особливого призначення, ті, хто безпосередньо кожного дня перебуває у екстремальних умовах професійної діяльності. Також ми залучили до дослідження працівників поліції (кадровий склад) – 28 осіб, діяльність яких опосередковано пов'язана з екстремальними умовами праці. У своєму дослідженні ми не ставили завдання з'ясувати статевої розбіжності у компонентах психічної стійкості, бо переважають у цій професії чоловіки. Тому у дослідженні залишили тільки респондентів чоловічої статі та всі вони брали участь у дослідженні добровільно.

Для дослідження психічної стійкості працівників поліції нами були використані наступні психодіагностичні методики.

*Клінічний опитувальник для виявлення та оцінки невротичних станів (К.К. Яхін, Д.М. Менделевич).* Тест був розроблений у 1978 році авторами

та дає можливість якісного аналізу невротичних проявів, дозволяє виявити основні синдроми невротичних станів. Опитувальник складається з 68 питань і включає в себе шість шкал: тривога, невротична депресія, астенія, істеричний тип реагування, obsесивно-фобічні порушення (нав'язливості), вегетативні порушення. Інтерпретація результатів опитування має свої певні особливості з визначенням діагностичних коефіцієнтів. Бали шести шкал сумуються і вибудовують графік. Якщо коефіцієнт шкали більше +1,28 це вказує на рівень здоров'я, а якщо менше -1,28 це свідчить про хворобливий характер [20].

Наступна методика для визначення ризику дезадаптації в стресі та нервово-психічної стійкості розроблена Санкт-Петербурзькою військово-медичною академією - «Прогноз». Методика «Прогноз» призначена для орієнтовного виявлення осіб з ознаками нервово-психічної нестійкості. За її допомогою можна виявити окремі початкові симптоми порушень особистості, а також оцінити вірогідність їх розвитку і прояву в поведінці та діяльності людини. Цю методику використовують при здійсненні професійного відбору осіб, придатних для роботи в екстремальних ситуаціях.

Методика складається з 84 запитань (міркувань), на кожне з яких досліджуваний дає відповідь «так» або «ні». Результати відображаються кількісними показниками (у балах), на основі яких робиться висновок про рівень нервово-психічної стійкості. Аналіз відповідей дозволяє уточнити окремі біографічні відомості, особливості поведінки та стану психічної діяльності людини в різних ситуаціях [15].

Неменше інформативною для нашого дослідження є опитувальник «Адаптивність» МЛО-АМ (розроблений А.Г. Маклаковим, С.В. Чермяніним). Головне призначення опитувальника – оцінка адаптаційних можливостей особистості з урахуванням деяких психофізіологічних та соціально-психологічних та характеристик, що є відображенням особливостей нервово-психічного та соціального розвитку особистості.

Автори за основу методики взяли уявлення про адаптацію, як про «безперервний процес активного пристосування людини до постійно мінливих умов соціального середовища і професійної діяльності». Ефективність пристосування та адаптації багато в чому залежить від того, наскільки людина сприймає себе і свої соціальні зв'язки, може адекватно співвсавити та порівняти свої потреби з наявними можливостями і усвідомлює мотиви своєї поведінки. До порушення адаптації призводить спотворене або недостатньо розвинене уявлення про себе, що може мати прояв у зниженні працездатності і погіршенні стану здоров'я, у підвищенні конфліктності, порушенні взаємин з колегами. Глибокі порушення адаптації можуть призводити до грубих порушень дисципліни, правопорядку, суїцидальним вчинкам, зриву професійної діяльності та розвитку тяжких хвороб. Опитувальник містить 165 питань і має наступні шкали: нервово-психічна стійкість, особистісний адаптивний потенціал, комунікативні здібності, моральна нормативність, достовірність відповідей [22].

Для визначення типа особистісних характеристик груп поліцейських ми застосували «Індивідуально-типологічний опитувальник» (Л.М. Собчик). Дана методика розроблена на основі індивідуально-особистісних якостей особистості, на цілісному розумінні особистості. До базових типологічних характеристик автор методики Л.М. Собчик відносить екстраверсію, інтроверсію, лабільність, спонтанність, ригідність, агресивність, сензитивність, тривожність. До проміжних характеристик авторка відносить: лідерство, конфліктність, конформність, комунікативність, неконформність, індивідуалізм, залежність, компромісність. Ми вважаємо, що діагностика особистісних рис респондентів (груп поліцейських) дозволить виявити вплив на поведінку в екстремальних ситуаціях.

Інтерпретація знаходиться у прямій залежності від кількості значимих відповідей по восьми шкалам. Показники в межах норми (3-4

бали) - гармонійність особистості, виражені помірно (5-7 балів) – акцентуація рис особистості, виражена надмірно (8-9 балів) – дезадаптивні риси [32].

Для з'ясування розбіжностей між групами використовувався параметричний t-критерій Стьюдента (для незалежних вибірок) та критерій кутового перетворення  $\phi$  – Фішера [23].

## 2.2. Психологічний аналіз показників психічної стійкості та її компонент у працівників поліції

Починаємо аналіз отриманих результатів з методики «Прогноз». Наша перша мета – це виявлення осіб, які мають ризики дезадаптації та нервово-психічної стійкості. Розглянемо результати у порівнянні двох вибірок: 1 група – патрульні поліцейські, а група 2 – кадровий склад поліції.

Таблиця 2.1

### Показники нервово-психічної стійкості у групах за рівнями (у %)

Рівні стійкості	Кількісні результати у групах				$\phi$	p
	1 група		2 група			
	Кільк.	%	Кільк.	%		
Високий	4	11,4	8	28,5	2,03	>0,05
Середній	14	40	16	57,2	1,06	>0,05
Низький	17	48,6	4	14,3	3,34	$\leq 0,05$

З аналізу результатів таблиці констатуємо, що в першій групі (патрульні поліцейські) високий рівень нервово-психічної стійкості визначається у 11,4% осіб, середній рівень нервово-психічної стійкості визначається у 40% осіб, низький рівень нервово-психічної стійкості визначається у 48,6%. У порівнянні з іншою групою (кадрові поліцейські) – високий рівень прояву нервово-психічної стійкості визначається у 28,5% осіб, середній рівень нервово-психічної стійкості визначається у 57,2%



осіб, низький рівень нервово-психічної стійкості визначається у 14,3% осіб в групі. Ми здійснили статистичний аналіз результатів за кутовим перетворенням Фішера і з'ясували, що статистичної різниці досягли показники лише у низькому рівні ( $\varphi=3,34$  при  $p \leq 0,05$ ), всі інші рівні хоча і мають відмінності, але статистичної значущості у різниці не досягли.

Надамо інтерпретації отриманих результатів. Як було розглянуто у попередніх теоретичних розділах, на формування нервово-психічної стійкості впливає вроджена або набута біологічна повноцінність нервової системи. Але якщо у потрапляє та відчуває вплив несприятливих психологічних і соціальних чинники, то виникає нервово-психічна нестійкість. Така нестійкість має біологічне підґрунтя а характеристики носять тривалий характер, позначаються на різних сторонах особистості. Перебування на чергуваннях, патрулювання у поліцейських належить до тих екстремальних ситуацій, коли поліцейський постійно відчуває вплив цих обставин і знаходиться у тривалому психоемоційному стресі, але намагається його долати вольовими зусиллями або придушуючи. Такий тривалий стан (стрес) призводить до порушення та ґрунтовних змін на фізичному та психічному рівнях. Професійна діяльність поліцейських, які виходять на патрулювання, затримання правопорушників та вимушені вдаватися до фізичної сили є прямим впливом на психіку різного характеру стресорів. Тривалість та інтенсивність такого впливу, а також психотравмувальний характер таких ситуацій призводять до змін у психіці працівника поліції, знижують ефективність діяльності, а також негативно впливають на всі інші сфери життєдіяльності. Саме високий відсоток (48,6) осіб з низьким рівнем нервової стійкості у групі 1 (патрульні) свідчить або про неготовність їх до виконання службових обов'язків, або про емоційне та професійне вигорання. У групі 2 (кадрові поліцейські) ми виявили достатньо високий відсоток (28,5) осіб з високим рівнем нервово-психічної стійкості. Ми можемо пояснити це тим, що хоча будь-яка робота може мати стресові фактори та ситуації, але професійна діяльність цих

працівників непов'язана безпосередньо з перебуванням у екстремальних умовах, що може й обумовлювати такий відсоток результатів.

Такі вчені як Х. Алієв, Н. Володарська наголошують, що психологічні наслідки впливу екстремальних умов діяльності на психічний стан необхідно розглядати у двох напрямках: вплив екстремальних умов на ефективне виконання своєї діяльності та збереження психічного здоров'я (психологічних, фізіологічних, духовних, моральних та інших якостей). Своєчасним та гострим у психологічних дослідженнях є питання психологічної підготовки до екстремальних умов діяльності, так званий феномен психічної готовності (стійкості) до дій в екстремальних умовах [3; 7].

Наступним опитувальник «Адаптивність» МЛЮ-АМ (розроблений А.Г. Маклаковим, С.В. Чермяніним) надав інформацію про адаптивні можливості двох груп респондентів з урахуванням нервово-психічної стійкості та моральної нормативності (що є необхідною умовою та специфікою роботи поліцейського).

*Таблиця 2.2*

**Показники адаптивних здібностей у група (середні показники)**

Шкали	Кількісна оцінка		t критерій Стьюдента
	1 група	2 група	
Нервово-психічна стійкість	5,6	3,2	<b>128,1</b>
Особистісний адаптивний потенціал	2,8	5,3	<b>136,4</b>
Комунікативні особливості	5,8	6,6	110,3
Моральна нормативність	6,6	5,8	102,7

Примітка: жирним позначені результати, де отримано статистично значущий результат на рівні похибки  $\leq 0,05$ .

Порівняння результатів у таблиці проведено за допомогою статистичного критерію t- критерію Стьюдента, та виявлена статистична значущість на рівні  $p \leq 0,05$  за шкалами: нервово-психічна стійкість, особистісний адаптаційний потенціал. За шкалами комунікативні

особливості та моральна нормативність достовірних розбіжностей не виявлено. Відмінності за шкалою нервово-психічної стійкості свідчать про те, що респонденти 2 групи (кадрові поліцейські) є менш нервово-емоційно стійкими у порівнянні з респондентами 1 групи (патрульні поліцейські). Згідно інтерпретації за методикою, такий результат свідчить про певну схильність до нервово-психічних зривів, низький рівень поведінкової регуляції у складних та екстремальних ситуаціях відсутність адекватності самооцінки і реального сприйняття дійсності. Ми можемо припустити, що у патрульних поліцейських сформований достатній рівень здібності реагування у складних та надзвичайних ситуаціях, що у свою чергу призводить до виснаження нервової системи, але разом з тим вони демонструють високі показники за цією шкалою. Поліцейські другої групи у екстремальних ситуаціях виявляються не готові до ефективних дій та схильні до проявів нервової нестійкості.

А от за шкалою «особистісний адаптивний потенціал» ми констатуємо інші зв'язки між групами. Група 1 демонструє задовільний рівень адаптації у екстремальних умовах. Тобто, більшість респондентів мають ознаки різних акцентуацій, які у звичних життєвих обставинах частково компенсуються і можуть виникати при зміні діяльності. Тому успішність адаптації таких осіб залежить від зовнішніх умов. Такі особистості мають невисоку емоційну стабільність, можливі асоціальні зриви, прояви агресивної поведінки та конфліктності. Респонденти цієї групи потребують постійного психологічного супроводу, психопрофілактичних та психокорекційних заходів. Результати групи 2 навпаки, демонструють високі показники адаптивності, тобто такі поліцейські легко адаптуються до нових умов, достатньо легко орієнтуються у ситуації, швидко виробляють власну стратегію поведінки. Зазвичай не виявляють високої конфліктності та емоційно стабільні.

З шкалами моральної нормативності та комунікативних особливостей респонденти груп мають приблизно схожі показники (статистичних

відмінностей не виявлено). В обох групах показники на середньому рівні, що свідчить про задовільний та адекватний рівень розвитку комунікативних здібностей, реальність оцінки своєї ролі у колективі, легкість у встановлюванні контактів з колегами по службі, оточуючими, здатність дотримуватись загально прийнятих норм поведінки та моралі. Підсумовуючи отримані результати за методикою, можемо сказати, що респонденти 1 групи (патрульні поліцейські) демонструють достатній рівень нервово-психічної стійкості у порівнянні з представниками 2 групи (хоча у попередній методиці ми констатували інші результати), але разом з тим виявляють низький рівень адаптивних здібностей у екстремальних умовах, що має прояв у емоційній нестабільності та проявах агресії.

Спробуємо пояснити виявлені розбіжності між двома опитувальниками (Прогноз та Адаптивність) за шкалою нервово-психічної стійкості у групі 1. Ми припускаємо, що так як методика «Прогноз» призначена для початкового орієнтовного виявлення осіб з ознаками нервово-психічної нестійкості, то вона виявляє лише початкові симптоми порушень особистості, і вимірює тільки свідому інформацію досліджуваного. Отже ми можемо здійснити розрахунки на рівні прогнозу, а не констатації факту.

Такі розбіжні результати за головним показником, що ми досліджуємо – нервово-психічною стійкістю призвели до необхідності виявлення та оцінки невротичних станів а допомогою клінічного опитувальника (розробленого К.К. Яхін, Д.М. Менделевич). Результати представлено у таблиці.

*Таблиця 2.3*

**Розподіл результатів у групах за шкалами опитувальника  
(середні значення)**

Шкали	Кількісні показники		t критерій
	1 група	2 група	
Шкала вегетативних розладів	-1,07	1,26	<b>2,15</b>

Шкала obsесивно-фобічних розладів	0,68	0,87	0,98
Шкала істеричного типу реагування	1,11	0,98	0,59
Шкала астенії	-1,28	1,26	<b>1,87</b>
Шкала невротичної депресії	1,14	1,16	0,95
Шкала тривоги	-1,45	1,37	<b>2,58</b>

Примітка: жирним позначені результати, де отримано статистично значущий результат на рівні похибки  $\leq 0,05$ .

З наведених результатів ми зазначаємо, що значущих відмінностей досягли шкала вегетативних розладів, шкала астенії та шкала тривоги. Такі показники можуть свідчити про те, що представники 1 групи (патрульні поліцейські) все ж таки є більш емоційно нестабільними, більш схильні до неадекватної реакції на актуальну ситуацію та підпадають під групу ризику. Між усіма іншими шкалами ми не виявили значущих розбіжностей між групами. Треба зазначити, що це не свідчить про нормальний рівень прояву за шкалами. Тож проаналізуємо отримані результати.

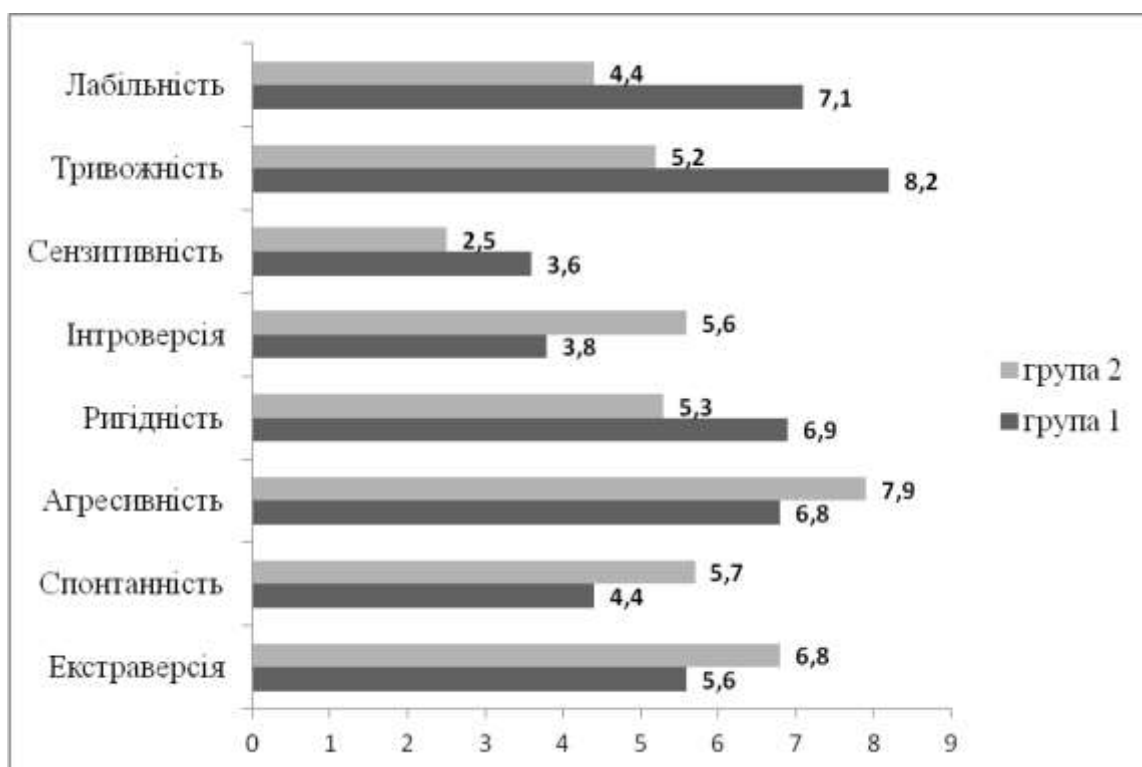
Так як цей опитувальник застосовують у клінічних цілях, при діагностиці на професійну придатність до виконання службових обов'язків о ми проаналізуємо результати в цілому у двох групах. У результаті тестування, у респондентів були виявлені середні значення за «шкалою тривоги» - 4,74 балів, що відповідає діапазону стану психічної дезадаптації особистості. у нашій загальній вибірці 66,6 % усіх випробовуваних показали результати нижче - 1,28 балів. Такий розподіл за тестовими нормами відповідає стану психічної дезадаптації. Такий стан призводить до того, що індивіди сприймають ситуації як загрозливі, екстремальні, що шкодять професійному життю, самореалізації, самоповазі та в цілому життєдіяльності. За шкалою «невротичної депресії» ми отримали середні значення, що потрапляє у діапазон задовільної психічної адаптації особистості (2,86 балів). У 84,7 % респондентів двох груп виявлені результати не нижче - 1,28 балів. Ці показники є задовільними, але достатньо межовими, що може призвести до ознак невротичної депресії,

яка характеризується ослабленням тону і енергії, почуттям безрадісності, зниженим настроєм, бажанням обмежити контакти із оточуючими. Не може не турбувати показник «шкали астенії», де ми отримали середні значення і потрапляє в діапазон стану психічної адаптації, і дорівнює 3,23 бали. У нашому дослідженні 63,4 % усіх респондентів виявили високі значення астенії такі стани характеризуються наступною симптоматикою: швидко стомлюваність, дратівливість, емоційна нестійкість, порушення уваги, зниження працездатності. Такі стани астенії можуть підвищуватися в залежності від частоти випадків екстремальних та стресових ситуацій. Найбільш високий середній бал серед шести шкал опитувальника виявлено за шкалою «вегетативних порушень» і дорівнює -7,32 бали. Це свідчить про те, що у поліцейських спостерігаються вияви: порушення серцево-судинної діяльності, зниження апетиту, хвороби шлункового тракту, порушення сну, головні болі. Стан психічної дезадаптації за «шкалою вегетативних порушень» виявлено у 46,7 % усіх респондентів двох груп.

Як підсумок цього опитувальника, ми можемо констатувати, що: достатній вияв тривожності у групі поліцейських призводить до зниження порогу збудження стимулів, які викликають стан тривоги. Такий стан свідчить про наявність ознак нетерплячості, нерішучості, занепокоєння, невпевненості у спілкуванні. Достатній рівень вираженої астенії призводить до порушенням уваги, психічної та фізичної підвищеної чутливості, підвищеної збудливості відчуттів. Астенія має прямий вплив на зниження працездатності, швидкою втомлюваністю, емоційною нестійкістю. Прояв фобічних порушень може мати прояв у нав'язливих спогадах, різних страхів, сумнівів, які спричиняють невпевненість в діях та заважають швидкому прийняттю рішень. Дуже розповсюджений вплив екстремальних ситуацій на вегетативні порушення. Серед працівників екстремальних професій з збільшенням стажу зростає ризик виявлення порушенням серцево-судинної діяльності, поганою стійкістю тону судин,

шкунково-кишковими розладами, головним болем, порушенням сну. Прояв невротичної депресії призводить до обмеження контактів з оточуючими, з колегами та родиною, характеризується симптомами зниженого настрою, відсутністю життєвої енергії, зниженням інтересів та бажань. Що може стати основою для розвитку депресивних станів.

Наступний етап діагностики – застосування «Індивідуально-типологічного опитувальника» (Л.М. Собчик). Результати представлено на рис.2.1.



Примітка: 1 – екстраверсія; 2 – спонтанність; 3 – агресивність; 4 – ригідність; 5 – інтроверсія; 6 – сензитивність; 7 – тривожність; 8 – лабільність;

**Рис. 2.1. Розподіл за шкалами за «Індивідуально-типологічним опитувальником» (Л.М. Собчик), середні показники.**

Аналіз середніх показників за групами профілю особистості поліцейських на основі використання опитувальника дозволяє охарактеризувати працівників двох груп, як осіб активних, з високим рівнем домагань, з достатнім рівнем контролювання емоційними реакціями. Такий висновок ми зробили виявив майже за усіма шкалами

норму у розподілі балів або помірну вираженість шкал. Але разом з тим ми виявили статистично значущі розбіжності за деякими шкалами у групах поліцейських та межові результати норми. Проаналізуємо їх.

За шкалою «екстраверсія» показники у межах норми в респондентів обох груп. Це свідчить про те, що у поліцейських достатній рівень комунікабельності, вони активні та схильні до контактів з оточуючими, адекватно оцінюють та орієнтуються у зовнішньому світі, здатні до рішучих дій. За шкалою «спонтанність» також показники у межах норми та свідчать про бажання респондентів самореалізовуватись у професії, мають силу відстоювати свої інтереси та потреби, рішучі та мужні. За шкалою «агресивність» ми не виявили статистичної різниці, але маємо розбіжності у балах. Так у групі 1 (патрульні поліцейські) агресивність має помірний результат (але вже інтерпретується як акцентуація), а от у групі 2 (кадрові поліцейські) – яскраво виражена риса. Згідно показників представники обох груп схильні до домінуванню емоцій гніву, жорстокості, руйнівну поведінку та іноді втратою контролю над емоціями. Такий стан потребує психологічної корекції. Наступна шкала «ригідність» також має розбіжності у групах. У групі 1 – знов має межову норму на рівні прояву акцентуації цієї риси. Тобто респонденти достатньо стійкі до стресу, проявляють практичність у стресових ситуаціях, активність та непохитність у відстоюванні думок, але разом з тим межові прояви свідчать про появу таких характеристик, як пряmolінійність, недовіру та підозрілість. Вважаємо, що поява таких рис обумовлена специфікою роботи поліцейських патрулювання. Шкала «інтроверсії» відображає розподіл у межах норми, свідчить про недостатню комунікабельність, пасивність, у межових значеннях за цією шкалою ми можемо говорити про інертність у прийнятті рішень, надмірну замкненість, конфліктність та втечу від вирішення проблем. У наших респондентів ця шкала у межах норми. Шкала «сенситивності» у двох групах також у межах норми і



відображають чутливість та емпатійність, здатність до співчуття, готовність допомогти іншим. Ці риси є важливими у роботі поліцейського.

Наступні дві шкали мають статистичну різницю між групами респондентів. Так шкала «тривожність» за t- критерієм Стьюдента має різницю у групах ( $t=13,65$  при  $p \leq 0,05$ ). В групі 1 ця шкала виражена надмірно за тестовими нормами, що свідчить про невпевненість у собі в складних ситуаціях, залежність від оточуючих, схильність до фобій. Такий стан міг бути викликаний перебуванням у постійному емоційному напруженні під час виконання службових обов'язків або пережитою нещодавно травматичною подією. У групі 2 шкала тривожності виражена помірно, тобто присутня помірність та виваженість у прийнятті рішень, відповідальність, самоаналіз та самокритики вчинків. Наступна шкала «лабільність» також має статистичні розбіжності ( $t=21,71$  при  $p \leq 0,01$ ). У першій групі має прояв надмірності у демонстративності, схильність до егоїзму та драматизація подій. Група 2 – у межах норми, що демонструє помірну (відповідно до ситуації) емоційну стійкість, мінливість настрою.

Загальний аналіз результатів досліджень з використанням індивідуально-типологічного опитувальника свідчить про те, що для поліцейських двох груп характерні наступні особистісні профілі:

1) респондентам двох груп властиві оптимізм, але разом з тим демонструють агресивність, надмірну схильність ризикувати; демонструють активність й сміливість, проте мають знижений самоконтроль;

2) присутня загальна тенденція активності та наполегливості у діях, демонструють послідовність та цілеспрямованість, проте можуть виявляти деяку емоційну нестійкість, егоїзм, схильність до надмірної драматизації подій;

3) у групах поліцейським властиві врівноваженість стеничних і егоцентричних рис; демонструють високий рівень домагань, мотивацію, наполегливість у досягненні та вирішенні завдань.

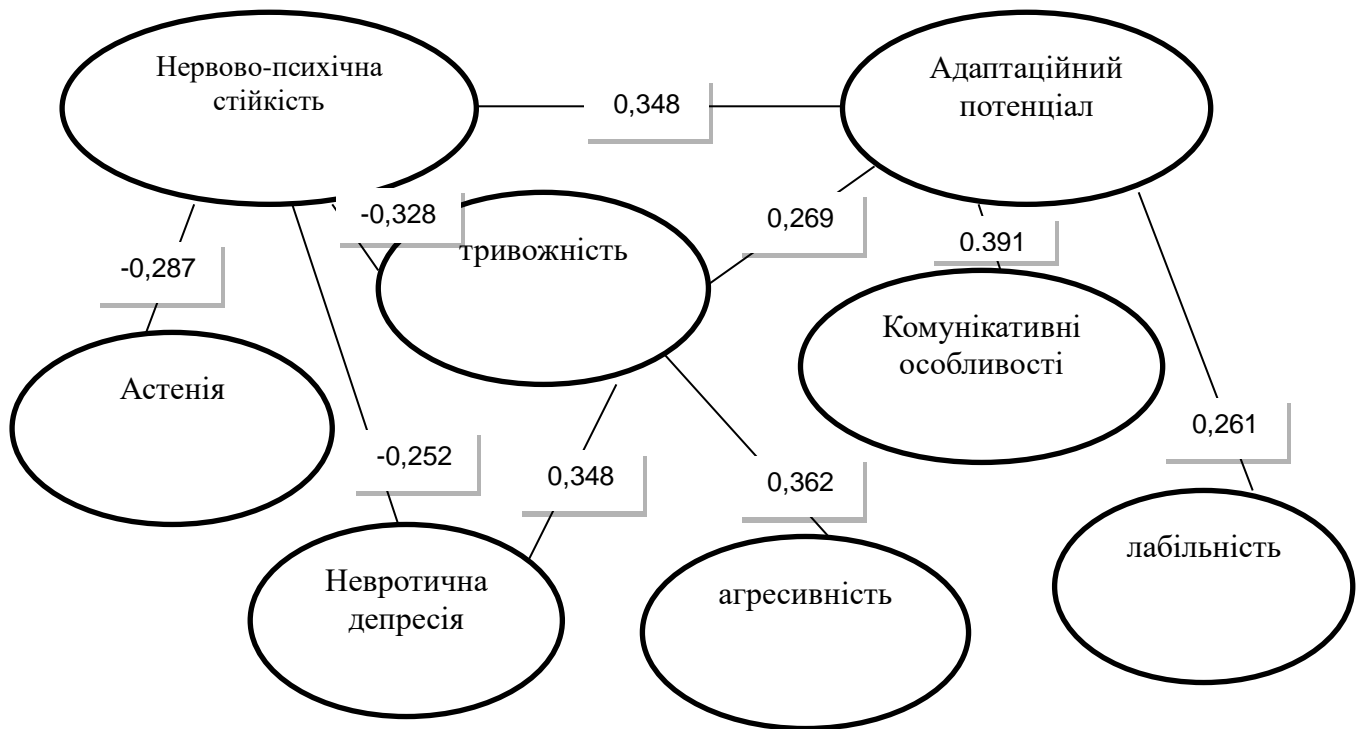
4) виявлені розбіжності у групах за шкалами тривожності та лабільність виявили емоційну напруженість та невпевненість у складних ситуаціях та надмірну драматизацію подій та схильність до егоїзму.

На основі результатів особистісного опитувальників можна зробити висновок, що поліцейським патрульним притаманні такі якості, як сміливість, готовність до розумного ризику, помірна агресивність, наполегливість, самостійність, активність, але разом з тим підозрілість, низький рівень комунікабельності та емоційне напруження.

### **2.3. Встановлення взаємозв'язків між складовими психічної стійкості**

У емпіричному розділі ми розглянули та проаналізували психічну стійкість та компоненти психічної стійкості у груп поліцейських різних за характером своєї професійної діяльності. Наступною метою дослідження є встановлення причинно-наслідкових зв'язків між чинниками, які впливають на психічну стійкість. Для цього ми здійснили кореляційний аналіз Пірсона у групі в цілому. Наш вибір кореляції всієї вибірки пояснюємо тим, що нервово-психічна стійкість не залежить від того, яку посаду та функцій не навантаження виконує поліцейський, тому є підтвердження незначних розбіжностей у нашому дослідженні результатів. Нервово-психічна стійкість, її рівень буде залежить від перебування у критичних та екстремальних ситуаціях. Для загальної вибірки (63 особи) критичні значення: 0,248 при  $p \leq 0,05$  та 0,322 при  $p \leq 0,01$  та 0,405 при  $p \leq 0,001$  [23].

Представимо статистично значущі коефіцієнти на рис. 2.2.



**Рис. 2.2. Кореляційні зв'язки між шкалами методик**

Отримані кореляційні зв'язки за шкалами методик дозволяють дійти наступних висновків. Нервово - психічна стійкість корелює з адаптивним потенціалом особистості (зв'язок позитивний, прямий,  $r=0,348$  при  $p \leq 0,01$ ), що дає підстави говорити про професійну адаптацію працівника поліції, яка зумовлена психофізіологічним та психологічним рівнями адаптації. При цьому нервово-психічна стійкість є основою успішної професійної адаптації, а з іншого боку (кореляційний зв'язок тому є доказом) є наслідком адаптації, адже адаптаційний потенціал пов'язаний з виконанням особистістю професійної ролі, і буде залежить від сформованих відносин у колективі та установок, які відповідають правоохоронним функціям службової діяльності поліцейського. Тому є підтвердження численних зв'язків адаптаційного потенціалу з такими особистісними складовими як комунікативні властивості (прямий, позитивний зв'язок  $r=0,391$  при  $p \leq 0,01$ ), з лабільністю (прямий, позитивний зв'язок  $r=0,261$  при  $p \leq 0,05$ ) та тривожність прямий, позитивний зв'язок  $r=0,269$  при  $p \leq 0,05$ ).

У нашому дослідженні ми виявили зворотні зв'язки нервово-психічної стійкості з шкалами астенії (зворотній, негативний зв'язок  $r=-0,287$  при  $p\leq 0,05$ ), тривожність (зворотній, негативний зв'язок  $r=-0,328$  при  $p\leq 0,01$ ) та невротична депресія (зворотній, негативний зв'язок  $r=-0,252$  при  $p\leq 0,05$ ). Отримані результати є доволі очікуваними, так як рівень нервово-психічної стійкості, визначає здатність протистояти астенічним проявам, тривожності та розвитку навіть клінічних форм, таких як невротична депресія, що може призвести до порушення психосоматичної регуляції. Такі взаємозв'язки визначають важливу роль психічної стійкості у структурі професійної діяльності поліцейського, визначають його психологічний імунітет до психотравмуючих умов діяльності.

#### **2.4. Психопрофілактичні заходи у роботі поліцейських в екстремальних ситуаціях**

Основними завданнями психологічного забезпечення службової діяльності поліцейського є: оцінка психічного стану співробітника та визначення його функціональної готовності до професійної діяльності; підвищення функціональних можливостей організму, профілактика психосоматичних захворювань; підвищення (реабілітація) працездатності; психологічна профілактика стресових розладів; прискорення процесу адаптації до службової діяльності; навчання прийомам і методам психічної саморегуляції для застосування їх у екстремальних умовах; пропаганда психологічних знань, науково-методичне забезпечення психологічної служби.

Тому психологічна робота з працівниками поліції має бути спрямована на формування стійкості до багатьох складових успішної професійної діяльності:

- ✓ нейтралізація та розуміння негативних чинників діяльності: ризику, небезпеки, напруженості, відповідальності, дефіциту часу, несподіванок тощо;

- ✓ ситуацій протистояння з порушниками: протистояти психологічному тиску, вміння вести психологічну боротьбу, розуміння маніпулювання з боку, як законослухняних громадян, так і правопорушників й ін.;
- ✓ Конфліктні між особові ситуації у діяльності: знання та навички закономірностей виникнення, протікання конфліктів, способи вирішення конфліктних ситуацій; вміння володіти собою в психологічно напружених, конфліктних, екстремальних ситуаціях.

На працівників поліції щодня впливає безліч різних чинників, які мають стресовий характер, що призводить до появи перевтоми, виникнення негативних емоційних станів, до розладів професійної діяльності. Оволодіння поліцейськими прийомами і методами психологічної саморегуляції є найголовнішим завданням у роботі практичного психолога у поліцейських підрозділах. Основні завдання психолога – це розкриття психофізіологічних здатностей до формування налаштування на боротьбу з злочинцем, раціональний розподіл не тільки свої фізичних і розумових ресурсів, але і збереження у зоні норми нервово-психічної стійкості, активності, виявляти її у екстремальних ситуаціях професійної діяльності. Вироблені навички з регуляції психоемоційних станів долають деструктивний вплив екстремальних ситуацій і формують стійкість особистості працівників поліції.

Ряд досліджень вчених, хто вивчає питання ефективної професійної діяльності поліцейського, встановлено [33], що профілактичні заходи повинні зачіпати всі рівні особистісного розвитку:

- ✓ *особистісному*: психодіагностика психологічної дезадаптації на ранніх етапах професійного становлення; навчання прийомам само підтримки та самопомоги. Психологи на цьому етапі найбільш вдалими вважають релаксаційні заняття, прийоми опанування та боротьби зі стресами; тренінги розвитку умінь емоціонально-волевої регуляції;

- ✓ *міжособистісному*: постійний моніторинг соціально-психологічного клімату у колективі; тренінг розвитку комунікативних навичок, реабілітація та відпрацювання нервових станів після критичної ситуації.;
- ✓ *організаційному*: постійна співпраця психолога з керівництвом з приводу таких питань професійної діяльності працівників, як надання профілактичних, реабілітаційних та відпусток після виконання службових обов'язків у екстремальних умовах для убезпечення поліцейських від професійного та емоційного виснаження та деформації.

Процес надання психологічної допомоги складний, етапний і дуже відповідальний, який вимагає від фахівця практичної психології глибоких знань, умінь і навичок.

### **Висновки до другого розділу:**

У другому розділі здійснено емпіричне дослідження психічної стійкості у працівників поліції та представлені особливості та рівні психічної стійкості поліцейських в залежності від групи респондентів. З'ясовано, що найбільшого впливу на психічну стійкість та адаптаційний потенціал зазнають працівники патрульної поліції, ніж працівники кадрового складу. Встановлені взаємозв'язки психічної стійкості з особистісними характеристиками вказують на чинники нервово-психічної стійкості з впевненістю у собі, з комунікативними особливостями, з контрольованою експресивністю, екстравертованістю, з помірним негативізмом та тривожністю.

## ВИСНОВКИ

В процесі виконання теоретичного та емпіричного дослідження ми прийшли до висновків:

1. Психологічна стійкість – це інтегральна якість особистості, аспектами якої є стійкість, опірність та урівноваженість. Таке поєднання надає змогу працівникам поліції протистояти життєвим труднощам, несприятливому тиску екстремальних ситуацій, зберігати психічне та фізичне здоров'я, ефективно виконувати службову діяльність. Теоретичний аналіз джерел виявив головні характеристики психологічної стійкості працівників правоохоронних структур: позитивний психоемоційний стан, збереження морально-етичних принципів поведінки у екстремальних ситуаціях, стійка самооцінка, самоконтроль поведінки, результативність професійної діяльності.
2. Емпіричним шляхом встановлені особливості та рівні психічної стійкості у працівників поліції. Високий відсоток осіб з низьким рівнем нервової стійкості у групі патрульних поліцейських свідчить або про неготовність їх до виконання службових обов'язків, або про емоційне та професійне вигорання. У групі кадрових поліцейських ми виявили високий відсоток осіб з високим рівнем нервово-психічної стійкості. Результати вивчення особистісних особливостей поліцейських виявили такі якості, як сміливість, помірну агресивність та готовність до розумного ризику, наполегливість, самостійність, активність, але разом з тим підозрілість, низький рівень комунікабельності та емоційне напруження. Встановлені кореляційні зв'язки вказують на головні компоненти структури нервово-психічної стійкості: лабільність, тривожність, адаптаційний потенціал, комунікативні навички, астения, агресивність та невротична депресія. Всі встановлені зв'язки та відмінності виявлені на рівні значущості  $p \leq 0,05$  та  $p \leq 0,01$ .

3. Встановлені у ході емпіричного дослідження чинники психічної стійкості дозволять якісніше здійснювати психологічний відбір кандидатів на службу до лав Національної поліції. Процес супроводження поліцейських необхідний для встановлення можливих змін психологічних особливостей та рівня психічної стійкості, й тим самим завчасно попереджати порушення професійно-психологічної адаптивності поліцейського.



## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Александров Д. О. Емпіричне дослідження нервово-психічної стійкості у структурі особистості працівника ОВС. *Наука і освіта*, 2013. №6. С.5 – 8.
2. Александров Д.О. Психологічна характеристика основних рівнів адаптації працівника органів внутрішніх справ до умов професійної діяльності. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки* : збірник наукових праць Київського національного університету імені Тараса Шевченка. 2013. № 4 (21). С. 114-121.
3. Алиев Х. М., Хоменко М. Н., Егоров К. А. Как избавиться от стресса и повысить свою психологическую устойчивость : методическое пособие. Москва : УО РЛС ДКО МВД России, 2007. 12 с.
4. Барко В., Остапович В. Психологічно-правові особливості службової діяльності поліцейських патрульної поліції. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2020. Випуск 6. С. 3–9
5. Беспалько А.О. Теоретичний аналіз психологічної стійкості особистості. Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи: матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції «Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи». К.: КНУ імені Тараса Шевченка 2018. С.21.
6. Бодров В.А. Психология профессиональной деятельности. М: PerSe, 2001. 511 с.
7. Володарська Н. Д. Відновлення особистісного ресурсу клієнта в кризових ситуаціях засобами гештальт-терапії. *Актуальні проблеми психології*. 2016. Том I : Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Випуск 44. С. 57–71.
8. Деркач А.А., Лазаренко В.С. Психология развития личности: развитие познавательных способностей. Луганск: Шлях, 1988. 176 с.

9. Ільїна Ю.Ю., Бондаренко А.В. Психологічні наслідки виконання професійних обов'язків у зоні АТО. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2016. Вип. 19. С.81 -90.
10. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. М.: Книга по Требованию, 2013. 368 с.
11. Когут О.О. Стресостійкість особистості в екстремальних умовах праці. *Psychological journal*. 2020, Вип.6. С.65-73.
12. Козира П., Васюк С. Особливості вивчення психологічної готовності поліцейського до професійної діяльності. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2019. Випуск 5. С. 24–30.
13. Козяр М.М. Екстремально – професійна підготовка до діяльності у надзвичайних ситуаціях: монографія. Львів, 2015. 376 с.
14. Корольчук В. М. Психологія стресостійкості особистості : дис. доктора психол. наук 19.00.06. К., 2009. 388 с.
15. Корольчук М.С. Психофізіологія діяльності: Підручник для студентів вищих навчальних закладів. 2-е вид. К.: Ельга, Ніка-Центр, 2004. С.285-290.
16. Куликов Л. В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики. Санкт-Петербург : Питер, 2004. 464 с.
17. Лебедев В. И. Личность в экстремальных условиях. М.: Политиздат, 1989. 303 с.
18. Левенец Е. А. Принципы развития психологической устойчивости сотрудников органов внутренних дел при выполнении профессиональной деятельности в экстремальных ситуациях. *Юридична психологія та педагогіка*. 2014, № 1. С.141-152.
19. Малкина-Пых И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. М. : Эксмо, 2008. 928 с.
20. Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения. Учебное пособие. – СПб.: Речь, 2005. 445с.

21. Миронець С. М., В. М. Синишина Свідома регуляція негативних психічних станів, як складова професійної надійності фахівців зведених рятувальних загонів МНС України: Матеріали 13-ї Всеукраїнської науково-практичної конференції рятувальників 20- 21 вересня 2011 року. С. 314 – 317.
22. Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО-АМ): практическая психодиагностика. Методики и тесты : учебное пособие. ред. и сост. Райгородский Д. Я. Самара, 2006. С. 549–672.
23. Наследов А.Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных. СПб, 2004. С.363.
24. Неурова А. Емпіричне дослідження особливостей психологічної стійкості військовослужбовців – учасників операції об'єднаних сил. *Науковий вісник Херсонського державного університету: Серія Психологічні науки*, 2019, Вип. 4. С.23-29.
25. Нидзий А. О., Дашкова С. В. Психологическая устойчивость как интегративное качество специалиста экстремального профиля. Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки : сб. ст. по материалам XXX междунар. студ. науч.-практ. конф. (Россия, г. Новосибирск, 17.03.2015). 2015. № 3(30).
26. Охрименко О.Р. Діяльність у складних, напружених та екстремальних умовах. К.: Національна академія оборони України, 2004. 210 с.
27. Платонов К. К. Структура и развитие личности. М. : Мысль,1996. 231 с.
28. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие / Райгородский Д.Я. Самара, 1998. С. 544-548.
29. Ребер А. Большой толковый психологический словарь в 2-ух томах. М. : Вече, АСТ, 2001. 1152 с.
30. Ромашенко В., Боярченко О. Особливості протидії негативним психоемоційним станам у працівників правоохоронних органів. Особистість в екстремальних умовах : матеріали X Всеукраїнської науково-практичної конференції (21 травня 2021 р., м. Львів). Львів,

2021. С.164.-166.
31. Синишина В. М. Теоретико-методологічні проблеми формування психологічної стійкості фахівців рятувальних підрозділів МНС. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2011. Вип. 10. С.164-171.
  32. Собчик Л.Н. Индивидуально-типологический опросник. Практическое руководство к традиционному и компьютерному вариантам теста. Боргес, 2010. 60 с.
  33. Створення системи забезпечення психологічної надійності персоналу : матеріали I Всеукр. наук.- практ. семінару (Київ, 10–12 жовт. 2002 р.) / за заг. ред. М. І. Ануфрієва. К. : КІВС, 2003. 182 с.
  34. Сундиев И.Ю. Использование комплекса психолого-педагогических методов при обучении слушателей. *Правовые и тактические проблемы оперативно-розыскной деятельности органов внутренних дел*. Москва : Изд-во ВНИИ МВД СССР. 1986. С. 97–99.
  35. Чебыкин А. Я. Особенности эмоциональной устойчивости и психологические средства ее формирования. Автореф. дис. канд. психолог. наук. М. : 1979. 16 с.
  36. Швець Д. В. Психічна стійкість працівника поліції як основа готовності до службової діяльності в екстремальних ситуаціях. *Особистість, суспільство, закон: психологічні проблеми та шляхи їх розв'язання*. Харків, 2017 С.226-228.
  37. Шхагапсоева М.Х. Психологическая устойчивость сотрудников органов внутренних дел. *Вопросы экономики и права*. 2014. № 5. С.29-31.
  38. Юридична психологія : підручник. / За заг. ред. Л.І. Казміренко, Є.М. Моїсеєва. Київ : КНТ. 2007. 360 с.
  39. Richardson G. E. The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*. 2002. № 58. P. 307–321.

40. Ryan J. J., Bartels J. M. & Kreiner D. S. Temperament and character differences in police academy recruits: a pilot study. *Individual Differences Research*, 2008, 6, 203-210.

**КОДЕКС АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ  
ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ ХЕРСОНЬСЬКОГО  
ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ**

Я, Фіканюк Лариса Анатоліївна  
учасник(ка) освітнього процесу Херсонського державного університету, УСВІДОМЛЮЮ, що академічна доброчесність – це фундаментальна основа існування університетської академічної спільноти освіти.

**ЗАЯВЛЯЮ**, що у своїй освітній і науковій діяльності **ЗОБОВ'ЯЗУЮСЯ**:

– дотримуватися:

- вимог законодавства України та внутрішніх нормативних документів університету, зокрема Статуту Університету;
- принципів та правил академічної доброчесності;
- культурної толерантності по відношенню до інших культур;
- моральних норм та правил етичної поведінки;
- толерантного ставлення до інших;
- дотримуватися високого рівня культури спілкування;

надавати допомогу:

- безоплатно перевіряти наукові, навчальні й інші роботи на ознаки наявності академічних порушень за допомогою спеціалізованих програмних засобів;
- обробляти, зберігати й розповсюджувати фізичні й електронні роботи у відкритому доступі в Інтернеті іншою респондентом;
- використовувати роботи для перевірки на ознаки наявності академічних порушень у інших роботах виключно з метою виявлення можливих ознак академічного плагиату;

– самостійно виконувати навчальні завдання, завдання викладачів і виконувати контрольні результати навчання;

– надавати достовірну інформацію щодо результатів власної навчальної (навчової, вивчальної) діяльності, використання методик досліджень та джерел інформації;

– не використовувати результати досліджень інших авторів без авторизації чи дозволу на їхню роботу;

– своєю діяльністю сприяти збереженню та промотуванню традицій української університетської спільноти високого рівня;

не чинити правопорушень і не сприяти їхньому скоєнню іншими особами:

– підтримувати етикету довіри, взаємної відповідальності та співпраці в освітньому середовищі;

– поважати честь, гідність та особисту недоторканність особи, незалежно від статі, віку, майнового стану, соціального становища, расової належності, релігії й політичні переконання;

– не дискримінувати людей на підставі належності до певної расової, національної, расової, етнічної чи іншої належності;

– відверто ставитися до своїх обов'язків, а саме: не сумніватися, виконувати свої обов'язки та науково-дослідницькі завдання;

– заохочувати виключення у своїй діяльності конфлікту інтересів, зокрема не використовувати службових ресурсів за власні чи чужі особисті цілі, зокрема в академічній, науковій, трудовій діяльності;

– не брати участі в будь-якій діяльності, пов'язаній з обманом, нечесністю, списуванням, фабрикацією;

– не підроблювати документи;

– не поширювати неправдиву та дезорієнтуючу інформацію про інших здобувачів вищої освіти, а саме: дані співробітників;

– не стримувати і не протримувати закладом за несприятливих обставин будь-яких справді або звинувачення впливу на зміну об'єктивної академічної оцінки;

– не залучати чи не проводити впродовж навчального року наукових, сексуальних допитів;

– не надавати своїх матеріалів, інформації, матеріалів своїх ідей без університету у публічних чи інших Інтернет-сервісах чи інших платформах;

– не використовувати без дозволу ректорату (канцелярії) зображення університету в своїх, чи комерційних або інших університетських;

– не здійснювати і не захоплювати будь-яких спроб, спрямованих на те, щоб за допомогою нечесних і негтивних методів досягти власних корисних цілей;

– не закладати загрози кваліфікації, утворенню або безробіттю студентам та/або працівникам.

**УСВІДОМЛЮЮ**, що відповідно до вимог законодавства, у разі невиконання Кодексу академічної доброчесності буду нести академічну та/або інші види відповідальності, що можемо бути заохочені заходом дисциплінарного характеру за порушення принципів академічної доброчесності.

26.10.2020  
(дата)

(підпис)

Лариса Фіканюк  
(ім'я, прізвище)

**КОДЕКС АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ  
ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ ХЕРСОНСЬКОГО  
ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ**

Я, Лариса Фіканюк, учасник(ця) освітнього процесу Херсонського державного університету, **УСВІДОМЛЮЮ**, що академічна доброчесність – це фундаментальна етична цінність усієї академічної спільноти світу.

**ЗАЯВЛЯЮ**, що у своїй освітній і науковій діяльності **ЗОБОВ'ЯЗУЮСЯ**:

- дотримуватися:
  - вимог законодавства України та внутрішніх нормативних документів університету, зокрема Статуту Університету;
  - принципів та правил академічної доброчесності;
  - нульової толерантності до академічного плагіату;
  - моральних норм та правил етичної поведінки;
  - толерантного ставлення до інших;
  - дотримуватися високого рівня культури спілкування;
- надавати згоду на:
  - безпосередню перевірку курсових, кваліфікаційних робіт тощо на ознаки наявності академічного плагіату за допомогою спеціалізованих програмних продуктів;
  - оброблення, збереження й розміщення кваліфікаційних робіт у відкритому доступі в інституційному опрісник47і;
  - використання робіт для перевірки на ознаки наявності академічного плагіату в інших роботах виключно з метою виявлення можливих ознак академічного плагіату;
- самостійно виконувати навчальні завдання, завдання поточного й підсумкового контролю результатів навчання;
  - надавати достовірну інформацію щодо результатів власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використаних методик досліджень та джерел інформації;
  - не використовувати результати досліджень інших авторів без використання покликань на їхню роботу;
  - своєю діяльністю сприяти збереженню та примноженню традицій університету, формуванню його позитивного іміджу;
  - не чинити правопорушень і не сприяти їхньому скоєнню іншими особами;
  - підтримувати атмосферу довіри, взаємної відповідальності та співпраці в освітньому середовищі;
  - поважати честь, гідність та особисту недоторканність особи, незважаючи на її стать, вік, матеріальний стан, соціальне становище, расову належність, релігійні й політичні переконання;
  - не дискримінувати людей на підставі академічного статусу, а також за національною, расовою, статевою чи іншою належністю;
  - відповідально ставитися до своїх обов'язків, вчасно та сумлінно виконувати необхідні навчальні та науково-дослідницькі завдання;
  - запобігати виникненню у своїй діяльності конфлікту інтересів, зокрема не використовувати службових і родинних зв'язків з метою отримання нечесної переваги в навчальній, науковій і трудовій діяльності;
  - не брати участі в будь-якій діяльності, пов'язаній із обманом, нечесністю, списуванням, фабрикацією;
  - не підроблювати документи;
  - не поширювати неправдиву та компрометуючу інформацію про інших здобувачів вищої освіти, викладачів і співробітників;
  - не отримувати і не пропонувати винагород за несправедливе отримання будь-яких переваг або здійснення впливу на зміну отриманої академічної оцінки;
  - не залякувати й не проявляти агресії та насильства проти інших, сексуальні домагання;
  - не завдавати шкоди матеріальним цінностям, матеріально-технічній базі університету та особистій власності інших студентів та/або працівників;
  - не використовувати без дозволу ректорату (деканату) символіки університету в заходах, не пов'язаних з діяльністю університету;
  - не здійснювати і не заохочувати будь-яких спроб, спрямованих на те, щоб за допомогою нечесних і негідних методів досягати власних корисних цілей;
  - не завдавати загрози власному здоров'ю або безпеці іншим студентам та/або працівникам.

**УСВІДОМЛЮЮ**, що відповідно до чинного законодавства у разі недотримання Кодексу академічної доброчесності буду нести академічну та/або інші види відповідальності й до мене можуть бути застосовані заходи дисциплінарного характеру за порушення принципів академічної доброчесності.

\_\_\_\_\_ (дата)

\_\_\_\_\_ (підпис)

Лариса ФІКАНЮК  
(ім'я, прізвище)

## Додаток Б

**Клінічний опитувальник (К.К. Яхін, Д.М. Менделевич)**

Применяется для выявления и оценки невротических состояний.

Инструкция: Рядом с каждым вопросом проставьте выбранный балл, оценивая свое текущее состояние по пятибалльной системе:

5 баллов – никогда не было,

4 балла – редко,

3 балла – иногда,

2 балла – часто,

1 балл – постоянно или всегда.

Бланк методики

1. Ваш сон поверхностный и беспокойный?

2. Замечаете ли Вы, что стали более медлительны и вялы, нет прежней энергичности?

3. После сна Вы чувствуете себя усталым и «разбитым» (неотдохнувшим)?

4. У Вас плохой аппетит?

5. У Вас бывают ощущения сдавливания в груди и чувство нехватки воздуха при волнениях или расстройствах?

6. Вам трудно бывает заснуть, если Вас что-либо тревожит?

7. Чувствуете ли Вы себя подавленным и угнетенным?

8. Чувствуете ли Вы у себя повышенную утомляемость, усталость?

9. Замечаете ли Вы. Что прежняя работа дается Вам труднее и требует больших усилий?

10. Замечаете ли Вы, что стали более рассеянным и невнимательным, забываете куда положили какую-нибудь вещь или не можете вспомнить, что только собирались делать?

11. Вас беспокоят навязчивые воспоминания?

12. Бывает ли у Вас ощущение какого-то беспокойства (как будто что-то должно случиться), хотя особых причин и нет?

13. У Вас возникает страх заболеть тяжелым заболеванием (рак, инфаркт, психическое заболевание и т.д.)?

14. Вы не можете сдерживать слезы и плачете?

15. Замечаете ли Вы, что потребность в интимной жизни для Вас стала меньше или даже стала Вас тяготить?

16. Вы стали более раздражительны и вспыльчивы?

17. Приходит ли Вам мысль, что в Вашей жизни мало радости и счастья?

18. Замечаете ли Вы, что стали каким-то безразличным, нет прежних интересов и увлечений?

19. Проверяете ли Вы многократно выполненные действия: выключен ли газ, вода, электричество, заперта ли дверь и т.д.?

20. Беспокоят ли Вас боли или неприятные ощущения в области сердца?

21. Когда Вы расстраиваетесь, у Вас бывает так плохо с сердцем, что Вам приходится принимать лекарства или даже вызывать «скорую помощь»?

22. Бывает ли у Вас звон в ушах или рябь в глазах?

23. Бывают ли у Вас приступы учащенного сердцебиения?

24. Вы так чувствительны, что громкие звуки, яркий свет и резкие краски раздражают Вас?

25. Испытываете ли Вы в пальцах рук и ног, или в теле покалывание, ползание мурашек, онемение или другие неприятные ощущения?

26. У Вас бывают периоды такого беспокойства. Что Вы даже не можете усидеть на месте?

27. Вы к концу работы так сильно устаете, что Вам необходимо отдохнуть, прежде



чем приняться за что-либо?

28. Ожидание Вас тревожит и нервирует?
29. У Вас кружится голова и темнеет в глазах, если Вы резко встанете или наклонитесь?
30. При резком изменении погоды у Вас ухудшается самочувствие?
31. Вы замечали, как у Вас непроизвольно подергиваются голова и плечи, или веки, скулы, особенно, когда Вы волнуетесь?
32. У Вас бывают кошмарные сновидения?
33. Вы испытываете тревогу и беспокойство за кого-нибудь или за что-нибудь?
34. Ощущаете ли Вы комок в горле при волнении?
35. Бывает ли у Вас чувство, что к Вам относятся безразлично, никто не стремится Вас понять и посочувствовать, и Вы ощущаете себя одиноким?
36. Испытываете ли Вы затруднения при глотании пищи, особенно Вы волнуетесь?
37. Вы обращали внимание на то, что руки или ноги у Вас находятся в беспокойном движении?
38. Беспокоит ли Вас, что вы не можете освободиться от постоянно возвращающихся навязчивых мыслей (мелодия, стихотворение, сомнения)?
39. Вы легко потеете при волнениях?
40. Бывает ли у Вас страх оставаться в одиночестве в пустой квартире?
41. Чувствуете ли Вы у себя нетерпеливость, непоседливость или суетливость?
42. У Вас бывают головокружения или тошнота к концу рабочего дня?
43. Вы плохо переносите транспорт (Вас «укачивает» и Вам становится дурно)?
44. Даже в теплую погоду ноги и руки у вас холодные (зябнут)?
45. Легко ли Вы обижаетесь?
46. У Вас бывают навязчивые сомнения в правильности Ваших поступков или решений:
47. Не считаете ли Вы, что Ваш труд на работе или дома недостаточно оценивается окружающими?
48. Вам часто хочется побыть одному?
49. Вы замечаете, что Ваши близкие относятся к Вам равнодушно или даже неприязненно?
50. Вы чувствуете себя скованно или неуверенно в обществе?
51. Бывают ли у Вас головные боли?
52. Замечаете ли Вы, как стучит или пульсирует кровь в сосудах, особенно если вы волнуетесь?
53. Совершаете ли Вы машинально ненужные действия (потираете руки, поправляете одежду, приглаживаете волосы и т.д.)?
54. Вы легко краснеете или бледнеете?
55. Покрывается ли Ваше лицо, шея или грудь красными пятнами при волнениях?
56. Приходят ли Вам на работе мысли, что с Вами может неожиданно что-то случиться и Вам не успеют оказать помощь?
57. Возникают ли у вас боли или неприятные ощущения в области желудка, когда Вы расстраиваетесь?
58. Приходят ли Вам мысли, что Ваши подруги (друзья) или близкие более счастливы, чем Вы?
59. Бывают ли у Вас запоры или поносы?
60. Когда Вы расстраиваетесь, у Вас бывает отрыжка или тошно та?
61. Прежде чем принять решение Вы долго колеблетесь?
62. Легко ли меняется Ваше настроение?
63. При расстройствах у Вас появляется зуд кожи или сыпь?
64. После сильного расстройства Вы теряли голос или у Вас отнимались руки или

ноги?

65. У Вас повышенное слюноотделение?

66. Бывает ли, что Вы не можете один перейти улицу, открытую площадь?

67. Бывает ли, что Вы испытываете сильное чувство голода, а едва начав есть, быстро насыщаетесь?

68. У Вас возникает чувство, что во многих неприятностях виноваты Вы сами?

**Оцінка рівня нервово-психічної стійкості (методика «Прогноз» за В.А. Бодровим)**

*Інструкція: «Перед Вами анкета на 84 запитання (міркування). Послідовно ознайомившись, необхідно вирішити, яка відповідь («так» чи «ні») точніше Вас характеризує; у відповідній клітинці реєстраційного листка ставиться знак «+» (так) або «-» (ні). Працюйте швидко, тривалий час не задумуючись і самотійно. Не пропускайте запитань. Результати дослідження не розповсюджуються, а на співбесіді будуть повідомлені Вам особисто».*

1. Іноді мені в голову приходять такі негарні думки, що краще про них нікому не розповідати.

2. В дитинстві у мене була така компанія, що всі старались зажди й в усьому стояти один за одного.

3. Іноді у мене трапляються напади сміху або плачу, які я ніяк не можу подолати.

4. Траплялися випадки, що я не стримував своїх обіцянок.

5. В мене часто болить голова.

6. Іноколи я говорю неправду.

7. Раз на тиждень я без будь-якої очевидної причини раптово почуваю жар в усьому тілі.

8. Трапляється, що я говорю про речі, в яких не розуміюся.

9. Трапляється, що я серджусь.

10. Тепер мені важко сподіватися на те, що я чого-небудь досягну в житті.

11. Трапляється, що я відкладаю на завтра те, що можна зробити сьогодні.

12. Я охоче приймаю участь у всіх зборах та інших суспільних заходах.

13. Найважча боротьба для мене – боротьба із самим собою.

14. М'язові судоми та посіпування в мене бувають вкрай рідко.

15. Я вельми байдужий до того, що зі мною буде.

16. Іноді, коли я погано почуваюся, я буваю роздратованим.

17. В гостях я поведжуся за столом краще, ніж удома.

18. Якщо мені не загрожує штраф й автівок поблизу немає, я можу перейти вулицю як мені заманеться, а не у призначеному місці.

19. Я вважаю, що життя в моїй сім'ї таке ж гарне, як і у більшості моїх знайомих.

20. Мені часто кажуть, що я запальний.

21. Закріпи в мене бувають рідко.

22. У грі я переважно хочу виграти.

23. Останні кілька років більшу частину часу я почуваюся добре.

24. Зараз моя вага постійна (я не повнію і не худну).

25. Мені приємно мати серед знайомих значних людей, це немовби надає мені ваги у власних очах.

26. Я був би досить спокійним, якби у кого-небудь із моєї сім'ї були неприємності через порушення закону.

27. З моїм розумом щось негарзд.

28. Мене турбують сексуальні (статеві) питання.

29. Коли я намагаюсь щось сказати, то часто помічаю, що в мене тремтять руки.

30. Рухи в мене такі ж жваві й моторні, як і раніше.

31. Серед моїх знайомих є люди, котрі мені не подобаються.

32. Гадаю, що я людина приречена.
33. Я сварюсь із членами моєї сім'ї вельми рідко.
34. Іноді трапляється, що я з ким-небудь трохи пліткую.
35. Часто я бачу сновидіння, про які краще нікому не розповідати.
36. Траплялося, що в обговоренні деяких питань я особливо не задумувався і згоджувався з думкою інших.
37. В школі я опановував матеріал повільніше, ніж інші.
38. Моя зовнішність мене назагал влаштовує.
39. Я дуже впевнений у собі.
40. Раз на тиждень або частіше я буваю дуже збудженим або схвильованим.
41. Хтось керує моїми думками.
42. Я щодня випиваю незвично багато води.
43. Іноді неввічливий або навіть неприємний жарт викликає в мене сміх.
44. Найщасливішим я буваю на самоті.
45. Хтось намагається впливати на мої думки.
46. Я любив казки Андерсена.
47. Навіть серед людей я звичайно почуваюся самотнім.
48. Мене дратує, коли мене підганяють.
49. Я легко ніяковію.
50. Я легко втрачаю терпіння.
51. Мені часто хочеться померти.
52. Траплялося, що я кидав розпочату справу, тому що боявся що не справлюсь з нею.
53. Майже щодень трапляється щось, що лякає мене.
54. До питань релігії я ставлюся байдуже.
55. Ознаки поганого настрою бувають у мене рідко.
56. Я заслуговую суворої догани за свої вчинки.
57. В мене були дуже незвичайні містичні переживання.
58. Мої переконання й погляди непохитні.
59. В мене бувають періоди, коли через хвилювання я втрачав сон.
60. Я людина нервова й легко збуджувана.
61. Мені здається, що нюх у мене такий, як у інших (не гірший).
62. Все в мене виходить погано, не так як слід.
63. Я майже завжди відчуваю сухість у роті.
64. Більшу частину часу я почуваюся стомленим.
65. Іноді я почуваю, що близький до нервового зриву.
66. Мене дуже дратує те, що я забуваю, куди кладу речі.
67. Я дуже уважно відношусь до того, як одягаюсь.
68. Пригодницькі розповіді мені подобаються більше, ніж розповіді про кохання.
69. Мені дуже важко пристосуватися до нових умов життя, роботи. Перехід до нових умов життя, роботи, навчання здається мені нестерпно важким.
70. Мені здається, що у стосунках зі мною особливо часто поводяться несправедливо.
71. Я часто почуваюся несправедливо ображеним.
72. Моя думка не завжди збігається з думкою оточуючих.
73. Я часто відчуваю стомлення від життя і мені не хочеться жити.
74. На мене частіше звертають увагу, ніж на інших.
75. В мене бувають головні болі й запаморочення через переживання.
76. Часто в мене бувають періоди, коли мені нікого не хочеться бачити.
77. Мені важко прокинутись у призначений час.
78. Якщо в моїх негараздах хтось винен, я не залишаю його без покарання.
79. В дитинстві я був вередливим, дратівливим.

80. Мені відомі випадки, коли мої родичі лікувались у невропатологів, психіатрів.
81. Іноді я приймаю валеріану, кодеїн, еленіум й інші заспокійливі засоби.
82. В мене є засуджені родичі.
83. В мене бували приводи в міліцію.
84. Я залишався в школі на другий рік.