

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ЛІНГВІСТИКИ ТА СОЦІАЛЬНИХ КОМУНІКАЦІЙ
КАФЕДРА АВІАЦІЙНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ
Завідувач випускової кафедри
_____ Любов ПОМИТКІНА
“ ____ ” _____ 2022 р.

ДИПЛОМНА РОБОТА
(ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА)
ЗДОБУВАЧА ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЯ БАКАЛАВРА
ЗА СПЕЦІАЛЬНІСТЮ 053 «ПСИХОЛОГІЯ»
ОП «ПСИХОЛОГІЯ»

**Тема: ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ
ХАРАКТЕРИСТИК ПАТРУЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ ПІД ЧАС ВИКОНАННЯ
ОПЕРАТИВНИХ ЗАВДАНЬ В ПЕРІОД ПАНДЕМІЇ COVID-19**

Виконавець: Ольховик Ігор Вікторович

Керівник: д. психол. н., професор Помиткіна Любов Віталіївна

Нормоконтролер: викладач Гордієнко Катерина Олександрівна

КИЇВ 2022

НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій

Кафедра авіаційної психології

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач випускової кафедри

_____ Любов ПОМИТКІНА

«__» _____ 2022 р.

ЗАВДАННЯ

на виконання дипломної роботи

Ольховика Ігоря Вікторовича

1. Тема дипломної роботи: «Особливості прояву психоемоційних характеристик патрульної поліції під час виконання оперативних завдань в період пандемії COVID-19», затверджена наказом ректора № № 2624/ст від 30.11.2021 р.
2. Термін виконання роботи: 03.01.2022 по 28.02.2022 р.
3. Вихідні дані до роботи: вибірка – 44 особи патрульної поліції м. Києва. Методики дослідження: «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка, «Визначення стресостійкості особистості», «Індикатор копінг-стратегій» Д. Амірхана, «Накопичення емоційно-енергетичних зарядів, спрямованих на самого себе» В.В. Бойко.
4. Зміст пояснювальної записки: вступ дипломної роботи містить висвітлення актуальності дослідження психоемоційних характеристик патрульної поліції під час виконання оперативних завдань в період пандемії COVID-19, об'єкт, предмет, мету, завдання, практичне значення дослідження. Перший розділ включає аналіз наукової літератури стосовно психоемоційних характеристик особистості в екстремальних умовах

діяльності. У другому розділі представлена характеристика умов та етапів дослідження, методологічна основа, опис психодіагностичних методик, результати дослідження психоемоційних характеристик патрульної поліції під час виконання оперативних завдань в період пандемії COVID-19. Подані рекомендації для керівників та психологів щодо підвищення ефективності роботи працівників патрульної поліції в період пандемії. У висновках подані загальні підсумки роботи.

5. Перелік обов'язкового графічного матеріалу: 2 таблиці, 5 рисунків.

6. Календарний план-графік

№ з/п	Завдання	Термін виконання	Виконання
1.	Вибір теми та формулювання завдань	Листопад	
2.	Тематичний добір та аналіз наукових праць	Листопад	
3.	Оформлення теоретичної частини	Листопад	
4.	Методологічне обґрунтування емпіричного дослідження	Грудень	
5.	Проведення емпіричного дослідження	Грудень	
6.	Аналіз та інтерпретація отриманих результатів	Грудень	
7.	Оформлення дипломної роботи відповідно до ДСТУ	Січень	
8.	Подання дипломної роботи науковому керівнику	Січень	
9.	Попередній захист дипломної роботи	Згідно графіку	
10.	Виправлення зауважень, оформлення рецензії, відгуку наукового керівника	Лютий	
11.	Подання дипломної роботи нормоконтролеру та на підпис завідувачу кафедри	За день до захисту	
12.	Захист дипломної роботи	Згідно графіку	

7. Дата видачі завдання: “_____” листопада 2021 р.

Керівник дипломної роботи _____ Любов ПОМИТКІНА

Завдання прийняв до виконання _____ Ігор ОЛЬХОВИК

РЕФЕРАТ

Пояснювальна записка до дипломної роботи «Особливості прояву психоемоційних характеристик патрульної поліції під час виконання оперативних завдань в період пандемії COVID-19»: 55 сторінок, 5 рисунків, 2 таблиці, 54 використаних джерел, 3 додатки.

ОСОБИСТІТЬ, ОПЕРАТИВНІ СИТУАЦІЇ, ПАНДЕМІЯ, ПАТРУЛЬНА ПОЛІЦІЯ, ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ, СТРЕСОСТІЙКІСТЬ, ПАНДЕМІЯ COVID-19.

Об'єкт дослідження: процес виконання оперативних завдань патрульною поліцією в період пандемії COVID-19.

Предмет дослідження: особливості прояву психоемоційних характеристик патрульної поліції під час виконання оперативних завдань в період пандемії COVID-19 в залежності від стажу.

Мета дослідження: виявлення особливостей прояву психоемоційних характеристик патрульної поліції під час виконання оперативних завдань в період пандемії COVID-19 в залежності від стажу.

Методи дослідження: теоретичні – аналіз, синтез, узагальнення, систематизація, класифікація; методи математичної статистики: критерій Колмогорова-Смирнова; критерій Стьюдента; психодіагностичні **методики:** «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка, «Визначення стресостійкості особистості», «Індикатор копінг-стратегій» Д. Амірхана та «Накопичення емоційно-енергетичних зарядів, спрямованих на самого себе» В.В. Бойко.

Встановлено: середні й високі показники стресостійкості, достатня здатність до подолання тривожності й опору фрустрації; більш досвідчені працівники патрульної поліції частіше, ніж молоді поліцейські, демонструють більшу схильність до інтенсивного обдумування і ретельного аналізу всіх можливих екстремальних варіантів, застосовуючи більше часу для цього, прагнуть до уникання ризику, виявляючи тим

самим більш частіше пасивну копінг-стратегію; вони менш інтенсивно застосовують пряму копінг-стратегію; асоціальна копінг-стратегія більш притаманна молодим працівникам патрульної поліції, які потребують психологічної підготовки до діяльності.

Практичне значення: отримані дані засвідчили необхідність психологічної підготовки працівників патрульної поліції під час коронавірусної пандемії щодо врегулювання власних психоемоційних станів; можуть бути використані у процесі підвищення кваліфікації патрульної поліції.

ЗМІСТ

Вступ.....	7
Розділ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ПІДГОТОВКИ ПАТРУЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ ДО ВИКОНАННЯ ОПЕРАТИВНИХ ЗАВДАНЬ В ПЕРІОД ПАНДЕМІЇ COVID-19.....	9
1.1. Теоретичний аналіз проблеми психологічної готовності патрульної поліції до виконання оперативних завдань	9
1.2. Специфіка психологічної підготовки патрульної поліції до виконання оперативних завдань в період пандемії COVID-19.....	14
1.3. Підготовка до врегулювання основних психоемоційних характеристик патрульної поліції в період пандемії COVID-19.....	16
ВИСНОВКИ до розділу I.....	18
Розділ II. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ПАТРУЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ ПІД ЧАС ВИКОНАННЯ ОПЕРАТИВНИХ ЗАВДАНЬ В ПЕРІОД ПАНДЕМІЇ COVID-19.....	20
2.1. Організація дослідження, підбір та обґрунтування методик дослідження.....	20
2.2. Визначення рівня прояву психоемоційних характеристик патрульної поліції у двох групах відповідно стажу.....	23
2.3. Виявлення особливостей прояву психогенних характеристик патрульної поліції під час виконання оперативних завдань в період пандемії COVID-19 за методами математичної статистики.....	31
2.4. Рекомендації для керівників та психологів щодо підвищення ефективності роботи працівників патрульної поліції.....	33
ВИСНОВКИ до розділу II.....	38
ВИСНОВОК.....	41
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	43
ДОДАТКИ.....	51

ВСТУП

Актуальність дослідження. Масштабність поширення коронавірусної пандемії вимагає підвищення вимог щодо підготовки працівників оперативного складу МВС, які відповідальні за здоров'я громадян та, в цілому, за порядок в нашій країні. На сьогодні, крім вимог до наявності високого рівня розвитку основних професійно важливих якостей до роботи в особливих умовах, спостерігається посилена увага до певного рівня психологічної готовності щодо здійснення професійної діяльності в складних ситуаціях що склалася.

Вчені й практики (Алещенко В. І., Бабаян Ю. О., Осьодло В. І., Сафін О.Д., Смирнов Б.А., Потапчук Є.М. та ін.) відмічають, що крім професійних знань, умінь і навичок, працівникам оперативного складу в надзвичайних ситуаціях потрібно бути психологічно готовими до виконання своїх обов'язків.

У науковій літературі визначається, що психологічна підготовка – це досить тривалий процес цілеспрямованого формування психічних якостей, які забезпечують готовність працівників до успішних дій в різних умовах функціонування, аж до найекстремальніших [42, 46]. Тут необхідно зазначити, що психологічну готовність трактують як одну з необхідних складових у загальній готовності працівників до діяльності в особливих та екстремальних умовах.

На сьогодні психологічну підготовку до роботи в екстремальних ситуаціях досліджують як в соціогуманітарних напрямках (Ічанська О.М., Помиткіна Л.В., Хохліна О.П., Яковицька Л.С. та ін.) так і в технічних (Корольчук М.С., Фугелова Т.А., Shevchuk D., Yakushenko O. а ін.), і визначають, що – це система заходів щодо формування у працівників стану психологічної готовності до подолання негативного впливу стрес-чинників

надзвичайної ситуації й ефективного вирішення професійних завдань [34; 53].

В основі досягнення у кожного фахівця, зокрема й патрульної поліції, лежить процес формування стійких психоемоційних якостей, необхідних для виконання будь-якого поставленого завдання в різних умовах професійної діяльності, а також здатності протистояти психотравмуючим чинникам. Це є головною метою психологічної підготовки [42; 17]. Як вказують вчені й практики, найбільша результативність психологічної підготовки досягається при зміні заданих ситуацій як у ході навчального тренування, так і в ході професійної діяльності [18; 46].

Метою дослідження є виявлення особливостей прояву психоемоційних характеристик патрульної поліції під час виконання оперативних завдань в період пандемії COVID-19 в залежності від стажу.

Об'єкт дослідження: процес виконання оперативних завдань патрульною поліцією в період пандемії COVID-19.

Предмет дослідження: особливості прояву психоемоційних характеристик патрульної поліції під час виконання оперативних завдань в період пандемії COVID-19 в залежності від стажу.

На основі мети були сформульовані наступні **завдання**:

- 1) На основі теоретичного аналізу проблеми підготовки патрульної поліції до виконання оперативних завдань в період пандемії COVID-19 визначити їх основні психоемоційні характеристики.
- 2) Продіагностувати рівень розвитку психоемоційних характеристик патрульної поліції в двох групах респондентів з різним стажем.
- 3) Визначити особливості прояву психоемоційних характеристик патрульної поліції під час виконання оперативних завдань в період пандемії COVID-19 в залежності від стажу за ММС.
- 4) Розробити рекомендації для керівників та психологів щодо підвищення ефективності роботи працівників патрульної поліції.

РОЗДІЛ I
ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ПІДГОТОВКИ
ПАТРУЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ ДО ВИКОНАННЯ ОПЕРАТИВНИХ
ЗАВДАНЬ В ПЕРІОД ПАНДЕМІЇ COVID-19

1.1. Теоретичний аналіз проблеми психологічної готовності
патрульної поліції до виконання оперативних завдань

На сьогодні, вчені виділяють різні рівні психологічної готовності [3; 6; 7]:

1. Загальна (тривала) психологічна готовність (ЗПГ) – потенційна здатність фахівця здійснити переналаштування психіки адекватно виду професійного завдання, що вирішується. Основу ЗПГ складає система моральнопсихологічних якостей, що визначають потенційну здатність працівників до подолання труднощів професійної діяльності.

2. Ситуативна психологічна готовність (СПГ) – психічний стан, що сприяє подоланню конкретних труднощів професійної діяльності, у якому провідну роль відіграють такі компоненти:

- мотиваційний – різні мотиваційні тенденції, що виконують спонукальну, мисленєво-утворюючу та регулятивну функцію;
- емоційно-вольовий, що виконує контрольну-оцінну функцію;
- пізнавальний, що забезпечує функцію створення, структурування орієнтовної основи професійної дії, поточного аналізу та прогнозування динаміки професійних ситуацій;
- операційний, що передбачає володіння способами та прийомами, необхідними навичками й уміннями з використання спеціальної техніки та обладнання, високу фізичну підготовленість;

- комунікативній, який характеризує соціально-психологічний аспект діяльності фахівців, стан готовності до взаємодії з товаришами по службі та постраждалим населенням.

Операційно-виконавча психологічна готовність формується на основі загальної та ситуативної психологічної підготовленості та включає поведінкові реакції людини, способи дії, які набули рефлексивного характеру і не вимагають включення свідомості для побудови програми діяльності [29].

Сукупність структурних компонентів стану психологічної готовності та їх взаємодія зумовлені специфікою об'єктивних умов діяльності при виконанні професійного завдання і пов'язані з певним ступенем перешкодостійкості до зовнішніх і внутрішніх впливів під час прийняття рішень [16-17].

Найважливішими завданнями психологічної підготовки на етапі підготовки до виконання службових обов'язків в особливих умовах є [14; 18]:

- формування професійної спрямованості особистості фахівця;
- мотивування фахівця до активних і самовідданих дій у різноманітних ризико-небезпечних ситуаціях професійної діяльності;
- ознайомлення з характерними труднощами професійної діяльності при проведенні діяльності в особливих та екстремальних умовах та специфікою її впливу на психіку;
- забезпечення стійкості навичок володіння спеціальною технікою та обладнанням і способів професійної поведінки;
- фізична підготовка, формування силової та швидкісної витривалості, здатності переносити тривалі фізичні навантаження;
- формування навичок взаємодії та комунікації в умовах групової діяльності;

- навчання прийомів управління своїм психічним станом і способів впливу на стан у скрутних професійних ситуаціях, способів мобілізації додаткових психологічних можливостей для подолання цих труднощів;
- формування навичок і вмінь психологічної саморегуляції, вольової мобілізації, зниження больових відчуттів, визначення та активізацій психічних і фізичних можливостей для вирішення професійних завдань.

На етапі реального виконання службових обов'язків формується ситуативна психологічна готовність, а на її основі – операційно-виконавча психологічна готовність. Завданнями цього етапу є розвиток і зміцнення мотиваційного, емоційно-вольового, пізнавального, комунікативного та операційного (моторного) компонентів психологічної готовності операторів [3, с. 207-218]:

1) *Мотиваційний компонент* включає надання особистісного значення виконанню завдань професійної діяльності, зміцнення прагнення успіху, високої відповідальності, розвиток прагнення у всьому слідувати традиціям професії, прагнення до найкращого виконання завдання [14].

2) *Емоційно-вольовий компонент* складає психологічна адаптація до чинників службово-професійної обстановки, розвиток почуття упевненості в собі, у товаришах, в успішному виконанні поставлених завдань, розвиток саморегуляції, самоконтролю, самомобілізації, здатності долати страх і протистояти паніці, підтримка оптимального збудження; формування стійкості до несприятливих впливів; уміння мобілізувати можливості на подолання труднощів, що виникли.

3) *У пізнавальний компонент* включається: формування уявлень про майбутні професійні дії, можливі зміни в обстановці; розвиток довготривалої та оперативної пам'яті, їх стійкість у період емоційного

навантаження; розвиток навичок швидко оцінювати обстановку; формування потреби в нових професійних знаннях.

4) В основі *комунікативного компонента* лежать: розвиток здатності ефективно взаємодіяти; прагнення до взаємодопомоги; формування правильного стилю спілкування; здібності до встановлення контактів з оточуючими.

5) У структурі *операційного (моторного) компонента* виділяються: вдосконалення фізичної підготовленості, здатності тривалий час переносити високі навантаження; розвиток швидкості, чіткості, точності й безпомилковості рухів в умовах емоційного навантаження, попередження типових промахів і помилок у діях і поведінці операторів, вироблення високої працездатності.

Перераховані завдання вирішуються не тільки в інтересах психологічної підготовки, але й для профілактики психічних втрат, психологічної реабілітації працівників тощо.

Психологічна підготовка поділяється на загальну, спеціальну й цільову [31]:

- *Загальна підготовка* призначається для формування у фахівців системи психологічних якостей необхідних для діяльності в особливих та екстремальних умовах. Її специфічний зміст полягає у формуванні у працівника міцних уявлень про професійні завдання, труднощі професійної діяльності, тощо.

- *Спеціальна підготовка* здійснюється з метою досягнення стійкої психологічної готовності для виконання завдань у різних видах професійної діяльності.

- *Цільова підготовка* передбачає формування психологічної готовності долати труднощі конкретних складних чи екстремальних ситуацій.

Зрозуміло, що формування психологічної готовності і стійкості співробітників національної поліції забезпечується при певній психологічній підготовці. Цей процес можна розбити на три визначні етапи [34]:

1. Етап завчасного формування готовності до дій в складних та екстремальних ситуаціях.
2. Етап безпосереднього формування готовності до виконання складного завдання.
3. Етап підтримання готовності до складних ситуацій у процесі виконання складного завдання.

Отже, основним змістом своєчасного формування готовності до дій в складних та екстремальних ситуаціях є формування і виховання у співробітників національної поліції [39]:

- впевненості у собі, власній підготовленості, у колегах по виконанню завдань, у можливості успішного переборювання труднощів в оперативно-службовій діяльності, готовності до зустрічі з ними;
- глибоких та переконливих знань про можливі варіанти напружених ситуацій, їх сутність, особливості і способи їх розрядки;
- гарантовано розвинутих вольових якостей, таких як цілеспрямованість, активність, енергійність, самостійність, обачливість, сміливість, витривалість, самовладання;
- розвинутих якостей – психологічної надійності, стійкості до небезпеки та ризику, до великого перенапруження, до тимчасових невдач та очікуваних труднощів;
- досвіду і навичок швидкого і якісного переходу від очікування до вкрай напружених дій.

Як вказують вчені й практики, основною метою психологічної підготовки є практична підготовка співробітників до успішного подолання психологічних труднощів службової діяльності і правильного врахування її

психологічних аспектів. При психологічній підготовці обранці здобувають [38;40]:

- формуються потрібні професіоналу вміння виявляти психологічні чинники, аналізувати їх на практичному рівні і правильно оцінювати екстремальні ситуації;
- розвивається інтерес співробітника до психолого-педагогічних аспектів діяльності, прагнення до пошуку обґрунтованих відповідей на складні запитання, здатність глибше вивчати і краще розуміти мотиви вчинків людей і будувати з ними свої взаєностосунки, виходячи з особливостей, психологічних станів і інтересів справи;
- виробляється психологічна рефлексія (схильність до психологічного самоаналізу, самооцінки).

1.2. Специфіка психологічної підготовки патрульної поліції до виконання оперативних завдань в період пандемії COVID-19

Основним завданням працівників Національної поліції України, а відтак і патрульної поліції, має бути забезпечення правопорядку та неприпустимість подальшого інфікування громадян. Патрульна поліція здійснює рейди на оперативних машинах й забезпечує контролювання за переміщенням людей, які прибули із інших країн, здійснили перевірку за тестом на ПЦР та мають перебувати на самоізоляції до отримання його результатів. Натомість, не усі громадяни мають високу свідому позицію у цьому питанні, тому патрульній поліції необхідно вживати певних заходів, які часто можуть супроводжуватися стресовими ситуаціями. Зважаючи на це, фахівці, які забезпечують ці дії в патрульних підрозділах, повинні проходити спеціальну психологічну підготовку.

Аналіз наукової літератури засвідчив, що до основних завдань психологічної підготовки патрульної поліції можна віднести [41; 42]:

1. Надання фахівцям національної поліції психологічних знань, які потрібні для комплексної оцінки та врахування психологічних аспектів службової діяльності, крім того, знаннями щодо варіативності екстремальних ситуацій, щодо їх характеристики та шляхи подолання.

2. Своєчасний розвиток професійно-психологічних якостей – професійної, спостережливості, професійної пам'яті тощо.

3. Безпосереднє формування необхідних навичок виконання професійних дій у будь-яких варіантах екстремальних умов і керування собою, умінь користуватися психологічними прийомами (мовленням, мімікою, жестами) з метою підвищення ефективності встановлення контакту під час професійного спілкування.

4. Підготовка високої психологічної стійкості до труднощів, що виникають під час розв'язання певних задач служби в екстремальних, психологічно складних ситуаціях, а також можливих способів дій в них.

Зокрема, психологічна підготовка має бути однією з основних у системі професійної підготовки патрульної поліції. Разом з тим це не виключає можливості застосування окремих психологічних елементів і прийомів під час здійснення занять зі спеціальної, бойової і фізичної підготовки у певних підрозділах національної поліції, і як правило, може виглядати так:

- підвищення ритму й темпу діяльності, певне скорочення термінів виконання окремих завдань;
- розв'язання завдань за недостатості інформації, можливо активної протидії із наявністю елементів ризику чи небезпеки;
- запровадження під час занять несподіваних перешкод чи ускладнень;

- формулювання завдань, які вимагають самостійного вибору з кількох можливих варіантів їх розв'язання;
- створення ситуацій, які ведуть до невдачі та потребують підвищеної активності;
- внесення змагального елемента;
- постановки задач, які вимагають взаємодії і взаєморозуміння.

Підсумком психологічної підготовки є формування стану професійно-психологічної готовності співробітника національної поліції як сукупності психофізіологічних, морально-психологічних, професійних і соціально-психологічних характеристик, властивостей і якостей, які відповідають особливостям оперативно-службової діяльності і виступають внутрішньою умовою її успішного здійснення.

1.3. Підготовка до врегулювання основних психоемоційних характеристик патрульної поліції в період пандемії COVID-19

Метою підготовки до діяльності в екстремальних умовах є формування у курсантів патрульної поліції компетенцій, які спрямовані на поглиблення теоретичних уявлень щодо закономірностей діяльності військовослужбовців в особливих та екстремальних умовах, а також особливостей їх психологічного супроводу в умовах впливу особливих та екстремальних чинників [43-44].

Діяльність працівників Національної поліції, в тому числі й патрульної поліції, належить до числа професій підвищеного ризику та характеризується найбільш високим рівнем екстремальності та професійного стресу. Тому підвищуються вимоги до професіоналізму та психологічної підготовленості особового складу Національної поліції.

Зокрема, задачами психологічної підготовки виступають [42]:

- формування усвідомленої та адекватної мотивації;
- актуалізація психологічної екстремальної (бойової) готовності до несення служби в конкретних надзвичайних ситуаціях;
- удосконалення професійно-значущих екстремальних психологічних якостей (здібностей) особистості поліцейського;
- підвищення рівня екстремально-психологічних знань, умінь та навичок;
- підвищення морально-психологічної стійкості до екстремальних стресових впливів, зміцнення впевненості в собі, самоволодіння, мужності, сміливості, розумної обачливості;
- формування навичок надання взаємодопомоги, зняття емоційної напруги;
- розвиток комунікативної компетентності та навичок професійного спілкування в критичних ситуаціях.

Діяльність працівників Національної поліції перетинається з дією різноманітних стресогенних факторів: небезпека для життя і здоров'я, невизначеність та раптова зміна обстановки професійної діяльності, необхідність безперервного логічного та психологічного аналізу значної кількості інформації, напружена увага, висока відповідальність за якість виконання, за життя та здоров'я громадян потребують мобілізації всіх фізичних та психічних можливостей правоохоронців, їх вмінь керувати своїми почуттями та станом.

У різноманітних оперативно-службових ситуаціях вкрай важливо вміти вчасно визначити вплив стресогенних факторів, швидко та ефективно розрядити психічну напруженість, усунення негативного емоційного стану та втоми.

Як вказують практики, також важливою складовою в професійній діяльності фахівців Національної поліції є їх здатність надзвичайно швидко створювати вольову мобілізацію, або відновлювати усі фізичні чи

психічні стани. Оскільки це дозволяє гарантувати не тільки збереження життя і здоров'я, нормального психічного стану й дієздатності працівників Національної поліції, а також ефективне вирішення оперативно-службових завдань.

Таким чином, психологічна підготовленість – це спеціальна тренуваність до дій в екстремальних умовах, під впливом якої поріг корисності напруження підвищується. Вона залежить від знання співробітником типових форм прояву екстремальних ситуацій та особливостей перебігу емоційних станів, що при цьому виникають; володіння методами і засобами їх подолання та ступеня сформованості професійної пильності – особливої властивості, що виявляється у виправданій настороженості та підвищеній увазі до ризикованих і небезпечних ситуацій.

Таким чином, працівникам патрульної поліції необхідно відстежувати й контролювати рівень прояву наступних психоемоційних характеристик: психоемоційні стани (тривожність, фрустрація, агресивність, ригідність), рівень стресостійкості особистості, вибір основних копінг-стратегій (активна, пасивна, про соціальна, асоціальна, пряма, непряма тощо) поведінки і діяльності, накопичення або приховування негативних емоцій.

Висновки до розділу I

Проблеми підготовки патрульної поліції до діяльності в особливих та екстремальних умовах розглядали такі вчені й дослідники як Алещенко В. І., Бабаян Ю. О., Бажанюк В.С., Осьодло В. І., Помиткіна Л.В., Шаповалов Б. Б., Хасанов М. Х., Швець Д.В. та ін.

Підсумком теоретичного аналізу вищезазначеної проблеми психологічної підготовки є формування стану професійно-психологічної готовності співробітника національної поліції як сукупності

психофізіологічних, морально-психологічних, професійних і соціально-психологічних характеристик, властивостей і якостей, які відповідають особливостям оперативно-службової діяльності і виступають внутрішньою умовою її успішного здійснення. Психологічна підготовка патрульних поліцейських до діяльності в складних ситуаціях є актуальною проблемою, оскільки даний вид діяльності вимагає від них стійкості нервових процесів, емоційної стабільності, конкретних поведінкових стратегій, мотивації до вирішення конфліктних ситуацій, стресостійкості та адаптивності.

У різноманітних оперативно-службових ситуаціях особам патрульної поліції вкрай важливо вміти вчасно визначити вплив стресогенних факторів, швидко та ефективно розрядити психічну напруженість, усунення негативного емоційного стану та втоми.

Не менш важливою складовою в діяльності працівників Національної поліції є здатність миттєво здійснювати вольову мобілізацію, відновлювати всі фізичні та психічні сили. А, отже, це дозволяє гарантувати не тільки збереження життя і здоров'я, нормального психічного стану і дієздатності працівників Національної поліції, а й ефективне вирішення оперативно-службових завдань.

Вчені визначають, що психологічна підготовленість – спеціальна тренуваність до дій в екстремальних умовах, під впливом якої поріг корисності напруження підвищується. Вона залежить від знання співробітником типових форм прояву екстремальних ситуацій та особливостей перебігу емоційних станів, що при цьому виникають; володіння методами і засобами їх подолання та ступеня сформованості професійної пильності – особливої властивості, що виявляється у виправданій настороженості та підвищеній увазі до ризикованих і небезпечних ситуацій.

Таким чином, працівникам патрульної поліції необхідно відстежувати й контролювати рівень прояву наступних психоемоційних характеристик:

психоемоційні стани (тривожність, фрустрація, агресивність, ригідність), рівень стресостійкості особистості, вибір основних копінг-стратегій (активна, пасивна, про соціальна, асоціальна, пряма, непряма тощо) поведінки і діяльності, накопичення або приховування негативних емоцій.

РОЗДІЛ II

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ПАТРУЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ ПІД ЧАС ВИКОНАННЯ ОПЕРАТИВНИХ ЗАВДАНЬ В ПЕРІОД ПАНДЕМІЇ COVID-19

2.1. Організація дослідження, підбір та обґрунтування психодіагностичних методик

Респондентами емпіричного дослідження виступили працівники Національної поліції України, зокрема, патрульна поліція, яка курсує на оперативних автомобілях і здійснює контроль за пересуванням осіб, які прибули із-за кордону, зробили тест на ПЦР і до отримання його результатів мають перебувати на самоізоляції. Однак, нажаль, не усі громадяни мають високу свідому позицію у цьому питанні, тому патрульній поліції необхідно вживати певних заходів, які часто можуть супроводжуватися стресовими ситуаціями. Загальна кількість респондентів 44 осіб, які були розподілені нами на 2 групи: 24 особи, які працюють до 5 років, 20 осіб, які мають стаж роботи більше 5 років.

Гіпотеза дослідження: особливості прояву психогенних характеристик залежать від рівня психологічної готовності до професійної діяльності та від стажу роботи в патрульній поліції.

Для визначення рівня прояву психоемоційних характеристик патрульної поліції під час виконання оперативних завдань в період

пандемії COVID-19 були обрані наступні психологічні методики дослідження: «Самооцінка психічних станів» Г.Айзенка, «Визначення стресостійкості особистості», «Індикатор копінг-стратегій» Д. Амірхана та «Накопичення емоційно-енергетичних зарядів, спрямованих на самого себе» В.В. Бойко.

Психодіагностична методика **«Самооцінка психічних станів»** була запропонована Г. Айзенком, складається із чотирьох шкал, «тривожність», «фрустрація», «агресивність», «ригідність», вони стосуються емоційних станів респондента, якщо описаний стан підходить до респондента він ставить 2 бали; якщо підходить, але не дуже, то 1 бал, якщо зовсім не підходить, то 0 балів.

Діагностичний тест **«Визначення стресостійкості особистості»**. Стресостійкість – це загальна якість особистості, яка характеризується здатністю протистояти стресовим факторам за період часу, який необхідний для організації нових умов, в яких даний стресор не буде загрозливим [26]. Вона забезпечує високу ефективність діяльності і зберігає здоров'я молодій людині. Стресостійкість також розглядають як особистісний симптомокомплекс, що має певну структурну організацію, яка розвивається в онтогенезі, та виявляє девіації при різноманітних патологічних станах. Специфічними ознаками відсутності стійкості до стресів є: низька диференційованість, зниження адаптаційного потенціалу, збереження біполярної структури організації факторів тощо.

Спираючись на основні положення системного підходу, можна припустити, що стресостійкість є інтегральною властивістю цілісної особистості, і є взаємопов'язаною з багаторівневою системою елементів, що представлені комплексом когнітивних, інтелектуальних, емоційних, особистісних властивостей. Індивідуальні відмінності в ступені виразності стресостійкості обумовлюються якісними й кількісними характеристиками властивостей особистості, які складають даний комплекс [26].

«Індикатор копінг-стратегій» Д. Амірхана. Опитувальник Індикатор копінг-стратегій (CSI) призначений для діагностики домінуючих копінг-стратегій особистості. Методика виділяє три групи стратегій: вирішення проблем, пошуку соціальної підтримки та уникнення. Автор: Джеймс Амірхан (James H. Amirkhan, 1990). Методика адаптована в психоневрологічному науково-дослідному інституті ім. В. М. Бехтерева. Адаптація: Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский (1995).

«Накопичення емоційно-енергетичних зарядів, спрямованих на самого себе» В.В. Бойко. Методика, розроблена В. В. Бойко, дозволяє судити про ступінь накопиченого у людини емоційно-енергетичного заряду, який не одержує виходу назовні. Якщо людина довго це носить в собі, це провокує неприродні реакції, які можуть бути грубими, агресивними, або впадає в депресію. За кожну позитивну відповідь нараховується по 1 балу. Підраховується загальна сума балів. Якщо опитуваний набирає 14-18 балів, то він має велику приховану емоційну напруженість. Сума, менша за 6 балів, свідчить про слабку напруженість або її відсутність.

У нашому дослідження, ми використали такі **методи математичної обробки інформації**, а саме: критерій Колмагорова-Смирнова, Т-критерій Стьюдента. Критерій Колмагорова-Смирнова призначений для співставлення двох розподілів. Якщо число отримане в результаті розподілу більше ніж 0,05, то істотної відмінності від нормального розподілу не знайдено, тобто дані розподілилися згідно з нормальним розподілом. Якщо дане число 0,05 чи менше, це вказує на значущу відмінність від нормального розподілу. За умови нормального розподілу застосовуємо коефіцієнт Т-критерій Стьюдента, при відхиленні від нормального розподілу – критерій Манна-Уїтні.

Критерій Колмагорова-Смирнова призначений для співставлення двох розподілів:

а) емпіричного з теоретичним, наприклад, рівномірний або нормальний;

б) одного емпіричного розподілу з іншими емпіричними розподілами.

Критерій дозволяє знайти точку, в якій сума накопичених розбіжностей між двома розподілами є найбільшою та дозволяє оцінити достовірність цього розходження.

Проведення опитування за даними методиками дозволило нам з'ясувати рівень прояву у респондентів вищезазначених психоемоційних характеристик та засвідчить необхідність або достатність психологічної підготовки у них.

2.2. Визначення рівня прояву психоемоційних характеристик патрульної поліції під час виконання оперативних завдань в період пандемії COVID-19 в залежності від стажу

У результаті проведеного емпіричного дослідження рівня прояву психоемоційних були отримані кількісні показники, що відобразили рівневі прояви вимірюваних ознак у респондентів. Всі отримані показники за обраними методиками були систематизовані у спеціальній таблиці з індивідуальними даними.

Для наочного відображення отримані узагальнені результати були представлені нами у вигляді діаграм та таблиць, що відображають групові тенденції обраних характеристик. За результатами опитування були отримані наступні дані, які узагальнені нами та представлені у таблицях та на рисунках.

За даним графіком (рис.2.1) видно, що у представників патрульної поліції показники психічних станів домінують в основному на низькому рівні. Такі результати свідчать про наступне: у поліцейських присутня

тривожність у діяльності через складні умови роботи, які часто можуть ставити під загрозу їхнє життя. Фрустрація у респондентів перебуває на домінуючому низькому рівні, що говорить про здатність поліцейських у будь яких умовах виконувати складні завдання та задовольняти потреби; варто зазначити, що показник агресивності у респондентів переважає на низькому рівні, що говорить про наявність самоконтролю, розуміння у ставленні до інших та відсутність самоагресії.

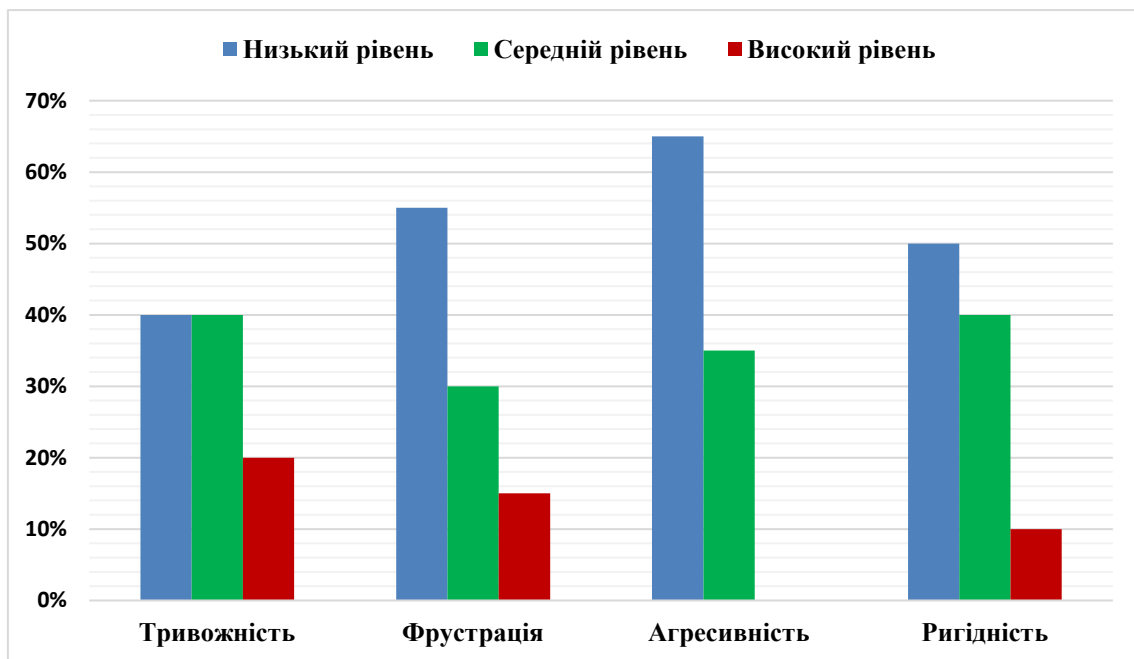


Рис. 2.1. Розподіл рівня прояву психічних станів у респондентів 1-ї групи

Також у респондентів спостерігається низький рівень ригідності, що свідчить про здатність патрульних перебудувати свою діяльність, швидко її змінювати, адаптуватись та реагувати на змінні обставини.

Результати 2-ї групи за методикою «Самооцінка психічних станів» Г.Айзенка представлені у таблиці 2.1. Аналізуючи результати 2-ї групи респондентів за даним тестом, ми виявили що не тривожними є 65,7%, їм притаманний спокій, врівноваженість, здатність доводити справи до логічного завершення, спокійно реагуючи на зміну алгоритму. Середній рівень тривожності спостерігається у 22,8% респондентів, вони характеризуються залежністю від обставин і ситуацій. Високий рівень

тривожності – наявний лише у 11,5% досліджуваних, - що характеризується напруженістю, почуттям неспокою, передчуттям небезпеки та невдачі.

Таблиця 2.1

**Розподіл показників психічних станів у 2-ї групи за методикою
«Самооцінка психічних станів» Г.Айзенка**

Шкала/ рівень	Тривожність	Фрустрація	Агресивність	Ригідність
	%	%	%	%
Низький	65,7	71,4	80	65,7
Середній	22,8	20	14,3	25,7
Високий	11,5	8,6	5,7	8,6

За шкалою фрустрації ми отримали такі дані: низький рівень фрустрації – 71,4% - цим респондентам притаманна досить висока самооцінка, вони стійкі до невдач, не зупиняється на досягнутому; середній рівень фрустрації – 20,0% - фрустрація трапляється у житті таких людей, вони можуть діяти під впливом емоцій та обставин що склалися; високий рівень фрустрації – 8,6% - характеризується низькою самооцінкою, у складних ситуаціях схильні до втечі, уникнення невдач, дана характеристика є перешкодою для ефективної роботи в патрульній поліції.

За шкалою агресивності можна зробити висновок, що 80% респондентів не є агресивними, стримані, спокійні. 14,3% досліджуваним притаманний середній рівень агресивності, він характеризується зміною настрою та бажанням виплеснути емоції, проте їм вдається їх контролювати.

Аналізуючи дані за шкалою ригідності, ми отримали наступні результати: 65,7% - ригідності не виявлено, що свідчить про те, що ці

особи легко перемикаються з однієї справи на іншу, змінюють щось у житті; середній рівень, який виявлено у 25,7% респондентів, свідчить про вплив настрою на бажання та поведінку. Високий рівень ригідності лише 8,6% такі люди важко і довго пристосовуються до нових умов, консервативні не бажають щось змінювати, різкі зміни викликають стрес.

Отже, порівнюючи дані двох груп, можемо сказати, що більш досвідчені працівники патрульної поліції мають нижчі показники тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності, ніж більш молоді працівники.

За методикою на визначення рівня стресостійкості результати засвідчили наступне. Дані із рис. 2.2 свідчать, що стресостійкість у респондентів 1-ї групи проявилась на таких рівнях: по 10% - низький та нижче середнього рівні, у 40% - середній рівень, у 5% респондентів – рівень вище середнього, а високий рівень зафіксований у 35% молодих патрульних. Отже, домінуючими рівнями стресостійкості у поліцейських є середній (40%) та високий (35%).

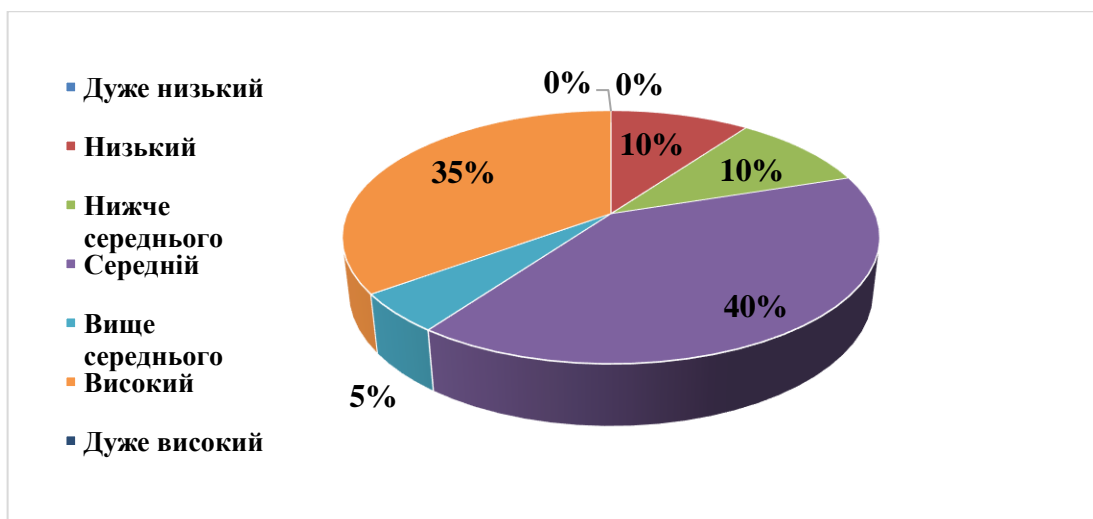


Рис. 2.2. Розподіл стресостійкості у респондентів 1-ї групи

Аналізуючи дані 2-ї групи (рис.2.3), дуже помітних розходжень не виявлено: як видно з діаграми маємо трохи вищі показники, але також за

середнім і високим рівнем стресостійкості. Отримані показниками засвідчили про здатність поліцейських обох груп протистояти стресам та долати стресові ситуації, також це свідчить про високий рівень внутрішніх ресурсів, стійкість нервової системи та їх емоційну стійкість.

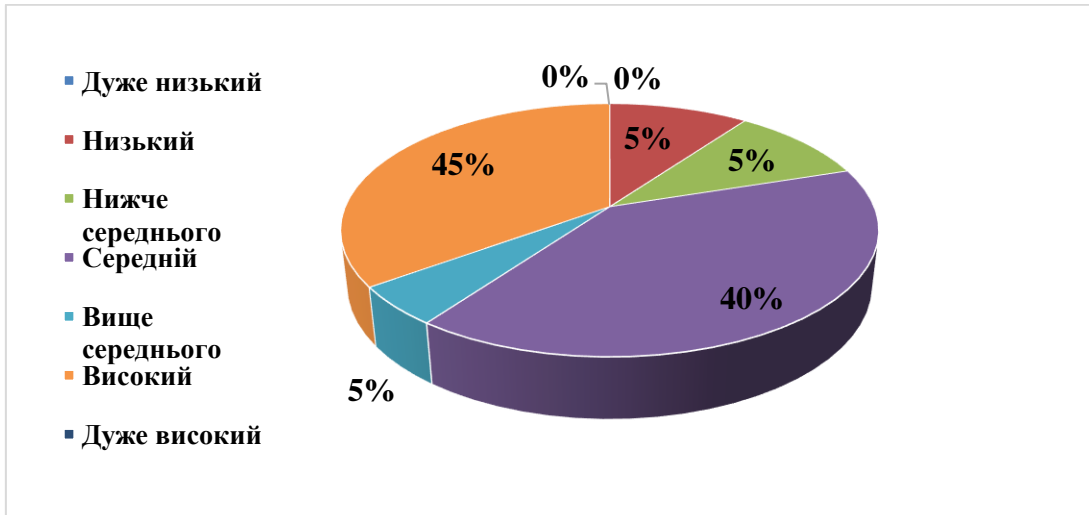


Рис. 2.3. Розподіл стресостійкості у респондентів 2-ї групи

Щодо вибору копінг-стратегій патрульними поліцейськими отримані наступні дані, які представлені нами в табл. 2.2. та на рис. 2.3.

Таблиця 2.2

**Розподіл копінг-стратегій молодих та досвідчених працівників
патрульної поліції (n=44)**

Копінг-стратегії	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	Група 1, %	Група 2, %	Група 1, %	Група 2, %	Група 1, %	Група 2, %
Активна	31,0	31,0	38,0	38,0	31,0	31,0
Пасивна	19,0	13,0	50,0	56,0	31,0	31,0
Просоціальна	44,0	44,0	31,0	31,0	25,0	25,0
Асоціальна	6,0	31,0	38,0	25,0	56,0	44,0
Пряма	25,0	31,0	31,0	38,0	44,0	31,0
Непряма	25,0	25,0	31,0	31,0	44,0	44,0

Досвідчені респонденти дещо більше демонструють схильність до інтенсивного обдумування і ретельного аналізу всіх можливих варіантів, прагнення уникати ризику як копінг-стратегію. Молоді особи патрульної поліції дещо більше демонструють цю схильність ситуативно, в обмеженому колі емоціогенних ситуацій.

Високі показники схильності до застосування більш тривалого по часу обдумування та зважування всіх можливих варіантів однаково притаманні майже третині двох груп. У даних вибірок асоціальна копінг-стратегія має значно специфічніший характер за розподілом рівнів у порівнянні з усіма іншими копінг-стратегіями в цілому.

Пряма копінг-стратегія має незначні відмінності на усіх трьох рівнях. Особи 2-ї групи дещо менше демонструють схильність до високої імпульсивності при складних емоціогенних ситуаціях, більша їх частина виявляють імпульсивність на рівні першої реакції, яка згодом поступається певній поміркованості. Респонденти 1-ї групи у більшості активніше та інтенсивніше демонструють схильність до імпульсивності при складних емоціогенних ситуаціях.

Як видно з табл. 2.2, асоціальна копінг-стратегія має значні відмінності у представників обох вибірок на усіх трьох рівнях. Особи 1-ї групи значно інтенсивніше виявляють високу готовність до прояву асоціальних моделей поведінки, пов'язаних із тенденцією виходити за соціальні нормативи, виявляти егоцентризм, прагнення до задоволення лише власних бажань, не зважаючи на інтереси інших у складних емоціогенних ситуаціях. Майже третина вибірки демонструє вказані моделі поведінки як основні при виборі опанування стресовими та емоціогенно складними ситуаціями. Також у них помітне незначне домінування даної копінг-стратегії й на середньому рівні.

Дані показують, що найбільше поліцейські використовують копінг-стратегію – вирішення проблем, що свідчить про високий рівень знань та

навичок, стресостійкість, хорошу комунікацію з оточуючими, великий запас внутрішніх ресурсів, самоконтроль та адекватну самооцінку себе та своїх професійних дій.

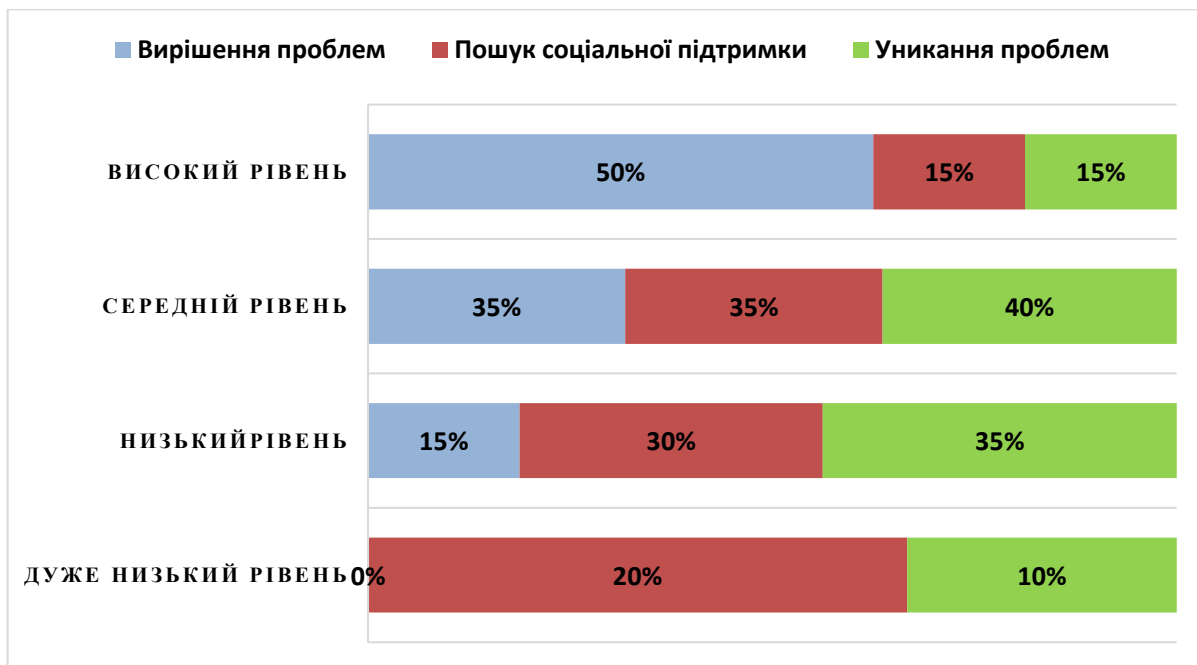


Рис. 2.3. Роподіл копінг-стратегій у респондентів у 1-ї групи

Аналіз наступних результатів за методикою «**Накопичення емоційно-енергетичних зарядів, спрямованих на самого себе**» В.В. Бойко. Методика дозволяє судити про ступінь накопиченого у людини емоційно-енергетичного заряду, який не одержує виходу назовні. Із наведеної діаграми (рис.2.4) видно, що у 50% респондентів 1-ї групи проявляється середній рівень прихованої емоційної напруженості, у 35% респондентів – низький рівень напруженості, та у 15% – високий рівень.

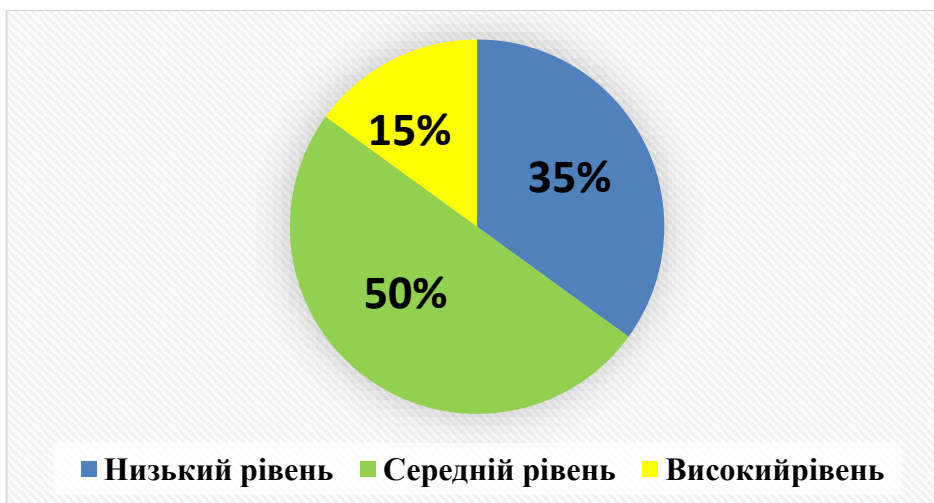


Рис. 2.4. Розподіл рівня прихованої емоційної напруженості респондентів 1-ї групи.

Отже, можна говорити, що в патрульних поліцейських домінує середній рівень накопичення емоційно-енергетичних зарядів.

Аналіз даних розподілу рівня прихованої емоційної напруженості 2-ї групи вказує на меншу схильність у респондентів до накопичення емоцій.

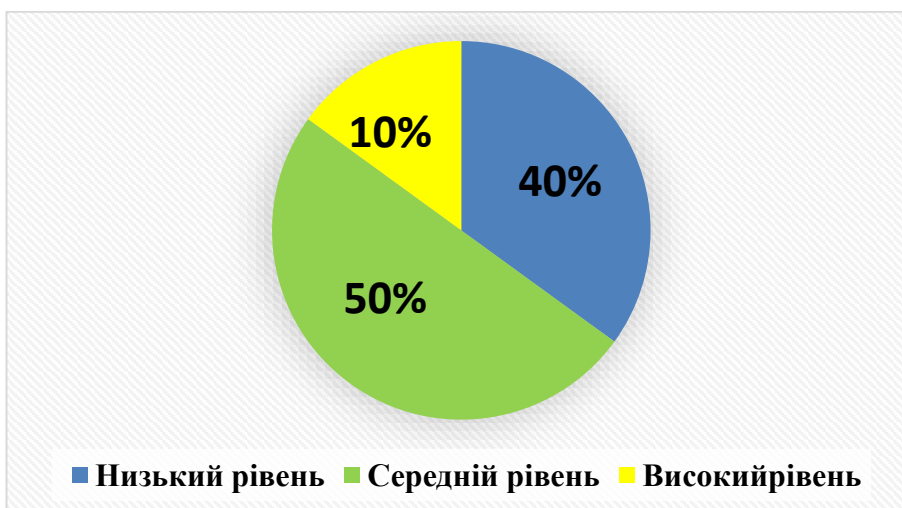


Рис. 2.5. Розподіл рівня прихованої емоційної напруженості респондентів 2-ї групи.

Наявність прихованої емоційної напруженості свідчить про те, що робота патрульних поліцейських супроводжується високою відповідальністю та точністю у виконанні власних дій. Оскільки в їх роботі

завжди присутній ризик, що впливає на емоційний стан, а це в свою чергу породжує стан напруженості. В силу умов та вимог праці патрульних поліцейських, їм не завжди вдається вчасно зняти стрес та емоційно розрядитись, тому у них і виникає стан прихованої емоційної напруженості. Наявність середнього рівня емоційної прихованої напруги у респондентів свідчить також про емоційне виснаження, що в подальшому може спричинити емоційне та професійне вигорання.

Отже, після аналізу отриманих емпіричних даних за усіма методиками, ми з'ясували, що психологічна підготовка патрульних поліцейських до діяльності в складних ситуаціях є актуальною проблемою, оскільки даний вид діяльності вимагає від них стійкості нервових процесів, емоційної стабільності, конкретних поведінкових стратегій, мотивації до вирішення конфліктних ситуацій, стресостійкості та адаптивності.

2.3. Виявлення особливостей прояву психоемоційних характеристик патрульної поліції під час виконання оперативних завдань в період пандемії COVID-19 за методами математичної статистики

Для того, щоб визначити особливості творчого мислення програмістів необхідно порівняти отримані дані за допомогою ММС. Було обрано статистичний програмний пакет IBM SPSS Statistics, Version 19.

На першому етапі опрацювання матеріалу встановлено розподіл даних. Для перевірки форми розподілу отриманих результатів за всіма параметрами, які отримали, було обрано метод математичної статистики одновибірковий критерій Колмогорова-Смірнова. Дані, отримані за цим критерієм наведені у Додатку Б.

За результатами аналізу сирих даних за критерієм Колмогорова-Смірнова отримали нормальний розподіл даних. Наступним кроком зроблена перевірка однаковості розподілу даних у групі 1 і групі 2. Для цього використовуємо критерій Колмогорова-Смірнова для двох незалежних вибірок. За результатами цього аналізу визначено, що форма розподілу в досліджуваних групах однакова.

Оскільки вибірки з нормальним розподілом даних, то наступним кроком було застосовано t-критерій Стьюдента, для визначення статистичної значимості різниці між двома незалежними вибірками (Див. табл. 2.3).

Виходячи з результатів попереднього кількісного аналізу для математико-статистичного аналізу нами були проаналізовані відмінності за усіма показниками, однак відмінності були визначені лише у виборі копінг-стратегій, які потенційно можуть мати специфіку у працівників патрульної поліції у залежності від стажу. Тому із порівняльного аналізу були отримані відмінності за трьома копінг-стратегіями: пасивною, асоціальною, прямою.

Таблиця 2.3

Значимі відмінності у копінг-стратегіях працівників патрульної поліції

Копінг-стратегія	Рівень значимості
Пасивна копінг-стратегія	0,05*
Асоціальна копінг-стратегія	0,05*
Пряма копінг-стратегія	0,01*

Отримані дані засвідчують, що більш досвідчені працівники патрульної поліції (2-га група) частіше, ніж молоді поліцейські (1-ша група), демонструють більшу схильність до інтенсивного обдумування і ретельного аналізу всіх можливих екстремальних варіантів, застосовуючи

більше часу для цього, прагнуть до уникання ризику, виявляючи тим самим більш частіше пасивну копінг-стратегію. Вони менш інтенсивно застосовують пряму копінг-стратегію. Стотно асоціальної копінг-стратегії, вона більш притаманна молодим працівникам патрульної поліції, які потребують більш якісної психологічної підготовки до діяльності.

Отже, емпіричне дослідження показало, що працівники патрульної поліції потребують допомоги стосовно покращення показників психологічної готовності до стресогенних ситуацій, а саме: на практиці вміти застосовувати психологічні знання щодо контролю та регуляції психоемоційних станів, вибору оптимальних допінг-стратегій, вцілому – підвищення стресостійкості.

2.4. Рекомендації для керівників та психологів щодо підвищення ефективності роботи працівників патрульної поліції

Патрульна служба через своє специфічне призначення, принципи функціонування, характер вимог до професійної діяльності встановлює для працівників завдання та обов'язки, визначає обмеження і заборони. Через це поведінка молодих поліцейських має певні відмінності у порівнянні з більш досвідченими працівниками патрульної поліції. Уклад життя їх як і військовослужбовців внутрішніх військ України є чітко регламентованим специфічним режимом, який розповсюджується не тільки у службові (робочі) години, а й на час поза службою, так як військовослужбовець «завжди» служить, так як поліцейський «завжди» патрулює.

Відмінність виявляється також у характері управління. Авторитарний стиль керівництва, що прийнятий у Збройних силах України, не сприяє успішному виконанню завдань, поставлених перед конкретним військовослужбовцем.

Взаємини людини з машиною нагадують роботу керівника і колективу: керівник генерує ідеї, колектив як талановитий виконавець утілює їх у життя.

Однак, за складних військово-політичних та пандемічних умов працівникам патрульної поліції складно натхненно вирішувати поставлені перед ними завдання. Враховуючи вищезазначене, з метою підвищення ефективності роботи патрульної поліції пропонуємо:

1. Розробити систему принципів управління службою патрульної поліції, головними аспектами якої мають стати: підпорядкованість особистих інтересів загальним, з урахуванням особливостей стилю управління особовим складом, який застосовується у Збройних силах України: поділ праці, зважаючи на схильності особистості; єдиноначальність (єдність розпорядження керівників різних щаблів); зручність та стабільність робочого місця працівників.

2. Здійснювати підтримку сучасної матеріально-технічної бази для роботи та забезпечувати доступ працівникам до сучасних приладів, гаджетів та технологій, з метою підвищення рівня обізнаності.

3. Приділяти увагу проведенню заходів психологічного забезпечення та психологічного супроводу працівників патрульної поліції. Для цього використовувати наявний досвід лідерів у сфері інновацій (наприклад, досвід Євросоюзу, або досвід колег РФ).

4. Визначити пріоритетні напрями роботи патрульної поліції, з огляду на значну кількість завдань, непов'язаних зі спеціальністю. Адаптувати розпорядок дня для успішного виконання екстремальних завдань, регламентувати час для роботи над психоемоційними станами з наявними психологами чи індивідуально. Забезпечити надання часу патрульним поліцейським для аналізу минулих стресових ситуацій, створення командних (групових) обговорень та розробок майбутніх стратегій у службовий час, з метою реалізації творчого потенціалу.

Створення (реформування) навчальних програм, на базі військових навчальних закладів, а також проведення тренінгових занять для керівників та підлеглих, з метою підвищення ефективності управління фахівцями патрульної поліції. Обмін досвідом із патрульними з інших бригад та фахівцями з інших країн. Проведення міжнародних професійних навчань.

5. Психологам зазначених служб розробити професіограму патрульної поліції та акмеограми офіцерів задля покращення якості підбору бригад оперативного виконання завдань, пов'язаних з проблемами COVID-19 та для кращого розуміння мотивів діяльності й поведінки осіб патрульної поліції.

Отже, зауважимо, що реалізація представлених рекомендацій можлива лише при докладанні спільних зусиль працівників державних органів, військових науковців та представників патрульної поліції.

Психологічні рекомендації щодо поведінки працівника поліції у небезпечних ситуаціях несення служби [Шинк псих рек]

Зважайте на суспільний резонанс ваших вчинків та дій: чим чисельнішим є суспільне оточення працівника Національної поліції в умовах запобігання правопорушенню чи затримання особи, яка підозрюється в скоєнні злочину, тим менше слід розраховувати на громадську підтримку та допомогу.

1. Розраховуйте на власні сили, знання та вміння:

- звертайтеся до оточуючих, з метою їх інформування щодо законності та доцільності ваших дій;

- ефективність діяльності працівника Національної поліції в екстремальній ситуації залежить головним чином від того наскільки її можливо передбачити та контролювати;

- формуйте свій внутрішній психічний стан готовності до дії.

2. Будьте завжди пильними щодо раптового перетворення буденної ситуації в екстремальну: будь-яка екстремальна ситуація визначається існуванням або актуалізацією одного чи декількох екстремум чинників (об'єктивних та суб'єктивних).

Об'єктивні чинники: наявність зброї (або раптове оволодіння нею) у особи, яка підозрюється в скоєнні правопорушення; неочікуване захоплення заручника; наявність підбурювача в натовпі; загибель або поранення колеги; стан сп'яніння або наркотичного збудження у правопорушника тощо.

Суб'єктивні чинники: стан емоційної збудливості правопорушника; відсутність самоконтролю у працівника Національної поліції; схильність до безглузлого ризику та необґрунтованих управлінських рішень; ознаки деформації особистості (брутальність, пихатість, агресивність, корисливість); відсутність професійних знань, вмінь та навичок у працівника Національної поліції.

3. В означених умовах працівник поліції повинен з'ясувати визначальний екстримум - фактор і спрямувати зусилля на його нейтралізацію:

- багато помилкових рішень та дій в екстремальних ситуаціях пов'язано з негативними психічними станами, переживаннями та установками, з якими працівник занурюється в екстремальну ситуацію (це стани страху, невпевненості, хвилювання, загострення відчуття самозбереження, психічного "забування" опрацьованих стереотипів дій, звичок тощо).

Отже, важливим елементом опрацювання навичок до дій в екстремальних ситуаціях має бути створення або корекція власних психічних станів.

Спокійна виважена поведінка працівника поліції, коректна манера спілкування, стримування "жестикуляції та бурхливих емоційних проявів

будуть сприйматись громадянами позитивно або, принаймні, нейтрально, що істотно зменшує ризик небажаного перебігу подій.

Рекомендації щодо встановлення психологічного контакту з громадянами:

1. Звертайтеся до людей привітно, назвіть себе (прізвище і посаду).
 2. У разі потреби покажіть службове посвідчення та поясніть мету звернення.
 3. Демонструйте зацікавленість у розв'язанні проблеми, в спробі зрозуміти позицію вашого контактора.
 4. Будьте поблажливі до людини та обережні з критикою, особливо тією, що стосується її особи.
 5. Висловлюйте претензії лише до ознак її поведінки.
 6. Не робіть зауваження правопорушнику в присутності його родини, краще це робити на одинці.
 7. Не будьте категоричними та брутальними, не відвертайте голови з постійним відволіканням уваги.
 8. Не квапте настирливо співрозмовника та не погрожуйте йому.
 9. Не стукайте постійно ногою, палицею, пальцями по столу тощо.
- Тактичні рекомендації щодо реалізації законних вимог працівника Національної поліції:

1. Вимога декларується одразу - жорстко і персоніфіковано.
2. Корективи до неї вносяться поступово.
3. Жорстка позиція відстоюється аж до останнього моменту.
4. Шукайте компромісні шляхи досягнення одного результату.
5. Відокремте емоції від проблеми.
5. Активно стежте за станом та діями супротивної сторони.

Ознаки спалаху агресивності: різка зміна емоцій та виразу обличчя; стискання пальців рук; м'язова гра вилиць, потовиділення; примружування повік; повертання тулуба з прикриттям грудної частини, плече попереду,

провідна нога виставлена вперед та напівзігнута; при висловленні погроз - відстань між контакторами - скорочується, а перед можливою фізичною агресією - збільшується.

6. Зважайте, що максимальної небезпеки можливо очікувати:

Від агресивно настроєного натовпу. Сила такого натовпу в його анонімності. У цьому вигадку більш ефективні, ніж зброя, фотоапарат чи відеокамера: фіксація осіб, вкрай емоційних, істеричних, сп'янілих, у стані наркотичного сп'яніння може призвести до непередбаченого сплеску агресивності.

При спілкуванні з COVID - позитивними особами: слід очікувати раптових та небезпечних вчинків; враховуйте їх неадекватно-завищену самооцінку та легкість провокування; спілкування з ними має бути суто офіційним, зі збереженням певної соціальної та просторової дистанції.

Висновки до розділу II

В емпіричному дослідженні взяли участь 44 особи патрульної поліції м. Києва: 24 – зі стажем роботи до 5 років, 20 – більше 5 років. Результати дослідження засвідчили: у представників патрульної поліції показники психічних станів домінують в основному на низькому рівні. Такі результати свідчать про наступне: у поліцейських присутня тривожність у діяльності через складні умови роботи, які часто можуть ставити під загрозу їхнє життя. Фрустрація у респондентів перебуває на домінуючому низькому рівні, що говорить про здатність поліцейських у будь яких умовах виконувати складні завдання та задовольняти потреби; варто зазначити, що показник агресивності у респондентів переважає на низькому рівні, що говорить про наявність самоконтролю, розуміння у ставленні до інших та відсутність самоагресії.

Отже, порівнюючи дані двох груп, можемо сказати, що більш досвідчені працівники патрульної поліції мають нижчі показники тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності, ніж більш молоді працівники.

За методикою на визначення рівня стресостійкості результати засвідчили наступне: отримані показниками засвідчили про здатність поліцейських обох груп протистояти стресам та долати стресові ситуації, також це свідчить про високий рівень внутрішніх ресурсів, стійкість нервової системи та їх емоційну стійкість.

За методикою вибору допінг-стратегій: досвідчені респонденти дещо більше демонструють схильність до інтенсивного обдумування і ретельного аналізу всіх можливих варіантів, прагнення уникати ризику як копінг-стратегію; молоді особи патрульної поліції дещо більше демонструють цю схильність ситуативно, в обмеженому колі емоціогенних ситуацій. Високі показники схильності до застосування більш тривалого по часу обдумування та зважування всіх можливих варіантів однаково притаманні майже третині двох груп. У даних вибірок асоціальна копінг-стратегія має значно специфічніший характер за розподілом рівнів у порівнянні з усіма іншими копінг-стратегіями в цілому.

Пряма копінг-стратегія має незначні відмінності на усіх трьох рівнях. Особи 2-ї групи дещо менше демонструють схильність до високої імпульсивності при складних емоціогенних ситуаціях, більша їх частина виявляють імпульсивність на рівні першої реакції, яка згодом поступається певній поміркованості. Респонденти 1-ї групи у більшості активніше та інтенсивніше демонструють схильність до імпульсивності при складних емоціогенних ситуаціях.

Асоціальна копінг-стратегія має значні відмінності у представників обох вибірок на усіх трьох рівнях. Особи 1-ї групи значно інтенсивніше виявляють високу готовність до прояву асоціальних моделей поведінки,

пов'язаних із тенденцією виходити за соціальні нормативи, виявляти егоцентризм, прагнення до задоволення лише власних бажань, не зважаючи на інтереси інших у складних емоціогенних ситуаціях. Майже третина вибірки демонструє вказані моделі поведінки як основні при виборі опанування стресовими та емоціогенно складними ситуаціями. Також у них помітне незначне домінування даної копінг-стратегії й на середньому рівні.

Наявність прихованої емоційної напруженості в обох групах свідчить про те, що робота патрульних поліцейських супроводжується високою відповідальністю та точністю у виконанні власних дій. Оскільки в їх роботі завжди присутній ризик, що впливає на емоційний стан, а це в свою чергу породжує стан напруженості. В силу умов та вимог праці патрульних поліцейських, їм не завжди вдається вчасно зняти стрес та емоційно розрядитись, тому у них і виникає стан прихованої емоційної напруженості. Наявність середнього рівня емоційної прихованої напруги у респондентів свідчить також про емоційне виснаження, що в подальшому може спричинити емоційне та професійне вигорання.

За допомогою методів мат статистики визначені основні відмінності за вибором допінг-стратегій: більш досвідчені працівники патрульної поліції частіше, ніж молоді поліцейські, демонструють більшу схильність до інтенсивного обдумування і ретельного аналізу всіх можливих екстремальних варіантів, застосовуючи більше часу для цього, прагнуть до уникання ризику, виявляючи тим самим більш частіше пасивну копінг-стратегію. Вони менш інтенсивно застосовують пряму копінг-стратегію. Стотно асоціальної копінг-стратегії, вона більш притаманна молодим працівникам патрульної поліції, які потребують більш якісної психологічної підготовки до діяльності.

Отже, емпіричне дослідження показало, що працівники патрульної поліції потребують допомоги стосовно покращення показників

психологічної готовності до стресогенних ситуацій, а саме: на практиці вміти застосовувати психологічні знання щодо контролю та регуляції психоемоційних станів, вибору оптимальних допінг-стратегій, в цілому – підвищення стресостійкості.

У розроблених рекомендаціях для керівників та психологів щодо підвищення ефективності роботи працівників патрульної поліції наголошено на необхідності психологічної підготовки з формуванням навичок визначення та саморегуляції власних психічних станів, вибору допінг-стратегій поведінки й діяльності, підвищення стресостійкості.

ВИСНОВОК

У результаті проведення теоретико-емпіричного дослідження особливостей прояву психоемоційних характеристик патрульної поліції під час виконання оперативних завдань в період COVID-19 були отримані наступні дані.

1. На основі теоретичного аналізу проблеми підготовки патрульної поліції до виконання оперативних завдань в період пандемії COVID-19 були розглянуті праці вітчизняних науковців і практиків. Вчені визначають, що професійна діяльність в особливих та екстремальних умовах вимагає специфіки психологічної підготовки осіб, які працюють в патрульній поліції. Були визначені основні психоемоційні характеристики, які проявляють особи в патрульній поліції: психоемоційні стани (тривожність, фрустрація, агресивність, ригідність), рівень стресостійкості особистості, вибір основних копінг-стратегій (активна, пасивна, про соціальна, асоціальна, пряма, непряма тощо) поведінки і діяльності, накопичення або приховування негативних емоцій.

2. Вчені визначають, що психологічна підготовленість – спеціальна тренуваність до дій в екстремальних умовах, під впливом якої поріг корисності напруження підвищується. Вона залежить від знання співробітником типових форм прояву екстремальних ситуацій та особливостей перебігу емоційних станів, що при цьому виникають; володіння методами і засобами їх подолання та ступеня сформованості професійної пильності – особливої властивості, що виявляється у виправданій настороженості та підвищеній увазі до ризикованих і небезпечних ситуацій.

3. Респондентами емпіричного дослідження виступили працівники Національної поліції України, зокрема, патрульна поліція, яка курсує на оперативних автомобілях і здійснює контроль за пересуванням осіб, які прибули із-за кордону, зробили тест на ПЦР і до отримання його результатів мають перебувати на самоізоляції. Однак, нажаль, не усі громадяни мають високу свідому позицію у цьому питанні, тому патрульній поліції необхідно вживати певних заходів, які часто можуть супроводжуватися стресовими ситуаціями. Загальна кількість респондентів 44 осіб, які були розподілені нами на 2 групи: 24 особи, які працюють до 5 років, 20 осіб, які мають стаж роботи більше 5 років.

У результаті емпіричного дослідження був продіагностований рівень розвитку психоемоційних характеристик патрульної поліції в двох групах респондентів з різним стажем. Отримані дані засвідчили, що більш досвідчені працівники патрульної поліції мають дещо вищі показники стресостійкості, схильні до контролю власних психоемоційних станів, обирають більш адекватні ситуаціям копінг-стратегії, менше накопичують негативні емоції.

4. За допомогою методів матстатистики визначені основні відмінності за вибором копінг-стратегій: більш досвідчені працівники патрульної поліції частіше, ніж молоді поліцейські, демонструють більшу

схильність до інтенсивного обдумування і ретельного аналізу всіх можливих екстремальних варіантів, застосовуючи більше часу для цього, прагнуть до уникання ризику, виявляючи тим самим більш частіше пасивну копінг-стратегію. Вони менш інтенсивно застосовують пряму копінг-стратегію. Стотно асоціальної копінг-стратегії: вона більш притаманна молодим працівникам патрульної поліції, які потребують більш якісної психологічної підготовки до діяльності.

У розроблених рекомендаціях для керівників та психологів щодо підвищення ефективності роботи працівників патрульної поліції наголошено на необхідності психологічної підготовки з формуванням навичок визначення та саморегуляції власних психічних станів, вибору допінг-стратегій поведінки й діяльності, підвищення стресостійкості.

Отже, емпіричне дослідження показало, що молоді працівники патрульної поліції потребують допомоги стосовно покращення показників психологічної готовності до стресогенних ситуацій, а саме: на практиці вміти застосовувати психологічні знання щодо контролю та регуляції психоемоційних станів, вибору оптимальних копінг-стратегій, в цілому – підвищення стресостійкості.

Таким чином, психологічна практика має ґрунтуватися на розробці й впровадженні психологічних засобів підготовки операторів патрульної поліції до діяльності в складних ситуаціях коронавірусної пандемії.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Алещенко В. І., Сафін О. Д., Потапчук Є. М. Організація забезпечення збереження психічного здоров'я військовослужбовців. Київ, 2007. - 134 с.
2. Аршава І. Ф. Аспекти імпліцитної діагностики емоційної стійкості людини : моногр. / І. Ф. Аршава, Е. Л. Носенко. – Д. : Вид-во ДНУ, 2008. – 468 с.
3. Бабаян Ю. О. Особливості психологічної готовності військовослужбовців до дій в екстремальних умовах. Збірник наукових праць Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Миколаїв: МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2014. – С. 17–21.
4. Баранова Н.О. Основні напрями зниження рівня фізичних і психологічних втрат серед працівників органів внутрішніх справ / Баранова Н.О., Делія Ю.В. // Психологические технологии в экстремальных видах деятельности : материалы IV междунар. науч.-практ. конф., г. Донецк, 22-23 мая 2008 г. – Донецк: Донецкий юрид. ин-т ЛГУВД им. Э.А. Дидоренко, 2008. – С. 300 – 302.
5. Беззубов Д.О. До поняття надзвичайної події в безпеці ОВС України / Д. О. Беззубов // Міліція України. – 2012. – № 11/12 . – С. 18 – 19.
6. Бесчасный В.Н. Психотехнологии в подготовке работников ОВД для действий в экстремальных ситуациях / В.Н. Бесчасный // Психологические технологии в экстремальных видах деятельности: материалы междунар. науч.-практ. конф., г. Донецк, 22-23 мая 2008 г. – Донецк: ДЮИ ЛГУВД им. Э.А. Дидоренко, 2008. – С. 41-45.
7. Бодров В.А. Психология профессиональной деятельности: теоретические и прикладные проблемы. М.: Изд-во «ИП РАН», 2006.

8. Бурлачук Л. Ф. Словарь-справочник по психодиагностике / Л. Ф. Бурлачук, С. М. Морозов. – изд. 2-е, перераб. и доп. — СПб. : Питер, 2002. — (Серия «Мастера психологии»).
9. Ваврик Т.Ю. Напрями аутопрофілактики дистресу працівників ОВС / Т.Ю. Ваврик // Становлення особистості професіонала: перспективи й розвиток : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф., 19 лют. 2010 р. – Одеса: ОДУВС, 2010. – С. 51 – 52.
10. Валаш Л.А. Поведінка правоохоронця в екстремальних ситуаціях / Л. А. Валаш // Становлення особистості професіонала: перспективи й розвиток : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф., 19 лют. 2010 р. – Одеса: ОДУВС, 2010. – С. 52 – 54.
11. Василенко М.М. Психологічний стрес у професійній діяльності працівників органів внутрішніх справ / М.М. Василенко // Становлення особистості професіонала: перспективи й розвиток : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф., 19 лют. 2010 р. – Одеса: ОДУВС, 2010. – С. 56 – 58.
12. Власенко І.В. Проблеми особистої безпеки працівників правоохоронних органів // Проблеми вдосконалення професійної майстерності працівників ОВС в бойовій підготовці: матеріали науково-практичної конференції, м. Одеса, 31 жовт. 2008 р. – Одеса: ОДУВС, 2008. –С. 11 – 13
13. Військова психологія та педагогіка: інноваційний підхід: підручник: у 2 ч. Ч. 1 / за заг. ред. С.Д. Максименка. Київ: НУОУ, 2012. - 472 с.
14. Делікатний С.К. Формування психологічної готовності співробітників ОВС до забезпечення особистої безпеки в екстремальних ситуаціях оперативно- службової діяльності / Делікатний С.К., Половнікова Ж.Ю. // Вісн. університету внутрішніх справ. – 1999. – No 8. – С. 224 – 235.

15. Изард К. Психология эмоций [пер. с англ.] / Керрол Изард. – СПб.: Питер, 2000. – 464 с.
16. Козяр М.М. Професійна підготовка до діяльності в екстремальних умовах : навч. посіб / М.М. Козяр. – Львів: ЛДУ БЖЖД, 2009. – 220 с.
17. Мілорадова Н. Е., Доценко В.В. Екстримальна підготовка – необхідний елемент формування правоохоронця-професіонала // Особистість, суспільство, закон: психологічні проблеми та шляхи їх розв'язання: матеріали міжнар. Науково-практичної конференції присвяченної пам'яті професора С.П. Бочарової, 30 бер. 2017 р. – Харків.
18. Макаров Р.Н. Человеческий фактор. Авиационная психология и педагогика: справочник / Р.Н.Макаров. - М.: МНАПЧАК, 2002. - 490 с.
19. Дружинин В. Н. Психология общих способностей / В. Н. Дружинин. – СПб. : Питер, 2000. – 368 с.
20. Экспериментальная психология : практикум : [учебное пособие для вузов / Т. Г. Богданова, Ю. Б. Гиппенрейтер, Е. Л. Григоренко и др.; Под ред. С. Д. Смирнова, Т. В. Корниловой]. – М. : Аспект Пресс, 2002. – 383 с.
21. Забродин Ю. М. Психология личности и управление человеческими ресурсами / Ю.М. Забродин. – М.: Финстатинформ, 2002. - 360 с.
22. Зинченко Т. П. Когнитивная и прикладная психология /Т. П. Зінченко. - М.: МОДЕК, 2000 г. - 608 с.
23. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. СПб., 2001. С.524-527.
24. Ильин, Е. П. Различия в копинг-стратегиях (преодолевающим поведением) и в использовании защитных механизмов. Психология индивидуальных различий. СПб.: Питер, 2004. - 412-431.
25. Крайнюк В.М. Психологія стресостійкості особистості : монографія / В.М. Крайнюк. – К. : Ніка-Центр, 2007. – 432 с.

26. Методики исследования эмоциональной сферы человека : учебно-методическое пособие / сост. Е. В. Заика, А. И. Зимовин. – Харьков: «ПромАрт», 2018. – 260 с.
27. Митина О. В. Структурное моделирование: состояние и перспективы. // Ученые записки кафедры общей психологии факультета психологии МГУ. – М. : Смысл. 2005.
28. Нартова-Бочавер, С. К. «Coping-behavior» в системе понятий психологии личности. Психологический журнал, №5, 1997. – С. 253-282.
29. Осьодло В. І. Психологія професійного становлення офіцера: монографія. Київ: ПП «Золоті Ворота», 2012. - 463 с.
30. Пасічник І.Д. Практичне мислення і конфлікт (теоретико-методичні аспекти) / І. Д. Пасічник : [Електронний ресурс]: – режим доступу : http://eprints.oa.edu.ua/1269/1/Pasichnyk_030412.pdf.pdf
31. Помиткіна Л.В., Помиткін Е.О. Психологія праці і відпочинку: підручник [для студ. вищ. навч. закл.] / Любов Віталіївна Помиткіна, Едуард Олександрович Помиткін. К.: ТОВ Альфа-ПК», 2019. – 324 с.
32. Про Національну поліцію: закон України від 02.07.2015 № 580-VIII. Відомості Верховної Ради України. 2015. № 40–41. Ст. 379.
33. Прыгин Г. С. Психология самостоятельности: Монография. / Г. С. Прыгин. - Ижевск, Набережные Челны: Изд-во Института управления, 2009. - 408 с.
34. Психологія праці у звичайних та екстремальних умовах: навч. посіб. / М. С. Корольчук та ін. Київ: КНТЕУ, 2015. - 652 с.
35. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк, А. Ф. Косенко, Т. І. Кочергіна ; заг. ред. М. С. Корольчука. – К. : Фірма «Інкос», 2002. – 272 с.
36. Сергиенко Е. А. Контроль поведения: индивидуальные ресурсы субъектной регуляции [Электронный ресурс] // Психологические

исследования: электрон. науч. журн. 2009. N 5(7). URL:
<http://psystudy.ru>

37. Смирнов Б.А., Долгополова Е.В. Психология деятельности в экстремальных ситуациях / Б.А. Смирнов, Е.В. Долгополова. — Харьков: «Гуманитарный центр», 2008. —292 с.
38. Соколова Л.П. // Тренажеры в формировании профессиональных навыков при подготовке специалистов: тезисы докладов Второй всесоюзной научно-технической конференции, г.Ульяновск, 18–20 октября 1988 г. — М., 1988. — С. 323–326.
39. Смирнов Б. А., Долгополова Е. В. Психология деятельности в экстремальных ситуациях: 2-е изд., испр. и доп. Харьков: Гуманитарный центр, 2007. 292 с.
40. Шаповалов Б.Б. Психолого-педагогічні особливості підготовки майбутніх правоохоронців до безпечної діяльності в екстремальних ситуаціях. / Б. Б. Шаповалов, М. Х. Хасанов, В. С. Бажанюк – К.: Інститут обдарованої дитини, 2015 – 114 с.
41. 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: матеріали міжнар. Науково-практичної конференції присвяченої пам'яті професора С.П. Бочарової, 30 бер. 2017 р. – Харків.
42. Шинкаренко І.О. Напрями формування психологічної готовності працівників міліції та бійців національної гвардії до виконання службово- бойових задач в екстремальних умовах // Науковий вісник ДДУВС - №1. – 2015. – С. 164-172.
43. Шинкаренко І. О. Психологічні рекомендації працівнику Національної поліції під час дій в екстремальних умовах : наук.-метод. рекомендації / І. О. Шинкаренко. Дніпро : ДДУВС, 2020, 56 с.

44. Шинкаренко І.О. Психологічна характеристика службово-бойової діяльності поліції особливого призначення // Сучасні проблеми правового, економічного та соціального розвитку держави: Матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції, Харків: ХНУВС, 2015, С. 231-236.
45. Фугелова Т.А. Инженерная психология. Учебник. – Тюмень: ТюмГНГУ, 2010. – 291с.
46. Цільмак О.М. Основні положення психофізичної підготовки працівників національної поліції // Особистість, суспільство, закон: психологічні проблеми та шляхи їх розв'язання: матеріали міжнар. Науково-практичної конференції присвяченної пам'яті професора С.П. Бочарової, 30 бер. 2017 р. – Харків.
47. Giovanni Costa. Occupational stress and stress prevention in air traffic control: working papers/C.Giovanni. — International labor office Geneva, 2009. — 43 с.
48. Hall J. A., Matsumoto D. Gender Differences in Judgments of Multiple Emotions from Facial Expressions//Emotion. 2004. Vol.4, № 2. P.201–206.
- L. Pomytkina, A. Gudmanian, O. Kovtun, S. Yahodzinskyi, Personal choice: strategic life decision-making and conscience, E3S Web of Conferences, Vol.164, 10021 (2020)
<https://doi.org/10.1051/e3sconf/202016410021>
50. Pomytkina L.V., Polukhina M.P. Features of value-motivational sphere of law enforcers in the period of the crisis of professional formation. *Socialization & Human Development: International Scientific Journal*. Volume 1. №1 / Kyiv Taras Shevchenko National University, University of Szczecin (Poland), Ukrainian Association of Educational and Developmental Psychology (Ukraine) - Szczecin, Kyiv, 2019. – Pages 50-57. <https://doi.org/10.37096/SHDISJ-19-1.1>

51. Pomytkin E. O., Pomytkina L. V. Strategy and Tactics of Conscious Psychological Counteraction of Humanity to Viral Diseases / Philosophy, psychology and pedagogics against COVID-19: **Manual** / Ed. : V.V. Rybalka, A.P. Samodryn, O.V. Voznyuk and others; a team of authors. Zhytomyr: Private enterprise Euro-Volyn, 2020. p.119-133.
<http://emed.library.gov.ua/jspui/handle/123456789/160>
52. Shevchuk D., Yakushenko O., Pomytkina L., Medynskyi and Shevchenko Y. Neural Network Model for Predicting the Performance of a Transport Task. Proceedings of the XIII International Scientific Conference on Architecture and Construction, 2020, LNCE 130, *Springer, Singapore*, pp. 271-278, 2021. https://doi.org/10.1007/978-981-33-6208-6_27
<https://static-content.springer.com/pdf/bok%3A978-981-33-6208-6.pdf?token=1611403851339--793769a55b43cd628cc193df596a987a2af8bb2f09d0a7d7f8ece90ababd136c6566a23d443a2bcf68cfab46162871dc4cafcd0bf7e7183dd8ad7cdadf33a2f3>
53. Yakovytska, L., Pomytkina, L., Itchanska, O., Hirchuk, O., & Veselska, O. (2019). Regression analysis of personality and social-psychological correlations of scientific and technical specialists responsibility. In *CEUR Workshop Proceedings* (Vol. 2588). CEUR-WS: 545-554. ISSN: [16130073](https://www.scopus.com/record/display.uri?eid=2-s2.0-85083267525&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&sid=132c92b3be45aa16e5c16bc03bd51851&sot=autdocs&sdt=autdocs&sl=18&s=AU-ID%2857193055459%29&relpos=2&citeCnt=0&searchTerm=)
<https://www.scopus.com/record/display.uri?eid=2-s2.0-85083267525&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&sid=132c92b3be45aa16e5c16bc03bd51851&sot=autdocs&sdt=autdocs&sl=18&s=AU-ID%2857193055459%29&relpos=2&citeCnt=0&searchTerm=>
54. Folkman S. & Lazarus R. S. Coping and emotion. *Stress and Coping* / eds: A. Monat, R. S. Lazarus. New York, 1991. – C. 207–227.

ДОДАТКИ

МЕТОДИКА «ІНДИКАТОР КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ» (Д. АМІРХАН)

Методика адаптована в психоневрологічному науково-дослідному інституті ім. В. М. Бехтерева.

Інструкція. Ми цікавимося, як люди справляються з проблемами, труднощами і неприємностями в їхньому житті. На бланку представлено декілька можливих шляхів подолання проблем, неприємностей. Ознайомившись з твердженнями, Ви зможете визначити, які із запропонованих варіантів зазвичай Вами використовуються. Усі Ваші відповіді відстануть невідомі стороннім. Спробуйте згадати про одну з серйозних проблем, з якою Ви зіткнулися за останній рік і яка змусила вас неабияк турбуватися. Опишіть цю проблему в кількох словах.

Тепер, читаючи наведені нижче твердження, виберіть один з трьох найбільш прийнятних варіантів відповіді для кожного твердження.

Текст опитувальника

1. Дозволю собі поділитися переживанням з одним.
2. Намагаюся зробити все так, щоб мати можливість найкращим чином вирішити проблему.
3. Здійснюю пошук усіх можливих рішень, перш ніж що-небудь зробити.
4. Намагаюся відволіктися від проблеми.
5. Приймаю співчуття і розуміння кого-небудь.
6. Роблю все можливе, щоб не дати оточуючим можливість побачити, що мої справи кепські.
7. Обговорюю ситуацію з людьми, так як обговорення допомагає мені почувати себе краще.
8. Ставлю для себе низку цілей, що дозволяють поступово впоратися з ситуацією.
9. Дуже ретельно зважую можливості вибору.
10. Мрію, фантазую про кращі часи.
11. Намагаюся різними способами вирішити проблему, поки не знайду найбільш підходящий.
12. Довіряю свої страхи родичу або другу.
13. Більше часу, ніж зазвичай, проводжу один.
14. Розповідаю людям про ситуацію, так як тільки її обговорення допомагає мені прийти до її дозволу.
15. Думаю про те, що потрібно зробити для того, щоб виправити становище.
16. зосереджував повністю на вирішенні проблеми.
17. Обмірковую про себе план дій.
18. Дивлюся телевізор довше, ніж зазвичай.

19. Іду до кого-небудь (другові або спеціалісту), щоб він мені допоміг відчувати себе краще.
20. Проявляю завзятість і борюся за те, що мені потрібно в цій ситуації.
21. уникати спілкування з людьми.
22. Перемикаюся на хобі чи займаюся спортом, щоб уникнути проблеми.
23. Іду до одного, щоб він допоміг мені краще усвідомити проблему.
24. Іду до одного за порадою - як виправити ситуацію.
25. Приймаю співчуття, взаємне розуміння друзів, у яких та ж проблема.
26. Сплю більше звичайного.
27. Фантазую про те, що все могло бути інакше.
28. Уявляю себе героєм книг чи кіно.
29. Намагаюся вирішити проблему.
30. Хочу, щоб люди залишили мене одного.
31. Приймаю допомогу від друга або родича.
32. Шукаю заспокоєння у тих, хто знає мене краще.
33. Намагаюся ретельно планувати свої дії, а не діяти імпульсивно.

Реєстраційний бланк методики «Індикатор копінг-стратегії»

П. І. Б. Дата		Вік		Освіта	
№ п / п	Та	Немає	№ п / п	Та	Немає
1		12		23	
2		13		24	
3		14		25	
4		15		26	
5		16		27	
6		17		28	
7		18		29	
8		19		30	
9		20		31	
10		21		32	
И		22		33	

Ключ. Шкала «дозвіл проблем» - відповіді «так» по пунктах 2, 3, 8, 9, 11, 15, 16, 17, 20, 29, 30.

Шкала «пошук соціальної підтримки» - відповіді «так» по пунктах 1,5,7,12,14,19,23,24, 25, 31, 32.

Шкала «уникнення проблем» - відповіді «так» по пунктах 4, 6, 10, 13, 18, 21, 22, 26, 27, 28, 30.

Оцінка результатів. Дозвіл проблем: 11-16 балів - дуже низька; 17-21 бал - низька; 22-30 балів - середнє; 31 і вище - висока. Пошук соціальної підтримки: нижче 13 балів - дуже низький; 14-18 балів - низький; 19-28 балів - середній; 29 і більше балів - високий. Уникання проблем: 11-15

балів - дуже низька; 16-23 бали - низька; 24-26 балів - середнє; 27 і більше балів - висока.

Методика «Накопичення емоційно-енергетичних зарядів, спрямованих на самого себе»

Методика, розроблена В. В. Бойко, дозволяє судити про ступінь накопиченого у людини емоційно-енергетичного заряду, який не одержує виходу назовні.

Інструкція. Прочитайте запропоновані положення і висловіть своє ставлення до них. Якщо ви згодні з якимись положеннями, поставте поруч з його номером знак «плюс», якщо не згодні, то знак «мінус».

Текст опитувальника.

1. Впоследнее время вы почти всегда находитеcь в состоянии мобилизации для отражения угрозы, неприятностей, несправедливости, но тем не менее держите себя в руках.

2. Вы часто испытываете недовольство, гнев, разочарование и стараетесь не показывать свои переживания.

3. Вас огорчают обстоятельства в семье, на работе или отношения с друзьями, и вы носите в себе эти впечатления.

4. Вам приходится скрывать антипатию, неприязнь к кому-либо из тех, с кем часто общаетесь.

5. Критику в своей адрес обычно долго помните.

6. Вы часто ругаете себя или злитесь на себя за то, что допустили ошибку, не смогли что-то сделать хорошо или вовремя.

7. Вы завидуете тем, кто лучше живет или достиг больше вас в работе или семейной жизни.

8. Вы часто сдерживает себя, чтобы не сказать все, что думаете о непосредственно окружающих вас людях (родных, близких, друзьях, коллегах).

9. Вы почему-то не можете или не хотите открыто радоваться хорошим людям, приятным встречам, событиям.

10. Вы не можете или стесняетесь заплакать в тех случаях, когда другие это обычно делают.

11. Вам не к кому обратиться или не хочется жаловаться на свою усталость от жизни.

12. Вы не решаетесь публично высказывать свое мнение.

13. Вы обычно боитесь сделать решительный шаг, «промахнуться» в жизни.

14. Вы чувствуете себя одиноким человеком, вам не с кем поговорить, поделиться сокровенными мыслями.

15. Вы часто чувствуете себя неловко в новой обстановке или вам трудно вступать в контакты с малознакомыми людьми.

16. Вы чаще всего недовольны собой или своей работой.

17. Вас беспокоит собственное здоровье или здоровье близких, но вы об этом ни с кем не говорите.

18. Вы обычно чувствуете себя скованно, напряженно.

Обработка данных и выводы. За каждую позитивную відповідь нахорувється по 1 балу. Підраховується загальна сума балів. Якщо опитуваний набирає 14-18 балів, то він має велику приховану емоційну напруженість. Сума, менша за 6 балів, свідчить про слабку напруженість або її відсутність.

Додаток Б

Одновыборочный критерий Колмогорова-Смирнова

	Тривожність	Фрустрація	Агресивність	Ригідність	Стресостійкість	Активність	Прямість	Непрямість	Просоціальність	Асоціальність	Пасивність	Емоційність
N	43	44	44	44	44	44	44	44	44	44	44	44
Нормальні параметри ^{a,b}	Среднее 5,7353	6,0000	5,7714	6,0857	13,9429	14,2571	20,6857	14,6000	45,7143	46,9429	44,4571	44,4286
	Стд. отклонение 4,53477	4,60818	3,68691	4,45482	6,94069	8,38887	8,13768	6,31618	6,34578	5,81045	7,74347	6,27453
	Модуль ,168	,186	,169	,134	,125	,160	,144	,224	,204	,140	,185	,170
Разности экстремумов	Положительные ,168	,186	,169	,134	,125	,160	,143	,224	,132	,084	,106	,108
	Отрицательные -,103	-,139	-,068	-,098	-,103	-,108	-,144	-,119	-,204	-,140	-,185	-,170
Статистика Колмогорова-Смирнова	Z,979	1,100	1,003	,791	,741	,944	,851	1,323	1,205	,831	1,095	1,008
Асимпт. знач. (двухсторонняя)	,293	,178	,267	,559	,642	,335	,464	,060	,110	,495	,182	,262

a. Сравнение с нормальным распределением.

b. Оценивается по данным.

Групова статистична значимість різниці між двома незалежними вибірками

Приналежність до певної групи досліджуваних		N	Середнє	Стд. відхилення	Стд. помилка середнього
Пряма копінстр	1 група	20	13,550	4,8592	1,0866
	2 група	20	13,810	4,5830	1,0248
Активна копінстр	1 група	20	8,60	3,202	,716
	2 група	20	10,50	2,283	,510
Пасивна копінстр	1 група	20	8,65	2,390	,534
	2 група	20	9,20	2,858	,639
Просоціальна копінстр	1 група	20	7,50	5,530	1,237
	2 група	20	7,80	7,797	1,744
Асоціальна копінстр	1 група	20	12,50	3,804	,851
	2 група	20	13,30	3,011	,673

Значимі відмінності

Копінг-стратегії	Рівень значимості
Пасивна копінг-стратегія	0,05*
Асоціальна копінг-стратегія	0,05*
Пряма копінг-стратегія	0,01*