

## ПСИХОЛОГІЧНИЙ ОПИС ПЕРЕЖИВАНЬ У ПРОФЕСІЙНИЙ ДІЯЛЬНОСТІ ПОЛІЦІЇ

## PSYCHOLOGICAL DESCRIPTION OF EXPERIENCES IN THE PROFESSIONAL ACTIVITIES OF THE POLICE

Стаття презентує теоретичний огляд та емпіричне дослідження професійних переживань у практиці поліціювання. Представлено специфіку та психологічні наслідки переживань у діяльності поліції. Розглянуто наукові доробки українських та закордонних учених, які надають професійним переживанням центральне місце як на етапі підготовки, так і в період професійної діяльності поліцейських. Професійні переживання поліцейських є закономірними реакціями на стресори, котрі можуть призвести до емоційного виснаження, деперсоналізації та стагнації.

Мета дослідження полягає у виявленні та описі особливостей професійних переживань у поліцейських із різним рівнем особистісно-професійної здійсненності (ОПЗ) та з урахуванням їхніх гендерних розбіжностей. Вибірку дослідження становили 240 осіб, із яких 120 жінок та 120 чоловіків. Із застосуванням авторського опитувальника «Діагностика особистісно-професійної здійсненності поліцейських» було сформовано три групи за рівнями ОПЗ: низький, середній та високий. У групі жінок низький рівень було діагностовано у 28 осіб, середній – у 55 та високий у 37. Чоловіки розподілилися так: низький рівень – у 29 осіб, середній – у 49 та високий – у 42 респондентів. Середній рівень ОПЗ було вилучено з подальшого дослідження. Для досягнення поставленої мети залучено методику «Діагностика переживань у діяльності».

Емпіричне вивчення професійних переживань у жінок та чоловіків поліцейських продемонструвало своєрідність функціонування досліджуваного феномену в означених групах. У жінок-поліцейських із низьким рівнем ОПЗ більш вираженим є відчуття порожнечі, у жінок із високим рівнем – показники задоволення й сенсу. Представниці першої групи відчувають емоційне спустошення, тоді як жінки з високим рівнем ОПЗ попри складність роботи здатні отримувати задоволення від своєї діяльності. У групі чоловіків-поліцейських із низьким рівнем ОПЗ домінує показник зусилля, щодо чоловіків із високим рівнем ОПЗ, то для них характерні показники задоволення та сенсу. Це говорить про те, що офіцери з низьким рівнем ОПЗ змушені більше зусиль докладати під час виконання оперативних завдань, а поліцейські другої групи вправно долають виклики професії та усвідомлюють сенс своїх дій. На підставі якісного аналізу професійних переживань усієї вибірки встановлено, що понад 50% досліджуваних отримують задоволення від своєї професії, 60% розуміють сенс своєї діяльності, більше половини респондентів змушені докладати зусиль для підтримання продуктивності й забезпечення результативності, і лише у 30% досліджуваних спостерігається відчуття спустошення.

**Ключові слова:** гендер, особистісно-професійна здійсненність, поліцейські, професійна діяльність, професійні переживання.

The article presents a theoretical overview and empirical study of professional experiences in the practice of policing. The specifics and psychological consequences of experiences in police activities are presented. The scientific developments of Ukrainian and foreign scientists, which give professional experiences a central place both at the stage of training and during the professional activity of police officers, are considered. Professional experiences of police officers are natural reactions to stressors that can lead to emotional exhaustion, depersonalization and stagnation.

The purpose of the study was to identify and describe the characteristics of professional experiences of police officers with different levels of personality's-professional fulfillment (PPF) and taking into account their gender differences. The study sample consisted of 240 people, of whom 120 were women and 120 were men. With the use of the author's questionnaire «Diagnostics of the personality's-professional fulfillment of police officers», three groups were formed according to the levels of PPF: low, medium and high. In the group of women, a low level was diagnosed in 28 people, an average level in 55, and a high level in 37 women. Men were distributed as follows: low level in 29 people, medium in 49 and high in 42 respondents. The mean level of PPF was excluded from further study. To achieve the goal, the technique «Experiences in Activity Questionnaire (EAQ)» was involved.

Empirical study of professional experiences of female and male police officers demonstrated the peculiarity of the functioning of the studied phenomenon in the specified groups. Female police officers with a low level of PPF have a more pronounced feeling of emptiness, while women with a high level have indicators of satisfaction and meaning. Representatives of the first group feel emotional devastation, while women with a high level of PPF, despite the complexity of the work, are able to enjoy their work. In the group of male policemen with a low level of PPF, the indicator of effort dominates, in relation to men with a high level of PPF, they are characterized by indicators of satisfaction and meaning. This means that officers with a low level of PPF are forced to exert more effort during operational tasks, and police officers of the second group skillfully overcome the challenges of the profession and realize the meaning of their actions. Based on a qualitative analysis of the professional experiences of the entire sample, it was established that more than 50% of the respondents are satisfied with their profession, 60% understand the meaning of their activities. More than half of the respondents are forced to make efforts to maintain productivity and ensure effectiveness, and only 30% of respondents have a sense of devastation.

**Key words:** gender, personality's-professional fulfillment, policemen, professional activity, professional experiences.

УДК 159.9  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.39>

**Пономаренко Я.С.**

к.психол.н.,  
доцентка кафедри соціології  
та психології факультету № 6  
Харківський національний університет  
внутрішніх справ

**Постановка проблеми.** Поліцейська діяльність містить строкату палітру різного роду переживань та вражень, із якими доводиться стикатися поліцейським у ході виконання професійних обов'язків. Різноманітність даних переживань може чинити як негативну, так і позитивну дію на особистість поліціантів, впливаючи на якість їх життєвого функціонування та психологічне здоров'я у цілому. Професія поліцейського є унікальною діяльністю з психологічного погляду, адже людина здатна отримати як велике задоволення, так і глибоке розчарування та виснаження від даної роботи. Розуміння специфіки таких емоційних контрастів у діяльності поліцейських дасть змогу відкрити перспективи для системного підходу до профілактики деструктивних психічних станів серед особового складу поліції.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Численні напрацювання українських та закордонних учених містять дані, які свідчать про високий ризик вигорання, виснаження, емоційного спустошення поліцейських від роботи. Учені наголошують, що поліцейські часто піддаються травматичним подіям, що може призвести до розвитку посттравматичного стресового розладу, якщо вчасно не надати кваліфіковану психологічну допомогу. Так, О. Соколов зазначає, що висока відповідальність, покладена на поліцейських, інтенсифікує у них емоційні переживання щодо правильності виконання своєї роботи та усвідомлення її сутності [5]. Н. Сургунд вчоргове підкреслює високий ризик виникнення синдрому вигорання у поліцейських, який, окрім небезпеки, несе в собі ще тяжкі переживання [6]. Л. Шевченко та О. Шломін указують, що поліцейські, які мають труднощі у виконанні професійних обов'язків, переживають професійну «незабезпеченість» та розчарування в діяльності [8]. Д. Швець констатує, що з професійними переживаннями поліцейські стикаються ще на етапі фахової підготовки [7]. На думку З. Кісіль, кожен із поліцейських по-різному переживає труднощі, з якими доводиться стикатися в професії [1].

Закордонні дослідження наголошують на важливості вивчення професійного стресу у практиці поліціювання. К. Чівілотті (С. Civilotti) з колегами впевнені, що найбільше переживань у діяльності завдають робочі вимоги, які не завжди відповідають наявним знанням, навичкам чи здібностям поліцейських, що ставить під сумнів їхню компетентність й негативно позначається на благополуччі й продуктивності [10]. І. Торрес-Ванс (I. Torres-Vences) зі співавторами вважають, що, насамперед, стрес на роботі є наслідком зв'язку між вимогами роботи та ресурсами або дисбалансом зусилля та винагороди, а найбільш травматичними для поліцейських виступають постійні

критичні ситуації, що загрожують життю, насильство та травми [12]. Дослідники на чолі М. Моджалал (М. Mojallal) упевнені, що вигорання й переживання, із ним пов'язані, можуть бути зумовлені тривалим процесом виснаження ресурсів та неадекватної відповіді на робочий стрес [11]. Р. Б'янкі (R. Bianchi) з колегами вважають, що переживання погіршують самозахисну поведінку та активізують агресивну поведінку, що вимагає контролю рівня й характеру переживань [9].

**Постановка завдання.** Мета дослідження – визначити особливості професійних переживань у поліцейських відповідно до рівня особистісно-професійної здійсненності (ОПЗ). Завдання дослідження: 1. Провести теоретичні розвідки щодо професійних переживань у практиці поліціювання. 2. Установити особливості професійних переживань у жінок та чоловіків поліцейських із низьким та високим рівнями ОПЗ.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Емпірична база дослідження становила 240 осіб. У першу групу увійшло 120 жінок, другу групу становили 120 чоловіків. У дослідженні використано авторську методику «Діагностика особистісно-професійної здійсненності поліцейських», завдяки якій поліцейських обох груп було розділено за трьома рівнями ОПЗ. У групі жінок було діагностовано низький рівень у 28 осіб, середній – у 55 та високий – у 37. У групі чоловіків розподіл був таким: низький рівень ОПЗ діагностовано у 29 осіб, середній – у 49 та високий виявлено у 42 чоловіків. Середній рівень ОПЗ було вилучено з подальшого дослідження. Збір даних відбувся завдяки Google Forms. Для діагностики професійних переживань залучено методику «Діагностика переживань у діяльності» [2]. Математико-статистична обробка здійснювалася з використанням t-критерія Стьюдента для незалежних вибірок. Отримані результати ми унаочнили у табл. 1 та 2.

Аналіз показників переживання у професійній діяльності жінок-поліцейських, наведених у табл. 1, дав змогу окреслити низку відмінностей між досліджуваними групами. У жінок-поліцейських із високим рівнем ОПЗ спостерігаються вірогідно більші показники задоволення та сенсу (в обох випадках  $p \leq 0,05$ ). Тобто у цій групі наявні переживання в професії свідчать про здатність отримувати задоволення від діяльності, яке поєднується з відчуттям сенсу професії. Така комбінація переживань є вдалою, оскільки єдність задоволення й сенсу продукує комплексне переживання радості, що свідчить про захопленість своєю професією та усвідомленість її цінності. У групі жінок із низьким рівнем ОПЗ встановлено вірогідно більший показник порожнечі ( $p \leq 0,05$ ), що визначає ймовірність психологічної ентропії,

Таблиця 1

**Особливості професійних переживань у жінок-поліцейських із різним рівнем ОПЗ (M±σ)**

Шкали	Жінки-поліцейські (низький рівень ОПЗ)	Жінки-поліцейські (високий рівень ОПЗ)	t	P
Показник задоволення	3.08 ± 1.01	5.68 ± 0.74	2.08	0.05
Показник сенсу	3.17 ± 0.94	5.43 ± 0.60	2.03	0.05
Показник зусилля	4.20 ± 1.11	3.57 ± 0.76	0.47	-
Показник порожнечі	3.86 ± 0.88	1.51 ± 0.77	2.01	0.05

Таблиця 2

**Особливості професійних переживань у чоловіків-поліцейських із різним рівнем ОПЗ (M±σ)**

Шкали	Чоловіки-поліцейські (низький рівень ОПЗ)	Чоловіки-поліцейські (високий рівень ОПЗ)	t	P
Показник задоволення	1.54 ± 0.96	4.44 ± 1.04	2.05	0.05
Показник сенсу	1.80 ± 1.07	5.13 ± 1.11	2.16	0.05
Показник зусилля	5.50 ± 0.92	2.46 ± 1.18	2.03	0.05
Показник порожнечі	3.33 ± 1.19	2.78 ± 0.95	0.36	-

яка порушує стабільність процесу життєдіяльності, зумовлює переживання невизначеності, хаосу та безладдя у діяльності. Це стає джерелом переживань, руйнівних для благополуччя особистості, задоволеності діяльністю та здатності опиратися стресам.

У групі чоловіків-поліцейських із різним рівнем особистісно-професійної здійсненності встановлено значущі розбіжності, які ми унаочнили у табл. 2.

Згідно з табл. 2, у групі чоловіків-поліцейських із високим рівнем ОПЗ встановлено вірогідно більші показники задоволення та сенсу (в обох випадках  $p \leq 0,05$ ). Таким чином, високий рівень ОПЗ незалежно від гендеру знаходить свій вираз у більшій внутрішньо узгодженій активності щодо подолання труднощів діяльності, що зумовлюється розумінням сенсу своєї роботи й упевненістю у професійній кваліфікації. Більш істотне задоволення професією мотивує як чоловіків, так і жінок до подальших кар'єрних успіхів та надає їм відчуття впевненості щодо власної компетенції. У групі чоловіків із низьким рівнем ОПЗ виявлено вірогідно більший показник зусилля ( $p \leq 0,05$ ). Дане переживання є позитивним чинником у професійній діяльності, котрий формує готовність працівника докладати зусиль у роботі та сприяє вдосконаленню його професійної майстерності. Однак надмірні зусилля та постійне залучення значної кількості особистісних ресурсів за умови неможливості їх поповнення негативно впливає на самопочуття, психологічне благополуччя суб'єкта і провокує виснаження.

Якісний аналіз відповідей досліджуваних працівників та працівниць поліції, проведений на загальній вибірці, свідчить, що для більшості респондентів робота приносить задоволення, попри складність роботи вони можуть відчувати позитивні емоції від неї. Понад 50%

поліцейських знають заради чого вони працюють, усвідомлюють цінність і важливість своєї професії, покладені на них обов'язки та очікувані результати, що співпадає з їхніми особистими прагненнями та цілями. Водночас чималий відсоток (31,6%) досліджуваних досить рідко відчуває радість від роботи. Ми припускаємо, що такий результат є наслідком того, що професія поліцейського є надмірно вимогливою та складною, містить виснажливі та психологічно затратні ситуації небезпеки, загрози життю, взаємодії та комунікації з людьми, які скоїли злочини чи є потерпілими, тощо. У відповідях на питання: «Мені доводиться докладати зусиль, щоб зробити те, що потребують на роботі» респонденти поділилися майже порівну: на тих, хто змушений зрідка докладати зусиль під час виконання професійних завдань, і тих, хто виконує свою роботу без надмірних намагань, а в комфортному для себе темпі та ритмі. Варто окремо виділити 28,1% досліджуваних, які в ході роботи не відчувають жодних почуттів. Із психологічного погляду це можна пояснити так званою «втомою від співчуття» у офіцерів та офіцerek поліції. У ході своєї професійної діяльності поліцейські зазнають значних емоційних витрат, які з часом акумулюються й відбиваються на їхній спроможності екологічно опрацьовувати наслідки екстремальних подій, свідками чи учасниками яких вони стають доволі часто. У практиці поліціювання «втома від співчуття та співпереживання» пов'язана із сильним бажанням поліцейських допомогти та врятувати людей, які найбільше цього потребують. Але слід зауважити, що недостатньо психологічно підготовлені поліцейські накопичуватимуть подібний негативний досвід, котрий призводить до негативних наслідків для здоров'я та самопочуття поліцейських.

Отже, постає питання якісного наповнення лав поліції працівниками, які будуть здатні ефективно справлятися з подібними ситуаціями та при цьому зможуть відчувати себе щасливими, не знижуючи рівень свого психоемоційного добробуту. На нашу думку, високий рівень особистісно-професійної здійсненності у поліцейських здатен посилити їх психологічну «обороздатність», спроможність долати стресові ситуації, розв'язувати проблемні питання, застосовувати свої здібності, вміння та ще при цьому отримувати задоволення від своєї діяльності.

На питання: «Я насолоджуюся роботою» розподіл респондентів виявився майже однаковим за всіма варіантами відповідей – від «майже ніколи» до «майже завжди». Ми припускаємо, що значна кількість поліцейських уже має ознаки психоемоційної втоми. Наші попередні дослідження показали, що поліцейські, які отримують задоволення від роботи, відчують себе успішними та мотивованими; здійсненність дає їм змогу відчути та оцінити важливість своєї роботи, якість послуг, які вони дають суспільству та громадянам [3]. Окрім того, поліцейські з високим рівнем ОПЗ характеризуються розвиненим співчуттям, демонструють кращу результативність у діяльності, більш віддані своїм обов'язкам і вважають себе реалізованими в житті [4].

Обнадіює той факт, що понад 70% респондентів не вважають свою роботу рутинною та нудною. Понад 50% чітко усвідомлюють мету своєї професійної діяльності, слідує їй та намагаються виконати свої обов'язки на високому професійному рівні, однак слід зауважити, що 26% досліджуваних від загальної вибірки не бачать сенсу своєї діяльності.

Майже 60% поліцейських указали, що відчують напруження від роботи. Поліцейська діяльність є надзвичайно напруженою, адже працівникам доводиться часто стикатися з різними фізичними загрозами своїм життю та здоров'ю. Це контрастує з відповідями на питання: «Під час роботи я відчуваю порожнечу», де майже 81% поліцейських указав, що майже ніколи або доволі рідко відчуває порожнечу у своїй роботі. Це засвідчило, що у цих поліціантів превалює виражене прагнення служити й допомагати громаді. Майже 60% респондентів уважають, що для них важливо сприяти позитивним змінам у діяльності, котрі забезпечують ефективне виконання службового обов'язку.

**Висновки з проведеного дослідження.** У статті здійснено теоретичний та емпіричний аналіз проблеми професійних переживань у професійній діяльності поліції. У наукових працях як закордонних, так й українських учених дана проблематика є доволі обговорюваною. Закордонні дослідники наголошують,

що норми професійної поведінки поліцейських вимагають, щоб офіцери залишалися спокійними, емоційно стійкими та вміли себе контролювати. Ці науковці підкреслюють, що професійні переживання в поліції пов'язані з трагічними ситуаціями, які виникають у ході роботи. Низка українських дослідників зосереджує увагу на значній емоційній напруженості поліцейської професії, оскільки вона вимагає від працівників самовіддачі, психологічної стійкості та підготовки у подоланні негативних наслідків професійних переживань.

Емпіричне дослідження специфіки професійних переживань у контексті гендерних особливостей поліціантів у контексті рівня вираженості ОПЗ показало такі результати. Поліцейським із високим рівнем ОПЗ незалежно від гендерної приналежності більш притаманними є такі переживання, як задоволення й відчуття сенсу, що свідчить про їхню здатність долати виклики професії, відчувати задоволення від результатів своїх дій, усвідомлюючи цінність та важливість своєї професії. Жінки з низьким рівнем ОПЗ у своїй роботі відчують емоційне спустошення, тоді як представниці поліції, які мають високий рівень ОПЗ, здатні попри складність роботи отримувати задоволення від своєї діяльності, усвідомлюючи сенс роботи та покладену на них відповідальність. Припускаємо, що діагностовані професійні переживання у жінок із низьким рівнем ОПЗ є для них обтяжливими або перевищують їхні ресурси долати негативні наслідки стресів, що загрожує їхньому благополуччю та виступає підставою вважати їх групою ризику професійного вигорання та втоми. Щодо групи чоловіків-поліцейських, то офіцери з низьким рівнем ОПЗ змушені докладати більше зусиль під час виконання службових завдань, що може виражатися через їх відчуженість чи апатичну поведінку.

Нами був проведений більш детальний аналіз професійних переживань на загальній вибірці поліцейських. Що стосується основних показників професійних переживань, то понад 50% вибірки отримують задоволення від своєї роботи, понад 60% чітко розуміють сенс своєї діяльності. Більше половини респондентів змушені докладати зусиль для підтримання продуктивності й забезпечення результативності, хоча лише у 30% досліджуваних простежуються спустошення та втрата інтересу до своєї професії.

Ми вважаємо, що подальшими емпіричними розвідками може стати студіювання механізмів долаття стресу у поліціантів із різним рівнем ОПЗ, що може допомогти підвищити обізнаність щодо психологічних проблем, особливо тих, які негативно позначаються на благополуччі та професійній ефективності поліцейських.



## ЛІТЕРАТУРА:

1. Кісіль З.Р., Кісіль Р.-В.В. Психологічні чинники професійного стресу у працівників Національної поліції України. *Соціально-правові студії*. 2019. № 1(3). С. 22–31.
2. Пономаренко Я.С. Психодіагностика особистісної та професійної здійсненності: методичні матеріали в допомогу психологу поліції. Харків : ХНУВС, 2023. 100 с.
3. Пономаренко Я.С. Психологічний зміст емоцій у поліцейських із різним рівнем особистісно-професійної здійсненності. *Вісник Львівського університету. Серія «Психологічні науки»*. 2022. № 12. С. 100–106.
4. Пономаренко Я.С. Самореалізація у контексті часової перспективи у поліцейських із різним рівнем особистісно-професійної здійсненності. *Перспективи та інновації науки*. 2021. № 5(5). С. 803–813.
5. Соколов О.А. Особливості особистісно-професійної відповідальності поліцейських : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.06. Харків, 2021. 25 с.
6. Сургунд Н. Профілактика професійного вигорання у поліцейських в умовах COVID-19. *Psychology Travelogs*. 2022. № 1. С. 152–162.
7. Швець Д.В. Формування особистості поліцейського в умовах фахової підготовки та професійної діяльності: правові та психологічні аспекти : дис. ... д-ра. юрид. наук : 19.00.06. Харків. 454 с.
8. Шевченко Л.О., Шломін О.Ю. Специфіка професійного самотавлення працівників підрозділів превентивної діяльності Національної поліції. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2019. № 1. С. 321–326.
9. Bianchi R., Fiorilli C., Angelini G., Dozio N., Palazzi C., Palazzi G., Vitiello B., Schonfeld I.S. Italian version of the Occupational Depression Inventory: Validity, reliability, and associations with health, economic, and work-life characteristics. *Frontiers in Psychiatry*. 2022. № 22(13). P. 1061293.
10. Civilotti C., Acquadro Maran D., Garbarino S., Magnavita N. Hopelessness in Police Officers and Its Association with Depression and Burnout: A Pilot Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022. № 19. P. 5169.
11. Mojallal M., Simons R.M., Quevillon R.P., Hatwan M.L. Associations of experiential avoidance with burnout, wellbeing, and productivity loss among police officers: The mediating role of negative and positive affect. *Journal of Clinical Psychology*. 2022 № 78(11). P. 2260–2280.
12. Torres-Vences I.N., Pérez-Campos Mayoral E., Mayoral M., Pérez-Campos E.L., Martínez-Cruz M., Torres-Bravo I., Alpuche J. Burnout Syndrome and Related Factors in Mexican Police Workforces. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022. № 19. P. 5537.