

Такими чином психологічна стійкість – це якість особистості спеціаліста, що включає в себе здібності не піддаватися несприятливим обставинам при виконання завдань, не знижувати під їх впливом якість виконання професійних дій.

Рівень психологічної стійкості спеціаліста, з однієї сторони, проявляється в надійності професійної діяльності. З іншої, успішна професійна діяльність для багатьох є базисом для повноцінного переживання самореалізації та задоволеністю життям в цілому, що в свою чергу підвищує рівень психологічної стійкості.

Список бібліографічних посилань

1. Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях. *Психологический журнал*. 2001. Т. 22, № 1. С. 16–24.
2. Психология здоровья : учеб. / под ред. Г. С. Никифорова. СПб. : Питер. 2003. 607 с.
3. Kobasa S. C. Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1979. Vol. 37 (1), Pp. 1–11.
4. Maddi S. R., Khoshaba D. M. Hardiness and Mental Health. *Journal of Personality Assessment*. 1994. Vol. 63, No. 2. Pp. 265–274.

Отримано 24.02.2020



УДК 159.94(07)

Марина Юріївна ЛУКАШЕНКО,

*аспірант докторантури та аспірантури кафедри юридичної психології
Національної академії внутрішніх справ (м. Київ)*

СТРЕС-ФАКТОР ЯК ЧИННИК ВИНИКНЕННЯ НЕГАТИВНИХ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ПРАЦІВНИКІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ

Розглянуто основні умовні класифікації психічних станів за спрямованістю й силою прояву. Розкрито вплив умов виконання професійної діяльності на особистість працівника Національної поліції. Визначено роль психоемоційного напруження як фактора виникнення негативних психоемоційних станів.

Виконання професійних обов'язків співробітниками Національної поліції, здійснюється в особливих умовах, тому передбачає всебічну підготовку поліцейського. Зростають вимоги до професійно важливих якостей особистості поліцейського та рівня психологічної готовності [1, с. 62]. Необхідно зазначити, що наскільки б якісною не була підготовка майбутнього поліцейського до несення служби в нових психологічних та соціальних умовах, повністю передбачити динаміку емоційного стану та визначити майбутні реакції, досить складно. Особливості виконання

професійної діяльності, часто завдають негативний вплив на особистість поліцейського та можуть спричинити такі негативні психоемоційні прояви, як підвищена тривожність, втрата мотивації, апатія, дратівливість, виснажливість, фрустрація та інші.

Вивченням різних аспектів професійного стресу займалися такі українські та зарубіжні вчені як: Дж. Мейер, Д. Гоулман, Г. Орме, Дж. Грінберг, Г. Купер, Л. Леві, Д. Карузо, Г. Гарднер, Р. Бар-Она, С. Борисов, С. Вишниченко, А. Петровська, Е. Носенко, Є. Потапчук, А. Буданов та ін.

Науковці класифікують психічні стани за спрямованістю й силою прояву на чотири умовні групи:

1. Позитивні психічні стани, що проявляються в активній формі: стан бойової готовності, активності, підйому, напруженості, психічної стійкості.

2. Психічні стани пасивної форми: стан заспокоєності, апатії, неуважності, незібраності, зайвої стриманості.

3. Негативні психічні стани активної форми: паніка, занепад, стрес, страх.

4. Негативні психічні стани пасивної форми: ригідність, фрустрація, синдром нав'язливості (смерті, неминучості поранення (отримання травми), нанесення шкоди здоров'ю внаслідок радіоактивного опромінення тощо), тривога, занепокоєння [2, с. 43]. Вплив умов зовнішнього та внутрішнього середовища детермінують виникнення різноманітних психічних станів особистості. Соціальні умови життя особистості відіграють важливу роль у виникненні вищезазначених станів.

Фактором, який провокує виникнення негативних психоемоційних станів, є психоемоційна напруженість. Цей стан обумовлений виникненням несприятливого для особистості розвитку подій, супроводжується відчуттям загального дискомфорту та тривоги, проте включає в себе готовність адекватно реагувати в різноманітних ситуаціях, діяти в них відповідним чином. В основі психоемоційного навантаження лежить перевага мотивів, що спрямовують процес діяльності, чинять мобілізуючий вплив на індивіда та сприяють збереженню високого рівня працездатності. Але при тривалій та інтенсивній дії стрес-факторів виникає декомпенсація психологічних механізмів захисту, що призводить до виражених негативних емоційних станів, які проявляються в поведінці; невідповідність співвідношень мотивів діяльності призводить до зниження ефективності та дезорганізації у різних видах діяльності.

Перебуваючи в умовах стресу та під впливом стрес-факторів, погіршується загальний функціональний стан особистості, виснажуються фізіологічні резерви організму. Для попередження виникнення негативних психоемоційних станів рекомендовано проводити ряд психопрофілактичних заходів, спрямованих на підвищення психологічної стійкості

працівників. Психологічна стійкість, як цілісна характеристика особистості, забезпечує відповідний рівень резистентності до фрустраційного впливу різноманітних ситуацій, які передбачають підвищену психологічну напругу; достатню психологічну та соціальну адаптацію; забезпечує необхідний рівень розумової та фізичної працездатності в умовах впливу стресогенних факторів.

Отже, означене вище дозволяє окреслити майбутні напрямки надання фахової психологічної допомоги працівникам Національної поліції для попередження виникнення негативних психоемоційних станів, удосконалити підготовку майбутніх працівників з урахуванням всіх емоційних складових майбутньої професійної діяльності.

Список бібліографічних посилань

1. Юридична психологія : підручник / Д. О. Александров, В. Г. Андросюк, Л. І. Казміренко та ін. ; за заг. ред. Л. І. Казміренко, Є. М. Моїсєєва. Київ : КНТ, 2007. 360 с.

2. Психология состояний : хрестоматия / сост. Т. Н. Васильева, Г. Ш. Габдрева, А. О. Прохоров. М. : Пер Сэ ; СПб. : Речь, 2004. 608 с.

Отримано 24.02.2020

