

Список використаних джерел

1. Мельничук С. М. Функції сучасної держави в умовах воєнного стану. *Вісник Луганського державного університету внутрішніх справ імені Е.О. Дідоренка*. Вип. 1 (101). 2023. С. 23-35. URL : <https://rep.dnuvs.ukr.education/items/1b585c17-d862-4bc8-b27e-f8b54bbb4028>.
2. Шай Р. Я. Принципи та форми реалізації функцій держави. Р. Я. Шай. *Вісник Національного університету «Львівська політехніка»*. Юридичні науки. 2014. № 810. С. 116-123. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/vnulpurn_2014_810_21.
3. Олексій Цельєв, Ольга Рудевич. Діяльність ЗМІ під час воєнного стану. URL : <https://law-in-war.org/diyalnist-zmi-pid-chas-voennogo-stanu/>.
4. Указ Президента України №64/2022. Про введення воєнного стану в Україні. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/64/2022#Text>.

Данило САФАРОВ

магістрант ФПФППД

Інна ШИНКАРЕНКО

доцент кафедри гуманітарних
дисциплін та психології
поліцейської діяльності,
Дніпровського державного
університету внутрішніх справ,
кандидат психологічних наук,
доцент

СТРЕС ТА ЙОГО ЗНАЧЕННЯ В РОБОТІ ПОЛІЦЕЙСЬКОГО

У деяких професіях інтенсивність і загроза кризових ситуацій та хронічного стресу значно вища. Робота в поліції є однією з таких професій. Це пов'язано з тим, що коли поліцейські виконують свої обов'язки, то вони майже завжди усвідомлюють загрозу, небезпеку та важливість своєї місії.

Поняття екстремальної ситуації застосовується до ситуацій з якими стикається працівник Національної поліції України. Так само, як екстремальна ситуація сама по собі є стресом, так і сукупність супутніх таким ситуаціям чинників, є своєрідними стресорами.

Робота в поліції є стресом не лише для самих поліцейських, але й для їх рідних та близьких. Це пов'язано з тим, що важко пояснити і зрозуміти пересічним громадянам бажання бути в постійній небезпеці, коли є інші, більш «мирні» професії. Саме тому поліцейських часто запитують вдома: «Навіщо ти це робиш?». Звичайно, відсутність розуміння і підтримки вдома не допомагає зменшити стрес або швидко адаптуватися, а навпаки може створити новий або посилити вже наявний стрес. Тож для поліцейських стрес – це справді постійний супутник їх службової діяльності. І багато з цих стресів

несуть негатив. Хоча є стрес, який чинить позитивну дію: мобілізує на подолання труднощів, активізує [1, с. 330].

Стрес – це стан, який викликається невідповідністю між вимогами середовища та можливостями людини їх реалізувати. Він може бути викликаний різними факторами, такими як небезпечні ситуації, конфлікти, відповідальність, невизначеність тощо.

Стрес може негативно впливати на роботу поліцейського в таких сферах:

Виконання службових обов'язків. Стрес може призвести до зниження концентрації уваги, швидкості реакції, прийняття рішень тощо. Це може призвести до помилок у роботі поліцейського, що може мати негативні наслідки у вигляді фізичних каліцтв та навіть смерті.

Взаємодія з громадянами та відповідальність. Стрес може призвести до агресивної поведінки поліцейського, що може спричинити конфлікт з громадянами; втрату самоконтролю, що може призвести до непередбачуваних дій поліцейського, наприклад, таких як перевищення меж владних повноважень [2, с. 275].

Стрес, безперечно, завдає шкоду у роботі поліцейських. Він може призвести до таких проблем, як:

- фізичні проблеми, такі як головний біль, проблеми зі сном, шлунково-кишкові проблеми тощо;
- психічні проблеми, такі як тривога, депресія, посттравматичний стресовий розлад тощо;
- професійна дезадаптація, яка може призвести до звільнення з роботи.

Для того, щоб мінімізувати негативний вплив стресу на роботу поліцейських, важливо впроваджувати програми управління стресом. Ці програми можуть включати такі заходи, як:

Фізичні вправи. Фізичні вправи допомагають знизити рівень стресу, покращити самопочуття, підвищити стійкість до стресу.

Психологічні техніки. Психологічні техніки, такі як медитація, релаксація, тренінги стресостійкості тощо, допомагають навчитися справлятися зі стресом.

Соціальна підтримка. Соціальна підтримка від сім'ї, друзів, колег також може допомогти поліцейським справлятися зі стресом [3, с. 46].

Окремо слід наголосити на психопрофілактиці професійних стресів. Загалом психологічне забезпечення службової діяльності являє собою комплекс безперервно здійснюваних заходів щодо формування, зміцнення та розвитку у поліцейських відповідних психологічних якостей, що забезпечують їх високу психологічну стійкість і готовність виконувати службові та бойові (в реаліях сучасних конфліктів) завдання за будь-яких умов та обставин.

Метою ж відповідних профілактичних заходів і належного психологічного забезпечення служби є вироблення в особового складу

здатності долати великі нервові навантаження, зберігати боєздатність в обстановці впливу сильних стресорів, а також достатньо швидкої адаптації до травматичних видів стресу.

Окремо варто зауважити на потребі навчання поліцейських та напрацювання у них навичок надання першої психологічної допомоги як потерпілим, так і собі, а також загальних навичок психологічних особливостей роботи з людьми [4, с. 63].

Список використаних джерел

1. Шинкаренко І. О. Психологічні наслідки впливу на особистість правоохоронця надзвичайних обставин / Шинкаренко І. О. Дніпро : *Науковий вісник Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ* № 3, 2022. С. 326-335.
2. Шинкаренко І. О. Психічна та емоційна стійкість правоохоронців в екстремальних ситуаціях воєнного стану / Шинкаренко І.О. Харків : Підготовка правоохоронців в системі МВС України в умовах воєнного стану: зб. наук. пр. / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ, Каф. тактич. та спец. фіз. підготовки ф-ту № 3, Наук. парк «Наука та безпека». Харків : ХНУВС, 2022. С. 274-276.
3. Інна Шинкаренко, Артем Герасимов. Деякі аспекти забезпечення психологічної безпеки поліцейської діяльності / Інна Шинкаренко, Артем Герасимов. Львів : «Соціально-психологічні та гуманітарні виміри безпеки життєдіяльності»: збірник тез доповідей І Науково-практичної конференції з міжнародною участю, м. Львів, 20-21 жовтня 2022 року. Львів : ЛДУБЖД, 2022. С. 45-47.
4. Недря К. М. Стресостійкість у роботі поліцейського: навчально-практичний посібник / К. М. Недря. Дніпро : Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ, 2020. 124 с.

Вадим СОЛОД,
курсант ННППФПНП
Елеонора СКИБА
професор кафедри гуманітарних
дисциплін і психології
поліцейської діяльності,
Дніпровського державного
університету внутрішніх справ,
доктор філософських наук,
професор

ІННОВАЦІЙНИЙ ПІДХІД В РОБОТІ СУЧАСНИХ ПРАВООХОРОНЦІВ

Перспективи майбутнього співіснування суспільства та правоохоронних органів у сучасній загальній картині світу нерозривно пов'язані з необхідністю підвищення рівня індивідуальної відповідальності особистості у процесі професійної діяльності, особливо в умовах постійно діючих викликів, що