

ПРОФЕСІЙНИЙ СТРЕС ТА СПОСОБИ ЙОГО ПОДОЛАННЯ У СПІВРОБІТНИКІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ

Тенденції інтенсивного і напруженого ритму життя людини призводить до збільшення негативних емоцій, котрі накопичуючись формують яскраво виражені та тривалі стресові стани. Кожен із нас, по різному ставиться до проблем, які виникають у житті і відповідно до цього формується «стресостійкість».

Професійний стрес працівників Національної поліції України є багатомірним феноменом, що детермінований факторами трьох рівнів (індивідуальним, груповим і організаційним) і екстра організаційними стрес-факторами, що залежать від особистісних характеристик.

Професійний стрес виражається у фізіологічних і психологічних реакціях працівника правоохоронних органів на конкретну оперативно-службову ситуацію.

Сфера роботи в Національній поліції України, це перед усім величезна відповідальність і постійний стрес, тому професійна деформація – це своєрідний захисний механізм.

Основною сутністю професійної деформації, є формування специфічного психологічного захисту від травматичних умов, що дозволяє вважати професійну деформацію різновидом психологічної адаптації.

Однак за своїми негативними наслідками професійна деформація є у сфері професійних деструкцій особистості, спотворюючи усі три простори життєдіяльності професіонала: особистість, діяльність, відносини.

Найбільша присутність розвитку професійної деформації в комунікативних професіях типу «людина – людина», що обумовлює її активне вивчення у різних галузях прикладної психології (юридична, військова, екстремальна й інші).

Професійна деформація правоохоронців має інтенсивний та масштабний розвиток, і суттєво відрізняється від деформації представників інших професійних груп.

Стресори в роботі співробітників поліції є постійними та тривалими, в результаті виникає хронічна втома, хвороби, професійна деформація та емоційне вигорання.

Професійна діяльність працівників Національної поліції часто проходить в екстремальних умовах, пов'язаних із затриманням злочинців, виїду слідчо-оперативних груп на місця «прильотів», застосуванням зброї, забезпеченням правопорядку в період масових заходів, стихійних лих та надзвичайних ситуацій та ін.

Дані умови вимагають від співробітників Національної поліції, великої нервово-психічної напруги та духовно-фізичної самовіддачі, а також характеризуються необхідністю протистояти злочинності, яка має високий рівень агресивності і самі різні форми її прояв у різних умовах.

При виконанні професійних дій високого ступеня відповідальності, що потребують пошуку нестандартних варіантів виходу з небезпечної ситуації, спостерігаються такі явища, як розгубленість, зниження координованості і точності рухів, уповільнення реакції, порушення логіки міркувань, зниження критичності мислення, розлади сприймання і уваги, відчай та ін.

Тому екстремальні умови, ситуації, обставини оперативно-службової діяльності об'єктивно містять у собі різні чинники (причини, сили, особливості), які психологічно впливають на працівників Національної поліції.

Власне виконання службових обов'язків у складних умовах, де існує загроза здоров'я і життя не тільки особистого, але й інших осіб, призводить до негативних наслідків, перш за все, у психічній сфері. Суворі вимоги до дій працівників поліції та жорстка правова регламентація їх професійної діяльності є одним із важелів негативного впливу на психічне здоров'я працівників правоохоронної системи. Це вимагає від них високої психологічної готовності до службової діяльності.

У зв'язку з цим пошук шляхів та розробка заходів запобігання професійному стресу є однією з найбільш актуальних проблем сучасної психології.

Отже, у професійній діяльності співробітників Національної поліції можуть виникати напружені ситуації та обставини, які породжують труднощі і в той же час вимагають від людини швидких, точних і безпомилкових дій.

Ефективність дій в напруженій ситуації значною мірою визначається високим рівнем готовності до них. Динамічність напружених ситуацій, нерідко вкрай жорсткі вимоги до своєчасності та адекватності дій обумовлюють необхідність завчасної психологічної підготовки фахівців до виконання раптово виникаючих ускладнених завдань професійної діяльності.

Умови виконання будь-якого виду професійної діяльності працівників поліції часто пов'язані з кримінальним елементом, небезпекою для здоров'я та життя, високим ризиком, необхідністю приймати надзвичайно важливі рішення. Все це вимагає від співробітників правоохоронних органів високої стресостійкості та розвинених волевих якостей.