

**Доценко Вікторія В'ячеславівна**  
*доцент кафедри педагогіки та психології*  
*факультету №3 Харківського національного*  
*університету внутрішніх справ*  
*кандидат психологічних наук, доцент*

## **ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ СТРЕСОСТІЙКОСТІ КУРСАНТІВ ВНЗ ЗІ СПЕЦИФІЧНИМИ УМОВАМИ НАВЧАННЯ**

Життя сучасної людини наповнене важкими життєвими, критичними, стресовими ситуаціями. А життя працівників поліції, чия професійна діяльність пов'язана з підвищеним ризиком, виконанням службових обов'язків у екстремальних умовах і наявністю загрози життю, наповнене максимальними за обсягом та інтенсивністю фізичними і психічними навантаженнями. За подібних умов ефективна професійна діяльність працівників поліції значною мірою залежать від рівня розвитку їх стресостійкості та наявності необхідних психологічних ресурсів, що допоможуть їм в процесі саморегуляції поведінки та опанування негативними переживаннями.

Вивчення феномену психологічних ресурсів пов'язано з дослідженнями психофізіології стресу; процесів соціально-психологічної адаптації, саморегуляції діяльності, поведінки та функціональних станів; механізмів психологічного захисту та використання різних стратегій копінг-поведінки. Теоретичний аналіз проблеми визначення поняття психологічних ресурсів особистості у сучасній науковій літературі показав, що вони є інтегральною складовою особистості, фізичними та духовними можливостями людини, що допомагають їй адаптуватися в складних життєвих ситуаціях та опанувати важкі життєві події [2, 3, 4]. Більшість досліджень поняття, змісту, структури, функцій ресурсів розробляється в рамках розвитку ресурсних концепцій стресу. Згідно даних теорій [1, 4] стрес виникає у ситуаціях загрози втрати ресурсів, фактичної втрати ресурсів, відсутності адекватного відшкодування затрачених ресурсів тощо. Ресурсний підхід розглядає принцип «консервації» ресурсів, який передбачає можливість людини отримувати, зберігати, відновлювати,

примножувати і перерозподіляти ресурси відповідно до власних цінностей. У концепції С. Хобфолла [4] втрата ресурсів розглядається як первинний механізм, що запускає стресові реакції. Коли відбувається втрата ресурсів, інші ресурси виконують функцію обмеження інструментального, психологічного та соціального впливу ситуації. Втрата внутрішніх і зовнішніх ресурсів тягне за собою втрату суб'єктивного благополуччя, переживається як стан психологічного стресу, негативно позначається на стані здоров'я особистості.

Базуючись на теорії особистісного потенціалу Д.О. Леонтьєва [3] ми розглядаємо психологічні ресурси стресостійкості як запоруку ефективної адаптації правоохоронців до складних умов несення служби, як складову частину їх стійкості до дії різних видів стресорів. У нашому дослідженні ми виокремили емпірично вимірювані, три групи індивідуальних особливостей працівників поліції на етапі фахової підготовки, що допомагають їм мобілізуватися і адаптуватися в стресовій ситуації: ціннісні ресурси, ресурси саморегуляції та інструментальні ресурси.

Ціннісні ресурси – це базові настановлення, ціннісні орієнтації, що визначають життєву перспективу особистості, шляхи досягнення цілей, спрямованість волі, уваги, інтелекту та напрямок саморозвитку особистості тощо [2, 3]. Визначення ціннісних ресурсів особистості здійснювалось за допомогою опитувальника термінальних цінностей І.Г. Сеніна.

Регулятивні ресурси – це певні стратегії саморегуляції поведінки особистості за допомогою яких індивід налагоджує міжособистісні стосунки, ризикує, планує, моделює, аналізує і несе відповідальність за власну поведінку [2, 3]. Діагностика ресурсів саморегуляції здійснювалась за допомогою методики визначення рівня суб'єктивного контролю в основі якої лежить концепція локусу контролю Дж. Роттера, адаптована Е.Ф. Бажин, Є.О. Голінкіним, О.М. Еткінд.

Інструментальні ресурси – це певні навички і стереотипи діяльності до яких автори відносять професійні навички поведінки, механізми психологічного захисту, стратегії копінг-поведінки [2, 3]. Дослідження

інструментальних ресурсів майбутніх правоохоронців було здійснено за допомогою особистісного опитувача С. Хобфолл «SACS» адаптованого В. Чікер і призначеного для вивчення стратегій і моделей копінг-поведінки, як типів реакцій особистості на подолання стресових ситуацій.

Як зазначають більшість авторів, саме цінності є головним психологічним ресурсом особистості, що спрямовує її поведінку у складних, стресових ситуаціях і виконує функцію регулятора поведінки людини [1, 2, 3]. В свою чергу, копінг-поведінка є усвідомленою, цілеспрямованою і дозволяє впоратися з важкою життєвою ситуацією (стресом) способами, адекватними особистісним особливостям і ситуації. Тому, пошук взаємозв'язків між цінностями курсантів ВНЗ зі специфічними умовами навчання на різних етапах професіогенезу та їх стратегіями копінг-поведінки став метою нашого дослідження. Вибірку дослідження склали 59 курсантів Харківського національного університету внутрішніх справ факультету №1 (слідства), які були розподілені на дві групи дослідження в залежності від періоду навчання: перша група дослідження – 32 магістри (54%); друга група дослідження – 27 курсантів першого курсу навчання (46%).

У курсантів 1-го курсу навчання діагностовано три статистично значимі взаємозв'язки між показниками термінальних цінностей у сфері професійного життя і показниками копінг-поведінки. Так, визначено зворотній кореляційний зв'язок між показником копінгу асертивні дії і цінністю власний престиж у професії (-0,454;  $p \leq 0,01$ ) та показником імпульсивних дій і цінністю збереження власної індивідуальності (-0,374;  $p \leq 0,01$ ). Констатовано прямий кореляційний зв'язок між показником агресивних дій і цінністю досягнення (0,393;  $p \leq 0,05$ ). Тобто, курсанти 1-го курсу навчання схильні до впевненої поведінки незалежно від думки оточуючих чи визнання суспільством їх професійної діяльності. В той же час, курсанти 1-го року навчання розуміють, що імпульсивні дії не допомагають розкриттю їх неповторної індивідуальності та вважають, що досягти поставлених цілей і отримати конкретних результатів у професійній діяльності можливо за допомогою агресивних дій.

У сфері навчання і освіти у курсантів 1-го курсу навчання діагностовано низку зворотних кореляційних зв'язків між цінністю збереження власної індивідуальності та такими моделями поведінки як, асертивні дії (-0,322;  $p \leq 0,05$ ), обережні дії (-0,349;  $p \leq 0,01$ ), вступ у соціальні контакти (-0,368;  $p \leq 0,01$ ), агресивні дії (-0,324;  $p \leq 0,05$ ), пошук соціальної підтримки (-0,321;  $p \leq 0,05$ ). Уникнення має зворотній кореляційний зв'язок з цінністю креативності (-0,354;  $p \leq 0,05$ ). Іншими словами, першокурсники вважають, що уникаючи вирішення проблем вони не зможуть розкрити власний творчий потенціал в процесі навчання. Визначено, що прагнення першокурсників отримати такий рівень освіти, який допоможе у майбутнього підвищити їх власне матеріальне становище має прямий зв'язок з пошуком соціальної підтримки (0,411;  $p \leq 0,05$ ) та обережними діями (0,435;  $p \leq 0,05$ ).

В групі магістрів визначено низку зворотних кореляційних зв'язків між показниками копінг-поведінки і цінностями у сфері професійного життя, а саме: між пошуком соціальної підтримки і цінністю матеріального становища (-0,379;  $p \leq 0,05$ ); асоціальними діями і цінністю розвитку себе (-0,356;  $p \leq 0,05$ ); обережними діями (-0,353;  $p \leq 0,05$ ), вступом у соціальні контакти (-0,472;  $p \leq 0,01$ ) і цінністю досягнення; агресивними діями і цінністю збереження власної індивідуальності (-0,425;  $p \leq 0,05$ ). Тобто, магістри прагнуть отримувати високу заробітну платню і для цього їм не потрібна соціальна підтримка чи схвалення; для саморозвитку в професії вони не будуть проявляти асоціальні дії, а щоб досягти певних професійних цілей магістри не будуть налагоджувати контакти з оточуючими і діяти обережно. Крім того, магістри вважають, що розкриттю їх власної оригінальності в рамках виконання професійних обов'язків не будуть сприяти агресивні дії.

У сфері навчання і освіти діагностовано два статистично значимі прямі кореляційні зв'язки між маніпулятивними діями магістрів та їх цінностями досягнення (0,352;  $p \leq 0,05$ ) і збереження індивідуальності (0,375;  $p \leq 0,05$ ). Тому, магістри прагнуть досягати поставлених цілей у навчанні та розкрити власну оригінальність і неповторність в процесі отримання освіти шляхом

маніпулювання. Констатовано низку зворотних кореляційних зв'язків, а саме: між цінністю досягнення і соціальними контактами (-0,359;  $p \leq 0,05$ ) та пошуком соціальної підтримки (-0,387;  $p \leq 0,05$ ); цінністю духовного задоволення і обережними діями (-0,488;  $p \leq 0,01$ ); цінністю збереження індивідуальності і вступом до соціального контакту (-0,432;  $p \leq 0,01$ ). Можемо стверджувати, що в процесі отримання освіти для досягнення поставлених цілей магістри не прагнуть до налагодження контактів і пошуку соціальної підтримки. Крім того, щоб отримати духовне задоволення від процесу навчання магістри не будуть діяти обережно, обдумуючи кожен крок. А для розкриття власної індивідуальності вони не налагоджувати контакти з оточуючими.

Отримані результати дослідження в цілому показують суперечливість системи взаємозв'язків між цінностями майбутніх правоохоронців та їх провідними копінг-стратегіями. Можливо, такі дані обумовлені впливом реалій сьогодення, а саме: реорганізацією правоохоронної системи, динамікою цінностей і способів вирішення проблем у світосприйнятті сучасної молоді.

Перспективою подальшої роботи є розробка психотехнологій ресурсозбереження працівників поліції.

### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. – СПб. : Питер, 2009. – 336 с.
2. Доценко В.В. Психологічні ресурси стресостійкості майбутніх правоохоронців. *Право і безпека*. 2017. Вип. 3. С. 14-20.
3. Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Д.А. Леонтьева. М. : Смысл, 2011. URL:[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=5973929](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=5973929) (дата звернення: 09.06.2017).
4. Hobfoll S.E. Conservation of resources: a new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*. – 1989. – 44 (3). – P. 513 – 524.