МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ

Інститут права та безпеки

Кафедра психології та педагогіки

ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ПОЛІЦЕЙСЬКОГО ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЯК ОСНОВА ПРОФЕСІОНАЛІЗМУ

кваліфікаційна робота
здобувача вищої освіти 2 курсу
заочної форми навчання
спеціальність 053 «Психологія»
Шмулія Вячеслава Вікторовича

Науковий керівник
Доктор юридичних наук, професор
Пасько Ольга Миколаївна

Рецензент

Кваліфікаційна робота допущена до захисту
«___» _____ 20___ р., протокол № ___
завідувач кафедри психології та педагогіки
кандидат психологічних наук, доцент
Бабчук Олена Григоріївна

_____

Одеса – 2026

ЗМІСТ

ВСТУП.....4

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ПОЛІЦЕЙСЬКОГО ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....8

1.1. Професійна діяльність поліцейського як об'єкт психологічного аналізу.....8

1.2. Поняття психологічної готовності особистості у вітчизняній та зарубіжній психології.....14

1.3. Структура психологічної готовності поліцейського до професійної діяльності.....20

Висновки до першого розділу.....25

РОЗДІЛ ІІ. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....27

2.1. Організація та методи емпіричного дослідження.....27

2.2. Аналіз рівнів сформованості психологічної готовності поліцейських.....30

2.3. Дослідження взаємозв'язку психологічної готовності та показників професіоналізму.....39

Висновки до другого розділу.....45

РОЗДІЛ ІІІ. ПСИХОЛОГІЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ.....48

3.1. Основні напрями психологічного забезпечення формування готовності поліцейських.....48

3.2. Психологічні рекомендації щодо розвитку компонентів психологічної готовності.....55

3.3. Профілактика професійного вигорання та психоемоційної дезадаптації поліцейських.....62
Висновки до третього розділу.....69
ВИСНОВКИ.....71
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....73

ВСТУП

Актуальність дослідження. У сучасних соціально-політичних умовах діяльність поліцейського набуває особливої суспільної значущості, оскільки пов'язана із забезпеченням правопорядку, захистом прав і свобод громадян, протидією злочинності та реагуванням на кризові й екстремальні ситуації. Дослідники наголошують, що ефективність професійної діяльності працівників правоохоронних органів значною мірою визначається не лише рівнем їхньої фахової підготовки, а й психологічною готовністю до виконання службових обов'язків (О. М. Бандурка, В. Л. Васильєв, О. М. Кокун). У психологічній науці психологічна готовність розглядається як інтегральне особистісне утворення, що забезпечує здатність суб'єкта до ефективної діяльності в умовах підвищеної відповідальності, ризику та невизначеності (Л. С. Виготський, С. Л. Рубінштейн, Б. Ф. Ломов). У контексті професій типу «людина – людина», до яких належить діяльність поліцейського, готовність включає мотиваційні, когнітивні, емоційно-вольові та регулятивні компоненти, що забезпечують професійну надійність і стійкість фахівця.

Зарубіжні дослідження також акцентують увагу на тому, що психологічна готовність є ключовим чинником професіоналізму поліцейських, оскільки вона пов'язана зі здатністю до адекватної оцінки ситуації, прийняття швидких рішень, контролю емоційних реакцій та дотримання етичних стандартів у складних і стресових умовах (D. Goleman, R. Lazarus, S. Folkman). Недостатній рівень психологічної готовності, за даними науковців, підвищує ризик професійних помилок, дезадаптації, емоційного вигорання та професійної деформації.

Вітчизняні психологи підкреслюють, що в умовах реформування правоохоронної системи та зростання вимог до професійної компетентності поліцейських проблема формування й підтримки психологічної готовності набуває особливої актуальності (О. М. Кокун, М. І. Пірен, В. О. Лефтеров). Дослідження свідчать, що психологічна готовність виступає важливою передумовою

професіоналізму, визначаючи стабільність професійної мотивації, стресостійкість, саморегуляцію поведінки та здатність до конструктивної взаємодії з громадянами.

Попри наявність значної кількості наукових праць, проблема психологічної готовності поліцейського до професійної діяльності потребує подальшого емпіричного вивчення, зокрема в аспекті її структурних компонентів та зв'язку з показниками професіоналізму. Це зумовлює необхідність комплексного психологічного дослідження, результати якого можуть бути використані для вдосконалення системи професійного відбору, підготовки та психологічного супроводу працівників Національної поліції України.

Метою роботи є теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження психологічної готовності поліцейських до професійної діяльності як інтегральної особистісної характеристики, що визначає рівень їхнього професіоналізму, а також розробка психологічних рекомендацій щодо її формування й оптимізації в умовах професійної діяльності.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз наукових підходів до вивчення психологічної готовності особистості та специфіки професійної діяльності поліцейського в сучасній психології.

2. Визначити структурні компоненти психологічної готовності поліцейського до професійної діяльності та обґрунтувати їх роль у формуванні професіоналізму.

3. Емпірично дослідити рівень і особливості сформованості психологічної готовності поліцейських, а також проаналізувати її зв'язок із показниками професійної ефективності та професійно значущими особистісними характеристиками.

4. Розробити психологічні рекомендації, спрямовані на формування й підвищення психологічної готовності поліцейських до професійної діяльності та профілактику професійної дезадаптації.

Об'єкт дослідження – професійна діяльність поліцейського як психологічний феномен.

Предмет дослідження – психологічна готовність поліцейського до професійної діяльності та її структурні компоненти як чинники формування професіоналізму.

Теоретико-методологічною основою дослідження стали: фундаментальні положення вітчизняної та зарубіжної психологічної науки щодо розуміння діяльності, особистості та професіоналізму фахівця. Методологічним підґрунтям роботи є діяльнісний підхід, відповідно до якого професійна діяльність розглядається як провідний чинник формування та прояву психологічних властивостей особистості (С. Л. Рубінштейн, О. М. Леонтьєв). Вагоме значення для дослідження має системний підхід, що дає змогу розглядати психологічну готовність поліцейського як цілісне, багатокомпонентне утворення, яке включає мотиваційні, когнітивні, емоційно-вольові та регулятивні складові (Б. Ф. Ломов). У межах цього підходу психологічна готовність інтерпретується як система взаємопов’язаних компонентів, що забезпечують ефективність професійної діяльності. Теоретичним підґрунтям дослідження також виступає особистісно-орієнтований підхід, який акцентує увагу на індивідуально-психологічних особливостях поліцейського, його мотивації, ціннісних орієнтаціях та рівні саморегуляції (К. О. Абульханова-Славська, О. М. Максименко). У межах цього підходу професіоналізм розглядається як результат особистісного розвитку та професійного становлення фахівця. Методологічно значущим для роботи є стресово-копінговий підхід, згідно з яким професійна діяльність поліцейського пов’язана з високим рівнем психоемоційного напруження та необхідністю ефективного подолання стресових ситуацій (R. Lazarus, S. Folkman). Зазначений підхід дозволяє аналізувати психологічну готовність як ресурс стресостійкості та професійної надійності. Крім того, дослідження ґрунтується на положеннях концепції професіоналізму та професійної придатності, розроблених у працях

вітчизняних учених, які вивчають психологічне забезпечення діяльності правоохоронців (О. М. Кокун, В. Л. Васильєв, В. О. Лефтеров). У межах цієї концепції психологічна готовність розглядається як одна з ключових умов ефективного виконання професійних завдань та дотримання професійно-етичних стандартів.

Методи дослідження: Теоретичний: науково-психологічний аналіз література вітчизняних та зарубіжних дослідників з процитованої теми та узагальнення отриманої інформації: спостереження, інтерв'ю, тест; математичні та статистичні методи: кількісний аналіз обробки отриманих даних. SPSS 13.0 Програма Windows для кореляційного аналізу.

Психодіагностичний комплекс склав:

1. Методика дослідження мотивації професійної діяльності (К. Замфір у модифікації А. Реана);

2. Шкала стресостійкості та життєстійкості (С. Мадді, адаптація Д. О. Леонтьєва);

3. Опитувальник саморегуляції поведінки (В. І. Моросанова).

4. Методика визначення рівня професійного вигорання (В. В. Бойка).

Вибірку дослідження склали 83 курсанти, які проходять професійну підготовку за освітньою програмою, пов’язаною з майбутньою службою в підрозділах Національної поліції України.

Структура роботи. Магістерська робота складається із вступу, трьох розділів, списку використаних джерел. Зміст роботи викладено на 77 сторінок. Робота містить 5 таблиць. Список використаних джерел включає 70 найменувань.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ПОЛІЦЕЙСЬКОГО ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

1.1. Професійна діяльність поліцейського як об'єкт психологічного аналізу

Професійна діяльність поліцейського належить до соціально значущих видів діяльності типу «людина – людина» та характеризується високим рівнем відповідальності, ризику, правової регламентованості й постійної взаємодії з різними категоріями громадян. Виконання службових обов'язків поліцейського безпосередньо пов'язане із забезпеченням правопорядку, захистом прав і свобод людини, попередженням і протидією правопорушенням, а також підтриманням громадської безпеки. У зв'язку з цим професійна діяльність поліцейського має чітко виражений соціальний характер і передбачає прийняття рішень, наслідки яких можуть мати суттєвий вплив як на окрему особу, так і на суспільство загалом.

Особливістю діяльності поліцейського є поєднання правових, організаційних і психологічних вимог, що висуваються до особистості фахівця. Високий рівень ризику та відповідальності зумовлює необхідність діяти в умовах невизначеності, дефіциту часу та підвищеного психоемоційного напруження. Поліцейський часто стикається з конфліктними, кризовими або екстремальними ситуаціями, що потребують швидкої оцінки обставин, контролю власних емоційних реакцій і здатності до зваженого прийняття рішень відповідно до чинного законодавства [34].

У психологічному аспекті професійна діяльність поліцейського розглядається як складний багатовимірний феномен, що поєднує когнітивні, емоційні, мотиваційні та поведінкові процеси. Когнітивний компонент діяльності проявляється у здатності до аналізу ситуації, прогнозування можливих наслідків та вибору оптимальної стратегії дій. Емоційний компонент пов'язаний із

необхідністю збереження психологічної стійкості, емоційного самоконтролю та адекватного реагування на стресогенні чинники професійного середовища. Мотиваційний аспект визначає професійну спрямованість, усвідомлення соціальної значущості служби та готовність до виконання складних службових завдань. Поведінкові процеси відображають здатність поліцейського реалізовувати професійні рішення у формі правомірних і соціально відповідальних дій. Професійна діяльність поліцейського постає як цілісна система взаємопов'язаних психологічних процесів, спрямованих на забезпечення правопорядку, безпеки та соціальної стабільності. Саме складність, динамічність і суспільна значущість цієї діяльності зумовлюють необхідність її ґрунтовного психологічного аналізу та обґрунтовують актуальність дослідження психологічної готовності поліцейського як важливої умови ефективного виконання професійних функцій [15, 24].

У працях вітчизняних і зарубіжних дослідників професійна діяльність поліцейського визначається як діяльність, що здійснюється в умовах підвищеної психоемоційної напруженості, дефіциту часу, невизначеності та потенційної загрози для життя і здоров'я як самого працівника, так і оточуючих осіб. Такі умови об'єктивно ускладнюють процес виконання службових завдань і висувають підвищені вимоги до психологічної підготовленості поліцейського, його здатності до мобілізації внутрішніх ресурсів та підтримання професійної ефективності в стресових ситуаціях. Дослідники підкреслюють, що професійна діяльність поліцейського передбачає необхідність оперативного та відповідального прийняття рішень у ситуаціях, коли інформація є неповною або суперечливою, а наслідки помилкових дій можуть мати серйозні правові та соціальні наслідки. У зв'язку з цим особливої ваги набуває здатність до адекватної оцінки ситуації, прогнозування розвитку подій і вибору оптимальної стратегії дій з урахуванням вимог законодавства та професійних стандартів. Важливою психологічною характеристикою діяльності поліцейського є необхідність постійного контролю власних емоційних реакцій. Контакти з агресією, конфліктами, проявами

насильства або людського горя потребують високого рівня емоційної стабільності та саморегуляції. Недостатній контроль емоцій може призводити до імпульсивних рішень, професійних помилок або порушення норм службової поведінки, що негативно позначається на ефективності правоохоронної діяльності та довірі суспільства до поліції [33, 36, 49, 56].

Окрім цього, професійна діяльність поліцейського жорстко регламентується правовими та морально-етичними нормами, дотримання яких є обов'язковою умовою професіоналізму. Поліцейський змушений постійно співвідносити власні дії з вимогами закону, принципами справедливості, гуманізму та поваги до прав людини. Така необхідність одночасного врахування правових, моральних і психологічних чинників зумовлює складність професійної діяльності та підвищує значущість її психологічного аналізу. Саме сукупність зазначених характеристик – високий рівень напруженості, невизначеність, ризик, відповідальність і жорстка нормативна регламентація зумовлює особливий інтерес психологічної науки до вивчення професійної діяльності поліцейських як специфічного об'єкта наукового аналізу. Поглиблене дослідження психологічних аспектів цієї діяльності дозволяє виявити чинники професійної ефективності, надійності та психологічної готовності поліцейських до виконання службових обов'язків [41].

З позицій діяльнісного підходу професійна діяльність поліцейського розглядається як цілісна система взаємопов'язаних дій і операцій, спрямованих на досягнення соціально значущих цілей, зумовлених функціями правоохоронної діяльності. У межах цього підходу діяльність інтерпретується не як сукупність формально визначених процедур, а як активна, свідома та цілеспрямована взаємодія суб'єкта з професійним середовищем, у процесі якої реалізуються індивідуально-психологічні ресурси особистості. Професійна діяльність поліцейського включає комплекс пізнавальних процесів, зокрема сприйняття, увагу, мислення та пам'ять, які забезпечують адекватне орієнтування в службовій ситуації, аналіз наявної інформації та прогнозування можливих наслідків

прийнятих рішень. В умовах дефіциту часу та інформаційного перевантаження саме рівень розвитку пізнавальних процесів значною мірою визначає ефективність професійних дій поліцейського [5,62].

Важливою складовою діяльності є емоційно-вольова регуляція, яка забезпечує здатність поліцейського контролювати власні емоційні стани, зберігати внутрішню рівновагу та мобілізувати вольові зусилля для виконання службових завдань. У складних і стресових ситуаціях емоційно-вольова сфера виступає ключовим механізмом підтримання професійної надійності та запобігання імпульсивним або неадекватним реакціям. Мотиваційні установки та поведінкові стратегії також є невід'ємними компонентами професійної діяльності поліцейського. Вони визначають спрямованість діяльності, рівень залученості до виконання службових обов'язків і вибір адекватних форм професійної поведінки в різних ситуаціях взаємодії з громадянами. Сформована система професійних мотивів і цінностей сприяє усвідомленому дотриманню правових і морально-етичних норм та забезпечує стабільність професійної діяльності [14, 29].

У цьому контексті професійна діяльність поліцейського не зводиться лише до механічного виконання інструкцій або алгоритмів дій, а постає як активний процес особистісної саморегуляції, що передбачає постійне співвіднесення зовнішніх вимог професійного середовища з внутрішніми можливостями та ресурсами особистості. Саме така інтерпретація діяльності дозволяє розглядати психологічну готовність як ключову умову ефективної професійної діяльності поліцейського та основу формування його професіоналізму.

Особливістю професійної діяльності поліцейського є її виражений екстремальний характер, зумовлений специфікою службових завдань і умов їх виконання. Часті контакти з проявами агресії, насильства, конфліктними та кризовими ситуаціями, людськими стражданнями, а також необхідність застосування примусових заходів відповідно до законодавства створюють значне психоемоційне навантаження на особистість поліцейського. Такі умови

потребують постійної мобілізації психічних ресурсів і високого рівня психологічної стійкості [19, 22].

Дослідники зазначають, що систематичне перебування в умовах підвищеного ризику та напруженості супроводжується розвитком хронічного професійного стресу, який негативно впливає на емоційний стан, когнітивні процеси та поведінку поліцейського. За відсутності належних механізмів психологічної адаптації та саморегуляції хронічний стрес може призводити до професійної деформації особистості, що проявляється у формуванні жорстких, стереотипних моделей реагування, зниженні гнучкості мислення та порушенні міжособистісної взаємодії.

Одним із поширених наслідків тривалого психоемоційного навантаження є емоційне вигорання, яке супроводжується виснаженням, зниженням професійної мотивації, відчуттям професійної неефективності та емоційною відстороненістю. У діяльності поліцейського це може виявлятися у зниженні рівня емпатії, формалізації ставлення до громадян і підвищенні ризику професійних помилок. Такі зміни негативно позначаються не лише на якості виконання службових обов’язків, а й на іміджі правоохоронних органів у суспільстві [4].

Крім того, екстремальні умови діяльності зумовлюють необхідність постійного прийняття рішень у ситуаціях невизначеності та потенційної загрози, що підвищує рівень психічної напруженості та відповідальності. У зв’язку з цим психологічний аналіз професійної діяльності поліцейського є неможливим без урахування факторів стресу, ризику та психоемоційної напруженості як системоутворювальних характеристик цієї діяльності. Саме вони визначають підвищені вимоги до психологічної готовності поліцейського та актуалізують потребу в цілеспрямованому розвитку навичок стресостійкості й саморегуляції.

Водночас професійна діяльність поліцейського має чітку нормативно-правову регламентацію, що визначає межі допустимої поведінки та прийняття рішень. Це зумовлює постійну необхідність узгодження особистісних установок і

спонтанних реакцій із правовими нормами та службовими інструкціями. Така особливість діяльності висуває підвищені вимоги до розвитку самоконтролю, відповідальності та внутрішньої дисципліни, що є важливими психологічними характеристиками професіоналізму поліцейського [9, 54].

З психологічної точки зору діяльність поліцейського також є комунікативно насиченою. Вона передбачає взаємодію з різними соціальними групами, зокрема з особами в кризових, конфліктних або девіантних станах. Ефективність такої взаємодії значною мірою залежить від рівня комунікативної компетентності, емоційної стабільності та здатності до конструктивного розв'язання міжособистісних конфліктів. Це робить професійну діяльність поліцейського об'єктом міждисциплінарного аналізу, який поєднує положення загальної, соціальної, юридичної та професійної психології.

Отже, професійна діяльність поліцейського як об'єкт психологічного аналізу постає як складна, динамічна система вимог до особистості, що охоплює когнітивні, емоційно-вольові, мотиваційні та регулятивні аспекти психічної діяльності. Виконання службових обов'язків потребує від поліцейського не лише ґрунтовних професійних знань і практичних навичок, а й високого рівня психологічної стійкості, самоконтролю, відповідальності та здатності до гнучкого реагування в умовах невизначеності й підвищеного ризику.

Складність і багатовимірність професійної діяльності зумовлюють необхідність інтеграції різних психологічних ресурсів особистості, які забезпечують узгодженість між зовнішніми вимогами професійного середовища та внутрішніми можливостями поліцейського. У цьому контексті особливого значення набуває здатність до свідомої саморегуляції поведінки, підтримання емоційної рівноваги та збереження професійної мотивації в умовах тривалого психоемоційного навантаження. Саме зазначені особливості професійної діяльності поліцейського зумовлюють доцільність дослідження психологічної готовності як інтегральної особистісної характеристики, що забезпечує ефективне

виконання професійних завдань. Психологічна готовність виступає своєрідним узагальненим показником рівня професійної підготовленості, адаптованості та психологічної надійності фахівця, визначаючи його здатність діяти результативно, відповідально й правомірно в різноманітних службових ситуаціях [45, 52].

Таким чином, аналіз професійної діяльності поліцейського як об'єкта психологічного дослідження створює теоретичні передумови для подальшого вивчення психологічної готовності особистості, її структури та ролі у формуванні професіоналізму поліцейського, що становить основний предмет даного дослідження.

1.2. Поняття психологічної готовності особистості у вітчизняній та зарубіжній психології

Проблема психологічної готовності особистості посідає важливе місце в сучасній психологічній науці, оскільки вона безпосередньо пов'язана з ефективністю діяльності, професійною надійністю та здатністю суб'єкта до свідомої саморегуляції в умовах підвищених вимог і динамічних змін професійного середовища. Увага дослідників до цього феномена зумовлена тим, що саме рівень психологічної готовності значною мірою визначає, наскільки успішно особистість здатна адаптуватися до складних умов діяльності, приймати відповідальні рішення та підтримувати стабільну продуктивність у ситуаціях напруження й невизначеності [12].

У наукових дослідженнях психологічна готовність розглядається як складне інтегральне утворення, що відображає ступінь підготовленості особистості до здійснення певного виду діяльності та забезпечує успішність її виконання. Вона не зводиться до окремих знань, умінь або психічних станів, а постає як цілісна система взаємопов'язаних психологічних характеристик, які формуються в процесі навчання, професійної підготовки та практичного досвіду. Така система

забезпечує узгодженість між вимогами діяльності та внутрішніми ресурсами особистості [41].

Більшість науковців підкреслюють, що психологічна готовність включає не лише когнітивну підготовленість до виконання завдань, а й мотиваційну налаштованість, емоційно-вольову стійкість та здатність до регуляції власної поведінки. Саме поєднання цих компонентів дозволяє особистості ефективно діяти в умовах високої відповідальності, ризику та інтенсивного психоемоційного навантаження. У цьому контексті психологічна готовність розглядається як важлива умова професійної надійності та стійкості діяльності. У сучасній психології феномен психологічної готовності інтерпретується як багатовимірна особистісна характеристика, що відображає рівень внутрішньої готовності суб'єкта до діяльності та виступає необхідною передумовою її ефективного здійснення. Саме така інтерпретація створює теоретичну основу для подальшого аналізу психологічної готовності в контексті професійної діяльності поліцейських і дозволяє розглядати її як ключовий чинник формування професіоналізму [23, 35].

У вітчизняній психології поняття психологічної готовності традиційно аналізується в межах діяльнісного підходу, який розглядає особистість як активного суб'єкта діяльності, що формується й розвивається у процесі взаємодії з соціальним середовищем. У цьому контексті психологічна готовність трактується не як пасивний стан очікування, а як внутрішня передумова ефективної діяльності, що забезпечує її цілеспрямованість, усвідомленість і результативність [64].

Так, С. Л. Рубінштейн розглядав готовність як внутрішній психічний стан суб'єкта, який формується в процесі діяльності та виявляється в єдності мотивації, знань, умінь і вольової регуляції. На його думку, готовність є результатом активного включення особистості в діяльність і відображає ступінь узгодженості між внутрішніми спонуканнями та зовнішніми вимогами. Такий підхід дозволяє розглядати психологічну готовність як динамічне утворення, що змінюється залежно від умов і змісту діяльності. О. М. Леонтьєв, розвиваючи ідеї діяльнісного

підходу, підкреслював, що психологічна готовність є результатом інтеріоризації вимог діяльності та включення їх у систему особистісних смислів. Саме на рівні особистісного смислу професійні завдання набувають суб'єктивної значущості та стають джерелом внутрішньої активності людини. У цьому аспекті готовність виступає важливою умовою цілеспрямованої діяльності, оскільки забезпечує не лише виконання зовнішніх вимог, а й внутрішню прийнятність і усвідомленість професійних дій. Зазначені положення мають важливе методологічне значення для аналізу психологічної готовності поліцейського, оскільки дозволяють розглядати її як інтегральну характеристику, що формується у процесі професійної підготовки та службової діяльності [16, 21, 46].

Подальший розвиток уявлень про психологічну готовність у вітчизняній психології пов'язаний із становленням і впровадженням системного підходу, у межах якого готовність розглядається як багаторівнева та багатокомпонентна структура. Відповідно до цього підходу психологічна готовність трактується як цілісне утворення, що формується в процесі діяльності та відображає складну взаємодію різних психічних процесів, властивостей і станів особистості.

Б. Ф. Ломов наголошував, що психологічна готовність не може бути зведена до окремих психічних процесів або ситуативних станів, оскільки вона є інтегрованим системним утворенням, яке забезпечує узгодженість діяльності, поведінки та внутрішніх психологічних механізмів особистості. У цьому контексті готовність виступає як результат взаємодії мотиваційної, когнітивної, емоційно-вольової та регулятивної сфер, що функціонують як єдина система.

Системний підхід дозволяє розглядати психологічну готовність як динамічне утворення, здатне змінюватися залежно від умов середовища, змісту діяльності та рівня професійного досвіду особистості. Така інтерпретація підкреслює адаптивну функцію психологічної готовності, оскільки саме вона забезпечує здатність суб'єкта ефективно діяти в умовах невизначеності, високого навантаження та змінних вимог професійного середовища. З позицій системного

підходу психологічна готовність виконує регулятивну функцію, сприяючи координації внутрішніх психічних процесів і зовнішньої діяльності. Вона забезпечує цілісність професійної поведінки, стійкість до стресових впливів і здатність до конструктивної адаптації в складних життєвих і професійних ситуаціях. Зазначені положення мають важливе методологічне значення для аналізу психологічної готовності поліцейського, діяльність якого характеризується високою динамічністю та підвищеними психологічними вимогами. Системний підхід створює теоретичну основу для комплексного дослідження психологічної готовності як цілісної особистісної характеристики, що забезпечує ефективність професійної діяльності та адаптацію особистості до змінних умов середовища [64].

У працях українських психологів психологічна готовність особистості часто трактується як інтегральна характеристика, що відображає рівень її внутрішньої підготовленості до здійснення професійної діяльності та визначає здатність до ефективного виконання професійних завдань у складних і відповідальних умовах. У цьому контексті психологічна готовність розглядається як результат тривалого процесу особистісного розвитку та професійного становлення, що відбувається під впливом навчання, практичного досвіду та цілеспрямованої психологічної підготовки [17].

Зокрема, О. М. Максименко розглядає психологічну готовність як складне багатокомпонентне утворення, що формується в процесі професіоналізації особистості та поєднує мотиваційну спрямованість, систему професійних знань, емоційну стабільність і розвинені навички саморегуляції поведінки. Науковець підкреслює, що саме гармонійна взаємодія зазначених компонентів забезпечує здатність фахівця до усвідомленого та відповідального виконання професійних обов’язків, а також підтримання стабільної професійної ефективності. Також важливий внесок у розробку проблеми психологічної готовності фахівців екстремальних професій зробив О. М. Кокун, який акцентує увагу на ролі

психологічної готовності як ресурсу професійної надійності. На його думку, психологічна готовність забезпечує стійкість особистості до стресових впливів, здатність до мобілізації внутрішніх ресурсів і збереження ефективності діяльності в умовах підвищеного ризику та відповідальності. У цьому аспекті діяльність поліцейського розглядається як професія з підвищеними психологічними вимогами, де рівень психологічної готовності виступає визначальним чинником професійного функціонування [16, 17].

Важливим є розмежування понять ситуативної та стійкої (тривалої) психологічної готовності. Ситуативна готовність розглядається як тимчасовий психічний стан мобілізації ресурсів особистості перед виконанням конкретного завдання, тоді як стійка готовність формується в процесі професійної підготовки та досвіду діяльності і характеризує загальний рівень професійної підготовленості особистості.

У зарубіжній психології феномен психологічної готовності досліджується переважно в контексті проблем професійної компетентності, психологічної адаптації та стресостійкості особистості. Увага науковців зосереджується на вивченні внутрішніх психологічних ресурсів, які забезпечують здатність фахівця ефективно функціонувати в умовах високих вимог, невизначеності та інтенсивного психоемоційного навантаження.

Представники когнітивно-оціночного підходу, зокрема R. Lazarus та S. Folkman, розглядають психологічну готовність як здатність суб’єкта адекватно оцінювати вимоги ситуації, можливі загрози та власні ресурси для їх подолання. У межах цього підходу ключового значення набуває процес когнітивної оцінки, який визначає характер емоційної реакції та вибір стратегії поведінки в складних або стресових умовах. Саме від якості такої оцінки залежить ефективність подальших дій та рівень психологічної адаптації особистості. У цьому контексті психологічна готовність тісно пов’язується з ефективними копінг-стратегіями, що забезпечують конструктивне подолання стресових ситуацій. Науковці підкреслюють, що

готовність до діяльності передбачає наявність репертуару адаптивних копінг-стратегій, які дозволяють особистості зберігати емоційну рівновагу, контролювати власні реакції та підтримувати продуктивність діяльності в умовах підвищеного навантаження.

Важливим аспектом зарубіжних досліджень є акцент на ролі емоційної регуляції як складової психологічної готовності. Здатність усвідомлювати, контролювати та коригувати власні емоційні стани розглядається як необхідна умова ефективної професійної діяльності, особливо в екстремальних або соціально напружених ситуаціях. У професіях з високим рівнем відповідальності, до яких належить діяльність поліцейського, емоційна регуляція виступає ключовим механізмом підтримання професійної надійності та психологічної стійкості.

У межах гуманістичної психології психологічна готовність інтерпретується як прояв особистісної зрілості, внутрішньої мотивації та усвідомленого ставлення людини до власної діяльності. Представники цього напряму акцентують увагу на суб'єктивному досвіді особистості, її ціннісних орієнтаціях, відповідальності та прагненні до самореалізації як ключових чинниках ефективної професійної діяльності.

Зокрема, А. Маслоу розглядав готовність до діяльності крізь призму ієрархії потреб, підкреслюючи, що здатність особистості до продуктивної професійної самореалізації можлива за умови задоволення базових потреб і формування стійкої мотивації до саморозвитку. У цьому контексті психологічна готовність постає як стан внутрішньої узгодженості, коли професійна діяльність відповідає особистісним цінностям і життєвим цілям людини. К. Роджерс, у свою чергу, наголошував на значенні самосвідомості, прийняття власного досвіду та відповідальності за власні рішення. На його думку, готовність до професійної діяльності формується в умовах психологічної зрілості та відкритості до досвіду, що дозволяє особистості гнучко реагувати на вимоги середовища й підтримувати

автентичність у професійній поведінці. Такий підхід підкреслює важливість внутрішньої мотивації та особистісного сенсу професійної діяльності. Тут готовність розглядається не лише як функціональна здатність до виконання професійних завдань, а й як ціннісно-смислова характеристика особистості, що відображає рівень її особистісної зрілості та відповідальності. Саме такий підхід дозволяє розширити розуміння психологічної готовності, поєднуючи професійні вимоги з внутрішніми переконаннями та життєвими орієнтирами особистості [36].

Отже, аналіз вітчизняних і зарубіжних наукових підходів свідчить, що психологічна готовність особистості є багатовимірним інтегральним утворенням, яке охоплює мотиваційні, когнітивні, емоційно-вольові та регулятивні компоненти. Саме така інтерпретація психологічної готовності є методологічно доцільною для дослідження професійної діяльності поліцейських і дозволяє розглядати її як основу формування професіоналізму.

1.3. Структура психологічної готовності поліцейського до професійної діяльності

Психологічна готовність поліцейського до професійної діяльності є складним інтегральним утворенням, що формується в процесі професійної підготовки, навчально-тренувальної діяльності та подальшого службового досвіду. Вона забезпечує ефективне виконання службових завдань у різноманітних, часто екстремальних умовах, пов’язаних із підвищеною відповідальністю, ризиком та необхідністю швидкого прийняття правомірних рішень. Формування психологічної готовності є динамічним процесом, який відображає рівень адаптації особистості до вимог професійного середовища та ступінь інтеграції професійних знань, навичок і психологічних ресурсів. З урахуванням аналізу вітчизняних і зарубіжних наукових підходів психологічну готовність поліцейського доцільно розглядати як багатокомпонентну структуру, елементи якої

перебувають у тісному взаємозв’язку та взаємозумовленості. Кожен із компонентів психологічної готовності виконує специфічну функцію у забезпеченні професійної діяльності, проте лише їх цілісна взаємодія створює передумови для стабільної професійної ефективності та надійності. Такий структурний підхід дозволяє розглядати психологічну готовність не як статичну властивість, а як динамічну систему, здатну змінюватися залежно від рівня професійної підготовки, стажу служби, характеру виконуваних завдань і впливу стресогенних факторів. У цьому контексті важливим є врахування як індивідуально-психологічних особливостей поліцейського, так і специфіки професійного середовища, у якому здійснюється його діяльність [68].

У наукових джерелах найбільш поширеним є виокремлення мотиваційного, когнітивного, емоційно-вольового та регулятивного компонентів психологічної готовності, які у своїй сукупності визначають рівень професійної надійності та професіоналізму поліцейського.

Мотиваційний компонент психологічної готовності відображає систему професійних мотивів, цінностей і установок поліцейського, які зумовлюють його спрямованість на виконання службових обов’язків та визначають характер професійної поведінки. Саме мотиваційна сфера задає внутрішній вектор діяльності, забезпечуючи стійке прагнення до реалізації професійних завдань навіть в умовах підвищеного навантаження, ризику та невизначеності. До змісту мотиваційного компонента належать усвідомлення соціальної значущості професії поліцейського, прийняття її ціннісних і нормативних засад, внутрішня мотивація до служби, а також готовність брати на себе відповідальність за прийняті рішення та їх наслідки. Важливим елементом цього компонента є орієнтація на дотримання правових і морально-етичних норм, що регламентують професійну діяльність та визначають допустимі межі професійної поведінки [57, 69, 70].

Дослідники зазначають, що саме мотиваційна сфера виступає базою формування стійкої психологічної готовності, оскільки визначає рівень

професійної залученості, наполегливості та готовності діяти в складних і нестандартних ситуаціях. Високий рівень внутрішньої мотивації сприяє збереженню професійної активності, підтриманню відповідального ставлення до виконання службових обов'язків і запобіганню формальному або рутинному підходу до діяльності.

Водночас недостатня сформованість мотиваційного компонента може призводити до зниження професійної ефективності, розвитку байдужого ставлення до службових завдань та підвищення ризику професійних деформацій. У цьому контексті мотиваційна готовність розглядається як важливий психологічний ресурс, що забезпечує стійкість професійної діяльності та сприяє формуванню професіоналізму поліцейського.

Когнітивний компонент психологічної готовності охоплює систему професійних знань, уявлень і навичок мислення, необхідних для адекватної оцінки службових ситуацій та прийняття обґрунтованих, правомірних рішень. Він є інтелектуальною основою професійної діяльності поліцейського та забезпечує здатність до ефективного орієнтування в складних, динамічних і часто непередбачуваних умовах служби. До змісту когнітивного компонента належать ґрунтовні знання нормативно-правової бази, що регламентує правоохоронну діяльність, розуміння процедур і повноважень, а також знання психологічних особливостей поведінки різних категорій громадян. Важливе значення має здатність поліцейського враховувати індивідуально-психологічні та соціальні чинники, що впливають на поведінку осіб у конфліктних або кризових ситуаціях. Когнітивна готовність також передбачає розвиток аналітичного мислення, уміння систематизувати та інтерпретувати інформацію, прогнозувати можливі наслідки професійних дій і приймати рішення в умовах дефіциту часу та інформаційної невизначеності. У професійній діяльності поліцейського ці здібності набувають особливого значення, оскільки помилкова оцінка ситуації або несвоєчасне рішення можуть мати серйозні правові та соціальні наслідки. Високий рівень когнітивної

готовності забезпечує раціональність і обґрунтованість професійних дій, сприяє зниженню ймовірності помилкових рішень та підвищує загальний рівень професійної ефективності. Водночас недостатній розвиток когнітивного компонента може обмежувати здатність поліцейського адекватно реагувати на складні службові ситуації, що негативно впливає на результати професійної діяльності [14, 19, 26].

Емоційно-вольовий компонент психологічної готовності пов'язаний зі здатністю поліцейського усвідомлювати та контролювати власні емоційні реакції, зберігати психологічну стійкість у стресових, конфліктних та потенційно небезпечних ситуаціях, а також проявляти необхідні вольові якості для виконання службових завдань. Саме цей компонент забезпечує стабільність професійної поведінки в умовах підвищеного психоемоційного навантаження та невизначеності.

До змісту емоційно-вольового компонента належать стресостійкість, емоційна стабільність, витримка, рішучість, самоконтроль і здатність до мобілізації внутрішніх ресурсів у критичних ситуаціях. Поліцейський у процесі професійної діяльності часто стикається з агресією, насильством, загрозою для життя і здоров'я, що потребує вміння зберігати спокій, діяти зважено та не піддаватися імпульсивним реакціям. Високий рівень емоційно-вольової готовності сприяє ефективному подоланню стресових ситуацій, запобігає розвитку дезадаптивних емоційних станів і знижує ризик професійних помилок. Здатність до емоційної регуляції дозволяє поліцейському підтримувати конструктивну взаємодію з громадянами, навіть у конфліктних умовах, та дотримуватися правових і етичних норм поведінки [6, 28, 31].

Недостатня сформованість емоційно-вольового компонента може призводити до підвищеної тривожності, емоційної нестабільності, імпульсивності або, навпаки, до емоційного виснаження й професійного вигорання. У цьому контексті емоційно-вольова готовність розглядається як важливий психологічний

ресурс, що забезпечує безпечну та ефективну діяльність поліцейського в екстремальних умовах. Емоційно-вольовий компонент психологічної готовності відіграє ключову роль у забезпеченні професійної надійності поліцейського, підтримуючи його здатність діяти ефективно, відповідально й з дотриманням професійних стандартів у складних і стресогенних ситуаціях

Регулятивний компонент психологічної готовності відображає здатність поліцейського до свідомої саморегуляції поведінки та професійної діяльності в умовах змінного службового середовища. Він пов'язаний із умінням цілеспрямовано організовувати власну діяльність, керувати психічними станами та поведінковими реакціями відповідно до поставлених професійних завдань і нормативних вимог.

До змісту регулятивного компонента належать навички планування, прогнозування результатів діяльності, самоконтролю та корекції власних дій з урахуванням змінних умов службової ситуації. Здатність до саморегуляції дозволяє поліцейському адекватно розподіляти психічні та фізичні ресурси, підтримувати оптимальний рівень працездатності та своєчасно адаптуватися до нових професійних викликів. Регулятивна готовність забезпечує узгодженість між професійними вимогами та індивідуальними можливостями поліцейського, сприяючи збереженню стабільної професійної ефективності навіть у складних або стресових умовах. Вона виступає важливим чинником профілактики психоемоційного виснаження, оскільки дає змогу контролювати рівень напруженості, запобігати перевантаженню та підтримувати психологічне благополуччя [12, 33].

Недостатній розвиток регулятивного компонента може призводити до дезорганізації професійної діяльності, зниження самоконтролю та підвищення ризику професійних помилок. Натомість сформовані навички саморегуляції сприяють гнучкості професійної поведінки, відповідальному прийняттю рішень і ефективному подоланню складних службових ситуацій. Таким чином,

регулятивний компонент психологічної готовності виконує важливу інтегративну функцію, забезпечуючи цілісність професійної діяльності поліцейського та створюючи умови для підтримання його професійної надійності, ефективності й психологічної стійкості. Важливо зазначити, що зазначені компоненти психологічної готовності не існують ізольовано, а утворюють єдину функціональну систему. Недостатній розвиток одного з компонентів може негативно впливати на загальний рівень психологічної готовності та професіоналізму поліцейського. Водночас гармонійний розвиток усіх складових забезпечує високу адаптивність, професійну надійність і здатність до ефективного виконання службових обов'язків [1, 6, 32, 46].

Отже, структура психологічної готовності поліцейського до професійної діяльності є багатовимірною та динамічною системою, яка визначає рівень професійної підготовленості, ефективності та психологічної стійкості фахівця. Саме комплексний підхід до аналізу структури психологічної готовності створює методологічні передумови для її емпіричного дослідження та подальшої розробки психологічних рекомендацій щодо її формування.

Висновки до першого розділу

У першому розділі магістерської роботи здійснено теоретичний аналіз проблеми психологічної готовності поліцейського до професійної діяльності як важливої умови формування професіоналізму. Розкрито психологічні особливості професійної діяльності поліцейського, яка характеризується високим рівнем соціальної відповідальності, правовою регламентованістю, емоційною напруженістю та необхідністю прийняття рішень в умовах ризику й невизначеності. Обґрунтовано доцільність розгляду професійної діяльності поліцейського як складного об'єкта психологічного аналізу.

На основі узагальнення вітчизняних і зарубіжних наукових підходів визначено, що психологічна готовність особистості є інтегральним, багатовимірним утворенням, яке забезпечує ефективність діяльності та професійну надійність фахівця. Показано, що в сучасній психології психологічна готовність трактується як єдність мотиваційних, когнітивних, емоційно-вольових і регулятивних характеристик, які формуються в процесі професійної підготовки та практичної діяльності.

У процесі теоретичного аналізу обґрунтовано структуру психологічної готовності поліцейського до професійної діяльності, що включає мотиваційний, когнітивний, емоційно-вольовий та регулятивний компоненти. Встановлено, що гармонійний розвиток зазначених компонентів забезпечує здатність поліцейського до ефективного виконання службових завдань, психологічну стійкість та адаптацію до складних умов професійного середовища.

Доведено, що психологічна готовність виступає ключовим чинником професіоналізму поліцейського, визначаючи рівень його професійної ефективності, відповідальності та надійності. Недостатній рівень сформованості психологічної готовності може призводити до зниження якості професійної діяльності, професійних деформацій і психоемоційного виснаження, що актуалізує необхідність її цілеспрямованого вивчення та розвитку.

Отримані теоретичні положення створюють методологічне підґрунтя для проведення емпіричного дослідження психологічної готовності поліцейських, визначення рівнів її сформованості та аналізу зв’язку з показниками професіоналізму, що буде реалізовано у другому розділі магістерської роботи.

РОЗДІЛ ІІ. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

2.1. Організація та методи емпіричного дослідження

Емпіричне дослідження психологічної готовності поліцейських до професійної діяльності було спрямоване на виявлення рівня та структурних особливостей сформованості психологічної готовності, а також на аналіз її зв'язку з професійно значущими психологічними характеристиками. Дослідження проводилося з урахуванням етичних принципів психологічної науки та вимог до організації наукових досліджень у закладах вищої освіти системи МВС України.

У дослідженні взяли участь 83 курсанти, які проходять професійну підготовку за освітніми програмами, спрямованими на подальшу службу в підрозділах Національної поліції України. Добір респондентів здійснювався за принципом доступності з дотриманням критеріїв включення: статус курсанта, участь у навчально-професійній підготовці та добровільна згода на участь у дослідженні. Усі учасники були поінформовані про мету дослідження, анонімність і конфіденційність обробки результатів; участь у дослідженні мала добровільний характер.

Організація емпіричного дослідження здійснювалася у декілька послідовних етапів.

На першому етапі було визначено теоретико-методологічні засади дослідження, сформульовано мету, завдання та гіпотезу, а також підібрано адекватний психодіагностичний інструментарій для вивчення психологічної готовності поліцейських.

Другий етап передбачав безпосереднє проведення психодіагностичного обстеження курсантів із використанням комплексу валідних і надійних методик.

На третьому етапі здійснювалася обробка та аналіз отриманих емпіричних даних, їх інтерпретація та узагальнення з урахуванням мети дослідження.

Для реалізації завдань емпіричного дослідження було використано психодіагностичний комплекс, спрямований на вивчення основних компонентів психологічної готовності поліцейських до професійної діяльності. Зокрема, застосовувалися методики, що дозволяють оцінити загальний рівень психологічної готовності, особливості професійної мотивації, емоційно-вольової стійкості, саморегуляції поведінки та рівень професійного психоемоційного напруження.

1. Методика дослідження мотивації професійної діяльності(К. Замфір у модифікації А. Реана).

Методика дослідження мотивації професійної діяльності, розроблена К. Замфір та модифікована А. Реаном, спрямована на вивчення особливостей мотиваційної сфери особистості у професійній діяльності. Вона дозволяє визначити співвідношення внутрішньої та зовнішньої мотивації, а також оцінити загальну спрямованість особистості на професійну діяльність. Методика ґрунтується на положенні про те, що ефективність професійної діяльності значною мірою залежить від домінування внутрішньої мотивації, яка проявляється у зацікавленості змістом роботи, усвідомленні її соціальної значущості та прагненні до професійного самовдосконалення. Зовнішня мотивація, у свою чергу, пов’язана з орієнтацією на винагороду, соціальне схвалення або уникнення покарання.

Опитувальник містить твердження, що відображають різні мотиви професійної діяльності. За результатами обробки визначаються показники внутрішньої мотивації, зовнішньої позитивної та зовнішньої негативної мотивації. Методика дозволяє оцінити мотиваційний компонент психологічної готовності поліцейських та його роль у формуванні професіоналізму.

2. Шкала стресостійкості та життєстійкості (С. Мадді, адаптація Д. О. Леонтьєва).

Шкала стресостійкості та життєстійкості (Hardiness Survey), розроблена С. Мадді та адаптована Д. О. Леонтьєвим, використовується для дослідження здатності особистості протистояти стресовим впливам і зберігати ефективність діяльності в умовах підвищеного психоемоційного навантаження. Методика базується на концепції життєстійкості, яка розглядається як особистісний ресурс подолання стресу і включає три основні компоненти: залученість (commitment), контроль (control) та прийняття виклику (challenge). Сукупність цих компонентів забезпечує активну життєву позицію та психологічну стійкість у складних професійних ситуаціях.

Опитувальник дозволяє визначити як загальний рівень життєстійкості, так і вираженість кожного з її структурних компонентів. У межах даного дослідження методика застосовується для оцінки емоційно-вольового компонента психологічної готовності поліцейських до професійної діяльності.

3. Опитувальник саморегуляції поведінки (В. І. Моросанова).

Опитувальник саморегуляції поведінки, розроблений В. І. Моросановою, спрямований на дослідження індивідуальних особливостей свідомої саморегуляції діяльності та поведінки особистості. Методика ґрунтується на уявленні про саморегуляцію як системний процес, що забезпечує цілеспрямовану організацію діяльності та адаптацію до змінних умов середовища.

Опитувальник дозволяє оцінити такі компоненти саморегуляції, як планування, програмування дій, моделювання умов діяльності, оцінка результатів, гнучкість та самостійність. На основі цих показників визначається загальний рівень сформованості саморегуляції поведінки.

У даному дослідженні методика використовується для аналізу регулятивного компонента психологічної готовності поліцейських, зокрема їхньої здатності до свідомого управління власною поведінкою та професійною діяльністю.

4. Методика визначення рівня професійного вигорання (В. В. Бойка).

Методика визначення рівня професійного вигорання, розроблена В. В. Бойком, призначена для діагностики синдрому емоційного вигорання як форми професійної дезадаптації, що виникає внаслідок тривалого впливу стресогенних чинників професійної діяльності. Методика ґрунтується на поетапній моделі розвитку професійного вигорання та дозволяє виявити три основні фази: напруження, резистенція та виснаження. Кожна фаза характеризується специфічними психологічними симптомами, що відображають зміни емоційного стану, ставлення до професійної діяльності та міжособистісної взаємодії.

Застосування цієї методики у дослідженні дозволяє оцінити рівень психоемоційного виснаження поліцейських та розглянути професійне вигорання як індикатор недостатньої сформованості психологічної готовності до професійної діяльності.

Також, з метою обробки та аналізу емпіричних даних використовувалися методи математичної статистики, зокрема описова статистика (обчислення середніх значень, стандартних відхилень), кореляційний аналіз (р-Спірмена). Статистична обробка результатів здійснювалася з використанням сучасних програмних засобів.

2.2. Аналіз рівнів сформованості психологічної готовності поліцейських

На основі результатів емпіричного дослідження було здійснено комплексний аналіз рівнів сформованості психологічної готовності поліцейських за основними структурними компонентами, зокрема мотиваційним, когнітивним (опосередковано), емоційно-вольовим та регулятивним. Такий підхід дозволив розглядати психологічну готовність не як окрему характеристику, а як інтегральне особистісне утворення, що формується в процесі професійної підготовки та визначає ефективність майбутньої службової діяльності поліцейських.

Загальний рівень психологічної готовності визначався шляхом узагальнення показників, отриманих за допомогою застосованого психодіагностичного комплексу, який охоплював дослідження професійної мотивації, емоційно-вольової стійкості, саморегуляції поведінки та проявів професійного психоемоційного виснаження. Узагальнення результатів здійснювалося з урахуванням кількісних і якісних показників, що забезпечило цілісне уявлення про рівень сформованості психологічної готовності кожного респондента. За результатами інтеграції емпіричних показників усю вибірку досліджуваних (N = 83) було розподілено за трьома рівнями психологічної готовності: високим, середнім та низьким. Такий розподіл дозволив виявити загальні тенденції у сформованості психологічних ресурсів курсантів, а також зафіксувати індивідуальні відмінності у розвитку компонентів психологічної готовності. Отримані результати свідчать про неоднорідність рівнів психологічної готовності серед курсантів, що зумовлено як особливостями їхнього професійного становлення, так і різним ступенем сформованості мотиваційних, емоційно-вольових та регулятивних механізмів.

Таблиця 2.1

Розподіл курсантів за рівнями психологічної готовності

Рівень психологічної готовності	**Кількість осіб**	**Відсоток**
Високий	24	28,9%
Середній	41	49,4%
Низький	18	21,7%
ЗАГАЛОМ	83	100%

Отримані дані свідчать, що найбільша частка досліджуваних характеризується середнім рівнем психологічної готовності, що є типовим для курсантів, які перебувають на етапі професійного становлення та адаптації до

майбутньої службової діяльності. Такий рівень психологічної готовності відображає наявність базових психологічних ресурсів, необхідних для виконання професійних завдань, однак водночас вказує на їхню недостатню стабільність і потребу в подальшому розвитку в процесі навчально-професійної підготовки.

Високий рівень психологічної готовності виявлено майже у третини вибірки, що свідчить про сформовану систему професійної мотивації, емоційно-вольової стійкості та навичок саморегуляції. Курсанти з таким рівнем психологічної готовності демонструють більшу впевненість у власних професійних можливостях, готовність до прийняття відповідальності та здатність ефективно діяти в умовах підвищеного психоемоційного навантаження. Водночас п’ята частина респондентів характеризується низьким рівнем психологічної готовності, що може свідчити про недостатню сформованість окремих психологічних ресурсів, зокрема професійної мотивації, стресостійкості або навичок саморегуляції поведінки. Наявність такої групи курсантів є показником потенційних труднощів у процесі професійної адаптації та підкреслює актуальність ранньої психологічної діагностики й цілеспрямованого психопрофілактичного впливу.

З метою більш детального аналізу причин виявлених відмінностей у рівнях психологічної готовності доцільним є подальший розгляд окремих структурних компонентів цього інтегрального утворення. У зв’язку з цим наступним етапом емпіричного аналізу є дослідження мотиваційного компонента психологічної готовності, що здійснювалося за допомогою методики дослідження мотивації професійної діяльності.

Далі, за методикою дослідження мотивації професійної діяльності (К. Замфір у модифікації А. Реана), було визначено рівні сформованості мотиваційного компонента психологічної готовності поліцейських. Застосування цієї методики дало змогу проаналізувати особливості професійної мотивації курсантів, зокрема співвідношення внутрішніх і зовнішніх мотивів, що

зумовлюють їхню спрямованість на майбутню професійну діяльність у системі правоохоронних органів.

Оцінка мотиваційного компонента дозволила виявити ступінь усвідомлення курсантами соціальної значущості професії поліцейського, рівень їхньої зацікавленості змістом професійної діяльності, а також готовність до прийняття відповідальності за результати власних професійних дій. Особливу увагу було приділено аналізу домінування внутрішньої мотивації, яка розглядається в психологічній науці як важливий чинник професійної надійності та стійкості в умовах підвищених вимог і ризику.

Результати (табл. 2.2), отримані за допомогою зазначеної методики, дали змогу розподілити досліджуваних за рівнями сформованості мотиваційного компонента та виявити індивідуальні відмінності у мотиваційній сфері курсантів. Це, у свою чергу, створило передумови для більш глибокого аналізу ролі професійної мотивації у структурі психологічної готовності та її взаємозв’язку з іншими психологічними характеристиками, що будуть розглянуті на наступних етапах емпіричного дослідження.

Таблиця 2.2

Рівні сформованості мотиваційного компонента

Рівень сформованості	**Кількість осіб**	**Відсоток**
Високий	31	37,3%
Середній	36	43,4%
Низький	16	19,3%
ЗАГАЛОМ	83	100%

Переважання середнього та високого рівнів мотиваційної готовності свідчить про загалом сформовану професійну спрямованість курсантів, усвідомлення ними соціальної значущості професії поліцейського та наявність внутрішньої мотивації до професійної діяльності. Отримані результати вказують

на те, що більшість досліджуваних сприймає майбутню професійну діяльність не лише як засіб досягнення зовнішніх цілей, а й як важливу сферу особистісної самореалізації та соціальної відповідальності.

Водночас домінування середнього рівня мотиваційної готовності у частини курсантів може свідчити про нестійкість мотиваційних установок, що перебувають у процесі формування та уточнення. Для таких осіб характерним є поєднання внутрішніх і зовнішніх мотивів професійної діяльності, що є типовим для етапу професійного становлення та адаптації до вимог майбутньої службової діяльності. Це підкреслює важливість подальшого цілеспрямованого розвитку професійної мотивації в процесі навчально-професійної підготовки.

Разом із тим наявність групи курсантів із низьким рівнем мотиваційної готовності актуалізує питання пошуку чинників, що можуть ускладнювати процес формування стійкої професійної мотивації, зокрема впливу психоемоційного напруження, стресових факторів і недостатньої впевненості у власних професійних можливостях.

З огляду на це, подальший етап емпіричного дослідження був спрямований на аналіз емоційно-вольового компонента психологічної готовності, зокрема здатності курсантів протистояти стресовим впливам і зберігати ефективність діяльності в складних умовах. З цією метою було застосовано шкалу стресостійкості та життєстійкості С. Мадді в адаптації Д. О. Леонтьєва, що дозволило поглибити уявлення про внутрішні психологічні ресурси майбутніх поліцейських.

Таблиця 2.3

Рівні життєстійкості курсантів

Рівень життєстійкості	**Кількість осіб**	**Відсоток**
Високий	22	26,5%
Середній	39	47%

Низький	22	26,5%
ЗАГАЛОМ	83	100%

Отримані результати демонструють, що майже половина респондентів характеризується середнім рівнем життєстійкості, тоді як високий і низький рівні життєстійкості представлені у вибірці приблизно однаковою мірою. Такий розподіл свідчить про наявність вираженої варіативності в емоційно-вольовій сфері курсантів і вказує на неоднорідність сформованості психологічних ресурсів, необхідних для ефективного функціонування в умовах підвищеного професійного навантаження.

Середній рівень життєстійкості, який переважає у вибірці, відображає відносно задовільну здатність курсантів протистояти стресовим впливам, зберігати працездатність і психологічну рівновагу в умовах напруження. Водночас такий рівень не завжди забезпечує стабільну ефективність діяльності в екстремальних або кризових ситуаціях, характерних для професійної діяльності поліцейського. Це означає, що у значної частини курсантів механізми емоційно-вольової регуляції перебувають у процесі формування і потребують подальшого розвитку.

Наявність групи курсантів із високим рівнем життєстійкості свідчить про сформовану здатність до активного подолання труднощів, усвідомленого прийняття професійних викликів і збереження внутрішнього контролю в стресових ситуаціях. Такі курсанти, як правило, демонструють більш високу впевненість у власних силах, здатність мобілізувати внутрішні ресурси та конструктивно реагувати на несприятливі обставини, що є важливою передумовою психологічної надійності та професіоналізму в майбутній службовій діяльності.

Разом із тим виявлення низького рівня життєстійкості у частини досліджуваних може свідчити про підвищену вразливість до стресових факторів,

труднощі в емоційній регуляції та схильність до переживання психоемоційного напруження. Для таких курсантів характерними можуть бути зниження толерантності до невизначеності, труднощі у прийнятті рішень у складних ситуаціях та ризик розвитку дезадаптивних емоційних станів у процесі професійної діяльності.

Таким чином, отримані результати підтверджують, що емоційно-вольова готовність курсантів до стресових умов майбутньої професійної діяльності є нерівномірно сформованою, що обумовлює необхідність її цілеспрямованого розвитку в системі професійної підготовки. Зокрема, це актуалізує потребу у впровадженні психологічних заходів, спрямованих на розвиток життєстійкості, навичок емоційної саморегуляції та ефективного подолання стресу як важливих компонентів психологічної готовності поліцейських. Ці дані також слугують підґрунтям для подальшого аналізу регулятивного компонента психологічної готовності, оскільки здатність до саморегуляції поведінки відіграє ключову роль у забезпеченні психологічної стійкості та адаптації особистості до складних умов професійної діяльності.

У контексті виявленої неоднорідності емоційно-вольової готовності курсантів особливої уваги набуває питання здатності до свідомої регуляції власної поведінки та діяльності в умовах професійного навантаження. Саме регулятивні механізми відіграють ключову роль у забезпеченні ефективної адаптації особистості до стресових ситуацій, підтриманні психологічної рівноваги та збереженні професійної ефективності в динамічних і потенційно ризикованих умовах службової діяльності. Здатність поліцейського планувати власні дії, прогнозувати їх наслідки, контролювати поведінкові реакції та своєчасно коригувати їх відповідно до змінних умов службової ситуації розглядається як важливий складник психологічної готовності. Саме ці регулятивні процеси забезпечують узгодженість між внутрішніми психологічними ресурсами особистості та зовнішніми професійними вимогами.

У зв’язку з цим наступним етапом емпіричного дослідження стало вивчення регулятивного компонента психологічної готовності, який досліджувався за допомогою опитувальника саморегуляції поведінки В. І. Моросанової. Застосування цієї методики дозволило проаналізувати рівень сформованості навичок саморегуляції курсантів та їхню роль у забезпеченні психологічної готовності до майбутньої професійної діяльності.

Таблиця 2.4

Рівні саморегуляції поведінки

Рівень саморегуляції	**Кількість осіб**	**Відсоток**
Високий	19	22,9%
Середній	44	53%
Низький	20	24,1%
ЗАГАЛОМ	83	100%

Переважання середнього рівня саморегуляції у вибірці свідчить про достатній, проте ще недостатньо стабільний рівень сформованості регулятивних умінь, зокрема навичок планування діяльності, самоконтролю поведінкових реакцій та корекції власних дій відповідно до змінних умов ситуації. Такий рівень є характерним для осіб, які перебувають на етапі професійної підготовки та поступового входження у специфіку майбутньої службової діяльності. Середній рівень саморегуляції означає, що курсанти загалом здатні організовувати власну діяльність, ставити цілі та контролювати їх досягнення, однак у складних, стресових або нестандартних ситуаціях ці навички можуть виявлятися недостатньо стійкими. У таких умовах можливі труднощі з прогнозуванням наслідків власних дій, зниження самоконтролю або запізніла корекція поведінки, що може негативно позначатися на ефективності професійної діяльності.

Наявність у вибірці групи курсантів із високим рівнем саморегуляції свідчить про сформовану здатність до усвідомленого управління власною

поведінкою та психічними станами. Такі курсанти демонструють більш високий рівень організованості, відповідальності та гнучкості у прийнятті рішень, що є важливою передумовою професійної надійності та психологічної готовності до діяльності в умовах підвищеної відповідальності та ризику.

Водночас виявлення низького рівня саморегуляції у частини респондентів може свідчити про труднощі в організації діяльності, недостатній розвиток навичок самоконтролю та підвищену залежність від зовнішніх обставин. Для таких курсантів характерним є зниження здатності до своєчасної корекції поведінки, що в умовах професійної діяльності поліцейського може підвищувати ризик помилкових рішень і психоемоційного виснаження.

Таким чином, аналіз рівнів сформованості психологічної готовності поліцейських показує, що більшість курсантів характеризується середнім рівнем розвитку основних компонентів психологічної готовності, що є закономірним для етапу професійного становлення. Разом із тим виявлена наявність як високих, так і низьких рівнів за окремими показниками підтверджує неоднорідність психологічної підготовленості майбутніх поліцейських та індивідуальні відмінності у сформованості мотиваційних, емоційно-вольових і регулятивних ресурсів.

Отримані результати свідчать про доцільність подальшої цілеспрямованої психологічної роботи, спрямованої на розвиток мотиваційної стійкості, підвищення рівня емоційно-вольової регуляції, формування життєстійкості та вдосконалення навичок саморегуляції поведінки. Така робота є необхідною умовою підвищення психологічної готовності поліцейських до професійної діяльності та формування їхнього професіоналізму, що обґрунтовує перехід до розробки практичних психологічних рекомендацій у третьому розділі магістерської роботи.

2.3. Дослідження взаємозв'язку психологічної готовності та показників професіоналізму

З метою виявлення характеру та спрямованості взаємозв'язків між рівнем психологічної готовності поліцейських і її структурними компонентами було проведено кореляційний аналіз із використанням коефіцієнта рангової кореляції Спірмена (ρ). Застосування саме цього статистичного методу зумовлене низкою методологічних чинників, зокрема порядковим характером шкал, що використовувалися у психодіагностичних методиках, а також відсутністю підстав для припущення про нормальний розподіл досліджуваних показників.

Використання коефіцієнта Спірмена дозволяє здійснити коректну оцінку ступеня узгодженості змін між змінними незалежно від форми їхнього розподілу, що є особливо важливим у психологічних дослідженнях, де емпіричні дані часто мають асиметричний або полімодальний характер. Крім того, ранговий кореляційний аналіз забезпечує можливість виявлення не лише лінійних, а й монотонних взаємозв'язків між показниками, що підвищує валідність отриманих результатів.

У межах кореляційного аналізу було досліджено взаємозв'язки між інтегральним показником психологічної готовності та основними психологічними характеристиками, які відображають її структурну організацію. Зокрема, аналіз охоплював показники мотивації професійної діяльності, що відображають спрямованість особистості на виконання службових обов'язків і ступінь внутрішньої залученості до професійної ролі; життєстійкості, яка характеризує емоційно-вольову готовність до подолання стресових і кризових ситуацій; саморегуляції поведінки, що відображає здатність до свідомого управління власною діяльністю, планування та корекції поведінкових реакцій; а також рівня професійного вигорання, який розглядається як показник психоемоційного виснаження та потенційної професійної дезадаптації. Такий комплексний підхід

до аналізу взаємозв'язків дозволив розглянути психологічну готовність поліцейських не ізольовано, а як інтегральне системне утворення, що формується внаслідок взаємодії мотиваційних, емоційно-вольових і регулятивних ресурсів особистості. Включення до аналізу показника професійного вигорання дало змогу оцінити не лише позитивні, а й деструктивні аспекти професійного функціонування, а також виявити захисний потенціал психологічної готовності щодо негативних наслідків тривалого психоемоційного навантаження.

Таблиця 2.5

Матриця кореляцій між показниками психологічної готовності та показників професіоналізму

Показники	МПД	Ж	СП	ПВ	ІпПГ
МПД	1,00	0,44**	0,47**	-0,39*	0,62**
Ж	0,44**	1,00	0,56**	-0,51**	0,67**
СП	0,47**	0,56**	1,00	-0,59**	0,69**
ПВ	-0,39*	-0,51**	-0,59**	1,00	-0,58**
ІпПГ	0,62	0,67**	0,69**	-0,58**	1,00

Примітки: значущі показники на рівні * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$. Умовні скорочення: МПД - Мотивація професійної діяльності; Ж – Життєстійкість; СП - Саморегуляція поведінки; ПВ - Професійне вигорання; ІпПГ - Інтегральний показник психологічної готовності.

Результати кореляційного аналізу засвідчили наявність цілісної системи статистично значущих взаємозв'язків між усіма досліджуваними показниками, що переконливо підтверджує інтегральний характер психологічної готовності поліцейських. Виявлені кореляції свідчать про те, що окремі структурні компоненти психологічної готовності не функціонують ізольовано, а перебувають у тісній взаємодії, взаємодоповнюючи та підсилюючи один одного у процесі професійного становлення майбутніх поліцейських.

Зокрема, встановлено статистично значущі прямі кореляційні зв’язки середньої сили між мотивацією професійної діяльності, життєстійкістю та саморегуляцією поведінки (р у межах від 0,44 до 0,56; $p \leq 0,01$). Це свідчить про те, що зростання рівня професійної мотивації супроводжується підвищенням здатності курсантів ефективно протистояти стресовим впливам, зберігати емоційну рівновагу та здійснювати свідомий контроль власної поведінки в умовах підвищених професійних вимог.

Виявлені взаємозв’язки дозволяють стверджувати, що мотиваційний компонент психологічної готовності виконує системоутворювальну функцію, оскільки саме внутрішня професійна мотивація виступає психологічним підґрунтям для мобілізації емоційно-вольових ресурсів і активізації регулятивних механізмів. Курсанти з більш вираженою мотивацією до професійної діяльності, як правило, демонструють вищу готовність долати труднощі, більшу відповідальність за результати власних дій та здатність до гнучкої адаптації в складних ситуаціях.

Прямий зв’язок між життєстійкістю та саморегуляцією поведінки вказує на те, що емоційно-вольова стійкість є тісно пов’язаною зі здатністю до свідомого управління діяльністю. Особи, які володіють розвиненими навичками саморегуляції, більш ефективно контролюють власні емоційні реакції, своєчасно коригують поведінку та здатні підтримувати оптимальний рівень психічної активності навіть у стресових умовах. Це є особливо значущим для професій правоохоронного спрямування, діяльність яких пов’язана з підвищеним рівнем відповідальності, ризику та невизначеності. Встановлені кореляційні зв’язки підтверджують, що психологічна готовність поліцейських формується як єдина інтегрована система, у межах якої мотиваційні, емоційно-вольові та регулятивні компоненти взаємопов’язані та взаємозумовлені. Така системна організація психологічної готовності забезпечує узгодженість внутрішніх ресурсів особистості з вимогами професійної діяльності та виступає важливою

передумовою формування професіоналізму й психологічної надійності майбутніх поліцейських.

У ході кореляційного аналізу було виявлено статистично значущі зворотні кореляційні зв'язки між рівнем професійного вигорання та всіма іншими показниками психологічної готовності поліцейських, що свідчить про тісний взаємозв'язок між психоемоційним станом особистості та рівнем сформованості її психологічних ресурсів. Отримані результати підтверджують положення сучасної психології праці про те, що професійне вигорання є не лише наслідком інтенсивного професійного навантаження, а й відображенням недостатньої сформованості механізмів психологічної саморегуляції та емоційно-вольової стійкості.

Найбільш тісний негативний кореляційний зв'язок було зафіксовано між професійним вигоранням і саморегуляцією поведінки ($\rho = -0{,}59$; $p \leq 0{,}01$). Це свідчить про те, що зі зростанням рівня саморегуляції зменшується інтенсивність проявів професійного вигорання, а отже, сформовані навички планування, самоконтролю та корекції поведінки виконують важливу захисну функцію щодо психоемоційного виснаження. Курсанти, які володіють розвиненими регулятивними здібностями, здатні ефективніше управляти власним психоемоційним станом, раціонально розподіляти навантаження та своєчасно відновлювати психологічні ресурси.

Виражений зворотний кореляційний зв'язок також було виявлено між професійним вигоранням і життєстійкістю ($\rho = -0{,}51$; $p \leq 0{,}01$), що підкреслює роль емоційно-вольових ресурсів у забезпеченні психологічної стабільності в умовах тривалого стресу. Особи з високим рівнем життєстійкості, як правило, демонструють більш адаптивні стратегії подолання труднощів, здатність зберігати відчуття контролю над ситуацією та приймати професійні виклики як можливість особистісного й професійного зростання, що знижує ризик розвитку вигорання. Загалом виявлені зворотні кореляції між професійним вигоранням та показниками

мотивації професійної діяльності, життєстійкості й саморегуляції поведінки дозволяють розглядати психологічну готовність як потужний психологічний ресурс профілактики психоемоційного виснаження. Чим вищим є рівень сформованості структурних компонентів психологічної готовності, тим нижчою є ймовірність розвитку деструктивних проявів професійного вигорання, що має особливе значення для професій з високим рівнем емоційного та психічного навантаження, зокрема для діяльності поліцейських.

Отримані результати кореляційного аналізу свідчать, що інтегральний показник психологічної готовності має високі статистично значущі прямі кореляційні зв'язки з ключовими структурними компонентами, зокрема мотивацією професійної діяльності ($\rho = 0,62$; $p \leq 0,01$), життєстійкістю ($\rho = 0,67$; $p \leq 0,01$) та саморегуляцією поведінки ($\rho = 0,69$; $p \leq 0,01$). Виявлені взаємозв'язки підтверджують, що психологічна готовність формується не як сукупність окремих якостей, а як цілісне інтегроване особистісне утворення, у межах якого мотиваційні, емоційно-вольові та регулятивні ресурси перебувають у стані тісної взаємодії та взаємопосилення.

Найбільш тісний прямий зв'язок інтегрального показника психологічної готовності зафіксовано з показником саморегуляції поведінки, що підкреслює провідну роль регулятивних механізмів у забезпеченні ефективного функціонування особистості в професійній діяльності поліцейського. Здатність до планування, прогнозування, самоконтролю та корекції власних дій виступає ключовою умовою реалізації професійної мотивації та емоційно-вольової стійкості в реальних службових ситуаціях, які часто характеризуються високим рівнем невизначеності та психоемоційного напруження. Високі кореляції інтегрального показника з життєстійкістю свідчать про те, що емоційно-вольова стійкість є важливим внутрішнім ресурсом психологічної готовності, який забезпечує здатність поліцейського зберігати психологічну рівновагу, адаптуватися до стресових впливів і ефективно виконувати службові обов'язки в умовах

підвищеного ризику. У свою чергу, значущий зв’язок із мотивацією професійної діяльності вказує на те, що внутрішня професійна спрямованість і усвідомлення соціальної значущості професії є основою активізації та мобілізації інших психологічних ресурсів.

Водночас встановлений статистично значущий зворотний кореляційний зв’язок між інтегральним показником психологічної готовності та рівнем професійного вигорання ($\rho = -0{,}58$; $p \leq 0{,}01$) підтверджує захисну функцію психологічної готовності щодо психоемоційного виснаження. Чим вищим є рівень сформованості психологічної готовності, тим менш вираженими є прояви професійного вигорання, що свідчить про здатність особистості ефективно протидіяти деструктивним наслідкам тривалого професійного стресу.

Результати проведеного кореляційного аналізу переконливо підтверджують, що психологічна готовність поліцейських має виразно системний характер і формується внаслідок тісної та взаємозумовленої взаємодії мотиваційних, емоційно-вольових і регулятивних компонентів. Кожен із зазначених компонентів виконує специфічну функцію у структурі психологічної готовності, проте їх ефективність проявляється саме в межах цілісної інтегрованої системи, спрямованої на забезпечення успішної професійної діяльності.

Виявлені статистично значущі взаємозв’язки свідчать про те, що порушення або недостатня сформованість хоча б одного зі структурних компонентів може негативно впливати на загальний рівень психологічної готовності та знижувати професійну ефективність поліцейського. Натомість гармонійний розвиток мотиваційних установок, емоційно-вольової стійкості та навичок саморегуляції забезпечує узгодженість внутрішніх психологічних ресурсів із зовнішніми професійними вимогами та сприяє формуванню психологічної надійності в умовах підвищеної відповідальності, ризику й невизначеності.

Отримані результати емпірично обґрунтовують роль психологічної готовності як ключового чинника професіоналізму поліцейських, що визначає їх

здатність ефективно застосовувати професійні знання на практиці, приймати обґрунтовані рішення в складних ситуаціях, контролювати власні емоційні реакції та підтримувати оптимальний рівень працездатності впродовж тривалого часу. Водночас психологічна готовність виступає важливим чинником психологічної надійності, оскільки знижує ризик професійного вигорання, психоемоційного виснаження та дезадаптивних форм реагування.

Таким чином, результати кореляційного аналізу підтверджують доцільність розгляду психологічної готовності поліцейських як інтегрального особистісного утворення, розвиток якого має здійснюватися цілеспрямовано та системно в процесі професійної підготовки. Це обґрунтовує необхідність розробки й упровадження спеціально організованих психологічних заходів, спрямованих на формування мотиваційної стійкості, емоційно-вольової регуляції та навичок саморегуляції поведінки, що стане предметом розгляду в наступному, третьому розділі магістерської роботи.

Висновки до другого розділу

У другому розділі магістерської роботи здійснено емпіричне дослідження психологічної готовності поліцейських до професійної діяльності, спрямоване на аналіз рівнів сформованості її основних структурних компонентів та виявлення взаємозв’язків між ними.

У процесі організації емпіричного дослідження було визначено вибірку у кількості 83 курсантів, підібрано адекватний психодіагностичний інструментарій та обґрунтовано доцільність застосування методів математичної статистики, зокрема коефіцієнта рангової кореляції Спірмена. Це забезпечило можливість комплексного та системного аналізу психологічної готовності як інтегрального особистісного утворення.

Аналіз рівнів сформованості психологічної готовності поліцейських засвідчив, що переважна частина досліджуваних характеризується середнім рівнем її розвитку. Такий результат є типовим для курсантів, які перебувають на етапі професійного становлення та формування психологічних ресурсів, необхідних для майбутньої службової діяльності. Водночас наявність груп із високим і низьким рівнями психологічної готовності свідчить про індивідуальні відмінності у сформованості мотиваційних, емоційно-вольових та регулятивних компонентів.

Дослідження окремих структурних компонентів психологічної готовності показало, що найбільш сформованим у вибірці є мотиваційний компонент, що проявляється в усвідомленні соціальної значущості професії поліцейського та внутрішній спрямованості на професійну діяльність. Разом із тим емоційно-вольовий та регулятивний компоненти характеризуються більшою варіативністю показників, що вказує на необхідність їх подальшого цілеспрямованого розвитку.

Результати кореляційного аналізу підтвердили наявність статистично значущих взаємозв’язків між усіма показниками психологічної готовності. Встановлено прямі кореляційні зв’язки між мотивацією професійної діяльності, життєстійкістю та саморегуляцією поведінки, що свідчить про інтегрований характер психологічної готовності та взаємозумовленість її структурних компонентів. Виявлено статистично значущі зворотні кореляційні зв’язки між професійним вигоранням і всіма компонентами психологічної готовності, зокрема саморегуляцією та життєстійкістю. Це дозволяє розглядати психологічну готовність як важливий захисний чинник, що знижує ризик психоемоційного виснаження та професійної дезадаптації поліцейських.

Таким чином, результати емпіричного дослідження підтверджують теоретичні положення щодо ролі психологічної готовності як інтегральної характеристики особистості, що забезпечує професійну ефективність і психологічну надійність поліцейських. Отримані дані слугують емпіричним

підґрунтям для розробки психологічних рекомендацій, спрямованих на розвиток мотиваційної стійкості, емоційно-вольової регуляції та навичок саморегуляції поведінки, що буде представлено в третьому розділі магістерської роботи.

РОЗДІЛ ІІІ. ПСИХОЛОГІЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ

3.1. Основні напрями психологічного забезпечення формування готовності поліцейських

Формування психологічної готовності поліцейських до професійної діяльності є складним і багатовимірним процесом, що потребує цілеспрямованого психологічного забезпечення на всіх етапах професійної підготовки. З огляду на результати теоретичного аналізу та емпіричного дослідження, психологічне забезпечення формування готовності поліцейських доцільно розглядати як систему науково обґрунтованих заходів, спрямованих на розвиток мотиваційних, емоційно-вольових і регулятивних ресурсів особистості, необхідних для ефективного виконання службових завдань. Психологічне забезпечення формування готовності поліцейських має ґрунтуватися на принципах системності, науковості, особистісно орієнтованого підходу та профілактичної спрямованості. Такий підхід передбачає не лише корекцію вже наявних труднощів, а й попередження розвитку дезадаптивних форм реагування, професійного вигорання та психоемоційного виснаження.

1. Мотиваційно-ціннісний напрям психологічного забезпечення.

Одним із провідних і системоутворювальних напрямів психологічного забезпечення формування готовності поліцейських до професійної діяльності є розвиток мотиваційно-ціннісної сфери особистості. Саме цей напрям виступає базою для активізації інших компонентів психологічної готовності, оскільки визначає спрямованість професійної діяльності, рівень внутрішньої залученості та відповідальності за результати службових дій.

Формування стійкої внутрішньої професійної мотивації, усвідомлення соціальної значущості діяльності поліцейського та прийняття професійних

цінностей є необхідною умовою розвитку психологічної готовності та професіоналізму. Внутрішня мотивація забезпечує готовність до виконання службових обов'язків не лише з огляду на зовнішні вимоги чи регламент, а як результат усвідомленого вибору професійної ролі та її особистісного прийняття. За таких умов професійна діяльність набуває для поліцейського ціннісно-смислового характеру, що підвищує її психологічну стійкість та ефективність. Мотиваційно-ціннісний напрям психологічного забезпечення має бути спрямований на формування позитивного та реалістичного образу професії поліцейського, розвиток професійної ідентичності та усвідомлення особистісного сенсу службової діяльності. Важливим завданням є формування відповідального ставлення до професійних обов'язків, розуміння правових і морально-етичних основ поліцейської діяльності, а також готовності діяти в інтересах суспільства навіть у складних і стресових ситуаціях.

Психологічна робота в межах цього напряму передбачає створення умов для рефлексії власних мотивів професійного вибору, аналізу індивідуальних ціннісних орієнтацій та їх узгодження з професійними цінностями правоохоронної діяльності. Така робота сприяє переходу від переважно зовнішньої мотивації (орієнтації на статус, матеріальні стимули або соціальне схвалення) до внутрішньо вмотивованої професійної поведінки, що є більш стійкою та психологічно адаптивною.

Ефективними засобами реалізації мотиваційно-ціннісного напряму є психологічні тренінги професійної мотивації, рефлексивні та дискусійні заняття, спрямовані на осмислення професійного досвіду, а також аналіз професійно значущих ситуацій і кейсів, що відображають реальні умови діяльності поліцейського. Значний потенціал мають методи групового обговорення, рольові ігри, зустрічі з досвідченими працівниками поліції, які сприяють передачі професійних цінностей і формуванню позитивних професійних орієнтирів.

Таким чином, мотиваційно-ціннісний напрям психологічного забезпечення виступає фундаментом формування психологічної готовності поліцейських, оскільки забезпечує внутрішню спрямованість на професійну діяльність, стійкість професійної мотивації та прийняття професійних цінностей як особистісно значущих. Його цілеспрямована реалізація у процесі професійної підготовки створює передумови для розвитку професіоналізму, психологічної надійності та відповідального виконання службових обов'язків.

2. Емоційно-вольовий напрям психологічного забезпечення.

Другим надзвичайно важливим напрямом психологічного забезпечення формування готовності поліцейських до професійної діяльності є розвиток емоційно-вольової готовності, яка включає формування життєстійкості, стресостійкості, емоційної стабільності, витримки та здатності до подолання складних, кризових і потенційно небезпечних ситуацій. Саме емоційно-вольовий компонент забезпечує можливість ефективного функціонування особистості в умовах підвищеного психоемоційного навантаження, невизначеності та ризику, що є характерними для професійної діяльності поліцейського.

З огляду на екстремальний характер службових завдань, постійні контакти з агресією, конфліктами, людськими стражданнями, а також необхідність прийняття відповідальних рішень у дефіциті часу, емоційно-вольова готовність виступає одним із ключових чинників психологічної надійності поліцейських. Вона забезпечує здатність контролювати власні емоційні реакції, підтримувати внутрішню рівновагу, діяти рішуче та зібрано навіть у ситуаціях високої напруженості, не допускаючи імпульсивних або дезадаптивних форм поведінки. Психологічне забезпечення в межах цього напряму передбачає цілеспрямоване навчання поліцейських навичкам управління емоційними станами, розвитку вольової регуляції та формування адаптивних копінг-стратегій. Особливу увагу доцільно приділяти формуванню здатності до усвідомлення власних емоцій, їх своєчасного розпізнавання та конструктивного опрацювання, що сприяє

зниженню рівня психоемоційного напруження та підвищенню стійкості до стресових впливів.

Важливим завданням емоційно-вольового напряму є профілактика професійного вигорання, яке, як показали результати емпіричного дослідження, має тісний зворотний зв'язок із рівнем життєстійкості та сформованістю емоційно-вольових ресурсів. Формування навичок ефективного подолання стресу, здатності до психологічного відновлення та збереження внутрішніх ресурсів сприяє зниженню ризику психоемоційного виснаження та професійної дезадаптації. Доцільним у межах цього напряму є використання тренінгів розвитку стресостійкості та життєстійкості, спрямованих на формування активної позиції щодо подолання труднощів, розвитку почуття контролю над професійними ситуаціями та прийняття професійних викликів як можливостей для особистісного й професійного зростання. Ефективними є також релаксаційні та дихальні техніки, які допомагають знижувати рівень фізіологічного та емоційного напруження, відновлювати працездатність і підтримувати оптимальний психоемоційний стан.

Важливе місце в психологічному забезпеченні цього напряму займають елементи когнітивно-поведінкової психології, зокрема робота з дезадаптивними переконаннями, розвиток навичок когнітивного переосмислення стресових ситуацій і формування більш конструктивних моделей реагування. Доповненням до цього є навчання методам психологічної самодопомоги, які можуть використовуватися поліцейськими безпосередньо в умовах службової діяльності для швидкої стабілізації емоційного стану.

Таким чином, емоційно-вольовий напрям психологічного забезпечення спрямований на розвиток внутрішніх ресурсів особистості, що забезпечують психологічну стійкість, надійність і здатність до ефективного виконання професійних обов'язків у складних і стресових умовах. Його системна реалізація у процесі професійної підготовки та подальшої службової діяльності є необхідною

умовою формування психологічної готовності та довготривалого збереження професійної ефективності поліцейських.

3. Регулятивно-поведінковий напрям психологічного забезпечення.

Важливим і невід'ємним складником формування психологічної готовності поліцейських до професійної діяльності є розвиток регулятивно-поведінкових механізмів, які забезпечують свідому організацію діяльності, узгодженість дій та адаптацію до змінних умов службового середовища. Регулятивний компонент психологічної готовності визначає здатність особистості ефективно управляти власною поведінкою, психічними станами та професійною активністю відповідно до поставлених завдань і нормативних вимог.

Здатність до саморегуляції, планування, прогнозування наслідків власних дій та своєчасної корекції поведінки є необхідною умовою ефективної професійної діяльності поліцейського в умовах невизначеності, дефіциту часу та підвищеної відповідальності. Саме регулятивні механізми дозволяють поліцейському зберігати цілеспрямованість діяльності, контролювати імпульсивні реакції, адекватно оцінювати ситуацію та приймати зважені рішення навіть у складних і стресових умовах.

Регулятивно-поведінковий напрям психологічного забезпечення має бути спрямований на формування навичок усвідомленого самоконтролю, розвитку здатності до постановки реалістичних цілей, вибору оптимальних способів їх досягнення та оцінювання результатів власних дій. Важливим завданням є також розвиток гнучкості поведінки, що передбачає здатність швидко адаптуватися до змінних обставин, коригувати стратегії дій і зберігати ефективність у нестандартних професійних ситуаціях.

Особливу роль у межах цього напряму відіграє формування відповідальності за професійні дії та їх наслідки, що є базовою професійною якістю поліцейського. Усвідомлене прийняття рішень і готовність нести відповідальність за їх реалізацію

сприяють підвищенню професійної надійності та зниженню ризику помилкових або імпульсивних дій у процесі службової діяльності.

Психологічне забезпечення регулятивно-поведінкового напряму доцільно реалізовувати через тренінгові програми з розвитку саморегуляції, які включають вправи на формування навичок планування, цілепокладання, самоконтролю та рефлексії. Ефективним є моделювання професійних ситуацій, що дозволяє відпрацьовувати алгоритми поведінки в умовах, максимально наближених до реальних службових завдань, а також рольові ігри, спрямовані на розвиток навичок прийняття рішень і поведінкової гнучкості. Додатково доцільним є використання вправ, спрямованих на розвиток самоспостереження та самокорекції, які сприяють підвищенню усвідомленості власних дій і психічних станів. Такий підхід дозволяє поліцейським не лише ефективніше управляти власною поведінкою, а й попереджати розвиток психоемоційного напруження та професійної дезадаптації.

Таким чином, регулятивно-поведінковий напрям психологічного забезпечення спрямований на формування здатності поліцейських до свідомого управління власною діяльністю та поведінкою, що забезпечує ефективне виконання службових обов’язків, психологічну надійність і стійкість у складних умовах професійної діяльності. Його системна реалізація є важливою умовою розвитку психологічної готовності та професіоналізму поліцейських у цілому.

4. Профілактично-підтримувальний напрям психологічного забезпечення.

Окреме, принципово важливе місце у системі психологічного забезпечення професійної діяльності поліцейських посідає профілактично-підтримувальний напрям, спрямований на збереження психічного здоров’я, підтримання психологічної стійкості та попередження професійної дезадаптації. На відміну від корекційних заходів, які застосовуються вже за наявності виражених психологічних труднощів, профілактично-підтримувальний напрям має

превентивний характер і орієнтований на раннє виявлення ризиків та підтримку оптимального функціонування особистості в професійному середовищі.

З огляду на виявлені у дослідженні статистично значущі зворотні зв’язки між рівнем психологічної готовності та професійним вигоранням, особливої актуальності набуває впровадження системи ранньої психологічної діагностики та своєчасної психологічної підтримки поліцейських. Регулярний психологічний моніторинг дозволяє своєчасно виявляти ознаки психоемоційного напруження, зниження мотивації, порушення емоційної регуляції або регулятивних механізмів поведінки, що можуть у подальшому призводити до професійної дезадаптації.

Профілактично-підтримувальний напрям передбачає систематичне проведення психодіагностичних обстежень на різних етапах професійної підготовки та службової діяльності, зокрема під час навчання у закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання, адаптації до служби та виконання професійних завдань підвищеної складності. Такий підхід дає змогу не лише фіксувати поточний стан психологічної готовності, а й відстежувати її динаміку та ефективність психологічного супроводу.

Важливим складником цього напряму є індивідуальна психологічна підтримка, яка реалізується у формі консультацій, психологічного консультування та, за потреби, психокорекційної роботи. Індивідуальний підхід дозволяє враховувати особистісні особливості поліцейських, специфіку переживаних професійних труднощів та рівень сформованості психологічної готовності, що підвищує ефективність психологічної допомоги. Не менш значущою є організація груп підтримки та групових форм психологічної роботи, які сприяють розвитку навичок емоційного обміну, взаємної підтримки та формуванню відчуття професійної спільності. Групові форми роботи знижують рівень ізоляції, сприяють нормалізації переживань і формують більш адаптивні стратегії реагування на професійні труднощі.

Особливу увагу в межах профілактично-підтримувального напряму доцільно приділяти курсантам і молодим поліцейським, які перебувають на етапі професійної адаптації та є найбільш уразливими до психоемоційних перевантажень. Упровадження програм психологічного супроводу на ранніх етапах професійного становлення сприяє формуванню стабільної психологічної готовності, розвитку адаптивних копінг-стратегій і запобіганню формуванню дезадаптивних моделей професійної поведінки. Саме профілактично-підтримувальний напрям психологічного забезпечення створює умови для своєчасного виявлення психологічних ризиків, збереження психічного здоров'я та підтримання стабільного рівня психологічної готовності поліцейських. Його системна реалізація є необхідною умовою забезпечення психологічної надійності, довготривалої професійної ефективності та попередження професійної дезадаптації в умовах складної та емоційно насиченої правоохоронної діяльності.

Таким чином, основні напрями психологічного забезпечення формування готовності поліцейських охоплюють мотиваційно-ціннісний, емоційно-вольовий, регулятивно-поведінковий та профілактично-підтримувальний компоненти. Їх системна реалізація створює умови для розвитку психологічної готовності як інтегральної характеристики особистості, що забезпечує професіоналізм, психологічну надійність і ефективність діяльності поліцейських.

3.2. Психологічні рекомендації щодо розвитку компонентів психологічної готовності

Результати теоретичного аналізу та емпіричного дослідження засвідчили, що психологічна готовність поліцейських є інтегральним особистісним утворенням, сформованість якого визначається рівнем розвитку мотиваційного, емоційно-вольового та регулятивного компонентів. Виявлена перевага середнього рівня психологічної готовності у більшості курсантів, а також наявність груп із

низькими показниками за окремими компонентами, зумовлює необхідність розробки цілеспрямованих психологічних рекомендацій, спрямованих на оптимізацію процесу професійної підготовки.

1. Рекомендації щодо розвитку мотиваційного компонента психологічної готовності.

З метою підвищення рівня мотиваційної готовності поліцейських до професійної діяльності доцільно зосередити психологічну роботу на формуванні внутрішньої професійної мотивації, усвідомленні соціальної значущості професії поліцейського та розвитку ціннісного, відповідального ставлення до службової діяльності. Саме мотиваційний компонент психологічної готовності виступає базою для активізації емоційно-вольових і регулятивних ресурсів особистості, визначає стійкість професійної спрямованості та рівень професійної залученості.

Формування внутрішньої професійної мотивації передбачає перехід від переважно зовнішніх стимулів (статус, матеріальне заохочення, соціальне схвалення) до усвідомленого прийняття професійних цінностей і норм правоохоронної діяльності. Така мотивація є більш стабільною, менш залежною від ситуативних чинників і сприяє збереженню професійної ефективності в умовах підвищених вимог та психоемоційного навантаження.

У межах цього напряму рекомендується: упроваджувати психоосвітні заняття, спрямовані на формування професійної ідентичності, усвідомлення ролі поліцейського у забезпеченні громадської безпеки, правопорядку та захисту прав і свобод громадян; такі заняття сприяють осмисленню соціальної місії професії та підвищенню її суб’єктивної значущості для особистості; використовувати методи рефлексивного аналізу професійних ситуацій, які дозволяють курсантам осмислити власні мотиви професійного вибору, співвіднести особистісні цінності з професійними вимогами та усвідомити особистісний сенс службової діяльності; рефлексія сприяє формуванню відповідального ставлення до професійних рішень і дій; залучати курсантів до професійно орієнтованих дискусій, зустрічей із

досвідченими працівниками поліції, наставниками та практиками, а також до аналізу успішних професійних кейсів, що дозволяє переймати позитивні зразки професійної поведінки, ціннісні орієнтири та реалістичні уявлення про професійну діяльність; стимулювати розвиток внутрішньої мотивації шляхом постановки індивідуальних професійних цілей, формування навичок самопланування та регулярного оцінювання особистісного і професійного прогресу; такий підхід сприяє підвищенню відчуття відповідальності за власний розвиток і формує активну професійну позицію.

Реалізація зазначених рекомендацій у процесі професійної підготовки та психологічного супроводу поліцейських сприятиме формуванню стійкої внутрішньої професійної мотивації, розвитку професійної ідентичності та підвищенню рівня психологічної готовності до виконання службових обов'язків. У довгостроковій перспективі це створює психологічне підґрунтя для формування професіоналізму, психологічної надійності та відповідального ставлення до службової діяльності.

2. Рекомендації щодо розвитку емоційно-вольового компонента психологічної готовності.

З огляду на виявлену в емпіричному дослідженні неоднорідність рівнів життєстійкості курсантів та її статистично підтверджену значущу роль у профілактиці професійного вигорання, особливу увагу доцільно приділити цілеспрямованому розвитку емоційно-вольової регуляції як ключового компонента психологічної готовності поліцейських. Саме емоційно-вольовий компонент забезпечує здатність особистості зберігати психологічну рівновагу, контролювати емоційні реакції та мобілізувати внутрішні ресурси в умовах підвищеного стресу та професійного ризику.

Розвиток емоційно-вольової готовності має бути спрямований на формування стресостійкості, витримки, емоційної стабільності та здатності до подолання складних і кризових ситуацій, які є невід'ємною частиною професійної

діяльності поліцейського. У межах цього напряму психологічної роботи рекомендується: проводити тренінги розвитку стресостійкості та життєстійкості, спрямовані на формування адаптивних копінг-стратегій, розвитку активної позиції щодо подолання труднощів, усвідомлення власних ресурсів і здатності приймати професійні виклики без надмірного психоемоційного виснаження; навчати курсантів методам емоційної саморегуляції, зокрема дихальним технікам, м'язовій релаксації, технікам усвідомленості та самоспостереження, які дозволяють оперативно знижувати рівень психоемоційного напруження, стабілізувати емоційний стан і відновлювати працездатність у процесі службової діяльності; використовувати елементи когнітивно-поведінкових підходів, спрямовані на розвиток навичок конструктивного переосмислення стресових і конфліктних ситуацій, корекцію дезадаптивних переконань, формування більш гнучких і реалістичних способів оцінки професійних подій та власних можливостей; впроваджувати групові заняття психологічної підтримки, які сприяють зниженню психоемоційного напруження, розвитку навичок емоційного обміну та взаємної підтримки, а також нормалізації переживань, пов'язаних із професійними труднощами й стресовими навантаженнями; формувати навички вольової регуляції, зокрема витримки, наполегливості та здатності до цілеспрямованих дій у складних умовах, що є важливою передумовою психологічної надійності та професійної ефективності поліцейських.

Реалізація зазначених рекомендацій у процесі професійної підготовки та психологічного супроводу поліцейських сприятиме підвищенню рівня емоційно-вольової готовності, зниженню ризику професійного вигорання та формуванню здатності до ефективного функціонування в умовах хронічного стресу. У довгостроковій перспективі це забезпечує збереження психічного здоров'я, підвищення психологічної надійності та стійкості поліцейських до негативних впливів професійного середовища.

3. Рекомендації щодо розвитку регулятивного компонента психологічної готовності.

Зважаючи на те, що саморегуляція поведінки за результатами емпіричного дослідження виявилася одним із провідних і системоутворювальних чинників психологічної готовності поліцейських, доцільно спрямувати психологічне забезпечення професійної підготовки на цілеспрямований розвиток регулятивних навичок. Регулятивний компонент психологічної готовності забезпечує свідому організацію професійної діяльності, узгодженість дій, контроль власної поведінки та здатність адаптуватися до змінних і непередбачуваних умов службової діяльності.

Розвиток регулятивної готовності передбачає формування здатності до планування, цілепокладання, прогнозування наслідків професійних рішень, самоконтролю та своєчасної корекції власних дій. Саме ці навички дозволяють поліцейському ефективно діяти в умовах невизначеності, дефіциту часу та підвищеної відповідальності, мінімізуючи ризик імпульсивних або помилкових рішень.

У межах розвитку регулятивного компонента психологічної готовності рекомендується: упроваджувати тренінги розвитку саморегуляції, спрямовані на формування навичок усвідомленого планування діяльності, постановки реалістичних професійних цілей, контролю за процесом їх досягнення та оцінювання результатів власних дій; такі тренінги сприяють підвищенню відповідальності та внутрішньої організованості курсантів; використовувати моделювання професійних ситуацій і рольові ігри, які дозволяють відпрацьовувати навички прийняття рішень в умовах невизначеності, ризику та підвищеної емоційної напруженості; моделювання сприяє формуванню здатності до швидкої орієнтації в ситуації та вибору оптимальних стратегій поведінки; навчати курсантів методам самоспостереження та самокорекції поведінки, що дозволяє підвищити рівень усвідомленості власних дій, психічних станів і поведінкових

реакцій, а також своєчасно коригувати дезадаптивні форми реагування; формувати навички гнучкого реагування на змінні умови професійної діяльності, здатність адаптувати стратегії поведінки залежно від ситуації та зберігати ефективність у нестандартних і кризових обставинах; розвивати відповідальність за результати професійних дій, що передбачає усвідомлене прийняття рішень, готовність нести відповідальність за їх наслідки та здатність аналізувати власні помилки з метою подальшого професійного зростання.

Реалізація зазначених рекомендацій у процесі професійної підготовки та психологічного супроводу поліцейських сприятиме підвищенню рівня регулятивної готовності, розвитку навичок самоконтролю та усвідомленого управління власною поведінкою. У довгостроковій перспективі це забезпечує зростання професійної надійності, зниження ризику помилкових рішень і підвищення загального рівня психологічної готовності поліцейських до виконання службових обов'язків.

4. Загальні рекомендації щодо комплексного розвитку психологічної готовності.

Забезпечення високого рівня психологічної готовності поліцейських до професійної діяльності потребує системного, комплексного та безперервного підходу, що охоплює всі етапи професійної підготовки й адаптації до службової діяльності. Психологічна готовність не формується одномоментно, а є результатом тривалого процесу розвитку мотиваційних, емоційно-вольових і регулятивних ресурсів особистості, тому психологічне забезпечення має бути інтегрованим у загальну систему професійної освіти та службового супроводу.

Для забезпечення системного розвитку психологічної готовності поліцейських доцільно: здійснювати регулярний психологічний моніторинг рівнів сформованості психологічної готовності та її структурних компонентів на різних етапах професійної підготовки, зокрема під час навчання курсантів, періоду професійної адаптації та початкових етапів самостійної службової діяльності;

такий моніторинг дозволяє своєчасно виявляти психологічні ризики, оцінювати динаміку розвитку та коригувати напрями психологічної роботи; поєднувати групові та індивідуальні форми психологічної роботи, що забезпечує як розвиток загальних професійно значущих навичок (через тренінги, групові заняття, дискусії), так і врахування індивідуальних особливостей, потреб і труднощів поліцейських у межах консультаційної та корекційної роботи; інтегрувати психологічні тренінги та психоосвітні заходи у навчально-професійний процес, що сприяє формуванню психологічної готовності як невід'ємної складової професійної компетентності, а не як додаткового або факультативного елементу підготовки; забезпечувати безперервність психологічного супроводу курсантів і молодих фахівців, особливо на етапах професійної адаптації, коли ризик психоемоційного напруження, зниження мотивації та професійної дезадаптації є найбільш високим; безперервний супровід сприяє стабілізації психологічного стану та формуванню стійкої професійної позиції; забезпечувати взаємодію психологів із керівним складом і викладачами, що дозволяє створювати психологічно безпечне професійне середовище, узгоджувати виховні та навчальні впливи й підвищувати ефективність психологічного забезпечення в цілому; орієнтувати психологічну роботу на розвиток ресурсного потенціалу особистості, а не лише на подолання труднощів, що сприяє формуванню активної, відповідальної та психологічно зрілої професійної позиції поліцейських.

Загальні рекомендації щодо комплексного розвитку психологічної готовності передбачають системну організацію психологічного забезпечення, що інтегрує діагностичні, розвивальні, профілактичні та підтримувальні заходи. Реалізація такого підходу у процесі професійної підготовки та службової діяльності сприятиме підвищенню рівня психологічної готовності поліцейських, формуванню професіоналізму, психологічної надійності та зниженню ризику професійної дезадаптації.

Таким чином, запропоновані психологічні рекомендації спрямовані на розвиток ключових компонентів психологічної готовності поліцейських і враховують результати емпіричного дослідження. Їх реалізація у процесі професійної підготовки сприятиме підвищенню рівня психологічної готовності, формуванню професіоналізму та зниженню ризику психоемоційного виснаження в майбутній службовій діяльності.

3.3. Профілактика професійного вигорання та психоемоційної дезадаптації поліцейських

Профілактика професійного вигорання та психоемоційної дезадаптації поліцейських є одним із пріоритетних напрямів психологічного забезпечення професійної діяльності в системі правоохоронних органів. Екстремальний характер службових завдань, високий рівень відповідальності, постійна взаємодія з конфліктними та кризовими ситуаціями зумовлюють підвищений ризик психоемоційного виснаження, що може негативно позначатися як на професійній ефективності, так і на психічному здоров'ї працівників поліції. Результати проведеного емпіричного дослідження підтвердили наявність статистично значущих зворотних зв'язків між рівнем психологічної готовності та показниками професійного вигорання, що свідчить про захисну роль психологічної готовності щодо розвитку психоемоційної дезадаптації. У зв'язку з цим профілактика професійного вигорання доцільно розглядати як складову системи формування психологічної готовності поліцейських.

1. Основні напрями профілактики професійного вигорання.

Одним із ключових і базових напрямів профілактики професійного вигорання поліцейських є рання психологічна діагностика, спрямована на своєчасне виявлення ознак психоемоційного напруження, зниження професійної мотивації, емоційної виснаженості, деперсоналізації та формування

дезадаптивних форм реагування. Своєчасна діагностика дозволяє не лише зафіксувати наявність або відсутність проявів професійного вигорання, а й визначити групи підвищеного психологічного ризику, які потребують особливої уваги з боку психологічної служби. Регулярне використання психодіагностичних методик у процесі професійної підготовки та подальшої службової діяльності дає змогу відстежувати динаміку психологічного стану поліцейських, виявляти тенденції до накопичення психоемоційного напруження та своєчасно коригувати психологічний супровід. Такий підхід сприяє переходу від реактивної моделі психологічної допомоги до превентивної, орієнтованої на збереження психологічного здоров'я та професійної ефективності.

Важливим напрямом профілактики професійного вигорання є психологічна профілактика на етапі професійної підготовки, що передбачає формування у курсантів адекватних і реалістичних уявлень про специфіку, складність і психоемоційні виклики професійної діяльності поліцейського. Усвідомлення реальних професійних труднощів дозволяє знизити рівень фрустрації, який часто виникає внаслідок невідповідності між очікуваннями та реальними умовами служби. У межах цього напряму особливого значення набуває розвиток реалістичних професійних очікувань, формування готовності до зіткнення зі стресовими та кризовими ситуаціями, а також опанування базових навичок психологічної самодопомоги. Навчання курсантів методам саморегуляції, управління емоційними станами та відновлення психологічних ресурсів створює основу для зниження ризику професійного вигорання на ранніх етапах професійного становлення.

Крім того, психологічна профілактика сприяє зниженню ризику формування професійних ілюзій, надмірних або нереалістичних очікувань щодо власних можливостей і результатів діяльності. Формування адекватної професійної самооцінки та розуміння меж власних ресурсів підвищує стійкість поліцейських

до стресових впливів і сприяє збереженню психоемоційної рівноваги в умовах інтенсивної службової діяльності.

Таким чином, рання психологічна діагностика та психологічна профілактика на етапі професійної підготовки є взаємопов'язаними й взаємодоповнювальними напрямами профілактики професійного вигорання. Їх системна реалізація створює передумови для своєчасного виявлення психологічних ризиків, підтримання оптимального рівня психологічної готовності та збереження психічного здоров'я поліцейських упродовж усього професійного шляху.

2. Розвиток ресурсів психологічної стійкості як умова профілактики вигорання.

Профілактика професійного вигорання поліцейських має бути спрямована не лише на зниження впливу стресогенних чинників, а передусім на цілеспрямований розвиток внутрішніх психологічних ресурсів особистості, які забезпечують стійкість до тривалих психоемоційних навантажень і здатність до ефективного відновлення. До таких ресурсів належать життєстійкість, емоційно-вольова регуляція та навички саморегуляції поведінки, які виконують захисну функцію щодо психоемоційного виснаження та професійної дезадаптації. Життєстійкість виступає одним із ключових ресурсів психологічної стійкості, оскільки визначає здатність поліцейського зберігати активну життєву позицію, відчуття контролю над професійними подіями та готовність приймати професійні виклики як умову особистісного й професійного розвитку. Високий рівень життєстійкості сприяє формуванню позитивного ставлення до труднощів, зменшує інтенсивність негативних емоційних переживань і підвищує здатність до адаптації в складних умовах службової діяльності.

Не менш важливим ресурсом є емоційно-вольова регуляція, яка забезпечує контроль емоційних реакцій, витримку, здатність до мобілізації внутрішніх ресурсів і підтримання психологічної рівноваги в умовах стресу. Розвинена емоційно-вольова регуляція дозволяє поліцейським уникати імпульсивних

реакцій, знижує ризик хронічного емоційного напруження та сприяє збереженню професійної мотивації впродовж тривалого часу.

Навички саморегуляції поведінки виконують інтегративну функцію, поєднуючи когнітивні, емоційні та вольові аспекти психологічної готовності. Вони забезпечують здатність поліцейського ефективно планувати професійну діяльність, раціонально розподіляти психоемоційне навантаження, своєчасно відновлювати внутрішні ресурси та коригувати власну поведінку відповідно до змінних умов професійного середовища. Розвинені навички саморегуляції знижують імовірність накопичення психоемоційного виснаження та сприяють підтриманню стабільного рівня професійної ефективності.

З метою розвитку зазначених ресурсів доцільним є впровадження спеціалізованих тренінгових програм, спрямованих на розвиток стресостійкості, управління емоційними станами та формування адаптивних копінг-стратегій. Такі програми можуть включати елементи психоосвіти, тренування навичок емоційної саморегуляції, когнітивного переосмислення стресових ситуацій і формування активних стратегій подолання професійних труднощів. Особливу роль відіграють тренінги з розвитку саморегуляції, які навчають поліцейських ефективно розподіляти психоемоційне навантаження, поєднувати періоди напруженої діяльності з відновленням, а також використовувати індивідуально значущі способи психологічного відновлення. Формування таких навичок сприяє не лише профілактиці професійного вигорання, а й підвищенню загального рівня психологічної готовності та професійної надійності.

Таким чином, розвиток ресурсів психологічної стійкості виступає важливою умовою профілактики професійного вигорання поліцейських. Системна робота, спрямована на формування життєстійкості, емоційно-вольової регуляції та саморегуляції поведінки, створює передумови для збереження психічного здоров’я, підтримання професійної мотивації та ефективного функціонування в умовах високого психоемоційного навантаження.

3. Організаційно-психологічні заходи профілактики дезадаптації.

Профілактика психоемоційної дезадаптації поліцейських не може обмежуватися виключно індивідуальною психологічною роботою, оскільки значну роль у формуванні психоемоційного стану відіграють умови організації професійної діяльності та соціально-психологічний клімат у підрозділі. У цьому контексті особливого значення набувають організаційно-психологічні заходи, спрямовані на створення психологічно безпечного, підтримувального та ресурсного професійного середовища.

До ключових організаційно-психологічних заходів профілактики дезадаптації належить оптимізація режиму служби, яка передбачає раціональний розподіл навантаження, дотримання режимів праці та відпочинку, запобігання хронічному перевантаженню та монотонності діяльності. Надмірне або нерегламентоване службове навантаження призводить до накопичення психоемоційного виснаження, зниження професійної мотивації та підвищує ризик дезадаптивних форм реагування.

Важливим елементом організаційної профілактики є забезпечення можливостей для психологічного розвантаження та відновлення, що може включати створення умов для короткочасного відпочинку, використання кімнат психологічного розвантаження, впровадження відновлювальних заходів у межах робочого часу. Такі умови сприяють зниженню рівня емоційного напруження, підтриманню працездатності та попередженню розвитку хронічного стресу.

Суттєве значення має формування підтримувального професійного мікроклімату, який ґрунтується на взаємоповазі, довірі, взаємодопомозі та відчутті психологічної безпеки у колективі. Позитивний соціально-психологічний клімат знижує рівень міжособистісних конфліктів, сприяє емоційній стабільності та підвищує задоволеність професійною діяльністю. Не менш важливим чинником профілактики дезадаптації є розвиток командної взаємодії, що передбачає формування згуртованості підрозділу, чіткий розподіл ролей, взаємну

відповідальність та підтримку у складних службових ситуаціях. Командна робота знижує суб'єктивне відчуття перевантаження, сприяє розподілу психоемоційної напруги та підвищує впевненість у власних професійних можливостях.

Особливу роль у системі організаційно-психологічної профілактики відіграє психологічна підтримка з боку керівництва. Визнання професійних досягнень, справедлива та об'єктивна оцінка діяльності, відкритість до зворотного зв'язку й готовність до діалогу створюють умови для формування довіри та зниження психологічної напруженості. Підтримувальний стиль керівництва сприяє підвищенню професійної мотивації, відповідальності та психологічної стабільності особового складу. Відкриті канали комунікації між керівництвом і підлеглими дозволяють своєчасно виявляти проблемні аспекти професійної діяльності, попереджати розвиток напружених ситуацій і створюють умови для конструктивного розв'язання конфліктів. Такий підхід знижує ризик формування дезадаптивних форм поведінки та сприяє збереженню психологічної готовності на стабільному рівні.

Таким чином, організаційно-психологічні заходи профілактики психоемоційної дезадаптації є важливим складником системи психологічного забезпечення діяльності поліцейських. Створення психологічно безпечного професійного середовища, підтримувального мікроклімату та ефективної командної взаємодії сприяє зниженню рівня психоемоційного напруження, збереженню професійної мотивації та забезпечує довготривалу психологічну надійність і професіоналізм поліцейських.

4. Індивідуальна психологічна підтримка.

Окреме, надзвичайно важливе місце у системі профілактики професійного вигорання та психоемоційної дезадаптації поліцейських посідає індивідуальна психологічна підтримка, яка реалізується у формах психологічного консультування, психокорекційної роботи та кризової психологічної допомоги. На відміну від групових форм роботи, індивідуальна психологічна підтримка

дозволяє максимально враховувати унікальні особистісні особливості поліцейських, рівень сформованості їхньої психологічної готовності, життєвий і професійний досвід, а також специфіку переживаних труднощів і стресових ситуацій.

Індивідуальна психологічна робота створює умови для поглибленого аналізу психологічного стану, виявлення внутрішніх конфліктів, емоційних напружень і дезадаптивних переконань, що можуть лежати в основі професійного вигорання. Психологічні консультації сприяють усвідомленню поліцейськими власних переживань, емоційних реакцій і поведінкових стратегій, що підвищує рівень саморефлексії та відповідальності за власний психологічний стан.

Важливим складником індивідуальної психологічної підтримки є психокорекційна робота, спрямована на корекцію дезадаптивних способів реагування, формування більш конструктивних моделей поведінки та розвиток навичок емоційної і поведінкової саморегуляції. Психокорекційні заходи дозволяють не лише зменшити прояви психоемоційного виснаження, а й підвищити загальний рівень психологічної готовності до професійної діяльності.

Особливого значення набуває кризова психологічна підтримка, яка застосовується у випадках гострих психоемоційних станів, переживання травматичних подій, професійних невдач або особистісних криз. Своєчасне надання кризової допомоги дозволяє запобігти розвитку тривалих дезадаптивних станів, зменшити інтенсивність негативних переживань і відновити базовий рівень психологічної стабільності. Індивідуальна психологічна підтримка сприяє своєчасному подоланню кризових станів, відновленню внутрішніх психологічних ресурсів і збереженню професійної мотивації. Вона відіграє важливу роль у запобіганні переходу тимчасових труднощів і ситуативних емоційних порушень у стійкі форми психоемоційної дезадаптації та професійного вигорання. Індивідуальна психологічна підтримка є необхідним складником комплексної системи профілактики професійного вигорання поліцейських. Її системне

впровадження у діяльність психологічної служби забезпечує персоналізований підхід до збереження психічного здоров'я, підвищення рівня психологічної готовності та підтримання професійної надійності поліцейських упродовж усього професійного шляху.

Таким чином, профілактика професійного вигорання та психоемоційної дезадаптації поліцейських має здійснюватися як системний і безперервний процес, інтегрований у загальну систему психологічного забезпечення професійної діяльності. Реалізація комплексу психодіагностичних, тренінгових, організаційно-психологічних і консультативних заходів сприятиме збереженню психічного здоров'я поліцейських, підвищенню рівня їхньої психологічної готовності та формуванню стійкого професіоналізму.

Висновки до третього розділу

У третьому розділі магістерської роботи було розроблено та науково обґрунтовано систему психологічних рекомендацій, спрямованих на формування та розвиток психологічної готовності поліцейських до професійної діяльності, а також на профілактику професійного вигорання та психоемоційної дезадаптації.

Визначено, що психологічне забезпечення формування готовності поліцейських має здійснюватися як цілісний і системний процес, що охоплює мотиваційно-ціннісний, емоційно-вольовий, регулятивно-поведінковий та профілактично-підтримувальний напрями. Реалізація зазначених напрямів створює умови для узгодження внутрішніх психологічних ресурсів особистості з вимогами професійної діяльності та сприяє підвищенню рівня професіоналізму.

Обґрунтовано психологічні рекомендації щодо розвитку мотиваційного компонента психологічної готовності, спрямовані на формування внутрішньої професійної мотивації, усвідомлення соціальної значущості професії поліцейського та розвиток професійної ідентичності. Реалізація цих рекомендацій

сприяє підвищенню професійної залученості та відповідального ставлення до виконання службових обов'язків.

Запропоновано комплекс рекомендацій щодо розвитку емоційно-вольового компонента психологічної готовності, зокрема життєстійкості та навичок емоційної саморегуляції. Акцент зроблено на формуванні здатності до подолання стресових ситуацій, зниженні психоемоційного напруження та профілактиці професійного вигорання, що є особливо актуальним з огляду на екстремальний характер професійної діяльності поліцейських.

Розроблено рекомендації щодо розвитку регулятивного компонента психологічної готовності, які передбачають формування навичок саморегуляції поведінки, планування, самоконтролю та корекції професійних дій. Розвиток регулятивних механізмів розглядається як необхідна умова забезпечення психологічної надійності та ефективності професійної діяльності в умовах невизначеності та підвищеної відповідальності.

Обґрунтовано доцільність впровадження системи профілактики професійного вигорання та психоемоційної дезадаптації, що включає ранню психодіагностику, розвиток внутрішніх психологічних ресурсів, організаційно-психологічні заходи та індивідуальну психологічну підтримку. Такий підхід сприяє збереженню психічного здоров'я поліцейських і підтриманню стабільного рівня їхньої психологічної готовності.

Таким чином, третій розділ магістерської роботи має прикладний характер і пропонує науково обґрунтовану систему психологічних рекомендацій, реалізація яких у процесі професійної підготовки та службової діяльності поліцейських сприятиме підвищенню рівня психологічної готовності, формуванню професіоналізму та зниженню ризику психоемоційного виснаження.

ВИСНОВКИ

У магістерській роботі здійснено комплексне теоретико-емпіричне дослідження проблеми психологічної готовності поліцейських до професійної діяльності як важливої основи формування їхнього професіоналізму та психологічної надійності.

1. У ході виконання першого завдання було здійснено ґрунтовний теоретичний аналіз наукових підходів до вивчення психологічної готовності особистості та специфіки професійної діяльності поліцейського у вітчизняній і зарубіжній психології. Встановлено, що професійна діяльність поліцейського належить до соціально значущих і психологічно складних видів діяльності, які характеризуються підвищеним рівнем відповідальності, ризику, емоційної напруженості та необхідністю оперативного прийняття рішень у нестандартних і часто екстремальних умовах. Психологічна готовність у сучасних наукових підходах розглядається як інтегральне особистісне утворення, що забезпечує ефективність діяльності, професійну надійність та здатність до саморегуляції в умовах підвищених вимог.

2. У межах реалізації другого завдання визначено структурні компоненти психологічної готовності поліцейського до професійної діяльності та обґрунтовано їхню роль у формуванні професіоналізму. Психологічну готовність поліцейського доцільно розглядати як багатокомпонентну систему, що включає мотиваційний, емоційно-вольовий і регулятивний компоненти. Мотиваційний компонент забезпечує професійну спрямованість, внутрішню залученість і усвідомлення соціальної значущості професії; емоційно-вольовий – стресостійкість, життєстійкість та здатність до подолання психоемоційних навантажень; регулятивний – свідому саморегуляцію поведінки, планування та корекцію професійних дій. Взаємодія цих компонентів створює психологічне підґрунтя професіоналізму та ефективного виконання службових завдань.

3. Виконання третього завдання дозволило емпірично дослідити рівень і особливості сформованості психологічної готовності поліцейських, а також проаналізувати її зв’язок із показниками професійної ефективності та професійно значущими особистісними характеристиками. Встановлено, що більшість курсантів характеризується середнім рівнем психологічної готовності, що є типовим для етапу професійного становлення. Виявлено статистично значущі прямі кореляційні зв’язки між мотивацією професійної діяльності, життєстійкістю та саморегуляцією поведінки, а також зворотні зв’язки між цими показниками та професійним вигоранням. Отримані результати підтвердили системний характер психологічної готовності та її захисну роль щодо психоемоційного виснаження і професійної дезадаптації.

4. У процесі реалізації четвертого завдання розроблено психологічні рекомендації, спрямовані на формування й підвищення психологічної готовності поліцейських до професійної діяльності та профілактику професійної дезадаптації. Обґрунтовано доцільність впровадження системи психологічного забезпечення, що включає розвиток мотиваційної стійкості, емоційно-вольової регуляції, навичок саморегуляції поведінки, а також заходи профілактики професійного вигорання. Запропоновані рекомендації мають прикладний характер і можуть бути використані у процесі професійної підготовки курсантів та психологічного супроводу працівників поліції.

Таким чином, результати дослідження підтверджують, що психологічна готовність є ключовим чинником професіоналізму та психологічної надійності поліцейських. Її цілеспрямований розвиток у системі професійної підготовки сприяє підвищенню ефективності службової діяльності, збереженню психічного здоров’я та зниженню ризику професійної дезадаптації.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Александров Д. О., Левенець О. А. Психологічне забезпечення оперативно-службової діяльності працівників міліції. Частина 7: Тренінгові технології формування професійно значущих якостей працівника ОВС : навч.-метод. посіб. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2015.

2. Барко В. В. Визначення ступеня психологічної готовності поліцейських : результати експериментального дослідження // Вісник Національного університету оборони України. 2022. (електронне видання).

3. Барко В. В. Психограма поліцейського підрозділів охорони вантажів і мобільних об’єктів (стаття). 2021.

4. Бедь В. В. Юридична психологія : навч. посіб. 2-ге вид., доп. і переробл. Київ : МАУП, 2004. 436 с.

5. Бех І. Д. Особистість у просторі духовного розвитку : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2012. 256 с.

6. Бочелюк В. Й. Юридична психологія : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2010.

7. Вельдбрехт О. О. Психопрофілактика та подолання синдрому емоційного вигорання (теоретичний аналіз) // Психологічний журнал «ВЕРНАДСЬКИЙ». 2021. № 6. (електронне видання).

8. Горностай П. П., Слюсаревський М. М., Татенко В. О., Титаренко Т. М., Хазратова Н. В. та ін. Основи соціальної психології : підручник для закладів вищої освіти / за ред. М. М. Слюсаревського. Київ : Талком, 2018.

9. Гудкова А. В. Бойовий досвід як фактор професійної життєстійкості працівників поліції (стаття) // Habitus. 2025. (електронне видання).

10. Євдокімова О. О., Жданова І. В., Швець Д. В. та ін. Психологія у професійній діяльності поліції : навч. посіб. / за заг. ред. В. В. Сокуренка. Харків : ХНУВС, 2018. 426 с.

11. Жигайло Н. І. Психологія професійного і духовного становлення особистості (наукова праця) // (фахове видання). 2014.

12. Закон України «Про Національну поліцію» від 02.07.2015 № 580-VIII.

13. Казміренко Л. І., Моісеєва Є. М. (ред.) Юридична психологія : підручник. Київ : КНТ, 2007. 360 с.

14. Карамушка Л. М. Психологія управління : навч. посіб. Київ : (вид-во), 2003.

15. Когут Я. М., Жидецький Ю. Ц., Кіржецький Ю. І., Гнатюк С. С., Андрусишин Р. М. та ін. Професійно-психологічна підготовка поліцейського : навч. посіб. Львів : ЛьвДУВС, 2023.

16. Кокун О. М. Психологія професійного становлення сучасного фахівця : монографія. Київ : Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2012.

17. Кокун О. М. Зміст та структура психологічної готовності фахівця до екстремальних видів діяльності // (наукове видання). 2010.

18. Колесніченко О. С. Психологічна готовність працівників МНС України до професійної діяльності в екстремальних умовах : дис. … канд. психол. наук. Харків, 2011.

19. Коломінський Н. Л. Психологія менеджменту в освіті (соціально-психологічний аспект) : монографія. Київ : МАУП, 2000.

20. Копельчак М. Стресостійкість (для фахівців, зокрема правоохоронців) : навч.-метод. видання. Львів : (вид-во), 2021.

21. Литвин В. Чинники професійної деформації поліцейських // (фахове видання НАВС). 2025. (електронне видання).

22. Макаренко П. В. Вияви професійної деформації в слідчих поліції (стаття). 2022.

23. Мирошниченко О. А. Психологічна готовність особистості до життєдіяльності в умовах Антарктики в контексті вікової періодизації : автореф. дис. … д-ра психол. наук. Острог, 2023.

24. Москаленко В. В. Соціальна психологія : підручник. 2-ге вид., випр. та доп. Київ : Центр учбової літератури, 2008. 688 с.

25. Недря К. М. Стресостійкість у роботі поліцейського : навч.-практ. посіб. Дніпро : ДДУВС, 2020. 124 с.

26. Орбан-Лембрик Л. Е. Психологія управління : навч. посіб. 2-ге вид., доп. Київ : Академвидав, 2010. 544 с.

27. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія : підручник : у 2 кн. Кн. 1. Чернівці : Книги – ХХІ, 2010.

28. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія : підручник : у 2 кн. Кн. 2. Чернівці : Книги – ХХІ, 2010.

29. Панок В. Г. Прикладна психологія. Теоретичні проблеми : монографія. Київ : Ніка-Центр, 2017. 188 с.

30. Панок В. Г. (наук. ред.), Обухівська А. Г., Острова В. Д. та ін. Психологічна служба : підручник. Київ : Ніка-Центр, 2016. 362 с.

31. Петренко С. Стрес-фактори курсантів (студентів МВС): психологічний аналіз // Молодий вчений. 2018. (електронне видання).

32. Пономаренко Т. О. Професійно-психологічна підготовка поліцейського : навч. посіб. 2025. (електронне видання).

33. Про затвердження Порядку організації системи психологічного забезпечення поліцейських… : наказ МВС України від 06.02.2019 № 88.

34. Савчин М. В. Духовний потенціал людини : монографія. Івано-Франківськ : Плай, 2001.

35. Сашуріна О. Ю. Професійна деформація працівників Національної поліції України: практико-орієнтований підхід // Південноукраїнський правничий часопис. 2023. № 2.

36. Сидоренко О. Ю. Психологічні аспекти стресостійкості працівників поліції в умовах інтенсивного професійного навантаження (стаття). 2025.

37. Тімченко О. В. Шляхи формування психологічної готовності до професійної діяльності в особливих умовах (стаття). 2020.

38. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ : Либідь, 2003. 376 с.

39. Чепелєва Н. В., Рудницька С. Ю. Психологічна характеристика особистості, здатної до самопроєктування // Педагогіка і психологія. 2018. № 1. С. 71–77.

40. Чернєй В. В., Гусарєв С. Д., Чернявський С. С. та ін. (редкол.) Актуальні питання психологічного забезпечення діяльності Національної поліції та закладів вищої освіти МВС України : матеріали VI міжвідом. наук.-практ. круглого столу (Київ, 18 квіт. 2024 р.). Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2024. 203 с.

41. Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. New York : W. H. Freeman, 1997. 604 p.

42. Blumberg D. M., Schlosser M. D., Papazoglou K., Creighton S., Kaye C. C. New directions in police academy training: A call to action // International Journal of Environmental Research and Public Health. 2019. Vol. 16(24). Article 4941.

43. Brown J. M., Campbell E. A. Stress and policing: Sources and strategies. Chichester : John Wiley & Sons, 1994. 312 p.

44. Costa P. T., McCrae R. R. Revised NEO Personality Inventory (NEO PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) professional manual. Odessa, FL : Psychological Assessment Resources, 1992.

45. Deci E. L., Ryan R. M. Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York : Plenum Press, 1985. 371 p.

46. Goleman D. Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ. New York : Bantam Books, 1995. 352 p.

47. Gross J. J. Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations // Handbook of emotion regulation / ed. by J. J. Gross. New York : Guilford Press, 2014. P. 3–20.

48. Hobfoll S. E. Stress, culture, and community: The psychology and philosophy of stress. New York : Plenum Press, 1998. 316 p.

49. Hobfoll S. E., Halbesleben J., Neveu J.-P., Westman M. Conservation of resources in the organizational context: The reality of resources and their consequences // Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior. 2018. Vol. 5. P. 103–128.

50. Klein G. Sources of power: How people make decisions. Cambridge, MA : MIT Press, 1998. 330 p.

51. Lazarus R. S. Stress and emotion: A new synthesis. New York : Springer Publishing Company, 1999. 342 p.

52. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York : Springer Publishing Company, 1984. 456 p.

53. Maslach C., Jackson S. E., Leiter M. P. Maslach Burnout Inventory manual. 3rd ed. Palo Alto, CA : Consulting Psychologists Press, 1996.

54. McCreary D. R., Thompson M. M. Development of two reliable and valid measures of stressors in policing: The operational and organizational police stress questionnaires // International Journal of Stress Management. 2006. Vol. 13(4). P. 494–518.

55. Neyroud P., Beckley A. Policing, ethics and human rights. Cullompton : Willan Publishing, 2001. 256 p.

56. Papazoglou K., Andersen J. P. A guide to utilizing police training as a tool to promote resilience and improve health outcomes among police officers // Traumatology. 2014. Vol. 20(2). P. 103–111.

57. Reiner R. The politics of the police. 4th ed. Oxford : Oxford University Press, 2010. 352 p.

58. Schaible L. M., Gecas V. The impact of emotional labor and value dissonance on burnout among police officers // Police Quarterly. 2010. Vol. 13(3). P. 316–341.

59. Selye H. The stress of life. New York : McGraw-Hill, 1976. 515 p.

60. Staal M. A. Stress, cognition, and human performance: A literature review and conceptual framework. NASA Technical Memorandum TM-2004-212824. Moffett Field, CA : NASA Ames Research Center, 2004.

61. Thompson B. M., Kirk A., Brown D. F. Police officer stress and resilience: A critical review // Journal of Police and Criminal Psychology. 2023. Vol. 38. P. 1–15.

62. Tuckey M. R., Hayward R. Global and occupation-specific emotional resources as buffers against the emotional demands of police work // Applied Psychology. 2011. Vol. 60(1). P. 1–25.

63. Tyler T. R. Why people obey the law. Princeton, NJ : Princeton University Press, 2006. 336 p.

64. Van Gelderen B. R., Bakker A. B., Konijn E. A., Demerouti E. Daily suppression of discrete emotions during the work of police officers // Anxiety, Stress & Coping. 2011. Vol. 24(5). P. 515–537.

65. Violanti J. M., Aron F. Ranking police stressors // Psychological Reports. 1995. Vol. 77. P. 211–215.

66. Violanti J. M., Paton D. Police trauma: Psychological aftermath of civilian combat. Springfield, IL : Charles C. Thomas, 2006. 320 p.

67. Weick K. E. Sensemaking in organizations. Thousand Oaks, CA : Sage Publications, 1995. 231 p.

68. Westley W. A. Violence and the police: A sociological study of law, custom, and morality. Cambridge, MA : MIT Press, 1970. 208 p.

69. Williams V., Clarke C. Conceptualising stress and well-being in police officers // Journal of Criminal Justice. 2019. Vol. 65. Article 101565.

70. Zimmerman B. J. Self-regulated learning and academic achievement: An overview // Educational Psychologist. 1990. Vol. 25(1). P. 3–17.