

На рівень рефлексії та рефлексивності в професійній діяльності офіцерів-рятувальників впливають екстремальні умови її перебігу. Це потребує від співробітника ДСНС швидкості мислення, високого рівня компетентності, креативності у прийнятті рішень, здатності аналізувати власну поведінку та професійні дії. Саме тому рефлексія є тим інструментом, що дає змогу офіцеру-рятувальнику швидко та об'єктивно оцінити обстановку, прийняти рішення, осмислити результати його впровадження, проаналізувати всі попередні дії та зробити висновки щодо перспективи професійної діяльності, обрати той чи інший стиль керівництва в умовах екстремальної діяльності.

Список бібліографічних посилань

1. Зімовін О. І., Заїка Є. В. Рефлексивність та рефлексія: співвідношення понять. *Вісник Харківського національного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2014. Вип. 47. С. 65–71.
2. Иванова С. П. Исследование выраженности рефлексии у будущих психологов МЧС России. *Психопедагогика в правоохранительных органах*. 2010. № 1 (40). С. 31–36.
3. Карпов А. В. Психология рефлексивных механизмов деятельности. М.: Ин-т психологии РАН, 2004. 424 с.

Одержано 28.02.2017

Рассмотрена проблема соотношения понятий рефлексия и рефлексивность. Определена специфика видов и типов рефлексии курсантов НУГЗУ с различным сроком обучения.

Ключевые слова: рефлексия, рефлексивность; виды и типы рефлексии; аффективный, когнитивный и регулятивный уровни рефлексии; внутрличностный, социальный, макросоциальный уровни рефлексии; ретроспективная, перспективная, текущая рефлексия.

УДК 159.9:351.74

Ірина Володимирівна ЛАМАШ,

кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри соціології та психології факультету № 6 Харківського національного університету внутрішніх справ; ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-9548-4006>;

Герріт Ян ВАНГЕЛДЕР,

координатор регіонального представництва, Консультативна місія Європейського Союзу (Нідерланди)

ПРОАКТИВНІ КОПІНГИ У ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКАХ ІЗ ПСИХОЛОГІЧНОЮ РЕСУРСНІСТЮ У ПРАВООХОРОНЦІВ З РІЗНИМ ЇЇ РІВНЕМ

Представлено результати дослідження взаємозв'язків проактивних копінгів з компонентами психологічної ресурсності у поліцейських з різним її рівнем.

Ключові слова: поліцейські, проактивний копінг, психологічне ресурсність.

Як у вітчизняній, так і у зарубіжній психології, проблема копінг-поведінки не втрачає своєї актуальності. Стресові контексти трансформаційних процесів у сучасному суспільстві вимагають від особистості реалізації різних стратегій та стилів подолання важких ситуацій. Значне зростання кількості досліджень з проблеми подолання дозволяє виділити два головних напрямки вивчення феномену копіngu: реактивного та проактивного. Реактивний копінг відбиває пережиту в минулому важку життєву ситуацію та зусилля особистості, спрямовані на компенсацію втрати внаслідок цих подій або на відшкодування одержаної шкоди. Проактивний копінг також спрямований на подолання труднощів, але має багатоплановий характер та є орієнтованим на майбутнє, поєднує процеси особистісного управління життям з саморегуляцією для досягнення мети.

Проактивний рівень опанування, як вказує О. С. Старченкова, пов'язаний з прогнозуванням і формуванням віддаленого щодо невизначеного майбутнього у всій складності, багатовимірності і багатоваріантності життєвого шляху [3, с. 200]. Аналіз концепцій

проактивного копіngu, констатує Д. В. Носенко, свідчить про те, що за допомогою цього конструкту можна пояснити багато позитивних змін, які характеризують людину, орієнтовану на проактивне подолання, таких як прагнення до особистісного зростання, здатність дотримуватися цілей та переоцінювати досвід. Особлива цінність проактивного подолання полягає у тому, що воно орієнтоване на майбутнє, носить профілактичний характер і сприяє підвищенню якості життя і психологічного благополуччя [1, с. 32]. Н. В. Родіна зауважує, що проактивний копінг не випереджається негативним оцінюванням, пов'язаним зі збитком, втратою або погрозою, – індивід має більш позитивний погляд на вимоги життя. Такі індивіди розглядають ризики, вимоги й можливості у віддаленому майбутньому, але не розцінюють їх як збиток, втрату або загрозу. Більше того, вони сприймають складні ситуації як особисті виклики. Проактивний індивід жадає поліпшення життя й вибудовує ресурси, які роблять можливими прогрес і високу якість функціонування [2, с. 53]. Звертаючись до теми вивчення ресурсів особистості в зв'язку з її реакцією на стрес, зарубіжні дослідники використовували терміни, що характеризують ресурс резистентності до стресу. Низка дослідників надають особливого значення особистісно-середовищних копінг-ресурсів, тому що це показує, наскільки успішно в своєму житті людина адаптується до стресів та долає їх [4, с. 23–24].

Разом з цим, слід зауважити, що внесок проактивних стратегій долаючої поведінки у функціонування психологічної ресурсності особистості залишається недостатньо вивченим.

Метою нашого дослідження було встановлення взаємозв'язків проактивних копінг-стратегій з компонентами психологічної ресурсності у правоохоронців з її різним рівнем.

У якості досліджуваних виступили поліцейських підрозділів у кількості 92 особи зі стажем професійної діяльності від трьох до десяти років, які були розподілені на групи за рівнем психологічної ресурсності. Першу групу (з високим рівнем показника) склали 38 осіб, у другу (з середнім рівнем) увійшло 54 особи. Респондентів з низьким рівнем психологічної ресурсності виявлено не було.

В якості психодіагностичного інструменту було використано опитувальник психологічної ресурсності (ПР) особистості (О. С. Штепа) та опитувальник проактивної долаючої поведінки (Greenglas, Schwarzer і Taubert) в адаптації О. С. Старченкової. Для статистичної обробки результатів було застосовано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена.

Проведене дослідження дозволило встановити, що в групі з високим рівнем ПР з актуалізацією компонентів психологічної ресурсності «Впевненість у собі» та «Любов» посилюється схильність до передбачення потенційних стресорів і підготовку дій по нейтралізації негативних наслідків до того, як настане можливе стресова подія. З актуалізацією у цій групі компоненту ПР «Доброта до людей» зростає здатність до створення чіткого цілеспрямованого плану дій, а також, схильність до отримання порад і зворотного зв'язку від оточуючих в період подолання стресів, яка, в свою чергу, збільшується із зростанням віри в добро та справедливість. У цих досліджуваних із зростанням вміння використовувати власні ресурси та знаходити нестандартні рішення збільшується здатність докладати зусиль до формування загальних ресурсів, які сприяють досягненню важливих цілей і сприяють особистісному зростанню; із збільшенням орієнтації на досягнення позитивних результатів, поставлених цілей та соціального визнання діяльності актуалізується вміння оцінювати можливі стресові ситуації, прогнозувати кінцевий результат та уникати небажаних ситуацій; чим більш представники цієї групи стають досвідченими, розсудливими та грамотно застосовують знання, тим більшою стає вірогідність пошуку емоційної підтримки у стресових ситуаціях.

В групі з середнім рівнем ПР з актуалізацією компонентів ПР «Впевненість у собі», «Робота над собою» та «Знання власних психологічних ресурсів» збільшується здатність докладати зусиль до формування загальних ресурсів, які сприяють досягненню важливих цілей і сприяють особистісному зростанню; та зменшується схильність до пошуку інструментальної підтримки та емоційної підтримки, при цьому, схильність до останньої посилюється із зростанням відкритості до людей та бажання їм допомогти. Чим меншою стає орієнтація на отримання інформації та підтримки від оточуючих, тим вищою стає здатність реалізовувати таланти та вміння, прагнення проявляти себе в суспільстві. У цих

досліджуваних із зростанням вміння оновлювати та використовувати власні ресурси, відповідальності, віри в добро та справедливість, відкритості до людей та бажання підтримувати їх, збільшується здатність до чіткого визначення плану дій, розділ на його на підпункти, які допомагають швидше досягти бажаного результату у майбутній стресовій ситуації. Чим вищою у цій групі стає здатність застосовувати набуті знання, життєвий досвід у різних сферах життєдіяльності, тим меншою буде схильність до очікування та оцінки можливих стресорів, аналізу проблем, прогнозування ймовірного результату, створення чіткого плану та нейтралізація негативних наслідків до їх настання.

Проведене дослідження не вичерпує змісту означеної проблеми. Перспективним слід вважати вивчення більш широкого кола детермінант психологічної ресурсності правоохоронців, що дозволить вдосконалити уявлення про специфіку функціонування даного феномену та визначити шляхи її оптимізації в контексті професійної діяльності поліцейських.

Список бібліографічних посилань

1. Носенко Д. В. Особистісні чинники психологічного феномену самоінвалідації як форми проактивної копінг-поведінки: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Київ, 2015. 135 с.
2. Родіна Н. В. Психологія копінг-поведінки: системне моделювання: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.01. Київ, 2013. 496 с.
3. Старченкова Е. С. Концепция проактивного совладающего поведения. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12. Социология*. 2009. Вып. 2, ч. 1. С. 198–205.
4. Щелина С. О. Психологические механизмы и условия развития совладающего поведения в юношеском возрасте (на материале изучения студентов-психологов разных форм обучения): дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. М., 2016. 178 с.

Одержано 16.02.2017

Представлены результаты исследования взаимосвязей проактивных копингов с компонентами психологической ресурсности у полицейских с разным ее уровнем.

Ключевые слова: полицейские, проактивный копинг, психологическая ресурсность.

УДК 159.9

Інга Сергіївна ЛЕЖУХ,

курсант 4 курсу факультету № 3 Харківського національного університету внутрішніх справ
ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-9949-5626>

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ МАЙБУТНІХ ПРАВООХОРОНЦІВ

Проаналізовані копінг-стратегії майбутніх правоохоронців з високим та середнім рівнем стресостійкості. Показано, що майбутні правоохоронці з високим рівнем стресостійкості опановують складними життєвими ситуаціями за допомогою асертивних дій, вступу до соціального контакту.

Ключові слова: копінг-стратегії, правоохоронці, асертивні дії, стресостійкість.

«Копінг» – це індивідуальний спосіб взаємодії з ситуацією відповідно до її власної логіки, цінності, ваги в житті людини та її психологічних можливостей [1]. Поняття «копінг-поведінка» використовувалося в психології стресу й було визначено як сума когнітивних, емоційних та поведінкових зусиль, що витрачаються індивідом для ослаблення впливу стресу. В подальшому, поняття «копінг» охопив більш широкий спектр людської активності – від несвідомих психологічних захистів до цілеспрямованого подолання кризових ситуацій.

С. Карвер було запропоновано розширену класифікацію копінг-стратегій [2]. Найбільш адаптивними копінг-стратегіями є спрямовані безпосередньо на вирішення проблемної ситуації: активний копінг – активні дії щодо усунення джерела стресу; планування – планування власних дій відносно проблемної ситуації; пошук активної суспільної підтримки –