

ОСОБЛИВОСТІ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПРАЦІВНИКІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ

Проведено аналіз особливостей діяльності працівників Національної поліції України та її вплив на появу симптомів синдрому «емоційного вигорання». З'ясовано особливі умови професійної діяльності працівників Національної поліції України, які нерідко призводять до порушень у психічній діяльності працівників поліції, появи посттравматичних розладів, схильності до девіантної поведінки й професійної деформації тощо.

Ключові слова: *синдром «емоційного вигорання», професійна діяльність, екстремальні ситуації, аутопсихологічна та професійна компетентність, емоційне виснаження, резистенція, напруження.*

Постановка проблеми. Професійна діяльність працівників Національної поліції постійно супроводжується значною психоемоційною напруженістю, професійним стресом і ризиком, психологічною травматизацією. Стресогенний характер діяльності працівників Національної поліції, а також негативні детермінанти професійної діяльності неминуче призводять до виникнення негативного феномену – емоційного вигорання, а наслідком їх діяльності в умовах постійного впливу стресових чинників є втрата позитивної професійної мотивації, вияв різноманітних невротичних реакцій, розлади психічного і фізичного здоров'я. Більшість учених-поліцейців схиляються до думки, що 70% поліцейських, які під час виконання посадових функцій використовували зброю на влучення, звільняються зі служби протягом п'яти років, оскільки пережили значну психічну травму. Дослідження цієї категорії осіб виявило у них наявність посттравматичних стресових розладів (60%), кожен третій працівник поліції відчуває понадмежове емоційно-психічне навантаження (36%), функціональні порушення (49,7%) [1].

Феномен професійної деформації та професійного вигорання апіорі виникає внаслідок ризиконебезпечного та стресового характеру діяльності, накопичення негативних емоцій. Особливі умови професійної діяльності працівників Національної поліції України, а саме: ризиконебезпечний характер діяльності з непередбачуваними наслідками (поранення, травмування), спілкування з асоціальними елементами,

постійне психічне і фізичне перевантаження призводять до інтенсивного та масштабного розвитку емоційного вигорання, а надалі й професійної деформації. Діяльність поліцейських характеризується значною негативною емоційною насиченістю, коли під час виконання професійних обов'язків потрібно стримувати свої негативні емоції, а емоційне розвантаження здебільшого відкладається на невизначений проміжок часу. Емоційне вигорання, на думку більшості вчених, визначається як «... набутий стереотип емоційного реагування найчастіше в межах професійної поведінки. З одного боку, воно дає змогу людині дозувати й економно використовувати енергетичні ресурси, а з іншого – спроможне негативно впливати на виконання професійної діяльності, стосунки з партнерами по спілкуванню та службі» [2].

Досліджуючи феномен емоційного вигорання у працівників поліції, вчені-поліцейсти дійшли висновку, що це явище є, так би мовити, «інфекційним», позаяк більшість поліцейських, які схильні до цього синдрому, з часом стають мізантропами, негативістами та зневіряються у можливості власного успіху. Взаємодіючи з колегами, які постійно перебувають під дією стрес-факторів, вони можуть перетворити і їх у групу «вигоряючих».

Зрозуміло, що феномен професійного вигорання виникає внаслідок багаторічного накопичення негативних емоцій, виконання посадових функцій в умовах невизначеності, ризику та стресу, і зазвичай призводить до психологічного та емоційного виснаження працівника. З огляду на це вважаємо, що емпіричне дослідження феномену емоційного вигорання працівників Національної поліції України є дуже актуальним, адже психоемоційне благополуччя правоохоронців є однією з головних детермінант якості й ефективності їх професійної діяльності.

Стан дослідження. Незважаючи на значний науковий інтерес до синдрому «емоційного вигорання» працівників правоохоронних органів, зумовлений насамперед прагматичною проблемою поліпшення ефективності діяльності МВС України, йому, на жаль, не приділено належної уваги. Грунтовну науково-теоретичну базу в нашому дослідженні синдрому «емоційного вигорання» становлять положення, наукові ідеї, доктринальні положення, викладені у наукових розвідках і зарубіжних, і вітчизняних учених, а саме: Х. Алієва, М. Буриша, А. Видая, М. Гінзбурга, С. Гремлінга, Дж. Грінберга, Г. Діона, Ф. Джонса, М. Дмитрієва, Л. Китаєв-Смика, Н. Левицької, Г. Ложкіна, М. Лейтера, Д. Льюїса, С. Максименко, Л. Малця, Е. Махера, В. Ніконова, Г. Никіфорова, В. Орла, М. Смульсона, В. Снеткова, Т. Форманюка, Х. Фрейденбергера. Також питання методики його діагностики

вивчали, зокрема, В. Бойко, Н. Водоп'янова, С. Джексон, К. Маслач, Т. Ронгинська, О. Старченков та ін.

Так, розглядаючи структуру та зміст синдрому «емоційного вигорання», ми орієнтуватимемося на наукові розвідки К. Маслача, С. Джексона, В. Шауфелі, Т. Форманюка, В. Бойко, Л. Карамушки, Н. Назарука. Аналізуючи всі вияви синдрому «професійного вигорання» через призму різноманітних опосередкованих детермінант, ми узагальнили висновки відомих учених у галузі юридичної психології таких, як С. Безносів, А. Буданов, Л. Васильєв, І. Ващенко, А. Дулов, К. Злоказов, Л. Колодкін, В. Коломієць, Х. Лангерок, К. Леонгард, І. Максимов, В. Медведєв, Н. Мітюріна, М. Монахова, С. Рاینкін, О. Ратінов, В. Робозеров, А. Роша, Г. Рябов, Л. Терновський, В. Самарін, А. Свенцицький, Ю. Стригуненко та ін. Що стосується детермінант виникнення синдрому «емоційного вигорання», то головним емпіричним матеріалом для нас були праці В. Орла, Т. Зайчкова, К. Малишева, Н. Булатевіч. У дослідженні питань формування алгоритму методів і засобів превенції та корекції наслідків синдрому «емоційного вигорання» ми звертатимемося до наукових розробок І. Остополця, І. Сергєєва, Л. Карамушки, Т. Зайчкова, Н. Назарука. Стосовно особливостей і специфіки дослідження синдрому «професійного вигорання» працівників саме правоохоронних органів братимемо до уваги наукові праці С. Безносів, С. Борисова, А. Буданова, С. Вишниченко, З. Кісіль, О. Крапівіна, В. Медведєва, А. Молчанова, Б. Новікова, Є. Потапчука, О. Тімченка, О. Хайруліна.

Мета статті – виявити й охарактеризувати детермінанти формування синдрому «емоційного вигорання» у поліцейських (на прикладі вивчення працівників Національної поліції України).

Виклад основних положень. Для досягнення обраної мети необхідно:

1) охарактеризувати детермінанти синдрому «емоційного вигорання» у працівників Національної поліції України;

2) уточнити зміст поняття синдрому «емоційного вигорання» з урахуванням професійної сфери діяльності працівників Національної поліції України;

3) провести діагностування рівня сформованості синдрому «емоційного вигорання» у працівників Національної поліції України;

4) виявити вплив феномену «емоційного вигорання» на результати професійної діяльності працівників Національної поліції України.

Для виконання обраних завдань дослідження ми застосували комплекс методів і прийомів пізнання, що зумовлені властивостями синдрому «емоційного вигорання» та специфікою професійного сере-

довища поліцейського. Зважаючи на те, що синдром «емоційного вигорання» працівників Національної поліції України виявляється як складний і поліфункціональний феномен, то достовірність його дослідження прямо пропорційно залежить саме від методів, що використовуватимуться. З метою отримання найоб'єктивніших результатів застосовано системний підхід, що полягає у міждисциплінарній реалізації загальнонаукових, спеціально-наукових та конкретно-наукових методів пізнання. Так, комплексне застосування механізму теорії нормативного опису діяльності працівників Національної поліції України, основоположних доктринальних положень психологічної теорії особистості, теоретичних засад юридичної деонтології допоможе комплексно з'ясувати сутність синдрому «емоційного вигорання», його динаміку, детермінанти виникнення й основні вияви.

Застосування методології структурного функціоналізму дало змогу виокремити правоохоронну сферу як складову соціокультурного простору і на основі аналізу її функцій у цій системі розглянути середовище діяльності поліцейського як феномен, що має системну будову, а в дослідженні синдрому «емоційного вигорання» це дало можливість виявити не лише структуру його внутрішнього механізму та дію окремих його детермінант, а й їх взаємозв'язок на різних рівнях. Застосування цього підходу сприяло дослідженню субстанційно-змістової та організаційної «багат шаровості» феномену «емоційного вигорання», ґрунтового діалектичного взаємозв'язку його детермінант у структурі складного цілісного організму.

Активно застосовувався також синергетичний метод, оскільки цей підхід передбачає усвідомлення досліджуваного феномену, що має нелінійний, причиново-наслідковий характер, з урахуванням логіки ефекту випадкової флуктації. Поліцейський як соціальний суб'єкт (з усією сукупністю прав, обов'язків, професійних установок і водночас особистих інтересів і психічних властивостей) є нелінійною відкритою системою, що постійно взаємодіє з оточенням, приймаючи від останнього інформацію, опрацьовуючи її та диктуючи йому результати такого опрацювання, сподіваючись на те, що це оточення зрозуміє і виконає його веління.

Конкретно-науковими методами, які необхідні у вивченні синдрому «емоційного вигорання» працівників Національної поліції України, ми визнали такі: 1) «діагностика рівня емоційного вигорання» (В. Бойко); 2) «визначення психічного вигорання» (О. Рукавішнікова); 3) методика К. Маслача та С. Джексона; 4) методика синдрому «вигорання» у професіях системи «людина – людина» (Г. Нікіфорова); 5) методика «оцінки власного потенціалу «вигорання» (Дж. Гібсона);

6) методика «дослідження синдрому «вигорання» (Дж. Грінберга); 7) багатофакторний особистісний опитувальник Р. Кеттелла (№ 105), (16PF – опитувальник). Перелічені методи передусім спрямовані на: з'ясування детермінант і стадій синдрому «емоційного вигорання» поліцейського; дослідження синдрому «емоційного вигорання» у професіях системи «людина – людина»; дослідження основних виявів емоційного вигорання поліцейського на міжособистісному, особистісному та мотиваційному рівнях.

Окрім указаних методик, застосовувалися емпіричні способи збору інформації, зокрема спостереження та діагностика, що, своєю чергою, послуговуються засобами опитування, анкетування, тестування.

У проведеному експерименті взяли участь 35 працівників Національної поліції України, з них 17 – особи жіночої статі, 18 – особи чоловічої статі. Віковий ценз досліджуваних від 20 до 30 років, вислуга років на момент дослідження становила: до трьох років – 19 осіб, від 4 до 5 років – 16 осіб.

Результати теоретичного й емпіричного дослідження. Синдром «емоційного вигорання» не варто вважати явищем сьогодення, позаяк цей феномен існував завжди у різноманітних формах, детермінуючись різними умовами. Вперше термін «burnout» («емоційне вигорання») 1974 року застосував для опису психологічного стану виснаження, власної непотрібності людей у професіях системи «людина – людина» американський психіатр Х. Фрейденбергер.

Попри давність безупинних намагань дослідити синдром «емоційного вигорання» як складного психологічного явища, в науковій літературі трапляються концептуальні різночитання поняття, цей феномен досі залишається предметом наукового та практичного зацікавлення. Так, на думку К. Маслача, Х. Фрейденбергера, Л. Карамушки, «емоційне вигорання» тлумачиться як «... стан фізичного, психічного й емоційного виснаження, викликаного довготривалим перебуванням в емоційно перевантажених ситуаціях спілкування» [3; 4; 5]. М. Саланова, В. Шауфелі й інші вважають, що «емоційне вигорання» – це «... двовимірна модель, що складається, по-перше, з емоційного виснаження та, по-друге, з деперсоналізації, тобто погіршення ставлення до інших, а іноді й до себе [6]. В. Бойко, С. Джексон, К. Маслач, Т. Форманюк та інші зазначають, що цей феномен потрібно розглядати як «...трикомпонентну систему, яка складається з емоційного виснаження, деперсоналізації та редукції власних особистісних досягнень» [7–12; 14]. Н. Водоп'янова акцентує, що це «... професійна деструкція особистості, яка виявляється у вигляді стійких психічних переживань, а також у змінах якості, структури і змісту професійної діяльності...» [14]. Проаналізувавши різноманітні підходи, поняття

«емоційного вигорання» працівника Національної поліції України доцільно розглядати як відзеркалення перенесеного працівником поліції стану фізичного або психоемоційного виснаження, обумовленого довготривалою включеністю у психологічну травму середнього ступеня інтенсивності. З огляду на це ми здійснювали дослідження з урахуванням стадій сформованості та вияву синдрому «емоційного вигорання» працівника поліції через з'ясування детермінант його виникнення.

Для визначення основних детермінант виникнення синдрому «емоційного вигорання» працівників Національної поліції України застосовано валідну методіку В. Бойко. Так, досліджуваним респондентам запропоновано відповісти на 84 запитання, що розкривають особливості одного із трьох компонентів синдрому «емоційного вигорання», а саме:

1) напруження – виявляється у постійному відчутті хронічної втоми, емоційного виснаження, невдоволення виконуваною професійною діяльністю, динамічний розвиток стану тривожності та депресії;

2) резистенція – характеризується понадмежовим емоційним виснаженням, виявляється у неадекватному певній ситуації емоційному реагуванні, емоційно-моральній дезорієнтації, а подеколи і редукції (спрощенню) професійних обов'язків;

3) виснаження – характеризується станом психічного, емоційного виснаження (спустошення), нівелюванням особистих досягнень у професійній діяльності, динамічному розвитку психосоматичних та психовегетативних захворювань.

У результаті аналізу відповідей респондентів отримано такі результати (див. рис. 1–3).

Так, однозначно домінуючим компонентом синдрому «емоційного вигорання» серед опитаних нами працівників поліції виявилася резистенція – 14,2% (див. рис. 1), що супроводжує своєрідний психологічний опір і блокування спогадів зі свідомої пам'яті, а більш як половину наших опитуваних демонструє як осіб, що перебувають на стадії, власне, формування резистентності.

У 11% респондентів виявлено високий показник розвитку першого компонента – «напруження» (див. рис. 2), внутрішнє емоційне відчуття дискомфорту. Водночас більшість із опитаних тільки на стадії несформованої тривожності (очевидно, з огляду на незначну тривалість служби у поліції).

У 6% респондентів встановлено високий рівень третього компонента «виснаження» (див. рис. 3). І в цьому випадку більше опитаних виявилися на несформованій стадії професійної втоми, що, можливо, зумовлене їх фізіологічною молодістю, віком.

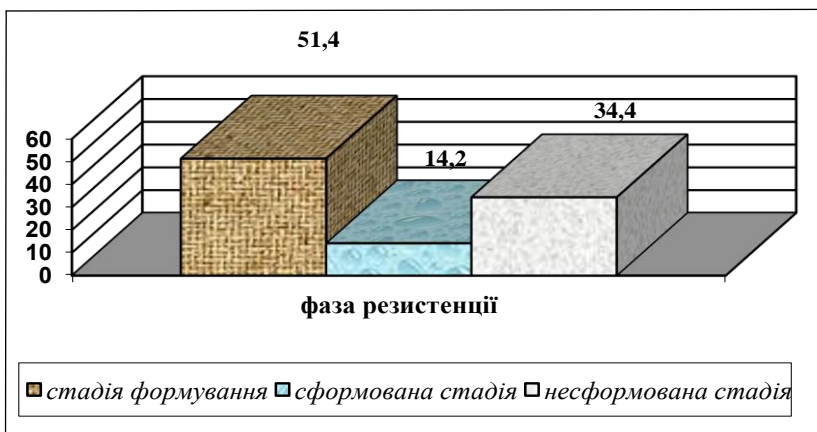


Рис. 1. Рівень розвитку фази резистенції

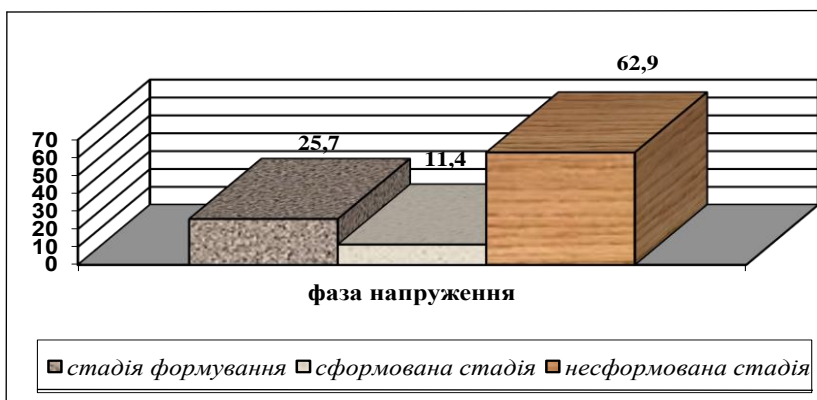


Рис. 2. Рівень розвитку фази напруження

Аналіз отриманих результатів дає підстави стверджувати, що розвиток синдрому «емоційного вигорання» у працівників поліції виявляється через домінування другого компонента – «резистенції»: у 67% респондентів синдром «емоційного вигорання» не сформований, у 24% – на стадії формування; а у 9% поліцейських – сформований. Тож майже десята частина молодих і потенційних професіоналів-поліцейських не змогли сформувати стійкість своєї психіки до впливу оточення, здатність чинити опір негативним чинникам, сформувати своєрідну соціальну опірність.

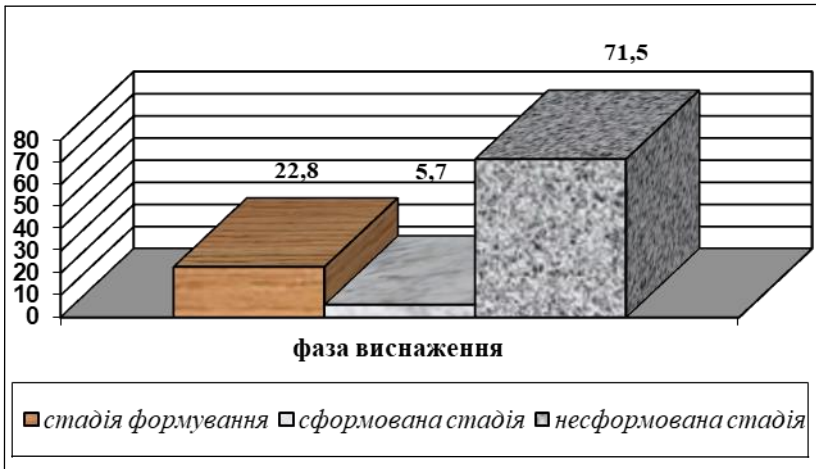


Рис. 3. Рівень розвитку фази виснаження

Для діагностики вияву синдрому «вигорання» на трьох основних рівнях (міжособистісному, особистісному, мотиваційному) використано методика «визначення психічного «вигорання» (О. О. Рукавішнікова). Ця методика містить 72 положення щодо відчуттів, пов'язаних із роботою, які відповідають трьом шкалам: 1) психоемоційного виснаження; 2) особистісного віддалення; 3) професійної мотивації. Результати дослідження за методикою О. Рукавішнікова свідчать, що у 62% респондентів домінуючою є третя компонента – «професійна мотивація», це свідчить про те, що розвиток психічного вигорання є на рівні, дещо вищому від середнього.

Із метою дослідження тенденцій негативного ставлення до себе як професіонала, нівелювання професійних досягнень і власної гідності поліцейськими застосована методика «синдром вигорання в системі професій «людина – людина», що передбачає надання відповідей на 22 запитання, які, своєю чергою, систематизовані також за трьома субшкалами: 1) емоційне виснаження; 2) деперсоналізація; 3) редукція особистих досягнень. Опитування продемонструвало, що у 56% досліджуваних респондентів домінує третя компонента – «редукція особистих досягнень»; у 30% переважає друга компонента – «деперсоналізація»; 14% підтвердили наявність першої компоненти – «емоційного виснаження». Отримані результати дослідження свідчать про наявність у респондентів тенденції до негативного самооцінювання власних можливостей і нівелювання отриманих у професійній діяльності

результатів, деформації стосунків і з колегами, і з об'єктами професійної діяльності, що зводиться навіть до відвертих виявів цинізму.

Після статистичної обробки результатів кореляційного аналізу за критерієм Пірсона поміж емоційним вигорання за методикою В. Бойко й індивідуально-особистісними властивостями за Р. Кеттелом ми встановили певні закономірні зв'язки, а саме:

1) обернено пропорційний зв'язок між фазою напруження та сміливістю ($r = -0,419$ при $p < 0,05$), що дає підстави стверджувати про прагнення поліцейських «перебувати у тіні», про їх напруження та невпевненість у своїх діях у ризиконебезпечних ситуаціях;

2) обернено пропорційний зв'язок між фазою резистенції та самоконтролем ($r = -0,352$, при $p < 0,05$) і сміливістю ($r = -0,470$ при $p < 0,01$), а це свідчить про те, що поліцейські у стані резистенції подеколи не контролюють свої дії, порушують дисципліну, допускають вияви свавілля, легко піддаються паніці, їм притаманні ознаки внутрішнього конфлікту;

3) прямо пропорційний зв'язок між фазою резистенції та внутрішнім напруженням ($r = 0,334$ при $p < 0,05$), що демонструє вияви ознак схвильованості, напруженості та подеколи навіть дратівливості у тих поліцейських, які є емоційно виснаженими;

4) обернено пропорційний зв'язок між фазою виснаження та сміливістю ($r = -0,418$, при $p < 0,05$) і відкритістю ($r = -0,400$ при $p < 0,05$), це підтверджує припущення про те, що респондентам, які переживають стан емоційного виснаження, характерні вияви нерішучості, замкнутості, відсутності гнучкості у спілкуванні з різними категоріями громадян.

У процесі кореляційного аналізу, застосованого до отриманої інформації за методикою А. Рукавішнікова та багатофакторним особистісним опитувальником Р. Кеттелла, встановлено:

1) обернено пропорційний зв'язок між шкалою «особистісне віддалення» та сміливістю ($r = -0,374$ при $p < 0,05$), це свідчить про те, що досліджувані нами респонденти певною мірою є соціально дезадаптовані, їм притаманні високий рівень дратівливості та відсутність витримки у спілкуванні;

2) прямий пропорційний зв'язок між шкалою «редукція особистих досягнень» та емоційною стабільністю ($r = -0,445$ при $p < 0,01$), самоконтролем ($r = -0,397$ при $p < 0,05$) і сміливістю ($r = -0,380$ при $p < 0,05$), що є промовистим свідченням того, що поліцейські подеколи відчувають професійну некомпетентність, їм притаманна схильність до нестабільності настрою та майже повна відсутність контролю за своїм психоемоційним станом.

Результати кореляційного аналізу свідчать про те, що працівники поліції, які проживають синдром «емоційного вигорання», демонструють такі індивідуальні й особистісні риси, як постійна внутрішня напруженість, страх у прийнятті самостійних рішень, низький рівень самоконтролю та емоційна нестійкість.

Між групами досліджуваних респондентів здійснено також порівняльний аналіз за критерієм T-test Стьюдента, головним критерієм якого є вислуга років (див. таблицю 1). Тут видно, що з роками (а отже, з отриманим досвідом або з адаптацією чи призвичаєнням) усі показники емоційного вигорання дещо зменшуються, демонструючи зниження рівня напруженості, резистенції та виснаження.

Таблиця 1

Середнє значення та стандартне відхилення фаз емоційного вигорання за В. Бойко

Стаж	Напруження		Резистенція		Виснаження	
	середнє значення	відхилення	середнє значення	відхилення	середнє значення	відхилення
група № 1 (вислуга років до 3 років)	34,2	± 22,4	48,3	± 17,6	31,4	± 18,0
група № 2 (вислуга років від 4 до 5 років)	24,9	± 21,6	43,6	± 16,2	24,6	± 12,0

У процесі порівняльного аналізу за методикою «діагностики рівня емоційного вигорання» (В. Бойко) виявлено, що у двох групах досліджуваних респондентів фаза виснаження не є сформованою, хоча у групі № 1 спостерігається тенденція до її формування. Друга компонента – «фаза резистенції» – у двох групах перебуває на стадії формування. Крім того, всі три фази більш яскраво виражені у групі № 1. На нашу думку, це зумовлено тим, що вказана категорія респондентів перебуває на стадії адаптації до нових умов професійної діяльності правоохоронців, і вони не відчують (а отже, і не усвідомлюють) зміни в їх психологічному й емоційному станах.

Застосувавши метод факторного аналізу, ми виявили три фактори, кумулятивна сукупність яких становить понад 63% (див. таблиці 2–4).

Таблиця 2

Фактор 1							
Тривожно-виснажений тип							
шкала	тривога і депресія	незадоволеність собою	емоційна відстороненість	переживання психотравмуючих обставин	загнаність у клітку	розширення сфери економії емоцій	редукція професійних обов'язків
отриманий показник	0,822	0,797	0,765	0,721	0,656	0,652	0,587
Вага	5,2712						
% дисперсії	43,921						
Кумулятивний %	43,921						

За результатами дослідження можна висувати, що цьому типу поліцейських притаманна яскраво виражена тривожно-депресивна симптоматика, спричинена ризиконебезпечним і стресовим характером їх професійної діяльності. Робота у середовищі впливу стрес-факторів викликає у них відчуття постійної напруги, невдоволеності своїми діями та професійними знаннями, а подеколи навіть усвідомлення помилковості обраної сфери діяльності. Стан невдоволення спричиняє у них значний рівень напруги, що призводить до послаблення загального тону, пониження рівня психоемоційного стану.

Таблиця 3

Фактор 2				
Морально-дезорієнтований тип				
шкала	емоційно-моральна дезорієнтація	розширення сфери економії емоцій	напруження	загнаність у клітку
отриманий показник	0,777	-0,534	0,325	-0,300
Вага	1,189			
% дисперсії	9,910			
Кумулятивний %	53,832			

Фактор 2 – «морально-дезорієнтований тип» – демонструє 10-відсотковий показник дисперсії, що свідчить про наявність у полі-

цейських ознак дезорієнтації особистості та моральних дефектів. Так, емоційно-моральний дефект у цій категорії працівників полягає у тому, що їм дуже складно комунікувати з об'єктами професійної діяльності, оскільки вони з недовірою чи застереженням ставляться до моральних чеснот іншої особистості. Моральна дезорієнтація у цій категорії респондентів спричинена такими детермінантами: відсутністю вміння відрізняти хороше від поганого, розпізнавати користь і шкоду в проявлюваних діях громадян. Поєднання морального дефекту та моральної дезорієнтації власне і спричиняє формування синдрому «емоційного вигорання», яке, своєю чергою, виявляється у байдужості до долі об'єктів професійної діяльності й апатії до виконання своїх безпосередніх професійних обов'язків. Тому під час професійної діяльності вони відчують певну емоційну виснаженість і постійну втому.

Таблиця 4

Фактор 3		
Емоційно-вибірковий тип		
шкала	неадекватне вибіркове емоційне реагування	резистенція
отриманий показник	0,784	0,519
Вага	1,087	
% дисперсії	9,056	
Кумулятивний %	62,888	

Третій фактор – «емоційно-вибірковий тип» – виявив у респондентів 9,1% дисперсії. Цій категорії опитаних характерні неадекватне заниження прояву емоційних станів і відсутність прагнення до встановлення емоційного контакту з об'єктами професійної діяльності. Пригнічення вияву емоційного ставлення до службових ситуацій призводить до значного емоційного виснаження, динамічного розвитку психоемоційного захисту, а далі – замкнутості. Формування емоційної закритості призводить до сильної переваги, поліцейський стає байдужим і відстороненим, що з часом може розвинутися у цинізм і демонстрацію шаблонності дій.

Висновки.

1. Поняття «емоційного вигорання поліцейського» визначаємо як віддзеркалення (відтворення) перенесеного працівником поліції стану фізичного або психоемоційного виснаження, зумовленого довготривалою включеністю у психологічну травму середнього ступеня інтенсивності.

2. Результати проведеного емпіричного дослідження дають підстави висувати, що серед досліджуваних працівників Національної поліції України синдром «емоційного вигорання» не є поширеним, позаяк у них він не сформований через різні об'єктивні (незначна вислуга років) і суб'єктивні причини (вікові фізіологічні властивості). Встановлено, що працівники поліції, що належать до групи № 1 (з вислугою до 3 років), потрапляють у зону ризику виникнення синдрому «емоційного вигорання».

3. Синдром «емоційного вигорання» у поліцейських, як підтверджують респонденти, виявляється через домінування у людини характерної компоненти «резистенція» (як різновиду захисної, хоча іноді навіть неусвідомленої, реакції організму людини, що виявляється у неадекватному, вибіркового емоційному реагуванні та може призвести до емоційної замкнутості, відстороненості, байдужості й цинізму).

4. Кореляційний аналіз результатів емпіричного дослідження продемонстрував наявність причиново-наслідкового зв'язку між детермінантами формування емоційного вигорання та психоемоційним станом поліцейських, а саме: напруженістю, замкнутістю, низьким рівнем самоконтролю й емоційною нестабільністю.

5. З огляду на попередні висновки та беручи до уваги специфіку й стресогенні особливості правоохоронної сфери діяльності, доцільно на початкових етапах служби давати поліцейським можливість емоційного відновлення. Інакше емоційне вигорання може перерости у професійну деформацію, і замість якісного й ефективного захисту правопорядку суспільство може отримати поліцейський терор.

1. Юридико-психологічні засади запобігання професійній деформації працівників правоохоронних органів / В. В. Серета, З. Р. Кісіль. Львів: ЛьвДУВС, 2016. 847 с.

2. Юридична психологія: особистісно-діяльнісний підхід / С. Д. Максименко, В. С. Медведєв. К.: Слово, 2017. 405 с.

3. Maslach C., Goldberg J. Prevention of burnout: New perspectives. *Applied and Preventive Psychology*. 1998. V. 7. Pp. 63–74.

4. Технології роботи організаційних психологів / за наук. ред. Л. М. Карамушки. К.: Фірма «ІНКООС», 2005. 366 с.

5. Maslach C., Leiter M. P. The truth about burnout: How organization cause personal stress and what do about it. San Francisco, CA: Jossey-Bass, 1997. 197 p.

6. Schaufeli W. B., Salanova M., Gonzalez-Roma V. and Bakker A. B. The measurement of engagement and burnout and A confirmative analytic approach. *Journal of Happiness Studie*. 2003. V. 3. Pp. 71–92.

7. Бойко В. В. Синдром «емоціонального вигорання» в професійно-нальном общении. 2-е изд. СПб.: Сударыня, 2001. 434 с.
8. Форманюк Т. В. Синдром «емоціонального сгорания» как показатель профессиональной дезадаптации учителя. *Вопросы психологии*. 1994. № 6. С. 57–63.
9. Burke R. J., Greengalass E. A longitudinal study of psychological burnout in teachers. *Human Relations*. 2003. V. 48 (2). Pp. 187–202.
10. Kurtz D. Burnout Among Police Officers: Differences In How Male, Female Police Officers Manage Stress May Accentuate Stress On The Job. *American J. of Criminal Justice*. 2008. V. 2. Pp. 17–26.
11. Винник В. 100 порад: як отримати задоволення від роботи і уникнути емоційного вигорання. К.: Літера ЛТД, 2010. 174 с.
12. Бандурка О. М. Екстремальна юридична психологія в діяльності персоналу органів внутрішніх справ України. Х.: ХНУВС, 2005. 319 с.
13. Тімченко О. В. Синдром посттравматичних, стресових порушень: концептуалізація, діагностика, корекція та прогнозування. Х.: ХНУВС, 2000. 268 с.
14. Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С. Синдром вигорання: диагностика и профилактика. 2-е изд. СПб.: Питер, 2008. 336 с.

Kisil Z. R., Kisil R.-V. V., Perepelytsya A. V. Features of the emotional burnout syndrome among the employees of the National Police of Ukraine

The article is dedicated to the problem of the «emotional burnout» syndrome course among the employees of the National Police of Ukraine. An overview of the basic scientific and theoretical foundations of the research, the most important of which is the justification of the content of the basic concepts of this phenomenon within the framework of psychological science, is given.

The analysis of the employees' of the National Police of Ukraine activities peculiarities and their influence on the appearance of the «emotional burnout» syndrome symptoms is provided. It is noted that the specificity of the employees' of the National Police of Ukraine activities differs in that it contains a large number of situations with high emotional saturation and the cognitive complexity of interpersonal communication, and this, in turn, requires a significant contribution from the policemen to establish trusting relationships and the ability to manage the emotional tension of business communication with the objects of their professional activity.

It is revealed that special conditions of the employees' of the National Police of Ukraine professional activity, namely: the risk-taking nature of activities with unpredictable consequences (wounds, injuries), communication with asocial elements, permanent mental and physical overload, often lead to mental activity deviation of a policeman, appearance of post-traumatic disorders, propensity to deviant behavior and professional deformation, increased conflicts, aggressiveness, etc.

It has been revealed that the general feature and cause of the «emotional burnout» syndrome of the employees of the National Police of Ukraine is the presence of an internal conflict among the requirements of the Ministry of Internal

Affairs of Ukraine, the attractiveness of working there, expectations and real possibilities of a policeman. It has been defined that the syndrome of «emotional burnout» is: the reaction of a policeman's organism and psychological sphere, which arises as a result of prolonged exposure to stresses of medium intensity, caused by his professional activity; the result of an unmanageable long-term stress; a mental state characterized by the emergence of emotional emptiness and fatigue caused by professional activity, and combines emotional emptiness, depersonalization and reduction of professional achievements; a type and precondition of professional deformation of a person.

Key words: «emotional burnout» syndrome, professional activity, extreme situations, auto-psychological and professional competence, components of the professional activity effectiveness. determinants of the «emotional burnout», emotional exhaustion, resistibility, tension, employees of the National Police.

Стаття надійшла 20 грудня 2018 р.

УДК 351.8:159.0

М. П. Козирєв

ПСИХОЛОГІЯ НАЦІОНАЛЬНО-ЕТНІЧНИХ СПІЛЬНОТ

З'ясовано головні види етнічних спільнот і їхні психологічні ознаки, чинники, умови визнання групи етнічною спільністю, роль націоналізму в творенні нації, структуру національної психології, яка охоплює системотворчий і динамічний компоненти. Продемонстровано роль етнічних спільнот у соціальному прогресі. Охарактеризовано процеси взаємодії: асиміляцію, ізоляціонізм, сепарацію, інтеграцію, космополітизм.

Ключові слова: етнічна спільнота, ознаки, чинники, структура національної психології, етнічні процеси.

Постановка проблеми. Національна психіка – це реальне явище, що виявляється у вчинках і поведінці людей, їх груп та впливає на інші форми суспільної свідомості. Етнічне буття людини впливає на побут, культуру, характер людей, традиції, звичаї, спільні історичні долі й інші об'єднувальні фактори, що виходять за межі природно-географічного середовища. Проте етнос, будучи за своїм походженням пов'язаним із природою та тривалою генетичною еволюцією, свої головні характеристики отримує в соціально-культурному та психологічному оформленні, і вони передаються від покоління до покоління через історичну пам'ять, через засвоєння культурних надбань, традицій тощо.