

детермінантами виступають правова невизначеність, висока відповідальність, роль «буфера» в конфліктах, необхідність емоційної роботи, а також перфекціонізм і ригідність самих фахівців. Запобігання цьому явищу вимагає від керівництва компаній усвідомлення економічних збитків від вигорання ключових співробітників та впровадження програми системної профілактики, спрямованої як на оптимізацію процесів, так і на розвиток психологічної стійкості персоналу. Інвестування в психологічне благополуччя митних брокерів є не витратою, а стратегічною інвестицією в стабільність і ефективність бізнесу в умовах глобалізації.

Література

1. Бойко В.В. Синдром «емоційного вигорання» в професійному спілкуванні. Харків: Гуманітарний центр, 2019. 284 с.
2. Горіна С.В. Психологічні детермінанти професійного вигорання працівників соціономічних професій. Одеса: Видавничий дім, 2022. 196 с.
3. Дзьоба І.В. Професійне вигорання та його вплив на ефективність праці. Київ: КНТ, 2021. 192 с.
4. Маслач К., Джексон С. Професійне вигорання: останні розробки в теорії та дослідженнях. Київ: Основа, 2021. 320 с.
5. Савчин М.В. Психологічна стійкість у професійному середовищі. Івано-Франківськ: ПНУ, 2023. 210 с.
6. Хоменко О.С. Психологічна профілактика професійного вигорання. Вінниця: ТОВ «Ніланд-ЛТД», 2023. 224 с.

УДК 159.9

В.В. Вишньовський, к.психол.н., доцент; В.В. Липницький

(Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, Україна)

ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ЯК ПРЕДИКТОР ПРОФЕСІЙНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ СПІВРОБІТНИКІВ ПОЛІЦІЇ

V.V. Vyshnovskyi Ph.D, Assoc. Prof.; V.V. Lipnytskyi

EMOTIONAL BURNOUT AS A PREDICTOR OF PROFESSIONAL DEFORMATION OF POLICE OFFICERS

Професійна діяльність співробітників поліції належить до категорії екстремальних видів праці, що характеризуються високим рівнем стресогенності, відповідальності та емоційної напруги. Щоденний контакт із небезпекою, необхідність приймати швидкі рішення, взаємодія з агресивно налаштованими або вразливими групами населення, а також постійний контроль і суспільні очікування створюють сукупність чинників, які сприяють перевантаженню психіки. У таких умовах емоційне вигорання формується як одна з найчастіших реакцій на тривалий стрес і може переростати у професійну деформацію, що негативно впливає не лише на особистість поліцейського, а й на якість виконання службових обов'язків і взаємодію з громадою.

Емоційне вигорання у співробітників поліції розглядають як багатовимірний феномен, що включає емоційне виснаження, деперсоналізацію та відчуття зниження професійної ефективності. Цю структуру детально описала К. Маслач у межах концепції Maslach Burnout Inventory, яка й сьогодні є однією з найпоширеніших у світових дослідженнях професійного вигорання. Вона підкреслювала, що постійне перебування у стресових умовах та надмірне емоційне залучення поступово

виснажують особистісні ресурси фахівця. Дослідження Дж. Пайнса, Г. Фройденбергера та Р. Лазаруса також вказують на те, що хронічний стрес без належного відновлення призводить до формування деструктивних змін у професійній поведінці [1; 3; 4; 5].

В українському науковому просторі проблематику емоційного виснаження у сфері діяльності підвищеної небезпеки вивчали О. Кокун, Т. Титаренко, О. Хоменко, Л. Смеречинська, Н. Чепелєва, які акцентували на зв'язку між стресостійкістю, емоційною саморегуляцією та збереженням психологічного благополуччя фахівців. Так, дослідження О. Кокун засвідчують, що надмірне психоемоційне навантаження без достатніх навичок психологічної компенсації призводить до поступової втрати професійної гнучкості та розвитку внутрішньої спустошеності. Т. Титаренко підкреслює, що в умовах хронічного стресу особистість втрачає здатність адаптуватися, що прямо впливає на формування деформацій у професійній поведінці [3; 4; 5].

Професійна деформація співробітників поліції проявляється у зміні ставлення до роботи, клієнтів, норм професійної етики та власної ролі у системі службових відносин. Найчастіше такі зміни мають форму надмірної підозрілості, емоційної холодності, цинізму, жорсткості, зниження емпатії, формалізму у виконанні професійних завдань. Як зазначають українські дослідники О. Донченко, З. Кісіль, Г. Костюк, подібні трансформації не є раптовими – вони формуються поступово, як наслідок виснаження психологічних ресурсів, втрати мотивації та розвитку емоційної нечутливості до страждань або переживань інших людей [2].

Емоційне вигорання виступає одним із ключових предикторів професійної деформації, оскільки знижує здатність поліцейського до саморегуляції, гальмує розвиток адекватних копінг-стратегій, провокує емоційне відчуження від суспільства та професійної групи. За даними К. Коннора та Дж. Девідсона, психологічна резильєнтність може слугувати захисним механізмом, однак її недостатній розвиток значно підвищує ймовірність формування професійного вигорання. В українських реаліях, де правоохоронці працюють у контексті складної соціально-політичної ситуації, ризик виснаження зростає у декілька разів [2; 4].

Особливу увагу привертають результати досліджень М. Савчина та Л. Смеречинської, які підкреслюють, що ефективне функціонування правоохоронця у кризових ситуаціях залежить від рівня сформованості емоційної та стресової стійкості. Натомість емоційне виснаження призводить до автоматизації поведінки, втрати гуманістичного підходу, формування професійного цинізму та зниження рівня професійної етики. Така деформація стає небезпечною не лише для самого поліцейського, але й для громадської безпеки, оскільки впливає на якість взаємодії правоохоронних органів із населенням та знижує рівень довіри до інституції загалом [3].

Перехід від емоційного вигорання до професійної деформації відбувається за чіткою психологічною логікою. Спочатку хронічний стрес призводить до критичного виснаження емоційних ресурсів, коли співробітник втрачає здатність до співпереживання та емпатії. Наступним етапом активуються механізми психологічного захисту – формується той самий цинізм і відстороненість, які спочатку виконують адаптивну функцію, дозволяючи економити психічні сили.

Поступово цей захисний цинізм переростає у стійку особистісну рису, трансформуючись у авторитаризм, підозрілість і агресію. На завершальному етапі емоційно виснажена людина втрачає здатність до критичної самооцінки та професійної рефлексії, що робить деформацію стійкою і майже незворотною. Особливої уваги заслуговує той факт, що організаційні фактори – такі як ненормований графік, бюрократія, відчуття соціальної несправедливості – значно прискорюють цей деструктивний процес.

З огляду на це зростає актуальність розроблення систем профілактики емоційного вигорання та програм психологічної підтримки співробітників поліції. Науковці, серед яких Т. Карабін, О. Хоменко, М. Савчин, наголошують на необхідності впровадження тренінгів емоційної саморегуляції, розвитку стресостійкості, психологічної освіти, супервізії та професійного консультування. Ефективними також вважаються когнітивно-поведінкові техніки, методики майндфулнес, програми підтримки ментального здоров'я, а також групові форми роботи, спрямовані на збереження професійної ідентичності та попередження деструктивних змін у професійній поведінці [1; 5].

Висновок. Емоційне вигорання є не лише поширеним явищем серед співробітників поліції, але й одним із ключових факторів, що спричиняють розвиток професійної деформації. Усвідомлення значення цього феномену, своєчасна діагностика та впровадження системних заходів психологічної підтримки є необхідними умовами для підтримання високої професійної ефективності, збереження психологічного благополуччя правоохоронців та зміцнення довіри громадян до правоохоронної системи.

Література

1. Карабін Т. О. Резильєнтність як фактор професійного розвитку особистості: монографія. Луцьк: Вежа-Друк, 2021. С. 88–137.
2. Костюк Г. С., Максименко С. Д. Розвиток особистості в умовах професійного становлення. Київ: Освіта, 2016. С. 47–95.
3. Смеречинська Л. Формування життєстійкості в умовах професійного розвитку. Львів: ЛНУ ім. І. Франка, 2020. С. 63–110.
4. Титаренко Т. М. Життєстійкість особистості: теоретичні засади і практичні моделі. Київ: Либідь, 2018. С. 101–145.
5. Хоменко О. В. Розвиток стресостійкості та адаптивних можливостей фахівців. Київ: Академвидав, 2020. С. 57–118.

УДК 159.9

В.В. Вишньовський, к.психол.н., доцент; В.В. Мельник

(Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, Україна)

РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ЯК КОМПОНЕНТ SOFT SKILLS СУЧАСНОГО МЕНЕДЖЕРА-КОНСУЛЬТАНТА

V.V. Vyshnovskyi Ph.D, Assoc. Prof.; V.V. Melnyk