

УДК 159.9.942

DOI: [https://doi.org/10.18524/2707-0409.2021.1\(53\).241360](https://doi.org/10.18524/2707-0409.2021.1(53).241360)**Татьянчиков А. О.**

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології Національного університету
«Одеська юридична академія»
e-mail: marisel039@ukr.net
ORCID ID 0000-0003-1721-0891

Крюкова М. А.

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології Національного університету
«Одеська юридична академія»
e-mail: marisel039@ukr.net
ORCID ID 0000-0002-7447-196X

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТАНУ ВНУТРІШНЬОГО ДИСКОМФОРТУ СЛІДЧИХ З РІЗНИМ ДОСВІДОМ РОБОТИ ТА ШЛЯХИ ЇХ КОРЕКЦІЇ

Актуальність теми пов'язана із фактом, що частота прояву негативних емоційних станів з часом приводить до перетворення їх у постійний фон професійного життя. Специфіка діяльності слідчого полягає в тому, що негативні емоції характеризуються більшою інтенсивністю, ніж позитивні, вони спрямовані всередину і досить часто не мають зовнішнього вираження. Загальна тенденція полягає у тому, що у слідчих з високим рівнем емоційного дискомфорту відсутнє почуття задоволення життям, діагностується емоційне напруження, тривожність, скутість, невпевненість, невірноваженість. У них відстежується тенденція до постійного зниження настрою, виникнення стану апатії, емоційного застрягання на своїх невдачах; відсутнє вміння прислухатися до себе і своїх почуттів, розвинене неадекватне сприйняття різних життєвих ситуацій (підвищується драматизм сприйняття).

Психологічна діагностика емпірично підтвердила особливий психологічний статус п'ятого року перебування на посаді слідчого щодо формування внутрішнього дискомфорту.

Ключові слова: особистість слідчого, професійна діяльність, стаж роботи, дискомфорт, стрес, емоційна напруга, дисгармонія.

Постановка проблеми. В умовах соціально-економічної трансформації, яка відбувається в Україні, до особистості висуваються підвищені вимоги, передусім до її активності у різних сферах діяльності та спілкування. Важливим осередком розвитку особистості є професійна діяльність, конфліктні переживання у межах якої можуть бути пов'язані з сильним негативним емоційним напруженням, почуттям внутрішнього дискомфорту. Особливо це стосується професійної діяльності слідчого, коли тривале емоційне напруження може негативно впливати на прийняття процесуальних рішень, які завжди пов'язані з внутрішнім переконанням. Наслідком цього можуть бути різні форми негативних емоційних станів, в тому числі внутрішній дискомфорт, нервові виснаження та невроз. Частота прояву негативних емоційних станів приводить до перетворення їх у постійний фон професійного життя. Для запобігання подібного професійного вигорання актуальним є прогнозування негативних емоційних станів та їхня профілактика у професійній діяльності слідчого, яка перебігає у змінених умовах, які відрізняються від звичайних та пред'являють підвищені вимоги до працівника, є частою причиною помилок і зривів у роботі, несприятливо впливають на працездатність та стан здоров'я. Все це змушує по-новому ставити питання про необхідність детального вивчення негативних емоційних станів особистості, в тому числі стану її внутрішнього дискомфорту.

Мета статті полягає в емпіричному вивченні динаміки станів емоційного дискомфорту у слідчих з різним досвідом роботи та розробці рекомендацій з коректувальної роботи.

Об'єкт дослідження: особистість слідчого.

Предмет дослідження: психологічні особливості стану внутрішнього дискомфорту слідчих.

Виклад основного матеріалу дослідження. Вказаний аспект проблеми частково розглядався в галузі медичної психології в контексті взаємодії лікаря і хворого (Б. Д. Карвасарський, М. С. Лебединський, О. М. Свядоц, В. О. Ташликов та ін.), соціально-психологічних факторів ефективності медичних працівників (І. Вітенко, І. М. Гурвіч, Л. М. Коробка та ін.), проте поза межами наукових розвідок залишилась особистість слід-

чого з індивідуальними властивостями емоційного реагування на професійно значущі ситуації.

В особливих умовах професійної діяльності можливість роботи людини з максимальною користю для суспільства визначається не тільки її професійною підготовкою і цілеспрямованістю, а й стійкістю до емоційних впливів (Н. Є. Водоп'янова, О. О. Деркач, О. С. Старченкова, Н. І. Волошко, О. В. Селєзнява, С. О. Філіппов та ін.). При формальному збереженні професійної активності особистість може проявляти надмірно підвищену вразливість, емоційну збудливість, перебільшену екстраверсію та водночас ригідність та афективність мислення. В інших випадках можуть відзначатися підкреслена інтроверсія та значні порушення цілісності, глибини, стійкості та пластичності властивостей характеру (Е. Ф. Зеєр [5]). Специфіка негативних емоційних станів співвідноситься як з розладами здоров'я та аномаліями особистості (Г. О. Балл [4]), так і з характерними суперечностями психіки у межах психічної норми, психічного здоров'я особистості, особистісного дискомфорту (О. П. Саннікова [6]). Особистісний дискомфорт визначається Т. М. Титаренко як нормативний стан особистості, який може виникнути під впливом несприятливих обставин, кризових ситуацій, професійних конфліктів (Т. М. Титаренко [7]).

Результати дослідження. Психодіагностика станів емоційного дискомфорту здійснювалася за допомогою опитувальника «Шкала емоційного дискомфорту» О. Б. Фанталової та колір-ного тесту М. Люшера.

У таблиці 1 показана загальна тенденція проявів емоційного дискомфорту у вибірці слідчих. Ми припускаємо, що узагальнення станів внутрішнього дискомфорту слідчих надає можливість виділити основні критерії їх професійної та особистісної адаптації.

Аналіз результатів показав, що низький рівень емоційного дискомфорту (тобто тенденцію до переживання стану внутрішнього комфорту) отримали 12,34 % слідчих з загальної вибірки. Їхня емоційна врівноваженість та спокій, вміння легко виражати свої емоції позитивно впливають на відповідність прийнятих рішень у когнітивно складній ситуації. Ці респонденти

Таблиця 1

Загальна тенденція проявів внутрішнього дискомфорту у слідчих

Показники	Низький рівень (комфорт)		Середній рівень (нульовий стан)		Високий рівень (дискомфорт)	
	К-ть виборів	%	К-ть виборів	%	К-ть виборів	%
Емоційний дискомфорт	28	12,34 %	164	72,70 %	35	14,99 %

характеризуються стабільним настроєм, домінуванням позитивних емоційних станів та самосприйняття, що обумовлює не тільки адекватність прийняття професійних рішень, але й наявність внутрішніх ресурсів та умов для досягнення життєвих планів.

Середній рівень (умовно нульовий стан) виявлено у 72,70 % слідчих. Респонденти цієї групи характеризуються досить високим особистісним резервом — вмінням переключатися з негативних переживань, розвиненими компенсаторними здібностями, які дозволяють досить швидко відновлювати емоційну рівновагу, інтегрувати негативні переживання у позитивні, але часткова напруга при цьому залишається. Переживання слідчих цієї підгрупи мають виражений негативний відтінок, але вони можуть переходити в позитивні емоції. Процес прийняття рішення може утруднюватися посиленою рефлексією, яка не перевищує професійно необхідних меж. Досліджувані цієї підгрупи потребують посиленої психологічної уваги з боку психолога та періодичного психологічного супроводу.

Високий показник за шкалою емоційного дискомфорту отримали 14,99 % слідчих. У них відсутнє почуття задоволення життям, діагностується емоційне напруження, тривожність, скутість, невпевненість, неврівноваженість, відсутнє вміння прислухатися до себе і своїх почуттів, розвинене неадекватне сприйняття різних життєвих ситуацій (підвищується драматизм сприйняття). В цілому негативні переживання, діагностовані у цій підгрупі, призводять до зниження ефективності та адекватності прийняття рішень.

Більша диференціація результатів проведеного психодіагностичного обстеження слідчих за показниками внутрішнього

дискомфорту представлена у респондентів, які мають досвід роботи до 3 років. Диференціація ступенів вираженості станів внутрішнього дискомфорту у слідчих з досвідом роботи в ОВС до 3 років майже не помітна (стан комфорту складає 1,62; нульовий стан — 2,15; стан внутрішнього дискомфорту — 2,32).

Але, починаючи з п'ятого року перебування в професії, можна спостерігати тенденцію: цей період становлення особистості слідчого як професіонала є своєрідним психологічним рубіконом, який виступає гарантом адаптації особистості до умов перебування у складних стресогенних умовах праці. В термін до 5 років роботи в ОВС має місце суттєвий зсув інтернальних складових у бік підвищення внутрішньої комфортності (стан комфорту складає 4,65; нульовий стан — 5,05; стан внутрішнього дискомфорту — 3,37).

Тенденція, діагностована на попередньому зрізі, зберіглася і в терміні роботи до 10 років, але зі збільшенням показників, що свідчить про суттєве підвищення загальної напруженості життєдіяльності слідчих саме на 10 році професійної кар'єри.

Додаткове вивчення ступеня вираженості емоційної напруги здійснювалося нами за допомогою теста М. Люшера.

Як показали результати тестування й подальше ранжування кольорів, саме суб'єктивний, а не професійний досвід виступає провідним чинником внутрішнього емоційного стану слідчих. Як видно з таблиці 2, рейтинг кольорів, яким надається перевага, суттєво не залежить від досвіду роботи в слідчих органах, а обумовлюється внутрішньоособистісними та індивідуальними характеристиками, які значною мірою впливають на фон настрою, загальну психічну активність, спонукальну силу мотиваційної сфери, напруженість потреб слідчих, тобто визначаються набором стійких особистісних характеристик і актуальним станом, який формується конкретною соціальною ситуацією.

Найбільш значущим з точки зору проєктивної діагностики внутрішньоособистісного конфлікту слідчих постає синій колір, оскільки його вибір обумовлює такі особливості як концентрованість (зосередженість на внутрішніх проблемах), пасивність, глибина переживань, чутливість, гетерономність (залежність від зовнішніх дій). Високі рейтинги синього кольору на всіх

Таблиця 2

Рейтинг кольірних виборів в групах слідчих за еталонами М. Люшера

Кольоровий вибір	Рейтинг	до 3 років роботи	до 5 років роботи	до 10 років роботи
Синій	15	5,64	9,03	7,01
Зелений	13	2,45	6,94	3,56
Червоний	11	2,15	0,73	4,42
Жовтий	9	1,71	3,66	2,45
Фіолетовий	7	0,44	1,85	—
Коричневий	5	0,37	0,66	0,52
Чорний	3	2,06	1,84	0,93
Сірий	1	0,07	—	0,26

діагностичних зрізах (див. табл. 2) означають насущну потребу слідчих у спокої, приховану підвищену сензитивність та незадоволеність собою (у вибірці з досвідом роботи до 3 років рейтинг синього кольору складає 5,64; до 5 років — 9,03 та до 10 років — 7,01). Ці рейтинги найвищі серед всіх кольорів та визначають провідну психологічну проблему.

Другий за значущістю у рейтингу еталонних кольорів за М. Люшером — зелений колір — означає низку внутрішніх та індивідуально прихованих або витискуваних проблем у вибірці слідчих, а саме ригідність особистісних установок, пасивність, захисні тенденції у поведінці, автономність (у вибірці слідчих з досвідом роботи до 3 років рейтинг зеленого кольору складає 2,45; до 5 років — 6,94 та до 10 років — 3,56). Афективними компонентами зеленого виступили наполегливість, самовпевненість, упертість і самоповага.

Третім за значущістю у нашому рейтингу виступив червоний колір, перевага якого підкреслює розвинену силу волі, активність, необхідну агресивність; але означені якості мають екстернальну спрямованість (у вибірці слідчих з досвідом роботи до 3 років рейтинг червоного кольору складає 2,15; до 5 років — 0,73 та до 10 років — 4,42). Його афективними компонентами виступили збудливість, владність.

Найнижчі рейтинги у вибірці слідчих були у фіолетового, коричневого та сірого кольорів, що свідчить про особистісні тенденції щодо активної соціальної позиції, вміння брати на

себе відповідальність за власні дії, певний тілесний дискомфорт та ін.

Для психопрофілактики або уникнення перших проявів внутрішнього емоційного дискомфорту особливого значення, на наш погляд, набувають елементи емоційно-вольового тренінгу, основною метою якого є формування особливих психічних станів, здатних допомогти слідчому в оптимальному використати своїх особистісних резервів щодо подолання негативних емоційних станів, повно розкрити свій потенціал. Оптимальний психічний стан слідчого є результатом систематичної роботи над собою з метою набуття навичок управління своїми емоціями та почуттями, налаштуванням на подолання труднощів, зняття впливу психологічного вантажу тимчасових особистих або службових невдач та ін. Отже, можливості самостійно змінювати процеси, які відбуваються у власному організмі, та управління ними, має велике значення для профілактики внутрішніх станів дискомфорту у слідчих. Шляхом саморегуляції можна навчитися активізувати або гальмувати психічні стани або впливати на мотиваційні процеси, підвищувати дієвість мотивів та установок. Це дуже важливо у ситуаціях, які суб'єктивно сприймаються особистістю як скрутні, стресові. На наш погляд, окрім доступних прийомів емоційної регуляції як превентивних заходів щодо усунення ознак внутрішнього дискомфорту доцільним є використання прийомів логіки, оскільки часто стан внутрішнього дискомфорту потребує спокійного аналізу та усвідомлення його витоків. При цьому спочатку можна переконати себе у нераціональності емоційних станів, які переживаються, неадекватності нервового напруження, а потім — у доцільності іншого стилю діяльності та поведінки у стані емоційного дискомфорту.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Емоційний дискомфорт як складова внутрішнього конфлікту слідчого розглядається нами як порушення емоційної рівноваги, яке розкриває характеристики домінуючого негативного емоційного стану, та характеризується неприємними суб'єктивними переживаннями. Специфіка прийняття рішення слідчими під впливом емоційного дискомфорту полягає у тому, що негативні

емоції характеризуються більшою інтенсивністю, ніж позитивні, вони спрямовані інтернально та досить часто не мають зовнішнього вираження.

У слідчих з високим рівнем емоційного дискомфорту відсутнє почуття задоволення життям, діагностується емоційне напруження, тривожність, скутість, невпевненість, неврівноваженість; відстежується тенденція до постійного зниження настрою, виникнення стану апатії, емоційного застрягання на своїх невдачах; відсутнє вміння прислухатися до себе і своїх почуттів, розвинене неадекватне сприйняття різних життєвих ситуацій (підвищується драматизм сприйняття). Психологічна діагностика емпірично підтвердила особливий психологічний статус п'ятого року перебування на посаді слідчого щодо формування внутрішнього дискомфорту. В термін до 5 років роботи у слідчих органах має місце суттєвий зсув інтернальних складових у бік підвищення внутрішньої комфортності.

Список використаних джерел і літератури

1. Водопьянова Н. Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика / Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С. — СПб.: Питер, 2008. — 336 с.
2. Волошко Н. І. Вплив психофізіологічних властивостей фахівця на професійну діяльність / Н. І. Волошко // Актуальні проблеми професійної орієнтації та професійного навчання незайнятого населення в умовах фінансово-економічної кризи: зб. наук. праць за матеріалами IV Всеукр. наук.-практ. конф., 30 жовт. 2009 р. — К.: ІПК ДСЗУ, 2010. — С. 79–88.
3. Деркач А. А. Акмеологическая культура личности: содержание, закономерности, механизмы развития / А. А. Деркач, Е. В. Селезнева. — М.: МПСИ; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2006. — 493 с.
4. Діалогічність як форма існування і розвитку особистості: монографія / за заг. ред. Г. О. Балла, М. В. Папучі]. — Ніжин: Міланік, 2015. — 343 с.
5. Зеер Э. Ф. Психология профессиональных деструкций / Э. Ф. Зеер, Э. Э. Сыманюк. — М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2005. — 240 с.
6. Санникова О. П. Результаты апробации оригинального тест-опросника социальной адаптивности / О. П. Санникова // Вестник Харьковского ун-та. — Харьков, 2002. — № 550. — С. 211–214.
7. Титаренко Т. М. Життєві завдання особистості в інтерперсональному контексті / Т. М. Титаренко // Психолого-педагогічні засади розвитку особистості в освітньому просторі: матер. методол. семінару АПН України 19 березня 2008 р. — К.: АПН України, 2008. — С. 411–418.

8. Філіппов С. О. Профілактика синдрому «вигоряння» як умова оптимізації правоохоронної діяльності співробітників органів охорони державного кордону // Пробл. загал. та педагог. психології: зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. Максименка С. Д. Т. 5, ч. 4. — К., 2013. — С. 335–338.

REFERENCES

1. Vodop'yanova, N. E. (2008). Sindrom vygoraniya: dagniastika i profilaktika. [Burnout syndrome: diagnosis and prevention]. SPb.: Piter. [in Russian].
2. Voloshko, N. I. (2010). Vplyv psixofiziologichnykh vlastyvostej faxivcyu na profesijnu diyal'nist' [The influence of psychophysiological properties of the specialist on professional activity]. Aktual'ni problem' profesijnoyi oriyentaciyi ta profesijnogo navchannya nezajnyatogo naseleण्या v umovax finansovo — ekonomichnij kryzy': zb. nauk. Prac' za materialamy' IV Vseukr. nauk.-prakt. konf., 30 zhovt.2009 r. K.: IPK DSZU. [in Ukrainian].
3. Derkach A. A. (2006). Akmeologicheskaya kultura lychnosti: sodержanie, zakonmernosti, mexaizmy razvitiya [Acmeological culture of personality: content, patterns, mechanisms of development]. M.: MPSY'; Voronezh: NPO «MODEK. [in Russian].
4. Dialogichnist' yak forma isnuvannya i rozvy'tku osoby'stosti: Monografiya [Dialogicity as a form of existence and development of personality]. (2015). [Za zag. red. G. O. Balla, M. V. Papuchi]. Nizhy'n: Milanik. [in Ukrainian].
5. Zeer, E. F. (2005). Psixologiya professyonal'nyh destrukcij [Psychology of professional destruction]. M.: Akademicheskij proekt; Ekaterynburg: Delovaya kny'ga. [in Russian].
6. Sannikova, O. P. (2002). Rezul'taty aprobacii' oryiginal'nogo test-oprosnika socialnoj adaptivnosti [The results of approbation of the original test questionnaire of social adaptability]. Xar'kov. [in Russian].
7. Tytarenko, T. M. (2008). Zhyttyevi zavdannya osobystosti v interpersonal'nomu konteksti. [Life tasks of the individual in an interpersonal context]. K.: APN Ukrayiny. [in Ukrainian].
8. Filippov, S. O. (2013). Profilakty'ka sy'ndromu "vy'goryannya" yak umova opyt'mizaciyi pravooxonnoyi diyal'nosti spivrobitny'kiv organiv oxorony' derzhavnogo kordonu. [Prevention of "burnout" syndrome as a condition for optimizing law enforcement activities of state border guards]. [in Ukrainian].

Tatianchikov A.

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of Psychology, National University "Odessa Law Academy"

Kriukova M.

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of Psychology, National University "Odessa Law Academy"

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE STATE OF INTERNAL DISCOMFORT OF INVESTIGATORS WITH DIFFERENT WORK EXPERIENCE AND WAYS OF THEIR CORRECTION

In the conditions of socio-economic transformation that takes place in Ukraine, to personality increase requirements are pulled out, foremost to the sphere of her activity in the different spheres of activity and communication. The important cell of development of personality is her professional activity, the conflict experiencing within the limits of that can be related to strong negative emotional tension, sense of internal discomfort. Especially it touches professional activity of investigator, when the protracted emotional tension can negatively influence on quality of implementation of functional duties, on the acceptance of judicial decisions that is always related to internal persuasion and often results in the different forms of the negative emotional states, including to internal discomfort.

Frequency of display of the negative emotional states results in converting of them into the permanent background of professional life. For prevention of the similar professional burning down, actual are credible prognostication of the negative emotional states and their prophylaxis in professional activity of investigator, that runs across in the changed terms that differ from ordinary.

The indicated aspect of problem was partly examined in industry of medicopsychology in the context of psychology of cooperation of doctor and patient, features of professional activity of medical workers and socialpsychological factors of her efficiency, however out of limits of scientific розвидок there is personality of investigator with individual properties of the emotional reacting on professionally meaningful situations.

The aim of the article consists in the empiric study of dynamics of the states of emotional discomfort in investigators with different experience and development of recommendations from adjustment work.

Thus, emotional discomfort as constituent of internal conflict of investigator, examined by us as distorting the emotional balance, that

exposes descriptions of the dominant negative emotional state, and is characterized subjective bad quarter of a hour. The specific of decision-making by investigators under act of emotional discomfort consists in that negative emotions are characterized greater intensity, than positive, they are directed інтернально and often enough does not have external expression.

A general tendency consists in that for investigators with the high level of emotional discomfort absent sense of pleasure life, emotional tension, anxiety, constraint, uncertainty, mental instability, is diagnosed. In addition, for them a tendency is watched to the permanent decline of mood, origin of the state of apathy, emotional застрягання on the failures; absent ability to listen to itself and feelings, inadequate perception of different vital situations (the dramatic effect of perception rises) is developed.

Psychological diagnostics empiric confirmed the special psychological status of fifth year of stay in position of investigator in relation to forming of internal discomfort. This period of becoming of personality of investigator as a professional is original psychological Rubicon, that comes forward as a guarantor of adaptation of personality to the terms of stay in the difficult стресогенних terms of labour or, vice versa, without corresponding psychological accompaniment, passing of service can create terms for disharmonious development of personality. In a term 5 to works in investigative agencies has place substantial change of інтернальних of constituents toward the increase of internal comfort.

Key words: personality of investigator, professional activity, experience of work, discomfort, stress, emotional tension, disharmony.

Стаття надійшла до редакції 11.02.2021

УДК 159.9

DOI: [https://doi.org/10.18524/2707-0409.2021.1\(53\).241361](https://doi.org/10.18524/2707-0409.2021.1(53).241361)

Чернишов В. О.

аспірант кафедри психології та педагогіки,

Університет сучасних знань

e-mail: gg-82@ukr.net

ORCID ID 0000-0002-8020-2846

ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ КАНДИДАТІВ У ВОДІЇ ПРИ ВИВЧЕННІ ПРАВИЛ ДОРОЖНЬОГО РУХУ

У статті розглянуто окремі аспекти психологічної готовності курсантів — майбутніх водіїв до керування транспортними засобами (ТЗ). Акцентовано підвищений рівень психологічної небезпеки при керуванні автотранспортом, у зв'язку з чим зроблено ухил на аналіз передумов готовності майбутніх водіїв до адаптації в умовах нової специфічної діяльності, пов'язаної з керуванням та взаємодією з іншими учасниками дорожнього руху. Обґрунтовано потребу актуалізації уваги майбутніх водіїв на психологічних складниках участі у дорожньому русі та можливих психологічних та психофізіологічних ризиках для курсантів. Описано основні складники оцінки готовності курсантів до водіння при вивченні Правил дорожнього руху та практикування за кермом. Визначено важливі якості та риси, які мають бути притаманні майбутнім водіям для успішного здійснення керування, а також для комфортного психологічного самопочуття за кермом. Акцентовано увагу на понятті емоційного вигорання водія, що пов'язує зниження рівнів емоційної стійкості та уважності при керуванні певний термін часу (2–3 роки). Виокремлено особливості темпераменту та нервово-психічні особливості досліджуваних, які мають визначальний вплив на успішність керування та параметри психофізіологічної безпеки майбутнього водія. Деталізовано питання профілактики та подолання надмірної емоційної напруги у зв'язку із підготовкою майбутніх водіїв до керування автотранспортом та виокремлено нагальність недопущення емоційно нестійкого стану, що