

котра полягає у звільненні тіла і психіки від зайвого напруження та їх підготовці до виконання тренувальних вправ; рефлексії, яка є процесом самопізнання внутрішніх психічних процесів та станів, тобто вона створює в особистості цілісний образ її стану, що є важливим для його репродукції, корекції й реабілітації; самонавіювання, що передбачає використання самонаказів для відтворення вербальних фраз у свідомості та їх сприймання на емоційному рівні. Також, формування емоційно-вольової стійкості має передбачати тренування емоційно-вольових якостей, що доцільно проводити в умовах значної емоційної напруги, гострого дефіциту часу. Такі дискомфортні умови стимулюють розвиток вольової активності та активізацію вольових центрів у підкіркових структурах головного мозку. Напружені ситуації викликатимуть сильні емоції, однак у міру звикання до подібних умов негативний емоційний вплив буде послаблюватись, з'явиться відповідний досвід, який допоможе в конкретних умовах діяльності проявити емоційно-вольову стійкість і виконати відповідне завдання. Отже, розвинути у військослужбовця МВС України емоційно-вольову стійкість можливо з допомогою спеціально розробленої програми, яка має включати комплекс науково обґрунтованих тренувальних вправ спрямованих на розвиток структурних компонентів емоційно-вольової стійкості, а саме: емоційного компоненту (здатність чи нездатність керувати власними емоціями) та вольового компоненту (уміння здійснювати саморегуляцію поведінки та організацію дій, вчинків відповідно до свідомо визначених цілей), що і вбачаємо в перспективах подальших розвідок.

Боснюк В.Ф., канд. психол. наук, доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах, Національний університет цивільного захисту України

Взаємозв'язок емоційної сфери з копінг-поведінкою рятувальника

Професія рятувальника відноситься до емоційно напружених видів діяльності. Існування фактору особистісної небезпеки і відповідальності детермінують достатньо типову картину виникнення емоцій, їх якісних характеристик і можливих впливів на поведінку і діяльність.

У зарубіжній психології для позначення специфіки способів поведінки людини в скрутних ситуаціях використовуються терміни «coping». Копінг – це динамічний процес, протікання якого обумовлюється не тільки характеристиками самої ситуації, але і її взаємодією з особистісними характеристиками суб'єкта. Його психологічне значення полягає в адаптації індивіда до ситуації, що викликає труднощі. На сьогодні у вітчизняній психології під копінгом розуміють великий спектр активності індивіда, починаючи з неусвідомлюваних психологічних захисних механізмів і закінчуючи цілеспрямованими способами подолання кризових ситуацій. Не можна спрощено концептуалізувати психологічне подолання стресу лише як механізми психологічного захисту або як копінг-стратегії, які в свою чергу направлені або на емоційне реагування або на вирішення проблеми. Зазвичай в

процесі подолання стресу на різних рівнях одночасно співіснує велика кількість неповторних комбінацій копінг-стратегій та механізмів психологічного захисту. Пропорційне представництво цих механізмів змінюється залежно від того, як оцінено стресову ситуацію, якими копінг-ресурсами володіє суб'єкт. Тому при оцінці копінгу рятувальниками потрібно враховувати як усвідомлені так і неусвідомлені стратегії поведінки.

На основі здійсненого аналізу, можна припустити, що емоції які супроводжують рятувальника в стресових умовах будуть впливати на вибір ним копінг-стратегій та механізмів психологічного захисту особистості.

Для перевірки даного припущення було проведене дослідження на вибірці 50 працівників пожежно-рятувальних підрозділів м. Харкова. Для визначення домінуючих копінг-стратегій використовувався «Копінг-тест» Р. Лазаруса. Механізми психологічного захисту вивчалися за допомогою опитувальника «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика. Для діагностики особливостей емоційної сфери рятувальників використовувалась «Шкала диференціальних емоцій» К. Ізарда в адаптації А.Б. Леонової.

Кореляційний аналіз копінг-стратегій і механізмів психологічного захисту з емоційним переживанням дозволив встановити ряд взаємозв'язків. Виявилось, що індекс позитивних емоцій достовірно значущо корелює з копінг-стратегією «самоконтроль» ($r = 0,31$, $p = 0,029$) та захистами «витіснення» ($r = -0,30$, $p = 0,037$) і «компенсація» ($r = 0,28$, $p = 0,048$).

В рамках індексу гострих негативних емоцій встановлений зв'язок з копінг-стратегіями «планування вирішення проблем» ($r = -0,29$, $p = 0,043$) і «позитивна переоцінка» ($r = 0,29$, $p = 0,044$) та механізмом психологічного захисту «реактивне утворення» ($r = 0,30$, $p = 0,034$).

Було виявлено, що індекс тривожно-депресивних емоцій на достовірному рівні значущості взаємопов'язаний з копінг-стратегіями «дистанціювання» ($r = 0,28$, $p = 0,048$) та «планування вирішення проблеми» ($r = -0,40$, $p = 0,004$) і захистами «регресія» ($r = 0,32$, $p = 0,024$) і «реактивне утворення» ($r = 0,32$, $p = 0,022$).

Змістовний аналіз одержаних кореляцій і їх узагальнення дозволяють стверджувати, що стан тривоги і страху, що викликають негативні емоційні переживання можуть заважати використанню конструктивних способів вирішення проблем. В ситуаціях ризику й загрози у рятувальників, для яких характерне переважання гострих негативних і тривожно-депресивних емоцій блокується доступ до ефективних копінг-стратегій, тому вони змушені звертатися до механізмів психологічного захисту, що в екстремальних ситуаціях може заважати ефективному подоланню стресу і успішному виконанню професійних обов'язків.

Позитивний емоційний фон, навпаки, активізує усвідомлену форму реакції на дію стресу – «самоконтроль». Це проявляється в здатності індивіда подавляти деструктивний вплив негативних емоцій і регулювати свої дії.

Отже, тип емоційного переживання стресової ситуації може розглядатися в якості ресурсу копінг-поведінки рятувальника. Чим більша вираженість

негативних емоцій, тим сильніше активізуються механізми психологічного захисту.

Григорук А.О., курсант 3-го курсу психологічного факультету Інституту кримінально-виконавчої служби

Левенець А.Є., канд. психол. наук, старший викладач кафедри практичної психології Інституту кримінально-виконавчої служби

Психологічна характеристика змін у законодавстві, як фактор попередження правопорушень

Впровадження служби пробації є значним кроком у побудові безпечного суспільства, тобто соціального середовища, де правопорушення будуть скоріше випадковими, ніж зловмисними, а рецидивних злочинів взагалі не буде. Зрозуміло, сподіватись на швидкі позитивні зміни не варто, проте рух в позитивному напрямі можливий за умов розуміння психологічної сутності служби пробації.

Служба пробації має багато завдань: підготовка досудових доповідей щодо осіб, які притягаються до кримінальної відповідальності; здійснення нагляду; виконання певних видів покарань, не пов'язаних з позбавленням волі; направлення засуджених до обмеження волі для відбування покарання до виправних центрів; реалізація пробаційних програм щодо осіб, звільнених від відбування покарання з випробуванням; проведення соціально-виховної роботи; здійснення заходів щодо підготовки осіб, які відбувають покарання у вигляді обмеження волі або позбавлення волі на певний строк, до звільнення

З огляду на проблему попередження рецидивної злочинності найбільш важливою є така форма як наглядова пробація. На нашу думку, розробка форм та методів наглядової пробації, порядок її здійснення потребує серйозного наукового аналізу, психологічного обґрунтування та апробації результатів досліджень на експериментальних майданчиках. Особливо гостро це питання постає в тому разі, коли йдеться про реалізацію пробаційних програм.

Відповідно до закону, органи пробації під час наглядової пробації реалізують пробаційні програми щодо осіб, звільнених від відбування покарання з випробуванням. Зазначена міра покарання застосовується лише до осіб, які вперше вчинили правопорушення. Зрозуміло, що здебільшого це стосується осіб юнацького віку й неповнолітніх. Пробація щодо неповнолітніх – це пробація стосовно осіб віком від 14 до 18 років. Вона спрямована на забезпечення їх нормального фізичного і психічного розвитку, профілактику агресивної поведінки, формування мотивації до позитивних змін особистості та поліпшення соціальних стосунків.

Органи пробації сприяють залученню неповнолітніх до навчання та здобуття ними повної загальної середньої освіти. Крім того, необхідне створення сприятливого соціального середовища, налагодження соціально корисних зв'язків. Тому виховна робота щодо неповнолітніх має проводитися із