

набуття позитивних рис, які дозволяють людині ефективніше протистояти стресу в майбутньому. Дана властивість є комплексною, складається із різних аспектів та має певну структуру, проте, її важливість у сучасному, сповненому стресом, житті важко переоцінити.

ЛІТЕРАТУРА

1. Bonanno G.A. Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely adverse events? *American Psychologist*. 2004. Vol. 59.
2. Miller E.D. Reconceptualizing the role of resiliency in coping and treatment. *Journal of loss and trauma*. 2003. №8.
3. Richardson, Glenn E. The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of clinical psychology*. 2002. № 58
4. Richardson, Glenn E. The resiliency model. *Health education*. №21.6. 1990.
5. Rutter M. Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*. 2006. № 1094 (1).
6. Зеркалов Д. В. Наукові основи охорони праці: монографія. Київ. Основа, 2015. 934 с.
7. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: підручник. Львів, Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.

Олег ДЕРГАЧОВ

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти, Поліський національний університет, м. Житомир, Україна

ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ УМОВ ТА ЧИННИКІВ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА РОЗВИТОК ПРОФЕСІЙНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ ПРАЦІВНИКІВ ДЕРЖАВНОЇ КРИМІНАЛЬНО-ВИКОНАВЧОЇ СЛУЖБИ УКРАЇНИ

Професійна деформація – деструкції, які виникають під час професійної діяльності й негативно впливають на її продуктивність. Професійні деструкції – це зміни сформованої структури діяльності й особистості, що негативно впливають на продуктивність праці та взаємодії з колегами [4].

Проведеними психологічними дослідженнями встановлено, що професійна діяльність працівників державної кримінально-виконавчої служби України наповнена стрес-чинниками, а саме: ризик небезпеки; раптовості; збільшенням інтенсивності дій в умовах дефіциту часу; невизначеності дій в умовах екстремальних ситуацій, що не обумовлені інструкціями; психологічний вплив засуджених (ув'язнених), як носіїв антисоціальної поведінки тощо.

М. Самойлов стверджує, що розвитку психічних порушень, стресових станів і професійної деформації сприяє специфіка професійної діяльності працівників кримінально-виконавчої служби – перебування в ізольованому просторі з накопиченням асоціального досвіду засуджених, гніт власних думок, проведення паралелій з особистим життям тощо.

Сучасні дослідження показали, що зниження відчуття задоволеності від власної праці – стійка прогресуюча тенденція працівників ДКВСУ, що викликає почуття байдужості до своєї діяльності та зменшує працездатність. Проходження служби в пенітенціарних установах часто стає причиною різноманітних психічних розладів, а система пенітенціарних закладів – «полігоном їх відтворення». Д. Прайс, А. Ліблінг і Г. Шефер зазначають, що «тюремна праця» має значний емоційний вплив на персонал з причини її визначення як «каральної» із середовищем тривоги, страху і страждань, що обумовлені позбавленням волі та примусом.

Н. Цвіткова та С. Кулакова виявили, що в 20% співробітників силових структур (кримінально-виконавчої служби) відмічається підвищений рівень організаційного стресу, вони можуть потребувати допомоги психолога.

Організаційний стрес – професійний стрес породжений незадовільним станом організаційних умов праці. Синдром професійного вигорання – є наслідком організаційного стресу у працівника. Американські психологи К. Маслач і С. Джексон розробили та запропонували модель професійного вигорання, в якій виділяються три групи ознак цього явища [2]:

- деперсоналізація – знеособлення міжособистісних відносин, формування цинічного та негативного відношення до колег та засуджених;

- емоційне виснаження – відчуття спустошеності та втрата гостроти почуттів, байдужість до професійної діяльності;

- редукція особистісних досягнень – ослаблення професійної мотивації та падіння професійної самооцінки, зневажливе ставлення до службових обов'язків, прагнення перекласти відповідальність на інших тощо.

С. Джексон і К. Маслач виділили ряд факторів, від яких залежить розвиток професійної деформації (вигорання):

- внутрішній психологічний досвід, що включає очікування, почуття, установки та мотиви;

- індивідуальна межа можливостей нашого «емоційного Я» протистояти виснаженню; самозбереження та протидія вигоранню;

- негативний індивідуальний досвід, в якому сконцентровані проблеми, дистрес, дискомфорт, дисфункції – їх негативні наслідки [3].

Розробка і використання різних видів соціальної, професійної та особистої підтримки працівника з боку керівництва – є головним засобом профілактики синдрому професійного вигорання. Працівникам, які відчувають прояви симптомів професійної деформації, фахівці рекомендують такі засоби:

- розширення власних соціальних зв'язків;
- власні допущенні помилки – можливість навчитися чомусь новому;
- пошук свого інтересу в будь-якій роботі;
- прагнення стати наставником для недосвідчених або молодих співробітників та ін.

Всі наведені вище рекомендації щодо попередження стресів носять досить загальний характер. Сприйнятливість до стресів на роботі в чималому ступені залежить від загального життєвого фону: наскільки успішно ми вміємо виходити з стресових ситуацій.

Зарубіжні вчені вказують на те, що з перебігом часу у працівників з високим рівнем організаційного стресу знижується вимогливість до своїх вчинків, дій, рішень тощо. Дане явище проявляється у прагненні співробітників жорстко регламентувати умови відбування покарання засуджених; посиленні до

них вимог; проявів правового нігілізму та безапеляційно ствердження власної правоти тощо.

Проаналізувавши низку наукових праць можна справедливо стверджувати, що проходження служби в пенітенціарній системі часто відбувається в несприятливих – екстремальних умовах, наслідком цього можуть стати порушення, які проявляються у вигляді професійної деформації. Негативні психофізичні чинники викликають підвищення загальної напруженості в колективі, що проявляється в грубості з підлеглими, виникненні конфліктів, посадовому бездіяльності або у вседозволеності, порушення дисципліни та законності.

Забезпечення якісного психологічного супроводу співробітника кримінально-виконавчої служби є важливим етапом підготовки до умов несення служби, можливись розвинути в ньому необхідні професійні якості. Не зважаючи на те, що Міністерство юстиції України неодноразово акцентувало увагу на необхідності психологічного забезпечення професійної діяльності персоналу установ виконання покарань, на теперішній час діяльність психологів кадрових служб не регламентована жодним нормативним документом, програми психологічного супроводу працівників відсутні.

«Самодіагностика» та завчасне виявлення в себе симптомів професійної втоми є корисним інструментом для запобігання проявів професійної деформації. Є ряд простих та універсальних порад, які допоможуть у цьому:

- здобування нових знань;
- розвиток здатності до самокритики та самоаналізу;
- вихід із «зони комфорту»;
- уміння розслаблятися.

Головним принципом запобігання професійній деформації та емоційному вигоранню є дотримання вимог психогігієни.

Виокремлюємо такі способи професійної психогігієни:

- наявність професійних цілей;
- оволодіння вміннями та навичками саморегуляції;

- підвищення самооцінки; обмін інформацією з колегами (професійне спілкування);
- емоційно-особистісне спілкування (спілкування з людьми, не пов'язаними з професійною діяльністю);
- оволодіння навичками перемикання соціальних ролей;
- визначення часових меж професійної діяльності;
- пошук захоплень, не пов'язаних із професійною діяльністю (хобі);
- усвідомлення значущості у своєму житті інших ролей;
- піклування про своє здоров'я, фізичний стан, зовнішній вигляд.

ЛІТЕРАТУРА

1. Кирилишин В. 11 видів професійних деформацій педагога та управлінця: газета «Управління освітою», №7 липень 2018 URL: <https://osvita.ua.com/2018/08/65951/> (дата звернення: 01.04.2023)

2. Настояща У. В. Проблема стресу персоналу кримінально-виконавчої служби України в діяльності психолога установ виконання покарань та слідчих ізоляторів): *Вісник психології і соціальної педагогіки*. Київ URL: https://www.psyh.kiev.ua/Настояща_У.Проблема_стресу_персоналу_кримінально_виконавчої_служби_України_в_діяльності_психолога_установ_виконання_покарань (дата звернення: 01.04.2023)

3. Ковалів М. В. Професійний стрес керівника органу внутрішніх справ та його профілактика: Науковий вісник 1'2013 ЛДУ ВС. С. 163–170 URL: https://www.lvduvs.edu.ua/documents_pdf/library/visnyky/nvsp/01_2013/13kmtjrpdf (дата звернення: 01.04.2023)

Тетяна ЦЮМАН

кандидат педагогічних наук, доцент, Київський університет імені Бориса Грінченка, м. Київ, Україна

Зоряна АДАМСЬКА

кандидат психологічних наук, доцент, Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, м. Тернопіль, Україна.