

РОЗДІЛ VI

АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ПОЛІЦЕЙСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ТА ПІДГОТОВКИ КАДРІВ ДЛЯ ПІДРОЗДІЛІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ

УДК: 159:351.74(477)

DOI: <https://doi.org/10.32366/2523-4269-2022-78-1-200-211>



Ромашенко Вікторія Євгенівна,
кандидат педагогічних наук
(Донецький державний університет
внутрішніх справ, м. Маріуполь)
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8674-9535>

Гурський Віктор Євгенович,
кандидат психологічних наук
(Донецький державний університет
внутрішніх справ, м. Маріуполь)
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0516-0332>



МЕТОДИ ВДОСКОНАЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ ПІД ЧАС БАЗОВОЇ ТА ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ОСВІТИ

У статті подано опис методів удосконалення психологічної компетентності працівників поліції під час базової та післядипломної освіти, надано структуру професійної психологічної підготовки поліцейського, досліджено нормативно-правову базу із зазначеної проблематики та визначено, як проаналізовані правові документи впливають на покращення професійно-психологічної підготовки поліцейських. Охарактеризовано завдання системи психологічного забезпечення Національної поліції України. Детально розглянуто такі методи вдосконалення психологічної компетентності працівників поліції, як тренінг, психологічна консультація, психологічні вправи, метод аварійних ситуацій, методи саморегуляції.

Ключові слова: метод; професійна психологічна підготовка поліцейського; тренінг; психологічна консультація; психологічна вправа; саморегуляція.

Постановка проблеми. Проблема психологічного здоров'я та стресостійкості працівників правоохоронних структур була актуальною завжди й набуває особливого значення в умовах сьогодення, коли наявна тенденція до підвищення екстремальності діяльності поліції, пов'язана зі збільшенням кількості терористичних актів, бойовими діями на сході країни, затриманнями злочинців, звільненнями заручників, більш частим застосуванням зброї, забезпеченням правопорядку під час проведення масових заходів тощо.

Поліцейський-професіонал – це фахівець, який не тільки володіє спеціальними знаннями й уміннями, а особистість, здатна діяти професійно в екстремальних умовах,

комунікувати з різними категоріями громадян, адекватно та кваліфіковано реагувати на події в умовах дефіциту часу та впливу стрес-факторів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У вітчизняній науковій літературі активно досліджується тема професійно-психологічної підготовки поліцейських. Зокрема, особливості забезпечення психологічного здоров'я працівників Національної поліції вивчали В. Барко та В. Остапович; питання формування психологічної та фізичної готовності особистості до дій в екстремальних умовах у своїх працях висвітлювали І. Клименко та В. Лефтеров; І. Пампура та Н. Ярема аналізували проблему використання психотехнологій у практиці підготовки особового складу правоохоронних органів; психологічні аспекти спілкування з особами, які мають намір скоїти суїцид, досліджували С. Яковенко та О. Цильмак [1; 2; 3]. Психологічна компетентність стала предметом вивчення у роботах багатьох учених (А. Алфьоров, М. Лук'янова, В. Рогозіна, Н. Кузьміна та ін.) [4; 5; 6; 7].

Метою статті є аналіз методів удосконалення психологічної компетентності працівників поліції під час базової та післядипломної освіти, дослідження впливу наявної нормативно-правової бази на професійно-психологічну підготовку поліцейських.

Виклад основного матеріалу. Аналіз нормативно-правової бази показує, що головними документами, які регламентують питання організації та проведення професійної та службової підготовки поліцейських, є Закон України від 02.07.2015 «Про Національну поліцію» [8], Постанова Кабінету Міністрів України від 28.10.2015 № 877 «Про затвердження Положення про Національну поліцію» [9], а також наказ Міністерства внутрішніх справ України (далі – МВС України) від 26.01.2016 «Про затвердження положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України» [10].

У контексті нашого дослідження розглянемо, як саме зазначені правові документи впливають на професійно-психологічну підготовку поліцейських.

У статті 72 Закону України «Про Національну поліцію» (далі – Закон) зазначено, що професійне навчання поліцейських включає декілька видів, а саме: первинну професійну підготовку; підготовку в закладах вищої освіти (далі – ЗВО); післядипломну освіту; службову підготовку як систему заходів, спрямованих на закріплення та оновлення необхідних знань, умінь та навичок працівника поліції з урахуванням оперативної обстановки, специфіки та профілю його оперативно-службової діяльності. Стаття 73 Закону визначає, що поліцейські, які вперше прийняті на службу до поліції, з метою набуття спеціальних навичок, необхідних для виконання повноважень поліції, зобов'язані пройти первинну професійну підготовку за відповідними навчальними програмами, затвердженими МВС України. Стаття 74 Закону передбачає, що до закладів вищої освіти із специфічними умовами навчання, які здійснюють підготовку поліцейських, можуть бути зараховані громадяни України, яким станом на 31 грудня року вступу виповниться 17 років. Стаття 75 Закону встановлює, що для поліцейських є обов'язковою також післядипломна освіта, яка здійснюється на загальних засадах, визначених Законом України «Про вищу освіту», і складається з таких елементів: спеціалізація; перепідготовка; підвищення кваліфікації; стажування. Згідно із Законом післядипломна освіта поліцейських може здійснюватися безпосередньо в підрозділах поліції або в закладах освіти, зокрема на договірних умовах. Перші три види професійного навчання здійснюються закладами вищої освіти зі специфічними умовами навчання МВС України, навчальними планами і програмами яких передбачено вивчення психологічних дисциплін, пов'язаних з ефективною комунікацією, стресостійкістю поліцейських тощо.

Наказ МВС України «Про затвердження Порядку організації системи психологічного забезпечення поліцейських, працівників Національної поліції України та курсантів (слухачів) закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання, які здійснюють підготовку

поліцейських» (далі – Наказ) визначає організацію, принципи, напрями, функції системи психологічного забезпечення, а також організацію роботи з курсантами та співробітниками, які потребують психологічної підтримки та допомоги. Відповідно до пунктів 1, 2 розділу 2 Наказу підрозділом, на який покладено нормативне та методичне забезпечення, контроль за організацією та виконанням завдань системи психологічного забезпечення в органах, підрозділах поліції, є структурний підрозділ з питань психологічного забезпечення центрального органу управління Національної поліції України (далі – СППЗ НПУ), а у ЗВО та науково-дослідних установах МВС України – структурний підрозділ з питань психологічного забезпечення апарату Міністерства внутрішніх справ України (далі – СППЗ МВС). Основними завданнями та функціями СППЗ НПУ є: 1) організація та безпосереднє проведення заходів психологічного забезпечення в центральному органі управління поліцією; 2) організаційно-методичне та інформаційне забезпечення роботи підрозділів психологічного забезпечення органів поліції; 3) організація та координація діяльності підрозділів психологічного забезпечення органів поліції; 4) забезпечення контролю за виконанням нормативно-правових актів Міністерства внутрішніх справ України та організаційно-розпорядчих документів Національної поліції України з питань психологічного забезпечення в органах і підрозділах Національної поліції України; 5) участь в організації роботи з добору, раціонального розподілу та призначення кадрів, навчання і професійної підготовки психологів поліції; 6) організація підготовки проєктів нормативно-правових та організаційно-розпорядчих актів з питань психологічного забезпечення в органах, підрозділах Національної поліції України; 7) вивчення та аналіз стану роботи з психологічного забезпечення в органах, підрозділах Національної поліції України вітчизняного та зарубіжного досвіду з питань психологічного забезпечення; 9) взаємодія із СППЗ МВС у частині реалізації завдань психологічного супроводження освітнього процесу в ЗВО та установах (зкладах) Національної поліції, які здійснюють професійну підготовку поліцейських; 10) взаємодія із закладами охорони здоров'я та реабілітації Міністерства внутрішніх справ України в частині профілактики та зміцнення психічного здоров'я поліцейських [11].

Психологічна компетентність обумовлює використання власного досвіду, суспільно-історичного й досвіду інших людей. Водночас компетентність передбачає відмову від прямого копіювання чужого досвіду, норм, традицій, зразків, свободи від стереотипів, установок.

На думку В. Рогозіної, психологічну компетентність слід визначати як систему знань, умінь і навичок, які забезпечують майбутньому фахівцю не тільки загальнопсихологічну підготовленість, а й високий рівень професійної самосвідомості, вміння керувати своїм психічним станом, сукупність психологічних знань і вмінь, а також певних особистісних якостей, які дозволяють ефективно здійснювати професійну діяльність. Це професійно значуще особистісне утворення, що виникає на основі синтезу теоретичних і практичних психологічних знань, умінь, навичок та забезпечує готовність і можливість фахівця психологічно мислити й діяти в навчально-пізнавальній, імітаційно-модельованій і реальній професійно-педагогічній діяльності [6, с. 163]. Н. Кузьміна розглядає психологічну компетентність як максимально адекватну, пропорційну сукупність професійних, комунікативних та особистісних якостей фахівця, котрі забезпечують не тільки загальну професійну підготовленість, а й високий рівень професійної самосвідомості, вміння керувати своїми психічними станами [7]. Л. Кузнецова та Д. Прокопенко зазначають, що психологічна компетентність правника полягає в застосуванні набутих знань у різних правових ситуаціях та вмінні виокремлювати юридично значущі факти і на цій підставі формувати обґрунтовані правові висновки, що допоможе уникнути юридичних помилок у практичній діяльності

[12, с. 94]. Є. Романенко у своєму дослідженні подає визначення: психологічна компетентність поліцейського – це оволодіння такими сферами теоретичної і практичної діяльності, які дають змогу ефективно вживати заходів щодо формування та корегування соціальних і соціально-психологічних процесів у колективі відповідно до завдань підрозділів. Автор наголошує, що ця компетентність охоплює систему знань і вмінь щодо взаємодії з іншими, навички професійного спілкування та роботи в групі [13, с. 114].

На наш погляд, психологічна компетентність поліцейського – це система знань, умінь і навичок, які забезпечують фахівцю не тільки загальнопсихологічну підготовленість, а й високий рівень професійної самосвідомості, стресостійкості, готовності до різноманітних умов професійної діяльності, уміння керувати своїм психічним станом, раціонально діяти в екстремальних ситуаціях та володіти навичками конструктивної комунікації з населенням.

Професійна психологічна підготовка поліцейського – тривалий процес, який починається на етапі початкової професійної підготовки та продовжується протягом усієї професійної діяльності. Програми психологічної підготовки поліцейських, як правило, розробляються науковцями, безпосередню психологічну підготовку здійснюють практичні психологи підрозділів поліції та керівники під час психологічного супроводу навчання та професійної діяльності поліцейських [14, с. 14].

Варто погодитися з думкою Д. Александрова, який у своєму дослідженні зазначає, що психологічна підготовленість поліцейського – сукупність сформованих та розвинених психологічних характеристик поліцейського, що відповідає специфічним і важливим психологічним особливостям та складається з чотирьох груп компонентів:

1) професійно-психологічної орієнтованості та чутливості співробітника (прагнення, інтерес і вміння розуміти психологічні аспекти ситуацій і людей, з якими він має справу, вміння розібратися в них);

2) підготовленості співробітника з психологічних аспектів ефективності професійних дій і тактики, що виявляється в розумінні психологічних умов ефективності професійних дій і вмінні забезпечувати їх створення; доцільному використанні психологічних засобів реалізації професійних дій мовних і немовних, в умілому застосуванні всього комплексу психологічних прийомів, що забезпечують більш високу результативність вирішення завдань;

3) розвиненої професійної спостережливості й пам'яті співробітника (включає вміння застосовувати психологічно обґрунтовані прийоми та правила для підвищення ефективності професійного спостереження, високим рівнем професійної уважності, натренованості органів чуттів і сприймань, натренованості у швидкому, повному й точному запам'ятовуванні, хорошому збереженні в пам'яті та правильному відтворенні значущої для вирішуваних задач інформації);

4) психологічної стійкості (виражається у здатності співробітника діяти спокійно й упевнено в психологічно складних, емоційно напружених, небезпечних і відповідальних ситуаціях) [15].

Психологічна стійкість (до невизначеності, стресу, кризи, конфлікту) визначає психічне й соматичне здоров'я людини, охороняє її від дезінтеграції та особистісних розладів, створює основу внутрішньої гармонії.

Тому психологічна підготовка працівників поліції ще у ЗВО має бути спрямована на формування стійкості до:

- негативних чинників службової діяльності: напруженості, відповідальності, ризику, небезпеки, дефіциту часу, невизначеності, несподіванок тощо;
- травмувальних чинників, що значно впливають на психіку: виду крові, трупів, тілесних ушкоджень та ін.;

– ситуацій протиборства: уміння вести психологічну боротьбу з особами, що протидіють попередженню, розкриттю та розслідуванню злочинів; протистояти психологічному тиску, маніпулюванню з боку як законослухняних громадян, так і правопорушників; не піддаватися на провокації та ін.;

– конфліктних ситуацій у службовій діяльності: уміння проаналізувати внутрішні причини конфлікту, розібратися в закономірностях їх виникнення, протікання і знайти способи вирішення конфліктних ситуацій; уміння володіти собою в психологічно напружених, конфліктних, провокаційних ситуаціях [16, с. 63–66].

Повністю поділяємо думку вітчизняних науковців В. І. Барко, В. В. Барко та В. П. Остапович, які до завдань системи психологічного забезпечення Національної поліції України відносять:

1) формування професійно-психологічної надійності працівників поліції шляхом ретельного психологічного добору, раціональної розстановки кадрів та максимального розкриття їх потенційних можливостей;

2) формування психологічної готовності працівників поліції до ефективного виконання ними професійних завдань у різноманітних умовах службової діяльності;

3) здійснення психопротективної роботи, зведення до мінімуму негативного впливу на працівників поліції шкідливих факторів службової діяльності, надання необхідної психологічної допомоги учасникам бойових дій з метою збереження їх фізичного здоров'я та психологічного благополуччя;

4) створення оптимальних соціально-психологічних умов для ефективної професійної діяльності працівників поліції та службових колективів;

5) психологічне супроводження оперативних заходів та слідчих дій [17, с. 176–181].

Стосовно методів удосконалення психологічної підготовки працівників Національної поліції України слід зазначити, що одним із найбільш дієвих методів у цьому напрямі залишається тренінг.

У тлумачному словнику вказано, що тренінг (від англ. to train – «навчати, тренувати») – це особлива форма навчання, під час якої людина максимально оволодіває новими знаннями, отримує нові навички, переглядає власні цінності та пріоритети, коригує, удосконалює та розвиває певні якості та властивості своєї особистості, обирає для себе такі форми та методи поведінки, які відповідають саме її ситуації та індивідуальності [18].

Як стверджує А. Талак-Кірик, тренінг – це форма навчання у групі з використанням інтерактивних методик, які забезпечують активну участь і творчу взаємодію учасників між собою і з викладачем (тренером), ефективна форма опанування знань; інструмент для формування умінь та навичок; форма розширення досвіду [19].

Серед інших форм навчання саме тренінг дає можливість на 90 % засвоїти отриману інформацію, адже порівняно з традиційною формою тренінг має такі переваги:

– неформальна атмосфера, що сприяє більш жвавому обговоренню запропонованої проблематики та, відповідно, кращому засвоєнню знань;

– інтерактивний обмін інформацією в декількох напрямках – між учасником і тренером, учасників між собою;

– знання та досвід учасників визнаються і цінуються, а під час традиційного навчання – викладач уважається носієм знань;

– педагог-тренер допомагає навчатися та сприймати інформацію, тоді як під час традиційної форми викладач навчає;

– на тренінгу навчання не обмежується знаннями, переважно спрямоване на усвідомлення та зміни ставлення і поведінки, тоді як під час традиційної форми процес навчання здебільшого спрямовано на надання знань;

- учасники активно діють;
- учасники відчують свою причетність до процесу навчання, відповідальність за результат. Під час традиційного навчання учасники не є рівноправними з викладачем, тому відчують певне відсторонення, безвідповідальність за результати;
- завдяки чергуванню різноманітних форм діяльності на тренінгу легше підтримувати увагу й зацікавленість;
- усі учасники мають можливість вільно висловлювати свої думки, тоді як під час традиційної форми навчання переважно одна людина говорить протягом тривалого часу.

Для працівників поліції бажаним є проведення тренінгів, що спрямовані на розвиток стресостійкості, ефективної комунікації, профілактики професійного вигорання та формування психологічної стійкості. Проведення тренінгів є обов'язковим у випадках напружених стосунків у колективі або непорозуміння між керівництвом та підлеглими. У такому разі тренінг допоможе розслабитися, довіритися, обговорити ситуацію, що склалася, і разом знайти вихід та розв'язати проблему.

Однією з дієвих технік проведення психологічного тренінгу для поліцейських, яка сприяє розвитку здібностей фіксувати зміну емоційної експресії інших людей та здатності контролювати власні емоційні реакції, є техніка «Встановлення автора» [20]. Учасники мають написати твір або, якщо це дуже складно, скласти 10 речень на тему, яка не є близькою для більшості з них. Можна запропонувати використовувати тему «Молодий піаніст». Учасників просять писати розбірливо й обов'язково вказати власне ім'я або ім'я і по батькові. Якщо виникає питання, чи будуть це читати, необхідно відповісти, що так, будуть. Після закінчення написання твору або складання речень тренер збирає аркуші, перемішує їх, пропонує учасникам розташуватися так, щоб усім було видно один одного, та зачитує твори. Учасникам потрібно спостерігати за іншими, встановити автора та повідомити про це тренера, обов'язково слід пояснити, на чому така думка ґрунтується. Важливо, щоб учасники бачили один одного на другому етапі вправи, коли тренер зачитує тексти. Якщо автора якогось тексту не вдається встановити, наприклад, коли людина є малоемоційною або добре контролює свою міміку, пантоміміку тощо, тренеру варто зробити вигляд, що він щось не може розібрати, помилитися в тексті, що дозволить спровокувати емоційні реакції автора, або прочитати цей твір удруге наприкінці вправи, коли більшість авторів уже ідентифіковано.

Цю вправу недоцільно проводити, якщо група замала за кількістю або учасники знайомі тривалий час, оскільки впізнання автора в цих випадках є надлегким, тому виконання вправи не досягає поставленої мети. Вправа викликає в учасників позитивні емоції, підвищує активність. За недостатньої мотивації окремі учасники інколи відмовляються писати твір або складати речення; якщо тренеру не вдається переконати такого учасника, необхідно попросити його покинути аудиторію на час проведення вправи.

На тренінгах доцільно використовувати відео. Радимо застосовувати в роботі фрагменти науково-популярних фільмів із психології (наприклад, «Head games»), що є у вільному доступі відеохостингової компанії «Ютуб». Прикладом тренінгової вправи з використанням відео може бути «Встановлення емоційного стану та прогнозування його наслідків». Учасники переглядають відеофрагмент, у якому людина переживає певні емоції. Потрібно визначити, яка подальша поведінка найбільш вірогідна для цієї людини та які її емоційні переживання. Основна мета вправи – розвиток здібностей розуміти емоційну експресію та передбачати перебіг соціальної ситуації. Відеофрагментів із різними емоційними станами людей протягом тренінгу можна показувати декілька залежно від наявності часу та необхідності розвитку цих здібностей. Найбільш важливими емоціями для відпрацювання є агресія, страх і горе [21, с. 213].

До обов'язкового методу вдосконалення професійної психологічної підготовки працівників поліції належить психологічна консультація. Психологічна консультація – це один із найважливіших методів психологічної підготовки й допомоги, що сприяє зняттю психічної напруженості в колективі та в поведінці окремого поліцейського, пошуку оптимальних моделей поведінки в критичних ситуаціях [22, с. 27]. Психологічне консультування завдяки спеціально організованому процесу спілкування сприяє усвідомленню правоохоронцем ситуації, висвітленню її причин, актуалізації додаткових сил і резервів для її подолання.

Узагалі робота з психологом повинна бути невід'ємною складовою психологічної підготовки працівника поліції. Саме фахівець-психолог здатен правильно підібрати практичні методи вдосконалення професійної психологічної підготовки поліцейських: психологічні вправи, тренування, метод аварійних ситуацій та інші. Психолог на консультації може допомогти поліцейському сформувати навички саморегуляції та релаксації, навчити виконувати вправи на напруження та розслаблення, що сприятиме подоланню стресової ситуації.

Психологічні вправи та тренування є системою багатократних повторень спеціальних дій і вчинків, що постійно ускладнюються, з метою формування у правоохоронців необхідних особистих якостей і підвищення психологічної надійності колективу [23, с. 28].

Для зняття психологічного напруження доцільно використовувати дихальні вправи, музикотерапію, вправи на розслаблення м'язів. Останнім часом набуває популярності EMDR-терапія – вправи, які допомагають мозку впоратися з травматичними спогадами, які ніби «застрягли». Ефективною вважається методика Джекобсона, що містить вправи, які сприяють подоланню страху, гніву, тривоги, паніки та занепокоєння.

Метод аварійних ситуацій – це сукупність прийомів і засобів, що моделюють діяльність підрозділу й окремого фахівця-правоохоронця у складних умовах (відмови технічних пристроїв та озброєння, несправності засобів зв'язку та електроживлення, аварії і передумови до аварій тощо) [23, с. 28]. Моделювання аварії здійснюється за допомогою технічних і фізичних пристроїв, а також апаратурою імітаційного моделювання. Це дозволяє уявити будь-яку реальну ситуацію і визначити оптимальні способи дій у ній окремих поліцейських і всього особового складу підрозділу. Одним із простих видів моделювання аварійної ситуації є створення, імітація різних перешкод (несправність особистої зброї, приладу наведення, короткого замикання в електричній системі тощо).

Метод аварійних ситуацій може бути реалізований завдяки алгоритмам, що створюються на основі інструкцій, указівок, аналізу помилкових дій та інженерно-психологічних рекомендацій. У короткій і наочній формі вони повинні містити перелік необхідних заходів та оптимальних прийомів для усунення відмови, помилки, несправності або будь-якої непередбаченої ситуації. Алгоритми легше запам'ятовуються у процесі психологічної підготовки особового складу, а потім швидко відновлюються в пам'яті за потреби діяти у складній обстановці. Алгоритм складається із двох основних частин. Перша – характерні аварійні ситуації або типи несправностей (відмов) – називається визначальним алгоритмом. Друга частина (вирішуваний алгоритм) – це окремі шляхи усунення несправності або відповідні дії, спрямовані на ліквідацію аварійної ситуації. Під час вивчення алгоритмів увага правоохоронців повинна зосереджуватися на розвитку рухових (моторних) і розумових навичок, від яких залежить швидкість і якість виконання окремих операцій алгоритму, який вирішується, а також правильність вибору дій відповідної ключової точки логічної схеми.

Не можна залишити поза увагою в процесі вдосконалення професійної психологічної підготовки поліцейського й методи саморегуляції. Саморегуляція (лат. *regulare* – «впорядковувати») – властивість усіх живих систем, що забезпечує їх доцільне функціонування

[18]. Тобто це здатність поліцейського керувати собою на основі сприймання та усвідомлення власних психічних станів і поведінки.

Саморегуляція має таку структуру:

- 1) визначення суб'єктом мети своєї довільної активності;
- 2) вибір програми виконавських дій, узгодженої з умовами діяльності;
- 3) здійснення неперервного контролю за ходом її реалізації;
- 4) проведення оцінки досягнутих результатів;
- 5) прийняття рішення про необхідність корекції і характер корекційної діяльності [24].

Дієвість психічної саморегуляції можлива лише за певних фізіологічних умов м'язового розслаблення і деякого зниження рівня активності мозку, у зв'язку з чим формуються так звані «зони рапорту». Останні дають можливість активного застосування словесних формулювань в умовах, які спонукають до реалізації вербального самонавіювання. В основі як навіювання, так і самонавіювання лежить зниження свідомого контролю за інформацією, що сприймається. Якщо під час навіювання зона концентрованого збудження в корі головного мозку виникає в результаті дії зовнішніх подразників, то під час самонавіювання вона може утворюватися внаслідок погасання і тренування внутрішніх асоціативних зв'язків. Самонавіювання – це процес, адресований самому собі. Самонавіювання дозволяє суб'єктові викликати в себе ті або інші відчуття, управляти процесами уваги, пам'яті, емоційними й соматичними реакціями.

Самонавіювання може бути мимовільним і довільним. Мимовільне самонавіювання звичайно опосередковане додатковими, посилювальними факторами й має потужний емоційний заряд. Довільне самонавіювання можливе, якщо зосередити думки й увагу на якому-небудь одному уявленні.

Методи саморегуляції діляться на такі групи:

- 1) методи, спрямовані на оптимізацію психічних і вегетативних функцій організму (довільне самонавіювання (метод Е. Куе), самогіпноз, аутогенне тренування (метод Й. Шульца), психорегулювальне тренування, ідеомоторне тренування, метод ритмогенної концентрації уваги (за О. Соколовим), медитація, спеціальні методи – психом'язове тренування за О. Алексєєвим, психотехніка бойового трансю за О. Тарасом);
- 2) методи, спрямовані на керування м'язовим тонусом організму (прогресивна м'язова релаксація (метод Е. Джекобсона), активна м'язова релаксація, пасивна м'язова релаксація, вплив на біологічно активні точки);
- 3) фізичні методи психічної саморегуляції (самомасаж, вплив на біологічно активні точки, дихальні вправи);
- 4) змішані методи (методика психофізичної гімнастики (за О. Гройсманом), комплексні вправи) [25, с. 124–125].

Основними формами саморегуляції є такі: рух, дихання, медитація, вербалізація, візуалізація, зовнішні впливи. Крім того, негативний психічний стан можна відрегулювати завдяки зміні контексту, переносу уваги тощо.

Висновки. Покращення професійної психологічної підготовки працівника поліції є актуальною потребою і зумовлено об'єктивною реальністю. Вибір методів удосконалення професійної психологічної підготовки правоохоронців потрібно здійснювати ґрунтовно та виважено. Різноманітність та поєднання обраних методів безпосередньо впливають на результат, а саме сприяють розвитку стресостійкості, ефективній комунікації, профілактиці професійного вигорання та формуванню психологічної стійкості.

Отже, заходи, спрямовані на вдосконалення психологічної компетентності працівників поліції, сприяють формуванню розвинених професійно-психологічних, психофізичних,

психофізіологічних, інтелектуальних, морально-етичних і мотиваційних характеристик, які відповідають особливостям правоохоронної діяльності та є однією з найбільш необхідних умов для її успішного здійснення.

Перспективи подальших розвідок убачаємо в розробці методичних рекомендацій щодо складання та організації психологічних тренінгів для працівників Національної поліції України.

Список використаних джерел

1. Барко В. І., Клименко І. В., Криволапчук В. О. Профілактика адитивної поведінки у працівників ОВС України : навчальний посібник. Київ, 2009. 52 с.
2. Остапович В. П., Бабенко В. Г., Кириєнко Л. А. Психологічна та фізична готовність особистості до дій в екстремальних ситуаціях : практичний посібник. Київ : ДНДІ МВС України, 2016. 68 с.
3. Цільмак О. М., Рассоха С. І., Ананьєв А. М. Психологічна підготовка працівників органів внутрішніх справ : навчальний посібник. Київ : НАВСУ, 2001. 52 с.
4. Алферов А. Д. Опыт и проблемы повышения психологической компетентности учителя. *Вопросы психологии*. 1990. № 4. С. 116–120.
5. Лукьянова М. И. Психолого-педагогическая компетентность учителя. *Педагогика*. 2001. № 10. С. 56–61.
6. Рогозіна В. В. Сутність поняття психологічної компетентності вчителя. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*. 2014. № 2 (61). URL: <https://oaji.net/articles/2014/690-1402664784.pdf> (дата звернення: 14.01.2022).
7. Кузьміна Н. В. Професіоналізм педагогической деятельности. Санкт-Петербург, 1993. 63 с.
8. Про Національну поліцію : Закон України від 02.07.2015 р. № 580-VIII : станом на 1 січ. 2022 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19#Text> (дата звернення: 14.01.2022).
9. Про затвердження Положення про Національну поліцію : Постанова Кабінету Міністрів України від 28.10.2015 р. № 877 : станом на 16 верес. 2021 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/877-2015-p#Text> (дата звернення: 14.01.2022).
10. Про затвердження Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України : наказ МВС України від 26.01.2016 р. № 50 : станом на 17 квіт. 2020 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0260-16#Text> (дата звернення: 14.01.2022).
11. Про затвердження Порядку організації системи психологічного забезпечення поліцейських, працівників Національної поліції України та курсантів (слухачів) закладів вищої освіти із специфічними умовами навчання, які здійснюють підготовку поліцейських : наказ МВС України від 06.02.2019 р. № 88. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0348-19#Text> (дата звернення: 14.01.2022).
12. Кузнецова Л., Прокопенко Д. Місце психологічної культури в роботі правника. *Актуальні проблеми психологічного забезпечення службової діяльності працівників правоохоронних органів* : збірник тез доповідей Міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, 30 жовтня 2020 р.). Київ, 2020. С. 94–97.
13. Романенко Є. Складові професійної компетентності поліцейських спеціального підрозділу тактико-оперативного реагування. *Актуальні проблеми психологічного забезпечення службової діяльності працівників правоохоронних органів* : збірник тез доповідей Міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, 30 жовтня 2020 р.). Київ, 2020. С. 112–115.
14. Барко В. І., Остапович В. П. Напрями вдосконалення професійної психологічної підготовки поліцейських Національної поліції України. *Психологічний часопис*. 2018. № 4. С. 265.
15. Александров Д. О. Психологічна підготовка працівників правоохоронних органів до дій в екстремальних умовах. *Юридична психологія*. URL: http://pidruchniki.com/16330826/psihologiya/psihologichna_pidgotovka_pratsivnikov_pravoohoronnih_organiv_diy_ekstremalnih_umovah (дата звернення: 14.01.2022).
16. Євдокімова О. О. Специфіка формування психологічної стійкості у поліцейських у процесі професійної підготовки. *Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України*. Харків, 2018. С. 63–66.
17. Барко В. І., Барко В. В., Остапович В. П. Професійна психологічна підготовка поліцейських Національної поліції України. *Науковий вісник ХДУ*. Т. 1. № 2. 2018. С. 176–181.
18. Єрошенко О. Великий тлумачний словник української мови. Київ : Глорія. 2012. 864 с.
19. Talak-Kiryk A. Using Games In A Foreign Language Classroom. MA TESOL Collection. 484. 2010.
20. Фопель К. Создание команды. Психологические игры и упражнения. Москва : Генезис, 2002. 400 с.
21. Харченко С. В. Змістовні складові програми й основні техніки соціально-психологічного тренінгу соціального інтелекту поліцейських. *Право і безпека*. 2017. № 4 (67). С. 211–216.

22. Дьяченко М. И., Кандыбович Л. А. Психологический словарь-справочник. Минск : Харвест, 2001. 576 с.
23. Настанова з психологічної підготовки особового складу підрозділів сухопутних військ : навчально-методичний посібник / за ред. Г. П. Воробйова. Львів : АСВ, 2012. 430 с.
24. Євсюков О. П., Куфлієвський А. С., Лебедев Д. В. Екстремальна психологія : підручник / ред. О. В. Тімченко. Київ : Август, 2007. 502 с.
25. Бойко О. В., Гузенко І. М., Кожевніков В. М., Миценко Д. В., Муравська М. С., Романишин А. М. Психологічна підготовка. Ч. 1 (теоретичний аспект) : навчально-методичний посібник. Львів : АСВ, 2010. 200 с.

References

1. Barko, V. I., Klymenko, I. V., Kryvolapchuk, V. O. (2009). Profilaktyka adytyvnoi povedinky u pratsivnykiv OVS Ukrainy [Prevention of additive behavior in police officers of Ukraine] : navch. posibnyk. Kyiv. 52 s. [in Ukrainian].
2. Ostapovych, V. P., Babenko, V. H., Kyryienko, L. A. (2016). Psykholohichna ta fizychna hotovnist osobystosti do dii v ekstremalnykh sytuatsiiakh [Psychological and physical readiness of the individual to act in extreme situations] : praktychnyi posibnyk. Kyiv : DNDI MVS Ukrainy. 68 s. [in Ukrainian].
3. Tsilmak, O. M., Rassokha, S. I., Ananev, A. M. (2001). Psykholohichna pidhotovka pratsivnykiv orhaniv vnutrishnikh sprav [Psychological training of law enforcement officers] : navchalnyi posibnyk. Kyiv : NAVSU. 52 s. [in Ukrainian].
4. Alferov, A. D. (1990). Opyt i problemy povysheniya psihologicheskoy kompetentnosti uchitelya [Experience and problems of improving the psychological competence of teachers]. *Voprosy psichologii*. № 4. S. 116–120 [in Russian].
5. Luk`yanova, M. I. (2001). Psihologo-pedagogicheskaya kompetentnost' uchitelya [Psychological and pedagogical competence of the teacher]. *Pedagogika*. № 10. S. 56–61 [in Russian].
6. Rohozina, V. V. (2014). Sutnist poniattia psykholohichnoi kompetentnosti vchytelia [The essence of the concept of psychological competence of the teacher]. *Dukhovnist osobystosti: metodolohiia, teoriia i praktyka*. № 2 (61). URL: <https://oaji.net/articles/2014/690-1402664784.pdf> (data zvernennia: 14.01.2022) [in Ukrainian].
7. Kuz'mina, N. V. (1993). Professionalizm pedagogicheskoy deyatelnosti [Professionalism of pedagogical activity]. Sankt-Peterburg. 63 s. [in Russian].
8. Pro Natsionalnu politsiiu [About the National Police] : Zakon Ukrainy vid 02.07.2015 r. № 580-6 : stanom na 1 sich. 2022 r. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19#Text> (data zvernennia: 14.01.2022) [in Ukrainian].
9. Pro zatverdzhennia Polozhennia pro Natsionalnu politsiiu : Postanova Kabinety Ministriv Ukrainy vid 28.10.2015 r. № 877 [On approval of the Regulation on the National Police] : stanom na 16 veres. 2021 r. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/877-2015-p#Text> (data zvernennia: 14.01.2022). [in Ukrainian].
10. Pro zatverdzhennia Polozhennia pro orhanizatsiiu sluzhbovoi pidhotovky pratsivnykiv Natsionalnoi politsii Ukrainy [On approval of the Regulations on the organization of in-service training of employees of the National Police of Ukraine] : Nakaz MVS Ukrainy vid 26.01.2016 r. № 50 : stanom na 17 kvit. 2020 r. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0260-16#Text> (data zvernennia: 14.01.2022) [in Ukrainian].
11. Pro zatverdzhennia Poriadku orhanizatsii systemy psykholohichnoho zabezpechennia politseyskykh, pratsivnykiv Natsionalnoi politsii Ukrainy ta kursantiv (slukhachiv) zakladiv vshchoi osvity iz spetsyfichnymy umovamy navchannia, yaki zdiisniuiut pidhotovku politseyskykh [About the statement of the Order of the organization of system of psychological maintenance of police officers, employees of National Police of Ukraine and cadets (listeners) of institutions of higher education with specific conditions of training which carry out training of police officers] : nakaz MVS Ukrainy vid 06.02.2019 r. № 88. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0348-19#Text> (data zvernennia: 14.01.2022) [in Ukrainian].
12. Kuznetsova, L. , Prokopenko, D. (2020). Mistse psykholohichnoi kultury v roboti pravnyka [The role of psychological culture in the work of a lawyer]. *Aktualni problemy psykholohichnoho zabezpechennia sluzhbovoi diialnosti pratsivnykiv pravoohoronnykh orhaniv* : zb. tez dopovidei Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii (m. Kyiv, 30 zhovtnia 2020 r.). Kyiv. S. 94–97 [in Ukrainian].
13. Romanenko, Ye. (2020). Skladovi profesiinoi kompetentnosti politseyskykh spetsialnoho pidrozdilu taktyko-operatyvnoho reahuvannia [Components of professional competence of police officers of the special unit of tactical and operational response]. *Aktualni problemy psykholohichnoho zabezpechennia sluzhbovoi diialnosti pratsivnykiv pravoohoronnykh orhaniv* : zb. tez dopovidei Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii (m. Kyiv, 30 zhovtnia 2020 r.). Kyiv. S. 112–115 [in Ukrainian].

14. Barko, V. I., Ostapovych, V. P. (2018). Napriamy vdoskonalennia profesiinoi psykholohichnoi pidhotovky politseyskykh Natsionalnoi politsii Ukrainy [Directions for improving the professional psychological training of police officers of the National Police of Ukraine]. *Psykholohichnyi chasopys*. № 4. S. 265 [in Ukrainian].
15. Aleksandrov, D. O. Psykholohichna pidhotovka pravoohoronnykh orhaniv do dii v ekstremalnykh umovakh [Psychological training of law enforcement officers to act in extreme conditions]. *Yurydychna psykholohiia*. URL: http://pidruchniki.com/16330826/psihologiya/psihologichna_pidgotovka_pratsivnikiv_pravoohoronnih_organiv_diy_ekstremalnih_umovah (data zvernennia: 14.01.2022) [in Ukrainian].
16. Ievdokimova, O. O. (2018). Spetsyfika formuvannia psykholohichnoi stiikosti u politseyskykh u protsesi profesiinoi pidhotovky [The specifics of the formation of psychological stability in police officers in the process of training]. *Pidhotovka politseyskykh v umovakh reformuvannia systemy MVS Ukrainy*. Kharkiv. S. 63–66 [in Ukrainian].
17. Barko, V. I., Barko, V. V., Ostapovych, V. P. (2018). Profesiina psykholohichna pidhotovka politseyskykh Natsionalnoi politsii Ukrainy [Professional psychological training of police officers of the National Police of Ukraine]. *Naukovyi visnyk KhDU*. T. 1. № 2. S. 176–181 [in Ukrainian].
18. Ieroshenko, O. (2012). Velykyi tлумachnyi slovnyk ukrainskoi movy [Large explanatory dictionary of the Ukrainian language]. Kyiv : Hloriia. 864 s. [in Ukrainian].
19. Talak-Kiryk A. Using Games In A Foreign Language Classroom. MA TESOL Collection. 484. 2010.
20. Fopel', K. (2002). Sozдание komandy. Psihologicheskie igry i uprazhneniya [Creating a team. Psychological games and exercises]. Moskva : Genezis. 400 s. [in Russian].
21. Kharchenko, S. V. (2017). Zmistovni skladovi prohramy y osnovni tekhniky sotsialno-psykholohichnoho treninhu sotsialnoho intelektu politseyskykh [Substantial components of the program and basic techniques of socio-psychological training of social intellect of police officers]. *Pravo i bezpeka*. № 4 (67). S. 211–216 [in Ukrainian].
22. D'yachenko, M. I., Kandybovich, L. A. (2001). Psihologicheskij slovar'-spravochnik [Psychological dictionary-reference book]. Minsk : Harvest. 576 s. [in Russian].
23. Nastanova z psykholohichnoi pidhotovky osobovoho skladu pidrozdiliv sukhoputnykh viisk [Guidelines for psychological training of personnel of ground forces units] : navchalno-metodychnyi posibnyk / za red. H. P. Vorobiova. Lviv : ASV, 2012. 430 s. [in Ukrainian].
24. Ievsiukov, O. P., Kufliievskiy, A. S., Liebidiev, D. V. (2007). Ekstremalna psykholohiia [Extreme psychology] : pidruchnyk / red. O. V. Timchenko. Kyiv : Avhust. 502 s. [in Ukrainian].
25. Boiko, O. V., Huzenko, I. M., Kozhevnikov, V. M., Mytsenko, D. V., Muravska, M. S., Romanyshyn, A. M. (2010). Psykholohichna pidhotovka. Ch. 1 (teoretychnyi aspekt) [Psychological training. Part 1 (theoretical aspect)] : navchalno-metodychnyi posibnyk. Lviv : ASV. 200 s. [in Ukrainian].

Romashenko Viktoriia,

PhD in Pedagogical

(Donetsk State University of Internal Affairs, Mariupol)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8674-9535>

Hurskiy Viktor,

PhD in Psychology

(Donetsk State University of Internal Affairs, Mariupol)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0516-0332>

METHODS OF IMPROVING THE PSYCHOLOGICAL COMPETENCE OF POLICE OFFICERS DURING BASIC AND POSTGRADUATE EDUCATION

In the article the methods of the psychological competence of police officers during basic and postgraduate education are described, the structure of professional psychological training of a police officer is provided, the normative-legal base of the specified problems is investigated and defined how the analyzed legal documents affect the formation of professional and psychological training of police officers. Psychological preparedness of a police officer is considered in the study as a set of formed and developed psychological characteristics of a police officer and corresponds to specific and important psychological features and consists of four groups of components: professional and psychological orientation and sensitivity of the employee, training of the employee on psychological aspects of efficiency of professional actions and tactics, developed professional observation, psychological stability. The tasks of the system of psychological support of the National Police of Ukraine are described. Such methods of improving of the professional psychological training of police officers as training, psychological counseling, psychological exercises and training, the method of emergencies, methods of self-regulation are considered in detail. The main advantages of training in contrast to traditional learning (informal atmosphere, interactive exchange of information in several areas, knowledge and experience of participants are recognized and valued, teacher-trainer helps to learn and perceive information, training is not limited to knowledge awareness and changes in attitudes and behavior, participants are active, participants feel involved in the learning process, responsibility for the result) are

defined. The structure of self-regulation is given. It consists of determination by the subject of the purpose of the arbitrary activity; program of executive actions, agreed with the conditions of activity; continuous monitoring of the program implementation; evaluation of achieved results; decision on the need for correction and the nature of collection activities.

Key words: *method; professional psychological training of a police officer; training; psychological consultation; psychological exercise; self-regulation.*

Надіслано до редколегії 18.01.2022
Рекомендовано до публікації 24.01.2022