

# Тема 3. Соціально-психологічні аспекти роботи в колективі

Сутність та психологічні особливості поліцейського колективу. Соціально-психологічні процеси у службовому середовищі. Командна взаємодія, управління, профілактика вигорання та формування культури доброчесності.



# Результативність — у командній роботі

Результативність будь-якої організації визначається не стільки зусиллями окремих працівників, скільки успіхами командної роботи. Дружній, згуртований колектив дає значно більший ефект, ніж сума досягнень кожного члена окремо.

«Спільна праця запалює в людях таку лють звершення, якої вони рідко можуть досягти поодинці» — Ральф Уолдо Емерсон



# Що таке команда?

Команда — це колектив фахівців, які поділяють цілі, цінності та загальні підходи до спільної діяльності, мають взаємодоповнюючі навички та беруть на себе відповідальність за кінцеві результати.

## Спільні цілі

Приймаються кожним членом на мотиваційному рівні

## Партнерство

Взаємодія з можливостями особистісного та професійного зростання

## Розподіл ролей

Гармонійний розподіл, де керівник є реальним лідером

## Відповідальність

Взаємна та індивідуальна відповідальність за результат

# Ознаки справжньої команди

1

**Мотиваційне прийняття цілей**  
Спільні цілі діяльності приймаються кожним членом на мотиваційному рівні

2

**Взаємодоповнення навичок**  
Вміння міжособистісної взаємодії, прийняття рішень та конкретний прогнозований результат (Й. Катценбах та Д. Сміт)

3

**Продуктивність через взаємодію**  
Соціальна взаємодія створює досвід, що веде до особистісного та професійного зростання (Р. Хакман, Р. Вагеман та Е. Лехман)

# Зміст командоутворення

## Ключові завдання тимбілдингу

- Посилення згуртованості та командного духу
- Розвиток комунікативних навичок групової роботи
- Формування довіри та розуміння індивідуальних особливостей
- Створення мотивації на спільну діяльність
- Підвищення неформального авторитету керівників

## Практика в Україні

У підрозділах сектору безпеки і оборони України проводяться тренінги з командоутворення:

- **«Створення команди»**
- **«Командоутворення»**



# Завдання тренінгів з командоутворення



## Адаптація

Зниження рівня адаптаційного шоку від зміни умов життєдіяльності



## Командні навички

Освоєння навиків командної роботи, розвиток поваги до товаришів та вдосконалення комунікації



## Самопізнання

Усвідомлення власних фізичних і психологічних можливостей та можливостей товаришів



## Задоволення

Отримання емоційного задоволення від роботи в команді

# Методи командоутворення для керівника



## Пригодницькі перегони

Мультиспортивні перегони з подоланням дистанції: спортивне орієнтування, велосипеди, вертикальні мотузки, інтелектуальні та креативні завдання.



## Проходження квесту

Активно використовується — моделює практичні ситуації та типові службові завдання поліцейського. Розвиває лідерство, делегування та довіру.

# Переваги та недоліки тимбілдінгу

## ✓ Переваги

Психологічне розвантаження співробітників

Досягнення згуртованості колективу

Атмосфера взаємної підтримки та допомоги

Покращення психологічного клімату

Підвищення ефективності роботи

## ⚠ Недоліки

Тривале обговорення негативних моментів може спричинити конфлікти

Зниження самооцінки у деяких членів колективу

Проводиться в неробочий час — не всі охоче погоджуються

Не всі розуміють значення командних змагань

Примусова участь може спричинити конфлікти з керівництвом

# Тимбілдинг як інструмент єдності

Тимбілдинг дозволяє об'єднати кожного окремого працівника поліції в єдину систему — **колектив** — для налагодження відносин всередині організації та успішної роботи кожної її ланки.

У разі згуртування колективу підвищується **працездатність**, покращується психологічний клімат і зростає загальна ефективність підрозділу.

- ❑ На пізніх етапах розвитку колективу заходи з командоутворення організовують епізодично — переважно при негативних змінах у соціально-психологічному кліматі.

## 3

### Ключові ознаки

Спільні цілі, розподіл ролей,  
відповідальність

## 2

### Типи тренінгів

«Створення команди» та  
«Командоутворення»

# Висновки: Сила згуртованого колективу

- Команда — більше, ніж сума частин  
Спільні цілі, взаємодоповнюючі навички та відповідальність формують справжню команду
- Командоутворення — системний процес  
Тренінги, квести та пригодницькі заходи розвивають довіру, комунікацію та лідерство
- Тимбілдінг — доведений інструмент  
За умови правильного застосування підвищує ефективність і психологічний клімат підрозділу





# Професійна деформація та вигорання в поліції

Соціально-психологічні аспекти службової діяльності: причини, прояви та профілактика професійної деформації і вигорання працівників Національної поліції України



# Поняття професійної деформації

Небажані ефекти — нещасні випадки, хвороби, деформація особистості, вигорання — можуть виникати в межах будь-якої професії. До **«груп ризику»** належать насамперед роботи категорії «людина–особа»: лікарі, викладачі, юристи, керівники, **працівники правоохоронних органів**.

## Визначення

Професійна деформація — складна система специфічних взаємопов'язаних змін у структурі особистості, що формуються внаслідок трудової діяльності.

## Щодо поліцейських

Науковці визначають її як «об'єктивний феномен», «іманентну властивість професійної діяльності, розвиток якої пропорційний досвіду та стажу практичної роботи».

## 2. Причини професійної деформації поліцейських

На деформацію особистості впливають **об'єктивні** (зовнішні та внутрішні умови служби) та **суб'єктивні** причини. Дослідники виокремлюють кілька ключових груп:

- Недостатній розвиток морально-політичних якостей
- Відсутність цілеспрямованості та відповідальності
- Розумові перевантаження та втома
- Недостатній контроль за ритмом діяльності

- Відсутність ефективного контролю та дисципліни
- Низький рівень правової та загальної освіти
- Напружений графік, надмірні перевантаження
- Недоліки виховання, проблеми адаптації до ролі

- Постійні контакти з правопорушниками та криміналом
- Зловживання владними повноваженнями
- Ненормований графік, відсутність відпочинку
- Корпоративна ізоляція від суспільства

# Групи чинників деформації



## Сфера діяльності

Контакти з правопорушниками, екстремальний характер роботи, постійний ризик, погрози з боку злочинців, прийняття елементів кримінальної субкультури



## Внутрісистемна взаємодія

Спілкування з начальством, колегами, підлеглими; колективне виконання завдань; корпоративний характер діяльності та психологічна ізоляція



## Індивідуально-особистісні

Надмірні амбіції, низька готовність до правозахисної діяльності, рішучість зі зниженим самоконтролем, хибні професійні установки



## Соціально-психологічні

Авторитарний стиль керівництва, несприятливі сімейні стосунки, низький рівень громадської думки щодо поліції, відчуття безсилля



### 3. Показники професійної деформації

#### Упереджене ставлення до громадян

Специфічний стереотип із переважанням негативного змісту, спрощене уявлення про людей і ситуації

#### Довільне трактування норм

Працівник вважає допустимим порушення службових вимог для досягнення результату, провокує колег наслідувати приклад

#### Перенесення ролі поза службою

Офіційний стиль поведінки, технічний жаргон та специфічний гумор у невідповідному середовищі

#### Зміни в образі «Я»

Завищена самооцінка, переконаність у власній безпомилковості, байдужість до всього поза межами служби

- Прояви деформації часто пов'язані з неадекватними копінг-стратегіями: **раціоналізацією, заміщенням та ізоляцією.**

# Рівні деформації та залежність від стажу

Загальна ймовірність виникнення деформації залежить від тривалості служби:



Медведєв виокремив **початковий, середній та глибинний рівні** деформації, кожен з яких має три стадії: утворення, в цілому утворена, повністю утворена.

# Професійне вигорання поліцейських



## Визначення

Вигорання — **синдром емоційного, розумового та фізичного виснаження** через тривале емоційне перевантаження; результат професійного стресу, його «крайній» вияв.

Відмінність від деформації: вигорання **не залежить від тривалості служби**, тоді як деформація — залежить.

## Стресові фактори

- Страх вбити когось під час виконання обов'язків
- Надмірні адміністративні завдання
- Відсутність підтримки керівництва
- Конфлікт між емоціями та професійним боргом
- Ворожість і недовіра громадян
- Низька заробітна плата

# Особливості вигорання у поліцейських

## Психічні проблеми

Висока частота психічних проблем у правоохоронців з високим рівнем вигорання

## Психосоматика

Скарги, незадоволення життям, проблеми зі здоров'ям, пияцтво та азартні ігри у порівнянні з молодшими колегами

## Виснаження та знеособлення

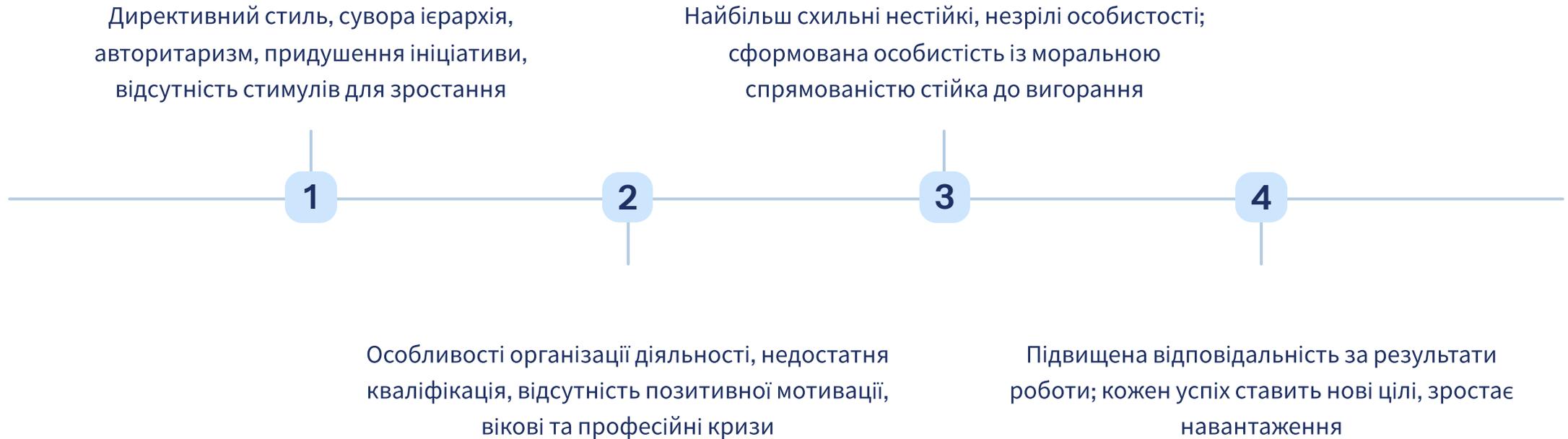
Високі показники у середовищі з великими вимогами, низьким контролем і поганою соціальною підтримкою

## Втома від співчуття

В оперативних працівників, які регулярно допомагають людям у тяжкому стані, може розвинути «втома від співчуття»

- ❑ **Важливо:** Якщо вчасно не надати можливість емоційного відновлення, вигорання може перерости у деформацію — і суспільство отримає поліцейський терор замість захисту правопорядку.

# Причини вигорання: погляди дослідників



Методи діагностики: методики Бойка, Рукавішнікова, Маслача–Джексона, Нікіфрова, Гібсона, Грінберга, опитувальник Кеттелла (16PF).

# Шляхи профілактики деформації

Профілактика — сукупність попереджувальних заходів, спрямованих на блокування трьох груп чинників деформації:

## Специфіка діяльності

Нормативний характер, владні повноваження, перевантаження, екстремальність умов служби

## Особистісні чинники

Підвищений самоконтроль, рішучість, рівень досвіду та індивідуальні особливості співробітника

## Соціально-психологічні

Психологічний клімат, стиль керівництва, ступінь соціально-психологічної захищеності особистості



# Завдання та напрями профілактичної роботи

## Завдання профілактики

- Формування професійного імунітету та високої культури
- Розвиток етично-психологічної стійкості
- Формування установки на кодекс професійної честі
- Вдосконалення стилю та методів управління персоналом
- Формування оптимального морально-психологічного клімату

## Напрями підтримки психічного здоров'я (НПУ)

- Психологічні дослідження
- Психологічні тренінги
- Психологічно-профілактична робота
- Оптимізація психосоціального клімату
- Психологічний супровід, у т.ч. під час оперативної діяльності

# Ключові висновки

## Деформація — об'єктивний феномен

Притаманна всім професіям, але правоохоронці належать до групи підвищеного ризику через специфіку діяльності

## Вигорання $\neq$ деформація

Вигорання не залежить від стажу; деформація зростає пропорційно до тривалості служби та сили деформуючого впливу

## Профілактика — пріоритет

Своєчасне психологічне відновлення, діагностика та корекція запобігають переростанню вигорання у глибоку деформацію

