

## ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА.

ВСТУП.

РОЗДІЛ 1. ОСОБИСТІСНА БЕЗПЕКА ЯК ПРОБЛЕМА ПСИХОЛОГІЇ.

- 1.1. Потреба в безпеці як базова потреба людини.
- 1.2. Безпечна поведінка правоохоронців в небезпечних умовах.
- 1.3. Особистісні риси співробітників, що призводять до втрат.

РОЗДІЛ 2. ПРОФЕСІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ОСОБИСТІСНОЇ БЕЗПЕКИ ПРАВООХОРОНЦІВ.

- 2.1. Особистісна безпека правоохоронців як система.
- 2.2. Заходи і система забезпечення особистісної безпеки правоохоронців.

РОЗДІЛ 3. ІНФОРМАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНА (КОГНІТИВНА) СКЛАДОВА ОСОБИСТІСНОЇ БЕЗПЕКИ.

- 3.1. Як захиститись від негативного інформаційного впливу.
- 3.2. Критичне мислення як засіб інформаційно-психологічного захисту.

РОЗДІЛ 4. СОЦІАЛЬНО-ГРУПОВА СКЛАДОВА ОСОБИСТІСНОЇ БЕЗПЕКИ.

- 4.1. Явища групового тиску і мобінгу.
- 4.2. Безпечна поведінка в натовпі.

РОЗДІЛ 5. КОМУНІКАТИВНА СКЛАДОВА ОСОБИСТІСНОЇ БЕЗПЕКИ.

- 5.1. Психологічний захист від маніпулятивного впливу.
- 5.2. Особистісна безпека в ситуаціях обману.
- 5.3. Особистісна безпека в конфліктних ситуаціях.
- 5.4. Особистісна безпека під час спілкування в екстремальних ситуаціях.
- 5.5. Правила особистісної безпеки в комунікативних ситуаціях.

РОЗДІЛ 6. ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВА СКЛАДОВА ОСОБИСТІСНОЇ БЕЗПЕКИ.

- 6.1. Реакція на важкий стрес і розлади адаптації.
- 6.2. Методи емоційно-вольової саморегуляції
- 6.3. Вживання і безпека в ситуаціях, що пов'язані із захопленням заручників.

РОЗДІЛ 7. ОСОБИСТІСНА БЕЗПЕКА В КРИМІНОГЕННИХ СИТУАЦІЯХ.

- 7.1. Безпечна поведінка в ситуаціях загрози насильницьких злочинів.
- 7.2. Насильницький тип особистості і його оцінка.
- 7.3. Особистісні риси злочинців, які вчинили корисливо-насильницькі і корисливі злочини.
- 7.4. Психологічний захист від шахрайства та від обману як споживачів.

РОЗДІЛ 8. ОСОБИСТІСНА БЕЗПЕКА В СПЕЦИФІЧНИХ СИТУАЦІЯХ ПРАВООХОРОННОЇ ДІЯЛЬНОСТІ, ЯКІ ПОВ'ЯЗАНІ З ВЖИВАННЯМ АЛКОГОЛЮ .

- 8.1. Вплив алкоголю на власну безпеку .
- 8.2. Алкоголь і водіння автомобіля .
- 8.3. Як уникнути алкогольної інтоксикації.

РОЗДІЛ 9. ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВІКТИМНОСТІ.

- 9.1. Поняття про віктимність. Класифікація видів поведінки жертви.
- 9.2. Психодіагностичний практикум «Мій віктимологічний портрет».

ЛІТЕРАТУРА.

## ВСТУП.

Існує безліч ситуацій в правоохоронній діяльності, для яких неможливо заздалегідь передбачити різку зміну умов. Така невизначеність, дефіцит часу на виконання професійних завдань, небезпека для життя, конспіративність, загроза помсти з боку злочинців, проведення оперативних заходів та слідчих дій, активна протидія з боку злочинного світу та інші екстремальні чинники, створюють високу загрозу і небезпеку для здоров'я та життя співробітників правоохоронних органів, життя і здоров'я їх рідних, близьких і товаришів по службі.

Можна виділити наступні стресогенні чинники правоохоронної діяльності [3; 6; 7; 9; 10; 18; 32; 33; 34; 37; 39; 49; 54; 56; 60; 66; 68; 78; 80; 81; 83; 88; 89]:

- ✓ смерть людей, загибель співробітників;
- ✓ різка активізація криміналітету;
- ✓ підвищена відповідальність за дії;
- ✓ підкуп співробітників і професійне зрадництво;
- ✓ новизна, незвичайність, раптовість впливу;
- ✓ стрімкість, дефіцит часу, високі й тривалі навантаження;
- ✓ інформаційна невизначеність і професійний ризик.

Додають екстремальності:

- ✓ зростаючий професіоналізм злочинців;
- ✓ використання ними при здійсненні злочинів сучасних засобів, у тому числі технічних;
- ✓ груповий характер злочинів;
- ✓ екстремальність взаємодії й спілкування співробітника з агентами.

Сукупність ризиків та небезпек в умовах професійного стресу може призвести до:

- ✓ надмірної напруги, занепокоєння, розгубленості, нерішучості, сповільненості реакцій;
- ✓ страху перед відповідальністю, боягузтва;
- ✓ зниженню активності, наполегливості, завзятості;
- ✓ постійному відчуттю слабкості, втоми, безсилля, невмінню мобілізуватися;
- ✓ загостренню почуття самозбереження;
- ✓ росту дратівливості, втрати контролю над собою;
- ✓ росту грубих помилок (іноді смертельних) у діях;
- ✓ відмовам від виконання завдань;
- ✓ нездоровим і песимістичним відношенням у підрозділах;
- ✓ ослабленню службової дисципліни;
- ✓ зловживанню спиртним;
- ✓ підвищенню плинності кадрів з підрозділу;
- ✓ професійної деформації;
- ✓ порушенню психічного й фізичного здоров'я;
- ✓ суїцидальної поведінки.

Загрози для життя, здоров'я та повноцінного соціального, психологічного та професійного функціонування вимагає необхідності психологічного забезпечення особистісної безпеки співробітників, психологічної підготовки до забезпечення власної безпеки, володіння співробітниками навичками саморегуляції та адаптивної копінг-поведінки. Така поведінка є одним з важливих факторів надійності співробітника в звичайних та екстремальних умовах професійної діяльності. Від цього залежить як успішність розслідування злочинів, так і збереження життя і професійного здоров'я співробітників.

У зв'язку з чим, розробка теоретичних і практичних основ психологічного забезпечення *особистісної безпеки* співробітників є однією з найважливіших задач сучасної професійної прикладної психології.

Зміст та логіка навчання з психологічного забезпечення особистісної безпеки співробітника може складатися з наступних інформаційних блоків:

- ✚ Статистика співробітників, які потрапили в небезпечні умови, загиблі та поранені, при виконанні службових обов'язків та в побутових умовах;
- ✚ Аналіз та узагальнення причин загибелі, поранень, нещасних випадків, та потрапляння в небезпеку, що трапляються зі співробітниками;
- ✚ Узагальнена психологічна характеристика особистості, поведінки та віктимологічний «портрет» співробітників, які стали жертвами;
- ✚ Узагальнена психологічна характеристика особистості співробітника та його поведінки, який здатний забезпечити власну безпеку;
- ✚ Складові, чинники та умови, що сприяють особистісній безпеці співробітника;
- ✚ Розуміння співробітником того, що відбувається з організмом в екстремальній ситуації. Знання щодо неадаптивних станів;
- ✚ Знання та вміння застосовувати методи саморегуляції та адаптивну копінг-поведінку для подолання неадаптивних станів;
- ✚ Тактика поведінки з психологічного забезпечення особистісної та колективної безпеки;
- ✚ Рекомендації щодо правил поведінки по забезпеченню особистісної та колективної безпеки.

Для забезпечення особистісної безпеки важливі 4 аспекти:

1. Фізична підготовленість.
2. Психологічна компетентність та готовність діяти в небезпечних умовах.
3. Стійкість до стресу.
4. Володіння способами захисту.

## РОЗДІЛ 1. ОСОБИСТІСНА БЕЗПЕКА ЯК ПРОБЛЕМА ПСИХОЛОГІЇ.

### 1.1. Потреба в безпеці як базова потреба людини

Потреба в безпеці - одна з основних потреб особистості. А. Маслоу писав, що після задоволення фізіологічних потреб, людина актуальними стають потреби іншого рівня, які в самому загальному виді можна об'єднати в категорію безпеки. Подібно фізіологічним потребам (за А.Маслоу), потреби в безпеці також можуть домінувати у людини. Вони можуть підкорити своїй волі всі адаптаційні

можливості, націливши їх на досягнення безпеки, і в цьому контексті можна з повним правом розглядати власну особистість як інструмент забезпечення безпеки.

На думку К. Хорні, з метою досягнення безпеки людини в соціальному контексті вона використовує одну із трьох основних стратегій взаємодії з іншими людьми: орієнтацію на людей, орієнтацію від людей і орієнтацію проти людей. Кожна стратегія являє собою оптимізацію міжособистісних відносин з метою досягнення відчуття безпеки. Відсутність відчуття безпеки викликає базальну тривогу і сприяє невротичним розладам. Потреба в безпеці й стабільності виявляє себе й у консервативності поведінки з домінуванням переваги до знайомих і звичних речей. Ця потреба стає домінантною в екстремальних ситуаціях, спонукаючи людину мобілізувати всі сили для боротьби з загрозою.

В екстремальних умовах оперативно-службової діяльності співробітників правоохоронних органів, потреба в безпеці виступає також на перший план, оскільки вижити, зберегти здоров'я є таким само пріоритетом, як і ефективне виконання професійного завдання.

Готовність до безпечної поведінки обумовлюється також установкою на безпеку та виживання. Установка на безпеку позначає суб'єктивну готовність і схильність до обережної та пильної поведінки в численних ситуаціях професійної діяльності та життєдіяльності. Вона являє собою недиференційовану по конкретних випадках, тотальну за часом і життєвим ситуаціям готовність людину до безпечної поведінки. Завдяки такій установці реалізується потреба співробітника в безпеці. Установка на безпеку є результатом проведення цілеспрямованої психологічної роботи із особовим складом, його навчання і підготовки [60].

**Установка на виживання** являє собою готовність і схильність людини до цілеспрямованої, надійної, такої, що характеризується достатнім рівнем самозахисту поведінки в умовах виникнення, протікання й завершення небезпечної ситуації. Зі змістовної сторони установка на виживання охоплює усвідомлення можливої небезпеки та переконання в необхідності дотримуватися правил безпеки (когнітивний аспект), оцінку ситуації як загрозової чи небезпечної (емоційно-оцінний аспект), спостережливості, обережності і пильності поведінки в небезпечних умовах, оперативну готовність застосовувати заходи самооборони, чи інших адекватних реакцій для забезпечення власної безпеки (поведінковий аспект).

Для формування установки на виживання використовуються методи: заповнення зобов'язання про виживання; спеціальної візуалізації; активізації позитивного мислення й розвитку переконаності в розв'язанні небезпечної ситуації життєдіяльності без шкоди й втрат [18; 60; 88].

**Ризик і безпека.** Ризик - це дії співробітника правоохоронних органів, що характеризуються невизначеністю результату й можливим настанням несприятливих наслідків. Ризик залежить від ситуації й особистісних якостей співробітника. Ризик характеризується можливістю вибору між менш або більш небезпечними варіантами поведінки, але, що різняться по ступеню їх ефективності з погляду досягнення результатів діяльності. Часто ризикована поведінка дозволяє досягти мети швидше й з мінімальними втратами. Успішний результат в даному випадку зв'язаний зі ступенем обґрунтованості (виправданості) або необґрунтованості (невиправданості) ухвалення рішення про ризиковану

поведінку. Обґрунтований ризик припускає адекватну оцінку співробітником співвідношення між очікуваним успіхом, вирашем і очікуваною невдачею або програвшем.

В правоохоронній діяльності дуже багато ризиків. Це можуть бути матеріальні ризики, тобто втрата яких-небудь, у тому числі особистих, матеріальних цінностей або пошкодження майна у зв'язку із професійною діяльністю. Це також можуть бути кримінальні ризики, а саме погрози, шантаж, провокації або втягування співробітника в компрометуючі зв'язки, що організовується криміналом. Це може призвести до порушення закону, втягуванню правоохоронця в злочинну діяльність.

Психологічний (особистісний) ризик - це можливість розвитку психологічних травм, психологічної дестабілізації та деформації особистості під впливом стресу й емоційно-психологічних перевантажень, пов'язаних із професійною діяльністю.

І, нарешті, ризик фізичний - небезпека для життя й здоров'я, пов'язаний із професійною діяльністю.

Можна погодитися з деякими авторами [13; 17; 18], що забезпечення власної особистісної безпеки - це комплекс правових, адміністративних, оперативно-розшукових, технічних, профілактичних, психологічних, навчально-виховних і інших заходів. Але, разом з тим, заходи правового, матеріально-технічного, управлінського характеру будуть мало ефективні без власної свідомої й психологічно-грамотної діяльності співробітника по забезпеченню власної безпеки. Насамперед - це діяльність по підвищенню свого професійно-психологічного рівня діяти професійно грамотно й адекватно в умовах різноманітних ризиків.

## **1.2. Безпечна поведінка правоохоронців в небезпечних умовах.**

Відмітимо, що втрати можуть бути різноманітні: фізичні, психологічні, інформаційні, майнові, матеріальні тощо.

Особистісна безпека правоохоронця визначається:

- специфікою професійної діяльності;
- ступенем професійної захищеності співробітника;
- наявністю спеціальних заходів матеріально-технічного, управлінського характеру;
- цілеспрямованою роботою з особовим складом;
- загальною й професійною підготовленістю співробітника;
- психологічною підготовкою співробітника;
- ефективністю дій по забезпеченню власної безпеки при розв'язанні професійних завдань або в позаслужбових ситуаціях.

Забезпечення особистісної безпеки співробітників - проблема комплексна. Вона являє собою систему правових, спеціальних захисних, тактичних, педагогічних і психологічних заходів, що дозволяють забезпечити збереження життя, фізичне й психічне здоров'я співробітників правоохоронних органів за умови підтримки високого рівня соціальної та професійної ефективності.

Основні психологічні завдання забезпечення особистісної безпеки співробітників можуть полягати в наступному:

- ✓ розробка психологічних методів діагностики ситуативних та особистісних ризиків;
- ✓ дослідження психологічних причин порушення особистісної та колективної безпеки, нещасних випадків і особливостей поведінки потерпілих, складання узагальненого психовіктимологічного портрету тощо;
- ✓ розробка системи та окремих психологічних методів забезпечення особистісної безпеки співробітників в процесі виконання ними професійних завдань та в процесі повсякденного життя;
- ✓ розвиток знань, вмінь та навичок безпечної поведінки й розробка змісту професійно-психологічної підготовки співробітників до діяльності в небезпечних умовах;
- ✓ психологічне консультування та надання психологічної допомоги співробітникам, що пережили небезпеку;
- ✓ підготовка керівників та особового складу до надання першої психологічної допомоги підлеглим та товаришам по службі.

Особливу увагу слід приділити небезпекам, які пов'язані з пораненнями, нещасними випадками, викраденням, катуванням, втратами здоров'я та життя. Безпека в таких умовах вимагає від співробітника:

- ✚ передбачливості;
- ✚ обережності в поведінці;
- ✚ обґрунтованого вибору маршруту пересування (особливо у вечірній і нічний час);
- ✚ здатності психологічної оцінки намірів підозрілих осіб;
- ✚ володіння методами фізичного й психологічного захисту;
- ✚ наявності різних засобів самооборони (газової зброї, вогнепальної зброї та інших спецзасобів).

Велике значення також має психологічна готовність до забезпечення власної безпеки при виконанні професійних завдань та в процесі повсякденного життя.

Закордонні й вітчизняні дослідження психологічної безпеки правоохоронців дозволяють скласти узагальнений психологічний портрет осіб, які були поранені, постраждали від нещасного випадку або загинули. До нього можна віднести:

- ✓ невідповідність психофізіологічних властивостей та особистісних рис вимогам та умовам виконання професійних завдань;
- ✓ перебування в неадаптивному чи дезадаптивному психофізіологічному стані (втома, стрес, підвищена тривога, страх тощо) під час дії небезпеки;
- ✓ наявність віктимних рис особистості;
- ✓ недостатня психологічна підготовка до забезпечення власної безпеки;
- ✓ невикористання або неправильне використання засобів захисту від небезпеки;
- ✓ недотримання встановлених правил поведінки при виконанні професійних завдань в небезпечних умовах;
- ✓ переоцінка своїх можливостей в оцінці ситуації та інших людей, самовпевненість;
- ✓ ігнорування засобів прикриття при його наявності;
- ✓ віра в те, що проблеми його не торкнуться;

- ✓ зниження пильності, професійної підозрілості та надмірна довірливість при спілкуванні в небезпечних умовах;
- ✓ втрата контролю поведінки;
- ✓ ігнорування очевидних ознак небезпеки;
- ✓ надмірна сугестивність;
- ✓ невчасне використання силових методів розв'язання професійної ситуації;
- ✓ недостатній розвиток розумових здібностей, що унеможливорює адекватний прогноз небезпечної ситуації;
- ✓ надмірна підозрілість та вкрай завищена самооцінка;
- ✓ відсутня психологічна готовність до несподіванок;
- ✓ неадекватна тактика поведінки в ситуації небезпеки (не поспішав, квапився рухатися, не маскувався, поводився самовпевнено тощо);
- ✓ невиправданий ризик.

Практика та дослідження проблеми довели, що надважливими *умовами забезпечення особистісної психологічної безпеки* є:

1. Знання про психічні та психофізіологічні процеси, що відбуваються в організмі людини в умовах небезпеки та ситуації, які потребують особливої уваги з погляду забезпечення власної безпеки;
2. Засвоєння правил безпечної поведінки та дій у небезпечних ситуаціях, що дозволяє не тільки успішно виконати професійне завдання без втрат, але і в звичайних побутових умовах не постраждати особисто.
3. Володіння способами саморегуляції.

### **1.3. Особистісні риси співробітників, що призводять до втрат.**

**Схильність до ризику.** Певною перешкодою до професійно грамотної і адекватної поведінки в небезпечній ситуації є схильність до ризику. За схильністю до ризику співробітників можна умовно поділити на три групи: а) з негативним ставленням до ризику, які все зважають і не люблять ризикувати та уникають ризику в житті та діяльності; б) з позитивним ставленням до ризику, які постійно ризикують в повсякденному житті та професійній діяльності, їх приваблює небезпека і гострі відчуття; в) з індивідуальним ставленням до ризику, яким байдуже що обирати – певний ймовірно спрогнозований позитивний результат, або ряд ризикованих варіантів з невизначеним очікуванням.

Схильність до ризику являє собою певні властивості: сили нервової системи, потреби в самостверженні, мотивації діяльності, тривожності, імпульсивності, агресивності, екстраверсії, нейротизму і психотизму, імпульсивності, егоцентризму, тривожності, самоефективності, емоційної лабільності, некритичності мислення, істеричності, дистимності, мотивації досягнення тощо. Особи, які прагнуть до домінування, до самоствердження та яким притаманна підвищена агресивність, часто віддають перевагу поведінці, яка містить невиправданий ризик. Вплив на прийняття в майбутньому рішення про ризиковану поведінку є також пережита в минулому небезпека.

Ступінь схильності до ризику розглядається і як риса характеру, яка залежить від темпераменту та властивостей нервової системи. Так, холерик, який швидкий на прийняття рішення в небезпечних ситуаціях відчуває себе як риба в воді. Він готовий на невиправданий ризик. Сангвінік, не стане шукати пригоди з горя. Він

буде ризикувати задля відчуття повноти життя. У флегматиків переважає «дозований адреналін». Меланхолік буде довго все зважувати, а потім мучитися, що не проявив сміливість.

За схильністю до ризику варто розглядати потребу в гострих відчуттях, «адреналіні». Ця риса може проявлятися в пошуках пригод з фізичним ризиком, потребі нового емоційного досвіду, потребі в захопливих і сильних переживаннях, схильності до соціальних ризиків, включаючи небезпечну для здоров'я поведінку, нетерпимості до одноманітності й нудьги, ризикованому і швидкому водінні автомобіля тощо.

Відповідно статистичних даних високу схильність до ризику мають 14-20% людей. Більша ж частина опитуваних мають середній та низький рівні схильності до ризику.

Є, також, вікові відмінності, які свідчать про те, що серед юнаків та студентів 50% мають високий рівень схильності до ризику. З віком схильність до ризику знижується. Більшість дорослих людей уникає ризику. Суттєво знижується здатність і бажання приймати ризиковані рішення після 40 років.

Схильність до ризику проявляється в різноманітних формах ризикованої поведінки: прийняття фінансових рішень, азартні ігри, екстремальні види спорту, соціально небезпечна поведінка, необережне водіння автомобілю

Крім схильності до ризику на особистісну безпеку впливають віктимні риси особистості, так звана психологія жертви.

**Віктимні риси особистості.** Віктимність (від лат. *victima* – жертва) - інтегральна риса особистості, що містить в собі потенційну можливість стати індивідуальною чи груповою жертвою в небезпечних ситуаціях, понести певні фізичні й психологічні втрати, чи майнові збитки.

Вчення про психологію жертви (постраждалого, потерпілого) у небезпечних ситуаціях життєдіяльності називається психовіктимологією. Вона вивчає психологічні причини й механізми віктимних дій, а її важливим завданням є вивчення жертви (потерпілого, потерпілого) і виявлення психологічно значущих віктимних якостей, станів, способу життя й поведінки, які спровокували, провокують або значно полегшують дії осіб або створюють сприятливі умови для несення фізичних, психологічних і майнових втрат у небезпечних ситуаціях життєдіяльності.

Структурно психовіктимологія розгалужується на наступні розділи: 1) загальну психовіктимологічну теорію поведінки жертви; 2) приватні теорії кримінальної, травматичної й професійної психовіктимології; 3) теорію й практику психовіктимологічних експертиз; 4) психопрофілактичну діагностику рівнів віктимності в поведінці людей; 5) науково обгрунтовану систему зниження рівня віктимності особистості й груп людей [60].

З психологічного системного погляду, віктимність охоплює сукупність мотиваційних, пізнавальних, емоційних, вольових і комунікативних якостей і проявляється у поведінці, яка виникає в небезпечних ситуаціях.

Мотиваційні віктимні якості можуть бути пов'язані, наприклад, з надмірною мотивацією досягнення, яка співвідноситься з завищеною самооцінкою співробітника, що веде до появи «зрушення до ризику» і проявляється в