

РОЛЬ ВОЛОНТЕРА ЯК ОДНА З ВАЖЛИВИХ ДЕТЕРМІНАНТ ЗБЕРЕЖЕННЯ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПОЛІЦЕЙСЬКОГО

THE ROLE OF A VOLUNTEER AS ONE OF THE IMPORTANT DETERMINANTS OF MAINTAINING THE SUBJECTIVE WELL-BEING OF A POLICE OFFICER

Дослідження, проведене через 2,5 року після початку російського вторгнення в Україну у 2022 році, мало на меті визначити вплив волонтерської діяльності на суб'єктивне благополуччя поліцейських ($n = 463$), які перебувають під постійним тиском сучасних викликів. В умовах воєнного стану, коли на правоохоронців покладється надзвичайно високий рівень відповідальності та стресу, розуміння факторів, що сприяють їхньому психологічному добробуту, набуває особливої актуальності.

Онлайн-опитування, проведене серед поліцейських, включало анкету для збирання соціально-демографічних даних, інформації про особистий і професійний досвід під час війни, а також модифіковану шкалу суб'єктивного благополуччя BBC. Ця шкала дала змогу оцінити різні аспекти благополуччя, такі як задоволеність життям, емоційним і фізичним станом, стосунками.

Результати регресійного аналізу показали, що волонтерська діяльність є одним із найсильніших позитивних предикторів суб'єктивного благополуччя поліцейських. 40,9% опитаних правоохоронців брали участь у волонтерській діяльності, що свідчить про їхню високу соціальну активність і прагнення допомагати іншим.

Ці результати підкреслюють важливість волонтерської діяльності як механізму подолання стресу й зміцнення психологічної стійкості серед поліцейських. Участь у волонтерських ініціативах не лише сприяє допомозі іншим, а й надає самим правоохоронцям відчуття мети й задоволення від своєї діяльності.

Отримані результати мають значний практичний потенціал для покращення системи психологічної підтримки правоохоронців в умовах воєнного стану. Розуміння факторів, що впливають на їхнє суб'єктивне благополуччя, дає змогу розробити ефективні програми психологічної допомоги й підтримки. Зокрема, заохочення волонтерської діяльності та створення можливостей для участі в таких ініціативах може стати важливим елементом підтримки психологічного здоров'я поліцейських.

Результати дослідження розширюють наукові знання про фактори, що впливають на суб'єктивне благополуччя поліцейських в екстремальних умовах. Вони підкреслюють важливість соціальної підтримки, позитивних міжособистісних стосунків та активної участі в суспільному житті для збереження психологічної стійкості й ефективної службової діяльності правоохоронців.

Ключові слова: психічне здоров'я, волонтерство, особистісна зрілість, рольова зрілість, поліцейські, особистість, Україна, війна, благополуччя.

This research aimed to investigate the impact of volunteer activity on the subjective well-being

of police officers ($n = 463$) operating within the context of contemporary challenges during the ongoing war in Ukraine, specifically 2.5 years following the 2022 Russian invasion. In this context, where law enforcement personnel encounter heightened stress and emotional strain, comprehending the determinants of their psychological welfare is of paramount importance. An online survey was administered, encompassing a questionnaire designed to gather socio-demographic data, information pertaining to personal and professional experiences during wartime, and the modified BBC Subjective Well-being Scale. This instrument facilitated the assessment of various facets of well-being, including life satisfaction, emotional state, perceived purpose, and social connectivity. The validation of self-assessments ensured the reliability of the derived results.

Regression analysis was employed to test the developed model, revealing that volunteer activity emerged as a prominent positive predictor of subjective well-being among police officers. Specifically, 40.9% of the surveyed officers engaged in volunteer activities, underscoring their robust social engagement and commitment to community support during a critical period.

The originality of this study resides in its unique context of martial law, which enabled the identification of specific predictors characteristic of this period. The findings suggest that volunteer engagement not only facilitates assistance to others but also confers a sense of purpose, social significance, and personal satisfaction upon the officers themselves. This, in turn, positively influences their psychological well-being.

The outcomes of this research possess substantial practical implications for the enhancement of psychological support systems for law enforcement personnel operating under wartime conditions. An understanding of the factors influencing their subjective well-being facilitates the development of effective psychological intervention and support programs. Specifically, the promotion of volunteer activities and the provision of opportunities for such involvement may serve as a crucial component in bolstering the psychological resilience of police officers.

Furthermore, this study contributes to the expansion of scientific knowledge concerning the determinants of subjective well-being among police officers in extreme contexts. It underscores the significance of social support, positive interpersonal relationships, and active participation in civic life for the preservation of psychological resilience and effective service performance. This research provides valuable insights for the formulation of strategies to support police officers operating in wartime environments and to facilitate their efficient service activities.

Key words: mental health, volunteering, personal maturity, role maturity, police officers, personality, Ukraine, war, well-being.

УДК 159.9+316.6

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.71.55>

Мітченко К. В.

здобувач ступеня доктора філософії кафедри практичної психології Криворізький державний педагогічний університет; старший викладач кафедри психології, соціології та педагогіки Дніпровський державний університет внутрішніх справ

3 лютого 2022 року українці зіткнулися з численними викликами, спровокованими російським вторгненням, включаючи втрати, фізичні поранення, психологічний стрес і травми.

Маріо Ді Фіоріно з колегами з Лісабонського університету, базуючись на емпіричних дослідженнях, прогнозують збільшення поширеності й серйозності проблем психічного здоров'я в українців, спричинених війною [2, с. 28–30]. А. Курапов [5], О. Луцак [7], М. Великодня [12; 13] відмічають збільшення проявів тривоги, депресії, уявного стресу й посттравматичного стресового розладу в українців. У свою чергу, С. Кімхі з колегами наголошують на зниженні рівня психологічного благополуччя українців після російського вторгнення в Україну у 2022 році та підвищенні рівня симптомів дистресу й відчуття небезпеки [4, с. 1005–1023]. Поряд із цим М. Великодня й дослідна група Криворізького державного педагогічного університету прогнозують покращення суб'єктивного благополуччя українців завдяки проживанню з другом, систематичному отриманню психологічної допомоги [12; 13].

С. Сантре зазначає, що поліцейські вважаються групою високого ризику щодо розвитку психічних розладів загалом через складний і напружений характер виконуваних службових обов'язків [10; 11]. Вони, відповідно до своїх повноважень, згідно з Наказом МВС України «Про затвердження Інструкції з організації реагування на заяви і повідомлення про кримінальні, адміністративні правопорушення або події та оперативного інформування в органах (підрозділах) Національної поліції України» від 27.04.2020 № 357 [19], є одними з перших, хто стикається з наслідками воєнних злочинів, людським горем, втратами, часто також можуть бути об'єктами, щодо яких здійснюються злочини (повторні атаки місць влучання авіаракет під час документування злочину й надання допомоги, обстріли дронами під час евакуації цивільного населення, несення служби в зоні бойових дій і на деокупованій території).

Психологічне благополуччя поліцейських залежить, як визначає М. Падхі та його колеги, від віку правоохоронців, соціальної підтримки сім'ї та внутрішнього контролю керівництва й держави, досвіду роботи, рівня задоволення від неї, а також від особливостей несення служби, а саме: емоційної залученості, досвіду перебування в непередбачених і небезпечних для життя ситуацій [8; 9], психологічної зрілості, на думку Л. Баугер [1]. При цьому П. Луцинський [6], С. Сантре [11; 10] указують, що поліцейські відчують стрес, депресію та ПТСР майже вдвічі частіше, ніж загальне населення, через часте перетинання з травматичними подіями інших людей, мають так звану вікарну травму.

В умовах воєнного стану службова діяльність поліцейських кардинально відрізняється від правоохоронної діяльності в мирний час і пов'язана зі значною кількістю небезпек, відповідно, має значущі психологічні наслідки, з якими кожен

по-різному справляється, відповідно до власного рівня стресостійкості й особистісної готовності до ускладнених умов професійної діяльності. Як зазначає В. Богуславська, частина поліцейських знаходять у собі внутрішні ресурси для подолання таких негативних наслідків екстремального досвіду, іншим притаманні виражені вияви дезадаптації [14, с. 47–53].

В умовах воєнного часу сучасному поліцейському притаманна впевненість у собі та власних можливостях, здатність не губитися в разі зіткнення з труднощами, проявляти товариськість, активність у суспільному житті, бути мужнім, активним, наполегливим, соціально спритним. Поряд із цим має передумови для імпульсивного поведіння, схильний до ризику й агресії, виражене прагнення до домінування, активного відстоювання своєї думки, є авторитарність, недовірливість, що, відповідно до сучасної реальності несення служби поліцейськими, можуть сприяти підвищенню ефективності виконання службових обов'язків у певних неспецифічних ситуаціях. Водночас саме прояви імпульсивності й агресивності можуть бути проявами захисних реакцій психіки правоохоронців у нетипових екстремальних службових ситуаціях [17, с. 218–251].

Ґрунтуючись на теоретичній базі, організували емпіричне дослідження суб'єктивного благополуччя поліцейських через 2,5 року після російського вторгнення в Україну у 2022 році та впливу на них волонтерської діяльності шляхом онлайн-опитування, що включало анкету вивчення соціально-демографічних характеристик і суб'єктивного благополуччя, використовуючи модифіковану шкалу суб'єктивного благополуччя BBC (BBC-SWB).

Загалом в опитуванні взяли участь 463 поліцейських, віком від 18 до 50 років, які несуть службу в територіальних підрозділах і навчаються в закладах зі специфічними умовами навчання (а саме Дніпровський державний університет внутрішніх справ). Більшість із них були чоловіками, які проживали в Дніпропетровській області, не одружені, мають достатній рівень матеріального становища та займаються волонтерською діяльністю.

Дані аналізували за допомогою програмного забезпечення на базі R-Jamovi 2.4.1.0. Він включав описову статистику, два типи факторного аналізу – підтверджувальний і дослідницький – для тестування шкал, і лінійний регресійний аналіз для виявлення моделі прогнозування.

Етичне схвалення дослідження отримано від кафедри гуманітарних дисциплін та психології поліцейської діяльності Дніпровського державного університету внутрішніх справ.

Дисперсія предикторів і результатів, вимірених за допомогою власних інвентаризацій у межах вибірки, представлена в таблиці 1.

Варто відмітити, що прогнозовано позитивний вплив на суб'єктивне благополуччя поліцейських має волонтерська діяльність ($\beta = 0,431$, $p < 0,001$),

Таблиця 1
Прогнози й бали результатів

	Середнє значення шкали запасів (SD)	Медіана	St Error
Психологічне благополуччя	42,72	45	0,5
Фізичне здоров'я та благополуччя	24,61	26	0,5
Стосунки	18,65	20	1,5
Суб'єктивне благополуччя	86,06	91	1,5

відповідно, пояснення дисперсії суб'єктивних рівнів добробуту в дослідженні. Загалом 40,9 % опитаних поліцейських повідомили, що вони є волонтерами різної спрямованості, це сприяє покращенню їхнього самопочуття.

Згідно з отриманими результатами, найчастіше волонтерською діяльністю займаються поліцейські віком 30–35 років, мають задовільний матеріальний стан ($\beta = 0,952, p < 0,001$), задоволені своїми стосунками ($\beta = 1,17, p < 0,001$) або розлучені ($\beta = 0,844, p < 0,001$), мають досвід перебування на деокупованій території ($\beta = 0,535, p < 0,001$). До найнижчих факторів зараховано перебування на керівній посаді ($\beta = -5,121, p < 0,001$), на окупованій території ($\beta = -4,809, p < 0,001$), бойовий досвід ($\beta = -14,782, p < 0,001$), що є логічним з урахуванням інформації зазначеної вище.

Від початку повномасштабного вторгнення відмічається атрофія ролі волонтера, а саме майже на 31% збільшилася порівняно з довоєнним часом [18, с. 218–251]. З грудня 2022 року за ініціативою начальника Головного управління Національної поліції в Донецькій області Руслана Осипенка створені евакуаційні групи поліцейських, які працюють на волонтерських засадах, – «Білий Янгол», забезпечують порятунок життя людей і надають усебічну допомогу цивільному населенню в районах бойових дій, за відсутності підрозділів Державної служби з надзвичайних ситуацій і «швидкої допомоги» здатні виконувати їхні завдання. Офіційний сайт Національної поліції систематично висвітлює волонтерську діяльність поліцейських цього підрозділу не лише на території Донеччини, а й на території Сумської області [20].

До активної волонтерської діяльності залучені й майбутні правоохоронці – курсанти Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ, які доєднуються до діяльності благодійних фондів, займаються найрізноманітнішими ініціативами: плетінням сіток, приготуванням їжі, збиранням гуманітарної допомоги для військових, облаштуванням лікарень, донорством крові [16]. Поліцейські по всій території України активно долучаються до донації крові, евакуація населення, збирання й доставки гуманітарної допомоги, переведення коштів на збори військових чи благодійних фондів.

Вплив волонтерства під час повномасштабного вторгнення на психоемоційний стан українців досить неоднозначний. Так, О.Савиченко відмічає, що у волонтерів, які допомагають військовим, посттравматичне зростання відбувається переважно за рахунок розширення власних можливостей і зміцнення особистісних і соціальних ресурсів, вони завдяки ефективному використанню стратегій емоційної саморегуляції не мають суттєвих ознак тривоги, депресії, порушень сну, проте в них спостерігається емоційне вигорання через систематичне перебування в стресових умовах [21, с. 90–96].

Особи, які залучені в значущу взаємодію, мають високий рівень когерентності особистості, більш здатні усвідомлювати життєві цілі, приймати себе, установлювати позитивні взаємини зі своїм оточенням, впливати на життєві події, що робить їх щасливішими, тобто полегшує вплив факторів стресу і сприяє задоволеності життям [22, с. 56–60]. Проте волонтери, які проживають в Україні в умовах щоденних стресів і воєнних загроз, допомагають цивільним особам і тваринам, переважно мають низький рівень резильєнтності, мають складнощі в подоланні стресу, через що зростають ознаки депресії та порушень сну [23, с. 200–205; 21, с. 90–96].

Волонтерство сприятливо впливає на депресію, задоволеність життям, добробут, але не на фізичне здоров'я, а також може приносити користь психічному здоров'ю та виживанню, хоча причинно-наслідкові механізми залишаються неясними [3].

Проведене дослідження дало змогу ідентифікувати позитивний вплив волонтерської діяльності на суб'єктивне благополуччя поліцейських. Збільшення кількості поліцейських, які залучені до волонтерства, свідчить про їхнє прагнення допомагати іншим і відчувати свою корисність у складних умовах. Волонтерство може слугувати своєрідним механізмом подолання стресу й відновлення психологічної рівноваги. Проте важливо зазначити, що волонтерська діяльність також може мати й негативні наслідки, такі як емоційне вигорання та посилення тривоги, особливо тоді, коли волонтери працюють у зонах бойових дій або зазнають значних психологічних навантажень.

Результати дослідження мають вагомое практичне значення для розроблення програм психологічної підтримки поліцейських. З огляду на отримані дані, необхідно створювати умови для залучення поліцейських до волонтерської діяльності, забезпечувати їх необхідними ресурсами й підтримкою. Водночас важливо враховувати індивідуальні потреби та психологічний стан кожного поліцейського, даючи їм можливість отримати професійну психологічну допомогу й підтримку в разі необхідності. Розроблення та впровадження ефективних програм психологічної підтримки сприятиме підвищенню рівня суб'єктивного благополуччя поліцейських, стресостійкості й ефективності виконання службових обов'язків.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Bauger L., Bongaardt R., Bauer J.J. Maturity and Well-Being: The Development of Self-Authorship, Eudaimonic Motives, Age, and Subjective Well-Being. *J Happiness Stud.* 2021. № 22. P. 1313–1340. <https://doi.org/10.1007/s10902-020-00274-0>.
2. An Unexpected War in Ukraine: What Should we Expect? The Consequences of War among Ukrainian Refugees / M. Di Fiorino et al. *Revista Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental.* 2022. № 8(2). P. 28–30. DOI: 10.51338/rppsm.370 URL: <http://surl.li/bsoejg>
3. Is volunteering a public health intervention? A systematic review and meta-analysis of the health and survival of volunteers / C. E. Jenkinson, A. P. Dickens, K. Jones et al. *BMC Public Health.* 2013. № 13. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-773>.
4. A full-scale Russian invasion of Ukraine in 2022: Resilience and coping within and beyond Ukraine / S. Kimhi et al. *Applied psychology. Health and well-being.* 2024. P. 1005–1023. doi: 10.1111/aphw.12466. URL: <https://psycnet.apa.org/record/2023-90274-001>
5. The mental health impact of the ongoing Russian-Ukrainian war six months after the Russian invasion of Ukraine / A. Kurapov et al. *Frontiers in psychiatry.* 2023. № 14. DOI: 10.3389/fpsy.2023.1134780
6. Luszczynski P. Protecting the protectors by recognizing the importance of suicide prevention and mental health support in law enforcement is crucial. 2024. URL: <https://www.soundthinking.com/blog/law-enforcement-suicide-prevention/>
7. Prevalence of stress, anxiety, and symptoms of post-traumatic stress disorder among Ukrainians after the first year of Russia invasion: a nationwide cross-sectional study / O. Lushchak et al. *The Lancet Regional Health – Europe.* 2024. Vol. 36. DOI: 10.1016/j.lanepe.2023.100773. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38019977/>
8. Padhy Meera Ralte, Lalnuntluangi, Padiri Ruth, Chelli Kavya. Well-being of police personnel: Role of perceived social support and perceived control of internal states. *The Police Journal: Theory, Practice and Principles.* 2022. № 96. DOI: 10.1177/0032258X221085689 URL: <http://surl.li/xuvbtf>
9. Padhy, Meera, Chelli, Kavya & Padiri, Ruth. Optimism and Psychological Well-Being of Police Officers With Different Work Experiences. *SAGE Open.* 5. 2015. DOI: 10.1177/2158244015580852. URL: <http://surl.li/xuzgcu>
10. Santre S. Mental Disorders and Mental Health Promotion in Police Officers. *Health psychology research.* 2024. № 12. <https://doi.org/10.52965/001c.93904>
11. Santre S. Mental Disorders and Mental Health Promotion in Police Officers. *Health Psychol Res.* 2024. Feb 17. № 12. DOI: 10.52965/001c.93904 URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10875161/>
12. Living with a friend mediates PTSD and CPTSD symptoms among trauma-exposed Ukrainians during the second year of 2022 Russian invasion / M. Velykodna et al. *Mental Health and Social Inclusion.* 2024 Vol. 28. № 6. P. 1040–1050. URL: <https://doi.org/10.1108/MHSI-11-2023-0118>
13. Systematicity of receiving mental health care predicts better subjective well-being of Ukrainians during the second year of the Russian invasion / M. Velykodna et al. *Mental Health Review Journal.* 2024. № 2. P. 211–223. <https://doi.org/10.1108/MHRJ-01-2024-0006>
14. Богуславська В.В. Предметне поле психологічного дослідження впливу сім'ї на особливості професійної діяльності поліцейських в умовах воєнного стану. *Вчені записки ТНУ імені В.І.Вернадського. Серія «Психологія».* 2024. № 1(34). С. 93–100. DOI: 10.33270/03243401.93
15. Буданова М. Воєнний стан і можливі трансформації особистості поліцейського. *Юридична психологія.* 2023. № 1(32). С. 79–85. DOI: 10.33270/03233201.79
16. До Міжнародного дня волонтера: волонтерський фронт ДДУВС. URL: <https://dduvs.edu.ua/2023/12/05/do-mizhnarodnogo-dnya-volonterskyj-front-dduvs/>
17. Мітченко К.В. Професійна компетентність поліцейського як передумова успішної взаємодії поліції та громади. *COMMUNITY POLICING: Освітні практики* : колективна монографія / кол. авт. ; наук. ред. К.М.Недря. Дніпро : Дніпроп. держ. ун-т внутр. справ, 2023. С. 218–251.
18. Мітченко К.В. Зміни рольової компетентності поліцейських у період до та під час війни. *Вісник Донецького національного університету імені Василя Стуса. Серія «Психологічні науки».* 2023. С. 64–71. DOI: [https://doi.org/10.31558/2786-8745.2023.1\(2\).9](https://doi.org/10.31558/2786-8745.2023.1(2).9)
19. Про затвердження Інструкції з організації реагування на заяви і повідомлення про кримінальні, адміністративні правопорушення або події та оперативного інформування в органах (підрозділах) Національної поліції України : Наказ МВС України від 27.04.2020 № 357. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0443-20#Text>
20. Національна поліція України. Офіційний портал. Білий янгол. URL: <https://www.npu.gov.ua/tag/bilyi-ianhol?type=all&tag=%D0%91%D1%96%D0%BB%D0%B8%D0%B9%20%D1%8F%D0%BD%D0%B3%D0%BE%D0%BB>
21. Психічне здоров'я волонтерів в умовах війни / О.М.Савиченко й інші. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія».* Серія «Психологія» : науковий журнал. Острог : Вид-во НаУОА, 2024. № 17. С. 90–96. URL: <http://eprints.zu.edu.ua/40380/1/Savychenko.pdf>
22. Сердюк Л.З., Купреєва О.І., Отенко С. Салютогенетичні основи життєстійкості особистості. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія «Психологія».* 2022. № 1(15). С. 56–60. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/735349/>
23. Щербак Т. Дослідження резильєнтності волонтерів під час воєнного стану. *Слобожанський науковий вісник. Серія «Психологія».* 2024. № 1. С. 200–205. URL: <https://journals.spu.sumy.ua/index.php/psy/article/view/339>