

думок (Н), легкості вступу у соціальні контакти, успішного виступу перед багаточисленною аудиторією (Л), забезпеченню ефективної самоподачі (СП). Ці явища супроводжуються відсутністю хитрощів, вирішенням проблем шляхом встановлення комунікативних контактів між людьми (М). Показник ТП (творче ставлення до професії) виявив додатній зв'язок з показником КК (комунікативна компетентність) ($p \leq 0,05$) і від'ємний зв'язок з показником М (схильність до маніпуляцій) ($p \leq 0,05$). Як відомо, професійна креативність включає продуктивну спрямованість особистості, рівень оригінальності мислення, імпровізаційність, відкритість новому у діяльності, новаторство (КК). Підтвердженням зазначеного є здібність встановлювати і підтримувати необхідні контакти з іншими людьми, адекватність знань, умінь і навичок, які забезпечують успішність відвертого з'ясування стосунків у спілкуванні.

Отже, особливості взаємовідношення показників творчого потенціалу і комунікативної креативності вказали на можливі прояви комунікативної креативності в залежності від домінуючих рис особистості, що викликало припущення стосовно детермінації певними рисами особистості прояву її креативності.

Література:

1. Костюк Г. С. Психологія творчої особистості. Київ : «Промінь», 2001. 484 с.

2. Шапар В.Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків : Прапор, 2007. 640 с.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-522-1-105>

ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ГЕНДЕРНОЇ СТРЕСОСТІЙКОСТІ МАЙБУТНІХ ПРАВООХОРОНЦІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Козубенко І. В.

старший викладач кафедри мовної підготовки

Національна академія внутрішніх справ

м. Київ, Україна

Гендерні відмінності у сприйнятті та реакції на стрес є предметом численних наукових досліджень. Дослідники виявили, що чоловіки та жінки можуть проявляти різні психологічні та фізіологічні реакції на

стресори. Симптоми стресу можуть бути складними як у жінок, так і у чоловіків, але дослідники виявили деякі відмінності. Наприклад, вони вказують на специфічно «жіночі» реакції на стрес, такі як сильний головний біль або паралізуюча тривога. Хлопчики частіше страждають від таких наслідків стресу, як обмеження рухової активності, психічні розлади, погіршення слуху та зору, проблеми з пам'яттю. Хлопчики, як правило, більш миттєво і безпосередньо реагують на стрес. Це може бути пов'язано з високим рівнем тестостерону, який сприяє активності, впевненості в собі та здатності зосереджуватися на ситуації, а також швидко вирішувати проблеми [3].

У ВНЗ, які готують майбутніх поліцейських, процес навчання починається зі спеціальних навчальних таборів. Протягом двох тижнів новачки проживають у гуртожитках, знайомляться з новими умовами навчання та служби, вивчають основи фізичної та військової підготовки, вивчають історію та традиції закладу, беруть участь у патріотичних, культурно-виховних заходах.

Враховуючи складнощі адаптації до нових умов навчання та служби, важливо розуміти психологічні ресурси, які є у молодих поліцейських для подолання стресових ситуацій та збереження психічного здоров'я. Варто зазначити, що за останні роки значно зросла кількість курсанток, які обирають навчання у ВНЗ з профільним навчанням [2]. Дослідження показують, що жінки можуть бути більш сприйнятливими до стресу, ніж чоловіки, з кількох причин:

1. Емоційна чутливість: жінки, як правило, більш емоційно чутливі, що може зробити їх більш вразливими в стресових ситуаціях. Вони можуть сильніше реагувати на емоційно насичені події та переживання.

2. Соціальна підтримка: дослідження показують, що жінки частіше шукають підтримки у важких ситуаціях, що може свідчити про те, що вони відчують більший стрес. Вони, швидше за все, шукатимуть допомоги та підтримки в своєму соціальному середовищі.

3. Біологічні фактори. Деякі дослідження показують, що біологічні відмінності між чоловіками та жінками, такі як гормональні зміни, можуть впливати на сприйняття жінками стресу.

4. Культурні стереотипи. Культурні очікування також можуть впливати на сприйняття стресу. Наприклад, у деяких культурах жінкам відводиться роль «глави сім'ї» або «опори» у важкі часи, що може створити додатковий тиск і стрес. У сукупності ці фактори можуть призвести до того, що жінки відчують стрес частіше, ніж чоловіки. Однак важливо пам'ятати, що стрес – це індивідуальний процес, і кожна людина, незалежно від статі, може по-різному реагувати на стресори.

5. Соціальна підтримка: дослідження показують, що жінки частіше шукають підтримку у важких ситуаціях, що може вказувати на їхню

більшу схильність до сприйняття стресу. Вони можуть більш активно звертатися за допомогою та підтримкою до свого соціального оточення.

Фізіологічні відмінності між чоловіками та жінками можуть впливати на їхні реакції на стресори. Деякі дослідження показують, що рівень таких гормонів, як кортизол і окситоцин, може відрізнятися у чоловіків і жінок у стресових ситуаціях. Наприклад, відмінності в рівнях кортизолу можуть виникати під час стресових подій [1].

Вегетативна нервова система, яка контролює реакцію організму на стрес, може по-різному впливати на чоловіків і жінок. Наприклад, симпатична нервова система, яка відповідає за реакцію «бийся або біжи» на стресори, може відрізнятися залежно від статі. Інші фізіологічні прояви стресу, такі як прискорене серцебиття, зміни дихальної функції та реакція адреналіну, також можуть відрізнятися у чоловіків і жінок.

Чоловіки та жінки можуть проявляти різні реакції на стрес залежно від своєї біологічної статі. Наприклад, чоловіки більш схильні брехати або сваритися, тоді як жінки більш схильні створювати зв'язки в складних ситуаціях. Ці фізіологічні відмінності можуть мати важливі наслідки для розуміння та управління стресом у правоохоронців та інших професійних групах.

Дослідники виявили, що існують відмінності в стратегіях подолання ситуацій чоловіків і жінок. Жінки частіше шукають підтримки у складних ситуаціях. Вони можуть звернутися до друзів, родини або професійних консультантів за емоційною підтримкою та порадою. Жінки можуть частіше виражати свої емоції та почуття в розмовах або письмово [4].

Чоловіки частіше аналізують стресову ситуацію і знаходять конкретні рішення для вирішення проблеми. Чоловіки можуть відволіктися від стресу, займаючись спортом, спілкуючись або займаючись іншою діяльністю, яка допомагає їм відволіктися від проблем. Ці різні підходи до подолання можуть бути наслідком відмінностей у соціальних ролях, очікуваннях і навичках комунікації. Наприклад, соціальні стереотипи можуть впливати на те, наскільки комфортно почуваються чоловіки та жінки, висловлюючи свої почуття та приймаючи підтримку від інших.

Культурні впливи також можуть впливати на те, як чоловіки та жінки виражають стрес, і на стратегії подолання, які вони використовують. У багатьох культурах склалися стереотипи та очікування щодо поведінки чоловіків і жінок. Наприклад, від чоловіків часто очікують, що вони сильні, незалежні та впевнені в собі, тоді як жінки вважаються емоційно чутливими та такими, що потребують підтримки. У деяких культурах жінки більше залежать від підтримки та співчуття, ніж чоловіки. Це може вплинути на те, як обидві статі виражають свої емоції та звертаються за допомогою в стресових ситуаціях [1].

Культурні норми можуть впливати на те, як чоловіки та жінки сприймають власні емоції та стрес. Наприклад, у культурі, де більше цінується мужність, чоловіки частіше приховують свої емоції під час стресу, боячись здатися слабкими. Культурні особливості можуть впливати на ресурси, доступні для підтримки психічного здоров'я та подолання стресу. У деяких культурах доступно менше послуг психолога або менше наголошується на потребі стресостійкості, що може ускладнити процес подолання стресу.

Тому важливо розуміти культурний вплив на сприйняття стресу та стратегії подолання, щоб розробити ефективні програми підтримки та психічного здоров'я, які б відповідали конкретним потребам кожної культури.

Література:

1. Горбачова О. В. Соціально-психологічні аспекти встановлення гендерного паритету в Національній поліції України. *Право і безпека – Pravo bezpeka*. 2016. № 4 (63). С. 128–132.
2. Давидова О. В. Гендерно виважений підхід до маскулінності особистості поліцейського. Розуміння маскулінності та гендерної рівності в секторі безпеки України та представлення результатів дослідження: *матеріали Міжнар. наук.-практ. конф. (Київ, 25 берез. 2021 р.)*. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2021. С. 77–82. URL: <https://elar.naiu.kiev.ua/server/api/core/bitstreams/79a53668-e84e-41b3-9017-c817708a7a04/content>
3. Жінки vs Чоловіки: відмінності, доведені. *Українська правда*. 2013.-5 грудня. URL: <http://life.pravda.com.ua/society/2013/12/5/144101>
4. Марутян К. К. Маскулінність як культурна особливість діяльності поліції та її вплив на безпеку громадян. *Публічне управління та митне адміністрування*. 2021. № 4 (31). С. 14–17. doi: 10.32836/2310-9653-2021-4.3
5. Камінська Н. В., Чернявський С. С., Перунова О. С. Забезпечення гендерної рівності в системі МВС та інших центральних органів виконавчої влади: лекція. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2020. 31 с. URL: <https://dsns.gov.ua/upload/9/5/8/2/2020-5-20-112-lekciya-3.pdf>