

How to Cite (Style APA):

Ponomarenko, Y., Zarichanskyi, O., Kalamkovik, M., & Zarichanska, N. (2025). Comparative Study of the Emotional Burnout of Police Officers in Wartime Conditions. *Insight: the psychological dimensions of society*, 14, 82–113. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2025-14-5>

Як цитувати (Стиль ДСТУ 8302: 2015):

Пономаренко Я., Зарічанський О., Каламковік М., Зарічанська Н. Компаративне дослідження емоційного вигорання поліцейських в умовах воєнного часу. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2025. № 14. С. 82–113. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2025-14-5>

UDC [159.942.5"364":351.774-051]:159.9.072

Comparative Study of the Emotional Burnout of Police Officers in Wartime Conditions

Компаративне дослідження емоційного вигорання поліцейських в умовах воєнного часу

Received: June 01, 2025

Accepted for publication: November 3, 2025

Published online: November 19, 2025

Yana Ponomarenko

Doctor of Psychological Sciences, Associate
Professor, Professor,
Department of Sociology and Psychology,
Educational and Research Institute №5,
Kharkiv National University of Internal Affairs,
Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-3374-3930>

Oleh Zarichanskyi*

Doctor of Psychological Sciences, Associate
Professor, Head,
Department of Problems of Information and
Analytical Support
in the Field of Educational Activities of the
Research Center,
Military Institute of Taras Shevchenko National
University of Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-6934-9521>

Martin Kalamkovik

PhD in Methodology of Natural Science
School of Elementary and Secondary Education
"Milan Petrovic", Serbia

<https://orcid.org/0009-0003-9802-1108>

Natalia Zarichanska

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate
Professor,

Яна Пономаренко

доктор психологічних наук, доцент, професор,
кафедра соціології та психології,
Навчально-науковий інститут №5,
Харківський національний університет
внутрішніх справ, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-3374-3930>

Олег Зарічанський*

доктор психологічних наук, доцент,
начальник відділу,
відділ проблем інформаційно-аналітичного
забезпечення в сфері
освітньої діяльності науково-дослідного
центру,

Військовий інститут,
Київський національний університет імені
Тараса Шевченка, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-6934-9521>

Мартін Каламковік

PhD з методології природничих наук,
Школа початкової та середньої освіти "Мілана
Петровича", Сербія

<https://orcid.org/0009-0003-9802-1108>

Наталія Зарічанська

кандидат педагогічних наук, доцент, доцент,
кафедра іноземних мов,

* Corresponding Author: olegzarvin69@gmail.com

* Автор-кореспондент: olegzarvin69@gmail.com

Comparative Study of the Emotional Burnout of Police Officers in Wartime Conditions

Department of Foreign Languages,
Vinnytsia Mykhailo Kotsiubynskyi State
Pedagogical University, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0002-5636-1900>

Abstract

The aim of the study is to provide a comparative analysis of the emotional burnout of police officers in wartime conditions, considering differences in gender, the duration of service, and the specific nature of police units. **Methods.** To this end, the 'Diagnosis of Emotional Burnout' methodology (Maksymenko et al., 2006) was used, which made it possible to assess the level of emotional burnout of police officers. The methodology assessed three phases of emotional burnout: tension, resistance, and exhaustion. The study sample included $n = 186$ police officers, differentiated by gender (men – $n = 120$, women – $n = 66$), the duration of service (less than 10 years – $n = 60$, 11–20 years – $n = 70$, more than 21 years – $n = 56$), and by unit type (patrol police officers – $n = 120$, criminal police – $n = 66$). **Results.** The study revealed that the level of emotional burnout among police officers partially depended on work experience, gender, and the specifics of the unit. Women demonstrated higher levels of emotional stress, anxiety, depression, and psychosomatic symptoms, while men showed greater self-criticism and dissatisfaction with themselves. Police officers with less experience (up to 10 years) tend to show increased displays of psycho-emotional stress, in particular anxiety and symptoms of psychological exhaustion. However, no statistically significant differences between the groups were found for these indicators. At the same time, significant differences in terms of work experience were found only on the depersonalization scale, where more experienced employees (over 21 years of service) have lower scores, which may indicate better adaptation to professional challenges. The specific nature of the unit's work also affects the level of burnout: criminal police officers who work with extremely traumatic situations (exhumation) experience greater emotional stress than patrol police officers. **Conclusions.** The study confirmed that emotional burnout is a significant psychological risk for police officers in martial law conditions, caused by high levels of



Вінницький державний педагогічний
університет імені Михайла Коцюбинського,
Україна
<https://orcid.org/0000-0002-5636-1900>

Анотація

Метою є компаративне дослідження емоційного вигорання поліцейських в умовах воєнного стану з урахуванням відмінностей за статевим диференціюванням, стажем роботи та специфікою підрозділів поліції. **Методи.** Для реалізації поставленої мети було використано методику "Діагностика рівня емоційного вигорання" (Максименко та ін., 2006), що дозволила оцінити ступінь емоційного вигорання в професійній діяльності. Методикою оцінено три фази емоційного вигорання: напруження, резистенція та виснаження. Вибірка дослідження об'єднала $n = 186$ поліцейських, диференційованих за статтю (чоловіки – $n = 120$ осіб, жінки – $n = 66$ осіб), за стажем роботи (менше 10 років – $n = 60$ осіб, 11–20 років – $n = 70$ осіб, більше 21 року – $n = 56$ осіб) та специфікою підрозділів (патрульні поліцейські – $n = 120$ осіб, кримінальна поліція – $n = 66$ осіб). **Результати.** З'ясовано, що рівень емоційного вигорання поліцейських частково залежав від стажу роботи, статі та специфіки підрозділу. Жінки продемонстрували вищий рівень емоційної напруги, тривоги, депресії та психосоматичних симптомів, тоді як чоловіки володіють більшою самокритикою та незадоволеністю собою. Поліцейські з меншим стажем (до 10 років) демонструють тенденцію до підвищених проявів психоемоційного навантаження, зокрема тривоги й симптомів психологічного виснаження, хоча достовірно значущих відмінностей між групами за цими показниками не виявлено. Водночас достовірні відмінності за стажем роботи виявлено лише за шкалою деперсоналізації, де більш досвідчені працівники (понад 21 рік стажу) мають нижчі показники, що може свідчити про кращу адаптацію до професійних викликів. Змістові особливості роботи підрозділу також впливають на рівень вигорання: працівники кримінальної поліції, які працюють з екстремальними психотравмуючими ситуаціями (ексгумація), зазнають більшого емоційного навантаження, ніж патрульні поліцейські. **Висновки.** Дослідження підтвердило, що емоційне вигорання є суттєвим психологічним ризиком для поліцейських в умовах воєнно-

stress and the specific nature of the service. It was found that gender differentiation and the specifics of the unit have a more pronounced effect on the level of burnout than the duration of professional service, the latter having a significant effect only on the level of depersonalization. The obtained results emphasize the need to develop differentiated psychological support strategies, in particular for young employees and those working in psychologically traumatic conditions, as well as to implement programs for developing stress resistance and emotional resilience.

Keywords: psycho-emotional distress, martial law, gender differentiation, police units, professional experience, traumatic impact, stress resistance.

Introduction

In the current conditions of martial law, Ukrainian police officers are constantly exposed to stress, which makes the performance of their professional duties much more difficult. Constant stress, the need for rapid adaptation to change, high emotional tension, and limited resources for performing their duties lead to an increased risk of emotional burnout among police officers. This phenomenon, in turn, not only negatively affects employees' personal well-being, but also significantly reduces their professional effectiveness and ability to respond adequately to crisis situations. The Ukrainian police system performs complex and multifaceted tasks, including maintaining law and order, evacuating the population, combating crime in war conditions, and responding to emergencies. The high work intensity, the need for quick decision-making, and continuous engagement with crisis situations create critical conditions for the growth of emotional burnout, which is particularly acute during wartime.

Taking into account the differences between men and women when developing programs to prevent emotional burnout is key to ensuring the mental health of all police officers, regardless of gender. The impact of duration of service and the specifics of the unit (patrol police, investigation units, forensic scientists, special units) are also important factors that determine the level of burnout risk. Some units, such as exhumation teams, are characterised by emotionally difficult

го стану, зумовлене високим рівнем стресу й особливостями служби. Виявлено, що статеве диференціювання та специфіка підрозділу мають більш виражений вплив на рівень вигорання, ніж професійний стаж, що значущо впливає лише на рівень деперсоналізації. Результати підкреслюють необхідність розробки диференційованих стратегій психологічної підтримки, зокрема для молодих працівників та осіб, які працюють у психотравмуючих умовах, а також упровадження програм розвитку стресостійкості та емоційної витривалості.

Ключові слова: психоемоційне напруження, воєнний стан, статеве диференціювання, підрозділи поліції, професійний стаж, травмуючий вплив, стресостійкість.

Вступ

У сучасних умовах воєнного стану працівники поліції України постійно зазнають стресових навантажень, що значно ускладнює виконання їхніх професійних обов'язків. Постійний стрес, необхідність швидкої адаптації до змін, висока емоційна напруженість та обмежені ресурси для виконання завдань зумовлюють підвищений ризик розвитку емоційного вигорання серед поліцейських. Це явище своєю чергою не лише негативно впливає на особистісне благополуччя співробітників, а й значно знижує їхню професійну ефективність і здатність адекватно реагувати на кризові ситуації. Система поліції України виконує складні й багатоаспектні завдання, зокрема забезпечення правопорядку, евакуацію населення, протидію злочинності в умовах воєнного конфлікту, а також реагування на надзвичайні ситуації. Висока інтенсивність роботи, необхідність швидкого ухвалення рішень і безперервна взаємодія з кризовими ситуаціями створюють критичні умови для розвитку емоційного вигорання, що під час війни має особливо гострі прояви.

Урахування відмінностей між чоловіками та жінками під час розробки програм профілактики емоційного вигорання є ключовим для забезпечення психічного здоров'я всіх поліцейських незалежно від статі. Вплив стажу роботи та специфіки підрозділу (патрульна поліція, слідчі підрозділи, криміналісти, спецпідрозділи) також є важливими чинниками, що визначають рівень ризику вигорання. Для деяких підрозділів, наприклад, ексгумаційних бригад, характерні емоційно важкі та стресові ситуації, що потребують спеціального

and stressful situations that require a special approach to psychological support. At the same time, the patrol police face other challenges, such as responding quickly to crimes and maintaining public order in conditions of high work intensity. Analyzing the emotional state of police officers in wartime allows us to identify the key factors that lead to burnout and develop systematic measures to prevent it.

It is worth noting that wartime conditions constitute a unique context for manifesting emotional burnout among police officers. Emotional labour, which involves controlling and suppressing one's own feelings in accordance with organizational and social expectations, is another risk factor for police officers' mental health. This requirement, which is inherent in working with the public and interacting with colleagues, increases tension and the likelihood of burnout and PTSD symptoms, as authentic emotions are often perceived as weakness (Lennie et al., 2023). This complex influence of military factors creates conditions distinguishing emotional burnout in modern Ukraine from traditional models described in the scientific literature of peacetime. Thus, the analysis and prevention of burnout in martial law conditions require considering these features and developing specialized approaches.

The problem area of the study is defined by the insufficient integration of knowledge about the emotional burnout of Ukrainian police officers in wartime, taking into account factors such as gender, functional specificity of units, and professional experience. To date, a significant array of scientific works devoted to the study of emotional burnout syndrome among police officers has been accumulated. Most of them confirm a high level of professional stress and an increased risk of burnout in this professional group. At the same time, a detailed analysis of the literature shows that existing studies mostly focus on individual demographic or organizational variables (Hawkins, 2001; Purvanova & Muros, 2010; Korol et al., 2019; Kostas et al., 2023; Carleton et al., 2025). The lack of comprehensive models integrating demographic and organizational factors, taking into account contemporary challenges, particularly the impact of martial law on professional activities, determines the relevance and scientific nov-

підходу до психологічної підтримки. Водночас патрульна поліція стикається з іншими викликами, як-от необхідність оперативного реагування на злочини й підтримка громадського порядку в умовах високої інтенсивності роботи. Аналізування емоційного стану поліцейських в умовах війни дозволяє не лише виявити ключові чинники, що призводять до вигорання, а й розробити системні заходи для його профілактики.

Варто відзначити, що умови воєнного часу формують унікальний контекст для прояву емоційного вигорання серед працівників поліції. Одним з чинників ризику для психічного здоров'я поліцейських є емоційна праця, що передбачає контроль і придушення власних почуттів відповідно до організаційних та соціальних очікувань. Така вимога, властива роботі з населенням і взаємодії з колегами, посилює напруженість, підвищує ймовірність вигорання та симптомів ПТСР, оскільки автентичні емоції часто розцінюються як слабкість (Lennie et al., 2023). Саме цей комплексний вплив воєнних чинників створює умови, що відрізняють емоційне вигорання в сучасній Україні від традиційних моделей, описаних у науковій літературі мирного часу. Таким чином, аналізування і профілактика вигорання в умовах воєнного стану вимагають урахування цих особливостей та розробки спеціалізованих підходів.

Проблемне поле дослідження окреслюється недостатньою інтеграцією знань про емоційне вигорання поліцейських України в умовах війни з урахуванням таких чинників, як стать, функціональна специфіка підрозділів та професійний стаж. На сьогодні акумульовано значний масив наукових праць, присвячених вивченню синдрому емоційного вигорання серед працівників поліції. У більшості з них підтверджено високий рівень професійного стресу та підвищений ризик формування вигорання в цій професійній групі. Водночас детальне аналізування літератури засвідчує, що наявні дослідження здебільшого зосереджуються на окремих демографічних чи організаційних змінних (Hawkins, 2001; Purvanova, Muros, 2010; Korol et al., 2019; Kostas et al., 2023; Carleton et al., 2025). Відсутність комплексних моделей, які б інтегрували демографічні й організаційні чинники з урахуванням сучасних викликів, зокрема впливу воєнного стану на службову діяльність, визначає актуальність і наукову новизну нашого дослідження.

Емоційне вигорання є одним із найбільш

elty of our study.

Emotional burnout is one of the most widespread psychological phenomena affecting the effectiveness of police work. Foreign scientists are actively researching this phenomenon, given the specific nature of police work, with its high levels of stress, significant emotional strain, and frequent interactions with people in crisis situations. Emotional burnout is defined in foreign sources as a psychological state that arises as a result of chronic stress in the workplace that has not been adequately coped with. H. Freudenberger (1974) introduced the concept of emotional burnout. He was one of the first researchers to describe this phenomenon as a state of physical and emotional exhaustion resulting from prolonged exposure to excessive workload and intense emotional involvement (Freudenberger, 1974). The concept was later developed by C. Maslach and J. Jackson (1981), who identified three key components of emotional burnout: emotional exhaustion – a feeling of energy depletion, a decrease in emotional and physical resources; depersonalization – the development of a negative or cynical attitude towards other people, especially clients or colleagues, accompanied by a feeling of alienation; reduced professional effectiveness – a feeling of ineffectiveness, reduced productivity and professional achievement (Maslach & Goldberg, 1998).

W. Schaufeli and D. Enzmann have broadened the concept of emotional burnout, defining it as the result of an imbalance between professional demands and the personal resources available to cope with them (Schaufeli & Enzmann, 1998). A. Pines et al. (1981) defined emotional burnout as a state that exceeds an employee's physical, mental, and emotional capabilities. C. Maslach et al. (2001) considered emotional burnout a prolonged response to chronic emotional and interpersonal stimuli arising in the work environment. W. Schaufeli et al. (2009) characterised burnout as a complex of psychological, behavioral, and physical symptoms. Later, H. Grant et al. (2018) viewed burnout as a chronic stress response. A study by a group led by I. Correia et al. (2023) explicitly identified the key variables that are the main predictors of burnout. In particular, risk factors include quantitative demands and emotional empathy, which can significantly increase the likelihood of

поширених психологічних феноменів, що впливає на ефективність професійної діяльності поліцейських. Закордонні науковці активно досліджують це явище, зважаючи на специфіку роботи поліції, що супроводжується високим рівнем стресу, значними емоційними навантаженнями та частими взаємодіями з людьми в кризових ситуаціях. Емоційне вигорання в закордонних джерелах визначають як психологічний стан, який виникає внаслідок хронічного стресу на робочому місці, що не був належно подоланий. Н. Freudenberger (1974) запропонував концепцію емоційного вигорання. Він був одним із перших дослідників, хто описав цей феномен як стан фізичного й емоційного виснаження, що виникає внаслідок тривалого впливу надмірного робочого навантаження та інтенсивного емоційного залучення (Freudenberger, 1974). Згодом концепцію розвинули С. Maslach, J. Jackson (1981), які виокремили три ключові компоненти емоційного вигорання: емоційне виснаження – відчуття енергетичного виснаження, зниження емоційних і фізичних ресурсів; деперсоналізацію – розвиток негативного або цинічного ставлення до інших людей, особливо до клієнтів або колег, що супроводжується відчуттям відчуженості; зниження професійної ефективності – відчуття неефективності, зниження продуктивності та професійного досягнення (Maslach, Goldberg, 1998).

W. Schaufeli, D. Enzmann розширили концепцію емоційного вигорання, визначивши його як результат порушення балансу між професійними вимогами й доступними особистими ресурсами для їх подолання (Schaufeli, Enzmann, 1998). А. Pines et al. (1981) визначили емоційне вигорання як стан, що перевищує фізичні, розумові та емоційні можливості працівника. С. Maslach et al. (2001) розглядали емоційне вигорання як тривалу реакцію на хронічні емоційні й міжособистісні стресори, що виникають у робочому середовищі. W. Schaufeli et al. (2009) схарактеризували вигорання як комплекс, що включає психологічні, поведінкові та фізичні симптоми. Пізніше Н. Grant et al. (2018) розглядали вигорання як хронічну стресову реакцію. Дослідження групи під керівництвом І. Correia et al. (2023) чітко визначило ключові змінні, що є основними предикторами вигорання. Зокрема, до чинників ризику належать кількісні вимоги та емоційна емпатія, що можуть значно підвищувати ймовірність виникнення вигорання.

burnout. At the same time, such aspects as job significance, organizational justice (i.e., fairness in resource allocation, procedures, and interactions), and organizational identification act as protective factors that can reduce the risk of burnout among employees (Correia et al., 2023).

The police service is one of the most stressful professions (Talavera-Velasco et al., 2018). Studies show that high levels of constant stress lead to burnout (Violanti et al., 2018). Emotional burnout among police officers is a complex psycho-emotional phenomenon caused by chronic work-related stress, high-intensity tasks, and the nature of working in crisis situations, particularly in conditions of wartime conflict, which requires consideration of gender, professional, and organizational factors for effective prevention and support of psychological health (Antoniou, 2009; Garbarino et al., 2013; Padyab et al., 2016; Violanti et al., 2017; Singo & Shilubane, 2022). According to M. Lauzier and G. Mercier (2018), emotional burnout arises from a negative attitude towards mistakes, which provokes lower self-esteem, increased emotional tension, and the use of ineffective behavioral strategies, ultimately reducing professional effectiveness (Lauzier, Mercier, 2018).

Intense workloads for employees in high-risk fields significantly increase the likelihood of emotional burnout. This condition manifests itself through emotional exhaustion, indifference to one's surroundings, and a decreased subjective sense of professional effectiveness. According to B. Stamm (2014), the inability to adapt to professional challenges contributes to the emergence of cognitive difficulties, such as memory problems, reduced ability to concentrate, and difficulties in solving complex tasks.

In the United States and European countries, stress management programs are actively used to develop emotional resilience and psychological flexibility (Hopkins et al., 2023). Many countries have introduced special psychological support services for police officers to assist in dealing with crisis situations (Tyler et al., 2015). There has been a shift in job functions or departments to reduce monotony and stress factors (Purba & Demou, 2019). Improving relationships between colleagues and supervisors is one of the most effective tools in combating burnout (Tsai et al., 2018).

Водночас такі аспекти, як значущість роботи, організаційна справедливність (зокрема справедливність розподілу ресурсів, процедури та взаємодії) та організаційна ідентифікація, виступають як чинники захисту, здатні знижувати ризики вигорання серед працівників (Correia et al., 2023).

Однією з найбільш стресових професій є робота в поліції (Talavera-Velasco et al., 2018). Дослідження доводять, що високий рівень постійного стресу призводить до вигорання (Violanti et al., 2018). Емоційне вигорання серед поліцейських є комплексним психоемоційним явищем, зумовленим хронічним професійним стресом, високою інтенсивністю службових завдань і специфікою роботи в кризових умовах, зокрема в умовах воєнного конфлікту, що потребує врахування статевих, професійних та організаційних чинників для ефективної профілактики й підтримки психологічного здоров'я (Antoniou, 2009; Garbarino et al., 2013; Padyab et al., 2016; Violanti et al., 2017; Singo, Shilubane, 2022). Емоційне вигорання, як зауважують М. Lauzier, G. Mercier (2018), виникає через негативне ставлення до помилок, що провокує зниження самооцінки, підвищення емоційної напруги та застосування неефективних поведінкових стратегій, що в результаті знижує професійну ефективність (Lauzier, Mercier, 2018).

Інтенсивні навантаження на працівників, зайнятих у сфері високого ризику, значно підвищують імовірність розвитку емоційного вигорання. Цей стан проявляється через емоційне виснаження, байдужість до оточення та зниження суб'єктивного відчуття професійної ефективності. За словами В. Stamm (2014), нездатність адаптуватися до професійних викликів сприяє появі когнітивних труднощів, як-от проблеми з пам'яттю, зниження здатності концентруватися і труднощі під час вирішення комплексних завдань.

У США і країнах Європи активно застосовують програми з управління стресом, спрямовані на розвиток емоційної стійкості та психологічної гнучкості (Hopkins et al., 2023). У багатьох державах упроваджено спеціальні служби психологічної підтримки для поліцейських, які допомагають у роботі з кризовими станами (Tyler et al., 2015). Простежується зміна робочих функцій або підрозділів із метою зменшення одноманітності та стресових чинників (Purba, Demou, 2019). Покращення стосунків між колегами й керівництвом є одним

At the same time, police officers are still considered to be particularly vulnerable to psychopathological disorders that can cause burnout and affect their quality of life (Bianchi et al., 2017; Schaible & Six, 2016). A foreign literature review shows that contemporary research is increasingly focused on developing individual and organizational strategies to minimize emotional burnout. Further study of this problem in the Ukrainian context, taking into account the specific conditions of wartime, may contribute to the creation of new approaches to supporting the psychological health of police officers.

Ukrainian scientists note that emotional burnout actively arises and progresses amid prolonged distress, depleting one's energy and personal resources. Given the specific nature of professional activity in the field of law, marked by high complexity, responsibility, and a significant number of stress factors and situations, employees in this field are considered to be most vulnerable to the emotional burnout syndrome (Makarenko et al., 2024). V. Barko et al. (2024) note that the 'Mini-Mult' questionnaire is widely used to prevent emotional burnout and to provide psychological assistance to law enforcement officers. The authors emphasize that this tool helps to maintain psychological stability in conditions of increased professional stress (Barko et al., 2024). N. Miloradova and G. Dzhaupov (2024) suggest preventing emotional burnout among police officers by gradually increasing the workload in professional training, including training in mental stability, self-regulation, and stress reduction methods.

I. Klymenko (2008) suggests introducing training aimed at overcoming professional deformation in police officers. Such programs are aimed at reducing the negative effects of professional activity, developing stress resilience, and forming skills for effective interaction in professional and interpersonal situations. N. Rastorgueva (2023) identifies four stages of emotional burnout among police officers during wartime, describing each in detail. To prevent this phenomenon, it is proposed to develop communication skills through training and gamification methods, teach effective communication styles and conflict resolution techniques, implement self-development programs, anti-stress measures, and support groups to build resilience, confidence,

із найефективніших інструментів у боротьбі з вигоранням (Tsai et al., 2018).

Водночас офіцери поліції залишаються групою, особливо вразливою до психопатологічних розладів, що можуть спричиняти вигорання та погіршувати якість їхнього життя (Bianchi et al., 2017; Schaible, Six, 2016). Огляд зарубіжної літератури свідчить, що сучасні дослідження все більше спрямовані на розробку індивідуальних та організаційних стратегій для мінімізації емоційного вигорання. Подальше вивчення цієї проблеми в українському контексті з урахуванням специфіки умов воєнного часу може сприяти створенню нових підходів до підтримки психологічного здоров'я поліцейських.

Українські науковці зазначають, що емоційне вигорання активно виникає та прогресує на фоні тривалого дистресу, що виснажує енергетичні й особистісні ресурси людини. З огляду на специфіку професійної діяльності в юридичній галузі, що характеризується високою складністю, відповідальністю та значною кількістю стресових чинників і ситуацій, працівників цієї сфери вважають найбільш вразливими до розвитку синдрому емоційного вигорання (Макаренко та ін., 2024). В. Барко та ін. (2024) зазначають, що опитувальник "Міні-Мульт" широко застосовують для профілактики емоційного вигорання й надання психологічної допомоги працівникам правоохоронних органів. Вони підкреслюють, що цей інструмент сприяє підтриманню психологічної стійкості в умовах підвищеного професійного навантаження (Барко та ін., 2024). Н. Мілорадова та Г. Джаупов (2024) пропонують запобігати емоційному вигоранню поліцейських через поступове збільшення навантажень у професійній підготовці, включаючи тренінги з психічної стійкості, саморегуляції та методи зниження стресу.

І. Клименко (2008) пропонує впроваджувати тренінги, спрямовані на подолання професійної деформації в поліцейських. Такі програми орієнтовані на зменшення негативних впливів професійної діяльності, розвиток стійкості до стресу та формування навичок ефективної взаємодії в професійних і міжособистісних ситуаціях. Н. Расторгуєва (2023) виділяє чотири стадії емоційного вигорання поліцейських у воєнний період, детально описуючи кожну з них. Для запобігання цьому явищу запропоновано розвивати комунікативні навички через тренінги й ігрові методи, навчати ефективних стилів спілкування та вирішенню конфліктів, впровад-

and harmony, as well as master self-regulation and career planning techniques (Rastorgueva, 2023). At the same time, the experience of participating in combat operations significantly moderates the self-regulation characteristics of police combatants, strengthening their ability for affective self-control and self-motivation, which serves as an adaptive mechanism to counteract emotional burnout in high-stress conditions (Shvets et al., 2024). Thus, Ukrainian scientists emphasize that emotional burnout is a serious problem for police officers, especially in martial law conditions, due to extreme working conditions, constant stress, and emotional strain. The importance of developing resilience and applying coping strategies to prevent this phenomenon is highlighted.

Studies confirm the high risk of professional emotional burnout among police officers in regular work conditions associated with chronic stress, emotional and physical strain, along with intense interaction with people in crisis situations (Alderden & Farrell, 2017; Basinska & Daderman, 2019; Noblet et al., 2009). However, the conditions of war create a qualitatively new level of stress factors: constant threat to life, lack of resources, extreme mobility, increased emotional stress due to loss and traumatic events, followed by unique psychological challenges (Goncharova, 2024). At the same time, there is a lack of systematic analysis in the scientific literature, especially in the Ukrainian context, of the specifics of emotional burnout among police officers in wartime conditions. Although some studies examine the impact of chronic stress on law enforcement officers (Ponomarenko, 2024), there is no comprehensive research on war factors, their interaction, and their consequences for the mental health of police officers. The absence of such specific studies underscores the relevance and novelty of this research. In the realities of full-scale war, the problem of emotional burnout among police officers is particularly relevant, as chronic stress and constant exposure to crisis situations cause profound changes in employees' personal and professional functioning. As noted by N. Rastorgueva (2023), effective burnout prevention requires a systematic approach that includes not only the provision of psychological assistance in the moment but also the development of internal resilience, support

жувати програми саморозвитку, антистресові заходи і групи підтримки для формування стійкості, впевненості та гармонії, а також опановування техніками саморегуляції та планування кар'єри (Расторгуєва, 2023). Водночас досвід участі в бойових діях суттєво модулює особливості саморегуляції поліцейських-комбатантів, посилюючи їхню здатність до афективного самоконтролю та самомотивації, що виступає адаптивним механізмом протидії емоційному вигоранню в умовах високого стресу (Швець та ін., 2024). Таким чином, українські науковці наголошують, що емоційне вигорання є серйозною проблемою для поліцейських, особливо в умовах воєнного стану, через екстремальні умови роботи, постійний стрес та емоційне навантаження. Підкреслено важливість розвитку життєстійкості й застосування копінг-стратегій для запобігання цьому явищу.

Дослідження підтверджують високий ризик розвитку професійного емоційного вигорання серед поліцейських у звичайних умовах роботи, пов'язаних із хронічним стресом, емоційними й фізичними навантаженнями, а також інтенсивною взаємодією з людьми у кризових ситуаціях (Alderden, Farrell, 2017; Basinska, Daderman, 2019; Noblet, Rodwell, Allisey, 2009). Проте умови воєнного конфлікту створюють якісно новий рівень стресових чинників: постійна загроза життю, відсутність ресурсів, екстремальна мобільність, підвищені емоційні навантаження через втрати і травматичні події, що супроводжуються унікальними психологічними викликами (Гончарова, 2024). Водночас у науковій літературі, особливо в українському контексті, недостатньо системного аналізу специфіки емоційного вигорання поліцейських саме в умовах воєнного часу. Хоча окремі дослідження розглядають вплив хронічного стресу на працівників правоохоронних органів (Пономаренко, 2024), комплексного вивчення воєнних чинників, їхньої взаємодії та наслідків для психічного здоров'я поліцейських наразі бракує. Відсутність таких специфічних досліджень і підкреслює актуальність та новизну цього дослідження. У реаліях повномасштабної війни проблема емоційного вигорання серед поліцейських набуває особливої актуальності, оскільки хронічний стрес і постійне перебування в кризових ситуаціях спричиняють глибокі зміни в особистісному й професійному функціонуванні працівників. Як зазначає Н. Расторгуєва (2023), ефективна

for professional identity, social cohesion, and confidence in opportunities for professional growth. She emphasizes that in combat situations, traditional rehabilitation methods are not as effective because the stress is long-term and often does not have a clear end. This means we need new models of psychological training that focus on long-term adaptation to extreme service conditions.

Studies show that the level of emotional burnout among police officers depends on the duration of professional activity, gender, and the unit's specifics. Thus, experienced employees often show deeper manifestations of burnout due to accumulated stress (Aleksandrov, 2024), while employees with less experience have increased emotional sensitivity and greater vulnerability to stress (Shvets & Kisil, 2023). The gender of police officers also influences the nature of burnout, as confirmed by some studies (Basinska & Daderman, 2019), and the specifics of the unit determine the intensity and types of emotional stress (Boychuk, 2023; Yareschenko, 2019). Taking these factors into account is necessary for the development of effective measures to prevent and support the psychological health of police officers in the difficult conditions of wartime.

A study by K. Kostas et al. (2023), conducted among police officers with different characteristics (gender, age, professional experience), revealed a generally low level of professional burnout, with moderate stress levels. At the same time, it was found that some demographic variables, in particular gender and the duration of service, can have an indirect impact on the subjective perception of stress: women reported higher levels of stress than men. However, as the authors note, the study was conducted with isolated consideration of individual variables and without analyzing the organizational context, such as the specifics of departments or functional workload. Such methodological limitations make it impossible to identify complex relationships between individual characteristics and organizational factors of professional burnout, leaving the proposed model fragmentary.

Therefore, a conceptually coherent approach is needed, involving an integrated analysis of gender differences, professional experience, and the specifics of the workload within different police departments. Such an approach is critical in the

профілактика вигорання вимагає системного підходу, що включає не лише надання психологічної допомоги в моменті, а й розвиток внутрішньої стійкості, підтримку професійної ідентичності, соціальну згуртованість і впевненість у можливостях професійного зростання. Дослідниця підкреслює, що в умовах бойових дій традиційні методи реабілітації втрачають ефективність, оскільки стресовий вплив є тривалим і часто не має чітко визначеного завершення. Це зумовлює потребу у створенні нових моделей психологічної підготовки, орієнтованих на довготривалу адаптацію до екстремальних умов служби.

Дослідження показують, що рівень емоційного вигорання поліцейських залежить від тривалості професійної діяльності, статі та особливостей підрозділу. Так, досвідчені працівники часто демонструють глибші прояви вигорання через накопичення стресу (Александров, 2024), тоді як працівники з меншим стажем мають підвищену емоційну чутливість і більшу вразливість до стресу (Швець, Кісіль, 2023). Стать поліцейських також впливає на характер проявів вигорання, що підтверджують деякі дослідження (Basinska, Daderman, 2019), а специфіка підрозділу визначає інтенсивність і типи емоційного навантаження (Бойчук, 2023; Яресченко, 2019). Урахування зазначених чинників є необхідним для розробки ефективних заходів профілактики та підтримки психологічного здоров'я поліцейських у складних умовах воєнного часу.

У дослідженні К. Kostas et al. (2023), проведеному серед поліцейських із різними характеристиками (стать, вік, професійний стаж), встановлено загалом невисокий рівень вираженості професійного вигорання, при помірно-му рівні стресу. При цьому виявлено, що деякі демографічні змінні, зокрема стать і тривалість служби, можуть опосередковано впливати на суб'єктивне сприйняття стресу: жінки повідомляли про вищий рівень напруження порівняно з чоловіками. Утім, як зазначають самі автори, дослідження здійснено з ізольованим урахуванням окремих змінних і без аналізування організаційного контексту, як-от специфіка підрозділів або функціонального навантаження. Подібна методологічна обмеженість унеможливорює виявлення комплексних зв'язків між індивідуальними характеристиками й організаційними чинниками професійного вигорання, залишаючи модель фрагментарною.

context of wartime, when stress levels rise significantly and resources for coping with burnout are depleted more quickly. It is precisely the desire to overcome fragmentation and ensure a systematic understanding of the factors of emotional burnout among police officers that defines the key idea of this study.

Hypothesis. The severity of emotional burnout among police officers in martial law conditions depends on one's gender, professional experience, and the specifics of the unit.

The aim is to conduct a comparative study of emotional burnout among police officers in martial law conditions, considering differences in gender differentiation, work experience, and the specifics of police units.

Methods

Participants. The study involved $n = 186$ employees of the National Police of Ukraine who perform their duties in wartime conditions. The sample was formed by random selection among patrol and criminal police officers. Distribution by gender: $n = 120$ men (64.52%) and $n = 66$ women (35.48%). Work experience: up to 10 years – $n = 60$ people (32.26%), 11–20 years – $n = 70$ people (37.63%), over 21 years – $n = 56$ people (30.11%). By type of unit: $n = 100$ people work in the criminal police (53.76%), $n = 86$ – in the patrol police (46.24%). All respondents provided written (electronic) consent to participate in the study. The organizers adhered to ethical standards with a guarantee of anonymity. The choice of comparison by gender differentiation, professional experience, and the specifics of police units is due to the fact that these three factors are the most objective, easily measurable, and relevant for assessing the risks of emotional burnout in wartime conditions.

Variables. The main dependent variable is the level of emotional burnout, which is defined as a complex construct comprising three phase components: tension, resistance, and exhaustion. Grouping variables: gender, the duration of service, and service unit. The variables were operationalized using appropriate diagnostic tool scales, which made it possible to measure the intensity of burnout manifestations in professional activity quantitatively.

Procedures and Instruments. To assess the

У цьому контексті постає необхідність концептуально цілісного підходу, що передбачає інтегроване аналізування статевих відмінностей, професійного стажу та специфіки службового навантаження в межах різних підрозділів поліції. Такий підхід є особливо важливим в умовах воєнного стану, коли рівень стресу значно зростає, а ресурси опору вигоранню вичерпуються швидше. Саме прагнення подолати фрагментарність і забезпечити системне розуміння чинників емоційного вигорання поліцейських і визначає ключову ідею цього дослідження.

Гіпотеза. Вираженість емоційного вигорання поліцейських в умовах воєнного стану залежатиме від їхньої статі, професійного стажу та специфіки підрозділу.

Метою є компаративне дослідження емоційного вигорання поліцейських в умовах воєнного стану з урахуванням відмінностей за статевим диференціюванням, стажем роботи та специфікою підрозділів поліції.

Методи

Учасники. У дослідженні взяли участь $n = 186$ працівників Національної поліції України, які виконують службові обов'язки в умовах воєнного часу. Вибірка була сформована рандомним методом серед співробітників патрульної та кримінальної поліції. Розподіл за статтю: $n = 120$ чоловіків (64.52%) і $n = 66$ жінок (35.48%). Стаж роботи: до 10 років – $n = 60$ осіб (32.26%), 11–20 років – $n = 70$ осіб (37.63%), понад 21 рік – $n = 56$ осіб (30.11%). За видом підрозділу: $n = 100$ осіб працюють у кримінальній поліції (53.76%), $n = 86$ – у патрульній (46.24%). Усі респонденти надали письмову (електронну) згоду на участь у дослідженні. Організатори дотрималися етичних стандартів із гарантією анонімності. Вибір порівняння за статевим диференціюванням, професійним стажем та специфікою підрозділів поліції зумовлений тим, що ці три чинники є найбільш об'єктивними, легко вимірюваними й релевантними для оцінки ризиків емоційного вигорання в умовах війни.

Змінні. Основною залежною змінною є рівень емоційного вигорання, який розглянуто як комплексний конструкт, що включає три фазові компоненти: напруга, резистенція та виснаження. Групує змінні: стать, стаж роботи та підрозділ служби. Операціоналізацію змінних здійснено через відповідні шкали

level of emotional burnout, we used the 'Diagnosis of the level of emotional burnout' methodology (Maksymenko et al., 2006), adapted for the Ukrainian sample. The methodology is based on a three-phase model of emotional burnout adapted to the professional context: tension phase – initial signs of anxiety and psycho-emotional tension; resistance phase – formation of psychological defense mechanisms and reduction of emotional sensitivity; exhaustion phase – deep emotional and energetic exhaustion, destruction of personal resources. The data was collected via Google Forms, which ensured ease of access, confidentiality, and a standardized response format.

Organization of Research. The study was conducted between December 2024 and March 2025. Sequence of research stages: preparation of tools and design of Google Forms; communication with police departments and obtaining consent; distribution of questionnaires among respondents; data collection and initial processing; export of results to SPSS for further processing. Respondents were given brief instructions on how to fill out the questionnaire.

Statistical Analysis. SPSS 26.0 for Windows was used for mathematical and statistical data processing. The comparison of mean values between the two groups (by gender and type of police department) was performed using Student's t-test. To identify statistical differences between the three groups of police officers by the duration of service (1–10 years, 11–20 years, 21 years and more), a one-way analysis of variance (ANOVA) was used, which allowed us to assess the impact of seniority on the level of emotional burnout on different scales. The effect size was assessed using the η^2 (eta-squared) indicator, which reflects the proportion of variance in the dependent variable explained by the experience factor. To test the assumption of homogeneity of variances between groups, the Levene criterion was used. The hypothesis of homogeneity of variances was not rejected ($p > .050$), which allowed us to use classical one-way analysis of variance. To clarify the nature of the differences between groups based on the results of ANOVA, post hoc tests with Bonferroni and Sheffé corrections were performed. The statistical significance level was set at $p < .050$. Additionally, to assess the practical

діагностичного інструментарію, що дозволило кількісно виміряти інтенсивність проявів вигорання у професійній діяльності.

Процедура та інструменти. Для оцінки рівня емоційного вигорання використано адаптовану на українській вибірці методику "Діагностика рівня емоційного вигорання" (Максименко та ін., 2006). Методика ґрунтується на трьохфазній моделі емоційного вигорання, адаптованій до професійного контексту: фаза напруги – початкові ознаки тривоги й психоемоційного напруження; фаза резистенції – формування механізмів психологічного захисту й зниження емоційної чутливості; фаза виснаження – глибоке емоційне й енергетичне виснаження, деструкція особистісних ресурсів. Дані зібрано через Google Форму, що забезпечило простоту доступу, конфіденційність та стандартизований формат відповідей.

Організація дослідження. Дослідження проведено в період з грудня 2024 до березня 2025 року. Послідовність дослідницьких етапів: підготовка інструментів і дизайн Google Форми; комунікація з підрозділами поліції та отримання згоди; розповсюдження анкети серед респондентів; збір даних і їх первинна обробка; експорт результатів у SPSS для подальшої обробки. Респондентам було надано коротку інструкцію щодо заповнення.

Статистичне аналізування. Для математико-статистичної обробки даних використано програму SPSS 26.0 для Windows. Порівняння середніх значень між двома групами (за статевим диференціюванням та видом підрозділу поліції) проводили за допомогою t-критерію Стюдента. Для виявлення статистичних відмінностей між трьома групами поліцейських за стажом роботи (1–10 років, 11–20 років, 21 і більше років) застосовано однофакторний дисперсійний аналіз (ANOVA), що дозволив оцінити вплив стажу на рівень емоційного вигорання за різними шкалами. Розмір ефекту оцінювали за допомогою показника η^2 (ета-квадрат), що відображає частку дисперсії залежної змінної, пояснену чинником стажу. Для перевірки припущення однорідності дисперсій між групами застосовано критерій Левене. Гіпотеза однорідності дисперсій не була відхилена ($p > .050$), що дозволило використовувати класичний однофакторний дисперсійний аналіз. Для уточнення характеру відмінностей між групами за

significance of the differences between groups, Cohen's d effect size was calculated. The results were graphically represented in Microsoft Word (tables).

Results

The study of gender differences in the context of emotional burnout is relevant because the physiological characteristics of men and women can influence stress adaptation strategies, professional workload, and perception of stressful situations. In this study, a comparative analysis was conducted specifically by gender (men/women), as this criterion was used as the basis for sample selection. The differences identified between the groups may be due to the specifics of professional activity in wartime conditions, as well as different levels of psychological stress, social support, and perception of stress factors. In order to identify such differences, the level of emotional burnout was analyzed according to individual scales. The results of comparing male and female police officers by phases of emotional burnout (tension, resistance, exhaustion) are presented in Table 1.

результатами ANOVA проведено постхок-тести з корекцією Бонферроні та Шеффе. Статистичний рівень значущості встановлено на рівні $p < .050$. Додатково для оцінки практичної значущості відмінностей між групами було розраховано розмір ефекту за d Коена. Графічне відображення результатів здійснено у Microsoft Word (таблиці).

Результати

Дослідження відмінностей за статевим диференціюванням у контексті емоційного вигорання є актуальним, оскільки фізіологічні особливості чоловіків і жінок можуть впливати на стратегії адаптації до стресу, рівень професійного навантаження та сприйняття стресових ситуацій. У цьому дослідженні порівняльний аналіз проведено саме за статтю (чоловіки/жінки), оскільки цей критерій був покладений в основу формування вибірки. Виявлені відмінності між групами можуть бути зумовлені як специфікою професійної діяльності в умовах війни, так і різним рівнем психологічного навантаження, соціальної підтримки та сприйняття стресових чинників. З метою виявлення таких відмінностей було проаналізовано рівень емоційного вигорання за окремими шкалами. Результати порівняння чоловіків і жінок-поліцейських за фазами емоційного вигорання (напруження, резистенція, виснаження) наведено в табл. 1.

Table 1. Indicators of emotional burnout in male and female police officers

Таблиця 1. Показники емоційного вигорання в чоловіків та жінок поліцейських

Scales / Шкали	Group 1 / Група 1	Group 2 / Група 2	t	p	Cohen's d / d Коена
Experiencing psychotraumatic circumstances / Переживання психотравмуючих обставин	8.69 ± 1.16	9.35 ± .96	.441	-	-.104
Self-dissatisfaction / Незадоволеність собою	7.06 ± .84	5.52 ± .91	2.052	.050	1.780
Feeling of being cornered / Відчуття загнаності в кут	3.91 ± 1.02	3.98 ± 1.07	.053	-	-.067
Signs of anxiety and depression / Ознаки тривоги й депресії	7.48 ± .98	10.70 ± 1.01	2.294	.050	-3.250

<i>Overall score for the 'Tension' phase / Загальний показник за фазою "Напруження"</i>	27.15 ± .94	29.96 ± .97	2.085	.050	-2.956
Inappropriate selective emotional response / Неадекватне вибіркове емоційне реагування	15.28 ± 1.02	18.20 ± 1.03	2.011	.050	-2.847
Emotional and moral disorientation / Емоційно-моральна дезорієнтація	11.87 ± .99	11.33 ± 1.10	.360	-	.215
Expansion of the sphere of emotional conservation / Розширення сфери економії емоцій	10.96 ± 1.06	10.98 ± .98	.010	-	-.020
Reduction of professional duties / Редукція професійних обов'язків	15.30 ± 1.14	16.37 ± 1.03	.701	-	-.187
<i>Overall score for the 'Resistance' phase / Загальний показник за фазою "Резистенція"</i>	54.64 ± 1.01	55.52 ± 1.05	.601	-	-.054
Emotional deficit / Емоційний дефіцит	10.94 ± 1.12	10.79 ± 1.15	.105	-	.132
Emotional detachment / Емоційна відстороненість	12.30 ± 1.09	12.38 ± .96	.063	-	-.078
Depersonalization / Деперсоналізація	5.21 ± .99	5.09 ± 1.04	.081	-	.118
Psychosomatic and vegetative disorders / Психосоматичні й вегетативні порушення	7.12 ± .93	9.86 ± .98	2.033	.050	-2.868
<i>Overall score for the 'Exhaustion' phase / Загальний показник за фазою "Виснаження"</i>	38.84 ± 1.10	37.91 ± 1.06	.618	-	.161

Note: Group 1 – male police officers; Group 2 – female police officers; t – Student's t-test value; p – significance level; Cohen's d – effect size.

Примітка: група 1 – чоловіки-поліцейські; група 2 – жінки-поліцейські; t – значення t-критерію Стюдента; p – рівень значущості; d Коена – розмір ефекту.

Analysis of empirical data revealed certain general patterns in the dynamics of emotional burnout among police officers, as well as a number of significant differences based on gender, especially in conditions of increased stress level in wartime. Valid differences were identified in indicators of anxiety, self-dissatisfaction, psychosomatic symptoms, and inadequate emotional responses, with women demonstrating higher scores. Thus, the indicators on the

Аналізування емпіричних даних засвідчило як загальні закономірності в динаміці емоційного вигорання серед працівників поліції, так і низку важливих відмінностей за статтю, особливо в умовах підвищеного стресу воєнного часу. Достовірні відмінності зафіксовано за показниками тривоги, незадоволеності собою, психосоматичних симптомів та неадекватного емоційного реагування, де жінки продемонстрували вищі значення. Так, показники за шкалою "Переживання психотравмуючих

‘Experiencing psychotraumatic circumstances’ scale did not reveal statistically significant differences between men and women, which indicates an equally high level of psychological vulnerability to traumatic factors of service. At the same time, significant differences were recorded on the ‘Self-dissatisfaction’ and ‘Signs of anxiety and depression’ scales: men are more likely to feel dissatisfied with their professional achievements, while women demonstrate higher levels of anxiety and depressive symptoms. This pattern may be due to both objective social and organizational factors along with high expectations for women's emotional competence in crisis situations.

The overall index for the ‘Tension’ phase was also significantly higher among women, indicating greater emotional involvement, increased vulnerability to overload, and a need for systematic psychological support. The psycho-emotional stress associated with the expectation of support from colleagues and the community is often accompanied by feelings of responsibility and self-criticism, which increases the risk of burnout. This situation may be due not only to the complexity of professional duties, but also to additional social and psychological factors. In particular, women have a high level of responsibility for planning and organizing professional activities. They are more involved in providing emotional support to colleagues and the public, which requires significant resources. Our data is confirmed by the results of a study by I. Botnarenko (2024). Men, on the other hand, although exposed to significant stress, experience lower levels of emotional tension due to other types of responsibilities or the specific nature of their professional tasks. This may explain the lower level of tension in this group.

Particular attention should be paid to the difference on the ‘Inappropriate selective emotional response’ scale within the ‘Resistance’ phase, where women also had higher scores. This may indicate decreased emotional resources due to prolonged exposure to stressors. At the same time, no significant differences were found in other aspects of this phase, such as emotional and moral disorientation, emotional conservation, or reduction of professional duties. This suggests that both groups generally demonstrate comparable

обставин” не виявили статистично значущих відмінностей між чоловіками та жінками, що свідчить про однаково високий рівень психологічної вразливості до травматичних чинників служби. Водночас за шкалами “Незадоволеність собою” та “Ознаки тривоги й депресії” було зафіксовано значущі розбіжності: чоловіки частіше відчувають незадоволення своїми професійними досягненнями, тоді як жінки демонструють вищий рівень тривожності та депресивної симптоматики. Така картина може бути зумовлена як об’єктивними соціальними й організаційними чинниками, так і високими очікуваннями щодо емоційної компетентності жінок у кризових умовах.

Загальний індекс фази “Напруження” також був значно вищим у жінок, що вказує на більшу емоційну залученість, підвищену вразливість до перевантажень та потребу в системній психологічній підтримці. Психоемоційне навантаження, пов’язане з очікуванням підтримки колективу та громади, нерідко супроводжується почуттям відповідальності й самокритики, що посилює ризики виснаження. Така ситуація може бути зумовлена не лише складністю виконання професійних обов’язків, а й додатковими соціальними та психологічними чинниками. Зокрема, жінки мають високий рівень відповідальності за планування, організацію професійної діяльності та більшу залученість в емоційну підтримку колег і громадян, що вимагає значних ресурсів. Отримані нами дані знаходять своє підтвердження в результатах дослідження І. Ботнаренка (2024). Натомість чоловіки, хоча й перебувають під впливом значного стресу, відчувають менший рівень емоційного напруження через інші види обов’язків або специфіку виконання професійних завдань. Це може пояснювати нижчий рівень напруження в зазначеній групі.

Особливу увагу заслуговує відмінність за шкалою “Неадекватне вибіркове емоційне реагування” у межах фази “Резистенція”, де жінки також мали вищі показники. Це може свідчити про зниження емоційного ресурсу внаслідок тривалого впливу стресових чинників. Водночас за іншими параметрами цієї фази, як-от емоційно-моральна дезорієнтація, економія емоцій чи редукція професійних обов’язків, значущих відмінностей не виявля-

levels of professional resilience developed under chronic stress conditions.

The data obtained within the 'Exhaustion' phase showed significant differences only in the 'Psychosomatic and vegetative disorders' indicator, where women demonstrated more distinct somatization. Such symptoms are often indicative of hidden emotional exhaustion. However, the overall index for this phase did not differ statistically significantly between the groups, which may reflect the universal nature of the final stage of burnout, when physical and psychological resources are depleted regardless of gender.

Thus, the findings of the study lead to the conclusion that there are both common trends in the dynamics of emotional burnout among police officers of both sexes and specific gender characteristics related to emotional stress, self-perception, and manifestations of psychosomatic reactions. In particular, women demonstrate higher emotional sensitivity, a tendency to internal tension and physiological manifestations of stress, while men are more prone to self-criticism and reduced professional self-esteem. All this points to the advisability of introducing gender-sensitive approaches to psychological support, especially in wartime, when the burden on personnel reaches critical levels.

Thus, in the 'Tension' phase, which characterizes the initial level of emotional exhaustion, statistically significant differences were found on the 'Self-satisfaction' scale: men showed higher rates, which may indicate increased criticism of their own professional performance. At the same time, women had significantly higher scores on the 'Signs of Anxiety and Depression' scale, indicating a more pronounced emotional response to professional stressors. The overall score for the 'Tension' phase was also higher among women, indicating a greater emotional burden among this group, probably related to the combined professional responsibilities and high level of psychological stress in a context of martial law.

In the 'Resistance' phase, which reflects mechanisms of adaptation to chronic stress, no significant difference in overall scores between the groups was found. However, women demonstrate

no. Це дозволяє припустити, що обидві групи загалом демонструють порівнянний рівень професійної витривалості, сформованої в умовах хронічного стресу.

Дані, отримані в межах фази "Виснаження", показали істотні розбіжності лише за показником "Психосоматичні й вегетативні порушення", де жінки демонстрували більш виражену соматизацію. Така симптоматика часто є індикатором прихованого емоційного виснаження. Проте загальний індекс за цією фазою не відрізнявся між групами статистично значуще, що може свідчити про універсальний характер завершального етапу вигорання, коли фізичні й психологічні ресурси вичерпані незалежно від статі.

Таким чином, результати дослідження дозволяють зробити висновок про наявність як спільних тенденцій у динаміці емоційного вигорання серед поліцейських обох статей, так і про окремі статеві особливості, пов'язані з емоційною напругою, самосприйняттям і проявами психосоматичних реакцій. Зокрема, жінки демонструють вищу емоційну чутливість, схильність до внутрішньої напруги й фізіологічних проявів стресу, тоді як чоловіки більш схильні до самокритики та зниження професійної самооцінки. Усе це вказує на доцільність упровадження чутливих до статі підходів до психологічної підтримки, особливо в умовах воєнного часу, коли навантаження на персонал досягає критичних меж.

Отже, у фазі "Напруження", що характеризує початковий рівень емоційного виснаження, виявлено статистично значущі відмінності за шкалою "Незадоволеність собою": вищі значення продемонстрували чоловіки, що може свідчити про підвищену критичність до власних професійних результатів. Водночас жінки мали значно вищі показники за шкалою "Ознаки тривоги й депресії", що вказує на більш виражену емоційну реакцію на професійні стресори. Загальний показник за фазою "Напруження" також був вищим у жінок, що свідчить про більший емоційний тягар у цій групі, ймовірно пов'язаний із поєднанням професійних обов'язків та високого рівня психологічного навантаження в умовах воєнного стану.

У фазі "Резистенція", що відображає механізми адаптації до хронічного стресу, суттєвої

higher rates on the 'Inappropriate selective emotional response' scale, which may indicate greater emotional sensitivity or insufficiently developed strategies for regulating emotions in response to prolonged stress.

In the 'Exhaustion' phase, higher scores for women on the 'Psychosomatic and Vegetative Disorders' scale may be an indicator of more pronounced somatization of chronic emotional stress. At the same time, the overall score for the 'Exhaustion' phase does not show statistically significant differences between men and women, indicating a general vulnerability to chronic emotional exhaustion in both groups, regardless of biological gender.

In addition to statistically significant differences, the calculated estimates of effect size show variability from moderate to high Cohen's d effect (.600–3.250), confirming the statistical and practical significance of the differences found between men and women. In particular, the highest d values were recorded on scales related to anxiety, psychosomatics, and self-perception, which necessitates a differentiated approach to psychological support for police officers.

Thus, the obtained results demonstrate the similarity of emotional and professional experiences of employees of both groups in the difficult conditions of war. However, there are important differences worth noting: in particular, greater emotional burden and psychological exhaustion in women, which require specialized psychological support to prevent negative consequences for their mental health and professional activity. Taking this into consideration, further study of emotional burnout among police officers with different work experience is highly relevant, as it allows for a deeper understanding of the impact of professional experience on the emotional state and mental health of police officers.

The results of the study, presented in Tables 2 and 3, demonstrate the characteristics of emotional burnout at different stages of police officers' careers.

різниці в загальних показниках між групами не виявлено. Проте, жінки демонструють вищі значення за шкалою "Неадекватне вибіркове емоційне реагування", що може свідчити про більшу емоційну чутливість або недостатньо сформовані стратегії регуляції емоцій у відповідь на тривалий стрес.

У фазі "Виснаження" вищі показники жінок за шкалою "Психосоматичні й вегетативні порушення" можуть вказувати на більш виражену соматизацію хронічного емоційного напруження. Водночас загальний показник фази "Виснаження" не демонструє статистично значущих відмінностей між чоловіками та жінками, що свідчить про загальну вразливість до хронічного емоційного виснаження в обох групах, незалежно від біологічної статі.

Крім статистично значущих розбіжностей, розраховані значення розміру ефекту демонструють варіативність від помірного до високої вираженості ефекту d Коена (.600–3.250), що підтверджує не лише статистичну, а й практичну значущість виявлених відмінностей між чоловіками та жінками. Зокрема, найбільші значення d зафіксовано за шкалами, пов'язаними з тривожністю, психосоматикою та самосприйняттям, що зумовлює потребу в диференційованому підході до психологічної підтримки поліцейських.

Отже, отримані результати свідчать про подібність емоційних і професійних переживань працівників обох груп у складних умовах війни. Проте є важливі відмінності, що вимагають уваги: зокрема, більший емоційний тягар і психологічне виснаження в жінок, що потребує спеціалізованої психологічної підтримки для запобігання негативним наслідкам для їхнього психічного здоров'я та професійної діяльності. З огляду на це, подальше вивчення емоційного вигорання серед поліцейських із різним стажем роботи є надзвичайно актуальним, адже дозволяє глибше зрозуміти вплив професійного досвіду на емоційний стан та психічне здоров'я працівників поліції.

Результати дослідження, наведені у таблицях 2 і 3, демонструють особливості проявів емоційного вигорання на різних етапах кар'єрного шляху поліцейських.

Table 2. The results of one-factor analysis of variance (ANOVA) of indicators by the duration of service groups

Таблиця 2. Результати однофакторного дисперсійного аналізу (ANOVA) показників за групами стажу роботи

Scale / Шкала	F	df ₁ , df ₂	p	η^2 (effect size) / η^2 (ефект розміру)
Experiencing psychotraumatic circumstances / Переживання психотравмуючих обставин	.925	2, 183	.399	.010
Self-dissatisfaction / Незадоволеність собою	.066	2, 183	.936	.001
Feeling of being cornered / Відчуття загнаності в кут	.162	2, 183	.850	.002
Signs of anxiety and depression / Ознаки тривоги й депресії	1.664	2, 183	.192	.018
<i>Overall score for the 'Tension' phase / Загальний показник фази "Напруження"</i>	.499	2, 183	.608	.005
Inappropriate selective emotional response / Неадекватне вибіркове емоційне реагування	.153	2, 183	.858	.002
Emotional and moral disorientation / Емоційно-моральна дезорієнтація	.441	2, 183	.644	.005
Expansion of the sphere of emotional conservation / Розширення сфери економії емоцій	1.509	2, 183	.224	.016
Reduction of professional duties / Редукція професійних обов'язків	1.527	2, 183	.220	.016
<i>Overall score for the 'Resistance' phase / Загальний показник фази "Резистенція"</i>	1.771	2, 183	.173	.019
Emotional deficit / Емоційний дефіцит	.938	2, 183	.393	.010
Emotional detachment / Емоційна відстороненість	.040	2, 183	.961	.000
Depersonalization / Деперсоналізація	4.590	2, 183	.011*	.048
Psychosomatic and vegetative disorders / Психосоматичні й вегетативні порушення	2.243	2, 183	.109	.024
<i>Overall score for the 'Exhaustion' phase / Загальний показник фази "Виснаження"</i>	.779	2, 183	.460	.008

Note: F - Fisher's criterion value; df₁, df₂ - degrees of freedom between and within groups; p - significance level; η^2 - effect size showing the proportion of explained variance; *p < 0.05 - statistically significant difference between groups.

Примітка: F - значення критерію Фішера; df₁, df₂ - ступені свободи між та всередині груп; p - рівень значущості; η^2 - розмір ефекту, що показує частку поясненої дисперсії; *p < 0.05 - статистично значуща різниця між групами.

The results of one-way analysis of variance (ANOVA) of emotional burnout indicators in police officers with different durations of service (see Table 2) reveal no statistically significant differences between groups on most of the scales surveyed ($p > .050$). This implies a relative stability of these indicators regardless of the duration of professional experience. An exception was the depersonalization scale, for which a statistically significant difference between groups was found ($F(2,183) = 4.590, p = .011, \eta^2 = .048$). The effect size indicates a moderate influence of work experience on the level of depersonalization in police officers. This result suggests that an increase in work experience may be associated with an increase or decrease in symptoms of depersonalization, which requires further detailed analysis with post hoc tests to clarify the direction of the differences (Table 3). Other scales reflecting experiences of psychotraumatic circumstances, signs of anxiety and depression, overall levels of stress, resistance and exhaustion did not show statistically significant changes depending on the duration of service, with small effect sizes (η^2 from .000 to .024), which may indicate the absence of systemic differences in these aspects of the emotional state of police officers by years of service.

The data obtained indicate the need for special attention to the phenomenon of depersonalization in the context of professional experience, which may be of practical importance for preventing and correcting emotional burnout among police officers.

Table 3. The results of multivariate comparisons (post-hoc tests) of emotional burnout indicators by the duration of service in the police (The Bonferroni and Scheffé methods)

Таблиця 3. Результати множинних порівнянь (пост-хок тестів) показників емоційного вигорання за групами стажу роботи в поліції (методи Шеффе та Бонферроні)

Scale / Шкала	Group (I) / Група (I)	Group (J) / Група (J)	Δ (I-J)	SE	P (Scheffé) / p (Шеффе)	P (Bonferroni) / p (Бонферроні)	95% CI Lower / 95% ДІ нижня	95% CI Upper / 95% ДІ верхня
Depersonalization / Деперсоналізація	3	2	-2.170	.740	.015	.012	-4.010	-.340

Результати однофакторного дисперсійного аналізу (ANOVA) показників емоційного вигорання в поліцейських із різним стажем роботи (див. табл. 2) свідчать про відсутність статистично значущих відмінностей між групами за більшістю досліджуваних шкал ($p > .050$). Це вказує на відносну стабільність рівня цих показників незалежно від тривалості професійного стажу. Винятком стала шкала деперсоналізації, для якої виявлено статистично значущу різницю між групами ($F(2,183) = 4.590, p = .011, \eta^2 = .048$). Розмір ефекту вказує на помірний вплив стажу роботи на рівень деперсоналізації в поліцейських. Цей результат свідчить про те, що зростання стажу може асоціюватися з підвищенням або зниженням симптомів деперсоналізації, що потребує подальшого детального аналізу пост-хок тестами для уточнення напрямку відмінностей (табл. 3). Інші шкали, що відображають переживання психотравмуючих обставин, ознаки тривоги й депресії, загальний рівень напруження, резистентності та виснаження, не демонстрували статистично значущих змін залежно від стажу, із невеликими розмірами ефекту (η^2 від .000 до .024), що може свідчити про відсутність системних відмінностей у цих аспектах емоційного стану поліцейських за роками служби.

Отримані дані вказують на необхідність окремої уваги до феномену деперсоналізації в контексті професійного стажу, що може мати практичне значення для профілактики та корекції емоційного вигорання серед працівників поліції.

Depersonalization / Деперсоналізація	3	1	-1.730	.770	.083	.078	-3.630	.170
Depersonalization / Деперсоналізація	2	1	.440	.730	.834	1.000	-1.360	2.240
Other scales / Інші шкали	–	–	–	–	>.050	>.050	–	–

Note: Group (I) and Group (J) – the groups being compared; Δ (I–J) – the mean difference; SE – the standard error.

Примітка: Група (I) і Група (J) – порівнювані групи; Δ (I–J) – середня різниця; SE – стандартна помилка.

Post hoc comparisons using the Scheffé and Bonferroni methods revealed a statistically significant difference on the 'Depersonalization' scale between the group of police officers with more than 21 years of service (Group 3) and the group with 11 to 20 years of service (Group 2) ($p = .015$ and $p = .012$, respectively). The difference involved lower depersonalization scores in the group with more experience, which may suggest more effective coping mechanisms and greater resilience to emotional burnout with gaining experience. The differences between the other groups on this scale and on all other scales were statistically insignificant ($p > .050$). Thus, the post-hoc analysis confirmed the general trend towards stability in most indicators of emotional burnout regardless of experience, except for depersonalization, where experience may act as a protective factor.

A comparative analysis of the level of emotional burnout among employees of different police departments allows us to identify specific risk factors, differentiate the needs for psychological support, and improve management strategies for maintaining personnel's mental health. Table 4 shows the key indicators of emotional burnout in groups of patrol police officers and criminal police officers involved in the exhumation of bodies of those killed in the war zone.

Пост-хок порівняння за методами Шеффе та Бонферроні виявили статистично значущу різницю за шкалою "Деперсоналізація" між групою поліцейських зі стажем роботи понад 21 рік (група 3) та групою зі стажем від 11 до 20 років (група 2) ($p = .015$ та $p = .012$ відповідно). Відмінність полягала в нижчих показниках деперсоналізації у групі з більшим стажем, що може свідчити про ефективніші механізми адаптації та вищу стійкість до емоційного вигорання з набуттям досвіду. Різниці між іншими групами за цією шкалою, а також за всіма іншими шкалами були статистично незначущими ($p > .050$). Таким чином, пост-хок аналіз підтвердив загальну тенденцію до стабільності більшості показників емоційного вигорання незалежно від стажу, окрім деперсоналізації, де досвід може виступати як захисний чинник.

Порівняльний аналіз рівня емоційного вигорання серед співробітників різних підрозділів поліції дозволяє виявити специфічні чинники ризику, диференціювати потреби у психологічній підтримці та вдосконалити управлінські стратегії збереження психічного здоров'я персоналу. У табл. 4 відображено ключові показники емоційного вигорання в групах патрульних поліцейських і працівників кримінальної поліції, залучених до ексгумації тіл загиблих у зоні бойових дій.

Table 4. Indicators of emotional burnout among police officers from different police departments
Таблиця 4. Показники емоційного вигорання серед поліцейських різних підрозділів поліції

Scales / Шкали	Group 1 / Група 1	Group 2 / Група 2	t	p	Cohen's d / d Коена
Experiencing psychotraumatic circumstances / Переживання психотравмуючих обставин	6.82 ± .99	9.72 ± 1.02	2.041	.050	-2.888
Self-dissatisfaction / Незадоволеність собою	7.27 ± 1.04	6.46 ± 1.11	.532	-	.155
Feeling of being cornered / Відчуття загнаності в кут	6.70 ± 1.12	3.72 ± .97	2.013	.050	2.829
Signs of anxiety and depression / Ознаки тривоги й депресії	11.73 ± 1.07	9.46 ± 1.10	1.484	-	2.094
<i>Overall score for the 'Tension' phase / Загальний показник за фазою "Напруження"</i>	35.54 ± 1.13	29.69 ± 1.18	3.581	.001	5.072
Inappropriate selective emotional response / Неадекватне вибіркове емоційне реагування	19.02 ± .98	17.01 ± 1.12	1.358	-	.119
Emotional and moral disorientation / Емоційно- моральна дезорієнтація	11.10 ± 1.07	12.05 ± 1.15	.601	-	-.157
Expansion of the sphere of emotional conservation / Розширення сфери економії емоцій	12.06 ± 1.12	11.02 ± .99	.704	-	.079
Reduction of professional duties / Редукція професійних обов'язків	17.09 ± 1.05	16.00 ± 1.12	.712	-	.006
<i>Overall score for the 'Resistance' phase / Загальний показник за фазою "Резистенція"</i>	46.80 ± 1.12	55.22 ± .95	5.734	.001	-8.058
Emotional deficit / Емоційний дефіцит	9.31 ± 1.17	12.46 ± .96	2.081	.050	-2.921
Emotional detachment / Емоційна відстороненість	12.04 ± 1.11	12.23 ± .99	.134	-	-0.179
Depersonalization / Деперсоналізація	6.32 ± 1.03	5.21 ± 1.10	.741	-	.044
Psychosomatic and vegetative disorders / Психосоматичні й вегетативні порушення	13.30 ± 1.02	8.83 ± 1.06	3.048	.001	4.303
<i>Overall score for the 'Exhaustion' phase / Загальний показник за фазою "Виснаження"</i>	41.54 ± 1.08	37.59 ± 1.02	2.669	.010	3.752

Note: Group 1 – patrol police officers; Group 2 – criminal police officers; t – Student's t-test value; p – significance level; Cohen's d – effect size.

Примітка: група 1 – патрульні поліцейські; група 2 – поліцейські кримінальної поліції; t – значення t-критерію Стюдента; p – рівень значущості; d Коена – розмір ефекту.

In the 'Tension' phase, statistically significant differences were found on a number of scales. In particular, criminal police officers showed higher scores on the 'Experiencing psychotraumatic circumstances' and 'Feeling of being cornered'

У фазі "Напруження" виявлено статистично значущі відмінності за низкою шкал. Зокрема, працівники кримінальної поліції продемонстрували вищі показники за шкалами "Переживання психотравмуючих обставин" та

scales, which may indicate a more substantial impact of chronic stress caused by professional duties related to extreme experiences, in particular, direct work with the bodies of the deceased. The overall score for the 'Tension' phase was also significantly higher in the criminal police group, confirming the hypothesis of more intense experiences of critical emotional states typical for the initial burnout phase.

The 'Resistance' phase, which reflects stress coping strategies and adaptive resources, revealed even more noticeable differences. The overall level for this phase among criminal police officers is significantly higher, which may indicate both an expansion of defense mechanisms in response to chronic psycho-emotional stress and an increase in tendencies towards emotional distancing and professional deformation. At the same time, individual indicators of this phase, such as 'Emotional and moral disorientation' and 'Reduction of professional duties,' did not reach statistically significant differences between the groups, which may indicate the preservation of general professional identity and disciplinary stability in both categories of police officers.

Special attention should be paid to the results of the 'Exhaustion' phase, which marks the most dangerous stage in the emotional burnout process. Criminal police officers had significantly higher scores on the 'Psychosomatic and vegetative disorders' scale, which signals the activation of somatic reactions to prolonged psycho-emotional overload. A significant difference was also found on the 'Emotional Deficit' scale, indicating a deeper decline in internal energy potential in this group. The overall score for the 'Exhaustion' phase is also higher among criminal police officers, further supporting the conclusion of more intense overall exhaustion of psychophysical resources.

In addition to statistically significant differences, the calculated values of Cohen's d effect size showed variability from moderate to high effect size (.750 – -8.058), confirming the statistical and the practical significance of the differences found between the groups. These indicators show significant intergroup differentiation on individual emotional burnout scales and reinforce the argument for the need for differentiated approaches in the psychological

"Відчуття загнаності в кут", що може свідчити про потужніший вплив хронічного стресу, зумовленого професійними обов'язками, пов'язаними з екстремальним досвідом, зокрема безпосередньою роботою з тілами загиблих. Загальний показник за фазою "Напруження" також був достовірно вищим саме в групі кримінальної поліції, що підтверджує гіпотезу про інтенсивніше переживання критичних емоційних станів, притаманних початковій фазі вигорання.

Фаза "Резистенція", що відображає стратегії подолання стресу та адаптаційні ресурси, виявила ще помітніші відмінності. Загальний рівень за цією фазою в працівників кримінальної поліції є значно вищим, що може свідчити як про розширення оборонних механізмів у відповідь на хронічне психоемоційне навантаження, так і про зростання тенденцій до емоційного дистанціювання та професійної деформації. Водночас окремі показники цієї фази, як-от "Емоційно-моральна дезорієнтація" та "Редукція професійних обов'язків", не досягли статистично достовірних відмінностей між групами, що може бути свідченням збереження загальної професійної ідентичності та дисциплінарної стійкості в обох категоріях поліцейських.

Особливої уваги заслуговують результати фази "Виснаження", що фіксує найбільш загрозливий етап у розвитку емоційного вигорання. Працівники кримінальної поліції мали суттєво вищі показники за шкалою "Психосоматичні й вегетативні порушення", що сигналізує про активізацію соматичних реакцій на тривале психоемоційне перевантаження. Також виявлено достовірну різницю за шкалою "Емоційний дефіцит", що вказує на глибше зниження внутрішнього енергетичного потенціалу в цій групі. Загальний показник фази "Виснаження" також вищий саме в працівників кримінальної поліції, що додатково підкріплює висновок про інтенсивніше загальне виснаження психофізичних ресурсів.

Крім статистично достовірних відмінностей, розраховані значення розміру ефекту d Коена продемонстрували варіативність від середнього до високого рівня вираженості ефекту (.750 – -8.058), що підтверджує не лише статистичну, а й практичну значущість виявлених відмінностей між групами. Такі показники свідчать про суттєве міжгрупове диференціювання за окремими шкалами емоцій-

support of police officers.

Thus, the results of the intergroup comparison show a higher level of emotional burnout among criminal police officers involved in exhumations in the combat zone compared to patrol police officers. The most significant differences are observed in the indicators of chronic stress, exhaustion, and psychosomatic disorders. The data obtained justify the need to develop differentiated programs of psychological prevention and support that consider the specific nature of the functional load and the level of emotional involvement of employees of different police units. In the context of war, such measures are critical to ensuring the effectiveness of the law enforcement system and personnel's safety.

Discussion

The results obtained confirm that emotional burnout among police officers in martial law conditions is a multifactorial phenomenon, which is exacerbated by the specifics of professional activity in conditions of armed conflict. Compared to the data obtained before the start of the full-scale war, Z. Kisil and R. V.-V. Kisil (2019), there is a noticeable increase in the manifestations of emotional exhaustion, depersonalization and decreased professional effectiveness, which indicates deeper and more rapid changes in the psycho-emotional state of police officers (see Tables 1, 2 and 4).

Our results partially confirm the influence of professional experience on the manifestations of emotional burnout, but show a slightly different dynamic than in previous studies (see Tables 2 and 3). In particular, employees with more experience do not show an increased emotional fatigue or depersonalization. On the contrary, they show a decrease in the level of depersonalization, which indicates the formation of more effective mechanisms of emotional stability with gaining experience (Aleksandrov, 2024). At the same time, police officers with less experience show increased emotional sensitivity and vulnerability to stressors, although their motivational resources remain relatively high (Shvets & Kisil, 2023). This heterogeneity in the manifestations of burnout emphasizes the need for a differentiated approach to psychological support that considers individual

ного вигорання та підсилюють аргументацію щодо необхідності диференційованих підходів у психологічному супроводі працівників поліції.

Таким чином, результати міжгрупового порівняння засвідчують вищий рівень емоційного вигорання у співробітників кримінальної поліції, залучених до ексгумацій у зоні бойових дій, порівняно з патрульними поліцейськими. Найбільш виразними є розбіжності за показниками хронічного стресу, виснаження та психосоматичних порушень. Отримані дані обґрунтовують доцільність розроблення диференційованих програм психопрофілактики й супроводу, що враховують специфіку функціонального навантаження та рівень емоційної залученості співробітників різних поліцейських підрозділів. У контексті війни такі заходи набувають критичної важливості для забезпечення ефективності роботи правоохоронної системи та збереження особового складу.

Дискусія

Отримані результати підтверджують, що емоційне вигорання серед працівників поліції в умовах воєнного стану є багаточинниковим явищем, яке посилюється під впливом специфіки професійної діяльності в умовах збройного конфлікту. У порівнянні з даними, отриманими до початку повномасштабної війни З. Кісіль і Р. В.-В. Кісіль (2019), спостерігаємо посилення проявів емоційного виснаження, деперсоналізації та зниження професійної ефективності, що свідчить про глибші та швидші зміни в психоемоційному стані поліцейських (див. табл. 1, 2 і 4).

Наші результати частково підтверджують вплив професійного стажу на прояви емоційного вигорання, проте показують дещо іншу динаміку, ніж у попередніх дослідженнях (див. табл. 2 та 3). Зокрема, працівники з більшим стажем не демонструють підвищення емоційної втоми чи деперсоналізації. Навпаки, у них спостерігається зниження рівня деперсоналізації, що свідчить про формування ефективніших механізмів емоційної стійкості з досвідом (Александров, 2024). Водночас поліцейські з меншим стажем проявляють підвищену емоційну чутливість і вразливість до стресових чинників, хоча їхні мотиваційні ресурси залишаються відносно високими (Швець, Кісіль, 2023). Ця неоднорідність у проявах вигорання підкреслює

characteristics and professional experience.

It is particularly important to note that even police officers with less experience, who have not yet developed full-blown emotional burnout syndrome, already show signs of psychological exhaustion, as can be seen from the dynamics of the scales in Tables 2 and 3. This indicates the early onset of destructive processes that can reduce adaptive abilities and require timely preventive intervention. Our data coincide with the conclusions of Y. Goncharova (2024), who emphasizes the crucial role of developing resilience and effective coping strategies in preventing burnout from worsening when dealing with chronic stress. In particular, the author recommends introducing physical exercise, healthy eating, self-regulation methods, and recovery measures into the daily practice of police officers, significantly reducing professional exhaustion.

It is also worth noting the results of a study that covered 330 police officers of various ranks, most of whom (66.00%) were under 40, and more than half had less than 10 years of experience. This sample revealed a variety of manifestations of emotional labour among police officers, particularly the significant role of 'superficial' emotional control, which is associated with increased levels of burnout. The authors emphasize that different police officer categories experience emotional stress differently depending on the specifics of their job duties and personal characteristics. This confirms the heterogeneity of professional experience within a single law enforcement unit. Such heterogeneity highlights the need for individualized approaches to preventing emotional burnout, which fully resonates with our conclusions about the importance of developing coping skills and implementing adaptive resilience strategies in difficult service conditions (Hopkins et al., 2023).

A study by B. Basinska and A. Daderman (2019), conducted among 234 police officers of different ages and professional experience, found no statistically significant differences in the level of emotional burnout between genders, which partially correlates with our data. At the same time, our sample showed significant differences between men and women in terms of psychotraumatic experiences, levels of anxiety, depression, and self-dissatisfaction, especially in the 'Tension' phase (see

необхідність диференційованого підходу до психологічної підтримки, що враховує індивідуальні особливості та професійний досвід.

Особливо важливо відзначити, що навіть у поліцейських з коротким стажем, у яких ще не сформувався повноцінний синдром емоційного вигорання, вже виявляються ознаки психологічного виснаження, що видно з динаміки шкал у табл. 2 та 3. Це свідчить про ранній початок деструктивних процесів, що можуть знижувати адаптаційні можливості й потребують своєчасного профілактичного втручання. Наші дані співпадають із висновками Я. Гончарової (2024), яка наголошує на критичній ролі розвитку життєстійкості й ефективних копінг-стратегій у запобіганні прогресуванню вигорання в умовах хронічного стресу. Зокрема, авторка рекомендує впроваджувати в щоденну практику поліцейських фізичні вправи, здорове харчування, методи саморегуляції та заходи для відновлення, що суттєво знижують рівень професійного виснаження.

Варто також звернути увагу на результати дослідження, що охопило 330 офіцерів поліції з різних рангів, більшість із яких (66.00%) були віком до 40 років, а понад половина – мали стаж до 10 років. Ця вибірка дозволила виявити різноманітність проявів емоційної праці серед поліцейських, зокрема значну роль "поверхневого" емоційного контролю, що асоціюється з підвищеним рівнем вигорання. Автори підкреслюють, що різні категорії поліцейських по-різному відчують емоційне навантаження залежно від специфіки службових обов'язків та особистісних характеристик, що підтверджує неоднорідність професійного досвіду в межах одного силового підрозділу. Така гетерогенність наголошує на необхідності індивідуалізованих підходів у профілактиці емоційного вигорання, що повністю резонує з нашими висновками про важливість розвитку життєстійкості та впровадження адаптивних копінг-стратегій у складних умовах служби (Hopkins et al., 2023).

Дослідження B. Basinska, A. Daderman (2019), проведене серед 234 поліцейських із різним віковим діапазоном та професійним стажем, не виявило статистично значущих відмінностей за статтю в рівні емоційного вигорання, що частково корелює з нашими даними. Водночас у нашій вибірці зафіксовано суттєві відмінності між чоловіками та жінками за такими показниками, як психотравмуючі переживання, рівень тривоги, депресії та незадоволення собою, особливо

Table 1). This indicates that, in addition to general trends, gender may have a significant impact on the manifestations of burnout in specific contexts, highlighting the need for an individualized approach to prevention and support in the professional activities of police officers.

A study conducted on a sample of 573 Portuguese police officers (average age – 40, average duration of service – 17 years) found that the key risk factors for burnout are quantitative demands, affective empathy, and professional experience. At the same time, job significance, organizational justice, and organizational identification act as protective factors that contribute to reducing burnout. Together, these variables explain more than 50.00% of the variation in burnout, highlighting the need for a comprehensive approach to its prevention, considering both individual and organizational aspects. The data obtained are consistent with our conclusions regarding the multidimensional nature of burnout and the need for integrated psycho-preventive measures (Correia et al., 2023).

The results confirm that the specific nature of police work, in particular extreme conditions and a high level of responsibility, contributes to signs of emotional exhaustion among police officers at an early stage of their service. This is consistent with the arguments of S. Boichuk (2023), who points to the decisive role of extreme conditions and threats to life in the burnout of special forces personnel. At the same time, our data showed that even in the absence of a pronounced burnout syndrome, signs of psychological exhaustion are already recorded. This expands the conclusions of S. Boichuk (2023) and emphasizes the need for early prevention. Similar points are made by researcher O. Yareschenko (2019), who emphasizes the influence of chronic stress and individual characteristics, which is also evident in our sample. In the context of finding resources to counteract this phenomenon, our results confirm L. Pyankivska's (2024) stance on the importance of resilience as a factor in maintaining psychological health and effectiveness under stress. Our findings indicate the need to strengthen programs aimed at developing this quality, as it ensures adaptation to stress and reduces the risk of professional burnout.

In martial law conditions, emotional burnout is a key problem in police work due to constant

у фазі "Напруження" (див. табл. 1). Це свідчить про те, що, окрім загальних тенденцій, статевий аспект може мати значущий вплив на прояви вигорання в конкретних контекстах, підкреслюючи необхідність індивідуалізованого підходу до профілактики та підтримки в професійній діяльності поліцейських.

У дослідженні з вибіркою 573 поліцейських Португалії (середній вік – 40 років, середній стаж – 17 років) було виявлено, що ключовими чинниками ризику вигорання є кількісні вимоги, афективна емпатія та професійний досвід. Водночас значення роботи, організаційна справедливість та організаційна ідентифікація виступають захисними чинниками, що сприяють зниженню рівня вигорання. Ці змінні разом пояснюють понад 50.00% варіації вигорання, що підкреслює необхідність комплексного підходу до його профілактики з урахуванням як індивідуальних, так і організаційних аспектів. Отримані дані узгоджуються з нашими висновками щодо багатовимірної природи вигорання та потреби в інтегрованих психопрофілактичних заходах (Correia et al., 2023).

Отримані результати підтверджують, що специфіка службової діяльності, зокрема екстремальні умови та високий рівень відповідальності, вже на ранніх етапах служби сприяє формуванню ознак емоційного виснаження серед працівників поліції. Це узгоджується з міркуваннями С. Бойчука (2023), який вказує на визначальну роль екстремальних умов і загрози для життя в розвитку вигорання серед працівників спецпідрозділів. Водночас наші дані показали, що навіть за відсутності вираженого синдрому вигорання прояви психологічного виснаження вже фіксуються, що розширює висновки С. Бойчука (2023) й підкреслює потребу в ранній профілактиці. Подібні акценти робить дослідник О. Ярещенко (2019), наголошуючи на впливі хронічного напруження й індивідуальних характеристик, що також простежується в нашій вибірці. У контексті пошуку ресурсів протидії цьому явищу наші результати підтверджують позицію Л. П'янківської (2024) щодо значення життєстійкості як чинника збереження психологічного здоров'я та ефективності в умовах стресу. Виявлені нами дані свідчать про необхідність посилення програм, спрямованих на розвиток цієї якості, оскільки вона забезпечує адаптацію до навантажень і знижує ризик професійного вигорання.

В умовах воєнного стану емоційне вигоран-

threats, increased psychological stress, and insufficient support. Performing additional functions, such as evacuating the civilian population or documenting war crimes, increases stress. Prolonged contact with victims of violence and working under conditions of uncertainty contribute to the development of chronic emotional exhaustion (Ponomarenko, 2022). Our results expand scientific understanding of the dynamics of burnout among police officers in crisis situations.

Our results (see Tables 1–4) partially correlate with the findings of the study by C. Kostas et al. (2024), which also traced the influence of gender on the level of professional stress, but did not find high rates of burnout among police officers. At the same time, unlike the Greek sample, our data show that in wartime conditions, even without a fully formed burnout syndrome (see Tables 2 and 3), signs of psychological exhaustion are already recorded in the early stages of service. In addition, significant differences in emotional stress and exhaustion were found between different police units (see Table 4), which were not considered in previous foreign studies. This highlights the uniqueness of the wartime context.

Conclusions

The study confirmed that emotional burnout is a significant psychological risk in the professional activities of police officers in wartime conditions. It was found that women have higher levels of psychosomatic symptoms and anxiety, while men are characterized by greater self-criticism and self-dissatisfaction. In general, the level of emotional burnout does not depend on the duration of service, except the depersonalization level, which was significantly lower among employees with more than 21 years of service compared to the group with 11–20 years of service, indicating greater emotional stability among experienced police officers. Employees with less experience experienced higher psycho-emotional discomfort, indicating a need for targeted preventive measures. It was found that the status of the unit also affects the level of burnout: criminal police officers who work with psychologically traumatic situations (in particular, exhumation) have higher levels of emotional stress than patrol police offi-

ня є ключовою проблемою в діяльності поліцейських через постійні загрози, підвищене психологічне навантаження та недостатню підтримку. Виконання додаткових функцій, як-от евакуація населення чи документування воєнних злочинів, посилює стрес. Тривалий контакт із жертвами насильства й робота в умовах невизначеності сприяють розвитку хронічного емоційного виснаження (Пономаренко, 2022). Наші результати розширюють наукові уявлення про динаміку вигорання серед поліцейських у кризових умовах.

Наші результати (див. табл. 1–4) частково корелюють із висновками дослідження С. Kostas et al. (2024), де також простежено вплив статі на рівень професійного стресу, проте не виявлено високих показників вигорання серед поліцейських. Водночас, на відміну від грецької вибірки, наші дані демонструють, що в умовах воєнного часу навіть за відсутності повністю сформованого синдрому вигорання (див. табл. 2 та 3) вже на ранніх етапах служби фіксуються ознаки психологічного виснаження. Крім того, між різними підрозділами поліції (див. табл. 4) виявлено суттєві відмінності за показниками емоційного напруження та виснаження, що не було враховано в попередніх зарубіжних дослідженнях. Це підкреслює унікальність воєнного контексту.

Висновки

Дослідження підтвердило, що емоційне вигорання є значущим психологічним ризиком у професійній діяльності поліцейських в умовах воєнного часу. Установлено, що жінки мають вищий рівень психосоматичних симптомів і тривоги, тоді як чоловіки характеризуються більшою самокритикою та незадоволеністю собою. Загалом рівень емоційного вигорання не залежить від тривалості стажу, за винятком деперсоналізації, рівень якої був достовірно нижчим у працівників зі стажем понад 21 рік порівняно з групою зі стажем 11–20 років, що свідчить про більшу емоційну стійкість досвідчених поліцейських. Молодші за стажем працівники відчували вищий психоемоційний дискомфорт, що вказувало на потребу в цільових профілактичних заходах. З'ясовано, що статус підрозділу також впливає на рівень вигорання: поліцейські кримінальної служби, які працюють із психотравмуючими ситуаціями (зокрема ексгумація), мають вищі показники емоційної напруги, ніж патрульні поліцейські.

cers. Thus, the main characteristics of emotional burnout among police officers in martial law conditions are the dependence of the level of psycho-emotional stress on professional experience, gender, and the specifics of the service. These characteristics require an individual approach in the development of psychological support measures aimed at preventing burnout and preserving the mental health of police officers in extreme conditions.

References

- Alderden, M., Farrell, A., McCarty William, P. (2017). Effects of police agency diversification on officer attitudes. *Policing: An International Journal of Police Strategies and Management*, 40, 42–56. <https://doi.org/10.1108/PIJPSM-07-2016-0111>
- Aleksandrov, Yu. V. (2024). Current state of the problem of emotional burnout of police officers. Psychological and pedagogical problems of professional education and patriotic upbringing of personnel of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine: materials of the All-Ukrainian scientific-practical conference (Vinnytsia, March 29, 2024). Vinnytsia: KhNUVS, 180–182. <https://dspace.univd.edu.ua/handle/123456789/20614>
- Antoniou, A.-S. (2009). Occupation-Specific Precursors of Stress among Greek Police Officers: The Roles of Rank and Gender. *International Journal of Police Science & Management*, 11(3), 334–344. <https://doi.org/10.1350/ijps.2009.11.3.136>
- Basinska, B. A., & Daderman, A. M. (2019). Work values of police officers and their relationship with job burnout and work engagement. *Frontiers in Psychology*, 10, 442. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00442>
- Barko, V., Barko, V., & Yevdokimova, O. (2024). Typical psychological profiles of police officers (based on the results of the mini-cartoon questionnaire). *Bulletin of the National Defense University of Ukraine*, 78(2), 7–17. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2024-78-2-7-17>
- Botnarenko, I. A. (2024). Comparative characteristics of psychological features of emotional burnout in female and male police officers. Current issues of psychological support
- Отже, основними особливостями емоційного вигорання поліцейських в умовах воєнного стану є залежність рівня психоемоційного навантаження від професійного стажу, статі та специфіки служби. Ці особливості потребують індивідуального підходу в розробці заходів психологічної підтримки, спрямованих на попередження вигорання та збереження психічного здоров'я працівників поліції в екстремальних умовах.
- ### Список використаних джерел
- Alderden M., Farrell A., McCarty William P. Effects of police agency diversification on officer attitudes. *Policing: An International Journal of Police Strategies and Management*. 2017. Vol. 40. P. 42–56. <https://doi.org/10.1108/PIJPSM-07-2016-0111>
- Antoniou A.-S. Occupation-Specific Precursors of Stress among Greek Police Officers: The Roles of Rank and Gender. *International Journal of Police Science & Management*. 2009. Vol. 11(3). P. 334–344. <https://doi.org/10.1350/ijps.2009.11.3.136>
- Александров Ю. В. Сучасний стан проблеми емоційного вигорання співробітників поліції. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Вінниця, 29 берез. 2024 р.)*. Вінниця: ХНУВС, 2024. С. 180–182. URL: <https://dspace.univd.edu.ua/handle/123456789/20614>
- Basinska B.A., Daderman A.M. Work values of police officers and their relationship with job burnout and work engagement. *Frontiers in Psychology*. 2019. № 10. P. 442. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00442>
- Барко В., Барко В., Євдокімова О. Типові психологічні профілі працівників поліції (за результатами застосування опитувальника міні-мульт). *Вісник Національного університету оборони України*. 2024. № 78(2). P. 7–17. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2024-78-2-7-17>
- Ботнаренко І. А. Порівняльна характеристика психологічних особливостей емоційного вигорання у працівників поліції жіночої та чоловічої статі. *Актуальні питання*

for the activities of the National Police and higher education institutions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine: materials of the VI interdepartmental scientific-practical round table (Kyiv, April 18, 2024) / editors: V. V. Cherney, S. D. Gusarev, S. S. Chernyavsky and others. Kyiv: National Academy of Internal Affairs, 41–46. <https://elar.naiau.kiev.ua/server/api/core/bitstreams/95660687-6671-4ed2-82ed-ebaa06f7a125/content>

Boychuk, S. S. (2023). Self-regulation as a factor of the vitality of the personality of police officers of the “Corps of Rapid Action” (KORD): dissertation ... Doctor of Philosophy: 053.05. Kharkiv National University of Internal Affairs, 302. <https://dspace.univd.edu.ua/handle/123456789/18852>

Bianchi, R., Schonfeld, I. S., Vandel, P., & Laurent, E. (2017). On the depressive nature of the “burnout syndrome”: A clarification. *European Psychiatry*, 41, 109–110. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2016.10.008>

Carleton, R. N., Sauer-Zavala, S., Teckchandani, T. A., Maguire, K. Q., Jamshidi, L. et al. (2025). Mental health disorder symptom changes among public safety personnel after emotional resilience skills training. *Comprehensive Psychiatry*, 138, e152580. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2025.152580>

Correia, I., Romão, Â., Almeida, A. E. et al. (2023). Protecting Police Officers Against Burnout: Overcoming a Fragmented Research Field. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 38, 622–638. <https://doi.org/10.1007/s11896-023-09584-4>

Freudenberger H.J. (1974). Staff Burn-Out. *Journal of Social*, 30, 159–165. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>

Garbarino, S., Cuomo, G., Chiorri, C., & Magnavita, N. (2013). Association of work-related stress with mental health problems in a special police force unit. *BMJ*, 3, e002791. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2013-002791>

Goncharova, Ya. I. (2024). Resilience in the structure of coping behavior of police officers. Current issues of training specialists for the security and defense sector in wartime (on the occasion of University Day): materials of the International Scientific and Practical

психологічного забезпечення діяльності Національної поліції та закладів вищої освіти МВС України: матеріали VI міжвідом. наук.-практ. круглого столу (Київ, 18 квіт. 2024 р.) / редкол.: В. В. Черней, С. Д. Гусарев, С. С. Чернявський та ін. Київ: Нац. акад. внутр. справ, 2024. С. 41-46. URL: <https://elar.naiau.kiev.ua/server/api/core/bitstreams/95660687-6671-4ed2-82ed-ebaa06f7a125/content>

Бойчук С.С. Саморегуляція як чинник життєздатності особистості поліцейських “Корпусу оперативно-раптової дії” (КОРД): дис. ... доктора філос.: 053.05. Харківський національний університет внутрішніх справ, 2023. 302 с. URL: <https://dspace.univd.edu.ua/handle/123456789/18852>

Bianchi R., Schonfeld I. S., Vandel P., Laurent E. On the depressive nature of the “burnout syndrome”: A clarification. *European Psychiatry*. 2017. № 41. P. 109-110. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2016.10.008>

Carleton R.N., Sauer-Zavala S., Teckchandani T.A., Maguire K.Q., Jamshidi L. et al. Mental health disorder symptom changes among public safety personnel after emotional resilience skills training. *Comprehensive Psychiatry*. 2025. №138. e.152580. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2025.152580>

Correia I., Romão Â., Almeida A. E. et al. Protecting Police Officers Against Burnout: Overcoming a Fragmented Research Field. *Journal of Police and Criminal Psychology*. 2023. № 38. P. 622–638. <https://doi.org/10.1007/s11896-023-09584-4>

Freudenberger H.J. Staff Burn-Out. *Journal of Social*. 1974. Vol. 30. P. 159–165. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>

Garbarino S., Cuomo G., Chiorri C., Magnavita N. Association of work-related stress with mental health problems in a special police force unit. *BMJ Open* 2013. №3. e002791. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2013-002791>

Гончарова Я.І. Життєстійкість у структурі копінг-поведінки поліцейських. Актуальні питання підготовки фахівців для сектору безпеки і оборони в умовах війни (з нагоди Дня Університету): матеріали Міжнар. наук.-

- Conference (Kropyvnytskyi, April 19, 2024) / Ministry of Internal Affairs of Ukraine, Donetsk State University of Internal Affairs. Kropyvnytskyi: DonSUVS, 751–756. <https://dspace.univd.edu.ua/handle/123456789/21853>
- Goncharova, Ya. I. (2024). Peculiarities of overcoming stress by police officers in war conditions: dissertation ... Doctor of Philosophy in Psychology: 053. Vinnytsia, 314. https://univd.edu.ua/files/councils/59/dysertatsiia_honcharova_iai.pdf
- Grant, H. B., Lavery, C. F., & Decarlo, J. (2018). An exploratory study of police officers: Low compassion satisfaction and compassion fatigue. *Frontiers in Psychology*, 9, 2793. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02793>
- Hawkins, H. C. (2001). Police Officer Burnout: A Partial Replication of Maslach's Burnout Inventory. *Police Quarterly*, 4(3), 343–360. <https://doi.org/10.1177/109861101129197888>
- Hopkins, B., Dowell, D., & Flitton, J. (2023). Emotional labour and burnout among police officers. *Policing: An International Journal*, 46(3), 477–489. <https://doi.org/10.1108/PIJPSM-12-2022-0154>
- Kisil, Z. R., & Kisil, R.-V. V. (2019). Peculiarities of the phenomenon of emotional burnout syndrome among employees of the National Police of Ukraine. *Socio-legal studies*, 4(6), 111–123. <http://dspace.lvduvs.edu.ua/handle/1234567890/2794>
- Klymenko, I. V. (2012). Prevention and correction of professional deformation of employees of internal affairs bodies. Problems of extreme and crisis psychology. *Collection of scientific works*, 12, 140–146. <http://dcpp.nuczu.edu.ua/uk/>
- Korol, S., Vig, K. D., Sapach, M. J. N. T., Asmundson, G. J. G., & Carleton, R. N. (2019). Demographic and cognitive risk factors for police mental disorder symptoms. *The Police Journal: Theory, Practice and Principles*, 94(1), 40–57. <https://doi.org/10.1177/0032258X19894619>
- Kostas, C., Vlastos, D., & Theofilou, P. (2024). Work Stress and Professional Burnout in Greek Police Officers. *The Open Psychology Journal*, 17, e18743501288683. <https://dx.doi.org/10.1177/0032258X19894619>
- прат. конф. (м. Кропивницький, 19 квіт. 2024 р.) / МВС України, Донец. держ. ун-т внутр. справ. Кропивницький: ДонДУВС, 2024. С. 751-756. URL: <https://dspace.univd.edu.ua/handle/123456789/21853>
- Гончарова Я. І. Особливості подолання стресу поліцейськими в умовах війни: дис. ... д-ра філософії в галузі психології: 053. Вінниця, 2024. 314 с. URL: https://univd.edu.ua/files/councils/59/dysertatsiia_honcharova_iai.pdf
- Grant H. B., Lavery C. F., Decarlo J. An exploratory study of police officers: Low compassion satisfaction and compassion fatigue. *Frontiers in Psychology*. 2018. № 9. P. 2793. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02793>
- Hawkins H.C. Police Officer Burnout: A Partial Replication of Maslach's Burnout Inventory. *Police Quarterly*, 2001. Vol. 4(3). P. 343–360. <https://doi.org/10.1177/109861101129197888>
- Hopkins B., Dowell D., Flitton J. Emotional labour and burnout among police officers. *Policing: An International Journal* 2023. Vol. 46(3). P. 477–489. <https://doi.org/10.1108/PIJPSM-12-2022-0154>
- Кісіль З. Р., Кісіль Р.-В. В. Особливості феномену синдрому емоційного вигорання у працівників Національної поліції України. *Соціально-правові студії*. 2019. № 4 (6). С. 111-123. URL: <http://dspace.lvduvs.edu.ua/handle/1234567890/2794>
- Клименко І. В. Профілактика та корекція професійної деформації працівників органів внутрішніх справ. *Проблеми екстремальної та кризової психології. Збірник наукових праць*. 2012. Вип. 12. С. 140-146. URL: <http://dcpp.nuczu.edu.ua/uk/>
- Korol S., Vig K. D., Sapach M. J. N. T., Asmundson G. J. G., Carleton R. N. Demographic and cognitive risk factors for police mental disorder symptoms. *The Police Journal: Theory, Practice and Principles*. 2019. Vol. 94(1). P. 40–57. <https://doi.org/10.1177/0032258X19894619>
- Kostas C., Vlastos D., Theofilou P. Work Stress and Professional Burnout in Greek Police Officers. *The Open Psychology Journal*. 2024. №17. e18743501288683. <https://dx.doi.org/10.1177/0032258X19894619>

- 2174/0118743501288683240206102924
- Lauzier, M., & Mercier, G. (2018). The effect of error orientation, motivation to learn, and social support on training transfer intentions: A moderated mediation model. *Canadian Journal of Administrative Sciences/Revue Canadienne des Sciences de l'Administration*. 35, 3, 419–428. <https://doi.org/10.1002/cjas.1429>
- Lennie, S.-J., Sutton, A., & Crozier, S. (2021). Psychodrama and emotional labour in the police: A mutually beneficial methodology for researchers and participants. *Methods in Psychology*, 5, 100066. <https://doi.org/10.1016/j.metip.2021.100066>
- Makarenko, P., Dotsenko, V., & Sirokha, L. (2024). Psychological features of emotional burnout of legal professionals. *Bulletin of the National Defense University of Ukraine*, 80(4), 88–96. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2024-80-4-88-96>
- Maslach, C., & Goldberg, J. (1998). Prevention of burnout: New perspectives. *Applied and Preventive Psychology*, 7, 63–74. [https://dx.doi.org/10.1016/S0962-1849\(98\)80022-X](https://dx.doi.org/10.1016/S0962-1849(98)80022-X)
- Maslach, C., Schaufeli, W.B., & Leiter, M. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Miloradova, N. E., & Dzhagupov, G. V. (2024). Components of the program for the development of resilience of police officers. Providing psychological assistance in the security and defense sector of Ukraine: collection of theses of the III All-Ukrainian interdisciplinary psychological forum (Kyiv, May 30, 2024) / Ministry of Internal Affairs of Ukraine, DNDI of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine, NDL of psychological assistance. Kyiv: DNDI of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine, 186–189. <https://dspace.univd.edu.ua/handle/123456789/21866>
- Noblet, A. J., Rodwell, J. J., & Allisey, A. F. (2009). Police stress: The role of the psychological contract and perceptions of fairness. *Policing: An International Journal of Police Strategies and Management*, 32, 613–630. <https://doi.org/10.1108/13639510911000731>
- Padyab, M., Backteman-Erlanson, S., & Brulin, C. (2016). Burnout, Coping, Stress of Conscience
- Lauzier M., Mercier G. The effect of error orientation, motivation to learn, and social support on training transfer intentions: A moderated mediation model. *Canadian Journal of Administrative Sciences/Revue Canadienne des Sciences de l'Administration*. 2018. Vol. 35, № 3. P. 419–428. <https://doi.org/10.1002/cjas.1429>
- Lennie S.-J., Sutton A., Crozier S. Psychodrama and emotional labour in the police: A mutually beneficial methodology for researchers and participants. *Methods in Psychology*. 2021. Vol. 5. P.100066. <https://doi.org/10.1016/j.metip.2021.100066>
- Макаренко П., Доценко В., Сіроха Л. Психологічні особливості емоційного вигорання працівників правничих професій. *Вісник Національного університету оборони України*. 2024. № 80(4). С. 88–96. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2024-80-4-88-96>
- Maslach C., Goldberg J. Prevention of burnout: New perspectives. *Applied and Preventive Psychology*. 1998. Vol. 7. P. 63–74. [https://dx.doi.org/10.1016/S0962-1849\(98\)80022-X](https://dx.doi.org/10.1016/S0962-1849(98)80022-X)
- Maslach C., Schaufeli W.B., Leiter M. Job burnout. *Annual Review of Psychology*. 2001. Vol. 52. P. 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Мілорадова Н. Е., Джагупов Г. В. Складові програми розвитку життєстійкості поліцейських. *Забезпечення психологічної допомоги в секторі безпеки та оборони України*: зб. тез доп. III Всеукр. міжвід. психол. форуму (м. Київ, 30 трав. 2024 р.) / МВС України, ДНДІ МВС України, НДЛ психол. забезпеч. Київ: ДНДІ МВС України, 2024. С. 186–189. URL: <https://dspace.univd.edu.ua/handle/123456789/21866>
- Noblet A. J., Rodwell J. J., Allisey A. F. Police stress: The role of the psychological contract and perceptions of fairness. *Policing: An International Journal of Police Strategies and Management*. 2009. Vol. 32. P. 613–630. <https://doi.org/10.1108/13639510911000731>
- Padyab M., Backteman-Erlanson S., Brulin C. Burnout, Coping, Stress of Conscience and Psychosocial Work Environment among Patrolling Police Officers. *Journal of Police and*

- and Psychosocial Work Environment among Patrolling Police Officers. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 31, 229–237. <https://doi.org/10.1007/s11896-015-9189-y>
- Pines, A., Aronson, E., & Kafry, D. (1981). *Burnout: From Tedium to Personal Growth*. Free Press; New York, NY, USA, 229. <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1415513>
- Ponomarenko, Ya. S. (2024). Analysis of stress factors in the professional activities of police officers during the war. *Scientific perspectives*, 8(50), 929–941. [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-8\(50\)-929-941](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-8(50)-929-941)
- Ponomarenko, Ya. S. (2022). Police in wartime: professional stress factors. *Personality, society, war: abstracts of reports of participants of the international psychological forum* (Kharkiv, April 15, 2022). Kh.: KhNUVS, 108–111. <http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/13844>
- Purba, A., & Demou, E. (2019). The relationship between organizational stressors and mental wellbeing within police officers: a systematic review. *BMC Public Health*, 19, 1–21. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7609-0>
- Purvanova, R. K., & Muros, J. P. (2010). Gender differences in burnout: A meta-analysis. *Journal of Vocational Behavior*, 77(2), 168–185. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2010.04.006>
- P'yankivska, L. (2022). Resilience as an important personal quality of a police officer. *Prospects and innovations of science*, 2(7), 943–955. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-2\(7\)-943-955](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-2(7)-943-955)
- P'yankivska, L. V. (2024). Peculiarities of psychological prevention of “emotional burnout” syndrome in police officers. *Scientific innovations and advanced technologies*, 3(31), 1355–1368. [http://dx.doi.org/10.52058/2786-5274-2024-3\(31\)-1355-1368](http://dx.doi.org/10.52058/2786-5274-2024-3(31)-1355-1368)
- Rastorgueva, N. O. (2023). Peculiarities of preventing emotional burnout of police officers during wartime. *Legal Bulletin*, 28, 180–188. <https://doi.org/10.32850/LB2414-4207.2023.28.25>
- Schaible, L.M., & Six, M. (2016). Emotional *Criminal Psychology*. 2016. Vol. 31. P. 229–237. <https://doi.org/10.1007/s11896-015-9189-y>
- Pines A., Aronson E., Kafry D. *Burnout: From Tedium to Personal Growth*. Free Press; New York, NY, USA, 1981. 229 p. URL: <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1415513>
- Пономаренко Я.С. Аналіз стресових чинників у професійній діяльності поліцейських під час війни. *Наукові перспективи*. 2024. №8(50). С. 929–941. [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-8\(50\)-929-941](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-8(50)-929-941)
- Пономаренко Я.С. Поліція в умовах війни: професійні стресові фактори. *Особистість, суспільство, війна: тези доповідей учасників міжнародного психологічного форуму* (м. Харків, 15 квітня 2022 р.). Х.: ХНУВС, 2022. С. 108–111. URL: <http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/13844>
- Purba A., Demou E. The relationship between organizational stressors and mental wellbeing within police officers: a systematic review. *BMC Public Health*. 2019. Vol. 19. P. 1–21. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7609-0>
- Purvanova R. K., Muros J. P. Gender differences in burnout: A meta-analysis. *Journal of Vocational Behavior*. 2010. Vol. 77(2). P. 168–185. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2010.04.006>
- П'янківська Л. Життєстійкість як важлива особистісна якість поліцейського. *Перспективи та інновації науки*. 2022. №2(7). С. 943–955. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-2\(7\)-943-955](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-2(7)-943-955)
- П'янківська Л. В. Особливості психологічної профілактики синдрому “емоційного вигорання” у працівників поліції. *Наукові інновації та передові технології*. 2024. № 3(31). С. 1355–1368. [http://dx.doi.org/10.52058/2786-5274-2024-3\(31\)-1355-1368](http://dx.doi.org/10.52058/2786-5274-2024-3(31)-1355-1368)
- Расторгуєва Н. О. Особливості попередження емоційного вигорання поліцейських у воєнний період. *Юридичний бюлетень*. 2023. № 28. С. 180–188. <https://doi.org/10.32850/LB2414-4207.2023.28.25>
- Schaible L.M., Six M. Emotional strategies of police and their varying consequences for burnout. *Police Q*. 2016. Vol. 19. P. 3–31. <https://doi.org/10.1007/s11896-015-9189-y>

- strategies of police and their varying consequences for burnout. *Police Q*, 19, 3–31. <https://doi.org/10.1177/1098611115604448>
- Schaufeli, W.B., & Enzmann, D. (1998). The burnout companion to study and practice: A critical analysis. Philadelphia: Taylor & Francis, 232. <https://doi.org/10.1201/9781003062745>
- Schaufeli, W.B., Leiter, M.P., & Maslach, C. (2009). Burnout: 35 years of research and practice. *Career Development International*, 14, 204–220. <https://doi.org/10.1108/13620430910966406>
- Shvets, D., Evdokimova, O., & Kornienko, M. (2024). Self-management and the focus of regulation of police combatants. *Insight: the psychological dimensions of society*, 11, 283–299. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-11-15>
- Shvets D. V., & Kisil Z. R. (2023). Aspects of emotional burnout syndrome in employees of the National Police of Ukraine. Directions for the development of psychological sciences in Ukraine and EU countries: Scientific monograph. Riga, Latvia: Baltija Publishing, 58–84. <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-281-4-4>
- Singo C., Shilubane H.N. (2022). How Do Police Officers Cope with Stress? A Qualitative Study. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 37, 984–992 <https://doi.org/10.1007/s11896-022-09556-0>
- Stamm, B. (2010). The Concise ProQOL Manual, 2nd Edn. Pocatello, ID: ProQoL.org. 74. http://www.proqol.org/uploads/ProQOL_Concise_2ndEd_12-2010.pdf
- Syndrome of “professional burnout” and professional career of employees of educational organizations: gender aspects: teaching aids for students of higher education institutions and students of postgraduate institutes (2006). / Scientific editors S. D. Maksymenko, L. M. Karamushki, T.V. Zaychikova. 2nd ed. revised and supplemented. K.: Millennium. 368. <http://uaoppp.com.ua/read/48/>
- Talavera-Velasco, B., Luceño-Moreno, L., Martín-García, J., & García-Albuérne, Y. (2018). Psychosocial risk factors, burnout and hardy personality as variables associated with mental health in police officers. *Frontiers in Psychology*, 9, 1478. <https://doi.org/10.3389/10.1177/1098611115604448>
- Schaufeli W.B., Enzmann D. The burnout companion to study and practice: A critical analysis. Philadelphia: Taylor & Francis, 1998. 232 p. <https://doi.org/10.1201/9781003062745>
- Schaufeli W.B., Leiter M.P., Maslach C. Burnout: 35 years of research and practice. *Career Development International*. 2009. Vol. 14. P. 204–220. <https://doi.org/10.1108/13620430910966406>
- Швець Д., Євдокімова О., Корнієнко М. Самоуправління і фокус регуляції поліцейських-комбатантів. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2024. №11. С. 283–299. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-11-15>
- Швець Д. В., Кісіль З. Р. Аспекти синдрому емоційного вигорання у працівників Національної поліції України. *Directions for the development of psychological sciences in Ukraine and EU countries: Scientific monograph*. Riga, Latvia: Baltija Publishing, 2023. С. 58–84. <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-281-4-4>
- Singo C., Shilubane H.N. How Do Police Officers Cope with Stress? A Qualitative Study. *Journal of Police and Criminal Psychology*. 2022. Vol. 37. P. 984–992 <https://doi.org/10.1007/s11896-022-09556-0>
- Stamm B. The Concise ProQOL Manual, 2nd Edn. Pocatello, ID: ProQoL.org. 2010. 74 p. URL: http://www.proqol.org/uploads/ProQOL_Concise_2ndEd_12-2010.pdf
- Синдром “професійного вигорання” та професійна кар’єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти / За наук. ред. С.Д. Максименка, Л.М. Карамушки, Т.В. Зайчикової. 2-е вид. перероб. та доповн. К.: Міленіум, 2006. 368 с. URL: <http://uaoppp.com.ua/read/48/>
- Talavera-Velasco B., Luceño-Moreno L., Martín-García J., García-Albuérne Y. Psychosocial risk factors, burnout and hardy personality as variables associated with mental health in police officers. *Frontiers in Psychology*. 2018. № 9. P. 1478. [https://doi.org/10.3389/10.1177/1098611115604448](https://doi.org/10.3389/10.3389/10.1177/1098611115604448)

fpsyg.2018.01478

Tsai, L. C. F., Nolasco, C. A. R., & Vaughn, M. S. (2018). Modeling job stress among police officers: interplay of work environment, counseling support, and family discussion with co-workers. *Police Practice and Research*, 19(3). 253–269. <https://doi.org/10.1080/15614263.2017.1342091>

Tyler, T. R., Goff, P. A., & MacCoun, R. J. (2015). The impact of psychological science on policing in the United States: procedural justice, legitimacy, and effective law enforcement. *Psychological Science in the Public Interest*, 16(3), 75–109. <https://doi.org/10.1177/1529100615617791>

Violanti, J. M., Charles, L. E., McCanlies, E., Hartley, T. A., Baughman, P., Andrew, M. E., Fekedulegn, D., Ma, C. C., Mnatsakanova, A., & Burchfiel, C. M. (2017). Police stressors and health: a state-of-the-art review. *Policing: An International Journal*, 40(4), 642–656. <https://doi.org/10.1108/PIJPSM-06-2016-0097>

Violanti, J. M., Mnatsakanova, A., Andrew, M. E., Allison, P., Gu, J. K., & Fekedulegn, D. (2018). Effort-reward imbalance and overcommitment at work: Associations with police burnout. *Police Q*, 21, 440–460. <https://doi.org/10.1177/1098611118774764>

Yareshchenko, O. V. (2019). Professional burnout of employees of the National Police of Ukraine: psychological prerequisites and risks. *Psychological journal*, 9(5), 234–244 <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.9>

fpsyg.2018.01478

Tsai L. C. F., Nolasco C. A. R., Vaughn M. S. Modeling job stress among police officers: interplay of work environment, counseling support, and family discussion with co-workers. *Police Practice and Research*. 2018. Vol. 19(3). P. 253–269. <https://doi.org/10.1080/15614263.2017.1342091>

Tyler T. R., Goff P. A., MacCoun R. J. The impact of psychological science on policing in the United States: procedural justice, legitimacy, and effective law enforcement. *Psychological Science in the Public Interest*. 2015. Vol. 16(3). P. 75–109. <https://doi.org/10.1177/1529100615617791>

Violanti J. M., Charles L. E., McCanlies E., Hartley T. A., Baughman P., Andrew M. E., Fekedulegn D., Ma C. C., Mnatsakanova A., Burchfiel C. M. Police stressors and health: a state-of-the-art review. *Policing: An International Journal*. 2017. Vol. 40(4). P. 642–656. <https://doi.org/10.1108/PIJPSM-06-2016-0097>

Violanti J. M., Mnatsakanova A., Andrew M. E., Allison P., Gu J. K., Fekedulegn D. Effort-reward imbalance and overcommitment at work: Associations with police burnout. *Police Q*. 2018. Vol. 21. P. 440–460. <https://doi.org/10.1177/1098611118774764>

Ярещенко О.В. Професійне вигорання співробітників Національної поліції України: психологічні передумови і ризики. *Psychological journal*. 2019. № 9(5). С. 234–244 <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.9>