

**Бытдаева Яна Геннадьевна**

Магистрант

**Направление:** Психология

**Магистерская программа:** Общая психология и история психологии

**Результаты исследования уровня сформированности  
психологической устойчивости сотрудников ОВД к экстремальным  
ситуациям служебной деятельности**

**Аннотация.** В статье рассматривается специфика экстремальных ситуаций профессиональной деятельности сотрудников полиции и ее влияние на психологическую устойчивость личного состава ОВД. Обосновывается необходимость применения специальных психологических тренингов для повышения психологической устойчивости сотрудников правоохранительных органов.

**Ключевые слова:** экстремальные ситуации, психологическая устойчивость, психокоррекционные мероприятия, психологический тренинг, психологические техники.

Систематическое перенапряжение нервной системы в период несения боевого дежурства, обусловливаемое несением службы в условиях экстремальных ситуаций бойцами ОМОН, способствуют постоянному стрессу у личного состава.

Экстремальные условия всегда являются объективными, они существуют независимо от личности сотрудника, часто возникают внезапно, вызывая психологические трудности в их преодолении. Это вызвано тем, что имеются временные рамки, а чаще время ограничено на определение обстановки; затруднено принятие решений в ситуации неопределенности; сотрудники опасаются реальной угрозы для жизни; затрудняются в выборе адекватных

стратегий и тактик; оказывает влияние сложившиеся неблагоприятные отношения в коллективе.

Экстремальные профессионально-психологические факторы характерны общим воздействием на психику, затрудняющим реализацию обычных, отработанных ранее действий, успешно выполнявшихся в относительно спокойных рабочих условиях.

Проведенный анализ условий работы по выполнению служебных задач сотрудниками правоохранительных органов показал необходимость совершенствования методов формирования психологической устойчивости к фрустрирующему и стрессогенному воздействию экстремальных ситуаций профессиональной деятельности.

Профессиональная деятельность сотрудников ОВД порой «ставит» их в такие условия, при которых необходимо мгновенное, правильное оценивание ситуации и рациональный способ поведения, ведь нередко от этого зависит жизнь человека. Служба в правоохранительных органах связана с необходимостью постоянной работы в режиме большого напряжения и самоотдачи. Эта деятельность связана с высокой степенью риска потери здоровья, а иногда и жизни, требует особого организационного построения и правил межличностного общения, повышенной социальной и профессиональной ответственности, что зачастую приводит к нервно-психическому перенапряжению. Длительное воздействие стрессогенных факторов, наличие постоянной витальной угрозы для жизни, высокая вероятность гибели или ранения, травматизации предъявляют высокие требования не только к уровню профессиональной подготовленности, но и к психологическим качествам личности, обуславливающим психологическую готовность к деятельности в экстремальных условиях [1].

В данном исследовании стресса жизни сотрудника ОВД мы исходили из того, что это явление связано не только с особенностями его профессиональной деятельности. Жизненные события, которые сопровождаются психической напряженностью, могут быть дополнительным источником стресса жизни

офицеров и оказывать влияние на его развитие. Это, в свою очередь, накладывает негативный отпечаток на выполнение сотрудником ОВД функциональных обязанностей. Следовательно, определение причин возникновения стресса жизни необходимо проводить с учетом особенностей различных сфер жизни сотрудников ОВД и влияния разнообразных жизненных событий, которые могут быть источниками стресса.

Профессиональная деятельность сотрудников полиции сопряжена с многочисленными экстремальными ситуациями, специфика которых определяется [2]:

- 1) выполнением служебных обязанностей в условиях, сопряженных с опасностью для жизни;
- 2) особым регламентом служебного времени;
- 3) включенностью в различные управленческие системы: «человек – человек», «человек–человек–машина», «человек–техника», «человек–знак»;
- 4) высокой динамикой социальной и профессиональной мобильности.

Частое пребывание в опасных, а иногда и угрожающих жизни ситуациях требует от этих лиц умения владеть собой, быстро оценивать сложные ситуации и принимать наиболее адекватные решения, что будет способствовать более эффективному выполнению поставленных задач и уменьшению чрезвычайных происшествий и срывов профессиональной деятельности среди личного состава органов внутренних дел.

Неумение сотрудника регулировать психическое состояние и действия приводят к отрицательным, а зачастую и тяжелым последствиям как для него самого, так и для окружающих. Неумение управлять своим поведением снижает способность социально-психологической адаптации личности к данным условиям среды, является серьезной помехой в реализации ее жизненного потенциала.

Напряженные условия и специфический характер оперативно-служебной (боевой) деятельности ОМОН являются предрасполагающим фактором для развития психогенных расстройств и дезадаптивных состояний сотрудников.

Исследование, проведенное в апреле 2015 года с бойцами ОМОН после возвращения из командировки в зону ЧПиЧС, показало недостаточный общий уровень психологической устойчивости сотрудников ОВД к экстремальным ситуациям служебной деятельности.

Так, анализ полученных результатов, позволил сделать следующие выводы:

– несмотря на то, что большинство сотрудников имеют удовлетворительный уровень сопротивляемости стрессу, количество сотрудников с низким уровнем сопротивляемости стрессу, а значит с большей предрасположенностью к нему, достаточно высокое. Разница между данными группами составляет лишь 2%. Уровень нервно-психической устойчивости всех испытуемых – низкий, прогнозируется высокая вероятность нервно-психических срывов;

– большинство сотрудников не склонны к депрессии, однако третья часть испытуемых имеет признаки легкой депрессии;

– средний уровень агрессивности присущ большинству обследуемых, тем не менее, сотрудники с высоким уровнем агрессивности тоже присутствуют в достаточном количестве. К тому же никто из бойцов не имеет низкого уровня агрессивности;

– общий уровень агрессивности и враждебности близок к показателям нормы. При этом среди испытуемых встречаются сотрудники с высоким уровнем агрессивности и враждебности;

– большинство сотрудников имеют средний уровень тревожности с тенденцией к высокому. Низкого уровня тревожности не зафиксировано ни у одного сотрудника.

Таким образом, выявленный недостаточный общий уровень психологической устойчивости сотрудников ОМОН к экстремальным ситуациям служебной деятельности, требует проведение психокоррекционных мероприятий – психологических тренингов, направленных на повышение психологической устойчивости.

Наиболее эффективными методами по формированию психологической устойчивости сотрудников полиции являются следующие специальные тренинги: ситуативно – образная психорегулирующая тренировка, сеанс самовнушения, тренинг – обзор «Стресс-факторы», тренинг «Построение образа своего «Я» [3].

Целесообразность практических занятий, тренингов оправдана существованием психологической закономерности: человек, неоднократно попадавший в трудные условия и справившийся с ними, имеет больше шансов выйти с честью из очередной экстремальной ситуации, чем тот, кто никогда не попадал в них.

Психологическая подготовка сотрудников полиции должна быть направлена на формирование устойчивости к [4]:

- негативным факторам оперативно-служебной деятельности: напряженности, ответственности, риску, опасности, дефициту времени, неопределенности, неожиданности и др.;

- факторам, сильно действующим на психику: виду крови, трупа, телесных повреждений и др.;

- ситуациям противоборства: умение вести психологическую борьбу с лицами, противодействующими предупреждению, раскрытию и расследованию преступлений, противостоять психологическому давлению, манипулированию со стороны, как законопослушных граждан, так и правонарушителей; не поддаваться на провокации и др.;

- конфликтным ситуациям в служебной деятельности: умение проанализировать внутренние причины конфликта, разобраться в закономерностях их возникновения, протекания и способах разрешения конфликтных ситуаций: оскорбление и насилие над личностью, хулиганство, грабеж, убийство, сопротивление представителю власти, вербальная и физическая агрессия и т. д.;

- умение владеть собой в психологически напряженных, конфликтных, провоцирующих ситуациях.

Высокая потребность сотрудников в поиске новых способностей и возможностей противодействию негативным факторам, творческое отношение к себе и окружающей действительности, готовность к освоению приемов психологических техник (нейролингвистическое программирование, психосинтез, группотерапия, социально-психологический тренинг и др.) для регуляции психоэмоциональных состояний позволят преодолевать деструктивное воздействие неблагоприятных жизненных обстоятельств и сформировать устойчивость личности работников правопорядка.

### Литература

1. Кокурин А. Психологическое обеспечение экстремальной деятельности // Развитие личности. 2014. № 4.
2. Беляева Л.И. Психологические особенности экстремальных ситуаций правоохранительной деятельности // Прикладная юридическая психология / Под ред. А.М. Столяренко. М., 2011.
3. Полукарпов С.Б., Туманов В.Д., Кузнецов Д.Ю. Психологический тренинг и подготовка сотрудников ОВД к несению службы в экстремальных условиях. Методические разработки. Домодедово, 2008.
4. Коноплева И.Н. Организация психологической подготовки сотрудников милиции к оперативно-служебной деятельности // Психологическая наука и образование. 2010. № 3 [Электронный ресурс] // Режим доступа: [www.psyedu.ru](http://www.psyedu.ru)