

Захаревская Екатерина Алексеевна

Академия управления МВД России

500.ekaterina@mail.ru

Ekaterina A. Zakharevskaya

Academy of Management of the Ministry of Internal Affairs of Russia,

500.ekaterina@mail.ru

**Использование психомоторных индикаторов
в целях определения стрессоустойчивости сотрудников ОВД**

**The use of psychomotor indicators to determine
the stress resistance of police officers**

***Аннотация.** В данной статье автором обоснована актуальность исследования с точки зрения реализации Стратегии развития кадровой политики в системе МВД России путем повышения качества кадрового потенциала. Перечислены экстремальные факторы профессиональной деятельности, оказывающие значимое влияние на функциональное состояние сотрудников ОВД. Стрессоустойчивость раскрывается в контексте теоретических подходов к пониманию стресса и стресс-преодолевающего поведения. Автором сделан вывод о значимости исследований, направленных на изучение психомоторики, а также определена роль и назначение психомоторных индикаторов в целях определения стрессоустойчивости сотрудников ОВД.*

***Ключевые слова:** психомоторика, психомоторные индикаторы, стресс, стрессоустойчивость, стрессорные реакции, стрессфакторы, стресс-преодолевающее поведение.*

***Abstracts.** The article substantiates the relevance of the study from the point of view of the implementation of the Strategy for the Development of Personnel Policy in the system of the Ministry of Internal Affairs of Russia by improving the quality of personnel potential. The extreme factors of professional activity that have a significant impact on the functional state of employees of the Department of Internal Affairs are listed. Stress tolerance is revealed in the context of theoretical approaches to understanding stress and stress-overcoming behavior. An important conclusion is made about the importance of research aimed at studying psychomotor skills, and the role and purpose of psychomotor indicators for determining the stress resistance of police officers is determined.*

***Key words:** psychomotorics, psychomotor indicators, stress, stress resistance, stress responses, stress factors, stress-overcoming behavior.*

Актуальность исследования связана с реализации Стратегии развития кадровой политики в системе МВД России путем повышения

качества кадрового потенциала, как одного из важнейших ресурсов интенсификации служебной деятельности в Российской Федерации[3].

Проблема стрессоустойчивости сотрудников ОВД является актуальной в связи со спецификой их профессиональной деятельности, которая сопровождается наличием огромного количества экстремальных факторов, к которым относятся:

- высокая степень закрытости организации и строгая регламентированность служебной деятельности; постоянные контакты с представителями криминальной субкультуры;

- хроническая стрессогенность, напряженность повседневной работы;

- психофизические перегрузки, связанные с неустойчивым графиком работы, длительным лишением сна, частыми дежурствами;

- повышенная ответственность при выполнении своих служебных обязанностей;

- экстремальные условия деятельности, высокая эмоциональная насыщенность при дефиците позитивных впечатлений»[6].

Профессиональный стресс вызывается причинами, связанными не только с особенностями профессиональной деятельности, но и с факторами профессиональной среды, интерпретируемыми как источники повышенной напряженности. Для понимания стрессоустойчивости сотрудника ОВД необходимо раскрыть природу стрессовых реакций, которые делятся на физиологические, поведенческие, эмоциональные, интеллектуальные. В частности, физиологические стрессовые реакции делятся на:

- субъективные переживания человека, испытывающего стресс (боли в сердце и органах, затруднение при дыхании, напряжение в мышцах, неприятные ощущения в области пищеварительных органов);

- объективно определяемые изменения в отдельных системах органов (изменение сосудистого тонуса, повышение артериального давления);

- нарушение комплексных физиологических функций (ослабление иммунитета, повышенная утомляемость, быстрое изменение массы тела).

К поведенческим стрессовым реакциям относят нарушение психомоторики (избыточное напряжение мышц, изменение ритма дыхания, дрожание голоса);

- изменение образа жизни (нарушение режима дня, нарушение сна, отказ от полезных привычек);

- нарушения социально-ролевых функций (возрастание конфликтности, повышение агрессивности, меньший учет социальных норм и стандартов) [6].

Эмоциональные стрессовые реакции проявляются в общем эмоциональном фоне, который приобретает негативный, пессимистический оттенок (раздражительность, депрессивность, агрессия, гнев, возможны аффективные состояния). Интеллектуальные признаки

стресса связаны со снижением мыслительного потенциала, в целом, загруженностью сознания, поиском причин стресса и выхода из него, что приводит к нарушению свойств и процессов внимания и памяти при выполнении служебных задач[2].

В рамках ряда авторских исследований[2; 3; 4], мы экспериментально исследуем индивидуально-психологические особенности психомоторных индикаторов для оценки состояния стресса. Изучение психомоторной активности рук личности в моделируемых условиях графической деятельности проводилась с помощью разработанного теста «Спираль со звуковым сигналом». Для регистрации психофизиологических сигналов использовался профессиональный комплекс программно-методического обеспечения «Эгоскоп», который обеспечивает новый уровень психологической и психофизиологической диагностики за счет оригинальной инновационной технологии, включающей в себя автодокументирование процесса тестирования и пиктополиграфию – синхронный анализ моторики руки испытуемого и регистрируемых психопсихофизиологических показателей.

Как показали наши исследования [2; 3; 4], релевантными психофизиологическими показателями проявления психомоторной активности при выполнении графической деятельности в моделируемых условиях при переходе *от фазы покоя к фазе воздействия* являются:

- снижение активации центральной нервной системы и эмоционально-вегетативных реакций на фоне активации центральной нервной системы и эмоционально-вегетативных реакций на фоне активации психомоторных реакций;

- при переходе *к фазе восстановления* имеет место активация центральной нервной системы, изменения параметров сердечно-сосудистой, вегетососудистой и дыхательных систем организма.

Степень возврата к изначальному функциональному состоянию характеризует качество восстановительных реакций, уровень компенсаторных возможностей центральной нервной системы. Максимальный восстановительный потенциал выявлен у испытуемых в случае возвращения их психофизиологических параметров к исходным значениям – фаза покоя.

Стрессоустойчивость сотрудников ОВД как индивидуальная устойчивость к стрессу выполняет «буферную функцию», нейтрализуя действие объективных имеющихся стрессоров профессиональной среды, что позволяет сохранять высокое психическое и соматическое здоровье даже в случае долговременных профессиональных стрессоров.

Литература

1. Бодров В.А. Система психической регуляции стрессоустойчивости человека-оператора / В.А. Бодров, А.А. Обознов // Психологический журнал. - 2000. - Т. 21. № 4. С. 32-40.

2. Захаревская Е.А. Роль психомоторики в адаптации курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России к условиям

профессиональной деятельности// «Актуальные проблемы адаптации курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России к условиям профессиональной деятельности».

3. Захаревская Е.А. Экспериментальное исследование взаимосвязи индивидуально-личностных особенностей и почерка как комплексного психомоторного навыка// *Познание*.2018.№10.С.16-18.

4. Захаревская Е.А. Экспериментальное исследование взаимосвязи показателей психомоторной активности с типологическими особенностями личности// *Азимут научных исследований: Психология и педагогика*.2018.№2-3.С.291-295.

5. Мерлин В.С. Психология индивидуальности. Избранные психологические труды / Под ред. Е.А.Климова. Москва-Воронеж, 1996.

6. Кузнецова Е.В., Петровская, В.Г., Рязанцева С.А. Психология стресса и эмоционального выгорания: учебное пособие для студентов факультета психологии. - Новосибирск : Немо Пресс, 2012. - 94 с.

References

1. Bodrov V. A. *Information stress*. - M.: Per Se., 2000. - 352 p. 2. Bodrov V. A. *System of mental regulation of stress resistance of the human operator* / V. A. Bodrov, A. A. Oboznov // *Psychological Journal*. - 2000. - Vol. 21. No. 4. pp. 32-40.

2. Zakharevskaya E. A. *The role of psychomotorics in the adaptation of cadets and listeners of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia to the conditions of professional activity* // "Actual problems of adaptation of cadets and listeners of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia to the conditions of professional activity".

3. Zakharevskaya E. A. *Experimental study of the relationship of individual-personal characteristics and handwriting as a complex psychomotor skill*// *Cognition*. 2018. No. 10. p. 16-18.

4. Zakharevskaya E. A. *Experimental study of individual properties of psychomotor activity in the context of the level organization of personality*// *Scientific review. Series 2. Humanities*. 2018. No. 2-3. p. 129-136.

5. Merlin B. C. *Psychology of individuality. Selected psychological works* / Ed. by E. A. Klimov. Moscow-Voronezh, 1996.

6. Kuznetsova E. V., Petrovskaya, V. G., Ryazantseva S. A. *Psychology of stress and emotional burnout: a textbook for students of the Faculty of Psychology*. Novosibirsk: Nemo Press, 2012. - 94 p.