

616.89

К66



СЕВЕРНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

М.В. Корехова, А.Г. Соловьев, И.А. Новикова

**ПСИХИЧЕСКАЯ ДЕЗАДАПТАЦИЯ СОТРУДНИКОВ
ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ: ПРИЗНАКИ,
ФАКТОРЫ, ПРОФИЛАКТИКА**

Северный государственный медицинский университет

М.В. Корехова, А.Г. Соловьев, И.А. Новикова

**ПСИХИЧЕСКАЯ ДЕЗАДАПТАЦИЯ СОТРУДНИКОВ
ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ: ПРИЗНАКИ,
ФАКТОРЫ, ПРОФИЛАКТИКА**

Методические рекомендации

Архангельск
2013

616.89
К66

616.89-057.36(092)

Печатается по решению центрального
координационно-методического совета
Северного государственного
медицинского университета

Авторы:

М.В. Корехова, ассистент кафедры психиатрии и клинической психологии Северного государственного медицинского университета

А.Г. Соловьев, д.м.н., профессор, заведующий кафедрой психиатрии и клинической психологии Северного государственного медицинского университета

И.А. Новикова, д.м.н., профессор, ведущий научный сотрудник отдела ментальной медицины ЦНИЛ Северного государственного медицинского университета

Северный Государственный
медицинский университет

Рецензенты:

Ю.Е. Барачевский, д.м.н., доцент, заведующий кафедрой мобилизационной подготовки здравоохранения и медицины катастроф Северного государственного медицинского университета;

Н.Н. Симонова, д.психол.н., доцент, заведующая кафедрой психологии Института педагогики и психологии Северного (Арктического) федерального университета имени М.В. Ломоносова

В методических рекомендациях рассмотрены различные подходы к понятию психической дезадаптации личности; представлена характеристика специфики профессиональной деятельности в правоохранительных органах. Проанализированы особенности признаков и факторов психической дезадаптации сотрудников правоохранительных органов; предложены направления психологического обеспечения профилактики психической дезадаптации у сотрудников правоохранительных органов.

Предназначены для студентов психологических и медицинских специальностей вузов.

518115

© Северный государственный
медицинский университет, 2013

518115

Оглавление

Введение	4
Понятие психической дезадаптации личности	5
Специфика профессиональной деятельности в правоохранительных органах	10
Признаки и факторы психической дезадаптации сотрудников правоохранительных органов	15
Направления психологического обеспечения профилактики психической дезадаптации у сотрудников правоохранительных органов	25
Способ определения риска возникновения	36
Психической дезадаптации у сотрудников органов внутренних дел.....	36
Заключение	33
Список литературы	35
Приложение «Способ определения риска возникновения психической дезадаптации у сотрудников органов внутренних дел».....	36

Введение

Профессиональная деятельность сотрудников правоохранительных органов является эмоционально напряженным видом деятельности, сопровождающимся значительными психическими и физическими нагрузками. Она характеризуется повышенным риском для здоровья и наиболее высокими уровнями профессионального стресса. Экстремальные условия деятельности сотрудников правоохранительных органов (разрешение вооруженных конфликтов, командировки в Северо-Кавказский регион, контртеррористические операции и т.п.) могут возникать под воздействием криминальных чрезвычайных обстоятельств, а также некриминальных чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и био-социального характера [11].

Выполняя оперативно-служебные и служебно-боевые задачи в условиях, сопряженных с риском для жизни и здоровья, сотрудники правоохранительных органов, могут быть отнесены к группе риска возникновения стрессовых состояний и, как следствие, развития психической дезадаптации, приводящей к социально-психологическим нарушениям жизнедеятельности, неблагоприятным изменениям личности, которые в дальнейшем отрицательно сказываются на состоянии здоровья, служебных взаимоотношениях, семейно-бытовой сфере личного состава, увеличивают риск самоубийств.

К настоящему времени накоплены данные по различным аспектам проблемы психической адаптации сотрудников правоохранительных органов в экстремальных условиях служебной деятельности [10]. Изучены отдельные факторы, способствующие развитию нарушений адаптации личности при различных травмирующих ситуациях (семейные, социально-психологические, личностные). Однако отсутствуют исследования, раскрывающие взаимосвязи между спецификой служебной деятельности сотрудников правоохранительных органов, с одной стороны, и признаками и факторами психической дезадаптации, с другой. Слабая научная проработанность вопросов комплексной оценки факторов, форм и признаков психической дезадаптации с учетом характера служебной деятельности обуславливает проблему недостаточно высокой эффективности профилактических мероприятий, психологического обеспечения служебной деятельности сотрудников правоохранительных органов.

Понятие психической дезадаптации личности

Одна из характерных примет нашего времени состоит в необходимости выполнения профессиональных обязанностей в экстремальных условиях, в состоянии повышенной психической напряженности.

Основным путем приспособления человека к стрессогенным условиям жизнедеятельности является адаптация. В широком смысле термин «адаптация» (adaptation) означает приспособление к условиям внешней и внутренней среды.

В соответствии со структурно-уровневой концепцией психическая адаптация представляет собой сложный процесс, обусловленный структурно-уровневой организацией психики. Психическая адаптация является результатом функционирования психофизиологической (биологической), индивидуально-личностной (психологической), социальной (личностно-средовой) подструктур. В зависимости от степени функционирования этих подструктур психическая адаптация может проявляться на разных уровнях континуума: психическая адаптация – психическая дезадаптация. Социальный уровень дезадаптации характеризуется неадекватностью реагирования, аффективными вспышками и изоляцией, психологический – заострением черт характера, ригидностью, эмоциональной напряженностью, неадекватной самооценкой, психофизиологический уровень – физической слабостью, невротическими реакциями, снижением иммунитета, стереотипными двигательными реакциями.

Дезадаптация рассматривается как один полюс дихотомии «адаптация – дезадаптация», являясь одной из важнейших характеристик, свойств и состояний человеческого организма, субъекта личности, определяющих характер жизнедеятельности целостной личности. Поскольку адаптация в психологии признается как биологическое, психологическое, социальное приспособление человека к внутренним и внешним условиям существования индивида и рассматривается как условие нормальной жизнедеятельности, то дезадаптация выражается в деформации биологических, психологических и социальных механизмов жизнедеятельности человека. Дезадаптацию можно также рассматривать как одну из форм адаптации, а именно неполной или неуспешной адаптации. Она возникает в результате того, что требо-

вания ситуации превышают ресурсные возможности системы по их удовлетворению, системные связи между компонентами, обеспечивающие их согласованную деятельность, на каких-то этапах ослабевают или распадаются.

Психическая дезадаптация имеет конкретные внешние и внутренние проявления на различных уровнях организации жизнедеятельности личности. К внешним признакам дезадаптации относятся: соматические заболевания, психосоматические и нервно-психические расстройства, поведенческие отклонения, снижение продуктивности деятельности, межличностные конфликты, семейные проблемы, правовые деликты и пр. В группу внутренних проявлений дезадаптации входят: ухудшение общего самочувствия и удовлетворенности различными аспектами жизни, тревожно-депрессивные и эмоциональные расстройства, снижение продуктивности саморегуляции, когнитивные искажения, мотивационные нарушения, снижение профессиональной мотивации и др.

Проблема дезадаптации личности изучается с различных позиций. С позиции медицинской психологии дезадаптация личности обусловлена нервно-психическими расстройствами, нарушениями высших психических функций, нарушениями мотивационной сферы человека, психопатоподобными состояниями; с педагогической точки зрения – дезадаптация личности рассматривается в связи с проблемой трудновоспитуемости; с социальной позиции – как результат воздействия социальных факторов.

Термин «дезадаптация», согласно медицинскому подходу, рассматривается как процесс, протекающий вне патологии и связанный с отвыканием от одних привычных условий жизни и привыканием к другим; как нарушения, выявляемые при акцентуациях характера; как наличие преневротических нарушений и невротических состояний.

С позиции социально-психологического подхода дезадаптация рассматривается как процесс нарушения гомеостатического равновесия личности и среды, нарушение приспособления индивида в силу действия тех или иных причин; как нарушение, обусловленное несоответствием врожденных потребностей личности ограничивающему требованию социальной среды.

Результатом социально-психологической дезадаптации является

состояние дезадаптированности личности. Выделяют три вида дезадаптированности личности:

1) устойчивая ситуативная дезадаптированность, которая имеет место тогда, когда личность не находит путей и средств адаптации в определенных социальных ситуациях;

2) временная дезадаптированность, которая устраняется с помощью адекватных адаптивных мероприятий, социальных и внутриспсихических действий, что соответствует неустойчивой адаптации;

3) общая устойчивая дезадаптированность, являющаяся состоянием фрустрированности, наличие которого активизирует становление патологических защитных механизмов.

С позиции онтогенетического подхода к исследованию механизмов дезадаптации особое значение имеют кризисные, переломные моменты в жизни человека, когда происходит резкое изменение ситуации его социального развития, вызывающее необходимость реконструкций сложившегося типа адаптивного поведения.

К проявлениям психической дезадаптации относят психические расстройства нозологического и донозологического уровня, возникающие вследствие пребывания в экстремальных условиях.

На возникновение психической дезадаптации влияет множество факторов, которые рассматриваются как причины возникновения тех или иных отклонений.

Особенности профессиональной деятельности человека являются важным фактором, способным привести к психической дезадаптации.

Выделяют три варианта существования человека в профессии: 1) адаптивно-репродуктивный – реализует значительное число специалистов массовых профессий; специалисты достаточно успешно справляются с нормативными профессиональными функциями в основном путем упрощения реальных трудовых ситуаций; 2) адаптивно-деформирующий – с одной стороны, в отличие от адаптивно-репродуктивного варианта его представителям свойственна высокая ценностная погруженность в свой труд, с другой – они зачастую «закрываются» для иных сфер жизни; 3) дезадаптивно-деформирующий – при котором формируется «психическое выгорание», являющееся проявлением полного регресса профессионального развития, поскольку затрагивает личность в целом, разрушая ее и ока-

зывая негативное влияние на эффективность трудовой деятельности, вызывая стойкую неудовлетворенность последней [4].

В настоящее время высокий темп общественной жизни, затрагивающий все сферы жизнедеятельности современного человека, задает жесткие требования к способности адаптации к постоянно изменяющейся социальной среде, к повышенной стрессоустойчивости среди работников различных профессий. Считается, что к категории лиц, наиболее подверженных опасности развития профессионального стресса, после шахтеров относят полицейских.

Профессиональная деятельность человека может быть осложнена воздействием стрессоров разной природы: организация и содержание профессиональной деятельности, профессиональная карьера, оплата труда, взаимоотношения на работе [7].

Выделяют следующие причины возникновения стресса на рабочем месте: конфликт между выполнением и невыполнением работы; несовместимость различных наборов налагаемых на работников обязанностей; ролевая неоднозначность; недостаточная или чрезмерная загруженность на работе; ответственность за других [3].

Профессиональный стресс оказывает серьезное влияние на физическое и психическое здоровье человека. К негативным последствиям стресса относятся: снижение работоспособности, ухудшение качественных и количественных показателей работы; снижение адаптационных возможностей организма; личностные деформации и стресс-синдромы (переживание одиночества, выгорания, депрессии, хронической усталости и др.); болезни адаптации (язвенная болезнь желудка, инфаркт миокарда, гипертония, бронхиальная астма и др.).

В предотвращении психической дезадаптации очень значима социальная поддержка семьи и близких людей. Благоприятный семейный климат, взаимопонимание и поддержка близких оказывают положительное влияние на состояние здоровья человека, и наоборот, постоянная напряженная семейная обстановка неблагоприятно сказывается на здоровье. Негативная эмоциональная окраска внутрисемейных отношений влечет за собой отчетливое нарастание уровня психопатологической симптоматики. При этом холодные, безразличные, отчужденные внутрисемейные отношения оказывают более выраженное повреждающее воздействие на психику, чем отношения конфликтные, неровные и часто обостряющиеся.

В настоящее время специалисты все больше склоняются к мысли о преобладающем значении личностного фактора и считают, что стрессовые события сами по себе очень редко становятся причиной развития различных нарушений. Только в сочетании с внутренними и внешними факторами стрессоры приводят к неудачной адаптации и, как следствие дезадаптации личности. На психологическом уровне отмечается наличие определенных личностных черт характера, склонных к негативным дезадаптивным формам поведения. К таким психологическим особенностям личности относятся: эмоциональная неуравновешенность, агрессивность, высокая тревожность, низкие моральная нормативность и стрессоустойчивость [1].

Такие свойства и качества личности, как целеустремленность, ответственность, настойчивость, уверенность в действиях, устойчивость к внешним воздействиям, коммуникабельность, обеспечивают и адекватное протекание пассивной адаптации, и активное противодействие адаптогенным влияниям, защиту от них или их устранение, то есть выбор цели и стратегии ее достижения.

При рассмотрении последствий нарушения психической дезадаптации стратегия совладания со стрессом (копинг) становится патогенетически значимой переменной и потенциальной мишенью для психопрофилактических и психокоррекционных вмешательств.

Идея копинга преимущественно связывается с именем Р. Лазаруса. Он определял механизмы совладания как стратегию действий в ситуациях психологической угрозы. Р. Лазарус неоднократно подчеркивал, что способность преодолевать стресс в большинстве случаев более важна, чем природа, величина и частота стрессового воздействия. Несмотря на высокую степень ситуативной специфичности копинга, то есть возможности его исследования лишь в соотношении с конкретной ситуацией (стрессором), для лиц с нарушениями психической адаптации (либо предрасположенных к нарушениям психической адаптации) характерны определенные стилистические тенденции, актуализирующиеся в стрессовых ситуациях и проявляющиеся на когнитивном, эмоциональном и поведенческом уровнях [2].

Выделяют механизмы и факторы нарушения психической адаптации:

- искаженное восприятие, неадекватность в интерпретации и оценивании различных параметров ситуации, как на уровне общей тенденции, так и в отношении специфических стрессоров;

- неадекватное восприятие или недостаточность внешних и внутренних ресурсов для преодоления стресса;
- ограниченный репертуар копинг-стратегий (отсутствие необходимых навыков проблемно-разрешающего поведения, неполное представление о возможных вариантах поведения в проблемных ситуациях и т.п.) и отсутствие навыков выбора наиболее эффективных стратегий поведения в соответствии с параметрами ситуации;
- неадекватное оценивание результатов копинга, последствий осуществленных действий, их эффективности, возможности и необходимости коррекции.

В возникновении психической дезадаптации личности значимую роль играет зависимое поведение. Различные формы зависимого поведения имеют тенденцию сочетаться и переходить друг в друга, что доказывает общность механизмов их функционирования. Зависимое поведение не обязательно приводит к заболеванию или смерти, но закономерно вызывает личностные изменения и социальную дезадаптацию. Проявляются типичные социально-психологические изменения, сопровождающие формирование аддикции.

Таким образом, психическая дезадаптация представляет собой сложный непрерывный процесс, обусловленный структурно-уровневой организацией психики. На возникновение и развитие психической дезадаптации личности влияют профессиональные, социальные и индивидуально-психологические факторы.

Специфика профессиональной деятельности в правоохранительных органах

Профессиональная деятельность сотрудников правоохранительных органов относится к типу «человек – человек», имеющему дело с социальными системами, сообществами и людьми разного возраста.

В системе исполнительной власти правоохранительные органы представляют собой наиболее многочисленную структуру, принимающую участие в охране правопорядка, борьбе с преступностью и контактирующую с гражданским населением. Вся деятельность полиции представляет собой сложное переплетение человеческих взаимосвязей и отношений. Сотрудникам приходится иметь дело с наиболее

трудным в социальном отношении контингентом, для которого характерно наличие асоциальных установок, неуправляемость, агрессивность, скрытый характер преступной деятельности, противоборство и враждебное отношение к представителям власти.

Служебная деятельность в системе органов внутренних дел (ОВД) предъявляет особые требования к профессионализму и личности сотрудников, которые включают в себя наличие соответствующего образовательного уровня, навыков коммуникативного общения, нервно-психической устойчивости, а также морально-нравственные качества и адекватные социальным нормам правовые ориентации. Проблема укрепления служебной дисциплины и законности в ОВД имеет непреходящую актуальность и требует постоянного анализа и осмысления [1].

Сотрудники ОВД традиционно относятся к категории лиц с профессионально высоким уровнем эмоционально-стрессовых нагрузок, так как на них воздействует большое количество факторов, связанных со спецификой служебной деятельности. Так, выполнение функциональных обязанностей сопряжено с повышенной ответственностью сотрудников за свои действия. Несение службы нередко происходит в ситуациях с непредсказуемым исходом, характеризуется недостаточной определенностью ролевых функций, психическими и физическими перегрузками, необходимостью общаться с самым разнообразным контингентом граждан и требует от сотрудника решительных действий и способности пойти на риск. Эти специфичные особенности профессиональной деятельности оказывают значительное влияние на личностные характеристики ее представителей.

Деятельность сотрудников ОВД характеризуется такими специфическими профессиональными особенностями, как правовая регламентация деятельности, наличие властных полномочий, постоянное противоборство и противодействие заинтересованных лиц, большая коммуникативность, дефицит времени и наличие перегрузок в работе.

В деятельности сотрудников ОВД выделяют несколько характеристик: деятельность является разновидностью государства; деятельность строится на принципах законности, гуманизма, уважения прав человека и гласности; деятельность проходит в условиях конспирации и необходимости сохранения сотрудниками служебной тайны; деятельность характеризуется экстремальностью, связанной с наличием

различных стресс-факторов (повышенная ответственность, опасность для здоровья) и психическими перегрузками в работе [8].

К экстремальным факторам профессиональной деятельности сотрудников ОВД относятся: обстановочные и деятельностные.

Материально-обстановочные экстремальные факторы: необычность, нестандартность обстановки, сопряженные с новизной, незнакомостью и непонятностью для человека; внезапность, неожиданность, быстрота и радикальность происходящих в обстановке перемен; дискомфортные условия.

Экстремальные социально-обстановочные факторы: фактор наблюдаемых человеческих потерь, лишений, разрухи; фактор угрозы жизни, здоровью сотрудника активно проявляется при чрезвычайных обстоятельствах и применении преступниками оружия и физической силы; фактор общей дезорганизации жизни на территории, в городе, на дороге и пр., необычного поведения граждан (паника, толпы, беженцы, истерия, агрессивность).

Экстремальные деятельностные факторы: фактор понимания необходимости личного вмешательства в решение трудной задачи, необходимости личного проявления большого напряжения, ответственности, долга, смелости, полной мобилизации сил и возможностей; фактор больших и длительных нагрузок при отсутствии адекватного отдыха; фактор большой цены ошибки, если она будет допущена сотрудником; фактор опасности и риска для здоровья, жизни граждан, находящихся в зоне событий, а также успеха действий своих коллег, собственных действий; фактор дефицита времени и др.

Самое важное требование к личности сотрудников ОВД – обладание развитыми профессионально значимыми качествами личности. К ним относят: профессионально-психологическую ориентированность личности; психологическую устойчивость; развитые волевые качества (умение владеть собой в сложных ситуациях, смелость, мужество, разумную склонность к риску); хорошо развитые коммуникативные качества; способность оказывать психологическое воздействие на людей при решении различного рода оперативно-служебных задач; ролевые умения, способность к перевоплощению; развитые профессионально значимые познавательные качества; профессионально развитое мышление, склонность к напряженной умственной

работе, сообразительность, развитую интуицию; быстроту реакции, умение ориентироваться в сложной обстановке.

Выполнение сотрудниками ОВД служебно-боевых задач оказывает негативное воздействие на их психику и приводит к нарастанию депрессивной симптоматики, агрессивному поведению, увеличению количества суицидов и грубым нарушениям дисциплины; у участников спецопераций ухудшаются межличностные и семейные отношения.

К факторам профессиональной адаптации сотрудников ОВД относятся такие показатели, как возраст, стаж, психологические характеристики (психическое напряжение, тревожность, фрустрация, агрессия, ригидность, саморегуляция, стремление к совершенству, адаптационный потенциал личности), субъективное значение деятельности, энергетические затраты, профессиональные притязания, дистанция на работе, успешность деятельности, удовлетворенность жизнью, социальная поддержка, социализация [11].

В структуре ОВД можно выделить два вида профессиональных профилей: подразделение по оперативно-розыскной деятельности (ПОРД) и подразделение по охране общественного порядка (ПООП). Несмотря на различия ПОРД и ПООП, важно подчеркнуть, что они не являются автономными структурами в системе ОВД, а представляют собой часть единого полицейского аппарата.

Оперативно-розыскная деятельность является ведущей для сотрудников уголовного розыска, подразделений по борьбе с экономическими преступлениями и организованной преступностью, оперативно-поисковых подразделений, отделов по борьбе с незаконным оборотом наркотиков и некоторых других служб. Основными задачами ПОРД являются: выявление, предупреждение, пресечение и раскрытие преступлений, по делам о которых производство предварительного следствия обязательно, организация и осуществление розыска лиц, скрывающихся от органов дознания, следствия и суда, уклоняющихся от исполнения уголовного наказания, без вести пропавших и иных лиц в случаях, предусмотренных законодательством Российской Федерации.

Предварительное следствие предполагает сбор, проверку и оценку доказательств в целях раскрытия преступлений (осмотр трупа, освидетельствование, обыск, выемка и др.). Также имеются строгие сроки предварительного исследования – не более 2 месяцев.

Выполнение специалистом своих должностных обязанностей требует от него наличия следующих психологических качеств и умений:

- способности решать профессиональные задачи в ситуациях, сопровождающихся высокой степенью личного риска и опасности для жизни;
- готовности к ситуациям силового (включая огневое) единоборства с преступниками;
- повышенной ответственности за свои действия («отсутствие права на ошибку»);
- способности к интенсивной межличностной коммуникации с асоциальными и криминальными личностями;
- высокой психофизиологической выносливости, связанной с отсутствием фиксированного рабочего времени (средняя продолжительность рабочего дня составляет 10-12 часов, часто бывает 7-дневная рабочая неделя, ночные выезды на задержание преступника и т.п.);
- способности выдерживать длительное эмоциональное напряжение, тревожные состояния, чувство страха, неопределенности, невозможности поделить свои сомнения с близкими и т.п.;
- постоянной интеллектуальной активности (анализ непрерывно меняющейся информации, удержание в памяти большого количества фактов; принятие решений в условиях дефицита времени и информационной неопределенности);
- способности к ролевому перевоплощению, умения выдавать себя за других людей, искусно разыгрывать роли различных социальных и профессиональных типов.

Деятельность по охране общественного порядка и безопасности. Общая характеристика этой деятельности – целенаправленное наблюдение и пресечение правонарушений в общественных местах.

Для сотрудников ПООП важны следующие личностные качества: интерес к человеку, его переживаниям, уверенность в себе, настойчивость, способность к противодействию нарушителям правопорядка; хорошая спортивная подготовка; уверенное владение табельным огнестрельным оружием; наблюдательность; активная личностная позиция; оперативность в принятии решений; требовательность; контроль над агрессивностью и др.

Профилактика развития различной патологии у сотрудников ОВД является важнейшей задачей не только ведомственного здравоохранения, но и всех заинтересованных структур: руководителей, психологов, кадрового аппарата.

В настоящее время в связи с реформированием системы Министерства внутренних дел России большое значение уделяется морально-психологическому обеспечению служебной деятельности, направленному на формирование, поддержание и восстановление морально-психологического состояния личного состава, обеспечивающего успешное выполнение оперативно-служебных задач.

Таким образом, профессиональная деятельность сотрудников правоохранительных органов имеет свои отличительные характеристики. Выполнение функциональных обязанностей сопряжено с повышенной ответственностью сотрудников за свои действия, несение службы нередко происходит в ситуациях с непредсказуемым исходом, характеризуется недостаточной определенностью ролевых функций, психическими и физическими перегрузками, необходимостью общаться с самым разнообразным контингентом граждан, и требует от сотрудника решительных действий и способности пойти на риск. Эти специфические особенности профессиональной деятельности оказывают значительное влияние на личностные характеристики ее представителей.

Признаки и факторы психической дезадаптации сотрудников правоохранительных органов

Деятельность сотрудников правоохранительных органов протекает нередко в напряженных, конфликтных ситуациях, опасных для жизни обстоятельствах, связанных с применением оружия. Даже штатные ситуации служебной деятельности, такие как проверка документов, замечание в адрес нарушителя правил дорожного движения, разведывательный опрос, профилактическая беседа, очная ставка, допрос, наполнены психическим напряжением. С другой стороны, есть данные о том, что сами сотрудники ОВД воспринимают свою профессиональную деятельность как умеренно стрессогенную, что может объясняться адаптацией к характеристикам деятельности.

Многочисленные исследования свидетельствуют о том, что повышение эффективности работы правоохранительных ведомств, возможно, прежде всего при наличии точных и обоснованных знаний о психологических процессах людей, исполняющих свой профессиональный долг в экстремальных условиях повышенного риска.

Продолжительный стресс, состояние физического, психического и эмоционального истощения, вызываемого длительной включенностью в ситуации, содержащие высокие эмоциональные требования, участие в командировках в Северо-Кавказский регион, становятся причиной снижения адаптационных механизмов сотрудников ОВД и, как следствие, приводят не только к снижению показателей в профессиональной деятельности, повышенной заболеваемости личного состава подразделения, но и к профессиональной деформации, влекущей за собой девиантное поведение сотрудников, выражающееся в совершении сотрудниками должностных проступков, правонарушений и преступлений, злоупотреблении спиртными напитками, употреблении наркотических средств, суицидах.

Участие в боевых действиях относится к числу травматических ситуаций. На войне человек не только является свидетелем насилия, но и его активным участником; и то, и другое служит источником травматических переживаний. Чрезмерные нервно-психические и физические нагрузки в условиях ведения боевых действий достаточно быстро вызывают у подавляющего большинства сотрудников различные дезадаптационные нарушения.

Выделяют два типа травматических ситуаций: краткосрочное, неожиданное травматическое событие (тип 1); постоянное и повторяющееся воздействие травматического стрессора – серийная травматизация или пролонгированное травматическое событие (тип 2) [9]. Многие из сотрудников ОВД, оказавшиеся в экстремальных условиях, демонстрируют растерянность, особенно в опасных ситуациях для жизни и здоровья.

Нарушения, развивающиеся после пережитой психической травмы, затрагивают все уровни человеческого существования (физиологический, личностный, уровень межличностного и социального взаимодействия), между которыми в реальности происходит непрерывное сложное взаимодействие, приводят к стойким личностным изменени-

ям не только у людей, непосредственно переживших стресс, но и у очевидцев, членов их семей.

Специфика переживаемых человеком стрессовых состояний в боевой обстановке выражается прежде всего в их интенсивности. При этом чем выше интенсивность боевого стресса, тем больше вероятность деформации адаптационных механизмов, то есть возникновения посттравматического стрессового расстройства (ПТСР).

Выделяют три основные группы симптомов ПТСР: 1) чрезмерное возбуждение (включая вегетативную лабильность, нарушение сна, тревогу, навязчивые воспоминания, фобическое избегание ситуаций, ассоциирующихся с травматической); 2) периодические приступы депрессивного настроения (притупленность чувств, эмоциональная оцепенелость, отчаяние, сознание безысходности); 3) черты истерического реагирования (параличи, слепота, глухота, припадки, нервная дрожь).

К возникновению ПТСР приводит сочетание трех групп факторов: 1) характеристики травматического события: тяжесть травмы, уровень контроля, степень неожиданности; 2) защитные факторы (способность к осмыслению произошедшего; наличие социальной поддержки; механизмы совладания, в т.ч. возможность говорить с кем-то о травме); 3) факторы риска (возраст к моменту травматизации; отрицательный прошлый опыт; психические расстройства в анамнезе; низкий интеллект; социоэкономический уровень).

У определенной части личного состава развитие болезненных психопатологических состояний связано с психической травматизацией в процессе несения службы при чрезвычайных обстоятельствах; часть личного состава испытывает заметные психологические проблемы, как в период непосредственного воздействия экстремальных факторов, так и в период реадаптации к обычным условиям несения службы.

Сотрудники, столкнувшись с травматической ситуацией не всегда в состоянии найти конструктивный способ выхода из сложной ситуации. Алкоголь при чрезмерном психоэмоциональном напряжении может употребляться в качестве защитного средства. Когда алкоголь становится привычным средством снятия стресса, возникшая социально-психическая дезадаптация личности усугубляется, приближая кризисное состояние, следствием которого является суицидальное поведение сотрудника ОВД.

Каждый пятый ветеран локальных конфликтов имеет признаки ПТСР, а симптомы субклинического уровня обнаруживаются у всех.

Процесс переживания и преодоления травматического стресса многомерен, он определяется биологическими и генетическими факторами, уровнем образования, параметрами самого травматического стрессора и наличием предшествующей аналогичной травматизации, наличием социальной поддержки и адекватным функционированием семейной структуры.

Выраженность посттравматического стресса у сотрудников ОВД связана с нарушениями в семейной системе. Так, для лиц с высоким посттравматическим стрессом характерна низкая удовлетворенность браком, более выраженные нарушения процесса воспитания и личностные проблемы родителя, решаемые за счет ребенка.

Специфика разных профилей профессиональной деятельности оказывает значительное влияние на личностные характеристики ее представителей, а также может рассматриваться как фактор развития психической дезадаптации. Особенности разных подразделений правоохранительных органов приводят к изменению личностных характеристик и поведения сотрудников. Сотрудники подразделений оперативно-розыскной деятельности имеют более низкие адаптационные способности, чаще проявляют беспокойство, тревожность, напряженность, у них выше предрасположенность к возникновению сердечно-сосудистых заболеваний, профессиональному выгоранию и ниже устойчивость к стрессам по сравнению с сотрудниками подразделения охраны общественного порядка [6].

Сотрудники криминальной милиции и милиции общественной безопасности имеют существенные различия по акцентуациям характера, локусу контроля, установочному поведению в конфликтной ситуации, реагированию на стресс. Так, первые более отзывчивые, общительные, гибкие и добрые, сообразительные, проницательные, собранные, беспечные, совестливые, склонны к высокому самоконтролю поведения, экстравертированы, интернальны в области производственных и межличностных отношений, а вторые – более самодостаточны, педантичны, дистимны и тревожны. Воздействие данного фактора может быть настолько сильным, что способно привести к дезадаптационным нарушениям личности [11].

На возникновение и развитие психической дезадаптации также влияет стаж профессиональной деятельности. С увеличением стажа работы происходит постепенное накопление психической напряженности в структуре личности сотрудника, а также увеличивается риск возникновения заболеваний органов дыхания, нервной и костно-мышечной системы. При значительной продолжительности службы в ОВД у сотрудника отмечается привыкание, следствием чего является либо равнодушие, либо раздражительность, нетерпимость, неуважение к гражданам. У сотрудников со стажем свыше 15 лет повышается риск профессионального выгорания и дезадаптации [5, 11]. В связи с этим, для предупреждения профессиональной деформации необходимо проводить ротацию личного состава ОВД с периодичностью в 5 лет.

У специалистов с профессиональным стажем до 5 лет происходит процесс адаптации к профессиональной деятельности, то есть этот период является кризисным для личности. Сотрудники ОВД, которые испытывают трудности при адаптации, приспособлении к условиям службы, могут проявлять такие неадаптивные реакции, как безропотное смирение, депрессия. Сотрудники стремятся избегать тяжелых ситуаций, подавляют мысли об источнике возникших трудностей, используют механизмы психологической защиты. Результатом такого состояния могут являться агрессия, суицидальные попытки, профессиональное выгорание. Молодые сотрудники испытывают своеобразный эмоциональный шок при столкновении с реальной действительностью, которая зачастую не оправдывает их ожиданий. Отмечается, что значительная часть недисциплинированных сотрудников – лица, прослужившие в полиции до 5 лет, что объясняется, прежде всего, тем, что, с одной стороны, за последние годы произошло значительное омоложение кадрового состава полиции, а с другой – в организации воспитания этой категории допускаются серьезные просчеты [1].

Сотрудники, имеющие стаж службы менее 3 лет, в отличие от сотрудников со стажем от 3 до 10 лет службы более склонны к чувству вины, самоупрекам, принижают свою компетентность, знания и способности, впечатлительны, чувствительны к замечаниям и порицаниям, менее собраны, сообразительны, беспечны, смелые и экстравертированные.

Обследуемые со стажем до 3 лет службы в отличие от сотрудников свыше 10 лет службы более склонны к высокому самоконтролю поведения, гипертимности и сотрудничеству, менее собранны, сообразительны, проницательны, тревожны, менее склонны к мечтательности и приспособлению.

Обследуемые со стажем от 3 до 10 лет в отличие от лиц свыше 10 лет службы более склонны к отзывчивости и доброте, легкости и гибкости в общении, сотрудничеству, избеганию конфликтных ситуаций, высокому самоконтролю поведения, более беспечные и смелые, менее сообразительны, проницательны, собранны, самодостаточны, склонны к проявлению гипотимии и фрустрированности.

Социально-психологические факторы служебной карьеры и межличностных отношений в семье и на работе существенно влияют на уровень психического здоровья сотрудников правоохранительных органов. Психическое истощение может рассматриваться как вариант проявления дезадаптации. Факторы, влияющие на возникновение психического истощения: уровень образования, семейное положение, социальная поддержка, способности и интеллект. Чем больше оказывается дефицит социальной поддержки и чем более выражено социальное отвержение, тем сильнее выраженность ПТСР. Независимо от типа нервной системы неблагоприятные условия социального характера способствуют формированию патохарактерологического развития личности. Особенности послевоенного социального окружения ветеранов могут способствовать или препятствовать возникновению психической дезадаптации (культурный уровень; уровень взаимной поддержки; отношение к войне, в которой принимал участие ветеран) [10].

Стрессовые события сами по себе очень редко становятся причиной развития ПТСР, важным фактором при этом выступают индивидуально-психологические особенности личности [1]. С возникновением экстремальной ситуации действия сотрудника и его поведение определяются уровнем профессиональной подготовки и готовностью управлять своим психическим состоянием. Чем значительнее адаптационные возможности личности, тем выше вероятность нормального функционирования и эффективного выполнения возложенных задач и функций в экстремальных условиях оперативно-служебной и служебно-боевой деятельности.

К таким психологическим особенностям личности сотрудников, склонных к дезадаптивным формам поведения относятся: эмоциональная неуравновешенность, агрессивность, высокая тревожность, низкая моральная нормативность, стрессоустойчивость и другие.

Эффективность оперативно-служебной деятельности сотрудников ОВД в экстремальных условиях тесно связана с уровнем и особенностями структуры их психологической готовности к деятельности в экстремальных ситуациях и индивидуально-психологическими качествами, такими как добросовестность и ответственность, способность в экстремальных ситуациях к высокой мобилизации, смелость, оптимальный уровень тревожности, самоконтроль поведения, независимость, энергичность и активность. Важное значение имеют механизмы преодоления стресса, определяющие развитие различных форм поведения, приводящих к адаптации либо дезадаптации личности. Взрослым лицам с развитой системой психологических защит свойственна не только их адекватность, гибкость и зрелость, но и высокий уровень личностного адаптационного потенциала. Развитый личностный потенциал – это один из возможных вариантов личностной адаптации, отражающий самораскрытие личности через стремление к личностному росту. Использование неэффективных копинг-стратегий личностью может привести к нарушению процессов адаптации и формированию психической дезадаптации. У сотрудников ОВД с высоким уровнем профессионального стресса в поведении доминируют пассивные и дезадаптивные копинг-стратегии, что не позволяет им эффективно справиться с негативным воздействием профессионального стресса и ведет лишь к его усилению.

Способствуют прогрессированию психических нарушений частое употребление алкоголя, табака, неустойчивость семейных отношений, ограниченность интересов и круга общения с фиксацией на служебно-боевой деятельности и ее значимости.

С целью выявления признаков и факторов психической дезадаптации нами было проведено обследование 159 сотрудников ОВД, ср. возраст – $34,3 \pm 7,6$ года ($M \pm \sigma$) [5, 6].

Характеристика выявленных признаков психической дезадаптации и факторов, детерминирующих её возникновение у сотрудников ОВД представлена в таблице 1.

Характеристика признаков и факторов психической

Характеристика признаков психической дезадаптации	Факторы
<p>Замкнутость (45,8%); вспыльчивость (38,5%); конфликтность (35,4%) (экспертный опрос); склонность к ограничению социальных контактов, ориентация на общение в узком кругу (18,9%) (шкалы 1-го уровня МЛО-АМ); снижение работоспособности и низкая эффективность профессиональной деятельности (41,7%); нарушение дисциплины (34,4%) (экспертный опрос); сформированная фаза резистенции СЭВ (11,6%) (у 40,4% на стадии формирования); фаза истощения в стадии формирования (4%) (методика В.В. Бойко), подавленное настроение (47,9%); повышенная тревожность (35,4%); состояние стресса (25,0%); плохое самочувствие (15,6%) (экспертный опрос); жалобы соматического характера (46,1%); наличие больничного листа за последний год (39,5%); сон 4-6 часов в сутки (14,5%) подавленное настроение (5,3%) (анкетирование); невротические проявления (31,4%); склонность к социальной интроверсии (18,9%), к депрессии (13,7%); низкий показатель по шкале астенических реакций (расстройства сна, повышенная утомляемость (6,9%); шизоидность (6,8%), психопатия (5,4%) и гипомания (5,4%) (шкалы 1 - уровня МЛО-АМ); частое употребление алкоголя (37,1% почти каждую неделю); курение более 20 шт. в день (5,9%) (анкетирование); злоупотребление алкоголем (36,5%); нарушение дисциплины (34,4%); высокая агрессивность (28,1%); неадекватность поведения (14,6%) (экспертная оценка); признаки агрессивности (21,0%) («Несуществующее животное»). Низкий показатель общей эффективности внимания (60,8%); низкий коэффициент вработываемости (42,2%); низкий коэффициент психической устойчивости (25,5%); неудовлетворительный показатель суммарного отклонения от аутогенной нормы (12,7%); повышенный уровень вегетативного коэффициента (31,4%); доминирование функциональной асимметрии полушарий головного мозга (73,4%) (45,1% – с доминирующим левым полушарием головного мозга, 28,3% – с доминирующим правым полушарием головного мозга).</p>	Профессиональные
	Социальные
	Индивидуально-психологические

дезадаптации сотрудников органов внутренних дел

Составляющие	Характеристика факторов дезадаптации
Профиль деятельн.	Проявления дезадаптации у 50,0% сотрудников ПОРД и 26,3% ПООП.
Стрессогенность условий служебной деятельности	Подвергались вербальной и физической агрессии (41,5%); высокий уровень организационного стресса (31,4%) (тест Мак-Лина); переживание стресса (с чувством страха смерти) в профессиональных ситуациях (21,1%); наличие ситуаций, связанных с непосредственной угрозой для жизни (21,0%); командировки в СКР (20,4%); частые стрессовые ситуации в деятельности (11,9%); непосредственная угроза состоянию здоровья (11,2%); работа тяжелее и напряженнее, чем обычно (11,2%); получение травмы во время работы (9,9%) (анкетирование).
Стаж работы	Стаж работы более 15 лет (27,6%); стаж работы до 3 лет (10,5%)
Семейное положение	Отсутствие семьи: холостые (22,5%), разведенные (8,0%); отсутствие детей (27,2%), наличие 3 детей и более (6,6%).
Уровень образования	Общее среднее (10,5%), средне-специальное образование (36,8%), высшее в системе МВД (5,9%).
Социальные контакты	Склонность к ограничению социальных контактов, ориентация на общение в узком кругу (18,9%) (шкалы 1-го уровня МЛО-АМ).
Индивидуально-психологические особенности личности	Неадекватно завышенный уровень притязаний (65,7%), завышенная самооценка (24,1%)(методика Дембо-Рубинштейн); периодическое употребление алкоголя (92,7%); курение (50,7%) (анкетирование); низкие показатели умственных способностей (15,2%); высокая личностная тревожность (10,7%) (тест тревожности Спилбергера); неадаптивные копинг-стратегии (6,0%) (тест Р.Лазаруса, копинг-тест Д.Амирхана).

Установлено, что более 30% сотрудников ОВД, имели комплекс признаков психической дезадаптации, включающий следующие проявления: психофизиологической, индивидуально-психологической, социально-групповой, профессионально-деятельностной дезадаптации. В комплекс дезадаптации сотрудников входят следующие признаки: низкий уровень работоспособности, низкая толерантность к организационному стрессу, склонность к профессиональному выгоранию, трудности в установлении межличностных контактов, конфликты, высокое нервно-психическое напряжение, отсутствие стремления соблюдать общепринятые нормы поведения, неадекватность поведения и поведенческие девиации, зависимое поведение, агрессивность, подавленное настроение, расстройство сна, слабость и истощаемость, низкая продуктивность внимания, низкая вработываемость и психическая устойчивость, вегетативный дисбаланс, доминирование функциональной асимметрии полушарий головного мозга.

На развитие психической дезадаптации у сотрудников ОВД влияет система факторов: профессиональные (профиль профессиональной деятельности – подразделение оперативно-розыскной деятельности, стрессогенность условий служебной деятельности – участие в командировках в Северо-Кавказский регион, пребывание в стрессогенных условиях, высокий уровень организационного стресса, специфика деятельности, стаж работы – до 5 лет и свыше 15 лет); социальные (отсутствие семьи и детей, наличие 3 и более детей, низкий уровень образования, склонность к ограничению социальных контактов); индивидуально-психологические (личностные ресурсы – использование неадаптивных копинг-стратегий, низкий общий адаптационный потенциал, неадекватно завышенная самооценка, низкие показатели умственных способностей; соматические нарушения, высокий уровень тревожности, признаки депрессии, нервно-психическая неустойчивость) [5, 6].

Таким образом, деятельность сотрудников правоохранительных органов, сопряжена с постоянным риском для жизни и здоровья, насыщена множеством неблагоприятных стрессогенных факторов, что обуславливает у значительного числа сотрудников развитие психической дезадаптации, приводящей к снижению работоспособности, неэффективности выполнения служебных задач, поведенческим де-

виациям, конфликтности, нарушениям служебных и семейных взаимоотношений, социальной изоляции, плохому самочувствию и появлению психопатологических признаков.

Направления психологического обеспечения профилактики психической дезадаптации у сотрудников правоохранительных органов

Выполняя служебные и профессиональные обязанности в условиях, осложнённых воздействием эмоциональных и физических стрессовых факторов, сотрудники правоохранительных органов могут быть отнесены к группе риска развития психической дезадаптации. В связи с этим, особая роль в повышении эффективности деятельности сотрудников правоохранительных органов принадлежит психологическому обеспечению профилактики явлений психической дезадаптации.

Психологическое обеспечение служебной деятельности представляет собой комплекс непрерывно осуществляемых мероприятий по формированию, укреплению и развитию у сотрудников психологических качеств, обеспечивающих их высокую психологическую устойчивость и готовность выполнять служебные задачи в любых условиях обстановки.

Целью психологического обеспечения является выработка у личного состава способности переносить большие нервные нагрузки и сохранять боеспособность в обстановке сильных психотравмирующих факторов. Это достигается формированием психологической готовности сотрудников ОВД к успешному выполнению служебных задач; формированием психологической устойчивости к воздействию психотравмирующих факторов службы; оказанием психологической помощи; оценкой и прогнозированием профессиональной пригодности и рациональной расстановкой личного состава по подразделениям.

Профилактика психической дезадаптации представляет собой совокупность предупредительных мероприятий, ориентированные на снижение вероятности развития предпосылок и проявлений психологической дезадаптации. Считается, что профилактика более эффективна в форме воздействия на условия и причины, вызывающие психическую дезадаптацию, на ранних этапах проявления проблем.

Профилактические мероприятия в соответствии с выделенными факторами психической дезадаптации должны осуществляться на следующих уровнях (табл. 2): профессионально-организационном, социальном и индивидуально-психологическом.

Основными направлениями работы по решению основных задач психологического обеспечения являются: психологическая подготовка сотрудников, психологическое сопровождение служебной деятельности, психологическая помощь и реабилитация.

Необходимость проведения *психологической подготовки* сотрудников ОВД, которым предстоит выполнять служебные обязанности в экстремальной обстановке (в районах локальных военных конфликтов), связана с высокой вероятностью воздействия на этих лиц интенсивных стрессогенных факторов (стрессоров).

Цели психологической подготовки:

- обеспечение высокой боеспособности (работоспособности) сотрудников в экстремальных условиях деятельности;
- предупреждении развития у сотрудников выраженных стрессовых реакций и психической дезадаптации на психотравмирующие события.

Для достижения целей психологической подготовки необходимо осуществить комплекс мероприятий, направленных на мобилизацию психофизиологических ресурсов личности и предотвращение негативных последствий экстремальных стрессовых воздействий.

Таблица 2

Направления профилактики психической дезадаптации у сотрудников органов внутренних дел

Уровень профилактики	Профилактические мероприятия
Профессионально-организационный	Нормирование профессиональной деятельности Предоставление дополнительных (профилактических, реабилитационных) отпусков по достижению определенной нагрузки или после выполнения служебных обязанностей в экстремальных условиях Строгое соблюдение распорядка дня с рациональным режимом труда и отдыха Надлежащее оснащение рабочего места Разнообразие видов деятельности

Социальный	Мониторинг социально-психологического климата в коллективе Тренинг уверенности в себе Тренинг принятия решений Коммуникативный тренинг
Индивидуально-психологический	Ранняя психодиагностика психологической дезадаптации (методики изучения личностных особенностей, психических состояний, и особенностей реагирования на стресс) Приемы самовоздействия Релаксационный занятия Обучение эффективным способам совладания со стрессом Оказание психологической помощи в стрессовых ситуациях Тренинг формирования эмоциональной устойчивости

Конкретное содержание психологической подготовки определяется в зависимости от условий предстоящей деятельности, характера оперативных задач, индивидуально-психологических особенностей сотрудников.

Наиболее предпочтительной формой проведения психологической подготовки являются групповые занятия. Рекомендуемая численность группы – 6-8 человек. При формировании групп желательно обеспечивать однородность состава участников по уровню индивидуальной подготовки, по выполняемым функциям и т. п.

Психологическое сопровождение – это комплекс непрерывных мероприятий по поддержанию высокой служебной активности сотрудников, их устойчивости к стрессам и психологическому воздействию, предотвращению отрицательных психологических состояний.

Целью психологического сопровождения является сохранение достигнутого в процессе психологической подготовки уровня боеспособности (работоспособности) личного состава. В этих целях проводится непрерывный анализ динамики морально-психологической обстановки в ходе выполнения служебных задач, вырабатываются рекомендации органам управления для принятия целесообразных решений; поддерживаются и развиваются боевой настрой и установка на безусловное выполнение служебных задач; контролируется степень, усталости личного состава; создаются по возможности комфортные условия в местах несения службы и отдыха личного состава.

Психологическая помощь и реабилитация заключается в проведе-

нии мероприятий, направленных на преодоление психотравмирующих последствий воздействия боевой обстановки на психику сотрудников и восстановление их работоспособности.

Целями психологической помощи являются: восстановление психического здоровья людей и преодоление дезорганизационных проявлений.

При организации психологического обеспечения сотрудников необходимо учитывать специфические особенности каждого из подразделений ОВД. Особо следует обратить внимание на сотрудников, профессиональная деятельность которых связана с выявлением, предупреждением, пресечением и раскрытием преступлений (ПОРД), поскольку эта группа обладает большим количеством признаков психологической дезадаптации, и, следовательно, требует более тщательной психологической работы [5].

Таким образом, в ходе психологического обеспечения профилактики психической дезадаптации сотрудников ПОРД необходимо обратить внимание на развитие коммуникативных способностей, адекватной самооценки и умений распознавать свои эмоции, расслабляться, а также на повышение нервно-психической устойчивости и уверенности в своих силах и действиях.

Мероприятия по психологическому обеспечению ПОРД включают:

- психологическую подготовку: психологическая диагностика личного состава; информирование об основных стресс-факторах штатных и экстремальных условий служебной деятельности; обучение способам эмоционально-волевой саморегуляции в обычных, а также экстремальных ситуациях, эффективным способам совладания со стрессом; коммуникативный тренинг; формирование психологической устойчивости, способности успешно действовать в условиях эмоционального напряжения, развитие умений владеть собой и не допускать срывов в поведении; развитие профессионально-психологических умений и навыков: психологического анализа обстановки, психологической наблюдательности, умения вести переговоры и оказывать психологическое воздействие на правонарушителей;

- психологическое сопровождение: диагностика психологической дезадаптации и выявление факторов риска; информирование проведение лекций о психологической дезадаптации и принципах её

профилактики; обучение приемам самопомощи, алгоритмам конструктивного психологического взаимодействия и воздействия на окружающих; формирование уверенности в законности выполняемой работы и необходимости предпринимаемых мер по пресечению преступлений; помощь в разрешении конфликтных и стрессовых ситуации;

– психологическую помощь и реабилитацию: релаксационные занятия, коррекция дезадаптивных состояний.

Психологическое обеспечение в ПООП должно быть направлено на повышение толерантности к организационному стрессу и обучению более эффективным (адаптивным) стратегиям совладания со стрессом. Мероприятия по психологическому обеспечению ПООП включают:

– психологическую подготовку: психологическая диагностика личного состава; информирование о негативных последствиях использования неэффективных способов совладания со стрессом; обучение эффективным способам совладания со стрессом и адаптивного поведения в экстремальных условиях служебной деятельности, приемам произвольной саморегуляции психического состояния; формирование и развитие у сотрудников патриотических и моральных основ честной и ответственной службы; формирование положительных установок на профессиональное и личностное самосовершенствование и нормативной стратегии поведения сотрудников (профессиональный рост, дисциплинированное поведение, товарищество, наставничество, мужество, честность);

– психологическое сопровождение: мониторинг психологического состояния, информирование о факторах, негативно влияющих на психическое состояние сотрудников, и мерах по их устранению; терапия творческим самовыражением; применение техник, направленных на укрепление личного счастья; тренинг повышения стрессоустойчивости; помощь в разрешении конфликтных ситуации;

– психологическую помощь и реабилитацию: подготовка сотрудников к возвращению к мирным условиям жизни; преодоление психотравмирующих последствий стрессовых ситуаций.

Профилактика явлений психической дезадаптации также будет различаться в зависимости от условий служебной деятельности.

При профилактике явлений психической дезадаптации у сотруд-

ников, бывших в командировках в Северо-Кавказском регионе, необходимо обратить внимание на развитие коммуникативных способностей и умений распознавать свои эмоции, расслабляется, а также навыков самопознания. Профилактические мероприятия для данной группы сотрудников должны включать: обучение способам эмоционально-волевой саморегуляции в обычных, а также экстремальных ситуациях; релаксационные занятия; обучение эффективным способам совладания со стрессом; коммуникативный тренинг; развитие профессионально-психологических качеств, необходимых для успешных действий в напряженной и опасной обстановке и др.

В ходе профилактических мероприятий среди сотрудников, которые не были в командировках, но в ходе выполнения своих профессиональных обязанностей сталкивались с экстремальными ситуациями, где испытывали страх за свою жизнь, следует обратить внимание на повышение нервно-психической устойчивости и уверенности в своих силах и действиях. Рекомендуются такие мероприятия: ранняя психодиагностика психологической дезадаптации (методики изучения личностных особенностей, психических состояний и особенностей реагирования на стресс); информирование сотрудников об основных стресс-факторах штатных и экстремальных условий служебной деятельности; обучение эффективным способам совладания со стрессом и адаптивного поведения в экстремальных условиях служебной деятельности, приемам произвольной саморегуляции психического состояния, алгоритмам конструктивного психологического взаимодействия и воздействия на окружающих; развитие профессионально-психологических качеств, необходимых для успешных действий в напряженной и опасной обстановке; формирование психологической устойчивости, способности успешно действовать в условиях эмоционального напряжения, развитие умений владеть собой и не допускать срывов в поведении; развитие профессионально-психологических умений и навыков: психологического анализа обстановки, психологической наблюдательности, умения вести переговоры и оказывать психологическое воздействие на правонарушителей; тренинг уверенности в себе; тренинг принятия решений.

Профилактические мероприятия для сотрудников, которые не были в командировках и не сталкивались с подобными стрессовыми

ситуациями, должны быть направлены на развитие адекватной самооценки и профессиональных качеств сотрудников ОВД, осознание своего места и роли в коллективе и в системе правоохранительных органов. Рекомендуемые профилактические мероприятия включают: информирование сотрудников о негативных последствиях использования неэффективных способов совладания со стрессом; обучающие занятия, направленные на формирование и развитие у сотрудников патриотических и моральных основ честной и ответственной службы, развитие специальной мотивация личного состава на самоотверженные действия при решении ответственных задач, понимание государственной необходимости их решения, совершенствование профессионально-значимых качеств, навыков и умений в соответствии со спецификой деятельности различных подразделений, формирование положительных установок на профессиональное и личностное самосовершенствование и нормативной стратегии поведения сотрудников (профессиональный рост, дисциплинированное поведение, товарищество, наставничество, мужество, честность).

Профилактические мероприятия в зависимости от стажа профессиональной деятельности, прежде всего, должны быть ориентированы на сотрудников со стажем работы менее 5 лет и более 15 лет. Психологическое обеспечение сотрудников ОВД с минимальным стажем должно быть направлено на облегчение адаптации к новым условиям профессиональной деятельности, развитие коммуникативных, а также профессиональных умений и навыков. При профилактике психологической дезадаптации у лиц со стажем более 15 лет необходимо обратить внимание на развитие нервно-психической устойчивости, умений общаться, адекватно оценивать ситуацию, без ущерба для своего здоровья и работоспособности, активно и интересно отдыхать, быстро восстанавливать свои силы.

Для диагностики явлений психической дезадаптации целесообразно использовать следующие методики: многоуровневый личностный опросник МЛО «Адаптивность», методику диагностики уровня эмоционального выгорания личности В.В. Бойко, шкалу организационного стресса Мак-Лина, тест Ч. Спилбергера в модификации Ю.А. Ханина, копинг-тест Р. Лазаруса, С. Фолькмана, проективные методики.

При проведении психологической коррекции используются широ-

кий арсенал психокоррекционных методов, среди которых наиболее часто используются релаксационные занятия, адаптированные методики нейролингвистического программирования, психокоррекция личностных установок, дебрифинг критических ситуаций, социально-психологический тренинг.

Своевременное и качественное оказание психологической помощи сотрудникам правоохранительных органов позволяет предотвратить негативное влияние факторов способствующих развитию психической дезадаптации.

Таким образом, своевременное психологическое обеспечение профилактики психической дезадаптации, будет способствовать развитию положительного эмоционального состояния сотрудников правоохранительных органов, повышению их удовлетворенность трудом, улучшению качества выполняемой деятельности и социально-психологического климата в коллективе.

Заключение

Профессиональная деятельность сотрудников правоохранительных органов требуют предельного напряжения сил и возможностей, чтобы справиться с поставленными перед ними служебными задачами. Сотрудникам правоохранительных органов часто приходится выполнять свои профессиональные обязанности в экстремальных условиях, что может привести к формированию профессионального стресса и, как следствие, к психической дезадаптации.

Психическая дезадаптация представляет собой сложный непрерывный процесс, имеющий несколько уровней: социальный, индивидуально-личностный и психофизиологический. Социальный уровень дезадаптации характеризуется неадекватностью поведения, аффективными вспышками и изоляцией, психологический – заострением черт характера, ригидностью, эмоциональной напряженностью, психофизиологический уровень – физической слабостью, невротическими реакциями, снижением иммунитета. На развитие психической дезадаптации влияет целая система факторов: профессиональные (стрессогенность условий служебной деятельности, профиль профессиональной деятельности, стаж работы до 5 лет и свыше 15 лет); социальные (семейное положение, социальная поддержка); индивидуально-психологические (личностные ресурсы, поведенческие нарушения и др.).

В настоящее время в связи с реформированием системы Министерства внутренних дел России большое значение уделяется морально-психологическому обеспечению служебной деятельности, направленному на формирование, поддержание и восстановление морально-психологического состояния личного состава, обеспечивающего успешное выполнение оперативно-служебных задач.

Своевременное и дифференцированное проведение профилактических и коррекционных мероприятий позволит предупредить развития предпосылок и проявлений психической дезадаптации. В ходе психологического обеспечения сотрудников ОВД основное внимание необходимо уделять работающим в подразделениях оперативно-розыскной деятельности; сотрудникам, бывшим в командировках в Северо-Кавказском регионе, а также специалистам, которые не были

в командировках, но в ходе выполнения своих профессиональных обязанностей сталкивались со стрессовыми ситуациями, в которых испытывали страх за свою жизнь; со стажем работы до 5 лет и свыше 15 лет.

Список литературы

1. Беспалая С.Г. Факторы и условия, определяющие возникновение различных форм делинквентного поведения у сотрудников органов внутренних дел / С.Г. Беспалая // Теория и практика общественного развития. – Краснодар, 2006. – № 2(5). – С. 33-35.
2. Вассерман Л.И. Совладание со стрессом: теория и психодиагностика: учебно-методическое пособие / под науч. ред. проф. Л. И. Вассермана. – СПб.: Речь, 2010. – 192 с.
3. Гринберг Дж. Организационное поведение: от теории к практике / Дж. Гринберг. – М.: ООО «Вершина», 2004. – 912 с.
4. Завалишина Д.Н. Практическое мышление. Специфика и проблемы развития / Д.Н. Завалишина – М.: Изд-во ИП РАН. – 2005. – 376 с.
5. Корехова М.В. Психологическое обеспечение деятельности сотрудников различных подразделений правоохранительных органов / М.В. Корехова, А.Г. Соловьев, И.А. Новикова, А.М. Ксенофонтов // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД. – 2012. – №3. – С. 191-196.
6. Корехова М.В. Факторы психической дезадаптации специалистов экстремального профиля деятельности: автореф. дис. ... канд. психол. наук / М.В. Корехова. – Санкт-Петербург, 2013. – 24 с.
7. Никифоров Г.С. Психология профессионального здоровья / Г.С. Никифоров. – СПб.: Речь, 2006. – 480 с.
8. Столяренко А.М. Морально-психологическое обеспечение деятельности личного состава органов внутренних дел и внутренних войск при чрезвычайных обстоятельствах: учебное пособие / А.М. Столяренко. – М.: Академия управления МВД России, 1998. – 192 с.
9. Тарабрина Н.В. Теоретико-эмпирическое исследование посттравматического стресса / Н.В. Тарабрина // Психологический журнал. – 2007. – № 4. – С. 5-14.
10. Човдырова Г.С. Формирование психологической устойчивости к различным стрессогенным факторам у сотрудников органов внутренних дел / Г.С. Човдырова. – Домодедово: ВИПК МВД России, 2003. – 22 с.
11. Шмыков В.И. Психологическое сопровождение профессиональной адаптации сотрудников ОВД / В.И. Шмыков // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2008. – № 3 (39). – С. 246-253.

Приложение

СПОСОБ ОПРЕДЕЛЕНИЯ РИСКА ВОЗНИКНОВЕНИЯ ПСИХИЧЕСКОЙ ДЕЗАДАПТАЦИИ У СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Обследование осуществляется с помощью многоуровневого личностного опросника (МЛО) «Адаптивность», методики «Исследование тревожности» Ч.Д. Спилбергера-Ю.Л.Ханина и устного опроса. У обследуемого определяют значение таких показателей, как: П – подразделение (1 балл – подразделение оперативно-розыскной деятельности, 0 баллов – другое подразделение), КП – коммуникативный потенциал по методике МЛО «Адаптивность» (в баллах), ЛТ – личностная тревожность по методике Спилбергера-Ханина (в баллах), ПС – психотические реакции и состояния по методике МЛО «Адаптивность» (в баллах), К – курение (1 балл – наличие признака, 0 баллов – отсутствие признака). Показатели, представленные в количественной шкале: коммуникативный потенциал; личностная тревожность; психотические реакции и состояния.

Далее подставляются данные в уравнение:

$$P_{\text{пд}} = 1/(1+e^{-z})$$

$$z = -23,471 - 2,980 \cdot \text{П} + 0,408 \cdot \text{КП} + 0,256 \cdot \text{ЛТ} + 0,529 \cdot \text{ПС} + 2,197 \cdot \text{К}$$

где $P_{\text{пд}}$ – вероятность развития психической дезадаптации.

Оценка результатов суммы произведений параметров на коэффициенты и константу проводится следующим образом: если $P_{\text{пд}}$ составляет более 0,5, то определяют высокий риск возникновения психической дезадаптации, если менее 0,5, то низкий риск.

С помощью рассматриваемой модели можно определить риск возникновения психической дезадаптации у сотрудников органов внутренних дел по наличию факторов психической дезадаптации. Описанная регрессионная модель показывает взаимосвязь данных психологических показателей и позволяет судить о вероятности дезадаптированности. Данное регрессионное уравнение является простым в использовании, а процедура расчета не требует много времени.

Полученные с помощью данного способа результаты позволяют выявить сотрудников органов внутренних дел с высоким риском возникновения психической дезадаптации и провести ранние профилактические мероприятия и своевременные психокоррекционные мероприятия для повышения уровня адаптированности к работе в экстремальных условиях.

Корехова Мария Владимировна
Соловьев Андрей Горгоньевич
Новикова Ирина Альбертовна

**ПСИХИЧЕСКАЯ ДЕЗАДАПТАЦИЯ СОТРУДНИКОВ
ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ: ПРИЗНАКИ,
ФАКТОРЫ, ПРОФИЛАКТИКА**

Методические рекомендации

Издано в авторской редакции
Компьютерная верстка *О.Е. Черемхиной*

Подписано в печать 27.06 2013.
Формат 60×84^{1/16}. Бумага офсетная.
Гарнитура Times New Roman. Печать ризография.
Усл. печ. л. 2,3. Уч.-изд. л. 1,6.
Тираж 100 экз. Заказ № 1239

ГБОУ ВПО «Северный государственный медицинский университет»
163000, г. Архангельск, пр. Троицкий, 51
Телефон 20-61-90. E-mail: izdatel@nsmu.ru