

І.І. Пампура

## ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ОРГАНІВ ВНУТРІШНІХ СПРАВ ДО ЕФЕКТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ

*У статті розглянуто деякі аспекти професійної діяльності працівників органів внутрішніх справ та особливості впливу на їх особистість екстремальних ситуацій. Запропоновані новітні форми організації психологічної підготовки щодо формування у працівників міліції необхідних значущих якостей і навичок поведінки.*

**Ключові слова:** професійна діяльність, екстремальна ситуація, стрес, психологічна готовність, смуга психологічних перешкод, професійно важливі якості.

*В статье рассмотрены некоторые аспекты профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел и особенности воздействия на их личность экстремальных ситуаций. Предложены новые формы организации психологической подготовки по формированию у сотрудников милиции необходимых значимых качеств и навыков поведения.*

**Ключевые слова:** профессиональная деятельность, экстремальная ситуация, стресс, психологическая готовность, полоса психологических препятствий, профессионально важные качества.

*Paper deals with several aspects of the professional activities of the staff of internal affairs as well as the features of the impact on their individuals in emergency situations. New forms of an organization psychological preparation of police officers for the forming of the required significant qualities and habits of behavior are suggested.*

**Keywords:** professional activity, extreme situation, stress, psychological preparedness, strip of psychological barriers, professionally important qualities.

Професійна діяльність працівників органів внутрішніх справ (далі – ОВС) здійснюється, як правило, в конфліктних і складних умовах, при значному фізичному та психічному навантаженні. У більшості випадків, вирішення ними службових завдань пов'язане з людським фактором, тобто з тим, що знаходиться у сфері суспільних взаємовідносин “людина – людина”: потребами, прагненнями, бажаннями, відчуттями, індивідуальними особливостями громадян.

Безперечно, відсутність професійної та психологічної готовності до дій у напружених, екстремальних ситуаціях негативно впливає на виконання службових завдань, є причиною помилок, що можуть мати негативні наслідки. А поведінка працівника в екстремальних ситуаціях переважно визначається його професіоналізмом, компетентністю, мотивацією та особистою підготовленістю. Саме тому одним із головних завдань професійної підготовки працівників міліції є формування в них психологічної готовності до дій в екстремальних ситуаціях.

Екстремальною називають складну та емоційно-напружену ситуацію, що виникає під час виконання працівником завдань службової діяльності та потребує для успішного її вирішення всебічної активізації фізичних і психічних ресурсів. Взагалі можна виділити дві групи психогенних факторів, що діють на працівника

міліції під час виконання ним професійних обов'язків. До першої можна віднести фізичну та психічну втомленість (іноді навіть виснаженість) і небезпеку з боку озброєних злочинців, а до другої – високу відповідальність за наслідки дій, страх перед можливим осудом з боку колег та інших осіб; дефіцит часу на прийняття рішення; неприємні психотравмуючі події (страждання людей, важкі тілесні ушкодження, кров, трупи), моральний тиск з боку правопорушників, агресивно настроєного натовпу тощо.

Опитування практичних працівників органів і підрозділів внутрішніх справ свідчать, що іноді вони неадекватно сприймають певні службові, побутові, сімейні та іншого роду напружені ситуації, помилково відносячи їх до екстремальних. Розуміння критичної ситуації людиною часто базується на її суб'єктивній оцінці рівня екстремальності. Екстремальні ситуації викликають появу певних напружених психічних станів, які суттєво впливають на поведінку людини, підвищуючи або знижуючи її ефективність.

Водночас, незважаючи на розмаїття службових ситуацій, які визначаються як екстремальні, їх типова кількість все ж обмежена. До ситуацій екстремального типу відносять: по-перше, процес безпосередньої протидії злочинним проявам, безпосередній контакт зі злочинцем чи правопорушником. По-друге, протидію груповим злочинним проявам, масовим порушенням громадського порядку. Наступний різновид екстремальних ситуацій – це психологічне протистояння в дізнанні та розслідуванні злочинів. До четвертого типу відносяться ситуації безпосереднього спілкування з громадянами (сімейно-побутові конфлікти, розгляд заяв і скарг, переговорний процес при затриманні заручників тощо). До п'ятого типу – тривалі та інтенсивні повсякденні фізичні та психічні навантаження працівників. І нарешті, – природні й техногенні аварії та катастрофи.

Дослідження діяльності працівників ОВС у типових та екстремальних ситуаціях неможливий без аналізу такого негативного емоційного стану, як стрес. Стрес – (від англ. *Stress* – “тиск, напруга”) – стан індивіда, що виникає як відповідь на різноманітні екстремальні види впливу зовнішнього та внутрішнього середовища, що виводять із рівноваги фізичні чи психологічні функції людини [1]. Слід зазначити, що інтенсивність такого стану часто залежить не від об'єктивних характеристик впливу, а від його суб'єктивної значимості для людини. Стрес може бути *мобілізуєчим* (прискорення реагування, покращання уваги, сприймання, мислення, працездатності загалом) і *демобілізуєчим* (стан виснаженості, безпорадності, розгубленості, збільшення недоцільних та нерозумних дій, зниження ефективності діяльності тощо). Характер впливу стресу на людину, насамперед, залежить від її мотивації, психофізіологічних ресурсів, можливості пристосовуватися, а також від набутих умінь управляти своїми психічними станами [2]. У деяких випадках працівник може перебувати у *фрустраційному стані* (психічний стан людини, що виражається в характерних переживаннях і поведінці і те, що викликається об'єктивно непереборними (або суб'єктивно сприйнятими як непереборні) труднощами на шляху до досягнення мети і розбіжностями реальності з очікуваннями суб'єкта). Можливе також і виникнення *конфліктів* (як результату напруженості, що зумовлений нагромадженням суперечностей, протистоянням інтересів, позицій, думок і дій в екстремальних умовах) та *кризових станів* (як напруженості, що може призвести до кардинальної перебудови особистості).

У складних службових ситуаціях більшість працівників відчувають виникнення у них зазначених вище станів, що значно заважає позитивному вирішенню проблемних ситуацій, виконанню службових завдань.

Індивідуальні розбіжності щодо вміння долати стресові ситуації досить суттєві. Протидія стресу полягає в здатності впоратися зі складними ситуаціями без дезорганізації в поведінці. Під *опором* (чи *толерантністю*) розуміють стримане емоційне реагування на збудження, що виникає в умовах стресу, тобто коли складні та неприємні ситуації не викликають значних негативних емоцій (страху, гніву, тривоги тощо). Одночасно опір може визначатися і як здатність до збереження організованості поведінки в умовах стресу: незважаючи на виникнення під впливом стресу емоційної напруженості, дезорганізація поведінки не відбувається, головні цілі продовжують реалізуватися, зберігається раціональне мислення в ситуації кризи, правильно виконуються необхідні дії та заплановані заходи, зберігається мотивація.

Психологічна адаптація людини до екстремальних умов середовища не може розглядатися без врахування психологічних реакцій, які виникають у межах норми. Специфіка порушення нормального функціонування організму полягає в тому, що йому доводиться поступитися якоюсь однією чи декількома функціями для збереження більш життєво важливих, без яких існування в умовах, що склалися, виявляється неможливим.

Серед можливих форм порушень поведінки людини в екстремальних умовах можна виділити такі:

- дезорганізація або різке зниження організованості поведінки;
- ступор або різке гальмування активності дій, “тунельне” мислення.

Однак варто звернути увагу, що на думку більшості психологів ОВС стосовно можливих форм поведінки правоохоронців в екстремальних ситуаціях та в умовах емоційної напруги, у працівників міліції найчастіше проявляється готовність до *агресивно-захисних форм реагування* у поєднанні зі зниженням швидкості та ефективності пізнавальних процесів, необхідних для успішної діяльності. Крім того, працівники визнають наявність зазначених реакцій на критичні інциденти, вже починаючи з перших днів практичної діяльності, тобто одразу після закінчення навчального закладу.

Ефективність діяльності працівника в екстремальній ситуації значною мірою залежить від того, наскільки вона є передбачуваною та контрольованою. Визначена очікуваність такої екстремальної ситуації (штатної), як знешкодження озброєного злочинця, звільнення заручників, нейтралізація гострого сімейно-побутового конфлікту, припинення несанкціонованих мітингів та масових заворушень і т. ін., певним чином дозволяє прогнозувати розвиток подій, а отже, – формувати внутрішній стан психологічної готовності працівника до дій, сприяти його самообілізації.

Як свідчать дослідження, проведені російськими психологами [3], у професійній діяльності працівника правоохоронних органів розмови про відчуття страху, небезпеки, особистої вразливості є своєрідним “табу”. Кожний працівник зазвичай переживає ці відчуття наодинці, при цьому одна й та сама ситуація в різних випадках сприймається по-різному: в одних – як стрес, а в інших, – як криза. Крім того, наслідки однієї й тієї ж екстремальної ситуації у різних працівників викликають або мобілізуючий стрес, або важкопереборюваний конфлікт. А на додачу, реалії сучасності підтверджують, що більшість працівників психологічно не готові до дій у так званих випадкових екстремальних ситуаціях, пов’язаних зі службою (переважно у них відсутнє і почуття впевненості у соціальних ситуаціях поза межами виконання службових обов’язків). Саме тому психологічна підготовка особового складу повинна стосуватися не лише штатних, а й позаштатних ситуацій. І практичний досвід діяльності підрозділів ОВС, беззаперечно доводить необхідність

такої попередньої підготовки працівників до виконання службових завдань в екстремальних та стресових ситуаціях.

Враховуючи зазначене вище, психологічна підготовка працівників ОВС повинна формувати:

- вміння викликати повагу громадян;
- здатність самостійно приймати та реалізовувати рішення в невизначених ситуаціях, за умов браку інформації, часу;
- знання відповідного та правомірного реагування на ситуацію (зокрема у тих, коли доводиться застосовувати методи активної оборони, табельну зброю);
- емоційну стійкість в різних екстремальних ситуаціях (наприклад, при проявах ворожого ставлення до працівника з боку оточення);
- навички спілкування з представниками конфліктуючих сторін, вміння за зовнішніми ознаками визначати готовність особи до агресивних дій, знання широкого спектру вербальних та невербальних засобів, що дозволяють керувати ситуацією;
- знання та уміння щодо застосування прийомів протидії “тиску” з боку цивільних осіб (з профілактикою професійної деформації працівника у подальшому, що може призвести до порушення посадових інструкцій, ігнорування правил збереження службової інформації тощо).

Психологічні особливості діяльності працівників ОВС передбачають наявність у них певних опорних психологічних якостей, які формуються під впливом навчання, праці, інших обставин життя. Ці якості є передумовою оволодіння професійною діяльністю, в процесі реалізації якої у подальшому відбуваються певні особистісні зміни, розвиваються і вдосконалюються професійно важливі якості, здійснюється становлення особистості працівника ОВС.

Отже, в загальному розумінні завданнями професійної підготовки будуть формування та розвиток:

- нового рівня морально-психологічної готовності працівників через розвиток інтелекту, волі, емоційної готовності;
- спеціальних знань і навичок (технічні знання, тактична готовність тощо);
- фізичних якостей (тілесний і функціональний розвиток).

У концептуальному плані система професійної підготовки працівників міліції відображає як об'єктивні вимоги практики та бажаний рівень підготовленості персоналу тієї чи іншої служби, так і реальні можливості та шляхи забезпечення його готовності до практичної діяльності.

Особливу увагу, необхідно приділяти проблемі формування психологічної готовності до дій в екстремальних та емоційно напружених ситуаціях, що виникають під час виконання працівниками *різних підрозділів ОВС* службових завдань і потребують граничної мобілізації фізичних і психічних ресурсів особистості, оскільки це сприятиме підвищенню ефективності дій (самомобілізація, збільшення самоконтролю, чітке адекватне сприймання та оцінювання ситуації, швидке прийняття правильних рішень, адекватні дії тощо).

Як свідчить практичний досвід, ефективним засобом формування стану високої постійної психологічної підготовленості до дій у складних та екстремальних умовах є тренування особового складу на спеціально обладнаному *тактико-психологічному полігоні*, що являє собою комплекс навчальних об'єктів і службових приміщень, де можна змодельовати різноманітні штатні та нештатні ситуації, відпрацьовувати виконання конкретних завдань, типових для практичної діяльності працівників ОВС.

У цьому ракурсі процес психологічної підготовки до дій в екстремальних ситуаціях має будуватися як система навчаючих тренінгових психологічних впливів із врахуванням при моделюванні ускладнених ситуацій службової діяльності тих чинників та умов, які перетворюють ситуацію на екстремальну. На думку психологів [2], до них можна віднести:

1. *Дефіцит часу* – поширений психологічний фактор екстремальності. Психологічна підготовка формує вміння швидко орієнтуватися, виділяти головне та приймати рішення в швидкоплинних ситуаціях.

2. *Інформаційне перевантаження за умов дефіциту часу при значному фізичному навантаженні*. Слід пам'ятати, що кожній людині притаманні свої особливості у сприйнятті й обробці інформації. Водночас при значному обсязі інформації спостерігаються такі помилки:

- пропуск значущої інформації;
- викривлення інформації;
- помилкове прийняття рішень, помилкові дії;
- відстрочка дій чи відмова від необхідних дій;
- неправомірність дій.

3. *Небезпека для життя і здоров'я*. Зростання усвідомленої загрози та небезпеки до певного індивідуально визначеного рівня позитивно впливають на поведінку людини і якість рішень, які вона приймає, мобілізуючи її до ефективних дій. При надмірності чи подальшому зростанні загрози відмічається погіршення самоконтролю, якості мислення, виникає дезорганізація поведінки, безконтрольність емоційного реагування. Отже, в процесі психологічної підготовки до дій в умовах дефіциту часу і небезпеки для життя особливу увагу слід приділити формуванню емоційно-вольової стійкості особистості.

4. *Раптовість виникнення екстремальної ситуації*. Досвід поведінки, отриманий у процесі навчання в модельних екстремальних ситуаціях, допомагає працівнику напрацювати певний арсенал алгоритмів реагування на штатні екстремальні чинники. Однак, враховуючи різноманіття наявних чинників, важливо, щоб працівник також навчився правильно орієнтуватися і в незвичайних, мінливих ситуаціях.

Також важливими моментами при моделюванні екстремальних ситуацій, з якими доведеться зустрітися працівникам міліції, слід зважати на наявність двох видів чинників:

1) тих, що характеризують проблемну ситуацію та впливають на прийняття рішень (новизна та складність ситуації, наявність альтернатив поведінки, обсяг інформації про обстановку, дефіцит часу тощо);

2) позапроблемних чинників (норми, заборони і правила діяльності, критерії оцінки праці, відповідальність, спрацьованість з колегами, довіра та повага до командирів та ін.).

Під час психологічної підготовки особового складу ОВС слід враховувати й індивідуально-типологічні особливості кожної особистості, зокрема те, що в стресовій ситуації людина аналізує інформацію, як правило, певним звичним для неї способом, за допомогою провідної системи переробки інформації. В залежності від модальності цієї системи, вона використовує переважно візуальні (зорові), аудіальні (слухові) або кінестетичні (відчуттєві) канали отримання та переробки інформації, що супроводжується відповідними переживаннями. Наприклад, “візуал” у стресовому стані не звертає уваги на слухову інформацію і не усвідомлює тілесних відчуттів.

Коли необхідно вивести людину зі стану стресу, то подеколи варто емоційно “струснути” її, тим самим знімаючи обмеженість свідомості “застряглим” переживанням і впорядковуючи її думки. “Кінестетику” в стані стресу важливо усвідомити звукові та візуальні характеристики ситуації, прислухатися і придивитися до навколишнього простору. “Аудіалу” – звернути увагу на тілесні відчуття, побачити себе ніби з боку. Сприйняття ситуації “по-новому” допомагає знайти нестандартні способи її вирішення.

На жаль, існуюча на сьогодні система підготовки працівників ОВС не достатньо приділяє уваги “прищепленню” навичок правильних, адекватних дій у складних умовах. Йдеться про те, що засвоєння міліціонером системи сучасних психологічних знань є необхідною, але недостатньою умовою успішного виходу зі складних, психологічно напружених ситуацій. За умов сучасності пріоритетне місце посідає розвиток *практичних умінь*, що дозволяють ефективно вирішувати поставлені завдання, швидко орієнтуватися в складних ситуаціях.

Готовність і спроможність працівника міліції ефективно діяти в екстремальних ситуаціях можуть бути досягнуті тільки за умов гармонійного розвитку і належного функціонування всіх структурних компонентів психіки (інтелектуальних, емоційних, мотиваційних, рухових тощо). Саме для формування цих якостей слід запропонувати у навчальному процесі вищих закладів освіти системи МВС використання “Смуг психологічних перешкод”. Такі смуги вже створені в деяких училищах початкової підготовки міліціонерів, але, на жаль, відсутні у вищих навчальних закладах МВС.

“Смуга психологічних перешкод” – це модель екстремальної ситуації, для вирішення якої необхідно долати значне психологічне та фізичне навантаження, постійно бути готовим до несподіванок і випробувань емоційно-вольової сфери та психічних функцій (пізнавальних, комунікативних і т. ін.).

Завдяки зовнішній імітації ситуацій і моделюванню їх психологічних умов “Смуга психологічних перешкод” може виконувати такі функції:

- формувати та закріплювати готовність до ефективної діяльності в психологічно напружених та екстремальних ситуаціях;
- тренувати професійно значущі якості (спостережливість, професійну пам’ять, сприйняття тощо);
- допомагати в формуванні навичок контролю та управління неприємними відчуттями і психічними станами (тривога, страх, хвилювання, тощо).

Головна мета створення “Смуги психологічних перешкод” повинна полягати у формуванні у працівників ОВС навичок саморегуляції, самоконтролю, активізація мислення, уваги, пам’яті тощо у складних умовах службової діяльності.

Належним результатом ефективного використання смуги слід вважати вироблення навичок самоуправління всіма психологічними процесами, тобто прищеплення працівнику вміння за будь-яких обставин свідомо та ефективно використовувати власний психологічний потенціал – спостережливість, пам’ять, мислення тощо. По суті це формування фахового типу реагування у працівника міліції.

Взагалі з метою практичної реалізації психологічного забезпечення діяльності працівників в екстремальних умовах найбільш ефективним буде підвищення питомої ваги саме психологічних знань у структурі навчального процесу відомчих навчальних закладів. Доцільним буде проводити підготовку курсантів і слухачів до дій в екстремальних ситуаціях загального характеру з подальшим спрямуванням на специфіку конкретної фахової діяльності (карний розшук, слідство, міліція громадської безпеки тощо).

Працівник міліції за своєю сутністю завжди залишається правоохоронцем, тобто фахівцем у галузі охорони правопорядку (принаймні таким його прагнуть сприймати громадяни). Для ефективного виконання службових завдань і реалізації професійних обов'язків (особливо щодо дій в екстремальних ситуаціях) вирішального значення набуває професійна компетентність і впевненість у собі, вміння мобілізуватися у надзвичайних обставинах, тренованість, витримка і адекватна оцінка обстановки, досягнення яких можливе лише за наявності належного рівня психологічної підготовки працівника міліції.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. *Ємельяненко Л.М.* Конфліктологія / Л.М. Ємельяненко. – К. : 2003. – 246 с.
2. *Китаев-Смык Л.А.* Психология стресса / Л.А. Китаев-Смык. – М. : Наука, 1983. – 368 с.
3. Психологическое обеспечение деятельности органов внутренних дел в экстремальных условиях : метод. пособ. – М. : УВР ГУКиКП МВД России, ЦОКП МВД России, 2001. – 164 с.
4. Психологічний словник / за ред. В.І. Войтка. – К. : Вища школа, 1982. – 260 с.
5. Психологический словарь / под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевського. – 2-е изд., исп. и доп. – М. : Политиздат, 1990. – 304 с.
6. *Самоукина Н.В.* Психология и педагогика профессиональной деятельности / Н.В. Самоукина. – М. ; СПб, 1999. – 218 с.
7. Соціальна робота/соціальна педагогіка (понятійно-термінологічний словник) / під заг. ред. І.В. Звереві. – К. : Етносфера, 1994. – 352 с.

Отримано 17.10.2013