

УДК 351.74

**В. В. Трифонов**

**V. V. Trifonov**

Могилевский институт МВД,  
доцент кафедры прикладной физической  
и тактико-специальной подготовки,  
кандидат биологических наук, доцент (Беларусь)

**В. С. Бельский**

**V. S. Belsky**

Могилевский институт МВД,  
преподаватель кафедры прикладной физической  
и тактико-специальной подготовки (Беларусь)

**ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ  
ЭФФЕКТИВНОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКА  
ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ  
В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ**

**PSYCHOPHYSIOLOGICAL ASPECTS  
OF THE EFFECTIVENESS OF LAW ENFORCEMENT  
OFFICERS IN EXTREME SITUATIONS**

*Аннотация.* В статье изложен анализ исследований психофизиологических аспектов эффективности действий сотрудника правоохранительных органов в экстремальных ситуациях.

*Summary.* The article presents an analysis of research on psychophysiological aspects of the effectiveness of actions of a law enforcement officer in extreme situations.

*Ключевые слова:* эффективность деятельности, экстремальная ситуация, стрессоустойчивость, физическая нагрузка, сердечно-сосудистая система, кровообращение.

*Keywords:* performance, extreme situation, stress resistance, physical activity, cardiovascular system, blood circulation.

На современном этапе развития общества во многих странах, в том числе и в Республике Беларусь, происходят события (митинги, протесты) противоправного характера. Как показывает анализ развития этих событий, сотруднику правоохранительных органов приходится все чаще сталкиваться с противодействием не только психологического, но и физического характера со стороны отрицательно настроенных граждан, а в отдельных случаях и уголовных элементов.

Такое противодействие в отдельных случаях бывает направлено на причинение вреда здоровью сотрудника органов внутренних дел, а иногда представляет угрозу для его жизни. При этом возникающие ситуации по своей сути являются экстремальными, так как возникает угроза для жизни сотрудника, а

адаптация к ним, по мнению Н. В. Рязановой, требует от него максимального напряжения не только психических, но и физических сил [1].

На основании вышеизложенного мы полагаем, «...что к экстремальным ситуациям можно отнести ситуации, характеризующиеся измененными и непривычными условиями жизни человека, создающими неблагоприятную или опасную обстановку и требующими при адаптации к ним больших энергозатрат и предельного напряжения сил организма» [2, с. 122].

Экстремальные ситуации оказывают значительные влияния на эффективность действий сотрудника [3], что в свою очередь предъявляет повышенные требования к подготовленности сотрудника правоохранительных органов как в психологическом, так и физическом плане [4; 5].

На важное значение физической подготовки для сотрудника ОВД также указывается и в других работах [6; 7]. Так, по мнению А. И. Каранкевича профессиональная подготовленность сотрудника определяется комплексом основных характеристик, среди которых «...развитие профессионально важных физиологических функций, анализаторов и физических качеств; ...» [6, с. 30].

А. Е. Томилова также считает, что при выполнении сотрудниками ОВД оперативно-служебных задач в особых условиях эффективность их действий определяется не только психологической подготовкой, но и физической подготовкой и физиологической готовностью [7].

Таким образом, в подготовленности сотрудника правоохранительных органов к действиям в экстремальных ситуациях можно выделить три аспекта: психологический, физический и физиологический.

В нашем понимании физиологическая готовность — это оптимальное состояние физиологических систем организма, которые обеспечивают выполнение мышечной нагрузки и устойчивое состояние психики человека при адаптации к экстремальной и другим ситуациям.

Адаптация организма к действиям в экстремальных ситуациях, для которых характерны значительные психофункциональные нагрузки, во многом обусловлена состоянием сердечно-сосудистой и нервной системы.

Так в работе «Основы психофизиологии экстремальной деятельности» указывается, что сила нервных процессов является одним из важнейших факторов, обеспечивающих стрессоустойчивость организма [8]. В исследованиях В. В. Трифонова также было показано, что стрессоустойчивость определяется типологическими свойствами нервной системы [9].

Другими исследователями указывается на важное значение системы кровообращения в адаптации организма к экстремальным ситуациям [10–12].

Так, в частности, М. А. Попова с соавторами указывает на то, что адаптация организма к воздействию психоэмоциональных нагрузок в значительной степени зависит от состояния сердечно-сосудистой системы [10]. Необходимо также отметить общепризнанный факт, что состояние системы кровообращения является лимитирующим фактом выполнения физической нагрузки.

Г. В. Рябыкина считает, что показатель variability ритма сердца может служить индикатором ранних нарушений адаптации организма к физическим нагрузкам [11]. Созвучны с мнением Г. В. Рябыкиной результаты исследе-

дования А. А. Зуйковой [12], которая при изучении адаптационных возможностей организма к стрессовым ситуациям обнаружила, что показатели функционального состояния сердечно-сосудистой системы наиболее ярко отражают нейрогуморальную регуляцию организма как единого целого, а также ее адаптационные возможности при выполнении физической нагрузки экстремального характера. При этом А. А. Зуйкова физическую нагрузку приравнивает к стрессогенной.

Стресс по своей сути является неспецифической реакцией организма, в основе которой находится ряд общих процессов, которые возникают в ответ на любые воздействия, обладающие достаточной силой для запуска этих процессов [13].

Как отмечалось нами выше, эффективность действий сотрудника ОВД определяется не только физической, но и его психологической подготовкой. В зависимости от подготовленности сотрудника к действиям в экстремальных ситуациях стресс может оказывать на сотрудника как положительное, так и отрицательное влияние. В последнем случае у сотрудников с низкой в плане стрессоустойчивости подготовленностью отмечаются неоправданные страхи, нарушаются когнитивные функции, одной из которых является внимание [14; 15], что в конечном итоге отрицательно влияет на эффективность его действий особенно в экстремальных ситуациях.

В связи с вышеизложенным необходимо обратить внимание на барорецепторную теорию J. I. Lacey [16], которая объясняет связь сердечно-сосудистой системы с психическими функциями, положения которой нашли свое подтверждение в ряде работ других исследователей. В соответствии с этой теорией повышение ЧСС и артериального давления крови вызывает возрастание афферентной импульсации от барорецепторов дуги аорты и каротидных синусов, тем самым ограничивая поступление информации к отдельным участкам коры больших полушарий из окружающей среды, что способствует оптимизации умственных процессов.

Таким образом, состояние системы кровообращения является одним из основных физиологических факторов, обеспечивающих надежность не только в плане физических, но и психологических действий сотрудника правоохранительных органов в экстремальных ситуациях.

Ранее нами отмечалось, что, «...в развитии стрессоустойчивости можно выделить два аспекта — физиологический и психологический», при этом эти два аспекта сильно интегрированы между собой [17, с. 60]. Так, с одной стороны, изменения функционального состояния системы кровообращения и нервной системы сказываются на психическом состоянии человека. С другой стороны, восприятие и оценка человеком окружающей обстановки неизбежно вызывают изменения в состоянии системы кровообращения и нервной системы.

Таким образом, при рассмотрении стрессоустойчивости, которая является основой эффективности действий сотрудника в экстремальных ситуациях, необходимо говорить не о психическом или физиологическом ее компоненте, а о психофизиологическом.

Учитывая тот факт, что ФН является стресс-фактором для организма, закономерности развития стресса (тренированности) можно с успехом использовать для повышения стрессоустойчивости организма. При этом динамика показателей системы кровообращения и нервной системы может служить индикатором стрессоустойчивости организма.

1. Рязанова Н. В. Экстремальное событие и экстремальная ситуация: общие черты и отличительные признаки // Вестн. Санкт-Петербург. ун-та МВД России. 2007. № 1. С. 143–147. [Вернуться к статье](#)

2. Трифонов В. В. Вегетативное обеспечение стрессоустойчивости как фактор готовности сотрудника правоохранительных органов к эффективной деятельности в экстремальных ситуациях // Научный компонент. № 1 (1) 2019. С. 121–127. [Вернуться к статье](#)

3. Гайдук С. А. Формирование волевых и физических качеств курсантов Академии МВД Республики Беларусь средствами профессионально-прикладной физической подготовки : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 ; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. Минск, 2005. 24 с. [Вернуться к статье](#)

4. Баркалов С. Н. Методика служебно-боевой подготовки курсантов вузов МВД России с учетом специфики профессиональной деятельности : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 / С. Н. Баркалов. М., 2005. – 224 с. [Вернуться к статье](#)

5. Косяченко В. И. Методика применения сбивающих факторов в профессионально-прикладной физической подготовке курсантов учебных заведений МВД России : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Волгоград, 2000. 184 с. [Вернуться к статье](#)

6. Каранкевич А. И., Барташ В. А. Психофизическая готовность курсантов учреждений образования МВД Республики Беларусь к эффективной профессиональной двигательной деятельности : монография ; М-во внутр. Дел Респ. Беларусь, учреждение образования «Могилевский институт Министерства внутренних дел Республики Беларусь». Могилев : Могилев. институт МВД, 2016. 200 с. [Вернуться к статье](#)

7. Томилова А. Е. Психологическая подготовка и боевая готовность сотрудников ОВД к действиям в экстремальных ситуациях // Психопедагогика в правоохранительных органах. 1998. № 1 (7). С. 54–57. [Вернуться к статье](#)

8. Основы психофизиологии экстремальной деятельности / под ред. д-ра пед. наук, проф. А. Н. Блеера. М., 2006, 380 с. [Вернуться к статье](#)

9. Трифонов В. В. Типологические свойства нервной системы как один из факторов, определяющих стрессоустойчивость организма // Актуальные проблемы огневой, тактико-специальной и профессионально-прикладной физической подготовки : сб. ст. // Министерство внутренних дел Республики Беларусь, учреждение образования «Могилевский институт Министерства внутренних дел Республики Беларусь» ; ред. кол.: Ю. П. Шкаплеров (отв. ред.) [и др.]. Могилев, 2018. С. 173–179. [Вернуться к статье](#)

10. Функциональное состояние вегетативной и центральной нервной системы у лиц, занимающихся экстремальными видами спорта / М. А. Попова [и др.] // Современные проблемы науки и образования. 2013. № 3. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=9240> (дата обращения: 12.02.2020). [Вернуться к статье](#)

11. Рябыкина Г. В., Соболев А. В. Вариабельность сердечного ритма : монография. М. : Оверлей, 2001. С. 197–207. [Вернуться к статье](#)

12. Зуйкова А. А. Методология и теоретические основы комплексного анализа адаптационных возможностей организма человека при стрессовых ситуациях различного генеза : дис. ... д-ра мед. наук : 05.03.11. Воронеж, 2006. 298 с. [Вернуться к статье](#)
13. Селье Г. Очерки об адаптационном синдроме. М. : 1960. С. 254. [Вернуться к статье](#)
14. Самоукина Н. В. Экстремальная психология. М. : ЭКСМО, 2000. 288 с. [Вернуться к статье](#)
15. Психофизиология : словарь / М. М. Безруких, Д. П. Фарбер // Психологический лексикон. Энциклопедический словарь : в 6 т. М. : ПЕРСЭ, 2006. 128 с. [Вернуться к статье](#)
16. Lacey J. I. Somatic response patterning and stress: Some revisions of activation theory / In: M. H. Appley, R. Trumbull (Eds.), Psychological Stress: Issues in Research. N.Y. Appleton-Century-Crofts. 1967. P. 14–44. [Вернуться к статье](#)
17. Трифонов В. В., Каранкевич А. И. Стрессоустойчивость как элемент готовности сотрудника органов внутренних дел к эффективной реализации специальных мер административного принуждения (силового воздействия) // Вестн. Сибир. юрид. ин-та МВД России. 2017. № 1(26). С. 59–64. [Вернуться к статье](#)