

УДК 159.9

## **ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВАЯ САМОРЕГУЛЯЦИЯ В КОНТЕКСТЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ ЛИЧНОСТИ К КРИЗИСНЫМ СИТУАЦИЯМ**

*А. В. Даниленко*

*курсант 4 курса факультета милиции*

*Могилевского института МВД Республики Беларусь*

*Научный руководитель: Л. Л. Евсеев,*

*старший преподаватель*

*кафедры служебно-прикладной подготовки*

*Могилевского института МВД Республики Беларусь*

В широком смысле понятие саморегуляции в психологии личности связано с осознанной регуляцией индивидом своей деятельности, так как существование личности вне ее деятельности невозможно.

В настоящее время представление о саморегуляции деятельности в психологии связано с понятием воли (Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн, Н. А. Берштейн, П. К. Анохин, О. А. Конопкин и др.), находящейся во взаимосвязи с эмоциями (М. В. Чумаков, С. В. Асямов, Ю. С. Пулатов), следовательно, саморегуляция деятельности личности обеспечивается взаимным влиянием эмоциональных и волевых ресурсов человека.

Ретроспективный анализ понимания и изучения эмоционально-волевой саморегуляции личности, исходя из историко-эволюционного (А. Г. Асмолов, С. Л. Рубинштейн, А. В. Брушлинский) и структурно-функционального (О. А. Конопкин, В. И. Моросанова и А. К. Осницкий) подходов, позволяет выделить общий фактор успешности деятельности, который представлен способностью личности адаптироваться к условиям окружающей обстановки.

Адаптационные способности субъекта деятельности в кризисных ситуациях в совокупности с мотивационными и познавательными характеристиками личности представляют ключевые элементы психологической готовности [1], позволяющие субъекту этой деятельности максимально эффективно действовать в кризисной ситуации, мобилизуя личностные качества, знания, навыки и умения, для достижения необходимой цели.

Таким образом, психологическая готовность к деятельности в кризисных ситуациях включает способность субъекта этой деятельности адаптироваться к условиям обстановки, используя эмоционально-волевою саморегуляцию своего психического состояния, что позволяет ему действовать адекватно складывающейся ситуации.

1. Евсеев Л. Л. Психологическая готовность к профессиональной деятельности в опасных ситуациях // Вестн. Могилев. гос. ун-та им. А. А. Кулешова. 2019. № 1 (53). С. 73–77. [Вернуться к статье](#)