

УДК 378:259.944.4

СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ И ФАКТОРЫ, ЕЕ ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ

П. А. Сигеев

*курсант 3 курса факультета милиции
Могилевского института МВД Республики Беларусь*

*Научный руководитель: В. В. Трифонов,
доцент кафедры служебно-прикладной подготовки
Могилевского института МВД Республики Беларусь,
кандидат биологических наук, доцент*

Сотрудник органов внутренних дел (далее — ОВД) в процессе своей служебной деятельности часто сталкивается с правовыми, конфликтными ситуациями, которые являются стрессогенными. С. С. Алексеев пишет об этом так: «Правовая ситуация — это конфликт или положение во взаимоотношениях людей, грозящее конфликтом, с внешней стороны — спор, сшибка интересов, соперничество мнений и намерений» [1, с. 258].

Состояние стресса, сопровождающееся сильным эмоциональным возбуждением, отрицательно сказывается на оценке конфликтной ситуации и, следовательно, на эффективности действий сотрудника ОВД. В этой связи остро встает вопрос о разработке методик диагностики и повышения стрессоустойчивости как одного из факторов, определяющих эффективность действий сотрудника ОВД в подобных ситуациях.

В. А. Бодров считает, что в настоящий момент времени не сложилось единого понимания понятия и сущности стрессоустойчивости, ввиду чего большинство авторов употребляют в качестве синонима термин «эмоциональная устойчивость», сущность и механизмы которой более широко изучены в сравнении с вышеуказанным понятием [2].

Явление стрессоустойчивости постоянно и изменчиво одновременно. Высокая степень развития устойчивости к стрессу у личности определяется состоянием устойчивости биологических, физиологических и психологических характеристик организма.

Исходя из информации, отмеченной выше, а также результатов наших исследований, можно сделать вывод, что одним из основных факторов, определяющих стрессоустойчивость, является состояние физиологических систем организма, в частности центральной нервной системы [3; 4] и системы кровообращения [5].

А. Е. Томилова в основе обеспечения стрессоустойчивости к физической нагрузке выделяет способность системы кровообращения приводить в норму артериальное давление, частоту сердечных сокращений [6].

Таким образом, состояние физиологических систем организма, нервной системы и системы кровообращения является одним из основных факторов, определяющих стрессоустойчивость.

-
1. Алексеев С. С. Восхождение к праву: поиски и решения. М. : Норма, 2001. 748 с. [Вернуться к статье](#)
 2. Бодров В. А. Информационный стресс : учеб. пособие для вузов. . М. : ПЕР СЭ, 2000. 352 с. [Вернуться к статье](#)
 3. Крыжановский Г. Н. Некоторые закономерности осуществления биологических процессов и их роль в патологии // Патология, физиология и эксперимент. терапия. 1974. № 6. С. 3–6. [Вернуться к статье](#)
 4. Топчий М. В., Чурилова Т. М. Стресс как объект научной рефлексии. Ставрополь : НОУ ВПО СКСИ, 2009. 312 с. [Вернуться к статье](#)
 5. Леутин В. П., Платонов Я. Г., Михальченко А. И. Психофизиологические механизмы интервальной гипоксической тренировки [Электронный ресурс]. URL: <http://www.tsu.ru/-valeo/konfer/tesis/tez16.html> (дата обращения: 23.12.2024). [Вернуться к статье](#)
 6. Томилова А. Е. Психологическая подготовка и боевая готовность сотрудников ОВД к действиям в экстремальных ситуациях // Психопедагогика в правоохран. органах. 1998. № 1 (7). С. 54–57. [Вернуться к статье](#)