

УДК 159.9

## СТРЕСС КАК ФАКТОР ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

*С. А. Ситникова*

*курсант 3 курса факультета  
подготовки сотрудников полиции и следователей  
Барнаульского юридического института МВД России*

*Научный руководитель: Д. Н. Рыбин,  
доцент кафедры психологии и педагогики  
в органах внутренних дел  
Барнаульского юридического института МВД России,  
кандидат психологических наук, доцент*

Актуальность этой статьи обусловлена тем, что сотрудники органов внутренних дел сталкиваются с множеством стрессовых факторов, которые имеют свою уникальную природу. К основным стрессогенным факторам правоохранителей можно отнести информационную нагрузку, неопределенность информации, нехватку времени, межличностные конфликты, высокую степень ответственности и факторы, связанные с внутриличностными конфликтами.

Длительное пребывание сотрудника в состоянии стресса или профессионального напряжения приводит к изменениям в его личности, которые могут выражаться в снижении интереса к работе, уменьшении терпимости в общении и появлении деструктивного поведения. Эти явления объединяются термином «эмоциональное выгорание».

Существенной особенностью деятельности сотрудника ОВД является конфликтный характер тех ситуаций, на фоне которых разворачивается и протекает его служба. Конфликтность деятельности проявляется в самых разных формах. Это и контакт с преступным контингентом, и межличностные конфликты с руководителем или в коллективе, и внутриличностные конфликты, возникающие на фоне отсутствия свободного времени для личной жизни.

Вышеперечисленные факторы можно также отнести к такому явлению, как неблагоприятная обстановка. А неблагоприятная обстановка на рабочем месте может привести к развитию психических расстройств, злоупотреблению алкоголем и снижению производительности труда, а иногда и к суицидальному поведению [1].

Эмоциональное выгорание — это синдром, проявляющийся продолжительной реакцией на хронический стресс, возникающий при работе с людьми [2, с. 104]. Причины эмоционального выгорания могут быть как общие, так и

индивидуальные для каждого сотрудника. К общим относятся: загруженность работой, недостаточное признание и вознаграждение сотрудника, сложные отношения в коллективе, конфликт ценностей. Пожалуй, именно конфликт ценностей содержит в себе индивидуальные причины. Ценностями являются идеалы и мотивы, которые изначально привели человека к его работе, и, когда появляется противоречие между индивидуальными ценностями и ценностями организации, сотруднику сложно выбрать, и появляется синдром эмоционального выгорания.

В связи с изменениями в геополитической обстановке, которые произошли в стране, у сотрудников органов внутренних дел возникло еще больше стрессогенных факторов, профилактика эмоционального выгорания и поддержание психического здоровья ведется на государственном уровне. Психологическая работа в органах внутренних дел направлена на выявление сотрудников, находящихся в кризисном состоянии, профилактику суицидальных происшествий, профессиональной деформации личности и отклоняющихся форм поведения.

---

1. ВОЗ: неблагоприятная обстановка на работе чревата психическими расстройствами [Электронный ресурс] // ТАСС : [сайт]. URL: <https://tass.ru/obschestvo/4631538> (дата обращения: 25.01.2025). [Перейти к источнику](#)  
[Вернуться к статье](#)

2. Maslach С., Leiter М. Р. Представление о синдроме эмоционального выгорания: современное исследование и его применение в психиатрии // World Psychiatry. 2016. Vol. 15, № 2. P. 103–111. [Вернуться к статье](#)