

ред. Г.В. Леонова; Алт. гос. техн. ун-т, БТИ. Бийск: Изд-во Алт. гос. техн. ун-та, 2010. С.124–128.

7) *Freundenberger H.J. Staff burn-out / H.J. Freundenberger // Journal of Social Issues. 1974. V. 30. P. 159–165.*

*Е. Г. Лопес, О. В. Панова
Екатеринбург, РГППУ*

ИССЛЕДОВАНИЕ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ СОТРУДНИКОВ МВД

Профессиональная деятельность сотрудников системы МВД является универсальным, многообразным видом деятельности. Она требует от специалиста знаний в различных областях, умений применять эти знания на практике, а также неординарных личностных качеств. Профессионально важными качествами специалистов системы МВД отмечают такие качества, как высокая эмоционально-волевая устойчивость, личная и социальная ответственность, чувство долга, чувство собственного достоинства, уважения, эмпатийность, адекватная самооценка, низкая тревожность, стрессоустойчивость.

Стрессоустойчивость, рассматривается, как набор личностных черт, определяющих устойчивость к различным видам стрессов. Стрессоустойчивость состоит из трех связанных между собой компонентов: ощущение важности своего существования; чувство независимости и способности влиять на собственную жизнь; открытость и интерес к изменениям, отношение к ним не как к угрозе, а как к возможности развития [1]. Стрессоустойчивость способствует и сохранению психологического здоровья. Стрессоустойчивость - это способность противостоять стрессу. Для этого специалистам, работающим в системе МВД: оперативным работникам, следователям, полицейским нужны такие качества, как умение быстро реагировать в неопределенных, экстремальных ситуациях, принимать решения, управлять своими эмоциями, развитый самоконтроль и физически натренированы.

В связи с внедрением информационных технологий, модернизацией и реформированием системы МВД, стрессоустойчивость является необходимым качеством, позволяющим сохранить физическое и психическое здоровье людей [2]. Особенно актуальным становится изучение индивидуально-психологических факторов стрессоустойчивости, от которых зависит успешность социально-психологической адаптации человека в современном обществе.

ве. Исследования, проведенные Селье Г. Х, Кэннон У. Б, Голдстоун Д. А. и другими учеными, позволяют рассматривать стрессоустойчивость в концепциях исследования стресса, профилактики стресса [3].

В исследовании принимали участие 51 человек сотрудников МВД г. Сухой Лог, от 25 до 40 лет из них 18 женщин и 33 мужчин. Для решения поставленных задач применялись методики «стрессоустойчивость и социальная адаптация» Холмса и Раге, «оценка нервно-психического напряжения, астении и сниженного настроения» созданная Л.Д. Малковой и адаптированная Т.Г. Чертовой. Результаты исследования показали, что существуют различия по степени проявления стрессоустойчивости у женщин, чем у мужчин, женщины более стрессоустойчивы. Нервно-психическое напряжение более выражено у женщин, чем у мужчин. У мужчин астеническое состояние сниженное, или субдепрессивное, настроение характеризуется снижением активности психической деятельности, психомоторики, нарушениями сна, вегетативно-соматических функций, склонностью к повышению артериального давления, снижением социальной активности. Степень проявления стрессоустойчивости также зависит от стажа работы. У женщин и мужчин, работавших в сфере МВД менее 5 лет, степень стрессоустойчивости сама низкая. У женщин, имеющих стаж работы от 5 лет до 10 лет, средняя степень стрессоустойчивости, а у мужчин, в этот период, высокая степень стрессоустойчивости. У женщин, чей стаж более 10 лет, уровень стрессоустойчивости высокий, у мужчин, наоборот, низкая степень стрессоустойчивости. Уровень выраженности нервно-психического напряжения повышается вместе со стажем сотрудников, как у мужчин, так и у женщин. Астеническое состояние у мужчин и у женщин не зависит от стажа работы. Чем больше стаж работы в сфере МВД, тем более выражено сниженное настроение (субдепрессия).

Таким образом, стрессоустойчивость у сотрудников МВД является важным профессиональным качеством.

Библиографический список

1. *Словарь терминов МЧС*, 2010.
2. *Тигранян Р.А.* Стресс и его значение для организма/ Р. А. Тигранян. М.: Наука, 1988. 176 с.
3. *Апчел В.Я., Цыган В.Н.* Стресс и стрессоустойчивость человека / В. Я. Апчел, В. Н. Цыган. СПб., 1999. 86 с.