Беркович Ольга Ефимовна
канд. пед. наук, доцент
Тропинова Ольга Александровна
студентка
ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский
Нижегородский государственный университет
им. Н.И. Лобачевского»
г. Нижний Новгород, Нижегородская область

К ВОПРОСУ О СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ ЭКСПЕРТА-КРИМИНАЛИСТА

Аннотация*: в научной работе авторы рассматривают влияние психологического стресса на профессиональную деятельность эксперта-криминалиста, опираясь на исследования в области юридической психологии, где повышенная стрессогенность упоминается как одна из психологических особенностей условий профессиональной деятельности эксперта-криминалиста. В статье рассмотрены причины эмоционального стресса у эксперта-криминалиста, что позволяет прогнозировать пути адаптации к нему и пути профилактики такого стресса. Сформированная эмоциональная компетентность эксперта-криминалиста может существенно повысить его профессиональную реализацию и успешность.*

Ключевые слова*: стресс, профессиональный стресс, эмоции, эксперт, специалист, профессиональная деятельность, стрессоустойчивость.*

Известно, что для ряда профессий стресс и эмоциональная устойчивость являются сопутствующими компонентами. Эмоции, которые испытывает человек, напрямую связаны с психической напряженностью в силу ответственности и возложенных на него обязанностей. Специалисты экстремального профиля деятельности традиционно относятся к категории лиц с профессионально высоким уровнем эмоционально-стрессовых нагрузок, так как на них воздействует

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

большое количество факторов, связанных со спецификой служебной деятельности. К таким лицам относят и экспертов-криминалистов, работающих на месте происшествия. Все вышеперечисленное определяет актуальность исследуемой нами проблемы.

Нам представляется уместным отнести к факторам, связанным со спецификой служебной деятельности эмоции и стресс. Известно, что впервые понятие стресса в психологической науке было введено канадским ученым Г. Селье в 1936 г. Им же был назван синдром под названием «стресс-реакция», который состоит из 3 стадий развития: стадии тревоги, стадии сопротивления и стадии истощения [6, с. 10].

В профессиональной деятельности эксперта-криминалиста «стресс-реакция» может формироваться в следующем порядке. Первая стадия – тревоги. Она может иметь истоки в нижеперечисленной сфере выполнения профессиональных задач эксперта-криминалиста или выезд на заявки для специалиста, который нередко происходит в ситуациях с непредсказуемым исходом. Ведь чаще всего значительную часть информации о произошедшем специалист не получает до момента прибытия на место. И на данном этапе может наступить чувство страха неопределенного вида, то есть тревога. Известно, что тревога представляет собой первоначальный отклик организма на опасность или угрозу, возникающий для того, чтобы помочь личности справиться с ситуацией. Усиление тревоги на фоне недостаточности ресурсов психики может спровоцировать реакцию «взрыва». Основной ее смысл заключается в максимальной мобилизации ресурсов организма и быстром приведении человека в состояние напряженной готовности.

По окончании стадии тревоги происходит переход на вторую стадию – сопротивления или резистентности. В профессиональной практике эксперта-криминалиста даже опытным сотрудникам нередко приходиться встречаться с нелицеприятными картинами (например, на месте происшествия). Они могут провоцировать возникновение различных негативных эмоций, либо наоборот –

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

сосредоточение на практической стороне деятельности и нейтрализацию эмоционального состояния. Все изменения, происходящие на этой стадии адаптационного синдрома, можно считать обратимыми, поскольку прекращение воздействия стрессора возвращает организм в состояние нормы.

Завершает «стресс-реакцию» стадия истощения. Если в течение длительного времени личность продолжает подвергаться стрессору, может наступить момент, когда ей будет сложно найти силы, чтобы справиться с ситуацией стресса. На этой стадии стресса наблюдается выраженная астения, слабость, физиологическая и психологическая защиты выявляются на низком уровне. Поскольку на этой стадии наблюдается значительное истощение ресурсов организма и психики, у личности можно наблюдать значительные затруднения в сопротивлении стрессу, она нуждается в появлении помощи извне: в виде устранения стрессора. В случае рассмотрения психотравмирующей ситуации в профессиональной деятельности эксперта-криминалиста, это может быть, например, завершение осмотра места происшествия.

Указанные выше, а также и иные специфические особенности профессиональной деятельности эксперта-криминалиста, чья деятельность неразрывно связана с проведением сложнейших исследований, предполагающих особенную физическую и психическую выдержку, оказывают значительное влияние. Согласимся с мнением большинства исследователей в области профессиональной психологии сотрудников правоохранительных органов, выделяющих повышенную стрессогенность служебной деятельности эксперта-криминалиста как одну из психологических особенностей его профессиональной деятельности. Как подмечает Л.А. Китаев-Смык в монографии «Психология стресса», работа в условиях стресса и в постоянном напряжении представляет собой серьезное испытание не только для физического, но и для психического здоровья специалиста, в частности, как нам представляется, критической проверкой степени его профессиональной надежности [3, с. 9].

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

В связи с этим, особую роль в повышении эффективности деятельности специалистов экстремального профиля следует выделить в психопрофилактике профессионального стресса.

Психологической науке и практике известны различные виды стрессов, возникающих в трудовой деятельности. Существует рабочий стресс, который может быть спровоцирован причинами, связанными с условиями труда и местом работы. Профессиональный стресс – может стать следствием причин, связанных с самим выбором профессии, родом и видом деятельности. Организационный стресс может возникнуть вследствие негативного влияния на работника специфическими особенностями профессиональной практики. Указанные понятия близки, но не синонимичны.

Профессиональный стресс – это напряженное состояние работника, возникающее при воздействии на него эмоционально-отрицательных и экстремальных факторов, связанное с выполняемой профессиональной деятельностью. Поэтому в приведенной статье мы говорим именно о понятии профессионального стресса.

Психограмма сотрудников правоохранительных органов характеризуется высокой стрессоустойчивостью, определяет повышенные требования к их социально-психологическому и психофизиологическому статусу. Степень функциональных и патологических изменений в организме людей, профессиональный труд которых связан с экстремальными нагрузками, детерминирована устойчивостью к стрессу. В отечественных и зарубежных исследованиях проблема стрессоустойчивости трактуется по-разному ввиду отсутствия единой теории стресса.

Проблема профессионального развития, здоровья и личностного благополучия работников в последние десятилетия привлекает все большее внимание как отечественных, так и зарубежных исследователей.

В связи с этим особая роль в повышении эффективности деятельности специалистов экстремального профиля, в частности, экспертов-криминалистов,

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

принадлежит психопрофилактике профессионального стресса и формированию стрессоустойчивости.

В научных исследованиях в области профессиональной психологии юриста рассматриваются различные виды профессионального стресса и их негативные последствия, в основе которых лежат, прежде всего, личностные деформации специалиста. Представляется возможным в рамках настоящей статьи подробнее остановиться на рассмотрении возможного выхода из такого состояния и нормализации работоспособности эксперта-криминалиста в условиях повышенной эмоциональной напряженности.

Известно, что к ближайшим, приоритетным ценностям личности, следует отнести любовь и семью. В этой связи одним из основных аспектов в превентологии возникновения и развития профессионального стресса будет уместна и желательна социальная поддержка семьи и близких людей. Если в семейном кругу человек часто поддается эмоциональным воздействиям, стрессу и постоянно находится в напряжении, то уровень профессионального стресса на работе также будет повышен. Конструктивные интерсубъектные, в том числе, семейные отношения можно выделить как одно из условий успешной адаптации эксперта к факторам негативного эмоционального, психотравмирующего воздействия в его профессиональной практике.

Как отмечает Н.Е. Водопьянова в учебном пособии «Профессиональный стресс и стрессоустойчивость специалистов экстремального профиля деятельности»: «Негативная эмоциональная окраска внутрисемейных отношений влечет за собой отчетливое нарастание уровня психопатологической симптоматики. При этом холодные, безразличные, отчужденные внутрисемейные отношения оказывают более выраженное повреждающее воздействие на психику, чем отношения конфликтные, неровные и часто обостряющиеся» [2, с. 32].

Известно, что одним из условий наступления стресса может стать конфликт. Причем, взаимозависимость состояния стресса может быть с конфликтом любого уровня: внутриличностным, межличностным, межгрупповым и крупным со-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

циальным. Следует отметить, что особенности отношения личности к конфликту, выбор ею способов разрешения конфликта и др. – зависят от ее индивидуально-личностных характерологических характеристик. Поскольку, личность определяет стиль поведения в конфликте и степень защиты от состояния тревоги, стресса, можно полагать, что особенности личности эксперта-криминалиста определяют характер течения адаптационного процесса к стрессу.

Можно заметить, что некоторые особенности личности играют значительную роль в развитии адаптационных изменений и сопротивлении неблагоприятным факторам среды. Например, известно, что жизнерадостные люди, как правило, психологически выносливы и устойчивы. Возможно, поэтому нередко сотрудники полиции со стажем более 3-х лет проявляют повышенную жизнерадостность и острое чувство юмора. Вероятно, таким образом, осуществляется их адаптация к стрессу: через нестандартный взгляд на ситуацию.

Свойство личностной тревожности и ее уровень можно рассматривать как тенденцию к переоценке опасности той или иной ситуации и недооценку своих возможностей противостоять реальной или мнимой угрозе. Опыт адаптации эксперта-криминалиста к своей деятельности показывает, что у лиц с высоким уровнем тревожности способность к любой активной адаптации чаще всего снижена: как на уровне психических, так и физиологических составляющих.

Исходя из изложенного, представляется возможным отметить, что такие свойства и качества личности как: целеустремленность, ответственность, настойчивость, уверенность в действиях, резистентность к внешним воздействиям и коммуникабельность – обеспечивают адекватное протекание пассивной адаптации и активное противодействие стрессогенным влияниям, защиту от них или их устранение. Они определяют во многом способность личности в выборе цели и стратегии ее достижения. Эксперту-криминалисту (в рамках экспертных исследований) и специалисту, оказывающему помощь на месте происшествия, для понимания важности своей работы и ее ключевой роли в раскрытии и расследовании уголовного дела следует освоить навыки адаптации

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

к стрессу в сложных профессиональных психотравматичных ситуациях. Для этого необходимо стабилизировать свое эмоциональное состояние, что в целом может позволить понизить уровень как личной, так и реактивной тревоги.

Список литературы

1. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление / В.А. Бодров. – М.: ПЕР СЭ, 2006. – 528 с.

2. Водопьянова Е.В. Психодиагностика стресса / Е.В. Водопьянова. СПб.: Питер, 2009. – 420 с.

3. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса / Л.А. Китаев-Смык. – М.: Наука, 1983. – 368 с.

4. Лозгачева О.В. Формирование стрессоустойчивости на этапе профессионализации: на примере юридического вуза: дис. … канд. психол. наук / О.В. Лозгачева. – Екатеринбург, 2004. – 158 с.

5. Марищук В.Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В.Л. Марищук, В.И. Евдокимов. – СПб.: Сентябрь, 2001. – 260 с.

6. Смирнова Н.Н. Профессиональный стресс и стрессоустойчивость специалистов экстремального профиля деятельности: учебное пособие / Н.Н. Смирнова, А.Г. Соловьев, М.В. Корехова [и др.]. – Архангельск: Изд-во Северного государственного медицинского университета, 2017. – 161 с.

7. Судаков К.В. Индивидуальная устойчивость к стрессу / К.В. Судаков. М., 1998. – 268 с.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)