

Качинская Вероника Владимировна

магистрант

ФГБОУ ВО «Московский государственный
психолого-педагогический университет»

г. Москва

DOI 10.31483/r-168100

ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ КАК ВАЖНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КАЧЕСТВО В СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОПЕРУПОЛНОМОЧЕННЫХ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ

Аннотация: в статье обосновывается значимость жизнестойкости как профессионально-психологического качества в оперативной службе оперуполномоченных сотрудников полиции, чья деятельность сопряжена с высоким уровнем стресса. Эмпирическое исследование (N=46) продемонстрировало, что жизнестойкость и ее компоненты (вовлеченность, контроль, принятие риска) статистически значимо дифференцируют оперуполномоченных полиции на тех, у кого высокий и низкий уровень стрессоустойчивости, тогда как саморегуляция, контроль поведения и мотивация достижения не были проявлены как дифференцирующий фактор. Сделан вывод, что жизнестойкость является ключевым качеством, обеспечивающим надежность оперативно-розыскной деятельности, и требует целенаправленного развития в процессе психологического сопровождения.

Ключевые слова: жизнестойкость, оперуполномоченные сотрудники полиции, профессионально-психологическое качество, стрессоустойчивость, профессиональная надежность.

Оперативно-розыскная деятельность оперуполномоченных сотрудников полиции связана со стрессом. Они постоянно работают в напряженной обстановке: переговоры с криминальными и враждебными лицами, нехватка времени и информации, высокая ответственность за принимаемые ими решения. В таких условиях умение сохранять работоспособность и психологическое спокойствие –

уже не просто черта характера, а ключевое профессиональное качество. Из многих психологических ресурсов, помогающих справляться со стрессом, жизнестойкость выходит на первое место.

В зарубежной психологии идею жизнестойкости и ее содержание впервые предложили С. Мадди и С. Кобаса. По их мнению, жизнестойкость – это система установок личности, которая включает три главных компонента: вовлеченность, контроль, принятие риска. У людей с выраженными такими установками трудные ситуации обычно вызывают не страх, а скорее вызов. Они не утрачивают веру в то, что могут повлиять на ход событий, и активно ищут, как справиться с проблемами [9; 10].

В отечественной психологии Д.А. Леонтьев и Е.И. Расказова трактуют жизнестойкость как личностный ресурс. Он позволяет человеку переносить стрессовые нагрузки и при этом сохранять психологическое благополучие [1].

Если же обратиться к службе оперуполномоченных полиции, то каждый из названных компонентов жизнестойкости обретает вполне конкретный практический смысл:

Компонент вовлеченности помогает оперуполномоченному сохранять интерес и активность на протяжении всей службы, даже в тех случаях, когда приходится заниматься рутинной работой или выполнять очень долгие, растянутые по времени задачи. При этом у него не возникает сильного эмоционального отстранения. Это важно, потому что работа оперуполномоченного полиции постоянно сопряжена с криминалом, ложью, насилием, чужими страданиями. В такой обстановке вовлеченность помогает сотруднику находить в службе смысл, не терять интерес к людям и результату своей работы.

Компонент «контроль» не дает впасть в беспомощность, когда ситуация складывается плохо, и подталкивает искать способы повлиять на нее, принимать решения в условиях неопределенности.

При проведении оперативных мероприятий оперуполномоченным полиции часто не хватает времени и информации, поведение фигурантов дела непредсказуемо, обстановка резко меняется. Сотрудники со слабо развитым компонентом

«принятие риска» могут уходить от опасных ситуаций или слишком долго решаться на принятие действий.

Значит, жизнестойкость действительно становится важным качеством для оперуполномоченных полиции от которого многое зависит.

Мы провели свое исследование. В нем участвовали 46 оперуполномоченных сотрудников полиции (78,3% – мужчин, 21,7% – женщин). Возраст от 20 до 46 лет, у большинства стаж службы превышает три года. Нас интересовало, как жизнестойкость связана с адаптационным потенциалом, саморегуляцией, контролем поведения и мотивацией достижения (данные качества являются маркерами профессиональной надежности оперативных сотрудников полиции, с помощью которых сотрудники способны справляться с особыми условиями службы [4]). В работе использовались такие методики: многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (А.Г. Маклаков, С.В. Чермянин), опросник «Стиль саморегуляции поведения» ССП-98 (В.И. Моросанова), тест жизнестойкости (С. Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.И. Рассказовой), опросник «Контроль поведения» (Е.А. Сергиенко, Г.А. Виленская), тест мотивации достижения (А. Мехрабиан).

Уровень жизнестойкости в выборке распределился следующим образом: низкий – 26,1%, средний – 52,2%, 21,7%.

Чтобы проверить, можно ли считать жизнестойкость профессионально важным качеством для оперуполномоченных полиции, мы провели корреляционный анализ по Спирмену. Сравнили показатели жизнестойкости с параметрами профессиональной адаптации и регуляции поведения (таблица 1). Жизнестойкость дала отрицательные корреляции с параметрами адаптивных способностей ($\rho = -0,709$; $p < 0,001$), с нервно-психической устойчивостью ($\rho = -0,709$; $p < 0,001$) и с личностным адаптационным потенциалом ($\rho = -0,701$; $p < 0,001$). Тут надо отметить, в методике «Адаптивность» высокие баллы, наоборот, говорят о снижении адаптации. Значит, наши данные свидетельствуют, что у оперуполномоченных полиции с более высокой жизнестойкостью лучше нервно-психическая устойчивость, и в целом они успешнее приспосабливаются к служебным нагрузкам.

Таблица 1

*Корреляционные взаимосвязи между жизнестойкостью и параметрами,
отражающими успешность профессиональной адаптации
и регуляции поведения*

Показатели	Связанные переменные	ρ	p
Жизнестойкость	Моделирование	0,748	<0,001
	Оценка результатов	0,322	<0,05
	Гибкость	0,424	<0,01
	Общий уровень саморегуляции	0,412	<0,01
	Адаптивные способности	-0,709	<0,001
	Нервно-психическая устойчивость	-0,709	<0,001
	Коммуникативные способности	-0,477	<0,001
	Личностный адаптационный потенциал	-0,701	<0,001
	Вовлеченность	Моделирование	0,691
Гибкость		0,502	<0,001
Общий уровень саморегуляции		0,467	<0,01
Адаптивные способности		-0,629	<0,001
Нервно-психическая устойчивость		-0,612	<0,001
Контроль (жизнестойкость)	Моделирование	0,676	<0,001
	Общий уровень саморегуляции	0,295	<0,05
	Адаптивные способности	-0,652	<0,001
	Нервно-психическая устойчивость	-0,683	<0,001
Принятие риска	Моделирование	0,636	<0,001
	Оценка результатов	0,407	<0,01
	Гибкость	0,305	<0,05
	Адаптивные способности	-0,611	<0,001
	Нервно-психическая устойчивость	-0,635	<0,001
Контроль поведения (общ.)	Жизнестойкость	-0,334	<0,05
	Вовлеченность	-0,332	<0,05
	Контроль (жизнестойкость)	-0,3	<0,05
Когнитивный контроль	Жизнестойкость	-0,573	<0,001
	Вовлеченность	-0,587	<0,001
	Контроль (жизнестойкость)	-0,465	<0,01
	Принятие риска	-0,334	<0,05
Мотивация	Эмоциональный контроль	-0,352	<0,05

Корреляционный анализ показал: жизнестойкость положительно связана с моделированием ($\rho = 0,748$; $p < 0,001$), гибкостью ($\rho = 0,424$; $p < 0,01$), общим уровнем саморегуляции ($\rho = 0,412$; $p < 0,01$). На практике это значит, что оперуполномоченные полиции с высокой жизнестойкостью лучше прогнозируют

обстановку, быстрее меняют тактику, сохраняют самообладание в стрессовых ситуациях и осознаннее оценивают происходящее.

Далее мы проверили, можно ли считать жизнестойкость профессионально значимым качеством с помощью критерия U-Манна-Уитни (таблица 2). Участников разделили на две группы по медианному показателю стрессоустойчивости (оперативно-розыскная деятельность связана с высоким уровнем стресса, поэтому стрессоустойчивость для оперуполномоченных сотрудников полиции – профессионально важное качество. Жизнестойкость – это одна из характеристик, детерминирующих данное качество [4], что определяет ее ключевую роль в эффективности оперативной службы). Показатель стрессоустойчивости рассчитывался по шкалам нервно-психической устойчивости и личностного адаптационного потенциала (опросник «Адаптивность»). В первую группу вошли сотрудники с высоким уровнем стрессоустойчивости (56,5%), во вторую – с низким (43,5%). Статистически значимые различия ($p < 0,05$) обнаружены только по жизнестойкости ($U = 111$; $p = 0,001$) и ее компонентам – принятию риска ($U = 154$; $p = 0,022$), вовлеченности ($U = 133$; $p = 0,006$), контролю ($U = 115$; $p = 0,002$). По остальным переменным значимых различий между группами не было выявлено ($p > 0,05$). Значит, именно жизнестойкость и ее составляющие – главное, что отличает оперуполномоченных полиции с высокой стрессоустойчивостью от тех, у кого она низкая, и она действительно является значимым профессиональным качеством оперуполномоченных сотрудников полиции.

Таблица 2

Сравнение показателей жизнестойкости и других личностных характеристик у оперуполномоченных с высоким и низким уровнем стрессоустойчивости U-Манна-Уитни

Т-тест независимых выборок		Статистика	p
Шкала общего уровня саморегуляции (ОУ)	Манн-Уитни U	229	0.546
Жизнестойкость	Манн-Уитни U	111	0.001
Контроль поведения общ. балл	Манн-Уитни U	253	0.937

Мотивация общие баллы	Манн-Уитни U	200	0.211
Когнитивный контроль	Манн-Уитни U	190	0.136
Эмоциональный контроль	Манн-Уитни U	247	0.839
Волевой контроль	Манн-Уитни U	182	0.093
Шкала планирования (Пл)	Манн-Уитни U	217	0.369
Шкала моделирования (М)	Манн-Уитни U	190	0.136
Шкала программирования (Пр)	Манн-Уитни U	223	0.444
Шкала оценки результата (ОР)	Манн-Уитни U	236	0.645
Шкала гибкости (Г)	Манн-Уитни U	197	0.178
Шкала самостоятельности (С)	Манн-Уитни U	218	0.377
Вовлеченность	Манн-Уитни U	133	0.006
Контроль	Манн-Уитни U	115	0.002
Принятие риска	Манн-Уитни U	154	0.022
Примечание. $H_a \mu_0 \neq \mu_1$			

Наше исследование показало: жизнестойкость для оперуполномоченных сотрудников полиции – не просто черта характера, а профессионально важное качество. Без ее наличия сложно говорить об эффективной и надежной работе. Жизнестойкость связана с адаптационным потенциалом, нервно-психической устойчивостью и саморегуляцией. Если ее уровень низкий – высок риск дезадаптации под воздействием профессионального стресса, и, как следствие, падение результативности. Поэтому рекомендуется, осуществляя психологическое сопровождение оперуполномоченных сотрудников полиции, работать с жизнестойкостью и ее компонентами в рамках тренингов и психологического консультирования, развивая ее показатели у сотрудников.

Список литературы

1. Леонтьев Д.А. Тест жизнестойкости / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. – М.: Смысл, 2006. – 63 с.
2. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление / В.А. Бодров. – М.: ПЕР СЭ, 2006. – 528 с. EDN SURQNF
3. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса / Л.А. Китаев-Смык. – 2-е изд. – М.: Академический проект, 2009. – 943 с.

4. Качинская В.В. Личностные детерминанты стрессоустойчивости оперативных сотрудников МВД / В.В. Качинская // Научные исследования и разработки 2026: сборник статей VII Международной научно-практической конференции. – В 2 ч. Ч. 2. – Пенза: МЦНС «Наука и Просвещение», 2026. – С. 176–180. – ISBN 978-5-00268-563-9.
5. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях / А.Г. Маклаков // Психологический журнал. – 2001. – Т. 22, №1. – С. 16–24.
6. Платонов К.К. Структура и развитие личности / К.К. Платонов; отв. ред. А.Д. Глоточкин. – М.: Наука, 1986. – 254 с. EDN WILCXN
7. Моросанова В.И. Осознанная саморегуляция поведения человека / В.И. Моросанова. – М.: Институт психологии РАН, 2017.
8. Селье Г. Стресс без дистресса / Г. Селье. – М.: Прогресс, 1982. – 128 с.
9. Maddi S.R. The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice / S.R. Maddi // Consulting Psychology Journal: Practice and Research. – 2002. – Vol. 54, No. 3. – P. 173–185.
10. Maddi S. The Hardy Executive: Health under Stress / S. Maddi, S. Kobasa. – Homewood (IL): Dow Jones-Irwin, 1984. – 176 p.