

Л. В. Марищук¹, С. В. Архипенко²
L. V. Marischuk, S. V. Arhipenko

¹*Институт национальной безопасности Республики Беларусь*
²*«Следственный изолятор № 5» УДИН МВД Республики Беларусь
по Могилевской области*

**ЕЩЕ РАЗ К ВОПРОСУ
ОБ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ
УСТОЙЧИВОСТИ**
**ONE`S MORE ABOUT
EMOTIONAL VOLITIONAL STABILITY**

Аннотация. В статье, посвященной памяти В.Л. Марищука, анализируется понятие «психическая устойчивость». Представлена авторская дефиниция эмоционально-волевой устойчивости как состояния и качества личности, необходимого для успешного выполнения деятельности.

Summary. The concept “psychical stability” analyzed in the article, dedicated to V.L. Marischuk` memory. Author` definition of emotional-volitional stability, as a status and a personal quality necessary for activity successful realization.

Ключевые слова: эмоционально-волевая устойчивость, личность, напряженность.

Keywords: emotional-volitional stability, personality, stress.

В 2016 году заслуженному деятелю науки Российской Федерации, доктору психологических наук, доктору философии, члену 12 общественных академий, профессору Владимиру Лаврентьевичу Марищуку исполнилось бы 90 лет. В военном институте физической культуры в Санкт-Петербурге была проведена конференция, посвященная его памяти, в ряде докладов которой отмечался вклад Владимира Лаврентьевича в развитие психологии летного труда. Действительно, В.Л. Марищук известен в научной среде, прежде всего, как авиационный психолог. Из почти 700 его работ, 190 диссертаций его учеников не менее половины посвящено решению проблемы преодоления эмоциональной напряженности, в том числе и сотрудников правоохранительных органов, обусловленной стрессогенными факторами профессиональной деятельности. Успешность их профессиональной деятельности – общественно значимой, сложной и опасной – требует сформированности эмоционально-волевой устойчивости (далее – ЭВУ), определяющей быстрое принятие адекватного решения. Недостаточное ее развитие – показатель неготовности к деятельности в напряженных условиях, возможности профессиональных деформаций.

В начале 60-х годов XX века иностранное слово «стресс» было почти ругательным, вместо него употреблялось слово «напряженность» [1]. Напряжен-

ность – состояние, характеризующее временным понижением устойчивости психических и психомоторных процессов, падением профессиональной работоспособности, может развиваться при чрезмерных по силе или продолжительности либо астенических по окраске или направленности эмоциях. Выделяется 3 уровня напряженности: 1-й – краткая, относительно быстро проходящая; 2-й – длительная, выраженная, оказывающая существенное влияние на выполняемую деятельность; 3-й – чрезвычайно выраженная, препятствующая выполнению деятельности.

В состоянии напряженности происходит ряд нарушений в двигательной деятельности, временно дезорганизуются некоторые психические функции, что может выражаться: а) явным преобладанием возбуждения (подавлением тормозного процесса); б) заторможенностью; в) выраженной неадекватностью, гипобулией или ступором: выделяются эмоционально-сенсорные, эмоционально-моторные и эмоционально-ассоциативные нарушения [2].

Эмоционально-сенсорные нарушения характеризуются ухудшением восприятия и внимания, снижением, а то и временной потерей «темного мышечного чувства» (по И.М. Сеченову).

Эмоционально-моторные выражаются в различных нарушениях координации и точности движений, становящихся резкими, несоразмерными, несогласованными, в скованности. Скованность – произвольное напряжение мышц-антагонистов. Сильная иррадиация (распространение) возбуждения охватывает отделы головного мозга, управляющие мышечными сокращениями, и многочисленные импульсы направляются к различным мышцам, в том числе и тем, которые не должны участвовать в двигательном акте. Последнее препятствует точному выполнению движения, отрицательно сказывается на согласованности движений и дозировании усилий, даже на лице из-за сокращения мышц появляется характерная «мика напряженности».

Эмоционально-ассоциативные нарушения определяют резкое ухудшение памяти, снижение логичности и критичности мышления, а то и выраженные реверсивные решения.

Психическая устойчивость понимается, с одной стороны, как результат эмоциональной саморегуляции в деятельности, реализуемой в экстремальных условиях; с другой – как качество личности, приобретаемое субъектом и проявляющееся у него в единстве эмоциональных, интеллектуальных и волевых процессов. Не существует единого общепринятого определения этого понятия. В него включаются различные феномены, по объему и содержанию не совпадающие с ним. Это и «устойчивость психики», и «эмоциональная стабильность», и «стрессоустойчивость», и «фрустрационная толерантность», и «устойчивость психических состояний», и «волевая их регуляция». Встает вопрос о связи и соотношении эмоциональных составляющих устойчивости с

«неэмоциональными», такими как тип нервной системы и темперамент, интеллект и волевые качества, характер, направленность. Эмоциональными детерминантами устойчивости выступают: эмоциональная оценка ситуации, эмоциональное предвосхищение хода и результатов деятельности, испытываемые в конкретной ситуации эмоции и чувства, эмоциональный опыт личности. Однако предвосхищение хода и результатов деятельности, оценка ситуации, даже будучи эмоциональными, всегда включают и гностический (интеллектуальный) компонент, пусть даже неосознаваемый.

Противостоять напряженности, не допускать ее развития, а в идеале и появления помогает эмоционально-волевая устойчивость – аналог стрессоустойчивости – способность преодолевать излишнее эмоциональное возбуждение при выполнении сложной деятельности или деятельности в экстремальных условиях [3].

ЭВУ эквивалентна «специальной психологической устойчивости» как результату специального обучения, подготовки человека-специалиста к экстремальным ситуациям и повышенным психическим нагрузкам. По мере накопления опыта преодоления напряженных ситуаций в учебной обстановке он уже не так остро реагирует на них в реальной экстремальной ситуации, справляясь с эмоциями и регулируя деятельность. Этому учит дидактический принцип А.В. Суворова: «Учить солдат тому, что нужно на войне», перефразированный С.О. Макаровым: «Помни войну».

Упреждающая адаптация к трудностям и опасностям служебной деятельности, существенно повышающая вероятность эффективного переноса качеств, вырабатываемых в условиях моделирования деятельности, на реальную деятельность при возникновении соответствующих ситуаций, реализовывалась В.Л. Марищуком в экспериментах с военнослужащими различных родов войск [1; 2].

Отметим, что В.Л. Марищук занимался боксом и в конце 50-х годов XX века даже выиграл чемпионат Ленинградского военного округа. Один из соавторов направил свои усилия на формирование ЭВУ спортсменов-боксеров в возрасте 14–16 лет. Им проводилась психологическая их подготовка к соревновательной деятельности – упреждающая адаптация, максимально возможное воссоздание условий реальной деятельности, обеспечивающее необходимый уровень ЭВУ.

ЭВУ – системный продукт устойчивости психической деятельности, в решающей степени зависящий от базовых, социально детерминированных свойств личности (следовательно, воли и направленности), которая не может быть производной только от психофизиологической или эмоциональной устойчивости. Термин ЭВУ более точен, что подтверждается невозможностью разделить эмоциональные и волевые процессы при саморегуляции неблагоприятных состояний, адекватном поведении в экстремальной ситуации. Только развитые

волевые и гностические качества помогут осознать возникшее эмоциональное состояние, проконтролировать его динамику и применить необходимые методы для его регуляции.

Психические процессы, взаимодействуя, влияют друг на друга (поддерживают, усиливают, ослабляют, тормозят, подавляют). Волевым усилием, приемами аутогенной, идеомоторной, психомышечной тренировки человек способен изменять собственное эмоциональное и даже функциональное состояние. Развитие такой способности характеризует сформированность ЭВУ как качества личности.

Критериями ЭВУ выступают: константность когнитивных и двигательных функций, эффективное выполнение деятельности на основе волевого контроля эмоциональных реакций и в условиях эмоциогенных воздействий.

ЭВУ – интегральное качество личности, зависимое от темперамента, включающее: интеллектуальный компонент, определяющий адекватность оценки и требований ситуации, прогноз ее возможного изменения, способы действий и принятие решений; волевой компонент, выражаемый сознательной саморегуляцией действий, приведением их в соответствие с требованиями ситуации; эмоциональный опыт личности, накопленный в процессе преодоления отрицательных влияний экстремальных ситуаций.

Показателями ЭВУ являются: сохранение оптимистического настроения, минимизация чувства страха, растерянности, подавленности при возникновении угрожающей ситуации (во всяком случае, эти эмоции сознательно регулируются). При наличии ЭВУ у человека не возникает излишнего возбуждения или апатии, скованности, приводящих к упадку сил, ухудшению мыслительных способностей, самочувствия, нарушению координации движений.

ЭВУ – интегральное качество личности, при помощи волевого процесса обеспечивающее стабильность стенических эмоций и оптимальное эмоциональное возбуждение при воздействии различных стрессоров, обеспечивающее переход психики на новый уровень активности, перестройку ее побудительных, регуляторных и исполнительских функций, позволяющую сохранить и даже увеличить эффективность деятельности.

Для сотрудников правоохранительных органов это особенно важно, так как именно им приходится взаимодействовать с антисоциальными элементами, охраняя личную и имущественную безопасность, здоровье, а порой и жизнь граждан своей страны.

Список основных источников

1. Марищук, В. Л. Напряженность в полете / В. Л. Марищук, К. К. Платонов, Е. А. Плетницкий. – М. : Воениздат, 1969. – 119 с.
2. Марищук, В. Л. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса / В. Л. Марищук, В. И. Евдокимов. – СПб. : Сентябрь, 2001.

3. Марищук, Л. В. К вопросу об эмоциональной устойчивости / Л. В. Марищук, Т. В. Кузнецова // Социальное образование: стратегии инновационного развития : сб. науч. статей. – Минск, 2012. – С. 263–271.

УДК 378.1

*Н. Н. Северин, Е. В. Клыкова, А. С. Нерубенко
N. N. Severin, E. V. Klikova, A. S. Nerubenko*

*Белгородский юридический институт МВД России
им. И. Д. Путилина (Россия)*

**НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ
МЕТОДИКИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ
ПО ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКЕ (из опыта кафедры
огневой подготовки Белгородского юридического
института МВД России им. И. Д. Путилина)
SOME ASPECTS OF IMPROVING THE METHODOLOGY
FOR CONDUCTING CLASSES FOR FIRE TRAINING
(from the experience of the department of fire training
of the Belgorod law institute of MIA of Russia
named after I. D. Putilin)**

***Аннотация.** В статье приведен опыт проведения занятий по огневой подготовке, экспериментально доказана необходимость перевода из теоретического раздела огневой подготовки в практический изучения задержек при стрельбе и способов их устранения.*

***Summary.** This article analyzes the positive experience of employment on fire preparation, experimentally proved the need for the translation of the theoretical section of fire training in the practical section of the study of delays in shooting and how to solve them.*

***Ключевые слова:** совершенствование огневой подготовки, формирование компетенций, применение огнестрельного оружия, устранение задержек, тактические кобуры.*

***Keywords:** improvement of fire training, the formation of competences the use of firearms, eliminating delays, tactical holsters.*

Многими учеными-криминологами, специалистами-практиками обращается внимание на predetermined кризисными явлениями наращивание криминального потенциала в нашей стране, тенденцию увеличения числа случаев использования преступниками современного оружия [5; 8]. По данным МВД России, в 2015 г. на руках граждан находилось около 5 млн единиц зарегистрированного огнестрельного оружия, более 2 млн травматических пистолетов и