ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ В СИСТЕМЕ КАДРОВОЙ ПОДГОТОВКИ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Б.Н. Пирмуродзода
Курсант факультета по работе с зарубежными кадрами
Научный руководитель: А.С. Кодиркулов Преподаватель кафедры Служебной психологии и профессиональной культуры Академии МВД Республики Узбекистан

Аннотация. В статье психологическое здоровье сотрудников органов внутренних дел рассматривается как базовое условие качественной подготовки кадров. Раскрывается его влияние на обучаемость, саморегуляцию, формирование профессиональной идентичности и нравственной устойчивости. Показано, что снижение психологического ресурса приводит к ухудшению усвоения профессиональных навыков, росту эмоциональной нестабильности, ослаблению дисциплины и повышению риска контрпродуктивного поведения. Обосновывается необходимость включения мониторинга психологического состояния, программ саморегуляции, стресс-менеджмента и подготовки наставников в систему кадрового обучения как постоянного элемента психологического обеспечения.

Ключевые слова: психологическое здоровье; органы внутренних дел; подготовка кадров; профессиональная устойчивость; саморегуляция; стресс; профилактика выгорания; психологическое обеспечение; кадровое воспроизводство.

Психологическое здоровье сотрудников органов внутренних дел следует рассматривать как одно из ключевых условий качественной подготовки кадров, поскольку сама правоохранительная деятельность изначально протекает в условиях повышенного эмоционального напряжения, высокой ответственности, постоянного риска и необходимости сохранять поведенческую устойчивость в конфликтных, неопределённых и экстремальных обстоятельствах. В этой связи психологическое здоровье не может пониматься как второстепенный или факультативный компонент профессионального становления. Напротив, оно выступает базовой основой, на которой строится развитие профессионально значимых качеств сотрудника: стрессоустойчивости, дисциплинированности, способности к самоконтролю, коммуникативной компетентности, точности оценок и решений, а также умения действовать в нормативных и нравственно допустимых пределах даже при высокой нагрузке.

Прежде всего, состояние психологического здоровья непосредственно отражается на обучаемости и качестве освоения профессиональных навыков. Эмоциональное истощение, хроническое напряжение, нарушения сна, повышенная тревожность и внутреннее психическое перенапряжение снижают устойчивость внимания, затрудняют концентрацию, ослабляют рабочую память и ухудшают скорость переработки информации. В условиях подготовки кадров это приводит к тому, что обучающийся менее точно усваивает нормативно-правовые требования, чаще допускает ошибки в последовательности действий, быстрее устает в ходе практических занятий и демонстрирует нестабильные результаты при

контроле знаний и аттестации. При этом страдает не только академическая успешность, но и способность формировать устойчивые алгоритмы профессионального реагирования, которые необходимы в реальной служебной деятельности.

Не менее важным является влияние психологического здоровья на способность к саморегуляции. Подготовка сотрудников органов внутренних дел требует не просто овладения знаниями, но и формирования умения управлять собственным состоянием в напряжённых обстоятельствах. Речь идет о способности выдерживать паузу перед действием, контролировать импульсивные реакции, сдерживать агрессию, не утрачивать профессиональную позицию в конфликте, применять деэскалационные способы взаимодействия и сохранять дисциплинарную собранность. Когда психологический ресурс ослаблен, возрастает вероятность аффективных срывов, конфликтности, раздражительности, грубости, поведенческой неустойчивости и нарушений дисциплины. Такие изменения отрицательно отражаются как на индивидуальных показателях подготовки, так и на психологическом климате учебных подразделений, где эмоциональная нестабильность одного участника может усиливать напряженность всей группы.

Психологическое здоровье тесно связано и с формированием профессиональной идентичности, а также с нравственно-нормативной устойчивостью сотрудника. В условиях длительного стресса, психического истощения и эмоционального перенапряжения чаще формируются циничные установки, эмоциональное отчуждение, снижение эмпатии и равнодушие к содержанию профессиональных норм. В такой ситуации модули подготовки, связанные с этикой, правами человека, законностью и процедурной справедливостью, начинают восприниматься не как внутренне значимые ориентиры, а как формальные требования, необходимые лишь для прохождения аттестации. Постепенно укрепляется риск восприятия жёстких, упрощённых или обходных способов поведения как допустимых и даже эффективных средств решения служебных задач. Это делает более вероятными контрпродуктивные формы поведения и одновременно снижает воспитательный потенциал наставничества, особенно если сами наставники демонстрируют признаки выгорания, эмоциональной ригидности и профессионального отчуждения.

По этой причине обеспечение психологического здоровья должно быть включено в систему подготовки кадров не как эпизодическая мера реагирования на уже возникшие трудности, а как постоянный и сквозной элемент всей образовательной и служебно-подготовительной работы. На организационном уровне особую значимость приобретают регулярный мониторинг психологического состояния, проведение скрининга стресса и признаков выгорания, рациональное распределение учебной и служебной нагрузки, предупреждение перегрузок в период практики, создание психологически безопасной среды и формирование понятных стандартов помощи после стрессовых и травмирующих эпизодов. На уровне образовательного процесса необходимы программы, направленные на обучение стресс-менеджменту, развитию навыков саморегуляции, овладению способами восстановления психофизиологических ресурсов, включая гигиену сна, дыхательные техники, практики осознанного внимания и когнитивные методы управления напряжением. Существенную роль играет и развитие командной поддержки, а также формирование культуры обращения за психологической помощью без страха стигматизации.

Отдельное значение имеет подготовка наставников и руководителей к раннему распознаванию признаков дезадаптации. Наставник в системе подготовки кадров выполняет не только контролирующую или обучающую функцию, но и является важным звеном первичного выявления эмоционального неблагополучия, снижения мотивации, признаков истощения и поведенческой дезорганизации. При отсутствии соответствующей подготовки подобные сигналы могут оставаться незамеченными либо интерпретироваться исключительно как проявления недисциплинированности или недостатка мотивации. Между тем своевременное распознавание начальных признаков психологического неблагополучия и корректная маршрутизация обучающегося к специалисту позволяют предупредить более

тяжелые формы дезадаптации, профессионального выгорания и девиантных форм реагирования.

Таким образом, психологическое здоровье выступает важнейшим фактором качества кадрового воспроизводства в системе органов внутренних дел. Его сохранение и укрепление повышают устойчивость процесса обучения, способствуют более полному формированию профессиональных компетенций, снижают вероятность дисциплинарных нарушений, уменьшают репутационные риски и обеспечивают более надежную реализацию профессиональных функций в реальной служебной практике. В конечном счете именно уровень психологического здоровья во многом определяет, способен ли будущий сотрудник не только освоить профессиональные требования, но и стабильно реализовывать их в условиях высокой ответственности, эмоционального давления и сложных социальных взаимодействий.

Список литературы:

1. Бойко В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. - СПб. : Питер, 2018. - 304 с.

2. Маклаков А. Г., Чермянин С. В. Психологическая адаптация личности. - СПб. : Питер, 2020. - 352 с.

3. World Health Organization. Mental health at work: policy brief. - Geneva : WHO, 2022. - 32 p.

4. Violanti J. M., Owens S. L., McCanlies E. Law enforcement suicide: A national analysis // International Journal of Emergency Mental Health. - 2019. - Vol. 21, No. 1. - P. 1–10.

5. Maslach C., Leiter M. P. Burnout and engagement in the workplace: A contextual analysis // Advances in Motivation Science. - 2017. - Vol. 4. - P. 275–302.