

*Бордачев Александр Юрьевич, преподаватель кафедры
тактико-специальной подготовки,
Сибирского юридического института МВД России*

НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ПРИМЕНЕНИЯ ТЕХНИКИ «ВНУТРЕННЕЙ РЕЧИ» В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ПОЛИЦИИ

Аннотация: В статье говорится об эффективности психологической готовности сотрудника полиции при стрессовой ситуации. Как правильно психологически готовится к экстремальным ситуациям, которые возникают в процессе служебной деятельности. Показано что, как позитивный настрой, в основе которого лежит стремление к выживанию, является активной составляющей психологической подготовки, одним из средств сопоставления своих желаний с умениями.

Ключевые слова: сотрудник, дыхание, психология, система, сознание.

Abstract: The article talks about the effectiveness of the psychological readiness of a police officer in a stressful situation. How to properly prepare psychologically for extreme situations that arise in the course of official activity. It is shown that, as a positive attitude, which is based on the desire for survival, is an active component of psychological training, one of the means of comparing one's desires with skills.

Keywords: employee, breath, psychology, system, consciousness.

В повседневной служебной деятельности у сотрудника полиции возникает вопрос, психологического характера, в применении огнестрельного оружия против преступника. По современной статистики сотрудники

получившие ранения, были не готовы психологически применить табельное оружие.

В нашей статье попробуем помочь раскрыть некоторые аспекты этой проблемы. Многие вопросы в психологии связаны с дыханием человека.

Соответственно расслабление, которое достигается посредством глубокого дыхания, является состоянием, в котором необходимо мысленно себя программировать на выживание.

Основное назначение такого программирования заключается во внедрении психологических и психофизиологических установок в сознание и подсознание человека, которые будут автоматически воспроизводиться в качестве механизма защиты при попадании в ситуации, связанные с риском.

Качество мыслительных посылов или «внутренней речи», которые адресуются самому себе, должно базироваться на практическом опыте, полученном в ходе несения службы. На этом фоне позитивный настрой по отношению к себе и результатам своей деятельности в опасных условиях поможет избавиться от ложных сомнений и ожидания негативных результатов, которые могут отрицательно влиять на разум и результаты работы.

Позитивный настрой без привязки к профессиональной компетентности – упражнение в самообмане. Позитивный настрой, в основе которого лежит стремление к выживанию, является активной составляющей психологической подготовки, одним из средств сопоставления своих желаний с умениями [1, с. 10-13].

Уединившись, никуда не спеша, как только разум очистится и тело расслабится при помощи техники «глубокого дыхания», необходимо, закрыв глаза, уделить несколько минут размышлениям об использовании мер принуждения, связанным с возможным причинением вреда нарушителю. Это одно из основных требований, выделяемых в теории обеспечения личной безопасности, которое большинство сотрудников игнорируют либо сознательно пренебрегают им до того дня, когда их жизнь или жизни других граждан внезапно подвергаются опасности.

Полицейские, ранее не задумывавшиеся о такой проблеме, зачастую начинают колебаться в принятии решения на применение огнестрельного оружия или специальных средств, когда счет идет на доли секунды. Либо, наоборот, чрезмерно агрессивно реагируют на угрозу, применяют оружие в ситуациях, которые можно было разрешить иными, более гуманными способами.

Кроме того, встречаются сотрудники, которые испытывают угрызения совести после того, как в результате применения ими огнестрельного оружия прервалась либо значительно изменилась жизнь другого человека.

Своевременное принятие решения на применение оружия на поражение, без колебаний и без излишнего напряжения для психики, требует заблаговременной подготовки эмоциональной составляющей человека.

Необходимо ставить перед собой вопросы, которые могут потребовать некоторого душевного смятения, и искать на них ответы прежде, чем действительность повлияет на вашу жизнь.

Ниже приведены примеры вопросов для поиска ответов на них при реализации «внутренней речи»:

1. *Настолько ли либеральны ваши убеждения относительно возможности использования летальных методов принуждения, насколько либеральны правовые нормы государства?* Закон дает нам право, как сотрудникам полиции, отнять жизнь человека при определенных обстоятельствах. Можете ли вы с этим согласиться или возможность правомерного применения оружия все еще вызывает у вас сомнение? Только вы сами можете дать себе ответ на этот вопрос, и вы должны это сделать ради себя и окружающих, чтобы быть честным в своей оценке.

2. *Готовы ли вы прибегнуть к летальным мерам принуждения?* Подавляющее большинство вооруженных столкновений происходит на близких расстояниях, зачастую на расстояниях непосредственной досягаемости нападающего. Это означает, что вы можете видеть глаза противника в момент выстрела или слышать его последние вздохи, или испачкать его кровью свою

форму. Такие внезапно возникшие события могут послужить опасным отвлекающим фактором, а также преследовать вас впоследствии в виде воспоминаний.

3. *Думали ли вы о том, что человек, в которого придется стрелять, может не соответствовать сформированному в вашем сознании стереотипу преступника?* Сотрудники обычно предполагают, что им придется противостоять типичному «злодею» – внешне отталкивающему, вызывающего вида взрослому мужчине, который застигнут в процессе совершения насильственного преступления. Проще принять решение, когда целью является находящийся в состоянии наркотического опьянения преступник, расчлняющий тело своей жертвы в тот момент, когда его застиг на месте совершения преступления сотрудник. Но что, если вашим противником окажется подросток, который от страха трясущимися руками направил пистолет в вашу сторону? Или женщина? Легко ли будет стрелять в них даже при условии, что исходящая от них угроза будет идентичной случаю с наркоманом?

4. *Задумывались ли вы о том, как будете реагировать, если в вас попадет пуля?* Многие сотрудники просто падают на землю и прекращают сопротивляться, даже если ранение не является серьезным или смертельным. Преступник в этот момент использует представившееся преимущество для того, чтобы добить раненного полицейского. Возникнет ли у вас желание продолжать борьбу? Знаете ли вы, что даже в военных действиях, где, как правило, используются более тяжелые виды вооружения, на самом деле погибают лишь 10 % раненных? И знаете ли вы, что большинство умерших в результате ранения, погибли в течение нескольких секунд после попадания? Если вы полностью способны осознать, что получили огнестрельное ранение, то вероятность вашего выживания достаточно велика, при условии психологического настроя на продолжение борьбы.

Оцените свои ощущения, возникающие при ответе на перечисленные выше и им подобные вопросы, находясь в одиночестве в расслабленном

состоянии. Это будет более откровенно и продуктивно, чем «задушевные» разговоры в баре после службы [2, с. 23-26].

В итоге вы можете прийти к заключению, учитывая все обстоятельства, что не сможете причинить смерть другому человеку. Некоторые приходят к такому решению. Если совесть не позволяет использовать меры принуждения, связанные с возможностью причинения правонарушителю смерти, то в этом нет ничего постыдного. Надо это признать и немедленно оставить службу в правоохранительных органах! С таким отношением сотрудник становится опасным для своих сослуживцев, для граждан, которых он поклялся защищать, и, самое главное, для самого себя. Оставаться на улице без широкого выбора вариантов реагирования на возникающие угрозы – это самоубийство.

Таким образом, предполагая, что вы добровольно принимаете на себя обязанности, связанные с результатами применения оружия, желательно в рамках психологической подготовки периодически размышлять над этими вопросами и возможными последствиями.

Готовность к реализации любых правомерных действий для обеспечения личной безопасности и выживания должна стать регулярной составляющей подготовки полицейского.

Библиографический список:

1. Литвин Д. В. Формирование у сотрудников полиции специальных навыков, необходимых для несения службы в экстремальных ситуациях: учебно-методическое пособие / А. И. Кузнецов, Д. В. Литвин, Р. С. Ахметов, С. В. Украинский. — М.: ДГСК МВД России, 2016. — С. 10-13.

2. Федотов А.Ю., Медведев И.Н. Эмоциональное состояния, негативное влияние на профессиональную деятельность сотрудников ОВД и их преодоление /Федотов А.Ю., Медведев И.Н. –М.,2012.– С.23-26.