

## К ПРОБЛЕМЕ РАЗВИТИЯ НАВЫКОВ ВОЛЕВОЙ РЕГУЛЯЦИИ СОТРУДНИКОВ МЧС РОССИИ МЕТОДОМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА

**Грибашина А. А.**

*ФГБОУ ВО «Иркутский государственный университет», Иркутск, Россия  
E-mail: gribashina@bk.ru*

Проблема развития навыков волевой регуляции является предметом исследования как отечественных, так и зарубежных психологов. Немалый вклад в её изучение внесли работы Л. С. Выготского, В. И. Селиванова, А. Н. Леонтьева, В. К. Калина, В. А. Иванникова, Х. Хекхаузена, Ю. Куля и др. Эмпирические исследования данной проблемы в основном связаны с учащимися, спортсменами, студенческими группами, а развитие навыков волевой регуляции личности сотрудников МЧС остаётся малоизученным. Несомненно, можно выделить ряд работ по исследованию данной проблемы на выборке сотрудников силовых структур МВД и системы МЧС, но они единичны и не несут в себе достаточного глубокого анализа проблемы.

Навыки волевой регуляции играют важную роль в профессиональной деятельности сотрудников МЧС, и их развитие выступает одной из задач морально-психологического обеспечения служебной деятельности в данной системе. Анализ документации показал, что в методических руководствах по профессиональному психологическому отбору в МЧС волевой компонент выступает одним из критериев пригодности к данному виду деятельности, которая связана с повышенной опасностью, ситуациями риска для жизни и здоровья, высоким уровнем психической и физической напряженности. Другими словами, сотрудник пожарно-спасательной службы вынужден выполнять свои профессиональные задачи в экстремальных условиях работы, требующих от него высокой степени ответственности при самостоятельности выполняемых действий и быстрого принятия решений по спасению людей [4, с. 85]. Таким образом, сама специфика профессиональной деятельности пожарных предполагает активное включение волевой регуляции во избежание их депрофессионализации.

Под волевой регуляцией мы понимаем намеренную, целенаправленную регуляцию побуждений к действию, сознательно принятую по необходимости (внешней или внутренней) и выполняемую человеком по собственному решению. Теоретический анализ различных подходов показал, что воля рассматривается преимущественно в рамках самодетерминации и свободы выбора,

связанных с выполнением функций побуждения и выбора действий, обладающих определенным смыслом для человека [1, с. 113]. Последнее позволяет выделить взаимосвязь между волевой регуляцией и мотивационно-смысловой сферой личности.

Сотрудники пожарно-спасательных формирований осуществляют свою профессиональную деятельность не только ради достижения поставленных целей, но и ради того, что актуально переживается ими и является для них значимым. Это связано со спасением жизни людей, защитой их от угроз природного, техногенного характера. Поскольку сотрудники МЧС работают в экстремальных условиях, требующих преодоления как внутренних препятствий (страхи, переживания, усталость и пр.), так и внешних (работа при высоких температурах, лимит во времени и т. д.), они могут изменить смысл деятельности или придать ей дополнительный смысл через актуализацию различных мотивов, рассматривая свою работу не просто как выполнение профессиональной деятельности, а как исполнение долга.

Как мы отмечали, деятельность пожарных МЧС может сопровождаться состоянием тревоги, негативными эмоциями, утомлением. Однако придание определенного личностного смысла своей деятельности, требует от них мобилизации волевых усилий, восполняет дефицит побуждения (торможения) к действию, тем самым позволяет успешно решить профессиональные задачи и нести ответственность за последствия собственного решения.

Теоретический анализ источников показал, что необходимость наличия у сотрудников развитых навыков волевой регуляции предполагает использование активных методов по их развитию, одним из которых является тренинг.

Психологический тренинг, выступая активной формой обучения, актуализирует развитие личности сотрудника в специальных организованных условиях, способствует его самораскрытию и самопознанию. Тренинг как метод является наиболее востребованным в работе психолога МЧС в рамках развития навыков волевой регуляции личности сотрудников данной системы.

Всё вышесказанное послужило основанием для выбора темы нашего исследования, целью которого является теоретико-эмпирическое обоснование использования тренинга как метода развития навыков волевой регуляции личности сотрудников МЧС России. В нашей работе мы предполагаем, во-первых, что использование в тренинговой программе техник и упражнений, включающих в себя моделирование, проигрывание ситуаций, побуждающих к волевому действию, способствует развитию навыков волевой регуляции, таких как саморегуляция, мобилизация волевых

усилий, навык восполнения дефицита побуждения/торможения, постановка цели и её достижение, самостоятельность в принятии решений. Во-вторых, что условием развития навыков волевой регуляции сотрудника МЧС выступает овладение им способами намеренного осознанного изменения смысла или создания нового, дополнительного смысла действию, когда оно выполняется не только ради исходного мотива, но и ради личностных ценностей или других мотивов, являющихся смыслообразующими.

В соответствии с поставленной целью нами проводится экспериментальное исследование, в котором принимают участие сотрудники пожарно-спасательной части «17 Отряда Федеральной противопожарной службы по Иркутской области» г. Усолья-Сибирского в количестве 56 человек в возрасте от 23 до 55 лет, стаж работы которых составил более 2 лет.

Диагностика развития навыков волевой регуляции проводится с использованием следующих методик: тест-опросник «Волевые качества личности» М. В. Чумакова, тест Д. А. Леонтьева «Смыслжизненные ориентации» (СЖО), а также проективная методика «Незаконченные предложения».

На данный момент нами разработана тренинговая программа по развитию навыков волевой регуляции сотрудников МЧС и проводится её апробация. Контрольная и экспериментальная группы включают в себя по 12 человек в каждой.

#### **Литература**

1. Иванников В. А. Психологические механизмы волевой регуляции. СПб.: Питер, 2006. 208 с.
2. Иванников В. А. Воля // Нац. психол. журн. 2010. № 1(3). С. 97–102.
3. Леонтьев А. Н. Воля // Вестн. Моск. ун-та. Сер. 14. Психология. 1993. № 2. С. 3–14.
4. Титаренко М. С., Шклярчук С. П. Влияние экстремальных ситуаций в профессиональной деятельности сотрудников ГПС МЧС России на возникновение морбидных рисков // Вестн. С.-Петерб. ун-та ГПС МЧС России. 2010. № 3. С. 84–88.