

СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ КАК ЭЛЕМЕНТ ГОТОВНОСТИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ К ЭФФЕКТИВНОМУ ОСУЩЕСТВЛЕНИЮ СВОЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Шарафутдинова Наталья Владимировна,
кандидат психологических наук, доцент
Shnv_70@mail.ru

Простяков Владимир Вениаминович,
кандидат психологических наук
prost2012@mail.ru

Подлесная Татьяна Вячеславовна,
слушатель Московского университета
Министерства внутренних дел Российской Федерации имени В.Я. Кикотя
Tatianapodlesnaya@yandex.ru

Статья посвящена актуальным проблемам изучения и развития стрессоустойчивости как элемента готовности сотрудников органов внутренних дел к эффективному осуществлению профессиональной деятельности. В статье проводится анализ отечественных и зарубежных исследований стресса и стрессоустойчивости личности, особенностей психологической подготовки сотрудников. Обращено внимание читателя на специфику профилактической работы с учетом воздействия на когнитивные и/или эмоциональные стрессоры (контролируемые или неконтролируемые), индивидуальные особенности личности, работу с наиболее подходящими выборками.

Ключевые слова: стресс, стрессор, устойчивость, стрессоустойчивость, профессиональная готовность, копинг.

STRESS RESISTANCE AS AN ELEMENT OF READINESS OF EMPLOYEES OF INTERNAL AFFAIRS AGENCIES FOR EFFICIENT CARRYING OUT OF THEIR PROFESSIONAL ACTIVITIES

Natalya V. Sharafutdinova
PhD in Psychology
Associate Professor

Vladimir V. Prostyakov
PhD in Psychology

Tatyana V. Podlesnaya
Student of the Kikot Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia

The article is devoted to the actual problems of studying and developing stress tolerance as an element of the readiness of employees of internal affairs bodies to effectively carry out professional activities. The article analyzes domestic and foreign studies of stress and stress resistance of the individual, features of psychological training of employees. The reader's attention is drawn to the specifics of preventive work, taking into account the impact on cognitive and/or emotional stressors (controlled or uncontrolled), individual personality traits, work with the most appropriate samples.

Keywords: stress, stressor, stability, stress resistance, professional readiness, coping.