

УДК 159.9

### **СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ КУРСАНТОВ ВЕДОМСТВЕННОГО ВУЗА СИСТЕМЫ МИНИСТЕРСТВА ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИИ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ COVID-19**

**К. М. Гайдар**

*Воронежский государственный университет*

**А. Л. Бубнов**

*Воронежский институт МВД России*

Поступила в редакцию 1 сентября 2021 г.

**Аннотация:** *рассматривается уровень нервно-психической устойчивости и уровень сопротивляемости стрессовым воздействиям курсантов, обучающихся в ведомственном вузе системы МВД России, в период распространения новой коронавирусной инфекции COVID-19. На основе эмпирических данных сделан вывод о сохранении достаточной стрессоустойчивости курсантов даже при переходе на непривычный дистанционный формат обучения. Объяснение предложено с точки зрения роли стрессоустойчивости как профессионально важного качества сотрудника правоохранительной системы.*

**Ключевые слова:** *стрессоустойчивость, нервно-психическая устойчивость, сопротивляемость стрессовым воздействиям, пандемия, новая коронавирусная инфекция COVID-19.*

**Abstract:** *the level of neuropsychic stability and the level of resistance to stressful influences of cadets studying at the departmental university of the Ministry of Internal Affairs of Russia during the spread of the new coronavirus infection COVID-19 are considered. On the basis of empirical data, it was concluded that cadets retain sufficient stress resistance even when switching to an unusual distance learning form. The explanation is offered from the point of view of the role of stress resistance as a professionally important quality of a law enforcement officer.*

**Key words:** *stress resistance, neuropsychic resistance, resistance to stress, pandemic, new coronavirus infection COVID-19.*

Пандемия, вызванная новой коронавирусной инфекцией COVID-19, кардинальным образом повлияла на жизнь российских граждан. Болезнь затронула практически все сферы нашей жизни: были закрыты границы, введены карантинные меры, приостановлены производства. Глобальные изменения коснулись и системы образования: обучение школьников и студентов стало проходить в дистанционном формате, учащиеся перешли на новый для себя вид получения знаний с помощью дистанционных технологий [1–4 и др.].

С переходом на непривычный формат обучения большинству вузов пришлось столкнуться с ранее неизвестными трудностями, основной из которых явилось отсутствие опыта и практики

работы в удаленном режиме. Переход обучения на дистанционный формат оказал существенное стрессогенное влияние на всех участников образовательного процесса – не только на руководство и педагогов образовательных организаций, но и на школьников, студентов и курсантов ведомственных учебных заведений [5 и др.]. Таким образом, начиная с 2020 г., большинство вузов России проводит обучение в виртуальном пространстве, да и сама жизнь стала одновременно протекать не только в реальной, но и в виртуальной плоскости (обучение, работа, заказ продуктов и товаров, получение услуг и пр.).

Заметим, что обучение в ведомственных вузах системы Министерства внутренних дел Российской Федерации отличается некоторой спецификой, поскольку к сотрудникам органов внутрен-

них дел предъявляются особенные требования, в силу чего учебно-служебная деятельность будущих правоохранителей весьма своеобразна. В условиях военизированного обучения существует определенная психологическая среда, в которой эта деятельность и протекает. Подготовка курсантов включает в себя значительный кластер профессиональных умений и навыков, которые не всегда можно передать с помощью дистанционных образовательных технологий. К примеру, занятия по физической подготовке, являющейся одной из ведущих дисциплин у будущих сотрудников полиции: обучить приемам задержания и самообороны дистанционно невозможно, также нельзя «на расстоянии», «по компьютеру» научить и правильной технике выполнения ряда практических элементов. В такой же ситуации оказалась и такая дисциплина, как огневая подготовка – тоже один из основных предметов подготовки будущего правоохранителя. Не избежали этой судьбы дисциплины радиотехнического профиля, включающие в себя действия практического характера, требующие работы в специализированных лабораториях. Отсутствие из-за введения строгих карантинных мер и перехода к дистанционному обучению возможности проведения занятий непосредственно в этих лабораториях делает невозможным формирование у курсантов знаний и опыта такого рода.

Итак, специфика подготовки курсантов ведомственных вузов системы МВД России состоит, прежде всего, в практикоориентированности обучения, требующего непосредственного взаимодействия преподавателей и курсантов в привычном очном режиме. С учетом этого сразу же после окончания официальных сроков режима самоизоляции вузы системы МВД России вернулись к привычному образу проведения занятий, но с соблюдением всех необходимых мер предосторожности для профилактики распространения новой коронавирусной инфекции.

В обстановке строжайшего соблюдения мер предосторожности, которая имеет место уже весьма длительное время, психика обучающихся испытывает серьезные нагрузки. Поэтому нами было принято решение о проведении исследования, направленного на изучение стрессоустойчивости курсантов в период пандемии новой коронавирусной инфекции COVID-19.

Под стрессоустойчивостью в психологии принято понимать совокупность личностных качеств, позволяющих переносить значительные интеллектуальные, волевые и эмоциональные нагрузки (перегрузки), обусловленные особенностями

профессиональной деятельности, без существенных вредных последствий для деятельности, окружающих и своего здоровья [6 и др.]. Стрессоустойчивость как любой психологический феномен появляется не вдруг и не сразу, а имеет свое особое происхождение, будучи одновременно и средством, и результатом психического развития личности. Исследователи связывают стрессоустойчивость со способностью быть эмоционально стабильным или психически устойчивым (П. Б. Зильберман, Н. Д. Левитов, В. Л. Марищук, В. Г. Норакидзе, К. К. Платонов, Я. Рейковский и др.), с надситуативной активностью (В. А. Петровский), с поисковой активностью (В. В. Аршавский, В. С. Ротенберг), с сопротивляемостью (А. Antonovsky, С. S. Carver), со смыслопорождением (Ф. Е. Василюк), с творческим поведением, «не привязанным» к биологическим факторам (Ф. Е. Василюк, В. И. Кабрин, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс и др.), с выносливостью (жизнестойкостью) (С. Мадди, S. Kobasa, M. C. Pucetti) [7 и др.].

С нашей точки зрения, стрессоустойчивость следует рассматривать как наличие способности противостоять условиям среды с учетом совокупности тех факторов, которые воздействуют на личность в течение определенного временного интервала (в нашем случае год). Исходя из такого понимания неотъемлемой составляющей стрессоустойчивости выступает нервно-психическая устойчивость.

В эмпирическом исследовании приняли участие 7 групп курсантов второго и четвертого курсов обучения Воронежского института Министерства внутренних дел Российской Федерации общей численностью 155 человек. Среди опрошенных было 73 % лиц мужского пола и 27 % женского, что обусловлено спецификой вуза и популярностью профессии полицейского среди мужского населения. Нами использовались методики, направленные на изучение стрессоустойчивости личности и применяемые в организациях, учреждениях и подразделениях системы МВД России. На первом этапе использовалась методика определения нервно-психической устойчивости, риска дезадаптации в стрессе «Прогноз», предназначенная для первичного, ориентировочного выявления лиц с признаками нервно-психической неустойчивости и возможностью прогнозировать поведение человека в стрессовой для него ситуации. Методика позволяет диагностировать пять уровней нервно-психической устойчивости личности: высокий, выше среднего, средний, ниже среднего, низкий (последний уровень нами выявлен не был). Результаты диагностики отражены в таблице.

Результаты диагностики нервно-психической устойчивости,  
риска дезадаптации в стрессе у курсантов

№ группы	Степень распространения уровней нервно-психической устойчивости в группах курсантов (абс. число и в %)				
	высокий	выше среднего	средний	ниже среднего	низкий
1 (21 человек)	17 (80,9)	4 (19,1)	–	–	–
2 (24 человека)	21 (87,5)	3 (12,5)	–	–	–
3 (18 человек)	16 (88,9)	1 (5,5)	1 (5,5)	–	–
4 (21 человек)	18 (85,7)	2 (9,5)	–	1 (4,8)	–
5 (17 человек)	12 (70,6)	3 (17,7)	2 (11,7)	–	–
6 (26 человек)	24 (92,4)	1 (3,8)	1 (3,8)	–	–
7 (28 человек)	21 (75,0)	6 (21,4)	–	1 (3,6)	–
<b>Итого: 155 человек</b>	<b>129 (83,2)</b>	<b>20 (12,9)</b>	<b>4 (2,6)</b>	<b>2 (1,3)</b>	

Анализ данных, приведенных в таблице, показывает, что для большинства респондентов в нашем исследовании – 129 человек (83,2 % от выборки), характерен высокий уровень проявления нервно-психической устойчивости. У таких курсантов маловероятны психические срывы, они способны стабильно осуществлять образовательную и иную деятельность в изменяющихся, в том числе стрессовых, условиях. Это говорит о благоприятном прогнозе их дальнейшего обучения в период пандемии.

Уровень нервно-психической устойчивости выше среднего был выявлен нами всего у 20 человек (12,9 %), что позволяет судить о низкой вероятности проявления у них признаков эмоциональной неустойчивости. Скорее всего, даже в трудных, непривычных условиях у них хорошо срабатывают адаптивные механизмы, что благоприятно сказывается на общей успешности их деятельности, в том числе учебной.

Средний уровень нервно-психической устойчивости продемонстрировали лишь 4 человека из выборки (2,6 %). Подобные результаты говорят о том, что эти респонденты в значительном числе ситуаций способны противостоять экстремальным и стрессовым ситуациям. Но в определенных обстоятельствах они все же могут испытывать трудности адаптации, демонстрировать эмоционально окрашенные реакции и снижать до определенного уровня свою продуктивность.

Уровень нервно психической устойчивости ниже среднего выявлен у 2 человек (1,3 %), что указывает на возможность нервно-психических срывов у этих курсантов при попадании в экстремальные ситуации. Такие результаты заставляют ожидать, что в непривычных условиях обучения

для них будут характерны существенные трудности в адаптации. Возможно, им потребуется внешняя помощь для их преодоления.

Для подтверждения полученных результатов мы провели проверку значимости различий между разными группами курсантов. Применение с этой целью критерия  $\chi^2$  было обусловлено тем, что изучаемой переменной была частота встречаемости того или иного уровня нервно-психической устойчивости. В результате не обнаружены статистически значимые различия (на уровне  $\alpha \leq 0,05$ ), что свидетельствует о том, что обследованная выборка достаточно однородна по диагностируемому признаку.

Второй использованной нами для определения стрессоустойчивости и непосредственной сопротивляемости стрессу методикой стала «Методика определения стрессоустойчивости и социальной адаптации Хомса и Ранге». Она представляет собой список из 43 пунктов, включающих различные жизненные события и ситуации, произошедшие с респондентом за последний год. В соответствии с ответами испытуемых подсчитывается итоговая сумма, которая показывает один из трех уровней сопротивляемости стрессу: высокий (150–199 баллов), средний (200–299 баллов) и низкий (300 и более баллов).

Установлено, что абсолютно все участники нашего исследования набрали не более 197 баллов (статистические различия между ними, проверявшиеся по t-критерию Стьюдента, оказались незначимыми:  $t_{эмл.} = 0,78$  на уровне  $\alpha \leq 0,05$ ). Следовательно, можно заключить, что обследованные курсанты достоверно обладают высоким уровнем стрессоустойчивости, у них за последний год жизни отсутствовали серьезные психо-

травмирующие ситуации. Это дает основание полагать, что хотя дистанционный режим обучения и связывается с определенными трудностями и неудобством, но он не влечет за собой тяжелые эмоциональные переживания курсантов, вероятно, в силу того, что они умеют адаптироваться к неожиданным обстоятельствам и незнакомым условиям, у них хорошая сопротивляемость стрессогенным факторам.

Полученные результаты мы объясняем, во-первых, высоким уровнем требований, предъявляемых к личности курсанта, обучающегося в ведомственном вузе, и, во-вторых, уставным характером служебной и учебной деятельности, которая в условиях пандемии мало изменилась: курсанты так же, как и ранее, участвуют в жизни института, ходят в наряды, посещают занятия, хоть и с дополнительными профилактическими ограничениями. Указанные два фактора приучают курсантов стойко переносить те или иные трудности, взвешенно воспринимать проблемные ситуации, контролировать свои эмоциональные реакции, проявлять волевые усилия при встрече с препятствиями. По-видимому, ограничения, связанные с пандемией, которые изменили характер учебного процесса, не воспринимаются курсантами как какое-то из ряда вон выходящее событие и, адаптируясь к нему, они используют уже сложившиеся у них приемы и способы преодоления стресса, демонстрируя тем самым высокую стрессоустойчивость. Более того, считаем, что подобные обстоятельства можно рассматривать как своего рода тренинг их стрессоустойчивости как профессионально важного качества сотрудника правоохранительных органов.

*Воронежский государственный университет  
Гайдар К. М. – доктор психологических наук,  
доцент, заведующий кафедрой общей и социальной  
психологии*

*E-mail: gaydar@phipsy.vsu.ru*

*Воронежский институт МВД России  
Бубнов А. Л. – преподаватель кафедры психологии и педагогики*

*E-mail: aleksandr-bubnov-2013@yandex.ru*

## ЛИТЕРАТУРА

1. *Александрова О. М.* Переход на дистанционное образование в школе. Управленческие решения / О. М. Александрова, Е. В. Орлов, Л. И. Степанова // Современные тенденции развития системы образования : сб. мат. Всерос. науч.-практ. конф. – Чебоксары : Среда, 2020. – С. 52–55.

2. *Альтбах Ф. Дж.* Информационные технологии в контексте COVID-19 : поворотный момент? / Ф. Дж. Альтбах, Х. де Вит // Международное высшее образование. – 2020. – № 103. – С. 6–8.

3. *Гришин В. И.* Жизнь после пандемии : экономические и социальные последствия / В. И. Гришин, Д. В. Домашенко, Л. В. Константинова [и др.] // Вестник Российского экономического университета им. Г. В. Плеханова. – 2020. – Т. 17, № 3(111). – С. 5–18.

4. *Малиатаки В. В.* Дистанционные образовательные технологии как современное средство реализации активных и интерактивных методов обучения при организации самостоятельной работы студентов / В. В. Малиатаки, К. А. Киричек, А. А. Вендина // Открытое образование. – 2020. – № 24(3). – С. 56–66.

5. *Клягин А. В.* Шторм первых недель : как высшее образование шагнуло в реальность пандемии / А. В. Клягин // Современная аналитика образования. – 2020. – № 6(36). – С. 89–97.

6. *Дружинин Н. Е.* Словарь по профориентации и психологической поддержке / Н. Е. Дружинин. – Кемерово : Кемеровский областной центр профессиональной ориентации молодежи и психологической поддержки населения, Томский центр профессиональной ориентации. – 2003. – URL: <http://esta2011.h16.ru/spravinfal/slovar/Pe.html> (дата обращения: 30.06.2021).

7. *Михеева А. В.* Стрессоустойчивость : к проблеме определения / А. В. Михеева // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Вопросы образования : языки и специальность. – 2010. – № 2. – С. 82–87.

*Voronezh State University  
Gaidar K. M. – Dr. Habil. in Psychology, Associate  
Professor, Head of General and Social Psychology  
Department*

*E-mail: gaydar@phipsy.vsu.ru*

*Voronezh Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia*

*Bubnov A. L. – Lecturer of Psychology and Pedagogy Department*

*E-mail: aleksandr-bubnov-2013@yandex.ru*