

ПЕРСПЕКТИВЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ В ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ ОГНЕВОЙ ПОДГОТОВКИ

Казанцев Илья Андреевич

лейтенант полиции, преподаватель кафедры огневой подготовки
Нижегородская академия Министерства внутренних дел Российской Федерации
Россия, г. Нижний Новгород

Жуков Денис Владимирович

старший лейтенант полиции, преподаватель кафедры огневой подготовки
Нижегородская академия Министерства внутренних дел Российской Федерации
Россия, г. Нижний Новгород

Аннотация: Саморегуляция – это комплексное влияние человека на свою психику для внутренней концентрации и мобилизации ресурсов в нужное направление. Свое историческое начало психология саморегуляции берет с 50-х годов прошлого столетия, когда в рамках информационного подхода начала изучаться активность человека. [1] На сегодняшний день данный вид психологии находит все больше сторонников, которые считают, что для преодоления всех своих страхов достаточно «настроить голову на нужный лад». В статье рассмотрены перспективы более широкого использования саморегуляции во время огневой подготовки, также проведен анализ ретроспективы развития саморегуляции, а также современные принципы саморегуляции.

Ключевые слова: психоанализ, психология, огневая подготовка.

PROSPECTS FOR THE USE OF SELF-REGULATION DURING THE TRAINING OF FIRE TRAINING

Kazantsev Ilya Andreevich

police Lieutenant, teacher of fire training Department Nizhny Novgorod Academy of the
Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation
Russia, Nizhny Novgorod

Zhukov Denis Vladimirovich

senior police Lieutenant, teacher of fire training Department Nizhny Novgorod Academy of the
Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation
Russia, Nizhny Novgorod

Abstract: Self-regulation is a person's integrated influence on his psyche for internal concentration and mobilization of resources in the right direction. The psychology of self-regulation takes its historical beginning from the 50s of the last century, when human activity began to be studied as part of the information approach. [1] Today, this type of psychology is finding more and more supporters who believe that in order to overcome all their fears, it is enough to "tune your head in the right way." The article discusses the prospects for the wider use of self-regulation during fire training, also analyzes the retrospective of the development of self-regulation, as well as modern principles of self-regulation.

Key words: psychoanalysis, psychology, fire training.

Современные условия, в которых сотрудники органов внутренних дел осуществляют свою деятельность, являются по своей сути стрессогенными. Подобную стрессогенность

сотрудники испытывают и в период обучения огневой подготовки, преимущественно на огневом рубеже, немногим меньше – на тренировочном месте выполняя различные нормативы, а также иные команды преподавателя.

В проведенном опросе среди курсантов и слушателей Белгородского юридического института МВД России имени И.Д. Путилина ключевым вопросом стал: «Испытываете ли вы страх, или волнение на занятиях по огневой подготовке?». Среди курсантов, ответивших положительно, было также выяснены причины возникновения тревожных эмоций. Результат показал, что из 10 опрошенных человек 7 курсантов так или иначе испытывают волнение и страх при выполнении нормативов, а также при выполнении команд руководителя, либо помощника руководителя стрельб. (рис.1)

Причинами подобных эмоций выступает:

- страх не сдать установленные нормативы
- мысли о возможном нарушении порядка выполнения норматива
- реакция окружающего коллектива на возможный провал
- получение оценки «неудовлетворительно» за нарушение установленных правил пользования огнестрельного оружия
- боязнь ответных реакций на выстрел: хлопок, отдача огнестрельного оружия.

Рис.1



Как можно увидеть, большинство причин связаны с заблаговременной уверенностью курсанта и слушателя в неудачном исходе, что существенно влияет как на психологию, так и на механизм выполнения поставленных задач. На наш взгляд, одним из возможных выходов из подобной ситуации может стать более широкое применение саморегуляции и её методов на занятиях по огневой подготовке.

Саморегуляция – это комплексное влияние человека на свою психику для внутренней концентрации и мобилизации ресурсов в нужное направление. Свое историческое начало психология саморегуляции берет с 50-х годов прошлого столетия, когда в рамках информационного подхода начала изучаться активность человека. [1] На сегодняшний день данный вид психологии находит все больше сторонников, которые считают, что для преодоления всех своих страхов достаточно «настроить голову на нужный лад».

В современных кругах психологов, саморегуляция выделяется, прежде всего, своими методами, среди которых можно выделить [2]:

- самовнушение
- самоисповедь
- сампориказ
- самоуспокоение
- самоподкрепление

Заключение: На наш взгляд, использование некоторых приемов позволит курсантам и слушателям устранить преждевременное волнение, тем самым улучшив восприятия и

понимание выполнения всех команд руководителя, либо помощника руководителя стрельб, а также находиться на огневом рубеже «с холодной головой».

Так, находясь на огневом рубеже курсант или слушатель должен максимально сконцентрировать свое внимание на собственных действиях, параллельно осознавая логичность и последовательность своих действий. Подобное можно достичь только при достаточном настрое и самовнушении о успешности выполнения поставленных задач[3]. Каждый страх и волнение следует пресекать еще до выхода на огневой рубеж, подкрепляя себя своими теоретическими навыками и знаниями, которые позволят курсанту абстрагироваться и посмотреть на происходящую ситуацию «со стороны». Это, несомненно, позволит уменьшить количество выполненных ошибок, а также необдуманных действий как на огневом рубеже, так и на тренировочном месте.

Таким образом, считаем, что использование методов саморегуляции в процессе обучения курсантами и слушателями позволит существенно повысить качество обучения и попутно снизить вероятность совершения необдуманных действий курсантами и слушателями образовательных учреждений министерства внутренних дел.

Список использованной литературы:

1. А.К. Болотова. Развитие идей саморегуляции в исторической перспективе // Культурно-историческая психология / Теория и методология. -М. 2013. – С. 64-74.
2. Артыков Т.А. Тревожность учащегося, как показатель реадaptации к учебной деятельности // Молодой ученый. 2009. №8. - С.149-152.
3. Занковский А.Н. Профессиональный стресс и функциональные состояния // Психологические проблемы профессиональной деятельности. - М.: Наука, 1991. - С. 144-156.

