

УДК 351.74

Авдюнин Александр Анатольевич, преподаватель кафедры огневой и тактико-специальной подготовки юридического факультета, Федеральное казенное образовательное учреждение высшего образования «Владимирский юридический институт Федеральной службы исполнения наказаний» (ВЮИ ФСИН России) г. Владимир

e-mail: avdyuninaa@gmail.com

Драницина Анастасия Николаевна, курсант юридического факультета Федеральное казенное образовательное учреждение высшего образования «Владимирский юридический институт Федеральной службы исполнения наказаний» (ВЮИ ФСИН России) г. Владимир

e-mail: dranicinaanastasia5@gmail.com

«ОЖИДАНИЕ ВЫСТРЕЛА» ИЛИ ПСИХОЛОГИЯ СТРЕЛЬБЫ СОТРУДНИКОВ ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ

Аннотация. В данной статье поднимается проблема влияния негативных психологических состояний сотрудников правоохранительных органов в период обучения навыкам огневой подготовки, рассматриваются пути профилактики таких состояний.

Ключевые слова: стрельба, огневая подготовка, «ожидание выстрела», профессиональная деятельность, визуализация, ментальные техники, позитивное мышление.

Avdyunin Alexander Anatolyevich, teacher of the Department of Fire and Tactical and Special Training of the Faculty of Law, Federal State Educational Institution of Higher Education "Vladimir Law Institute of the Federal Penitentiary Service" (VSU FSIN of Russia), Vladimir

e-mail: avdyuninaa@gmail.com

Anastasia Nikolaevna Dranitsina, cadet of the Faculty of Law, Federal State Educational Institution of Higher Education "Vladimir Law Institute of the Federal Penitentiary Service" (VSU FSIN of Russia), Vladimir

e-mail: dranicinaanastasia5@gmail.com

"WAITING FOR A SHOT" OR THE PSYCHOLOGY OF SHOOTING LAW ENFORCEMENT OFFICERS

Abstract. This article raises the problem of the influence of negative psychological states of law enforcement officers during the period of training in fire training skills, considers ways to prevent such conditions.

Key words: shooting, fire training, "waiting for a shot," professional activity, visualization, mental techniques, positive thinking.

Успешному выполнению сотрудниками поставленных перед ними задач способствует подготовка к действиям при чрезвычайных обстоятельствах и при чрезвычайных ситуациях, начиная с успешного усвоения начальной профессиональной подготовки и заканчивая совершенствованием мастерства на местах несения службы. И одной из важнейших обязанностей сотрудников правоохранительных органов является защита прав и обязанностей граждан, которые на территории РФ провозглашаются высшей ценностью [Конституция РФ от 12.12.1993 с изм. 01.06.2020].

Для того чтобы сотрудник правоохранительных органов мог на высоком уровне выполнять свои должностные обязанности по охране жизни и здоровья граждан к его компетенции относится применение огнестрельного оружия в процессе выполнения служебно-боевых задач, но при использовании ими оружия к ним предъявляются высокие требования. Связать это нужно с тем, что при неграмотном и неправомерном поведении вооруженного сотрудника это может привести к негативным последствиям для большого круга лиц.

Огневая подготовка является одной из важнейших дисциплин, преподаваемых сотрудникам правоохранительных органов, от ее усвоения работником зависит эффективность его дальнейшей службы. Курс «Огневая подготовка» ставит перед собой следующие задачи:

1. Обучение личного состава применению, закрепленного за ними оружия и умению использовать его боевые возможности для поражения противника с наименьшим расходом времени и боеприпасов в различных условиях современного боя.
2. Сотрудник должен быть уверен в используемом им оружии.
3. Сотрудник должен быть активен и самостоятелен в решении огневых задач.

Огневая подготовка является составной частью комплекса навыков личного состава, его обучаемости и боевой слаженности. И от уровня знаний, приобретенных из курса «огневая подготовка» зависит способность сотрудников выполнять служебную деятельность в различной обстановке или задачи в соответствии с предназначением.

Подготовленность специалистов ведомств к специализированной деятельности должна быть обусловлена факторами, отражающими его способность квалифицированно действовать на служебном месте. Как было сказано выше, огневая подготовка является одной из наиболее значимых для сотрудников дисциплин, так как напрямую связана с их служебной деятельностью. Правомерные и грамотные действия специалистов на местах прохождения службы взаимосвязаны с их обучением на первоначальных основах. В настоящее время актуальной остается проблема недостаточно высокого уровня подготовки правоохранительных органов к применению огнестрельного оружия.

Огневая подготовка включает в себя теоретическое освоение программы (то есть изучение материальной части оружия, правил и приемов стрельбы, управление огнем) и практическое. Было проведено исследование среди курсантов ВЮИ ФСИН России, вопрос был следующий: «Устраивают Вас

результаты при выполнении упражнений по огневой подготовке? С чем связаны Ваши слабые показатели по огневой подготовке?» По итогам опроса был сделан вывод, что около 30% обучающихся не удовлетворены результатами выполнения упражнений. Теоретическими знаниями по приемам и правилам стрельбы владеют, а результат выполнения упражнений связан с психологическими ошибками.

В связи с тем, что данные ошибки существуют у одного из авторов данной статьи, было принято решение разобрать личную ошибку, которая возникает в ходе выполнения упражнений по огневой подготовке – психологическая неготовность к стрельбе у стреляющего, предложить варианты решений, проверить, хотя бы один из вариантов, и сравнить результаты, показанные при стрельбе с предыдущими.

Вопросы, касающиеся психологической готовности людей к стрельбе, изучали следующие отечественные исследователи Смоленцева В.Н., Маснюк Н.Е., Волков И.П.

«Ожидание выстрела» - нежелательная ошибка, которая проявляется в нескольких формах. Несмотря на то, что проявления этой ошибки разные основание у них общее-негативное психологическое состояние, которое выражается в страхе и отсутствии концентрации [Жуков 2016: 59-62].

Первая форма имеет следующую характеристику стреляющий производит резкое нажатие на спусковой крючок в момент, когда прицельные приспособления занимают наиболее выгодное расположение по отношению к мишени. В результате этого происходит независящее от человека мышечное сокращение как раз перед выстрелом и отклонение полета пули от района прицеливания. Стоит отметить, что такое проявление ошибки чаще всего происходит при осуществлении стрельбы на скоростной норматив и связано с желанием стрелка сделать свой выстрел наиболее точным.

Вторую форму можно связать с несколькими особенностями стрельбы из огнестрельного оружия и активным противодействием стрелка этим особенностям, таким как громкий звук от выстрела, отдача оружия, боязнь того,

что в момент стрельбы прилетит гильза. Чтобы принимать пути решения данной проблемы необходимо более тщательно разбирать реакцию организма человека на каждую из вышеперечисленных особенностей стрельбы. При стремлении человека бороться с резким движением пистолета, то есть отдачей, происходит предупредительное сокращение сокращений различных мышечных групп. Это приводит к импульсивному сильному сжатию рукоятки и сотрудник начинает «толкать оружие», в некоторых случаях это происходит в комплексе с наклоном туловища стреляющего. На личном опыте добавлю, что при стрельбе проявление этой ошибки происходит с добавлением зажмуривания глаз. Результат на мишени такой же, как и от первой формы проявления, мишень либо остается чистой, либо пробойны значительно отклоняются от района прицеливания.

Чтобы более детально проанализировать субъективные причины возникновения ошибки «ожидание выстрела» В.М. Жуковым, И.В. Руденко, О.Р. Кривошеевой был проведен опрос. На основании вывода из этого вопроса были выявлены 3 наиболее актуальных ответа: стремление показать хороший результат (у мужчин (63,0%) и у женщин (35,3%)), уложиться во временные рамки (у мужчин (53,7%) и у женщин (70,6%)) и реагирование на выстрелы других участников при ведении огня одновременно с нескольких рубежей (у женщин 47,0%). Данные, полученные в ходе этого опроса, можно связать с личностными особенностями отвечающих, например: если рассматривать такой ответ как «показать хороший результат» у мужчин он проявляется как конкуренция с другими сотрудниками, а у женщин как проявления старательности и добросовестности выполнения своих должностных функций [Кривошеева 2012: 52-55].

При изучении данного вопроса стоит также отметить, что работа сотрудников правоохранительных органов связана с большой ответственностью и эмоциональными и физическими перегрузками, которые в свою очередь вызывают тревожность. Чтобы доказать прямую зависимость внутреннего состояния стреляющего и его результаты на мишени, ранее

проводились исследования по тесту Ч. Спилбергера для выявления уровня тревожности личности [Спилбергер 1982: 9-17]. Анализ результатов показал, что те, кто допускают ошибку «ожидание стрельбы» имеют показатели тревожности выше среднего.

Для повышения уровня эффективности применения оружия сотрудниками необходимо определить пути повышения и профилактики причин возникновения ошибок. Но есть ряд факторов, которые обязательно нужно учесть при определении методов и средств: ограничение по времени проведения занятий, большое количество сотрудников, и конечно, наличие других немаловажных задач по службе и обучению.

Среди сотрудников правоохранительных органов есть спортсмены служебного биатлона, данный вид спорта напрямую связан со стрельбой, поэтому, почитав отзывы психорегуляции самих спортсменов, сделан вывод, что сотрудникам в повышении эффективности применения оружия может помочь применение ментальных техник. Ментальные техники включают в себя концентрацию, визуализацию и позитивное мышление. На основании этого сотрудникам, сталкивающимся с проблемой психологической неготовности, можно посоветовать следующее:

1. Дыхательные упражнения. Существует упражнение 4-7-8, оно заключается в следующем: вдохнуть через нос на 4 сек., задержать дыхание на 7 сек., выдохнуть через рот на 8 сек. Упражнение можно повторять несколько раз перед тем, как подойти к огневому рубежу.

2. «Представь и сделай» или визуализация. Заключается в представлении самим стреляющим себя в процессе стрельбы и после стрельбы с идеальным показателем на мишени.

3. Позитивные аффирмации (короткие утверждения, которые помогают тому или иному стреляющему в момент стрельбы), которые нужно проговаривать пока производишь выстрел.

Ментальные техники играют важную роль, помогая улучшить концентрацию, снизить уровень стресса и повысить уверенность в своих силах.

Визуализация, дыхательные упражнения и позитивное мышление – это некоторые из техник, которые могут применяться в процессе стрельбы.

Наиболее оптимальным методом психорегуляции, на мой взгляд, является визуализация. Данный метод — комплекс психологических приемов, направленных на отображение зрительных образов и управление ими в сознательной сфере мышления [Абарцумов 2014: 716-722].

При использовании данного метода при подготовке к выполнению 1-го упражнения курса стрельб из пистолета Макарова (ПМ) личный результат улучшился примерно на 22% по сравнению с предыдущим учебным годом и средний результат в данном учебном году составляет примерно 24 очка (наилучший результат – 27 очков, наихудший – 21 очко), в предыдущем учебном году наилучший результат был 22 очка, средний результат составлял 20 очков.

Исходя, из полученного результата предлагаем использовать ментальную подготовку на постоянной основе в рамках огневой подготовки сотрудников правоохранительных органов. Эти упражнения помогают улучшить психофизиологическое здоровье, что в свою очередь приводит к улучшению результатов выполнения упражнений по огневой подготовке. Каждый сотрудник может подобрать в процессе стрельбы наиболее подходящую лично ему ментальную технику, для этого нужно наблюдать за реакциями своего организма и подобрать наиболее эффективные методы и упражнения.

Список литературы

4. Абарцумов Н. А., Блеер М. Г., Покотило М. Г. Психологические факторы повышения результативности в стендовой стрельбе на круглом стенде (с учетом визуализации) // Молодой ученый. 2014. № 4. С. 716–722
5. Конституция Российской Федерации: [принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г. с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01 июля 2020 г.]. – Текст: электронный //

Официальный интернет–портал правовой информации. – URL: <http://www.pravo.gov.ru> (дата обращения: 31.07.2020).

6. Кривошеева О. Р., Чусовитина О. М., Герман Е. В. Социальная ответственность как основа поведения личности // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2012. № 1(48). С. 52–55.

7. Жуков В.М., Руденко И.В., Кривошеева О.Р. Ошибки и коррекция негативных психологических состояний сотрудников ОВД в период формирования навыков стрельбы из пистолета. // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2016. № 3 (66). С. 59-62.

8. Спилбергер Ч. Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги // Стресс и тревога в спорте: междунар. сб. науч. ст. / сост. Ю. Л. Ханин. М., 1983. С. 9–17.