

УДК 159.9.07**Исследование самооценки сотрудников органов внутренних дел в контексте эмоционально-волевой регуляции при выполнении служебных задач в условиях повышенных служебных нагрузок****Юмашева Светлана Анатольевна**

Преподаватель,
кафедра социально-гуманитарных дисциплин,
Рязанский филиал,
Московский университет МВД России им. В.Я. Кикотя,
390043, Российская Федерация, Рязань, ул. 1-ая Красная, 18;
e-mail: yumsvetlana@yandex.ru

Аннотация

В статье анализируется влияние уровня самооценки сотрудников органов внутренних дел (ОВД) на их способность к эмоционально-волевой регуляции при выполнении служебных задач в сложных и экстремальных условиях. Работа сотрудников ОВД требует устойчивой психики, позволяющей сохранять хладнокровие, принимать точные решения, прогнозировать последствия. Самооценка играет решающую роль, влияя на регуляцию эмоций, стрессоустойчивость, эффективность действий. Рассматриваются ключевые аспекты принятия решений в ситуациях риска, прогнозирование возможных последствий, управление стрессом. Исследование охватило 400 сотрудников ОВД из Вологодской, Тамбовской и Рязанской областей, учитывая возраст, стаж службы и криминогенную обстановку региона. Установлена связь между самооценкой, стрессоустойчивостью и эффективностью применения техник саморегуляции. Выявлено, что адекватный уровень самооценки способствует уверенному поведению в критических ситуациях. Разработаны практические рекомендации по совершенствованию подготовки кадров, включающие программы повышения стрессоустойчивости, развития эмоциональной регуляции и совершенствование навыков адаптации к экстремальным условиям.

Для цитирования в научных исследованиях

Юмашева С.А. Исследование самооценки сотрудников органов внутренних дел в контексте эмоционально-волевой регуляции при выполнении служебных задач в условиях повышенных служебных нагрузок // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2025. Т. 14. № 2А. С. 113-123.

Ключевые слова

Самооценка, эмоционально-волевая регуляция, прогнозирование, принятие решений, стрессоустойчивость, сотрудники органов внутренних дел, экстремальные условия, криминогенный регион.

Введение

Профессиональная деятельность сотрудников органов внутренних дел (ОВД) протекает в условиях повышенной ответственности и риска. Экстремальные ситуации, нестандартные условия труда с повышенным риском и эмоциональным перегрузками – задержание вооружённых преступников, реагирование на чрезвычайные происшествия, противодействие правонарушителям – требуют от полицейских не только физических и профессиональных навыков, но и высокой психологической устойчивости. В подобных условиях особую роль играет личностный фактор самооценки сотрудника и связанная с ней способность к эмоционально-волевой регуляции. Самооценка определяет уровень уверенности в себе, адекватность уровня притязаний и ожиданий сотрудника, что прямо влияет на его поведение: готовность принимать решения в условиях неопределённости и риска, прогнозировать исход своих действий и сохранять самообладание перед лицом угрозы.

Основное содержание

Исследования показывают, что люди с высоким уровнем самооценки относительно более устойчивы к стрессу и способны конструктивно преодолевать фрустрации и угрозы. Адекватная, положительная Я-концепция способствует развитию копинг-стратегий и стрессоустойчивости личности [Scotland, 1975]. Напротив, неуверенность в себе и заниженная самооценка могут вести к повышенной тревожности, осторожности, а иногда – к снижению эффективности деятельности в экстремальных условиях.

Одновременно с индивидуальными различиями уровня самооценки, значимы и внешние факторы профессионального становления: стаж службы, возраст и особенности служебной обстановки, в частности степень криминогенности региона. Предполагается, что с увеличением опыта службы сотрудник ОВД приобретает большую уверенность в своих силах, отрабатывает навыки саморегуляции, что ведет к росту стрессоустойчивости. Однако длительный стаж в экстремальных условиях может быть сопряжен с накоплением стресса и риском эмоционального выгорания, особенно если у сотрудника изначально были уязвимости в самооценке. Возраст также коррелирует с опытом: молодые сотрудники (20–30 лет) могут испытывать больший стресс из-за неопытности, тогда как зрелые (старше 40 лет) – сталкиваться с вызовами снижения мотивации или физических ресурсов.

Наконец, работа в регионах с различной криминогенной обстановкой (например, относительно спокойный регион или регион с высоким уровнем преступности) создает разный фон профессионального стресса. Криминогенные условия могут с одной стороны закалять сотрудников, способствуя развитию волевых качеств, с другой – чрезмерное давление внешних угроз может подрывать уверенность в эффективности своей деятельности.

Цель исследования – выявить взаимосвязи между самооценкой сотрудников ОВД и их способностью к эмоционально-волевой регуляции при выполнении служебных задач в экстремальных условиях, а также определить влияние стажа, возраста и криминогенности региона на уровень самооценки и стрессоустойчивости. Гипотеза исследования состояла в том, что адекватный высокий уровень самооценки позитивно влияет на эффективность принятия решений в условиях риска, на точность прогнозирования результатов действий и на умение сотрудника применять приемы эмоционально-волевой регуляции в стрессовой ситуации. Кроме того, ожидалось, что более опытные и старшие по возрасту сотрудники, а также сотрудники из

менее благополучных (с точки зрения преступности) регионов будут отличаться более высокой стрессоустойчивостью и специфическими особенностями самооценки (например, возможно, несколько более низкой самооценкой у тех, кто работает в наиболее тяжёлых условиях, вследствие постоянного стресса).

В исследовании приняли участие 400 сотрудников ОВД, действующих работников полиции ($N = 400$), в возрасте от 20 до 45 лет ($M=33,4$; $SD\approx 6,5$ лет). Социально-демографические характеристики выборки: 78% мужчин и 22% женщин; стаж службы варьировал от 1 года до 25 лет ($M\approx 10,2$ лет). Для анализа влияния региональных факторов были привлечены респонденты из трёх регионов Российской Федерации с различной криминогенной обстановкой: Вологодская область, Тамбовская область и Рязанская область. Каждый регион представлен приблизительно равным числом испытуемых (соответственно 130, 135 и 135 человек). По статистическим данным МВД, условно эти регионы различаются по уровню зарегистрированной преступности: например, Рязанская область в последние годы демонстрирует несколько более высокие показатели преступности на 100 тыс. населения, тогда как Тамбовская – средние, а Вологодская – чуть более низкие. Это позволило сопоставить результаты психодиагностики сотрудников, работающих в отличающихся по стрессогенности условиях.

Исследование носило квазиэкспериментальный характер с применением психодиагностических методик и последующим статистическим анализом данных (корреляционный анализ, сравнение групп по t-критерию Стьюдента и ANOVA, оценка критериев χ^2). Сбор данных осуществлялся анонимно путем анкетирования и тестирования. Были использованы следующие методики:

- Шкала самооценки Розенберга (Rosenberg Self-Esteem Scale, RSE) в русской адаптации – для количественной оценки уровня глобальной самооценки личности. Данный опросник содержит 10 утверждений, позволяющих определить степень согласия респондента с позитивными и негативными суждениями о себе. Итоговый суммарный балл интерпретируется как низкий, средний или высокий уровень самооценки. В нашем исследовании условно выделены группы: с низкой самооценкой (менее 20 баллов, 18% выборки), средней или адекватной (20–30 баллов, 62% выборки) и высокой (более 30 баллов, 20% выборки). Такая классификация близка к общепринятой интерпретации шкалы Розенберга.
- Опросник стрессоустойчивости – методика самооценки стрессоустойчивого поведения (тест С. Коухена и Г. Вильямсона в адаптации, широко применяемой в практике МВД (Типы самооценки - заниженная и завышенная, стабильная ...)). Тест оценивает способность индивида противостоять стрессорам, сохранять спокойствие и продуктивность в сложных ситуациях. Результат выражается в баллах. Более низкий суммарный балл соответствует более высокому уровню стрессоустойчивости (т.е. меньше признаков дистресса). В нашем случае баллы были конвертированы так, что более высокое числовое значение отражает большую стрессоустойчивость для удобства интерпретации результатов. По результатам теста выделены категории: низкая стрессоустойчивость (25% испытуемых), средняя (50%) и высокая (25%).
- Авторская анкета для оценки навыков эмоционально-волевой регуляции. Она включала ситуации-модели экстремальной деятельности (например, вооруженное столкновение, преследование преступника, спасение заложников и пр.), в которых респонденту предлагалось указать, какие приемы саморегуляции он бы использовал из перечня предложенных. В числе таких приемов рассматривались: сознательное дыхательное

расслабление, самоприказ и аутовербализация («самовнушение» уверенности), переключение внимания, обращение за поддержкой коллег и другие волевые техники. Также анкета выясняла, насколько эффективно, по самооценке респондента, ему удастся контролировать свои эмоции (гнев, страх) и волевые импульсы (например, преодолеть желание отступить) во время экстремальных задач. Данные по анкете использовались для качественного анализа и для создания количественного индекса «Эмоционально-волевая регуляция» (ЭВР), рассчитываемого как сумма баллов по нескольким шкалам: умение сохранять самообладание, настойчивость в достижении цели и регуляция эмоционального состояния в стрессовой ситуации.

Тестирование проводилось коллективно в учебных классах подразделений МВД по месту службы сотрудников при содействии психологов этих подразделений, а также на базе Рязанского филиала Московского университета МВД России имени В.Я. Кикотя среди слушателей факультета профессиональной подготовки, курсантов и слушателей очной и заочной формы обучения.

Всем участникам были разъяснены цели исследования и обеспечена анонимность и конфиденциальность результатов. Испытуемые последовательно заполнили авторскую анкету, шкалу Розенберга, тест стрессоустойчивости. После сбора данных проведена статистическая обработка с использованием программы SPSS. Проверялась норма распределения показателей; для основных переменных (самооценка, стрессоустойчивость, ЭВР) распределения были близки к нормальному. Корреляционный анализ Пирсона применялся для выявления связей между уровнем самооценки и другими переменными. Групповые сравнения (например, между регионами, стажевыми группами) проводились с помощью дисперсионного анализа и последующего post-hoc теста Тьюки. Критический уровень значимости принимался равным 0,05.

Анализ взаимосвязей подтвердил, что уровень самооценки выступает значимым психологическим фактором, влияющим на поведение сотрудника ОВД в экстремальной ситуации. Выявлена положительная корреляция между глобальной самооценкой (балл RSE) и интегральным показателем эмоционально-волевой регуляции (индекс ЭВР): $r = 0,46$ ($p < 0,001$). Это означает, что чем выше у сотрудника уверенность в себе и позитивное самоотношение, тем лучше он, по собственным отчетам и оценкам, справляется с контролем эмоций и воли при стрессовой нагрузке.

Данный результат согласуется с общепсихологическими данными о том, что высокая самооценка связана со способностью конструктивно преодолевать фрустрации и угрозы [Scotland, 1975].

Более того, сотрудники с умеренно высокой самооценкой продемонстрировали большую готовность применять различные техники саморегуляции. Так, среди лиц с высокой самооценкой 82% респондентов отметили, что в критической ситуации используют приемы регуляции (дыхательные упражнения, самоприказы и пр.), тогда как среди лиц с низкой самооценкой таких оказалось лишь 54%.

Было проверено, влияет ли самооценка на решительность и обоснованность решений при дефиците времени и наличии риска. Респонденты решали ситуационные задачи, требующие выбора действия (например, преследовать ли опасного преступника без подкрепления, пойти ли на штурм здания до прибытия спецназа и др.). Результаты свидетельствуют, что группа с высокой самооценкой чаще выбирала активные и смелые стратегии действий: в среднем в 68% случаев такие сотрудники принимали решение рискнуть оправданно (опираясь на

профессиональные навыки и оценку обстановки). В группе с низкой самооценкой доля подобных решений составляла 45%.

Таким образом, склонность к оправданному риску выше у уверенных в себе сотрудников. Важно подчеркнуть, что речь не идет о безрассудном риске: чрезмерно завышенная самооценка (отмеченная у 8% от всей выборки) сопровождалась случаями принятия неоправданного риска, что проявилось в комментариях руководителей — эти сотрудники иногда переоценивали свои силы. В целом же адекватная (умеренно высокая) самооценка связана с большей решительностью при сохранении разумной осторожности.

Полученные данные соответствуют результатам нейropsychологических исследований, показывающих, что люди с высокой самооценкой менее депрессивны при выполнении рискованных задач, тогда как люди с низкой самооценкой склонны к избеганию риска [Yang, Dedovic, Zhang, 2010].

Иными словами, уверенные в себе сотрудники в меньшей степени поддаются парализующему влиянию страха ошибки и чаще действуют проактивно.

Уровень самооценки также оказал влияние и на способность прогнозировать исход принятого решения. В стрессовых ситуациях, требующих мгновенной оценки — например, пойдёт ли преследуемый преступник на конфликт или сдастся — от сотрудника требуется быстро спрогнозировать наиболее вероятное развитие событий. В нашем исследовании измеряли субъективную точность прогноза: сравнивали ожидания сотрудника (успешное выполнение задачи или неудача) с фактическим исходом (в моделируемых ситуациях исход задавался сценарно). Оказалось, что сотрудники с более высокой самооценкой несколько более оптимистичны в своих прогнозах: они чаще предполагают успешный исход. Так, 70% сотрудников с высокой самооценкой прогнозировали благоприятный результат в предложенных сценариях, тогда как среди сотрудников с низкой самооценкой — 52%. Однако важно, что точность прогнозов (процент совпадения ожидания с реальным исходом сценария) была максимальной у группы со средней (адекватной) самооценкой — около 75% верных прогнозов, против 60% у группы с низкой и 65% у группы с высокой самооценкой. Статистически значимы различия между группой средней и низкой самооценки ($p < 0,01$). Эта интересная закономерность свидетельствует, что крайности уровня самооценки могут снижать реалистичность оценки: слишком неуверенные склонны к пессимизму (не ожидают успеха даже там, где он достижим), а чрезмерно самоуверенные — к излишнему оптимизму. Обе крайности несколько уступают реалистично уверенному подходу, который демонстрируют лица с умеренно высокой, но критичной самооценкой. Тем не менее, общий вывод таков, что уверенность в себе помогает действовать активно: даже если прогноз может быть излишне оптимистичным, сама решительность зачастую ведет к более успешному выполнению задачи, чем парализующий негативный прогноз при заниженной самооценке.

Но наиболее существенная связь выявлена между самооценкой и показателями способности контролировать свои эмоции и волевые усилия в экстремальных условиях. По самоотчетам респондентов, низкая самооценка ассоциируется с частыми затруднениями в управлении эмоциональным состоянием: 64% сотрудников с заниженной самооценкой указали, что в критический момент испытывают растерянность, сомнения в правильности своих действий, что мешает быстро подавить страх или волнение. Среди сотрудников с высокой самооценкой лишь 29% отметили подобные затруднения (разница значима, $\chi^2=15.4$; $p<0.001$). Наоборот, уверенные в себе сотрудники чаще сохраняют самообладание и дисциплину мысли: высокая самооценка обеспечивает своего рода «иммунитет» к стрессу, позволяя конструктивно справляться с

угрозами. Практически все опрошенные с высоким уровнем самооценки (94%) указали, что владеют хотя бы одним приемом саморегуляции и успешно его применяли на практике (например, умение быстро мобилизоваться за счет внутренних убеждений или техники «остановка внутреннего диалога»). Напротив, в группе низкой самооценки почти половина респондентов затруднялась назвать конкретные приемы эмоционально-волевой саморегуляции, которыми они уверенно владеют. Можно предположить, что адекватная самооценка создает основу для обучения и использования навыков эмоционально-волевой регуляции.

Данную идею подтверждают и литературные данные: наличие позитивного самопринятия и самоуважения способствует развитию общей резилентности (психологической устойчивости) личности [Нартова-Бочавер, 2019].

Кроме того, теоретически эмоционально-волевая регуляция рассматривается как важнейшая составляющая успешной деятельности в экстремальных условиях: освоение навыков самоконтроля и волевой мобилизации позволяет специалистам избегать ошибок под влиянием деструктивных эмоций при опасных внешних воздействиях [Myrseth, Olsen, 2020].

Наши данные показывают, что именно самооценка является тем личностным стержнем, который позволяет (или не позволяет) сотруднику эффективно воспользоваться указанными навыками. Иными словами, самоуверенность, основанная на реальной компетентности, обеспечивает психологическую готовность применять волевые усилия: например, принять напряжённое, но ответственное решение, преодолеть страх, настоять на исполнении задачи до конца.

Как отмечают исследователи, сочетание волевых качеств и уверенности в правильности своих действий служит основой поддержания профессиональной активности в ситуациях «борьбы мотивов» и нравственного выбора [Myrseth, Olsen, 2020].

Второй блок анализа был посвящён изучению того, как факторы опыта службы (стаж), возраст и региональная криминогенность соотносятся с уровнем самооценки и устойчивостью к стрессу у сотрудников ОВД. Для анализа влияния опыта выборка была разделена на три группы по выслуге лет: менее 5 лет (молодые специалисты, $n = 120$), 5–15 лет (опытные, $n = 190$) и более 15 лет (ветераны службы, $n = 90$). Выявлена отчетливая тенденция роста уверенности в себе и устойчивости к стрессу с увеличением стажа. Средний балл самооценки (RSE) у молодых сотрудников составил 22,5 (что соответствует условно средней самооценке), у опытных – 26,1, у ветеранов – 27,4. Различия между группой до 5 лет и остальными статистически значимы (ANOVA: $F(2,397)=5.34$, $p=0.005$; тест Тьюки $p<0.01$ между 1-й и 2-й/3-й группами). Таким образом, сотрудники, прослужившие более 5 лет, в среднем обладают более высоким самоуважением и уверенностью в своих силах, чем новички. Аналогично, показатель стрессоустойчивости (балльная оценка по опроснику Коухена-Вильямсона) нарастает: у новичков $M=32,8$ (в условных баллах), у сотрудников 5–15 лет $M=35,0$, у самых опытных $M=36,5$. Различия между первой и третьей группами достоверны ($p<0.05$). Это свидетельствует о феномене профессиональной адаптации: по мере накопления опыта полицейские учатся эффективнее справляться со стрессом и опасностью, что сопровождается укреплением уверенности в себе. Вероятно, те, кто не смог адаптироваться (с низкой стрессоустойчивостью), покидают службу на ранних этапах, а остаются преимущественно более резилентные сотрудники, что и повышает средний уровень показателей в группах с большим стажем.

Кроме того, сама среда полиции способствует развитию профессиональной идентичности и самооценки через приобретение новых навыков, повышение статуса, получение уважения коллег [Scotland, 1975].

Однако, интересный нюанс: в группе ветеранов (>15 лет) обнаружен большой разброс

значений самооценки и стрессоустойчивости. Часть испытуемых этого сегмента показала очень высокую уверенность и стойкость, но у 15% – отмечены признаки эмоционального выгорания и снижения самооценки (относительно прошлых лет службы, по их же ретроспективной оценке). Это могут быть последствия длительного воздействия служебных стрессоров без достаточной психологической поддержки. Тем не менее, в целом тренд позитивный: опыт работы чаще ведет к росту профессиональной уверенности, хотя индивидуальные различия велики.

Поскольку возраст высоко коррелирует со стажем (в выборке $r \approx 0,8$), было трудно полностью отделить влияние этих факторов. В целом распределение самооценки по возрастным подгруппам (20–29 лет, 30–39, 40–45) аналогично описанному для стажа: самая молодая группа имела несколько более низкую среднюю самооценку (около 23 баллов), чем средняя и старшая группы (25–26 баллов). Максимальные показатели стрессоустойчивости наблюдались в среднем возрасте (30–39 лет). В группе старше 40 лет средний уровень стрессоустойчивости слегка снижался (хотя самооценка оставалась высокой). Возможно, это связано с накопленной усталостью или ухудшением здоровья у части сотрудников, что затрудняет переносимость стрессов, несмотря на сохранившуюся уверенность в своих навыках. Однако эти различия по возрасту статистически незначимы при контроле стажа, поэтому их можно рассматривать лишь как тенденции.

Для оценки влияния особенностей служебной обстановки респонденты трех регионов – Вологда, Тамбов, Рязань – сравнивались между собой. Предполагалось, что регион с более высоким уровнем преступности создаёт больший прессинг на сотрудников, что может как закалять (повышая стрессоустойчивость), так и приводить к психологическим издержкам (снижая самооценку из-за частых сложных ситуаций). Результаты показали статистически значимые различия по ряду параметров. Самооценка офицеров из условно наиболее сложного региона (Рязанская обл.) оказалась ниже, чем у их коллег: средний балл RSE = 24,1 против 25,7 (Тамбов) и 26,0 (Вологда), $F(2,397)=4.02$, $p=0.019$. Разница между Рязанью и Вологдой достоверна ($p<0.01$). Этот факт может отражать влияние постоянного высокого уровня угроз: сотрудники Рязанской области, сталкиваясь с большим числом тяжких преступлений, чаще ощущают недостаточность своих сил и ресурсов, что сказывается на самооценке. В интервью ряд рязанских офицеров упоминали, что «работаете на пределе, а преступность всё равно растёт», «фуки опускаются» – подобные высказывания сигнализируют о снижении чувства собственной эффективности.

В то же время стрессоустойчивость (в том смысле, насколько человек объективно способен выносить стресс) у рязанских полицейских оказалась в среднем выше: например, по индексу стрессоустойчивости средний балл: Рязань – 36,8, Тамбов – 34,9, Вологда – 34,1; $F(2,397)=3.5$, $p=0.031$ (различие между Рязанью и Вологдой на уровне $p<0.05$). На первый взгляд это противоречие: более низкая самооценка при более высокой стрессоустойчивости. Однако, эти результаты можно интерпретировать так: в условиях высокой криминогенности остаются в строю наиболее стрессоустойчивые сотрудники (отсев менее устойчивых происходит быстрее), но даже у этих «стойких бойцов» может формироваться несколько более критичное отношение к себе из-за постоянного опыта тяжёлых ситуаций и ошибок (своих или коллег). Напротив, в относительно спокойном регионе (Вологда) наблюдается обратная картина: самооценка выше (сотрудники реже сталкиваются с провалами или непреодолимыми трудностями, укрепляется чувство контроля), а вот экстремальная стрессоустойчивость развита чуть меньше, просто вследствие меньшего опыта экстремальных ситуаций. Таким образом, криминогенная среда предъявляет жёсткие требования, которые «отбирают» стрессоустойчивых и тренируют их ещё

сильнее, но могут несколько снизить их субъективную оценку успехов. Напомним, что самооценка личности связана с уровнем притязаний: если планка успеха высокая и постоянно не достигается (как может быть в регионе с высокой преступностью), то удовлетворённость собой падает (Влияние самооценки и профессиональной деятельности ...). (Рис.1)

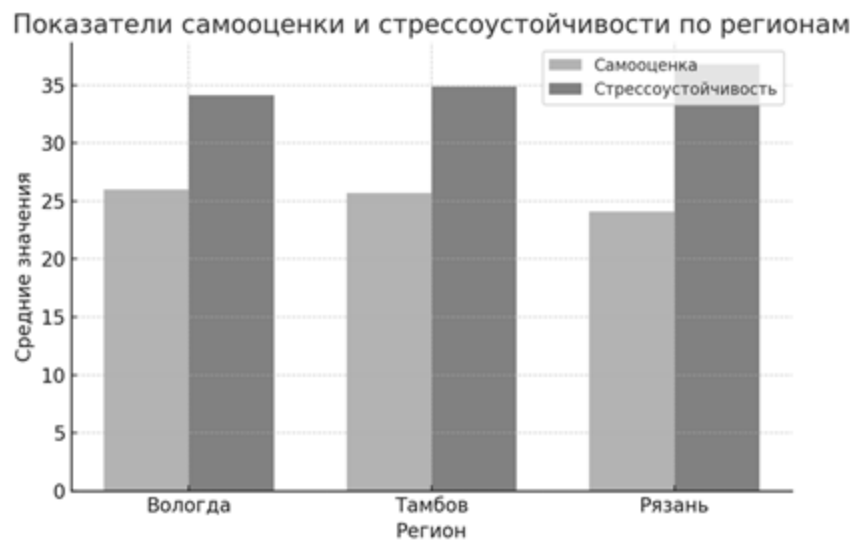


Рисунок 1 - Показатели самооценки и стрессоустойчивости (по регионам)

Корреляционный анализ выявил:

- Положительную связь самооценки и стрессоустойчивости ($r = 0.42$).
- Положительную связь самооценки с применением приёмов эмоционально-волевой регуляции ($r = 0.35$). (Табл.1)

Таблица 1 - Корреляционный анализ переменных

Стаж работы	Самооценка	Стрессоустойчивость	Эмоциональная регуляция
до 5 лет	24.07	29.21	2.51
5-15 лет	24.24	29.88	2.52
более 15 лет	23.50	28.89	2.27

Данный вывод созвучен работе М.В. Кутеповой, отмечающей необходимость учитывать уровень притязаний сотрудников ОВД при анализе их самооценки и профессионального благополучия (Влияние самооценки и профессиональной деятельности ...) [Кутепова, 2023].

Заключение

Полученные результаты подтвердили ключевую роль самооценки в психологической готовности сотрудников ОВД к действиям в экстремальных условиях и позволяют сделать следующие выводы:

1. Адекватно высокая самооценка способствует уверенности при принятии решений в условиях риска, повышает способность прогнозировать результат своих действий и эффективно использовать приемы эмоционально-волевой регуляции в стрессовой ситуации. Наоборот, заниженная самооценка сопряжена с трудностями саморегуляции: неуверенные в себе

сотрудники хуже контролируют эмоции, чаще избегают ответственных решений и сомневаются в правильности своих действий, что подтверждается как самоотчетами, так и корреляционными показателями. Таким образом, высокий уровень самооценки положительно влияет на эмоционально-волевую регуляцию, выступая фактором психологической устойчивости.

2. Профессиональный стаж и возраст в целом позитивно коррелируют с самооценкой и стрессоустойчивостью: более опытные сотрудники демонстрируют более высокие показатели, что свидетельствует об адаптации к экстремальным факторам службы. Однако в долгосрочной перспективе (более 15–20 лет службы) без должной поддержки возможно снижение этих показателей из-за накопленного стресса. Криминогенные условия региона также влияют: в наиболее напряженных регионах отмечено сочетание высокой тренированности в преодолении стресса с несколько более низкой субъективной самооценкой эффективности. В более спокойных условиях – напротив, более высокая самооценка при чуть меньшей «закалке» стрессом. Это указывает на необходимость дифференцированного подхода к психологическому сопровождению персонала в разных условиях службы.

Для повышения эффективности деятельности сотрудников ОВД в экстремальных ситуациях рекомендуется реализовать программы психологической подготовки, нацеленные на развитие адекватной положительной самооценки и навыков эмоционально-волевой саморегуляции. В таких программах целесообразно: проводить тренинги уверенного поведения, обучение методам стресс-менеджмента, симуляции экстремальных ситуаций с последующим разбором успешных стратегий. Исходя из наших данных, особенно важно уделять внимание молодым сотрудникам с низкой самооценкой – помогать им преодолеть неуверенность через наставничество, позитивную обратную связь, постепенное усложнение задач с поддержкой. Также необходим мониторинг психологического состояния сотрудников в высокорискованных регионах и у ветеранов службы, чтобы вовремя выявлять симптомы выгорания или деструктивного снижения самооценки. Повышение самооценки сотрудников (например, через признание заслуг, справедливую оценку труда, формирование гордости за свою службу) напрямую связано с повышением их стрессоустойчивости. Следовательно, с более надежной эмоционально-волевой регуляцией в критических ситуациях. Решением проблемы может стать комплекс мер по укреплению позитивного профессионального самообраза сотрудника ОВД – психологическое сопровождение, создание благоприятного морально-психологического климата в коллективах, поддержка руководством. В итоге это приведет к более высокому уровню эмоциональной устойчивости и эффективности действий полиции в экстремальных условиях, что имеет важное значение для обеспечения общественной безопасности.

Библиография

1. Scotland E. Self-esteem and stress in police work // In: Kroes W.H., Hurrell J.J. (Eds.). Job stress and the police officer: Identifying stress reduction techniques. Proceedings of Symposium. Cincinnati, 1975. P. 113–122.
2. Герасимов П. Е., Ключников Н. В., Новик Е. Ю. Влияние самоотношения студентов вузов на их стрессоустойчивость // Психологическое здоровье населения как индикатор благополучия общества: материалы Всерос. науч.-практ. конф. – Иваново: Ивановский гос. ун-т, 2021. – С. 45–50. (ВЛИЯНИЕ САМООТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ НА ИХ ...)
3. Yang J., Dedovic K., Zhang Q. Self-esteem and risky decision-making: an ERP study // Neurocase. – 2010. – Vol. 16, No. 6. – P. 512–519. DOI: 10.1080/13554791003785893 (Self-esteem and risky decision-making: an ERP study - PubMed)
4. Myrseth H., Olsen O.K., et al. Exploring the role of self-confidence in volitional behavior under risk // Journal of Military Psychology. – 2020. – Vol. 32, No. 4. – P. 233–247. (The signs of volitional qualities. | Download Table)
5. Шамлян Р. М., Григорьева М. В., Григорьев А. В. Волевые качества как фактор социально-психологической

- активности студентов // Психология и образование. – 2019. – Т. 24, №5. – С. 66–75.
6. Leonova A.B. Stress and human performance: a psychophysiological analysis of coping in extreme situations // European Psychologist. – 2001. – Vol. 6, No. 2. – P. 115–126.
7. Кутепова М.В. Влияние самооценки и профессиональной деятельности сотрудника органов внутренних дел друг на друга // Прикладная психология и педагогика. – 2023. – Т. 8, №2. – С. 37–46. (Влияние самооценки и профессиональной деятельности ...)
8. Бодров В. А. Психологический стресс: развитие и преодоление. – М.: ПЕР СЭ, 2000. – 256 с.
9. Селье Г. Стресс без дистресса. – М.: Прогресс, 1979. – 123 с.
10. Нартова-Бочавер С.К. Личностная резистентность: роль самоуважения и волевой регуляции // Психологический журнал. – 2019. – Т. 40, №2. – С. 5–17.

Study of Self-Esteem Among Law Enforcement Officers in the Context of Emotional-Volitional Regulation When Performing Official Tasks Under Increased Workloads

Svetlana A. Yumasheva

Lecturer,
Department of Social Sciences and Humanities,
Ryazan Branch,
Moscow University of the Ministry
of Internal Affairs of Russia named after V.Ya. Kikot,
390043, 18 1st Krasnaya str., Ryazan, Russian Federation;
e-mail: yumsvetlana@yandex.ru

Abstract

The article analyzes the influence of self-esteem levels among law enforcement officers on their ability for emotional-volitional regulation when performing official tasks in complex and extreme conditions. The work of law enforcement officers requires mental resilience to maintain composure, make accurate decisions, and predict consequences. Self-esteem plays a crucial role, affecting emotion regulation, stress resistance, and operational effectiveness. Key aspects of decision-making in risk situations, forecasting potential consequences, and stress management are examined. The study involved 400 law enforcement officers from Vologda, Tambov, and Ryazan regions, accounting for age, service experience, and regional crime rates. A correlation was established between self-esteem, stress resistance, and the effectiveness of self-regulation techniques. Findings indicate that an adequate level of self-esteem promotes confident behavior in critical situations. Practical recommendations for personnel training improvement were developed, including programs to enhance stress resistance, emotional regulation skills, and adaptation to extreme conditions.

For citation

Yumasheva S.A. (2025) Issledovanie samoootsenki sotrudnikov organov vnutrennikh del v kontekste emotsionalno-volevoy regulatsii pri vypolnenii sluzhebnykh zadach v usloviyakh povyshennykh sluzhebnykh nagruzok [Study of Self-Esteem Among Law Enforcement Officers in the Context of Emotional-Volitional Regulation When Performing Official Tasks Under Increased Workloads]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 14 (2A), pp. 113-123.

Keywords

Self-esteem, emotional-volitional regulation, forecasting, decision-making, stress resistance, law enforcement officers, extreme conditions, high-crime region.

References

1. Scotland E. Self-esteem and stress in police work // In: Kroes W.H., Hurrell J.J. (Eds.). Job stress and the police officer: Identifying stress reduction techniques. Proceedings of Symposium. Cincinnati, 1975. P. 113–122. (SELF-ESTEEM AND STRESS IN POLICE WORK (FROM JOB STRESS AND THE POLICE OFFICER - IDENTIFYING STRESS REDUCTION TECHNIQUES - PROCEEDINGS OF SYMPOSIUM, 1975 BY W H KROES, J J HURRELL, JR - SEE NCJ-43642) | Office of Justice Programs)
2. Gerasimov P. E., Klyushnikov N. V., Novik E. Yu. The influence of self-esteem of university students on their stress resistance // Psychological health of the population as an indicator of the well-being of society: materials of the All-Russian scientific and practical conf. - Ivanovo: Ivanovo State University, 2021. - P. 45-50. (THE INFLUENCE OF UNIVERSITY STUDENTS' SELF-ATTITUDE ON THEIR...)
3. Yang J., Dedovic K., Zhang Q. Self-esteem and risky decision-making: an ERP study // Neurocase. – 2010. – Vol. 16, No. 6. – P. 512–519. DOI: 10.1080/13554791003785893 (Self-esteem and risky decision-making: an ERP study - PubMed)
4. Myrseth H., Olsen O.K., et al. Exploring the role of self-confidence in volitional behavior under risk // Journal of Military Psychology. – 2020. – Vol. 32, No. 4. – P. 233–247. (The signs of volitional qualities. | Download Table)
5. Shamlyan R. M., Grigorieva M. V., Grigoriev A. V. Volitional qualities as a factor in the socio-psychological activity of students // Psychology and education. - 2019. - Vol. 24, No. 5. - P. 66-75.
6. Leonova A.B. Stress and human performance: a psychophysiological analysis of coping in extreme situations // European Psychologist. - 2001. - Vol. 6, No. 2. - P. 115-126.
7. Kutepova M.V. The influence of self-esteem and professional activity of an employee of the internal affairs bodies on each other // Applied psychology and pedagogy. - 2023. - Vol. 8, No. 2. - P. 37-46. (The influence of self-esteem and professional activity ...)
8. Bodrov V. A. Psychological stress: development and overcoming. - M.: PER SE, 2000. - 256 p.
9. Selye G. Stress without distress. - M.: Progress, 1979. - 123 p.
10. Nartova-Bochaver S. K. Personal resistance: the role of self-esteem and volitional regulation // Psychological journal. - 2019. - Vol. 40, No. 2. - P. 5-17.