**Введение**

**Актуальность темы исследования**. Психологическая подготовка к действиям в экстремальных условиях очень важный элемент в деятельности юриста. Особенно важна психологическая подготовка для военнослужащих Министерства по чрезвычайным ситуациям, Министерства обороны, работники правоохранительных органов, работников МВД. Начиная с 2005 года идут разработки по улучшению подготовки и воспитания кадров, создание оптимальной системы научно-методического обеспечения психологической службы путем постоянного проведения научных исследований, анализа, разработки и внедрения в практику психологических технологий работы с кадрами, психологического мониторинга и прогнозирования морально-психологического состояния, повышение эффективности служебной, боевой, физической и профессионально-психологической подготовки личного состава. Цель профессионально-психологической подготовки сотрудников большинства подразделений заключается в подготовке сотрудников к преодолению психологических трудностей профессиональной деятельности и решению сложных, психологически насыщенных задач за счет формирования общей структуры подготовленности: профессионально-психологических знаний, умений, навыков, профессионально развитых познавательных качеств, профессионально-психологической устойчивости.

**Степень научной разработанности темы исследования.** Исследованиям отдельных сторон профессионально-психологической подготовки разных категорий сотрудников к деятельности в экстремальных условиях посвящены работы С.П. Безносова, А.А. Бородич, А.М. Буланова, А.А. Волкова, В.К. Коломейца, О.А. Конопкина, Е.П. Клубова, М.И. Марьина, А.И. Лапкина, В.Л. Повзика, В.И. Постоева, А.П. Самонова, О.Е. Сапарина, Б.П. Скобелева. Отдельные аспекты этой проблемы нашли отражение в специальной литературе (Н.В. Андреев, О.В. Большакова, Ю.Н. Голованов, Н.Х. Ещенко, В.М. Мельников, И.И. Лацакула).

**Объектом** исследования является психологическая подготовка юриста к деятельности в экстремальных условиях.

**Предметом** элементы, функции системы профессионально-психологической подготовки, учет которых обеспечивает высокую экстремально - подготовленность юристов и функциональных групп специальных подразделений.

**Целью** изучение эффективности профессиональных действий сотрудников и функциональных групп спецподразделений в экстремальных условиях, а также анализ системы и методов профессиональной экстремально-психологической подготовки, обеспечивающей необходимый уровень экстремально-психологической подготовленности сотрудников и функциональных групп.

Для достижения указанной цели необходимо решить следующие **задачи**:

исследовать понятие психологической подготовки;

определить цели, задачи и принципы психологической подготовки юриста к действиям в экстремальных условиях;

проанализировать психологические особенности экстремальных ситуаций в правоохранительной деятельности;

изучить методы психологическая подготовки к деятельности в особых и экстремальных условиях.

**1. Цели, задачи и принципы психологической подготовки юриста к действиям в экстремальных условиях**

**Основной целью** психологической подготовки является формирование профессионально-психологической подготовленности и повышение готовности юриста к действиям в экстремальных условиях. Она призвана обеспечить эффективную деятельность и законосообразное поведение юриста, а также успешное преодоление психологических трудностей при решении профессиональных задач, возложенных на юриста в чрезвычайных (кризисных) ситуациях.

**Задачами** психологической подготовки выступают: формирование зрелой и адекватной мотивации, актуализация психологической экстремальной готовности к служебной деятельности в конкретной чрезвычайной ситуации; совершенствование профессионально-значимых экстремальных психологических качеств (способностей) личности юриста; повышение уровня экстремально-психологических знаний, умений, навыков; повышение морально-психологической устойчивости к экстремальным стрессовым воздействиям, укрепление уверенности в себе, самообладания, стойкости, смелости, разумной осмотрительности; формирование навыков оказания психологической само- и взаимопомощи, снятия эмоционального напряжения; развитие коммуникативной компетентности и навыков профессионального общения в критических ситуациях; изучение индивидуально-психологических особенностей юриста, углубление их самопонимания; экстремальное сплачивание и формирование благоприятного социально-психологического климата в подразделении.

**К основным формам** психологической подготовки относятся практические занятия, групповые дискуссии, ролевые игры и тренинги. Для сотрудников правоохранительной деятельности занятия должны тесно увязываться с другими видами профессионального обучения сотрудников в системе боевой, физической, правовой, огневой подготовки, а последние - включать в себя психологические элементы (вводные, создающие психологическое напряжение, неопределенность; стимулирующие принятие самостоятельных решений и т.д.).

**Принципы.** При организации психологической подготовки к действиям в экстремальных условиях сотрудников правоохранительной деятельности руководствуются следующими принципами. 1) Принцип достаточности времени, выделяемого на психологическую подготовку в общей структуре специальной экстремальной подготовки личного состава подразделения. 2) Принцип научной обоснованности, педагогического профессионализма (психологические факты, теории, методики; необходимость добиваться максимального психолого-педагогического эффекта от каждого занятия). 3) Реалистичность (связь с конкретной экстремальной ситуацией, с другими видами подготовки, приближенность условий обучения к реальным, наглядность, проблемность, моделирование). 4) Активный характер (преимущественно активные формы подготовки, ориентированные на решение психологических проблем оперативно-служебной деятельности, формирование навыков саморегуляции и психологического воздействия, оптимизацию межличностного взаимодействия в группе). 5) Гибкость (адаптированность к широкому спектру экстремальных условий и факторов, к конкретным экстремальным ситуациям и видам деятельности, к категориям сотрудников, к их индивидуально-личностным особенностям). 6) Обратная связь о результативности ПП, обеспечиваемая на этапе постэкстремальной психологической помощи и психологической реабилитации.

Задачи, содержание, организация и методы психологической подготовки личного состава конкретного ПОО или его подразделения, направляемого для несения службы в экстремальных условиях, могут уточнятся с учетом его предназначения, общей психологической подготовленности, опыта действий в сложных, критических ситуациях, образовательного уровня, стажа службы и должностной категории обучаемых.

Главное внимание при подготовке занятий целесообразно уделять подбору практических заданий обучаемым. Хорошо подбирать задания на материалах деятельности своего подразделения, его опыта, практики, конкретных событий, групп и людей, планируемых предстоящих действий. Можно использовать результаты дебрифингов, реальные видеоматериалы, данные оперативных сводок. Задания должны побуждать сотрудников психологически анализировать, прогнозировать, обосновывать события, условия и действия, а также выполнять их (в игровом варианте - в учебном классе, на полигоне или на местности) в психологически напряженных учебных условиях, максимально приближаемых к реальным. Содержание отдельных заданий и тренинговых ситуаций может демонстрироваться с помощью видеомагнитофонов или магнитофонов, фотографий, схем, рисунков или непосредственно отрабатываться на местности.

**. Психологические особенности экстремальных ситуаций в правоохранительной деятельности**

психологический юрист правоохранительный экстремальный

**Экстремальные ситуации в правоохранительной деятельности.** Деятельность работников правоохранительных органов протекает нередко в напряженных, конфликтных ситуациях, опасных для жизни обстоятельствах, связанных с применением оружия. Даже проверка документов, замечание в адрес нарушителя правил дорожного движения, разведывательный опрос, профилактическая беседа, очная ставка, допрос наполнены психическим напряжением и содержат потенцию «психологического взрыва», перерастающего в острейшее противоборство. В последнее десятилетие наблюдается тенденция учащения таких ситуаций и обстоятельств. Особо трудны чрезвычайные обстоятельства, вызываемые явлениями и факторами природного, техногенного или социального характера, которые нередко нарушают нормальную жизнь населения, общественную безопасность и порядок на конкретной территории. Это действия стихийных сил природы (землетрясения, ураганы, лесные пожары, сели, эпидемии и эпизоотиии пр.), аварийные изменения техно-сферы (аварии на химических, экологически опасных производствах, атомных электростанциях, катастрофы транспорта, разрушение зданий и пр.) и социальные катаклизмы (массовые беспорядки, террористические акты, захваты заложников и самолетов, действия незаконных вооруженных формирований, групповое сопротивление силам правопорядка идр.).

Подобные ситуации, условия, обстоятельства оказывают на всех, в том числе и на работников правоохранительных органов, сильное психологическое воздействие и именуются обычно экстремальными (особыми, исключительными, чрезвычайными). Они создают большие сложности в решении профессиональных задач, сказываются на успешности действий, требуют от персонала психологической устойчивости, особой подготовленности, особого умения действовать при таких условиях. Возросшие активность и профессионализм криминального элемента, использование им оружия и других современных средств совершения преступлений, возрождение (после долгого перерыва) группового бандитизма, организованной преступности породили по существу и новый вид правоохранительной деятельности - служебно-боевую деятельность. К ее осуществлению в первую очередь должен быть готов личный состав органов и войск МВД, специальных отрядов (ОМОН, СПЕЦНАЗ, СОБР), и рядовые и командиры, начальники.

**Экстремально-психологические факторы.** Экстремальные условия, ситуации, обстоятельства объективно содержат в себе различные факторы (причины, силы, особенности), оказывающие психологическое воздействие на граждан и работников правоохранительных органов. Можно выделить две группы таких факторов.

Экстремальные морально-психологические факторы:

• наблюдаемое и осознаваемое нарушение общественного порядка и понимание своего долга в пресечении нарушения и восстановлении порядка;

• наблюдаемые человеческие потери, лишения, разруха: гибель людей, трупы, жертвы, страдания, горе людей, их нужда, переносимые тяготы, материальный ущерб, призывы о помощи и др.;

• общая дезорганизация жизни на территории, в городе, на дороге и пр., необычное поведение граждан (паника, толпы, беженцы, истерия, агрессивность);

• резкая активизация криминального элемента - неожиданный переход его от имитации правопослушания к агрессии с применением физической силы, а в зонах чрезвычайных обстоятельств - мародерство, кражи, грабежи, разбои, бандитизм, и др.;

• большая значимость происходящих событий, понимание личной причастности к ним;

• сознание ответственности за свои решения, поступки, действия и достижение необходимого профессионального результата;

• опасность для здоровья и жизни граждан, находящихся в зоне происходящих экстремальных событий, а также - своих коллег и себя лично,

• коллективизм, солидарность, выражающиеся в понимании необходимости действовать совместно, согласованно со своими сослуживцами и взаимодействующими подразделениями, не подводить друг друга, оказывать взаимную поддержку и выручку, следовать примеру других и самому показывать пример;

Эта группа факторов оказывает сильное морально-психологическое воздействие, требуя от сотрудников высокойморально-психологической подготовленности, мобилизованности, стойкости, самообладания.

Экстремальные профессионально-психологические факторы характерны общим воздействием на психику, затрудняющим реализацию обычных, отработанных ранее действий, успешно выполнявшихся в относительно спокойных рабочих условиях. Это следующие факторы:

• новизна, необычность. Экстремальные ситуации повышенной сложности бывают у большинства работников правоохранительных органов не ежедневно и менее привычны для них. Они отличаются и определенной уникальностью, требующей действовать не шаблонно, а гибко, находчиво, с умом, напрягая свои возможности;

• внезапность. Большинство сложных условий или еще большее их усложнение происходит резко, радикально меняя ситуацию. Это требует от работника готовности к таким усложнениям, бдительности, умения не поставить себя в сложное положение, не растеряться;

• стремительность, дефицит времени. Экстремальные ситуации заставляют профессионала действовать быстро, реагировать на изменения немедленно и адекватно, не отставая от темпа изменения обстановки и развития событий;

• высокие нагрузки. Действовать в сложных условиях, достигать результатов, которые не возникают по «мановению палочки», - значит использовать все свои возможности, предельно напрягаться, показывая все, на что ты способен.

• длительные нагрузки - очень характерный для правоохранительной деятельности фактор. Даже кабинетная работа обычно проходит в обстановке постоянной спешки, решения сложных задач, разговоров с трудными в общении людьми, нарушения намеченных планов срочными заданиями, без перерывов, в тесноте и пр., что уже во второй половине рабочего дня приводит сотрудника в состояние, требующее проявления высокого самообладания, сдержанности, умения мобилизовать себя на продолжение качественной работы. Еще сложнее тем, кто находится сутками и неделями в полевых условиях;

• неопределенность. Практически всегда работникам правоохранительных органов приходится действовать в обстановке информационной неопределенности: неясности, нехватки информации, обилии информации (существенной и не имеющей значения, достоверной и лживой, устаревшей и неточной, определенной и противоречивой). Задача обычно не сводится просто к добыванию и уточнению информации, ибо время не ждет и надо действовать даже при неопределенности ситуации, причем так, чтобы не совершать ошибок;

• риск. Риск есть в любой профессии и любом деле. Однако в правоохранительной деятельности он присутствует практически постоянно, причем степень риска, вероятность неудачи здесь повышенные. Сами виды риска многообразны: риск срыва решения служебной задачи, риск нарушения сроков, риск ухода преступника от ответственности, риск получения взыскания, риск освобождения от должности, риск получения физического повреждения, риск для своей жизни, риск для граждан, риск для своего авторитета и морального престижа и т.п.

**3. Методы психологической подготовки к деятельности в особых и экстремальных условиях**

Под психологической подготовкой подразумевается система психологических и психофизиологических характеристик субъекта, обеспечивающих успешность и результативность определенных действий и деятельности.

С точки зрения психофизиологии этот процесс можно рассматривать как подготовку ряда мозговых систем организма, которые будут задействованы в той или иной операции. С психологической точки зрения - это формирование с помощью упомянутых методов и методик соответствующих подвижных физиологических органов (по Алексею Алексеевичу Ухтомскому, выдающемуся советскому психофизиологу) или новых функциональных систем. Эти отдельные действия, среди них и сугубо мнемонические (образные, мысленные), дают возможность соответственно включаться в определенную деятельность и заниматься ею. Поэтому, если рассматривать психологическую готовность исключительно с психологической точки зрения, то речь будет идти именно о предоставлении человеку возможности получить важные знания, тренировать навыки и вырабатывать на их основе необходимые привычки.

Одним из таких методов, который может быть применен при психологической подготовке к деятельности в особых условиях, является метод **ментального психотренинга.** Правильно было бы говорить о группе методов ментального тренинга или ментальных методах психотренинга. В отечественной науке к ним принято относить аутогенную тренировку, идеомоторную и сюжетно-ролевую тренировки, ментальный имаготренинг .

В основе идеомоторной тренировки лежит связь между мысленным взором и движениями. Психологической науке известно, что каждое движение, которое человек осуществляет мысленно, сопровождается соответствующими микродвижениями мышц. Поэтому существует возможность совершенствовать привычки действий, не выполняя их на самом деле.

Научные исследования показали: чем ярче и полнее личность представляет себе желаемое движение, тем легче и точнее оно воспроизводится в реальной жизни.

В сущности, такая **мысленная репетиция** - это проигрывание предвиденных действий в воображении. Вызов движения (действий, состоящих из отдельных движений), т.е. мысленное моделирование образа движения, предопределяет соответствующее микродвижение, которое может не фиксировать зрительный анализатор и которое может не осознаваться. Вместе с тем микродвижения отвечают за полноценное движение в целом.

Принцип действия идеомоторной тренировки, как и большинства методов ментального психотренинга, заключается в механизме аутосуггестии, или самовнушения. Современной наукой доказано, что любое внушение, в частности и во время мысленной репетиции, происходит наиболее качественно, если лицо, в отношении которого оно проводится, находится в расслабленном состоянии, близком по психофизиологическим показателям к естественному сну. Расслабление должно максимально затормозить процессы в коре головного мозга, прежде всего в тех его участках, которые не принимают участия в осуществлении тренируемых действий. В таком состоянии коры больших полушарий во второй сигнальной системе создаются условия, отличающиеся от реальной повседневной деятельности мозга, возникает «доминирование второсигнальных процессов над реальным воздействием среды. Непосредственным результатом этого и является возникновение акта самовнушения».

Вопреки очевидным положительным моментам применения этого метода психологической подготовки, а именно: экономии времени, материальных расходов, он требует внимательного и серьезного отношения, умения сосредоточиваться, и не отвлекаться во время занятия.

**Мысленная репетиция** интересна еще и тем, что может проходить как в составе группы под руководством психолога, так и индивидуально.

**Идеомоторная тренировка** способствует приведению к состоянию готовности всего психофизиологического аппарата личности и оптимизирует состояние нервных структур и анатомических субстратов, ответственных за реализацию целенаправленных двигательных навыков, воспроизводимых во время экстремальных действий.

Особенно важно, что во время идеомоторной тренировки личность сосредоточивается и конкретизируется на правильном выполнении движений на всех этапах предвиденных действий, не задействуя эмоциональную сторону этого процесса. В ходе мысленной репетиции, в результате систематической идеомоторной тренировки постепенно формируется и оптимальное психическое состояние. Ведь чрезмерная эмоциональность может привести к ошибкам в правильности выбора выполняемых действий. После такой тренировки степень воздействия психоэмоциональных факторов на действия существенно снижается.

Тем не менее следует отметить, что сама по себе идеомоторная тренировка не может полноценно заменить реально выполняемых движений во время настоящих событий. Однако положительным является то, что, выполняя их мысленно, участники тренинга должны обнаруживать возможные ошибки еще во время тренировки и усваивать движения до тех пор, пока не будут выполнять их правильно и свободно.

Таким образом, идеомоторная тренировка, или мысленная репетиция, - полноценный метод, который в комплексе с другими или отдельно можно использовать при проведении психологической подготовки к действиям в особых и экстремальных условиях. Его применение не нуждается в материальных расходах, им довольно просто овладеть и он дает возможность поднять на принципиально новую ступень уровень психологической готовности к важным аспектам профессиональной деятельности, связанной с выполнением работы в таких особых условиях.

**Заключение**

Современные условия, в которых трудятся нынешние юристы, можно в полной мере назвать особыми, а иногда и экстремальными.

Особыми потому, что сопровождаются значительными психоэмоциональными нагрузками, вызванными:

высокой ответственностью за принятые решения;

достаточной сложностью выполняемых функций;

ускоренным темпом деятельности;

объединением неодинаковых по цели действий в одной деятельности;

обработкой значительной по объему информации;

дефицитом времени на принятие решения.

В тех случаях, когда эта деятельность сопровождается еще и обоснованным риском для жизни, ее называют экстремальной.

Проанализировав проблемы, иногда возникающие в работе юристов, можно сделать вывод, что часто они остаются психологически не подготовленными к деятельности в сложных условиях, поэтому возникают «сбои», которые порой могут привести к трагическим последствиям.

Применение современных научно обоснованных методов и методик психологической подготовки - важный фактор, способствующий повышению уровня психологической готовности к работе в указанных условиях. К тому же данные разработки должны быть не исключительно научными, а прежде всего практически направленными и доступными для изучения.

**Список литературы**

1. Аврамцев В.В. Психология профессионального общения юриста. Н. Новгород, 2001. - 88 с.

2. Васильев В.Л. Юридическая психология. СПБ.: Питер, 2000. - 624 с.

. Волков В.Н. Юридическая психология: Учебник для вузов. М., 2002. -381с

. Мещерякова Б.Г., Зинченко В.П. Большой психологический словарь. М.: Прайм-Еврознак, 2003 - 672 с.

. Смирнов Б.А., Долгополова Е.В. Психология деятельности в экстремальных ситуациях. - Х.: Гуманитарный центр, 2007. - 276 с.