

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2229-12#Text>

2. Про рішення Ради національної безпеки і оборони України від 6 травня 2015 року «Про Стратегію національної безпеки України»: указ Президента України від 26.05.2015 № 287/2015 // База даних «Законодавство України» / Верховна Рада України. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/287/201>

3. Ануфрієв М. І. Службова підготовка працівників органів внутрішніх справ : [навч.-метод. посіб.] / М. І. Ануфрієв. – К. : РВВ. МВС України, 2003.

Владислав КУХАР
курсант 1 курсу факультету
підготовки фахівців для підрозділів
стратегічних розслідувань
Дніпропетровського державного
університету внутрішніх справ

Науковий керівник:
Дмитро ТІНІН
майор поліції, викладач кафедри
тактико-спеціальної підготовки
Дніпропетровського державного
університету внутрішніх справ

ПІДВИЩЕННЯ СТРЕСОСТІЙСЬКОСТІ В ПСИХОЛОГІЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ

За проведеним соціологічним опитуванням, для 53 % співробітників Національної поліції України застосування вогнепальної зброї є стресовою ситуацією. Саме тому вдосконалення навичок контролю власного організму в стресовій ситуації, а також досконалого володіння зброєю і ураження цілі в будь-яких умовах є обов'язковим для кожного працівника поліції. Розвиток таких навичок можливий завдяки постійним тренуванням в екстремальних умовах та пристосуванням до них. [2, с. 139]

Одним із видів тренування навичок поведінки зі зброєю під впливом стресових факторів є відпрацювання спеціально змодельованих тактичних ситуацій та маршрутів в умовах постійного впливу стресових чинників, так званих «стрес-тестів». Мета даної методики, автором якої є американський дослідник А. Коун, полягає у вдосконаленні практичних навичок, підвищенні психологічної стійкості та максимальній самовіддачі бійця навіть в умовах підвищеного рівня стресу. Особливістю методики є обов'язкове проходження попереднього інструктажу та поступове підвищення інтенсивності впливу негативних факторів в ході засвоєння навичок.

Прикладами стресових чинників є: заміна паперових мішеней реальним супротивником (із використанням тренувальних боєприпасів); несподівана

поява супротивника на близькій відстані/збоку; стрільба в русі з різкою зміною положення; стрільба по декількох мішенях, по рухомих мішенях; зменшення часу на виконання вправи; раптова та несподівана зміна стресових факторів; застосування диму, шуму, інших перешкод; перехід до стрільби від виконання інших завдань (затримання особи, одягання кайданок, поверхнева перевірка тощо).

Недоліками методики «навчання, стимул, реакція» є: складність імітації реальних умов; висока собівартість у процесі їх відтворення (побудова полігонів, розробка та створення мішеней різних видів – «звичайні, рухомі, штрафні, перекриті», перешкод, іншого обладнання); забезпечення безпеки під час проведення тренувань і змагань; можливість проходити тренування лише на відкритому просторі. [1, с. 87]

Деякі критики стверджують: жодна система тренувань у повній мірі не здатна підготувати бійця до усього різноманіття ситуацій, які можуть трапитися з ним на практиці. Хоча запропонована методика дійсно не відтворює розмаїття реальності, проте вона дозволяє прогнозувати поведінку та рипто вні недоліки поліцейського при вогневому та будь-якому силовому контакті. Шляхом відпрацювання поширених тактичних схем та маршрутів із впливом стресових чинників, співробітник Національної поліції розвиває уміння не лише застосовувати набуті знання та навички у швидко змінюваних умовах, але й імпровізувати, розробляти власний варіант дій у кожній ситуації. [1, с. 87]

Окрім проходження тактичних ситуацій та маршрутів, вдосконаленню навичок сприяють тренування у віртуальних стрілкових тирах із рухомими мішенями, тренування з використанням пейнтбольного та страйкбольного обладнання, а також перевірка навичок в умовах, максимально наближених до реальності, зокрема участь у змаганнях з практичної стрільби.

На відміну від спортивної стрільби, виконання вправ із практичної стрільби передбачає: відпрацювання не лише процесу стрільби, а й процесу підготовки до неї (витягання зброї з кобури; формування хвату; несення зброї на лінію вогню; захоплення й супроводження цілі) та дій після стрільби (перезаряджання, приведення зброї в безпечне положення для подальшого застосування); виконання вправ у русі та стрільба по рухомих мішеням; стрільба не лише на дальніх, але й на коротких дистанціях; уміння швидко перезаряджати зброю (в тому числі без візуального контакту з нею) та усувати затримки; стрільба в незручних положеннях, із-за укриттів.

Ще однією особливістю практичної стрільби є неухильне дотримання правил безпечного поводження зі зброєю учасниками змагань. Випадки ненавмисних пострілів є поодинокими, хоча протягом всього часу виконання вправ палець знаходиться на спусковому гачку. Це пояснюється суворими правилами їх проведення, за порушення яких для учасників настає дискваліфікація. Наступна особливість зовнішній вигляд мішеней, які мають форму людини і поділені на три зони, у відповідності до ефективності ураження противника в реальній обстановці. Окрім цього, змодельовані тактичні мар-

шрути передбачають ряд прав, кожна з яких є індивідуальною та незнайомою для учасника змагань. Це означає, що на старті учасник не знає, які саме вправи йому доведеться виконувати, хоча знає, що під час їх виконання доведеться швидко рухатися, стріляти в незручних положеннях, бути максимально точним, щоб влучити у рухомі або частково перекриті мішені і уважним, щоб не вистрілити у штрафні мішені.

Змагання з практичної стрільби включають стрільбу з трьох видів зброї: нарізної рипто валют а і (пістолет) або довгоствольної (автомат), і рипто валют а (рушниця). Чемпіонати європейського та світового рівнів у кожній з цих категорій проходять кожні три роки: IPSC Handgun World Shoot 27.08.2017 in Chateauroux, France; IPSC Shotgun World Shoot 03.06.2018 in Chateauroux, France; IPSC Rifle World Shoot 03.08.2019 in Karlskoga, Sweden; IPSC European Shotgun Championship 15.09.2009 in Oparany, Czech Republic; IPSC European Rifle Championship 22.06.2015 in Felsotarkany, Hungary; IPSC European Handgun Championship 03.10.2016 in Felsotarkany, Hungary. Чемпіонати з практичної стрільби в Україні носять відкритий характер: «Ukraine Handgun Open» 19.07.2015 in Kyiv, Ukraine; «Ukraine Handgun and Shotgun Open» 21.10.2015 in Lviv, Ukraine; «Ukraine Rifle Open» 20.04.2018 in Kyiv, Ukraine. [2, с. 140]

У висновку можна сказати, що уміння контролювати власний організм в екстремальних ситуаціях для працівників Національної поліції є не просто важливим. Воно є запорукою успішного виконання щоденних повноважень поліцейськими, збереження життя і здоров'я – не лише свого, але й своїх напарників, а також цивільних осіб. Ефективні способи покращення навичок контролю організму в стресовій ситуації – відпрацювання спеціально змодельованих тактичних ситуацій чи тактичних маршрутів в умовах постійного впливу стресових чинників, тренування з використанням пейнтбольного та страйкбольного обладнання, перевірка навичок в умовах, максимально наближених до реальності, зокрема участь у змаганнях з практичної стрільби.

1. О.О. Магда, І.В. Власенко, Дослідження «тунельного зору» в стресовій ситуації в діяльності Національної поліції України. Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України. Харків, 2018. [електронний ресурс]. URL: http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/8865/Doslidzhennia_tunelnoho%20zoru_v%20stresovii%20sytuatsii%20v%20diialnosti%20Natsionalnoi%20politsii%20Ukrainy_Mahda_O_O_Vlasenko_I_V_2018.pdf

2. О.О. Магда. Методи підвищення стресостійкості під час вогневого контакту у працівників Національної поліції України. Пріоритетні напрями діяльності Національної поліції України. Харків, 2018. [електронний ресурс]. URL: http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/6556/Priorytetni%20napriamy%20diialnosti%20Natsionalnoi%20politsii%20Ukrainy_konferentsiia_KhNUVS_2018.pdf