

Дата поступления рукописи в редакцию: 19.01.2026 г.
Дата принятия рукописи в печать: 16.02.2026 г.

DOI: 10.24412/2782-3830-2026-1-284-287

ГОФМАН Александр Анатольевич,
доцент кафедры огневой и тактико-специальной
подготовки юридического факультета ВЮИ ФСИН России,
e-mail: aqwer12345@bk.ru

ПОЖИМАЛИН Вячеслав Николаевич,
доцент института подготовки государственных
муниципальных служащих Академии ФСИН России,
e-mail: aqwer12345@bk.ru

ПРОБЛЕМНЫЕ ВОПРОСЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТРУДНОСТЕЙ, ВОЗНИКАЮЩИХ У СОТРУДНИКОВ, ВПЕРВЫЕ ПРИНЯТЫХ НА СЛУЖБУ В УГОЛОВНО-ИСПОЛНИТЕЛЬНУЮ СИСТЕМУ, ПРИ СТРЕЛЬБЕ ИЗ ТАБЕЛЬНОГО ОРУЖИЯ

Аннотация. Статья посвящена исследованию стрессовых ситуаций среди сотрудников уголовно-исполнительной службы (далее - УИС) при стрельбе из табельного оружия. Рассмотрены ключевые факторы, способствующие возникновению стрессов, и подходы к профилактике подобных состояний. Подробно изучается психологическая готовность сотрудников действовать в условиях чрезвычайных обстоятельств, включая применение боевого ручного стрелкового оружия, а также их характерные профессиональные стрессы. Анализируется воздействие стресса на эффективность служебной деятельности и физическое состояние сотрудников УИС. Предлагаются меры по повышению уровня психологической подготовки сотрудников в экстремальных ситуациях с применением табельного оружия. Эти исследования важны для повышения эффективности и безопасности профессиональной деятельности сотрудников УИС.

Ключевые слова: сотрудники, впервые принятые на службу в УИС, стрельба из табельного оружия, стрессовые ситуации, психологическая подготовка, эмоциональное напряжение.

GOFMAN Alexander Anatolyevich,
Associate Professor,
Department of Fire and Tactical and Special Training,
Faculty of Law, VUI FSIN of Russia

POZHIMALIN Vyacheslav Nikolaevich,
Associate Professor of the Institute
for the Training of State Municipal Employees
of the Academy of the Federal Penitentiary Service of Russia

PROBLEMATIC ISSUES OF EMOTIONAL STRESS AND PSYCHOLOGICAL DIFFICULTIES ARISING FROM EMPLOYEES FIRST HIRED TO SERVE IN THE PENAL SYSTEM WHEN SHOOTING FROM SERVICE WEAPONS

Annotation. The article is devoted to the study of stressful situations among employees of the Penitentiary Service (hereinafter referred to as the PSS) when they use their service weapons. The article examines the key factors that contribute to stress and the approaches to preventing such conditions. It also explores the psychological readiness of employees to act in emergency situations, including the use of combat handguns, as well as their typical professional stressors. The article analyzes the impact of stress on the performance and physical condition of PSS employees. The

article suggests measures to improve the psychological training of employees in extreme situations involving the use of service weapons. These studies are important for improving the efficiency and safety of the professional activities of the penal system employees.

Key words: *employees who have just joined the penal system, firing their service weapons, stressful situations, psychological training, and emotional stress.*

Сегодня в России наблюдается рост числа эпизодов, когда сотрудникам УИС приходится применять боевое стрелковое оружие непосредственно в ходе исполнения служебных обязанностей, преимущественно для предотвращения правонарушений и реагирования на чрезвычайные ситуации в учреждениях, исполняющих наказания. Это обстоятельство диктует потребность в совершенствовании навыков у сотрудников в умелом обращении с огнестрельным оружием.

Современная действительность ставит перед сотрудниками УИС ряд серьезных профессиональных испытаний, нередко сопряжённых со значительными эмоциональными нагрузками и физическими перегрузками. Особенную остроту приобретает данная проблема для новичков, которым ещё предстоит освоить правомерные действия в экстремальных ситуациях, связанных с использованием боевого огнестрельного оружия.

Причины возникновения стресса при ведении огня из оружия многообразны. Прежде всего, это ощущение непосредственной угрозы собственной жизни и здоровью, неизбежно провоцирующее тревожную реакцию организма. Значительное напряжение возникает вследствие потребности оперативно принимать важные решения в условиях дефицита времени и сведений. Наконец, условия стрельбы зачастую характеризуются высоким уровнем риска, неопределённости и непредсказуемости, что дополнительно усиливает нервность и тревогу у сотрудников, впервые принятых на службу в УИС. Они, недавно зачисленные в ряды ведомства, особенно подвержены следующим проблемам при применении боевого стрелкового оружия:

- очень долгое прицеливание;
- задержка времени при нажатии на спусковой крючок и всего выстрела;
- длительное время задержки дыхания;
- боязнь выстрела (звука, отдачи оружия).

Важно подчеркнуть, что в учреждениях, исполняющих наказания, регулярно проводят занятия по огневой подготовке, направленные на обучение правильным методикам прицеливания, надёжного удержания оружия, контроля над силой отдачи и прочими необходимыми техническими аспектами, обеспечивающими безопасность и точность ведения огня. Ведь грамотное обращение с личным табельным оружием явля-

ется важнейшей обязанностью сотрудников при исполнении ими своих функциональных обязанностей.

Каждый сотрудник должен овладеть искусством управления стрессом при использовании боевого оружия. Новички в период адаптации испытывают значительный физический и психологический дискомфорт, связанный с процессом стрельбы, что отрицательно сказывается на качестве выполняемых задач, принятии обоснованных решений и общей безопасности. Обычно сотрудники, прошедшие полноценную физическую, моральную и теоретическую подготовку, эффективнее контролируют своё эмоциональное состояние и способны быстрее находить оптимальные пути выхода из напряжённой ситуации.

Для предупреждения негативных последствий стресса у сотрудников, в частности при обращении с оружием, важно внедрять специализированные методики и программы профилактического воздействия. К эффективным мерам относятся специально организованные учения, тренировочные мероприятия и курсы психологической поддержки, призванные повысить способность сотрудников сохранять спокойствие, рационально мыслить и уверенно действовать даже в нестандартных условиях, сопряженных с повышенным риском для жизни.

Решению проблемы стресса у сотрудников при использовании боевого оружия должно способствовать систематическое наблюдение за состоянием их здоровья и настроением. Постоянные врачебные обследования, регулярная физическая активность, квалифицированная психологическая помощь и консультации позволяют сотрудникам успешно преодолевать негативные проявления стресса, сохраняя высокий уровень работоспособности и продуктивности на протяжении всей службы.

Одним из эффективных способов улучшения психологического состояния сотрудников является создание системы психологической поддержки. Психологи и психотерапевты могут помочь сотрудникам разобраться в своих эмоциях, научить их эффективным стратегиям управления стрессом и предоставить профессиональную помощь в случае необходимости. Такая поддержка позволит сотрудникам чувствовать себя защищенными и уверенными, что важно для их психологического благополучия.

Кроме того, важно проводить регулярные тренинги по управлению стрессом и развитию

психологической устойчивости у сотрудников. Эти тренинги могут включать в себя работу над улучшением коммуникационных навыков, развитием эмоционального интеллекта и тренировку навыков решения проблем в условиях стресса.

Эффективные стратегии противодействия стрессу в экстремальных ситуациях включают в себя такие методы, как дыхательные упражнения, медитация, психологическая разгрузка после стрессовых ситуаций, а также консультирование психологов и специалистов по управлению стрессом.

Стратегии успешного противостояния стрессу в кризисных моментах предполагают внедрение превентивных мероприятий, ориентированных на повышение психологической устойчивости сотрудников УИС, а также формирование благоприятных условий для оперативного восстановления сил после пережитых нагрузок. Необходимо уделять особое внимание влиянию стресс-факторов на качество выполнения служебных обязанностей и самочувствие подчинённых, предотвращая нежелательные последствия и обеспечивая всестороннюю поддержку тех, кто ежедневно подвергается риску и работает в экстремально сложной среде.

Многое зависит от руководителей огневой подготовки, которые должны быть специалистом в данной дисциплине. Они во многом могут повлиять и мотивировать сотрудников на достижения высоких результатов и помочь переработать неуверенность и страх во время стрельбы и дать рекомендации для устранения возможных проблем. В данном вопросе руководители стрельбы выступают и как психологи, оказывая помощь в решении проблем, связанных с психологическим состоянием обучающихся.

Психологическая подготовка позволяет развивать у сотрудников, в первые принятых на службу, следующих умений:

- концентрироваться и сосредотачиваться на необходимой цели;
- формировать решительность, уверенность в своих действиях;
- игнорировать шумы от выстрелов;
- позитивно поддерживать собственное психологическое состояние при неудачах;
- развивать собственные психофизические качества при воздействии некомфортных факторов во время стрельбы;
- использовать методы аутогенной и идеомоторной тренировки, которые направлены на выработку умений выполнять логоритм правильных действий в экстремальных ситуациях с применением табельного оружия.

Ключевые проблемы, выявленные в процессе проведенного анализа, носят системный характер:

во-первых, высокая степень первоначального беспокойства, вызванного осознанием исключительной ответственности и потенциальной опасности применения табельного оружия, а также боязнью совершения ошибок с необратимыми последствиями;

во-вторых, личные внутренние конфликты, возникающие на этапе адаптации, когда необходимо психологически изменить отношение лиц, находящихся под стражей, к отношению вооруженных сотрудников (оружие является инструментом профессиональной деятельности);

в-третьих, из-за необходимости одновременного получения большого объема технических знаний, строгих мер безопасности при применении оружия и когнитивных и эмоциональных перегрузок, вызванных отработкой двигательных навыков в условиях ограниченного временного показателя и под контролем преподавателя огневой подготовки или инструктора боевой и физической подготовки.

Эти факторы не только снижают эффективность начальной подготовки, но и закрепляют негативные модели поведения, такие как нерешительность, ригидность или, наоборот, чрезмерная импульсивность. В долгосрочной перспективе это может оказать непосредственное влияние на безопасность сотрудников, персонала и спецконтингента.

Поэтому, невозможно преодолеть эту проблему только за счет совершенствования технических аспектов обучения сотрудников стрельбе из табельного оружия. Необходимо внедрить комплексную психолого-педагогическую методику и интегрировать ее в образовательный процесс с первого дня службы. Приоритетными должны быть следующие меры:

- внедрить систему психологической поддержки, включающую диагностику стрессоустойчивости, регулярные тренинги по саморегуляции и управлению тревожностью, а также ситуационные методы (включая технологию виртуальной реальности) для моделирования стрессовых сценариев в контролируемой среде;
- развить поле ценностных стимулов для сотрудников, впервые принятых на службу в УИС, которое поможет сформировать ответственность за официальную должность, объясняя им профессиональную роль оружия не как источника угрозы, а как средства обеспечения правопорядка в учреждениях ФСИН и их личной безопасности.

Итак, целенаправленная работа по минимизации психологического стресса у сотрудников при освоении огневой подготовки является не только элементом адаптации к стрельбе из

табельного оружия, но и в обеспечении профессиональной надежности сотрудников, их психологической подготовки к грамотным и взвешенным действиям в экстремальных ситуациях служебной деятельности, что в конечном итоге будет являться ключевым фактором уровня безопасности сотрудников, персонала и лиц, содержащихся под стражей.

В качестве рекомендации мы предлагаем, чтобы дальнейшие исследования в этой области были непосредственно использованы для разработки и апробации конкретных методов формирования стрессоустойчивости у различных категорий сотрудников УИС.

Список литературы:

- [1] Гофман А.А., Леженина М.В. Стрессовые ситуации, с которыми сталкиваются сотрудники, впервые принятые на службу в уголовно-исполнительную систему, при стрельбе из боевого огнестрельного оружия. Социальные отношения - 2024. № 2 (49). С. 30-37
- [2] Гофман А.А. Некоторые особенности профессионально- психологической подготовки сотрудников правоохранительных органов к стрельбе из табельного оружия // Пенитенциарное право : юридическая теория и правоприменительная практика – 2019. №4 (22). С.14-20.
- [3] Гусева Н.К. Стрессовые ситуации и методы их преодоления у сотрудников полиции // Сборник научных трудов. — М.: Издательство Ваг НИИ психологии. - 2007. — С. 112-125.
- [4] Дукманов М.В. Правовое регулирование и организационное обеспечение адаптации на службе молодых сотрудников органов внутренних дел // диссертация М, - 2019.
- [5] Иванов, П.С. Стресс и его влияние на профессиональную деятельность сотрудников УИС. // Психология и психотерапия в службе безопасности, «Безопасность и Защита», - 2019.
- [6] Кондратьев, А.В. Психологическая подготовка сотрудников УИС к стрессовым ситуациям на службе. // Журнал «Психология военной службы». - 2018. - №3. - С. 45-56.

References:

- [1] Gofman A.A., Lezhenina M.V. Stressful situations faced by employees who were first employed in the penal system when shooting from military firearms. Social relations - 2024. № 2 (49). S. 30-37
- [2] Hoffmann A.A. Some features of professional and psychological training of law enforcement officers for shooting from service weapons//Penitentiary law: legal theory and law enforcement practice - 2019. №4 (22). S.14-20.
- [3] Guseva N.K. Stressful situations and methods of overcoming them among police officers//Collection of scientific works. - M.: Publishing house Vag Research Institute of Psychology. - 2007. - S. 112-125.
- [4] Dukmanov M.V. Legal regulation and organizational support of adaptation in the service of young employees of the internal affairs bodies//dissertation M, - 2019.
- [5] Ivanov, P.S. Stress and its impact on the professional activities of the penal system employees. //Psychology and psychotherapy in the security service, "Security and Protection," - 2019.
- [6] Kondratyev, A.V. Psychological training of penal system employees for stressful situations in the service. //Journal "Psychology of Military Service." - 2018. - №3. - С. 45-56.



ЮРКОПАНИ

www.law-books.ru

Юридическое издательство «ЮРКОПАНИ»
издает научные журналы:

- Научно-правовой журнал «Образование и право», рекомендованный ВАК Министерства науки и высшего образования России (специальности 12.00.01, 12.00.02), выходит 1 раз в месяц.
- Научно-правовой журнал «Право и жизнь», рецензируемый (РИНЦ, E-Library), выходит 1 раз в 3 месяца.