**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**КРАСНОДАРСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ МВД РОССИИ**

КАФЕДРА ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ

КУРСОВАЯ РАБОТА

по дисциплине:

**«Социальная психология»**

на тему:

**«Влияние эмоциональной напряженности на взаимодействие в коллективе.»**

Выполнил:

курсант 331 учебной группы

Кононенко Т.А.

Научный руководитель:

Допущена к защите \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дата защиты «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2010г.

Оценка\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**КРАСНОДАР, 2010 г.**

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

ВВЕДЕНИЕ 3

1. Теоретический анализ понятий «Эмоциональная напряженность» и «Сплоченность коллектива». 5

1.1. Специфика коллектива ОВД 5

1.2. Социально-психологический климат в коллективах ОВД. Понятие социально-психологического климата. 11

1.3. Влияние эмоционального напряжения на продуктивность деятельности сотрудников ОВД. 13

1.4. Методы изучения межличностных взаимоотношений. 18

2. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ Эмпирического исследования 21

3. АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ 23

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 30

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ 31

ПРИЛОЖЕНИЯ 33

**ВВЕДЕНИЕ.**

Проблема группы, в которые объединяются люди в процессе своей жизнедеятельности – один из главных вопросов социальной психологии. Важнейший признак коллектива – это не любая совместная деятельность, а социально позитивная деятельность, отвечающая потребностям общества. Поэтому первым признаком коллектива как группы особого рода является именно его направленность, которая обеспечивает особое качество личностей, в него входящих, а именно – их целеустремленность, что и позволяет создать организацию с соответствующими органами управления и выделением лиц, уполномоченных на выполнение определенных функций. Важным условием развития коллектива является непрерывное развитие тех самых общественно значимых целей, ради которых создан коллектив. Весьма значимой характеристикой является эмоциональная структура группы - структура межличностных отношений, а также ее связь с функциональной структурой групповой деятельности.

Другая немаловажная сторона, которая используется в исследовании групп, касается положения индивида в группе в качестве ее члена. Во- первых, потому, что место индивида в группе не определяется только его социометрическим статусом; важно не только то, насколько индивид как член групп пользуется привязанностью других членов группы, но и то, как он воспринимается в структуре деятельных отношений в группе.

Успех внутренних процессов, протекающих в коллективе, может быть обеспечен только в том случае, если все нормы взаимоотношений, все организации деятельности внутри коллектива строятся на основе соответствия этих образов более широкой системе социальных отношений, развивающихся в обществе в целом. Коллектив не является замкнутой системой, и потому успешность его действий может быть реализована лишь в том случае, когда нет расслабленности в целях коллективе и общества.

Выделение проблемы коллектива в социальной психологии в качестве самостоятельного раздела в общем исследовании групп имеет большое методологическое значение.

Выявление специфики такого нового группообразования, как коллектив, позволяет увидеть перспективность применения в социальной психологии принципа деятельности. Именно на стадии коллектива группа приобретает черты субъекта деятельности, ибо лишь при условии принятия всеми членами группы целей групповой деятельности, наличие у всех членов группы ценностно-ориентационного единства, опосредование всех отношений в группе предметной деятельностью можно в полной мере ставить вопрос о механизмах образования таких атрибутов всякого субъекта деятельности, как групповая потребность, групповой коллектив, групповая цель. Содержание любого группового процесса зависит от содержания групповой деятельности, причем от конкретного уровня ее развития.

*Цель исследования:* выявить зависимость уровня психоэмоциональной напряженности от социометрического статуса в служебном коллективе.

*Объект исследования:* коллектив сотрудников органов внутренних дел.

*Предмет исследования*: уровень психоэмоциональной напряженности

*Задачи исследования:*

1. Провести ретроспективный анализ литературных источников, рассматривающих проблемы эмоциональной напряженности и социально-психологического климата
2. Выбрать методическую базу;
3. Провести экспериментальное исследование;
4. Определить уровень социометрических индексов и провести корреляционный анализ данных.
5. Провести сравнительный анализ данных разных эмпирических выборок.

*Гипотеза исследования:*

Сотрудники органов внутренних дел, имеющие высокий социальный статус менее подвержены накоплению психоэмоциональной напряженности.

*База исследования:* Подразделение курсантов Краснодарского университета МВД России в количестве 48 человек.

**Глава 1. Теоретический анализ понятий «Эмоциональная напряженность» и «Сплоченность коллектива»**

Коллектив - группа, объеденных общими задачами и целями людей, достигшая в процессе совместной деятельности высокого уровня развития. В коллективе формируется особый тип межличностных отношений, для которых характерны:

**1.** Высокая сплоченность;

**2.** Коллективистская идентификация;

**3.** Социально ценный характер мотивации межличностных выборов;

**4**. Высокая референтность членов коллектива по отношению друг к другу;

**5.** Объективность в возложении и принятии ответственности за результаты совместной деятельности.

Подобные отношения способствуют формированию коллективистских качеств, создают условия для всестороннего и гармоничного развития каждого члена коллектива, способствуют появлению коллективизма, как особого качества развития группы.

Служебный коллектив характеризуется соответствующим типом объединений людей, который функционирует в сферах государственной и общественной безопасности, воинской деятельности, милиции, пожарной охраны, налоговой полиции и других структурах, занимающихся обеспечением интересов государства, охранной собственности личного имущества, жизни и здоровья граждан.

Служебные коллективы различаются по профессиональному, демографическому составу, подбору и подготовке кадров, стилю руководства, характеру лидерства и степени конфликтности. Степень развития коллектива в значительной степени определяет его способность к выполнению своих функций.

**1.1. Специфика коллектива органов внутренних дел.**

Коллектив отдела внутренних дел имеет свою специфику. Она состоит в том, что руководители и сотрудники обязаны соблюдать субординацию, служебную дисциплину и уставные отношения. Кроме того, правоохранительная деятельность относится к видам общественно необходимого труда, связанного с экстремальными условиями. Особенно это характерно для выполнения служебных задач в условиях ведения боевых действий, обеспечения режима чрезвычайного положения и т.д. В подобные периоды деятельность служебных коллективов сопровождается повышенными психоэмоциональными нагрузками, что непосредственно отражается на функциональном состоянии сотрудников и их здоровье.

Межличностные взаимоотношения между сотрудниками коллектива строятся на основе формальных и неформальных связей. Формальные связи возникают в процессе оперативно-служебной деятельности, на основе отношений власти и подчинения, определены уставом и, как правило, строго регламентированы. Наряду с официальной, т.е. формальной структурой подразделения, отражающей нормативную обязательную сторону взаимоотношений между сотрудниками, в каждом служебном коллективе складывается психологическая структура неофициального порядка, которая формируется на основе межличностных отношений, симпатий и антипатий. Неформальные связи определяют более широкий круг общения в соответствии с общими интересами, установками, увлечениями, ценностными ориентациями сотрудников. В основе неформальной структуры лежат восприятие и понимание сотрудниками друг друга, их взаимооценка и самооценка.

Групповые процессы в коллективе образуют многоуровневую структуру, ядром которой является совместная деятельность, обусловленная социально значимыми целями. На первом уровне реализуются прежде всего непосредственные контакты между людьми, основанные на эмоциональной приемлемости или неприемлемости; на втором – эти отношения опосредуются характером совместной деятельности; на третьем- развиваются отношения, основанные на принятии всеми членами группы единых целей групповой деятельности. В результате развития своих членов развивается и сам коллектив : чем ярче и богаче индивидуальность, выше уровень развития каждого члена коллектива, тем более дееспособным, человечным в общественном своем качестве является коллектив в целом.

**1.2 Социально-психологический климат в коллективах ОВД. Понятие и факторы формирования климата.**

Эффективность оперативно-служебной деятельности сотрудников органов внутренних дел во многом зависит от социально-психологического климата, характера и эмоциональной окраски взаимоотношений между сотрудниками, их сплоченности; степени согласованности формальных и неформальных структур; наличия, а так же способов разрешения и предупреждения межличностных конфликтов; степени соответствия стиля руководства уровню развития коллектива.

Известно, что в коллективе с благоприятным социально-психологическим климатом легче переносятся воздействия тяжелых и опасных факторов условий труда, а так же текучесть кадров. Недооценка роли коллективного настроения и сплоченности ведет к потере до 15% рабочего времени и может существенно снижать взаимовыручку и надежность работы личного состава в экстремальных ситуациях. Как показывают исследования, при плохом социально-психологическом климате в подразделениях эффективность труда падает на 15-40% при хорошем – повышается на 10 –20%.

Неблагоприятный психологический климат резко отрицательно влияет на уровень заболеваемости личного состава вследствие развития у него хронических стрессовых реакций.

**Социально-психологический климат** – это свойство коллектива, определяется межличностными отношениями, создающими стойкие групповые настроения и мысли; относительно устойчивый психический настрой коллектива, который находит многообразие форм проявления во всей его жизнедеятельности. Он определяется как совокупность качеств и состояний, выражающих самочувствие каждого члена коллектива, степень удовлетворения ими своих потребностей и преобладание групповых настроений; представляет собой совокупность взаимообусловленных социально- психологический особенностей группы, в которых обнаруживается характерное для нее отношение к делу, друг к другу, доминирующее настроение, интеллектуальная и моральная атмосфера, способствующие творчеству. Человек может испытывать внутреннюю удовлетворенность и быть хорошим сотрудником в одном коллективе и совершенно не вписываться в другой.

Оптимизация психологического климата является важным резервом повышения эффективности групповой деятельности. Для разработки мероприятий по оптимизации психологического климата необходимо диагностировать его уровень развития и особенности, а так же выявить те факторы, которые в данной группе могут быть использованы для коррекции и развития психологического климата. В целом можно выделить следующие основные факторы формирования психологического климата:

1. характер производственных отношений того общества, составной частью которого является данная группа,
2. содержание, организация и условия трудовой деятельности,
3. особенности работы органов управления и самоуправления организации,
4. характер руководства,
5. степень совпадений официальных и неофициальных структуры группы,
6. социально-демографические и психологические особенности членов группы,
7. численности группы и др.

К формам проявления социально – психологического климата относят сработанность, уровень конфликтности в коллективе, сплоченность, совместимость, формы общения, удовлетворенность, самооценку, самочувствие и настроение.

Социально-психологический климат проникнут сложной гаммой эмоций, чувств, страстей и аффектов, которые овладевают всем коллективом в самых различных ситуациях и существенно влияет на его жизнь и деятельность. Этот ситуативный показатель называется **коллективным настроением.** Коллективное настроение обладает заразительностью, большой импульсивной силой и динамичностью. Оно мобилизует или сдерживает коллективное сознание, определяет характер общего мнения и межличностных отношений, влияет на стиль руководства коллективом. Все это подтверждает необходимость тщательного изучения различных форм коллективного настроения, знание причин, когда оно переходит из одной формы в другую: из положительной – в отрицательную, из скрытой – в открытую.

К объективным показателям, характеризующим социально-психологический климат в коллективе относятся текучесть кадров, неудовлетворительные условия несения службы, недостаточность социально-правовой защищенности сотрудников, эффективность выполнения служебно - боевых задач и др.

Субъективными психологическими показателями являются качественный состав сотрудников, уровень их профессиональной подготовленности, компетентности в решении поставленных задач, отношения между сотрудниками, особенности восприятия или взаимных оценок их эмоциональное состояние, выражающееся в удовлетворенности условиями службы, решением социально-бытовых вопросов; уровень коллективного настроения и его динамика. Очень важным критерием является наличие или отсутствие конфликтов на межличностном уровне, распространение слухов друг о друге, опоздание, психологической несовместимости членов коллектива, стремления к переходу в другие службы, низкой активности в работе.

При оценке социально-психологического климата в коллективе вычисляются социометрические индексы. Они вычисляются по трем уровням: определяется степень удовлетворенности обследованных сложившимися межличностными отношениями; выявляется место каждого члена коллектива в системе межличностных отношений ( является ли он лидером, предпочитаемым или отверженным), раскрывается неофициальная структура коллектива (неофициальные группировки и их лидеры, взаимоотношения между ними).

**1.3 влияние эмоционального напряжения на продуктивность деятельности сотрудников ОВД.**

**Характеристика эмоциональных состояний, возникающих в процессе деятельности.**

**Стресс (состояние эмоциональной напряженности)**

Под стрессом понимают состояние организма, возникающее - при воздействии необычных раздражителей и приводящее к напряжению неспецифических адаптивных механизмов организма.

Среди эмоциональных состояний выделяют *эмоциональную напряженность*, характеризующуюся повышенным уровнем активации (возбуждения).

В. Л. Марищук (1974) предложил разделить понятия «эмоциональное напряжение» и «эмоциональная напряженность». Первое, с его точки зрения, характеризуется активизацией различных функций организма в связи с активными волевыми актами, вторая приводит к временному снижению устойчивости психических процессов и работоспособности. Такое разделение представляется не очень логичным и прежде всего потому, что эмоциональным напряжением автор называет волевое на­пряжение. Большинство авторов не разводят понятия «эмоциональное напряжение» и «эмоциональная напряженность».

Л. В. Куликов вообще считает, что добавлять к слову «напряжение» определение «эмоциональное» нет необходимости, потому что трудно представить себе любое напряжение безэмоциональным. Думаю, что это заявление излишне категорично, хотя по своей сути оно справедливо. Ведь выделение эмоционального напряжения обусловлено не тем, что есть напряжение, сопровождаемое эмоциональными переживаниями, а тем, что причиной психического напряжения человека является развившаяся сильная эмоция. Недаром Н. И. Наенко и О. В. Овчинников выделили и операциональную напряженность, которая связана с высоким темпом работы. При этом виде напряженности эмоциональные переживания тоже могут иметь место, но они вторичны, а не первичны, как при эмоциональной напряженности.

Собственно, и Л. В. Куликов отмечает, что у акцентуированных личностей причиной напряжения могут быть эмоции.

Эмоциональная напряженность может оказывать на эффективность деятельности как положительное, так и отрицательное действие. По данным Е. А. Иванова и др. (1969), эмоциональная напряженность перед прыжком с парашютом увеличивает мышечную силу, но расстраивает моторную координацию (Архангельский, 1934).

Э. Л. Носенко (1978) изучены изменения речи при эмоциональном напряжении, наблюдавшиеся в естественных, а не в лабораторных условиях: перед экзаменом, перед хирургической операцией у больных, у диспетчеров при выполнении ими тестовых заданий в присутствии авторитетной комиссии, у военнослужащих при выполнении профессиональной деятельности, связанной с большой личной ответственностью. Воспользуюсь описанием этих изменений, данным самим автором. «Для состояния эмоционального напряжения характерны затруднения в формулировании мыслей и выборе слов для их адекватного выражения, которые проявляются в увеличении в устных высказываниях количества и длительности пауз, нерешительности, поисковых слов, семантически нерелевантных повторений, "заполненных" пауз, поисковых и описывающих жестов, сопровождающих речь. Одним из проявлений этих затруднений является также снижение словарного разнообразия речи. Кроме того, отмечаются существенные сдвиги в осуществлении тех речевых операций, которые требуют сознательного контроля за качеством их реализации. В частности, отмечается более контрастное, чем в обычном состоянии, проявление в речи тенденций к синкретизму в области строевого синтаксиса (т. е. к незавершенности "морфологического оформления слов во фразе в соответствии с синтаксическими собязательствами") и к нерасчлененности в области актуального синтаксиса (выражающейся в том, что последовательности слов, которые могли бы быть представлены как синтаксически непрерывные цепочки, членятся на отдельные синтагмы, соединенные путем простого соположения). Об ослаблении сознательного контроля за качеством лексико-грамматического оформления высказывания в состоянии эмоциональной напряженности свидетельствует также увеличение количества синтаксически и логически незавершенных фраз, нарушение целостности сверхфразовых единств, возрастание количества некорректируемых ошибок.

В состоянии эмоциональной напряженности активизируются спонтанные речевые проявления; резко возрастает количество привычных речений, слов-"паразитов", клише. Эти привычные речения артикулируются в более высоком темпе, чем в речи, происходящей в обычном состоянии, что приводит к изменению темпа артикулирования. Существенно возрастает количество некоммуникативных жестов, сопровождающих речь, факт появления которых не осознается говорящим. Наличие затруд­нений в выборе слов и в формулировании мыслей, с одной стороны, и активизация спонтанных проявлений, с другой стороны, приводят к резким колебаниям общего темпа речи на отдельных участках речевой цепи, с чем, в известной степени, связаны и колебания частоты основного тона».

На основе анализа приведенных выше особенностей речи в состоянии эмоцио­нальной напряженности Носенко выделила целый ряд показателей, поддающихся количественной оценке, которые могут использоваться при диагностике этого состо­яния:

1. *Средняя длина отрезка речи, произносимого без пауз нерешительности.* Она рас­считывается путем деления времени «чистой речи» (или количества слов в вы­сказывании) на количество пауз нерешительности. За паузы нерешительности принимаются паузы длительностью от 250 мс и выше.
2. *Темп артикужирования,* т. е. отношение количества слогов в высказывании к вре­мени, затраченному на их произнесение (т. е. количество времени «чистой речи»).
3. *Латентный период речевой реакции.*
4. *Диапазон колебаний темпа речи в процессе устного высказывания.* Этот показатель характеризует два разнонаправленных сдвига: возникновение затруднений в опе­ративном выборе слов в речи и оживление спонтанной речевой активности, сопро­вождающейся увеличением темпа речи. Чем шире диапазон колебаний темпа речи на отдельных участках речевой «цепи», тем с большей вероятностью можно утвер­ждать, что говорящий переживает состояние эмоциональной напряженности.
5. *Длительность временного интервала, по истечении которого в речевом потоке по­являются зоны, где частота основного тона голоса превосходит среднюю типич­ную для данного говорящего частоту.*
6. *Количество явлений нерешительности* (семантически нерелевантных повторов, переформулировок, «заполненных пауз», незавершенных слов или фраз).
7. *Коэффициент словарного разнообразия речи,* характеризующий отношение разных слов в высказывании к общему количеству слов.
8. *Среднее количество жестов* (в расчете на 100 слов высказывания), сопровождающих речь, в частности поисковых и некоммуникативных жестов.
9. *Среднее количество синтаксически незавершенных фраз в устных высказываниях.*
10. *Среднее количество ошибок (оговорок, парафазии) в речи.*

В настоящее время стало модным вместо термина «эмоциональное напряжение» употреблять термин «стресс». Даже нажатие на динамометр, не говоря уже о сдаче экзамена, выступлении на соревновании, рассматривается как стресс. В результате это понятие постепенно теряет свое первоначальное предназначение, отведенное ему Г. Селье в его первых работах. Как отмечает Ю. Г. Чирк (1988), стресс противоречив, неуловим, туманен. Он с трудом укладывается в узкие рамки определений. Его слабость — в неопределенности, расплывчатости границ. А это всегда чревато утратой существа явления, появлением неразберихи в использовании самого термина, возникновением неоправданных дискуссий по поводу сущности. К сожалению, как это будет видно из дальнейшего, к этому приложил руку и сам Селье.

Очевидно, впервые термин «стресс», означающий не что иное, как *напряжение* упоминается в 1303 году в стихотворении Роберта Маннинга.

«И эта мука была манной небесной, которую Господь послал людям, пребывающим в пустыне сорок зим и находящимся в большом стрессе».

Г. Селье (1982) полагает, что слово «стресс» пришло в английский язык из старо - французского и средневекового английского и вначале произносилось как

«дистресс». Затем первый слог исчез из-за смазывания или «проглатывания». Имеете и точка зрения, что слово «стресс» произошло от латинского затягивать. Как бы то ни было, в самом слове не содержится ничего нового для обозначения состояний человека. Новым был тот смысл, который в него вложил Селье.

В законченном виде учение о стрессе как об общем адаптационном синдроме при действии повреждающих агентов было сформулировано Г. Селье, хотя и до него сходные явления наблюдали некоторые физиологи и клиницисты. Так, У. Кеннон в 1914 году описал нейроэндокринный феномен, который он назвал реакцией «бегства — защиты». Центральным органом, участвующим в этой реакции, является моз­говой слой надпочечников. Сама реакция рассматривается Кенноном как мобилиза­ция организма, подготавливающая мышцы к действию в ответ на воспринимаемую угрозу. Этот механизм дает возможность индивиду либо бороться с угрозой, либо бежать от нее.

Как указывает А. А. Виру (1980), в отдельных работах отечественных ученых раскрыты механизмы неспецифической адаптации. Так что у Г. Селье были предшественники, и его учение о стрессе как общем адаптационном синдроме создавалось не на пустом месте.

Чем более модным становилось понятие «стресс», тем больше Селье отходил от первоначального понимания этого феномена. Эта эволюция его взглядов хорошо показана в работе В. Я. Апчела и В. Н. Цыгана (1999), поэтому мы воспользуемся их описанием.

Авторы отмечают, что Г. Селье трактует понятие «стресс» по-разному. Если в его первых работах под стрессом понималась совокупность всех неспецифических изме­нений, возникающих в организме под влиянием любых сильных воздействий и со­провождавшихся перестройкой защитных систем организма, то в более поздних ра­ботах под стрессом стала пониматься неспецифическая реакция организма на любое предъявленное к нему требование, т. е. произошло упрощение этого феномена и соответствующего ему понятия. Очевидно, как и другие ученые, Селье не устоял перед соблазном создать «всеобъемлющее и единственно правильное» учение, тем более что критики его первоначальной концепции усиленно подталкивали его к этому (то он не учел роль центральной нервной системы, то психического фактора, то мышечной нагрузки при занятиях спортом).

Первоначально Селье и его сотрудники уделяли внимание лишь биологическим и физиологическим аспектам проблемы стресса. Поэтому традиционным стало по­нимание стресса как физиологической реакции организма на действие отрицатель­ных факторов, представляющих угрозу для организма. Стресс выражается общим адаптационным синдромом, проявляющимся независимо от качества патогенного фактора (химический, термический, физический) и имеющим определенные стадии:

— **реакция тревоги,** во время которой сопротивление организма сначала понижа­ется («фаза шока»), а затем включаются защитные механизмы («фаза противото­ка»);

— **стадия устойчивости** (резистентности), когда за счет напряжения функциони­рующих систем достигается приспособление организма к новым условиям;

— **стадия истощения**, в которой выявляется несостоятельность защитных механиз­мов и нарастает нарушение согласованности жизненных функций.

Ведущую роль в развитии общего адаптационного синдрома, по мнению Селье, играет эндокринная система, в частности гипофиз.

Важно отметить, что на первых этапах создания учения о стрессе Селье подчеркивал, что возникают не только функциональные изменения во внутренних органах, являющиеся обратимыми, но и морфологические необратимые изменения, т. е. серьезные заболевания. И этому есть много доказательств, когда в результате психической травмы у человека возникает патология внутренних органов, вплоть до онко-• логических заболеваний.

Эти примеры показывают слабые места в первоначальной позиции Селье — отрицание ведущей роли центральной нервной системы в генезисе стресса, на чем наста­ивали отечественные ученые, проповедовавшие идею центризма.

Постепенно по мере изучения стресса Селье пришел к пониманию в его развитии роли психологического фактора. Этому во многом способствовали работы ученых, обобщавших опыт Второй мировой войны. В публикациях все чаще стали появляться такие понятия, как «психический стресс», «эмоциональный стресс». Это привело к размыванию понятия «стресс», так как в их содержание стали включать и первичные эмоциональные реакции, возникающие при критических психологических воздействиях, и эмоционально-психические синдромы, порожденные телесными повреждениями, и аффективные реакции с сопутствующими им физиологическими механизмами (Китаев-Смык, 1983).

Это привело к смешению психофизиологического и физиологического подходов к изучению стресса.

Первым попытался разграничить физиологическое и психологическое понимание стресса Р. Лазарус (1970). Он выдвинул концепцию, согласно которой разграничивается физиологический стресс, связанный с воздействием реального физического раздражителя, и психический (эмоциональный) стресс, связанный с оценкой чело­веком предстоящей ситуации как угрожающей, трудной. Однако такое разделение тоже довольно условно, так как в физиологическом стрессе всегда есть элементы психического (эмоционального), а в психическом стрессе не может не быть физиологических изменений. Речь, следовательно, должна идти скорее о причинах, вызывающих стресс (физических и психологических), чем о различиях в наблюдающихся измене­ниях в организме. В этом отношении более правомерна позиция В. Л. Марищука (1984, 1995), считающего, что любой стресс является и физиологическим, и психи­ческим (эмоциональным).

На финальной стадии разработки своего учения Г. Селье стал говорить о двух видах стресса — *дистрессе,* связанным с отрицательными эмоциональными реакци­ями, и *эустрессе,* связанном с положительными эмоциональными реакциями. Это привело к тому, что в сферу этих понятий вошли все физиологические явления, включая и сон. Так, Селье пишет, что даже в состоянии полного расслабления спящий человек испытывает некоторый стресс и что полная свобода от стресса означает смерть. Мне же представляется, что такое толкование означает смерть самого понятия «стресс».

Естественным становится стремление исследователей найти какие-то границы стресса как психического (эмоционального) напряжения. По мнению Л. Леви (1970), эмоциональный стресс можно рассматривать как участок своеобразного континуума эмоциональных состояний, нижней точкой которого являются небольшие сдвиги физиологического гомеостаза в условиях полного безразличия. Приятные и неприятные эмоции сопровождаются изменениями в уровнях физиологического гомеостаза.

В стрессовом состоянии, как отмечают С. Майер и М. Ланденслагер (1985), в организме вырабатывается гормон кортизол, который способствует появлению дополнительной энергии (за счет расщепления белков) и поддерживает уровень артериального давления. Однако он ослабляет иммунитет, т. е. невосприимчивость к инфекционным заболеваниям. Отсюда в состоянии стресса или после него люди часто заболевают простудой, гриппом и т. п. (рис. 7.1).В связи с этим говорить о том, что стресс полезен для организма, вряд ли правомерно, если иметь в виду действительно угрожающий уровень эмоционального напряжения, а не уровень, находящийся в пределах нормы и не представляющий никакой опасности. Однако стресс не следует ограничивать и рамками патологии, на что обращают внимание В. Я. Апчел и В. Н. Цыган.В общем виде причиной стресса, по А. Уэлфорду), является несоответствие возможностей организма предъявляемым к нему требованиям, например при высокой *эмоциональной насыщенности* деятельности, т. е. большом количестве эмоциогенных ситуаций (Витт, 1986). По П. Фрессу (1975), стресс также могут вы­зывать личные и социальные конфликты, не находящие своего разрешения. Возникает вопрос: какие сдвиги можно считать стрессовыми, а какие нет? В. Л. Марищук полагает, что стрессом можно назвать лишь такое состояние, ко­торое характеризуется значимым выбросом стероидных гормонов (не менее чем на величину вероятного отклонения от исходных показателей). Следует все же при­знать, что любая установленная исследователями граница будет условна, так как нельзя забывать, что стресс — это напряжение, а последнее имеет только степень выраженности. Ученые же пытаются придать стрессу как эмоциональному состоянию определенную модальность, качественное специфичное содержание, что, с моей точки зрения, не корректно. Ведь сильное эмоциональное напряжение (возбуждение) может быть и при гневе, и при ужасе, и при горе, и при экстазе. (В связи с этим не вполне понятна попытка В. В. Суворовой отделить стресс от эмоции, когда она пи­шет: «В отличие от эмоций стресс — это чрезвычайное состояние» [1975, с. 19].) Все эти состояния различны по качеству переживаний, но сходны по их степени. Такие переживания приводят к появлению общего адаптационного синдрома, поскольку сильное эмоциональное возбуждение становится угрозой для организма и личности. Понимание стресса как чрезвычайного, угрожающего состояния, как общей защит­ной реакции присуще большинству отечественных авторов. Стресс по Т. Коксу - феномен осознания, возникающий при сравнении между требованием, предъявляемым к личности, и ее способностью справиться с этим требованием. Отсутствие равновесия в этом механизме вызывает возникновение стресса и ответную реакцию на него. К действию экстремальных и повреждающих факторов наиболее чувствительным оказывается эмоциональный аппарат, который первым включается в стрессовую реакцию, что связано с вовлечением эмоций в архитектонику любого целенаправленного поведенческого акта и именно в аппарат акцептора результатов действия. От физиологического понимания стресса, представленного Г. Селье как неспецифическую реакцию организма на любое воздействие извне, сейчас переходят к признанию специфичности реакции в том смысле, что она осуществляется на значимый раздражитель. События среды влияют на личность; личность избирает способ реагирования. Следствием этого является стресс. Главным становится вопрос: будет ли событие рассматриваться как стрессовое. Хотя многие все еще понимают стресс как биологический феномен, сегодня все больше подчеркивается роль психологических механизмов в интерпретации реакции на значимый раздражитель. Р. Лазарус ввел понятие психологического стресса, признавая, что человек сам создает для себя трудности и стрессовые факторы. Пока концепции психологического стресса весьма неопределенны. Исследования в этом направлении начаты не так давно (около 20 лет). Одним из путей является построения К. Паркесом теоретической модели, подчеркивающей значение личностных и средовых переменных в стрессе и адаптационном процессе: так, под средовыми факторами в модели понимаются относительно стабильные психосоциальные характеристики обстановки на работе (социальная поддержка и требования, предъявляемые к работе); под ситуационными переменными - тип стрессового эпизода и значение, ему придаваемое, т.е. изменения среды и их восприятие. Факторами, влияющими на экстремальность стрессоров, могут быть как субъективными, так и объективными. Проблемами психологического стресса занимаются Р. Розенфельд, М. Горовиц, Л.А. Китаев-Смык и др. Проблема стресса также была рассмотрена в рамках ситуационного направления. Это направление является перспективным в разработке проблем преодоления стресса и прогнозирования поведения человека в профессиональной деятельности. Это направление изучение стресса, в котором особое внимание уделяется отношению человека к жизненным событиям как фактору формирования стрессоустойчивости. **Эмоциональный стресс -** состояние ярко выраженного психоэмоционального переживания человеком конфликтных жизненных ситуаций, которые остро или длительно ограничивают удовлетворение его социальных или биологических потребностей (Судаков К.В.). Эмоциональные стрессы по-своему происхождению, как правило, социальны. Их частота нарастает по мере развития научно-технического прогресса, ускорения темпа жизни, информационных перегрузок, нарастающей урбанизации, экологического неблагополучия. Как видно из сказанного, значительность изменений в организме под влиянием эмоционального стресса велика. Устойчивость к ним различна у разных людей. Одни - более предрасположены, другие - весьма устойчивы. Известно, что многократно перенесенные в прошлом трудные ситуации в семье и вне ее неблагоприятно сказываются на последствиях эмоционального стресса. Предполагается, что в качестве причин возникновения эмоционального стресса могут выступать как позитивные, так и негативные события. Однако, эту точку зрения разделяют не все. Н.Selye вредностями считал лишь неблагоприятные факторы, приводящие к “дистрессу”. В связи с этим систематизируют лишь отрицательные события как потенциальные стрессоры. С.А. Разумов разделил стрессоры, непосредственно или косвенно участвующие в организации эмоционально-стрессовой реакции у человека, на четыре группы: Стрессоры активной деятельности: а) экстремальные стрессоры (боев, космических полетов, подводных погружений, парашютных прыжков, разминирования и т.п.); б) производственные стрессоры (связанные с большой ответственностью, дефицитом времени); в) стрессоры психосоциальной мотивации (соревнования, конкурсы, экзамены).Стрессоры оценок (оценка предстоящей, настоящей или прошедшей деятельности): а) «старт”- стрессоры и стрессоры памяти (предстоящие состязания, медицинские процедуры, воспоминание о пережитом горе, ожидание угрозы); б) побед и поражений ( победа в соревновании, успех в искусстве, любовь, поражение, смерть или болезнь близкого человека); в) зрелищ.Стрессоры рассогласования деятельности: а) разобщения (конфликты в семье, на работе, в квартире, угроза или неожиданное, но значимое известие); б) психосоциальных и физиологических ограничений (сенсорная депривация, мускульная депривация, заболевания, ограничивающие обычные сферы общения и деятельности, родительский дискомфорт, голод).

1. Физические и природные стрессоры (мускульные нагрузки, хирургические вмешательства, травмы, темнота, сильный звук, качка, высота, жара, землетрясение).

Сам факт воздействия еще не обязательно предполагает наличие стресса; Более того, что стимул действует, как указывал П.К. Анохин, на стадии афферентного синтеза очень разнообразных по количеству и качеству суммирующих раздражителей, поэтому считать роль одного из факторов исключительной трудно. В то же время, восприимчивость к некоторым стрессорам у людей может быть очень различной. Новые впечатления для одних непереносимы, а другим необходимы.

Понять механизм стресса можно только с учетом реакций личности, преодолевающей его. Как уже отмечено, далеко не все подвергающиеся стрессовым воздействиям заболевают. Это объясняется устойчивостью некоторых личностей. В то же время часть людей обладает повышенной чувствительностью к стрессам.

Среди индивидуальных особенностей личности, способствующих возникновению заболеваний в результате внешних воздействий, выделяется темперамент. Такие его стороны, как низкий порог чувствительности к раздражителям, интенсивность реакций, трудности адаптации к новым впечатлениям с преобладанием отрицательных эмоций и другие, делают человека очень чувствительным к стрессам.

В то же время активность, ритмичность физиологических функций, доступность и хорошая приспособляемость к новому, наряду с преобладающим ровным настроением и небольшой интенсивностью реакций на изменения в окружающей среде, препятствуют развитию заболеваний при наличии потенциально стрессорных событий.

Возникновение стресса объясняется также наличием несоответствия между требованиями среды и способностями индивида к адекватному реагированию на них. Стрессовая реакция понимается как нарушение равновесия во взаимоотношениях личности с окружением. Стресс, таким образом, возникает не только как вызов мира, в котором живет человек, но и как проявление несоответствия его ожиданий и возможностей их реализации.

В течение последних лет отмечается устойчивый интерес исследователей к изучению природы профессионального стресса. Развитие стресса в профессиональной деятельности является важнейшей проблемой. В обзорах литературы по этой проблеме показано, что ряд рабочих стрессоров, таких как ролевая неопределенность, конфликты, рабочая перегрузка и другие обычно бывают тесно связаны с психическим напряжением, психосоматическими расстройствами, а также с неблагоприятными поведенческими последствиями Некоторые исследователи профессионального стресса сосредоточились на конкретных типах профессий: авиадиспетчера, водителя, военнослужащего, представителя силовых структур и др.

Представители некоторых профессий работают в экстремальных ситуациях. Характеризуя эти ситуации, авторы указывают такие признаки, как «сложные», «трудные», «особые», «критические» и т.п.

Вообще понятие *экстремальный* (в переводе с лат. - крайность) употребляется для объединения понятий максимума и минимума. При употреблении понятия «экстремальность» обычно ясно, что речь идет не о нормальных, обычных условиях деятельности, а о существенно отличающихся от них обстоятельствах.

В экстремальных условиях нарушается привычный режим труда и отдыха человека. В тяжелых экстремальных ситуациях психические и другие перегрузки достигают пределов, за которыми могут следовать переутомление, нервное истощение, полнейший срыв деятельности, аффективные реакции, психогении.

Воздействие экстремальных условий складывается не только из прямой, непосредственной угрозы жизни человека, но и опосредованной, связанной с ожиданием ее реализации.

В современных исследованиях, оценивая травмирующее воздействие различных неблагоприятных факторов, возникающих в экстремальных ситуациях, на психическую деятельность человека, выделяют непатологические психоэмоциональные реакции и патологические состояния (психогении).

Ученые и практики разрабатывают специальные рекомендации для представителей стрессогенных профессий в целях повысить психологическую устойчивость этих людей.

В работах, где изучаются психологические проблемы стресса доказывается зависимость поведения во время стресса от степени значимости ситуации, от психологической структуры личности (отношение человека к трудностям в работе, успеху и неудаче, уверенности и неуверенности в своих силах, направленности личности, уровня ее притязаний и реальных возможностей и т.п.

Физиологические изменения, происходящие в организме человека на ответ на стрессовые воздействия, в действительности являются лишь следствием уже вызванных им эмоциональных переживаний; без эмоциональных переживаний физиологические изменения не происходят, даже если стресс заканчивается физиологической травмой. Стресс, таким образом, возникает как угроза, которая дистанционно воздействует на человека, вызывая у него то или иное эмоциональное отношение к ней и подготавливая тем самым весь организм к возможным физическим последствиям. Следовательно, стресс является для человека такой угрозой, эмоциональные переживания которой оказывают влияние на его способность достаточно эффективно осуществлять свою деятельность.

Большое значение в психологии труда имеет изучение психофизиологических механизмов регуляции функционального состояния в профессиональной деятельности человека. Актуальность данного аспекта обусловлена наличием ряда профессий, существенной особенностью которых является присутствие внешних и внутренних факторов (действующих постоянно или эпизодически), усложняющих профессиональную деятельность, вызывающих развитие трудных состояний: стресса и эмоциональной напряженности, переутомления, депрессии и даже невротических состояний. Этой проблеме были посвящены в частности, исследования Л.А. Китаева-Смыка, Л.Г. Дикой и других.

На основании исследования функционального состояния людей при длительном нервно-психическом напряжении было выявлено четыре субсиндрома стресса:

1. Когнитивный субсиндром стресса проявляется в виде изменений восприятия и осознания информации, поступающей к человеку, находящемуся в экстремальной ситуации; в изменении его представления о внешней и внутренней пространственной среде; в изменении направленности его мышления и т.д.

2. Эмоционально-поведенческий субсиндром стресса заключается в эмоционально-чувственных реакциях на экстремальные, критические условия, ситуации и пр.

3. Социально-психологический субсиндром стресса проявляется в изменениях общения людей, находящихся в стрессогенных ситуациях. Эти изменения могут проявляться в виде социально-позитивных тенденций: в сплочении людей, в увеличении взаимопомощи, в склонности поддерживать лидера, следовать за ним и т.п. При стрессе могут складываться социально-негативные формы общения: самоизоляция, склонность к конфронтации с окружающими людьми и т.п.

4. Вегетативный субсиндром стресса проявляется в возникновении либо тотальных, либо локальных физиологических стрессовых реакций, которые имеют адаптационную сущность, но могут становиться основанием для развития так называемых болезней стресса. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. М.,1983.

Не менее сложной является и проблема постстрессовых состояний в коллективах с повышенной степенью профессионального риска. Сложные и ответственные задачи стоят сегодня перед сотрудниками силовых структур, которым приходится довольно часто работать в экстремальных условиях. Эти условия характеризуются присутствием и агрессивным воздействием на психику широкого спектра неблагоприятных, дискомфортных и угрожающих факторов, порождающих повышенный уровень психологического стресса (дистресса).

Это означает, что сотрудники силовых структур подвергаются не только физической угрозе, но и значительному риску возникновения особой группы нервно-психических расстройств, известные как посттравматические стрессовые состояния. По данным зарубежных исследователей, такие расстройства являются причиной срывов профессиональной деятельности, преждевременного увольнения, межличностных конфликтов, злоупотребления алкоголем и других негативных явлений.

В связи с этим перед практическими психологами, работающими в системе, например, органов внутренних дел, ставятся весьма сложные задачи по формированию новых подходов к управлению персоналом и внутриорганизационных отношений.

Исследователи обратили внимание на то обстоятельство, что устойчивость к стрессу - индивидуальное свойство и может значительно варьировать у разных людей. Это качество изучалось на уровне типологических, характерологических, личностных особенностей профессионалов. Исследования довольно обширны и в рамках данной работы не представляется возможным подробно их проанализировать. Отметим лишь, что общим для всех исследований являются примерно следующие положения:

1.Постоянное переживание стресса способствует развитию ряда заболеваний.

2.Устойчивость к развитию стресса и стрессогенных заболеваний зависит от индивидуально-личностных особенностей.

3.Постоянное переживание стресса и других неблагоприятных функциональных состояний приводит к неблагоприятным изменениям эмоционально-личностной сферы.

4.Склонность к развитию стресса и стрессогенных заболеваний может быть усилена характером профессиональной деятельности.

Ученые констатируют, что человек, оказавшись в стрессогенной ситуации, как бы замирает, затаивается, присматривается к окружающим людям, оценивая их и перспективу своих контактов с ними. Некоторая заторможенность людей замедляет процесс их общения, совместную деятельность.

В.А.Бодров отмечал, что форма ответа на стрессогенное воздействие вырабатывается индивидом по мере того, как он продолжает взаимодействовать с ситуацией через процессы идентификации и оценки сигналов, выработки стратегии поведения и т.д., - личностная реакция в этом процессе является определяющей. Тут как раз и выявляются «природные» свойства нервной системы, ее устойчивость к интенсивности и длительности воздействия стрессогенной ситуации, возможности барьера психической адаптации, а также сформированный индивидуальный стиль деятельности, наличие готовых планов, программ и стратегий поведения, психологическая надежность когнитивных процессов и т.д. Рассмотрев проблему нервно-психического напряжения в различных концепциях мы еще раз убедились в актуальности нашего исследования.

**4. Методы изучения межличностных отношений.**

В настоящее время в психологии существует громадное количество конкретных методических приемов исследования межличностных отношений. Для того, чтобы понять эмоциональный, социально-психологический климат необходимо изучить межличностные и межгрупповые отношения, чтобы при необходимости их изменять и улучшать. Для этого используется различные методы социально-психологических исследований. Такие как:

* *Социометрия* – это измерение отношений внутри группы по социальным критериям. Число выборов, полученных каждым сотрудником, является мерилом положения его в системе личных отношений, измеряет его «социометрический статус».
* *Методика общей оценки психологического климата -* методика применяется для оценки сложившихся к моменту обследования специфики межличностных отношений в коллективе и их динамики, выявляемой в периодически повторяющихся обследованиях, а также для анализа индивидуальных оценок основных вопросов и проблем совместной оперативно-служебной деятельности подразделения;
* *Методика анализа ценностно-ориентационного единства в коллективе* - методика позволяет оценить уровень развития коллектива путем определения степени совпадения мнений личного состава по вопросу о том, каким должен быть идеальный сотрудник. Методика применяется также для определения степени единства группы; контроля действенности проводимой руководителем психологической и индивидуально-воспитательной работы; определения возможных трудностей вхождения в коллектив новых сотрудников.

Многообразие различных методик позволило нам выбрать наиболее адекватные задачам нашего исследования.

**Глава 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ Эмпирического исследования.**

Методов исследования особенностей климата подразделений в литературе описано не мало, и каждая методика имеет свои особенности. Мы в своем исследовании ставили задачей изучить взаимосвязь социометрического статуса и уровня психической напряженности. Для выполнения поставленных задач мы использовали методики; «Социометрия» Дж. Морено с целью измерения отношений внутри группы по социальным критериям, при исследовании нервно-психической напряженности мы использовали шкалу Т.А. Немчина и шкалу диагностики стрессаК. Шрайнера, кроме этого использовалась методика «Накопление эмоционально-энергетических зарядов, направленных на самого себя», разработанная В. В. Бойко для определения скрытой эмоциональной напряженности.

В исследовании приняли участие 48 респондентов, обучающихся в Краснодарском университете МВД России на 1 и 5 курсе, специальностей «Психология» и «Юриспруденция».

При обработке результатов были использованы методы математической статистики.

**ГЛАВА 3. АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ**

Эмпирические данные были обработаны, согласно ключу данных методик и графические выглядят следующим образом.

Результаты показателей социометрического индекса у курсантов 5 курса представлены в таблице 1.

Табл.1



Результаты показателей эмоциональной напряженности у представителей данной выборки выглядят следующим образом:

Табл. 2.



Проведенный корреляционный анализ подтвердил первоначальную гипотезу, о том, что чем ниже социометрический статус, тем выше психоэмоциональная напряженность респондентов (-0,931).

Аналогичные результаты были получены на выборке первокурсников.

Табл.3



В таблице 3 отражены показатели социометрического индекса каждого члена группы 1 курса, по отношению показателей 5 курса они имеют наибольший разброс значений от -70 до 87 процентов, что объясняется адаптационным периодом в новых условиях.

Показатели эмоциональной напряженности несколько более сглажены и имеют боле высокие значения, нежели у респондентов 5 курса. Эти данные представлены в таблице 4.

Табл.4



Корреляционный анализ данных 1 курса в целом подтверждает высказанную гипотезу, но в менее ярко выраженном виде (-0,25), что на наш взгляд свидетельствует о неустойчивом состоянии коллектива и самих респондентов на этапе адаптации к новым условиям жизненной среды.

Проведенное исследование показало, что можно влиять на психоэмоциональную напряженность личности, повышая уровень востребованности в группе, что в целом может сказаться благоприятно и на коллективе в целом и на состоянии психоэмоционального благополучия каждого отдельного представителя группы.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ.**

Проведенное исследование еще раз подтвердило теоретические концепции отечественных ученых о том, что коллектив – это ограниченная совокупность непосредственно взаимодействующих людей, которые:

1) Относительно регулярно и продолжительно контактируют лицом к лицу, без посредников;

1. Обладают общими целями, реализация которых позволяет удовлетворить значимые индивидуальные потребности и устойчивые интересы;
2. Участвуют в общей системе распределения функция и роли совместной деятельности, что предполагает в различной степени выраженную кооперативную взаимозависимость участников;
3. Разделяют общие нормы и правила внутригрупповой активности;
4. Обладают ясным и дифференцированным (индивидуализированным) представлением друг о друге;
5. Связаны достаточно определенными и стабильными эмоциональными отношениями;
6. Воспринимают себя как членов одной группы и аналогично воспринимаются со стороны.

Таким образом, чем полнее коллектив будет сочетать в себе вышеупомянутые критерии, тем более сплоченным он будет и тем более успешным будет выполнение им служебных задач

В работе мы попытались выявить зависимость уровня психоэмоциональной напряженности от социометрического статуса в служебном коллективе.

Высказанная нами гипотеза подтвердилась, в том, сотрудники органов внутренних дел, имеющие высокий социальный статус менее подвержены накоплению психоэмоциональной напряженности.

Актуальность нашего исследования очевидна, так как служебный коллектив занимает достаточно большое место не только в профессиональной деятельности сотрудников, но и также оказывает влияние на личностные особенности каждого представителя. Проведенное исследование не является окончательным в вопросе рассмотрения психоэмоциональной напряженности, но аспект взаимовлияния социального статуса и психического напряжения на наш взгляд будет интересен практическим психологам, работающим в системе МВД России.

**ЛИТЕРАТУРА**

1. Горбач Н.А. Социально-психологическое сопровождение учебно-воспитательного процесса в образовательных учреждениях МВД России: Методическое пособие. – М., 2002. – 140 с.
2. Изард К.Э. Психология эмоций СПб.: Питер2002
3. Квинн В. Прикладная психология. – Спб.: Изд-во «Питер», 2000. – 560 с.
4. Киппер Д. Клинические ролевые игры и психодрама. – М.: ТОО «Независимая фирма «Класс», 1993. – 224 с.
5. Майерс Д. Социальная психология / Перев с англ. – СПб.: Изд-во «Питер», 1999. – 688 с.
6. Марьин М.И., Буданов А.В., Петров В.Е., Борисова С.Е., Такасаева К.Р., Адаев А.И. Профилактика профессиональной деформации личности сотрудника органов внутренних дел: Методическое пособие. – М., 2004. – 144 с.
7. Марьин М.И., Петров В.Е., Адаев А.И., Бореко А.В. Социально-психологическая компетентность руководителя органа внутренних дел: Учебно-методическое пособие. – М.: ЦОКР МВД России, 2005. – 212 с.
8. Марьин М.И., Петров В.Е., Касперович Ю.Г., Поздняков В.М., Котенев И.О. Психологическое обеспечение работы с руководящими кадрами органов внутренних дел: Методическое пособие. – М., 2003. – 211 с.
9. Марьин М.И., Петров В.Е., Сидорова М.В., Бровчук О.В., Нахимов А.П., Минязов С.Р., Пятков А.Н., Васильева Л.А. Психолого-педагогическое сопровождение работы с неуспевающими курсантами и слушателями образовательных учреждений МВД России: Методическое пособие. – Екатеринбург: Уральский юридический институт МВД России, 2004.
10. Марьин М.И., Петров В.Е., Солдатова И.Ф., Мещерякова А.В. Психологическое сопровождение деятельности сотрудников, требующих повышенного внимания: Методическое пособие. – М.: ЦОКР МВД России, 2005. – 180 с.
11. Марьин М.И., Поздняков В.М., Петров В.Е., Бореко А.В. Психологическое обеспечение первоначальной подготовки сотрудников ОВД: Учебно-методическое пособие/Под общей редакцией В.М.Бурыкина. – М.: ЦОКР МВД России, 2005. – 152 с.
12. Марьин М.И., Шестаков А.Г., Петров В.Е., Борисова С.Е., Корчмарюк В.А., Такасаева К.Р., Касперович Ю.Г., Егоров К.А. Организация профессиональной психологической подготовки сотрудников органов внутренних дел: Методическое пособие. – М., 2003. – 154 с.
13. Психологические состояния СПб.: Питер, 2000
14. Рогов Е.И. Эмоции и воля М.: Владос, 2001
15. Современный словарь по психологии / Авт.-сост. В.В.Юрчук. – Мн.: Элайда, 2000. – 704 с.
16. Социально-психологический климат в служебных коллективах: Методическое пособие / Под общей ред. М.И. Марьина, Е.А. Мешалкина. – М., 2001. – 312 с.
17. Фатеев Н.М. Социально-психологический климат в коллективах органов внутренних дел: содержание и методы его изучения. – М.: Академия МВД СССР, 1991. – 75 с.
18. Шевандрин Н.И. Психодиагностика, коррекция и развитие личности. – М., 1999. – 512 с.
19. Шевелева Е.П. Социальная перцепция в процессе делового общения / Под ред. В.В. Новикова. – Ярославль: МАПН, 2000. – 226 с.
20. Якобсон П.М. Психология чувств и мотивации М.: Воронеж, 1998