

УДК 159.98

НЕКОТОРЫЕ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ (ТЕХНИКИ), НАПРАВЛЕННЫЕ НА ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ТОЛЕРАНТНОСТИ/ИНТОЛЕРАНТНОСТИ (НА ПРИМЕРЕ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ТЕРРИТОРИАЛЬНЫХ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ)

Бурцев Антон Олегович,

начальник отделения по изучению проблем психологического обеспечения оперативно-служебной деятельности отдела по исследованию проблем отраслевого управления научно-исследовательского центра, Академия управления МВД России. Россия, г. Нижний Новгород.

E-mail: burcev_anton@bk.ru.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1279-5720>

Аннотация. В статье предложены практические рекомендации, направленные на совершенствование профессионального развития управленческих кадров в системе МВД России. Автором предлагается применение тренинговых упражнений/занятий, направленных на развитие лидерства, личностного роста, применение развивающего консультирования, а также выработки (в процессе занятий) навыков, способствующих повышению уровня саморегуляции внутреннего состояния руководителей ОВД.

Ключевые слова: толерантность к неопределенности, интолерантность к неопределенности, развивающее консультирование, развитие лидерства, профессиональная успешность, личностный рост.

Основная задача психолога-консультанта в XXI веке – не только создание условий для мобилизации всех внутренних ресурсов личности, но и обучение руководителей техникам саморегуляции и развития. Современный управленец – это не исключительно исполнитель директивных и нормативных документов, но и самостоятельный субъект профтруда – организатор совместной деятельности подчиненных.

Практические рекомендации предложены на основании клиентцентрированного подхода Карла Роджерса, который заключается в том, что в каждой личности заложены определенные ресурсы (саморазвития, самопознания, актуализации потенциала и др.), которые раскрываются/ проявляются при определенных условиях/состояниях.

Предложенные в статье упражнения носят не обязательный, а скорее рекомендательный характер, так как в профессиональной деятельности психолог-консультант выбирает для себя наиболее «удобные» формы работы, в зависимости от полученного образования и приверженности тому или иному психотерапевтическому направлению.

Практические рекомендации, направленные на совершенствование профессионального развития управленческих кадров в системе МВД России

Предложенные в статье психотерапевтические упражнения/занятия носят несколько специфичный характер, так как работать психологу предстоит с управленцами силовых структур, своего рода «менеджерами среднего звена», что не может не отразиться на психотерапевтических подходах.

Итак, первое, на чем мы остановимся – это развивающее консультирование. Его программа рассчитана как на групповые, так и на индивидуальные формы работы, реализуемые за счет тренингов, фокус-групп, индивидуальных консультаций и т. п.

В силу определенной специфики, а именно службы в ОВД, некой иерархичности высшего образования (у некоторых респондентов не по одному образованию в различных сферах деятельности, науки), возрастных показателей, опыта практической и управленческой деятельности и ряда других, как внешних, так и внутренних причин и показателей, более оптимально работа с управленцами, по нашему мнению, будет протекать с использованием групповых форм и методов воздействия на подсознание.

Основной целью программы применения развивающего консультирования для руководителей является перестройка/оптимизация внутренних (интрапсихических) и внешних (интерпсихических) моделей поведения и реагирования на психологически трудные, стрессовые, неопределенные ситуации, а также некоторая смена отношения личности руководителя при принятии им тех или иных управленческих решений.

В процессе развивающего консультирования руководителей специалист-психолог должен решить следующие задачи:

- активация внутренних ресурсов и рефлексивных процессов, мотивационного компонента, стремления к самосовершенствованию, а также самомотивация и самоактивация;
- использование предыдущего опыта для расширения знаний о своих собственных (внутренних) возможностях, индивидуально-психологических качествах и особенностях;
- совершенствование управленческих навыков, аналитического и прогностического мышления;
- расширение поведенческого реагирования (поведенческого репертуара) благодаря опоре на внутренние и внешние процессы;
- изменение способа анализа профессиональной информации за счет применения новых психотехник и психотехнологий.

Организация развивающего консультирования, как правило, состоит из программ, которые включают в себя различные модуль-сессии.

Как известно, любая психотерапевтическая сессия требует комплексного воздействия на человека, и, к сожалению, за одно занятие/упражнение избавиться от возникшей проблемы практически невозможно (однако в психотерапевтической практике существует ряд примеров, когда буквально за одно-два посещения психотерапевта клиент избавлялся от своих психологических проблем, но это исключение). Работа психолога с руководителями должна происходить в таком же ключе, и это необходимо обозначить сразу. Занятия с руководящим составом должно проходить комплексно, дозированно, точно, но эффективно. Не у всех руководителей есть психологическое образование, они имеют весьма приличный опыт, стаж службы и находятся в должности не один год. Но всем руководителям нужен быстрый результат! Этого требования они будут придерживаться и на психотерапевтических занятиях/упражнениях. Поэтому специалисту-психологу надо по результатам каждого психотерапевтического сеанса подводить итог, проще говоря – показывать результат. Результаты должны сохраняться, отражаться не только в памяти и умах, но и лучше всего на бумаге, фиксироваться в тетрадях, блокнотах обучающихся.

Что же касается позитивных внутриличностных изменений, то после каждого психотерапевтического занятия руководители (вначале психотерапевтических сессий при помощи специалиста-психолога) должны научиться отвечать на такие вопросы: «Что полезного я вынес с этого занятия?», «Чему я научился сегодня?», «Что бы я сделал иначе?», «За что я благодарен этому дню?» и т. п. Так руководитель сможет

выстроить некий мост между своим внутренним Я и внешними, происходящими событиями.

Благодаря раскрытию своего внутреннего Я, анализу прошлого опыта и научению нового происходит раскрытие потенциала руководителя, раскрываются навыки, умения, расширяются возможности.

Главное для участников тренинга – позитивное отношение к жизни, умение быть благодарным! Нельзя развиваться, открывать что-то новое, реализовывать себя, да и просто учиться чему-то новому, пребывая в негативном/отрицательном состоянии.

Рассмотрим полезное и интересное направление в психотерапевтической практике – упражнения на развитие лидерства. Быть лидером – одна из основных задач современного руководителя (менеджера). Существует огромное количество психопрактик, направленных на развитие таких качеств. С большей долей вероятности и с большой уверенностью можно утверждать, что лидером быть дано не каждому, многие понимают это и обращаются за специализированной помощью к специалисту-психологу, ведь в психологии сегодня имеется большой арсенал психотерапевтических, психокоррекционных техник, упражнений, направлений по развитию внутренних лидерских качеств/компонентов.

Личностный рост, лидерство зависят от внутренней мотивации человека, его стремления к самосовершенствованию. Но все же есть врожденные задатки, талант, как и ряд врожденных ограничений. Не стоит забывать и о том, что быть руководителем – непростая задача.

С целью развития лидерства можно использовать упражнения: «Диалог с внутренним критиком», «Дневник успеха», «Мнение окружающих», «Отражение в зеркале», «Ежедневный риск», «Принятие решений», «Ответственность за свои решения», «Свое мнение», «Сложный выбор», «Удовольствие в день», «Список препятствий», «Уверенность и напористость» и др.

Кроме психотерапевтических упражнений для работы с руководителями ОВД, не стоит забывать о психологическом сопровождении руководителей. Данный вид работы имеет свои особенности, особенно с управленцами силовых, ведомственных структур. Она требует от психолога несколько иных профессиональных знаний, требований, профессиональных умений и навыков. Следовательно, и психодиагностическая работа с руководителями ОВД должна иметь несколько иной вектор, чем работа специалиста-психолога с сотрудниками ОВД.

Психологическое сопровождение профессиональной успешности руководителя прежде всего направлено на реализацию внутреннего потенциала, развитие внутренних (интрапсихических) качеств, самосовершенствование управленческих навыков, развитие личности современного управленца, а также на обучение навыкам саморегуляции для преодоления стрессовых, психологически трудных, неопределенных ситуаций.

У руководителя должны преобладать те или иные индивидуально-психологические качества и черты личности, позволяющие успешно справляться с поставленными целями, решать задачи государственного масштаба. Но, кроме того, современного управленца характеризует осознанное принятие себя и соответствие занимаемой должности (должностного статуса/ранга).

Нельзя оставить без внимания и внутренние противоречия – некий дисбаланс, возникающий между расхождением внутренних убеждений с получаемыми указаниями/приказами руководства, которые практически постоянно присутствуют в деятельности современного управленца.

Итак, программа психологического сопровождения предназначена для совершенствования и развития профессиональной успешности руководителей органов

внутренних дел. Основная психологическая цель программы – сопровождение развития профессиональной успешности руководителей ОВД с использованием психодиагностических методик.

Одной из основных целей программы является подготовка кадрового резерва при помощи пилотажного психодиагностического исследования прогнозной деятельности будущих руководителей.

Главная задача программы – совершенствование профессиональных, личностных и деловых качеств руководителей ОВД.

Основные функции программы: когнитивная, эмоциональная, поведенческая, ценностно-мотивационная.

Программа включает содержательные модули «Профессиональный самоконтроль, саморегуляция и стрессоустойчивость руководителя ОВД», «Ценностно-мотивационная и правовая направленность, личностные и деловые качества руководителя ОВД».

Программа психологического (психодиагностического) сопровождения способствует повышению эффективности профессиональной деятельности, направлена на совершенствование личностных, индивидуально-психологических качеств, определяющих профессиональную успешность руководителей органов внутренних дел.

В завершение статьи можно сделать следующие выводы.

1. Основной целью программы развивающего консультирования является активация внутреннего состояния, ресурсов, рефлексивных процессов, профессионально-личностное самопознание и развитие, актуализация мотивационного компонента, стремление к самосовершенствованию, самомотивирование, перестройка управленческих решений и ряд других личностных изменений посредством активации интрапсихических и интерпсихических механизмов личности (современного руководителя). Иначе говоря, данная программа направлена на самоосознание, саморефлексию, на профессионально-личностное развитие руководителей территориальных органов МВД России на районном уровне.

2. Упражнения на развитие лидерства позволяют улучшить, научить и сформировать внутренние (мотивационные) компоненты психолого-управленческого и личностного потенциала современного управленца, а также приобрести навыки работы как со своим внутренним Я, так и с коллегами, подчиненными.

3. Предложенная программа психологического сопровождения профессиональной успешности руководителя ОВД нацелена на решение задачи подбора современных методов и средств психологической диагностики для изучения личностных, индивидуально-психологических качеств руководителей органов внутренних дел в процессе их психологического сопровождения.

Список литературы

1. Бурцев А. О., Ефимкина Н. В., Кудинов С. И., Позин А. И. Исследование самореализации сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации. Психология и право. 2021. Т. 11. № 1. С. 90–105.

2. Бурцев А. О., Дашко М. Н., Ефимкина Н. В. Исследование компонентов управленческого потенциала руководителей территориальных органов МВД России. Психология и право. 2020. Т. 10. № 1. С. 1–17.

3. Бурцев А. О., Поздняков В. М., Мальцева Т. В. Особенности субъективной витальности сотрудников МВД России, имеющих разный должностной статус. Психология и право. 2020. Т. 10. № 4. С. 33–50.

4. Бурцев А. О. Влияние стиля руководства на психологический климат организации (на примере служебных коллективов МВД России) / А. О. Бурцев,

Н. Н. Тавтилова // Прикладная юридическая психология. 2020. № 2 (51). С. 107–116. – DOI: 10.33463/2072-8336.2020.2(51).107–116.

5. Бурцев А. О. Некоторые психологические упражнения (техники) для повышения уровня субъективной витальности (на примере сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации) / А. О. Бурцев, Н. В. Ефимкина // Прикладная юридическая психология. 2019. № 4(49). С. 86–91. – DOI : 10.33463/2072-8336.2019.4(49).086-091.

6. Бурцев А. О. Краткий обзор литературы, посвященной развитию конструкта «толерантность к неопределенности» в отечественной психологической науке. В сборнике: Актуальные проблемы адаптации курсантов образовательных организаций МВД России к условиям профессиональной деятельности. Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. 2020. С. 72–74.

7. Бурцев А. О., Ефимкина Н. В., Киселева Л. Н. Влияние социально-психологического климата на успешность обучения курсантов образовательных организаций системы МВД России В сборнике: Искусственный интеллект (большие данные) на службе полиции. Сборник статей международной научно-практической конференции. Академия управления МВД России. 2020. С. 52–54.

8. Бурцев А. О., Ефимкина Н. В., Новосельская С. Р. Психологические методы восстановления и поддержания работоспособности у сотрудников органов внутренних дел. В сборнике: Стратегическое развитие системы МВД России: состояние, тенденции, перспективы. Сборник статей Международной научно-практической конференции. Ответственный за выпуск В. О. Лапин. 2019. С. 69–73.

9. Бурцев А. О., Ефимкина Н. В. Психологические аспекты организационно-штатных изменений в системе органов внутренних дел Российской Федерации // Прикладная юридическая психология. 2016. № 4. С. 109–112.

10. Burtsev A .O., Kolesov V. I., Yakovleva E. V., Shevchenko N. N., Shevchenko V. I., Mikhalev V. N., Kechil D .I. Organization of teacher training in the context of a competency-based approach in modern education conditions. Bioscience Biotechnology Research Communications. 2020. T. 13. № S9. С. 45–49.