

*Подкина А.С., Юшкевич П.С. Психологическая реабилитация сотрудников Следственного комитета Российской Федерации посредством самбо // Академия педагогических идей «Новация». Серия: Студенческий научный вестник. – 2019. – №5 (май). – АРТ 413-эл. – 0,2 п.л. - URL: <http://akademnova.ru/page/875550>*

**РУБРИКА: ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

**УДК 796.814**

**Подкина Анна Сергеевна**  
**Юшкевич Полина Сергеевна**

студентки 1 курса, факультет подготовки специалистов юридического  
института

*Научный руководитель:* Рогожников М. А., к.п.н., доцент кафедры  
физической и специальной подготовки  
ФГКОУ ВО «Санкт-Петербургская академия Следственного комитета  
Российской Федерации»  
г. Санкт-Петербург, Российская Федерация  
e-mail: [vvp@podkin.ru](mailto:vvp@podkin.ru)

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ СОТРУДНИКОВ  
СЛЕДСТВЕННОГО КОМИТЕТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ПОСРЕДСТВОМ САМБО**

*Аннотация:* В данной статье я бы хотела обратить внимание на проблему психологического выгорания сотрудников Следственного комитета Российской Федерации. Возможным способом психологической реабилитации следователей я представляю один из видов вольной борьбы – самбо.

*Ключевые слова:* сотрудник Следственного комитета РФ, самбо, вольная борьба, профессиональное выгорание

**Podkina Anna**  
**Yushkevich Polina**

1st year students, faculty of specialist training of Law Institute  
Supervisor: M. Rogozhnikov, PhD, Associate Professor of the Department of  
Physical and Special Training  
FGKOU VO "St. Petersburg Academy of the Investigative Committee of the  
Russian Federation"  
St. Petersburg, Russian Federation  
e-mail: [vvp@podkin.ru](mailto:vvp@podkin.ru)

## **PSYCHOLOGICAL REHABILITATION OF EMPLOYEES OF THE INVESTIGATIVE COMMITTEE OF THE RUSSIAN FEDERATION THROUGH SAMBO**

*Abstract:* In this article I would like to draw attention to the problem of professional burnout of the staff of the Investigative Committee of the Russian Federation. A possible way of psychological rehabilitation of investigators I present one of the types of freestyle wrestling – sambo.

*Keywords:* officer of the Investigative Committee of the Russian Federation, sambo, freestyle wrestling, professional burnout

Работа сотрудников Следственного комитета Российской Федерации напрямую связана с общением с разными типами людей, сопровождается постоянным эмоциональным напряжением и огромной ответственностью, которую следователь чувствует, принимая любое решение в рамках своей профессиональной деятельности. Это приводит к наибольшей опасности развития у сотрудников Следственного комитета синдрома эмоционального выгорания (англ. burnout). Под синдромом эмоционального выгорания (сокращенно СЭВ) психологи понимают патологический процесс, который

характеризуется эмоциональным, психическим и физическим истощением организма. Это приводит к тому, что сотрудник Следственного комитета становится безразличным к своим профессиональным обязанностям, проблемам людей, которые приходят к следователю именно за помощью и поддержкой, углубляется в самого себя, в результате чего портит отношения с коллегами и начальниками. Следователь с синдромом эмоционального выгорания считает самого себя профессионально несостоятельным, чувствует неудовлетворение от проделываемой им работы. Результатом СЭВ становится увольнение такого сотрудника либо по собственному желанию, либо по причине небрежного выполнения своих обязанностей, жалобам коллег и потерпевших. Таким образом, чтобы избежать большой сменяемости кадров и оградить сотрудников Следственного комитета от синдрома эмоционального выгорания необходимо продумать программу психологической реабилитации следователей.

Под психологической реабилитацией понимают такие мероприятия, которые помогают справиться с психологической нагрузкой, восстановить нарушенные психические функции, избавиться от неуверенности в себе, переживаний, тревоги по поводу неудовлетворенности в себе и своей профессиональной деятельности. Так, психологическая реабилитация является необходимой частью работы сотрудника Следственного комитета Российской Федерации, помогающей справиться с синдромом эмоционального выгорания и преодолеть трудности деятельности следователя.

Но как правильно составить программу психологической реабилитации следователей, какие мероприятия в нее включить? Экспериментально доказано, что наиболее эффективными способами преодоления эмоционального выгорания является занятия различными

видами спорта. Стоит отметить, что сотрудники Следственного комитета постоянно находятся в состоянии эмоционального напряжения, поэтому необходимо подобрать такой вид спорта, который будет, в первую очередь, давать выход агрессии следователя, чтобы избежать неправомерного и недолжного поведения с потерпевшими, подозреваемыми и коллегами, а также улучшать профессиональные показатели следователей. По моему мнению, таким видом спорта является самбо.

Самбо – советский, но в наше время уже международный вид спортивного единоборства, а также комплексная система самозащиты. Самбо является не просто видом спорта, а системой воспитания, которая зародилась в Советском Союзе. Тогда молодому государству требовался социальный институт, который будет помогать в воспитании молодого поколения, обучать его противостоять преступлениям. И самбо стал этим социальным институтом, который объединил в себе традиции многих социалистических республик и других стран в сфере единоборств: кулачный бой, русская, грузинская, татарская, армянская, казахская, узбекская борьба; финско-французская, вольно-американская, английская борьба ланкаширского и кемберлендского стилей, швейцарское, японское дзюдо и сумо и других видов единоборств. С помощью этого самбо впитало в себя и самые главные ценности вольной борьбы, создав свою собственную философию, которая помогает развить морально-нравственные качества, стойкость и выносливость, понимание, как правильно постоять за себя, за свою семью, за свою Родину.

С момента внедрения самбо в реалии Советского Союза, его активно использовали в работе кадров спецподразделений. В эмоциональном плане профессиональная деятельность сотрудников НКВД СССР и современного Следственного комитета России очень похожа, так как связана с

постоянным стрессом и агрессией. Поэтому, по моему мнению, опыт использования самбо при психологической реабилитации сотрудников органов обеспечения правопорядка может быть использован в современных реалиях.

С эмоциональной точки зрения наибольшим интересом является не спортивное самбо, а именно самбо как самозащита, то есть боевое самбо. Оно отличается большей ударной техникой, так как изначально было разработано именно для спецслужб Советского Союза, чтобы можно было быстро и технично обезоружить преступника без применения оружия, не причиняя ему тяжелых телесных повреждений и травм. По моему мнению, обучение данной технике сотрудников Следственного комитета поможет выбрасывать нарабатываемую агрессию во время спарринга, снимать стресс. С другой стороны, обучение боевому самбо поможет следователю более уверенно чувствовать себя во время выполнения своих трудовых обязанностей. Он будет понимать, что в экстренной ситуации сможет обезоружить преступника благодаря правильным ударам, при этом не получив проблем на работе в результате причинения слишком тяжелых травм или даже смерти. И, конечно, самбо, как и другие виды спорта, помогает усовершенствовать физическую подготовку кадров Следственного комитета, что также увеличивает трудоспособность следователей, помогает меньше уставать при выполнении трудовых обязанностей.

Также я хотела обратить внимание на то, что самбо как способ психологической реабилитации уже несколько лет вновь используют в таких ведомствах, как МВД, ФСБ, ГРУ, что также можно использовать при внедрении самбо в молодой институт обеспечения правопорядка – Следственный комитет.

Таким образом, по моему мнению, самбо необходимо сделать обязательным мероприятием психологической реабилитации сотрудников Следственного комитета. Для этого я вижу необходимым оборудовать при зданиях следственных управлений на территории Российской Федерации залов для занятий самбо и обучить действующих сотрудников необходимым техникам и правилам ведения спарринга. Для отслеживания результатов интересным было бы проводить соревнования по боевому и спортивному самбо среди сотрудников Следственного комитета Российской Федерации.

#### **Список использованной литературы:**

1. Афолина И. П. Педагогическая оценка эффективности применения специально-подготовительных упражнений в самбо // Известия ТулГУ. Гуманитарные науки. 2011. №1. С. 497-501.
2. Федоров Сергей Леонидович Структура и модельные характеристики технико-тактической подготовленности спортсменов занимающихся борьбой самбо // Ученые записки университета Лесгафта. 2008. №12. С. 86-90.
3. Усков С.В., Гладников А.В. Применение приёмов борьбы самбо в служебной подготовке курсантов ВУЗов МВД России // Инновационная наука. 2015. №3. С. 124-127.
4. Официальный сайт Всероссийской Федерации самбо Российской Федерации [Интернет-ресурс]. URL: <http://sambo.ru/sambo/> (дата обращения: 11.05.2019).

*Дата поступления в редакцию: 12.05.2019 г.*

*Опубликовано: 13.05.2019 г.*

*© Академия педагогических идей «Новация». Серия «Студенческий научный вестник»,  
электронный журнал, 2019*

*© Подкина А.С., Юшкевич П.С., 2019*