

РЕФЕРАТ МАГИСТЕРСКОЙ ДИССЕРТАЦИИ

Работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка использованной литературы в количестве 87 источников, 3 приложений. Текст работы изложен на 116 страницах и проиллюстрирован 13 рисунками, 7 таблицами.

Цель исследования: изучить особенности стрессоустойчивости сотрудников органов внутренних дел, теоретически обосновать, разработать и проверить эффективность психологической программы, направленной на повышение уровня стрессоустойчивости данных сотрудников.

Объект исследования: особенности стрессоустойчивости сотрудников органов внутренних дел.

Предмет исследования: психологическая программа коррекции профессионального стресса сотрудников органов внутренних дел.

Гипотезой исследования послужило предположение о том, что стрессоустойчивость сотрудников органов внутренних дел может быть повышена при условии использования разработанной нами программы тренинга, направленного на:

1. Повышение осознанности граней-Я.
2. Переход психоэмоционального состояние напряжения в состояние покоя.
3. Доминирование ориентации на бытийные ценности в структуре личности.

Для проверки гипотезы и решения поставленных задач были использованы следующие **методы исследования:**

- теоретические: анализ психологической, научно-методической литературы по проблеме исследования, планирование;
- эмпирические: психодиагностические методы, методы количественного и качественного анализа полученных экспериментальных данных.

Полученные результаты и их новизна. Результаты исследования позволяют расширить и углубить научные представления о факторах, влияющих на формирование профессионального стресса, что может быть положено в основу психопрофилактической и психокоррекционной работы с сотрудниками органов внутренних дел.

Практическая значимость исследования состоит в том, что полученные результаты могут быть использованы руководителями и психологами органов МВД России для снижения рисков нанесения вреда профессиональным стрессом.

ABSTRACT

The work consists of introduction, three chapters, conclusion, list of references. The text of the dissertation is presented on 116 pages, illustrated by 13 figures, 7 tables.

The bibliographic list includes 87 sources.

The purpose of the study: to study the features of stress resistance of employees of internal Affairs bodies, to theoretically justify, develop and test the effectiveness of a psychological program aimed at increasing the level of stress resistance of these employees.

Object of research: features of stress resistance of employees of internal Affairs bodies.

Subject of research: psychological program for correction of professional stress of employees of internal Affairs bodies.

The hypothesis of the study was the assumption that the stress tolerance of employees of internal Affairs bodies can be increased if we use the training program developed by us, aimed at:

1. Increasing awareness of the facets-Self.
2. Transition of a psychoemotional state of tension to a state of rest.
3. the Dominance of orientation to existential values in the personality structure.

The following research methods **were used** to test the hypothesis and solve the tasks set:

- theoretical: analysis of psychological, scientific and methodological literature on the problem of research, planning;
- empirical: psychodiagnostic methods, methods of quantitative and qualitative analysis of the obtained experimental data.

The results obtained and their novelty. The results of the study allow us to expand and deepen the scientific understanding of the factors that influence the formation of professional stress, which can be used as the basis for

psychoprophylactic and psychocorrective work with employees of internal Affairs bodies.

The practical significance of the study is that the results obtained can be used by managers and psychologists of the Ministry of internal Affairs of Russia to reduce the risk of harm caused by professional stress.