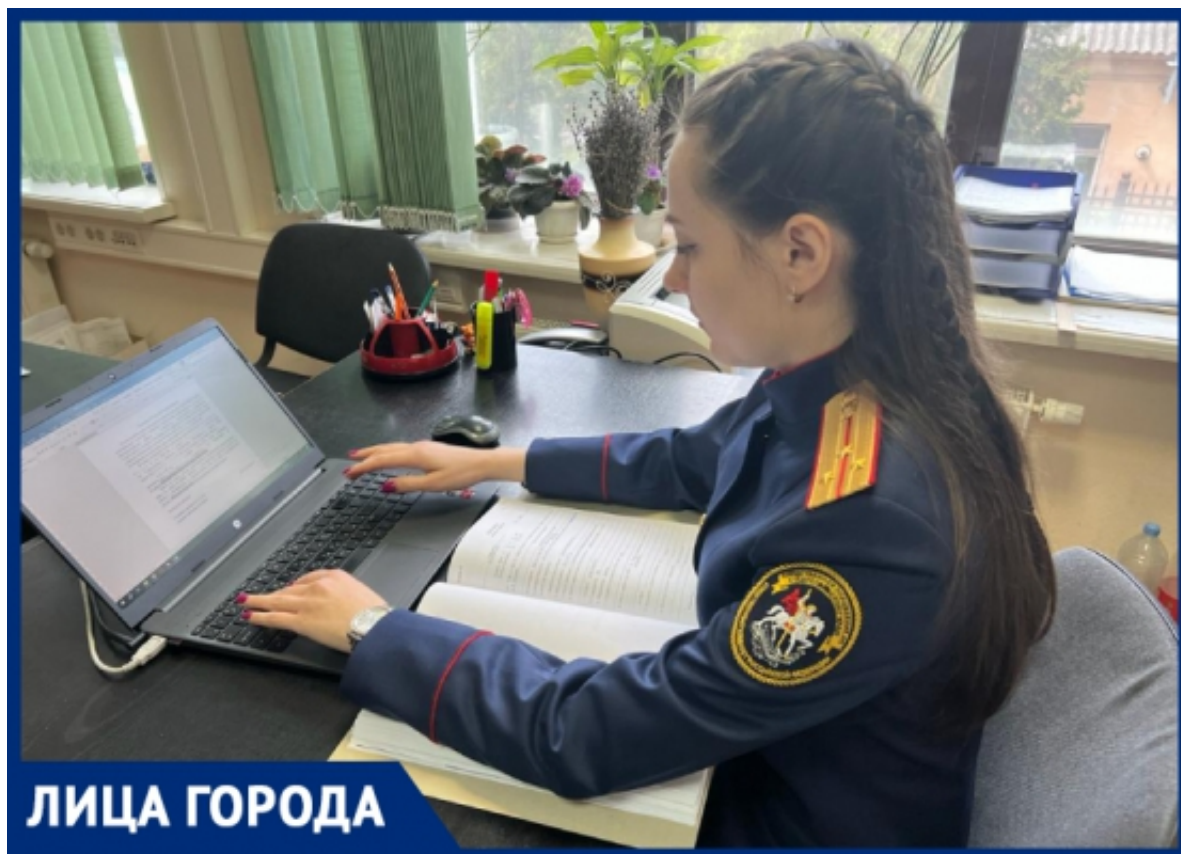




Официальный сайт

Следственное управление
Следственного комитета Российской Федерации
по Ставропольскому краю

"Не надо искать себе оправдания": 27-летняя следователь из Ставрополя о пути в органах и стрессе на работе



В этот день, 25 июля, по всей России отмечают профессиональный праздник сотрудники органов следствия. Как проходит каждый день правоохранителя и что самое запоминающееся для него - рассказала 27-летняя Ксения Невдахина, старший следователь Промышленного района города Ставрополя.

Героиня публикации родилась в селе Большая Джалга Ипатовского округа Ставрополья. Детство Ксении было беззаботным и счастливым, она вспоминает, что с родственниками и старшим братом ездили на рыбалку, катались на велосипедах и любили проводить время вместе.



- Помню, как папа учил меня кататься на лошадях и варить уху на костре, а с мамой мы учили стихи и читали книги. В нашей семье есть традиции, например, на день рождения мамы и папы мы обязательно собираемся все вместе, несмотря на расстояние и трудности. Сейчас у меня есть своя семья, и мы с мужем берем пример с моих родителей, которые прожили вместе 33 года в любви, согласии и доверии. Моя работа непростая и требует много сил и времени. Поддержка и понимание со стороны семьи помогают мне пережить трудности, а любовь и забота дают новые силы для достижения поставленных целей, за что я им очень благодарна, - отмечает ставропольчанка.

- Как вы оказались в профессии? Шли ли вы к этому с детства или это случайный поворот событий? И почему именно следственный комитет?

- С выбором профессией я пыталась определиться на протяжении большого количества времени. Металась между журналистикой и юриспруденцией, были интересны именно эти сферы. В итоге, взвесив все "за" и "против", я все-таки остановилась на юриспруденции, поэтому решила поступать в Саратовскую государственную юридическую академию. Однако передо мной встал другой вопрос - кем я себя вижу через 5 лет? Юристом, следователем, адвокатом, сотрудником прокуратуры? Чтобы ответить себе, я посмотрела документальные фильмы, пообщалась с действующими сотрудниками правоохранительных органов и студентами юридических вузов, изучила соответствующую литературу. После точно для себя решила, что, работая следователем следственного комитета, я смогу полностью реализовать себя в работе. Для меня важна помощь людям в поиске правды и справедливости. Плюс мой труд требует смекалки, коммуникабельности и психологической подкованности.

- Как долго вы следователь? Что за этот период стало самым запоминающимся?

- С 2018 года. Самым запоминающимся для меня был первый день работы. Тогда я, еще вчера студентка академии, но уже - следователь следственного отдела по Промышленному району города Ставрополя, пришла и осознала, какую ответственность теперь несу. Скажу честно, боялась не справиться с работой, переживала, что подведу руководство, людей, который пришли ко мне за помощью, допущу ошибку и дам преступнику уйти от ответственности. Но вот прошло 5 лет, и теперь я каждый день прихожу на работу без единой доли сомнения или страха, с четким пониманием того, что и как мне нужно сделать. Хочу посоветовать молодым следователям, которые только устроились на работу - главное не бояться и верить в себя!

- Как вы относитесь к тому, что многие люди не доверяют правоохранительным



органам или боятся их? С чем это может быть связано?

- Возможно, это связано с какими-то стереотипами, других причин я не вижу. Наша работа призвана помогать людям, добиваться правды, бороться с преступностью.

- С какими трудностями вы сталкиваетесь в работе и что является самым интересным?

- Правильное общение. Нужно понимать, что люди, с которыми мы работаем, имеют свои процессуальные статусы - подозреваемый, свидетель, потерпевший, защитник и другие, и отсюда уже преследуют свои интересы - кто-то хочет добиться максимального наказания, а кто-то - вообще избежать его. В связи с этим у следователя могут возникать различные трудности в работе. Главное - сохранять уверенность и настойчивость, попытаться найти подход, но при этом четко выполнять свои обязанности и правильно настроить следственную работу.

- Как выглядит ваш день? Как проходит день на работе?

- Мой день выглядит довольно обычно. Подъем в 5:30 - я люблю приезжать заранее на работу. За 5 лет я поняла, что утром мне работается лучше, чем вечером. Поэтому какие-то важные дела, требующие моего особого внимания, я оставляю на утро. Затем рабочий процесс - работа с людьми, документами, проведение следственных и иных процессуальных действий и т.д. В обед я стараюсь дать себе 10-15 минут тишины для того, чтобы отдохнуть, набраться сил, переключить свое внимание. На работе бывает всякое, поэтому приходится задерживаться допоздна или работать в выходные. Однако я стараюсь правильно организовать свою работу, чтобы такой необходимости не было. Следователю нужно уделять время для отдыха и досуга, времяпровождения со своей семьей или друзьями, занятия любимым делом. Такая разгрузка переключает внимание, дает время набраться сил, посмотреть на вещи другим, свежим взглядом.

- Много ли у вас времени для отдыха?

- Честно говоря, время для отдыха крайне мало. Следователь должен быть наготове 24 часа с суток, поскольку мы должны незамедлительно реагировать на сообщения о преступлении, проводить неотложные следственные действия, и так далее. Однако, как я сказала выше, отдых - важная составляющая нашей жизни. Есть выражение "умеешь хорошо работать - умей хорошо отдыхать". Мы затрачиваем много энергии на работе, следовательно, ее нужно откуда-



Официальный сайт

Следственное управление
Следственного комитета Российской Федерации
по Ставропольскому краю

то черпать и восполнять силы. Поэтому я стараюсь с пользой провести свой отдых - провести время с близкими людьми, переделать домашние, бытовые дела, заняться любимыми увлечениями.

[Читать "Блокнот Ставрополь"](#)

- Если бы вам сейчас предложили более высокооплачиваемую работу, как бы вы поступили?

- Я бы отказалась, поскольку уже определилась с профессией и ни разу об этом не пожалела.

- Как ваша семья относится к тому, что вы работаете в органах? (работа довольно опасная, предостерегают ли как-то, может, дают советы)

- Семья меня поддерживает и понимает, поскольку знает, что именно эта работа очень важна для меня. Конечно, все переживают, но они приняли мой выбор, поэтому всячески меня поддерживают в трудные минуты, радуются моим успехам, дают советы, относятся снисходительно, если у меня не получается уделить им время. Поддержка и понимание очень важны для любого человека.

- Какой главный жизненный урок вы вынесли за все время работы в органах?

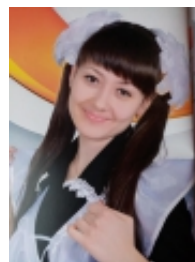
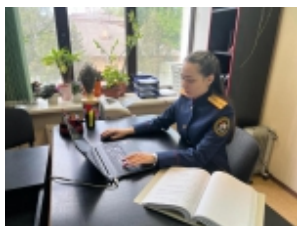
- Главное - ничего не бояться, верить в себя, быть целеустремленным и трудолюбивым. При этом не стоит забывать про саморазвитие - это тоже важная составляющая в жизни! Не стоит ограничивать себя в знаниях, находить себе разные оправдания, при любой возможности, всегда и везде обязательно стоит уделять время для изучения чего-то нового! И еще, залог хорошей жизни - хорошие привычки! Занятие спортом, здоровый образ жизни, чтение помогут измениться к лучшему!

Изображения



Официальный сайт

Следственное управление
Следственного комитета Российской Федерации
по Ставропольскому краю



25 Июля 2023

Адрес страницы: <https://stavropol.sledcom.ru/Interview/item/1813053>