

**К ВОПРОСУ О ПРИЧИНАХ ПОПУЛЯРНОСТИ КОФЕ  
СРЕДИ СОТРУДНИКОВ ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ**  
**On the question of the reasons for the popularity of coffee among law enforcement officers**

**В. В. Реутов**, курсант  
Уральский юридический институт МВД России  
(Екатеринбург, ул. Корепина, 66)

*Научный руководитель:* Д. Н. Багрецов, кандидат филологических наук,  
Уральский юридический институт МВД России

*Рецензент:* О. Л. Альтшулер-Феррейра, преподаватель кафедры иностранных языков  
Уральский юридический институт МВД России

**Аннотация**

Кофе – один из самых популярных горячих напитков в мире. Почти треть населения земного шара пьет кофе. Граждане часто встречаются в кафе или кофейнях для кофе-брейка в середине утра или прекращают работу во второй половине дня, чтобы выпить кофе.

Ежегодно производится около 7 миллионов тонн кофе. Бразилия на сегодняшний день является крупнейшим в мире производителем кофе. Около трети мирового производства приходится на эту южноамериканскую страну. Другие страны-производители кофе - Вьетнам, Индонезия и Колумбия.

Статья посвящена анализу популярности данного напитка среди сотрудников силовых структур, в частности МВД.

**Ключевые слова:** кофе, правоохранительные органы, профессиональные риски.

**Summary**

Coffee is one of the most popular hot drinks in the world. Almost a third of the world's population drinks coffee. Citizens often meet at cafes or coffee shops for a coffee break in the mid-morning or stop work in the afternoon to drink coffee. About 7 million tons of coffee are produced annually. Brazil is by far the world's largest coffee producer. About a third of world production comes from this South American country. Other coffee producing countries are Vietnam, Indonesia and Colombia. The article is devoted to the analysis of the popularity of this drink among employees of law enforcement agencies, in particular the Ministry of Internal Affairs.

**Keywords:** coffee, law enforcement agencies, professional risks.

В современном мире кофе стал одним из самых популярных напитков, особенно среди сотрудников правоохранительных органов. Несмотря на строгие требования и большую ответственность своей работы, эти люди предпочитают начинать свой рабочий день с чашки ароматного кофе. Причины такой популярности могут быть разнообразными - от физического стимулирования до социальной функции этого напитка.

Во-первых, кофе обладает тонизирующим эффектом благодаря содержанию кофеина. Это вещество стимулирует центральную нервную систему и повышает уровень бодрости, что особенно важно для сотрудников правоохранительных органов, которые работают в условиях повышенной нагрузки и часто испытывают усталость. Кофе помогает им поддерживать необходимую активность и концентрацию на протяжении рабочего дня.

Во-вторых, кофе играет социальную роль в коллективе правоохранительных органов. Чашка кофе может служить предлогом для общения и создания дружественной атмосферы между коллегами. В перерывах между заданиями или на обеденном перерыве сотрудники могут провести время за чашкой кофе, обсудить текущие дела или просто пообщаться и отвлечься от рабочих забот. Такое общение способствует укреплению командного духа и повышает эффективность работы всей группы.

Таким образом, популярность кофе среди сотрудников правоохранительных органов объясняется как его физическими характеристиками, так и его социальной функцией. Он помогает им сохранять бодрость и концентрацию в течение рабочего дня, а также способствует созданию благоприятной атмосферы в коллективе. Данный феномен является интересным объектом изучения для понимания потребностей и предпочтений данной профессиональной группы.

### ***История появления кофе***

Кофе - напиток из жареных и перемолотых зёрен кофейного дерева или куста. История кофе охватывает несколько периодов. Она берёт начало с древнейших времен и уходит корнями в первые цивилизации Ближнего Востока, хотя происхождение кофе до сих пор остаётся неясным.

Считается, что эфиопские предки народов оромо первыми заметили бодрящий эффект кофе. Однако никаких прямых доказательств на этот счёт нет, не сохранилось и свидетельств о том, где в Африке произрастал кофе или кто среди африканцев мог знать о существовании кофе раньше XVII века. Согласно широко распространённой легенде, первооткрывателем уникальных свойств кофейного дерева стал эфиопский пастух Калдим приблизительно в 850 году. Позднее возникновение данной легенды (1671 год) и отсутствие свидетельств самого Калдима заставляют ряд исследователей предполагать, что легенда недостоверна. Из Эфиопии кофе распространился в Египет и Йемен. Наиболее ранние свидетельства употребления кофе относятся к середине XV века в суфийских монастырях Йемена. Из Эфиопии кофейный напиток распространился по всему Ближнему и Среднему Востоку. К XIX веку кофе широко распространился в Италии, Индонезии и Америке. Первоначально (около 1200 года) кофе готовился как отвар из высушенной оболочки кофейных зёрен. Затем возникает идея об обжаривании этой оболочки на углях. Обжаренную кожуру и небольшое количество серебристой шкурки засыпали на полчаса в кипящую воду. В настоящее время насчитывается более ста сортов кофе. Высшие сорта кофе отличаются крепким настоем и ароматом. В Европе он чрезвычайно ценился до XVIII века. Позже кофе отнесли к числу вредных напитков, и только в XX веке кофе снова стал популярен. По месту произрастания кофе делят на три группы: американский, африканский и азиатский

### ***Типы кофе***

В зависимости от способа приготовления кофейного напитка, необходимо приобретать разные типы кофе. В продаже можно встретить:

Кофе в зёрнах. Этот вариант является самым лучшим, так как кофе в зёрнах полностью донесет до вас свой вкус и аромат. Единственная сложность - для приготовления напитка вам понадобится профессиональная кофемолка со встроенной кофемолкой. Желательно наличие у кофемолки нескольких степеней помола, это позволит разнообразить ваше кофейное меню. Если вы пользуетесь обычной капельной кофеваркой, то отдельно следует приобрести кофемолку, которая сумеет помолоть зёрна качественно, без потери аромата.

Кофе молотый. Этот вариант кофе удобен и для кофе-машин, и для кофеварок, и для ручного приготовления кофе в турке. Важно учесть степень помола, так как разная кофейная техника диктует к кофейной гуще собственные требования.

Кофе растворимый. Это самый низкий уровень качества кофе. Настоящие кофеманы считают, что растворимый кофе нельзя относить к славному кофейному семейству, этот напиток стоит особняком. Единственное преимущество такого кофе - низкая цена.

### ***ГОСТ на кофе***

Натуральный растворимый кофе должен соответствовать требованиям настоящего стандарта и изготавливаться по технологической инструкции и рецептурам с соблюдением санитарных норм и правил, утвержденных в установленном порядке.

Натуральный растворимый кофе подразделяют на следующие типы:

- порошкообразный;
- гранулированный;
- сублимированный.

По органолептическим показателям натуральный растворимый кофе должен соответствовать требованиям, указанным в таблице 1.

## ГОСТ на органолептические характеристики натурального растворимого кофе

Наименование показателя	Характеристика типов натурального растворимого кофе			Метод анализа
	порошкообразного	гранулированного	сублимированного	
Внешний вид	Мелкодисперсный, хорошо сыпучий порошок, без комков.	Хрупкие агломерированные частицы различных форм и размеров, с пористой структурой.	Частицы плотной структуры различных форм и размеров, с гладкой или слегка шероховатой поверхностью.	По 5.3
		Допускается наличие разрушенных до мелкодисперсного порошка гранул или частиц.		
Цвет	От светло- до тёмно-коричневого, однородный по интенсивности.			По 5.3
	Допускается неоднородность по интенсивности.			
Вкус и аромат	Выраженные, с различными оттенками, свойствами данному продукту. Не допускаются посторонние привкус и запах.			По 5.3

### ***Специфика работы полицейского***

Специфика работы полицейского включает в себя высокий уровень стресса, постоянную готовность к действию и необходимость принимать важные решения в сложных ситуациях. В связи с этим, неудивительно, что многие сотрудники правоохранительных органов предпочитают употреблять кофе.

Первоначально кофе дает полицейскому необходимый энергетический заряд для выполнения своих обязанностей. Работа полиции часто связана с ночными сменами, дежурствами и длительными периодами отсутствия сна. Кофе помогает оставаться бодрым и внимательным, предотвращает усталость и способствует повышению концентрации внимания. Благодаря кофе, полицейские могут лучше контролировать ситуацию и принимать решения в критических моментах.

Кроме того, кофе является неотъемлемой частью социализации во многих правоохранительных органах. Кофейные паузы и разговоры во время перерывов стали традицией, которая способствует укреплению дружеских отношений между коллегами. Общение в неформальной обстановке помогает снять напряжение и укреплять командный дух [1], что особенно важно в работе правоохранительных органов.

Важно отметить, что кофе также играет роль стимулятора в моменты, когда полицейским требуется быстрая реакция и высокая физическая активность. Ежедневная физическая тренировка является неотъемлемой частью работы полиции, и кофе помогает подготовить организм к нагрузке. Кофеин, содержащийся в напитке, стимулирует выработку адреналина, что улучшает физическую выносливость и повышает эффективность тренировок.

Также следует отметить, что причина популярности кофе среди сотрудников правоохранительных органов может быть связана с его расслабляющим эффектом. Работа полиции нередко сопряжена с обращением с насилием, травмами и другими стрессовыми ситуациями. Очень важно, чтобы полицейские имели возможность расслабиться и обрести внутреннюю гармонию после сложных и травмирующих эмоциональных переживаний. Кофе помогает снять напряжение и создает ощущение уюта и комфорта.

В заключение отметим, что высокая популярность кофе среди сотрудников правоохранительных органов обусловлена его энергетическими, стимулирующими и расслабляющими свойствами. Кофе помогает полицейским быть более эффективными и бодрыми во время выполнения своих обязанностей. Кроме того, кофейные паузы способствуют общению и укреплению коллегияльных отношений. Важно отметить, что употребление кофе должно быть умеренным и не вредить здоровью полицейских.

### ***Предпосылки к повышению качества работы за счет употребления кофе***

Употребление кофе является одной из причин популярности этого напитка среди сотрудников правоохранительных органов. Кофе содержит кофеин, который стимулирует нервную систему, повышает бодрость и улучшает концентрацию внимания. Таким образом, употребление кофе может значительно повысить качество работы сотрудников правоохранительных органов.

Одним из основных факторов, обуславливающих необходимость повышения качества работы сотрудников правоохранительных органов, является особая природа их профессии. Служба в правоохранительных органах требует постоянного присутствия на рабочем месте, а также быстрого и правильного принятия решений. В связи с этим, сотрудники органов правопорядка должны быть максимально внимательны и готовы к действию в любое время суток.

Кофе, благодаря содержанию кофеина, способен повысить бодрость и улучшить концентрацию внимания. Множество исследований показывают, что кофеин улучшает когнитивные функции, такие как память, внимание и реакция. Это может быть особенно полезно для сотрудников

полицей, которые часто сталкиваются с ситуациями, требующими быстрого и точного принятия решений.

Кроме того, кофе способен повлиять на эмоциональное состояние сотрудников. Большинство людей испытывает положительные эмоции при употреблении кофе. Кофе активирует центры удовольствия в мозге, повышает уровень эндорфинов - гормонов радости, что способствует повышению настроения и улучшению общего состояния.

Необходимо отметить, что предпосылки к повышению качества работы за счет употребления кофе не ограничиваются только его стимулирующими свойствами. Кофе является одним из социально значимых и принятых во многих культурах напитков. Пить кофе вместе с коллегами на работе – традиция, которая способствует формированию единства коллектива, укреплению коллегиальных отношений и повышению производительности. Однако следует помнить, что чрезмерное употребление кофе может привести к передозировке. Она сопровождается неприятными симптомами: выраженное сердцебиение; повышенное потоотделение; беспокойство; тревожность; дезориентация; иногда галлюцинации. Средств домашней помощи не существует. При выраженных симптомах лучше обратиться к врачу. Дезориентация и галлюцинации с большей вероятностью возникнут из-за неправильного приёма таблеток и БАДов с кофеином, чем от кофе. Оно оказывает стимулирующее воздействие на нервную систему, но лишь на какое-то время. Полчаса бодрости могут смениться вялостью, апатией и раздражительностью.

Таким образом, предпосылки к повышению качества работы за счет употребления кофе включают его стимулирующие свойства, способность улучшать концентрацию внимания, повышать настроение, а также создавать положительную атмосферу в коллективе. В сочетании с другими мерами по улучшению условий работы, употребление кофе может значительно повысить эффективность и результативность деятельности сотрудников правоохранительных органов.

### ***Выводы***

Таким образом, причины популярности кофе среди сотрудников правоохранительных органов можно объяснить несколькими факторами. Во-первых, кофе является стимулирующим напитком, способствующим повышению энергии и бодрости. Работа в правоохранительных органах требует постоянной готовности к действию и быстрому принятию решений, поэтому сотрудники часто ощущают необходимость в энергетическом поддержании. Кофе благодаря содержащейся в нем кофеину помогает им сохранять концентрацию и устранять усталость [2, 3].

Во-вторых, кофе является социальным напитком, который способствует созданию дружелюбной и теплой атмосферы. В правоохранительных органах, где сотрудники часто сталкиваются с трудностями и стрессом, важно иметь возможность отдохнуть и пообщаться с коллегами. Кофейные перерывы дают возможность сотрудникам провести время вне рабочих обязанностей, пообщаться друг с другом и поделиться своими мыслями и эмоциями. Это помогает укрепить коллектив и создать командный дух.

Кроме того, кофе предлагает некоторые физические и психологические выгоды. Исследования показали, что употребление кофе может снижать риск развития некоторых заболеваний, включая болезни сердца и некоторые виды рака. Кофеин также имеет стимулирующий эффект на центральную нервную систему, что способствует повышению настроения и энергии. Поэтому для сотрудников правоохранительных органов, которые сталкиваются с частыми стрессовыми ситуациями и переживаниями, кофе может быть полезным средством для улучшения общего самочувствия и психологической устойчивости [5, 6, 7].

Наконец, психологический аспект также играет важную роль в популярности кофе среди сотрудников правоохранительных органов. Напиток ассоциируется с работой и долгими часами,

проведенными в служебном режиме. Для многих сотрудников правоохранительных органов кофе стал символом отваги, решительности и преданности своей профессии. Его употребление может стать ритуалом, который помогает им морально подготовиться к сложным задачам и справиться с ними. Таким образом, кофе стал частью идентичности правоохранительных органов и способствует укреплению их профессиональной групповой принадлежности.

В целом, популярность кофе среди сотрудников правоохранительных органов можно объяснить его стимулирующими свойствами, социальными аспектами, физическими и психологическими выгодами, а также психологической значимостью, которую он приобрел в профессиональной среде. Понимание этих причин может помочь улучшить рабочую атмосферу, поддерживать здоровье и повышать эффективность сотрудников правоохранительных органов.

### Библиографический список

1. Заяц Д. В., Петрова А. С., Ткаченко Т. Х. Трансформация региональной структуры мирового рынка кофе (в конце XX – начале XXI в.) [Электронный ресурс] // Вестник Московского университета. Серия 5: География. 2023. № 5. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/transformatsiya-regionalnoy-struktury-mirovogo-rynka-kofe-v-kontse-xx-nachale-xxi-v> (дата обращения: 29.06.2024).
2. Серебряник И. А., Золотухина Д. М. Мировой рынок кофе: базовые понятия // Theoretical & Applied Science. 2015. № 11. С. 23-25.
3. Могильный М. П., Галюкова М. К. Использование напитков из кофе в здоровом питании [Электронный ресурс] // Новые технологии. 2013. № 1. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-napitkov-iz-kofe-v-zdorovom-pitanii> (дата обращения: 29.06.2024).
4. Clifford M. N. Chlorogenic acids and other cinnamates-nature, occurrence, dietary burden, absorption and metabolism // J. Ace. Food Agric. 2000. Vol. 80. P. 1033-1043.
5. Ефимова Е. Н. Кофе-лекарство или яд. М.: АСТ, 2005. 126 с.
6. Кофе: подробно и со вкусом. / Я. И. Яшин и др. М.: Транс Лит, 2011. 232 с.
7. Кофе – глоток бодрости. М.: Эксмо, 2008. 64 с.