

## РОЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ В ВООРУЖЕННЫХ СИЛАХ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

### THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN THE ARMED FORCES RUSSIAN FEDERATION

**A. Ziatina**

*Summary.* Much attention in this work is paid to the importance of studying the psychological well-being of servicemen of the Russian army. The article emphasizes the increasing requirements for moral and psychological training of modern military, as their activities require the solution of important tasks, including those that are associated with the risk to life, a set of personal psychological characteristics of military personnel that are necessary for the success of their professional activities, the importance of considering various scientific approaches to the study of psychological well-being of military personnel.

Insufficient study of psychological well-being, rare and ineffective testing in the Armed Forces of Russia leads to negative consequences for the commanders of units, the soldiers themselves, military teams in the performance of combat missions and in peacetime. The article notes the relevance and timeliness of the study of the level of psychological well-being, which will ensure the identification of stable personal and socially significant life goals, motivation for self-development and self-realization in the profession. The role of psychological well-being of servicemen in the Armed Forces of Russia, despite the practical and theoretical relevance, is studied insufficiently and not systematically.

*Keywords:* psychological well-being, mobilization readiness, personal and professional readiness, socio-psychological adaptation, psychological climate, sustainable motivation, psychosomatic health, self-regulation, requirements for personal and professional qualities.

**Златина Александра Александровна**

Аспирант, Кубанский государственный университет  
igor7011891@rambler.ru

*Аннотация.* Большое внимание в этой работе уделено значению изучения психологического благополучия военнослужащих Российской армии. В статье подчеркивается возрастание требований к морально — психологической подготовке современных военных, так как их деятельность требует решения важных поставленных задач, в том числе тех, что связаны с риском для жизни, рассмотрен набор личностных психологических характеристик военнослужащих, которые необходимы им для успешности выполнения профессиональной деятельности, отмечена важность рассмотрения различных научных подходов по исследованию психологического благополучия военнослужащих.

Недостаточность изучения психологического благополучия, редкое и неэффективное тестирование в Вооруженных Силах России ведет к отрицательным последствиям для командиров подразделений, самих военнослужащих, военных коллективов при выполнении боевых задач и в мирное время. В статье отмечается актуальность и своевременность изучения уровня психологического благополучия, что обеспечит выявление у военнослужащих устойчивых личных и социально значимых жизненных целей, мотивации к саморазвитию и самореализации в профессии. Роль психологического благополучия военнослужащих в Вооруженных Силах России, несмотря на практическую и теоретическую актуальность, изучается недостаточно и не системно.

*Ключевые слова:* психологическое благополучие, мобилизационная готовность, личностная и профессиональная готовность, социально-психологическая адаптация, психологический климат, устойчивая мотивация, психосоматическое здоровье, саморегуляция, требования к личностным и профессиональным качествам.

**И**зменения внешней политики, экономических реалий в мире ставят перед Вооруженными Силами России задачи повышения уровня мобилизационной готовности, профессионального потенциала и боеспособности армии. Участие Вооруженных Сил России за ее границами оказывает большое влияние на социально-психологический климат в российской армии, состояние психологического благополучия военных.

В связи со сложившейся ситуацией растут требования к показателям морально-психологической подготовки военнослужащих. Эта подготовка определяет качество решения боевых задач в различных условиях, в том числе и тех, которые связаны с риском для здоро-

вья и жизни. Специфика военной службы в том, что она является таким видом профессиональной деятельности, который предъявляет человеку особые требования к физической и психологической подготовке.

Современным военнослужащим необходимо иметь набор личностных психологических качеств и характеристик, которые нужны для решения различных профессионально важных задач, в первую очередь, боевых. Устойчивая мотивационная готовность к несению военной службы, высокий уровень активности, успешность социально-психологической адаптации, стрессоустойчивость к быстро меняющимся условиям военной службы, высокий уровень саморегуляции, компетентность

деятельности военного специалиста — вот то, что детерминирует психологическое благополучие военнослужащих, а значит и армии в целом.

Поиск новых психологических подходов к исследованию индивидуально-личностных особенностей развития, психологического благополучия является актуальным, так как это позволит изучать личность военнослужащего системно, ориентируясь на ее способность не только к социально — психологической адаптации, саморазвитию и совершенствованию в различных сферах деятельности, в том числе и военной, но и к активному преобразованию деятельности специалиста.

В науке психологическое благополучие рассматривается в связи с такими понятиями, как субъективное, личностное благополучие, ощущение счастья, удовлетворенность своей жизнью. К. Рифф, изучая феномен благополучия, описала составляющие психологического благополучия. Это:

- ◆ способность человека контролировать возникающие внешние обстоятельства,
- ◆ независимость и личностный рост,
- ◆ наличие и осознание жизненных целей,
- ◆ принятие себя и положительное отношение к окружающим [1;3].

По мнению Р.М. Райана и К. Фредерика, психологическое благополучие нужно сравнивать не только с физическими показателями, но и с независимостью человека от мнения окружающих и его положительным отношением к ним. Авторы считают, что психосоматическое здоровье человека — показатель его психологического благополучия [8].

Другая точка зрения у А.В. Ворониной, которая создала многоуровневую модель психологического благополучия, особенность которой в том, что на разных этапах жизни человека формируются различные типы деятельности, закладывающие внутренние установки, в последующем складывающиеся в иерархию личностного психологического благополучия. Эта иерархия включает такие уровни, как психосоматическое, психическое и психологическое здоровье, социальную адаптацию. «При этом каждый следующий уровень, который формируется в процессе развития и воспитания, дает человеку новое видение самого себя, мира и себя в мире, новые возможности для реализации замыслов, творческой активности, большую «степень свободы» для выбора путей адекватного реагирования» [2].

Интересной представляется позиция П.П. Фесенко и Т.Д. Шевеленковой, которые рассматривают психологическое благополучие личности как целостное субъективное переживание, отражающееся в ощущении сча-

стья, удовлетворенности самим собой и своей жизнью, напрямую связанное с базовыми ценностями человека и его потребностями» [9]. Авторы обращают внимание на оценку человеком себя и собственной жизни, а также на степень положительной жизнедеятельности человека. Исследователями этого феномена выделено состояние актуального психологического благополучия и идеального психологического благополучия, когда понимание идеального отражается в оценке осмысления человеком своей жизни [8].

В настоящее время в Вооруженных Силах используется методика тестирования для выявления уровня психологического благополучия военнослужащих, так как оно представляет собой сбалансированный эмоциональный процесс, развивающий способность человека к волевой регуляции и оценке своих возможностей. Кроме того, оно может рассматриваться и как один из индикаторов устойчивости человека к воздействию событий внешнего мира.

Изучение психологического благополучия военнослужащих Вооруженных Сил России проводится крайне редко, это ведет к отрицательным последствиям, сказывающимся в работе командиров подразделений. Неустойчивая социальная позиция, низкая самооценка, ситуации постоянного стресса, неудовлетворенность своей личной и профессиональной жизнью приводит к снижению результатов боевой подготовки, равнодушию, формализму и отказу исполнять должностные обязанности, приему алкоголя и наркотиков, возникновению конфликтных ситуаций с сослуживцами — это то, что необходимо профилактировать. Это ставит задачу проведения системных исследований по определению психологического благополучия как отдельных военнослужащих, так и военных коллективов в целом, так как высокий уровень его создает возможность обеспечить эффективность и результативность деятельности в сложных экстремальных ситуациях. Военнослужащие, которые имеют высокий уровень психологического благополучия, имеют активную жизненную позицию, осознанные жизненные цели, построенные перспективы, связанные с профессиональной карьерой и мотивацией к саморазвитию.

Изучение психологического благополучия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, всех его составляющих позволит определить личностные ресурсы, выявить корреляции с важнейшими для военнослужащих особенностями и характеристиками, такими, как нервно-психическая устойчивость, уверенность в себе, высокий уровень самооценки, субъективное ощущение благополучия, счастья, самореализации в профессии и жизни, что позитивно скажется на уровне оперативно-боевой подготовки военнослужащих и всех военных коллективов в целом.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Ryff C. D., Keyes C. L. M., Shmotkin D. Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions // Journal of Personality and Social Psychology. 2002. Vol. 82, № 6. P. 1007–1022.
2. Воронина, А. В. Проблема психологического здоровья и благополучия человека: обзор концепций и опыт структурно-уровневого анализа [Текст] // Сибирский психологический журнал. — 2005. — № 3. — С. 142–147.
3. Жуковская, Л. В. Шкала психологического благополучия К. Рифф / Л. В. Жуковская, Е. Г. Трошихина // Психологический журнал. — 2011. — Т. 32. — № 2. — С. 82–93.
4. Караяни А. Г. Прикладная военная психология: учебно-методическое пособие: [учебное пособие для курсантов и слуш. высш. воен.-учеб. заведений] / А. Г. Караяни, И. В. Сыромятников. — СПб. [и др.]: Питер, 2006.
5. Корчемный П. А. Военная психология: учебник: для студентов вузов, обучающихся по специальности 020400 «Психология» / П. А. Корчемный. — М.: Изд-во ОВЛ, 2005.
6. Маклаков А. Г. Общая психология. — СПб.: Питер, 2007.
7. Психология и педагогика. Военная психология: учебник для курсантов высш. воен.-учеб. заведений М-ва обороны Рос. Федерации / под ред. А. Г. Маклакова. — М. [и др.]: Питер, 2007.
8. Фесенко, П. П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности: дис. канд. психол. наук / П. П. Фесенко. — М., 2005. — 206 с.
9. Шевеленкова Т. Д., Фесенко П. П. Психологическое благополучие личности (обзор концепций и методика исследования) // Психологическая диагностика. 2005. № 3. С. 95–129.
10. Ширяева, О. С. Психологическое благополучие личности в экстремальных природноклиматических условиях жизнедеятельности [Текст]. Дис. кандидата психологических наук. — Петропавловск-Камчатский, 2008. — 254 с.

© Златина Александра Александровна (igor7011891@rambler.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»



Кубанский государственный университет