

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ В СОВРЕМЕННЫХ ИССЛЕДОВАНИЯХ: ПОДХОДЫ, ПРОТИВОРЕЧИЯ И ПЕРСПЕКТИВЫ

Горбачев Иван Вадимович

Адъюнкт, Военный университет МО РФ
ivan.gorbachev.090390@inbox.ru

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN MODERNS STUDIES: APPROACHES, CONTROVERSIES, PROSPECTS

I. Gorbachev

Summary: Traditionally, military psychology focuses on psychological states directly related to deployment. Last years, increased attention to more complex constructs, such as psychological well-being, becomes evident in professional literature. The article analyzes contemporary approaches and studies of military personnel's psychological well-being as well as influencing factors. It is concluded that psychological well-being is a multidimensional construct, influenced by variety of factors, among which social support is of a special importance.

Keywords: military personnel, psychological well-being, military psychology, stress, social support.

Аннотация: Традиционно, военная психология сосредоточена на изучении психологических состояний, связанных с непосредственным несением службы. В последнее время, однако, больше внимания уделяется более сложным конструктам, таким как психологическое благополучие. В статье анализируются современные подходы и исследования психологического благополучия военнослужащих и факторов его формирования. Сделан вывод о многоаспектном характере психологического благополучия и многообразии влияющих на него внутренних и внешних факторов, среди которых особую роль играет социальная поддержка.

Ключевые слова: военнослужащие, психологическое благополучие, военная психология, стресс, социальная поддержка.

Введение

Изучение особенностей психологических процессов в разных социальных группах и контекстах – важное условие развития психологической науки, обеспечивающее не только ее теоретическую полноту и глубину, но и практическую применимость результатов исследований. Одной из наиболее специфических социальных групп, изучение которой представляет особую значимость для развития психологической теории и практики, являются военнослужащие. Военная сфера обладает целым рядом специфических черт, делающих ее уникальным объектом анализа. К ним относятся, прежде всего: высокий уровень стресса, физических и психологических нагрузок, потребность в психологической устойчивости, высокий уровень ответственности и необходимость принятия быстрых решений жизни и смерти. Военные институты характеризуются вовлечением индивидов в легальное насилие, исключительной ролью жестких социальных иерархий, а также, как правило, высокой степенью социальной замкнутости в рамках небольших, преимущественно гендерно однородных группах, зачастую сопровождающейся высокой мобильностью, влияющей в том числе на повседневную жизнь членов семей военнослужащих.

Учитывая исключительную роль морально-психоло-

гического состояния на способность военнослужащих выполнять свои профессиональные обязанности, не удивительно, что военная психология является одной из самых старых отраслей психологической науки (см., напр. [1]). Однако если на ранних этапах основное внимание исследователей уделялось, прежде всего, вопросам психологической подготовки к несению военной службы, а также психологическим вопросам ее несения и выполнения боевых задач, то в более поздние периоды значительно вырос интерес к изучению более сложных и интегральных проблем, таких как психологическое благополучие.

В настоящее время проблема психологического благополучия военнослужащих является одной из важных проблем военной психологии. Анализ содержания ведущего профильного академического журнала *Military Psychology* показал, что с 1989 года в нем было опубликовано более 800 статей, в той или иной степени посвященных данной проблеме. При этом только за последние 5 лет (с 2015 года) в журнале было опубликовано 246 исследований психологического благополучия, что показывает растущий интерес к ней. В данной статье мы анализируем современные тенденции и подходы к изучению психологического благополучия военнослужащих, а также оценке факторов его развития.

Концептуализация психологического благополучия военнослужащих

С точки зрения психологической науки, проблема психологического благополучия военнослужащих носит двоякий характер. С одной стороны, такое благополучие рассматривается как необходимое самостоятельное требование, предъявляемое к военным институтам современным обществом. С другой стороны, психологическое благополучие рассматривается как важный фактор и условие успешного выполнения военнослужащими своих профессиональных обязанностей, а также адаптации к условиям несения службы. В терминах эмпирического исследования, это означает, что психологическое благополучие может выступать в качестве как зависимой, так и независимой переменной. Внутренняя сложность проблемы также выражается в том, что современные исследования дифференцируют психологическое благополучие для различных категорий военнослужащих (курсантов, призывников, контрактников, ветеранов, рядовых, офицеров, участвующих в боевых операциях или находящихся в местах постоянной дислокации, служащих в разных родах войск и т.п.). Важным новым элементом для современных исследований стало включение в анализ психологического благополучия членов семей военнослужащих, которое рассматривается как неотъемлемая часть общей проблемы благополучия в вооруженных силах [2].

Несмотря на широкое использование в литературе и исследованиях, понятие психологического благополучия не является консенсусным, в том числе в военной психологии. Достаточно часто при концептуализации благополучия (well-being) исследователи ссылаются на два общих подхода, которые условно называются гедонистическим и эвдемонистическим [3; 4]. В первом случае благополучие связывается с удовольствием, счастьем и удовлетворенностью жизнью, во втором – с достижением цели и обретением смысла жизни. При этом исследователи не всегда проводят различие между благополучием как общей категорией и психологическим благополучием как одним из его компонентов. Нередко они отождествляются на том основании, что различные аспекты благополучия отражают, прежде всего, субъективное восприятие индивида. Однако другие специалисты настаивают на разграничении конкретных видов благополучия: эмоционального, социального, экономического, психологического, физического, ментального. В этом случае, психологическое благополучие связывается с такими субъективными состояниями как принятие себя, личностный рост, ощущение осмысленности жизни, автономия, гармоничные отношения с окружающим миром и другими людьми [2, p.283-284]. Другие специалисты дополняют список такими свойствами как психологический капитал, счастье, потенциал, способность к достижению целей, удовлетворенность жизнью и др. [3, p.127].

На практике отсутствие единого понимания психологического благополучия выражается в конструировании сложных многомерных индексов, охватывающих различные компоненты, предлагаемые исследователями. В ряде случаев эти индексы носят универсальный характер и применяются для изучения психологического благополучия в различных социальных группах и профессиональных контекстах, позволяя, в частности, сравнивать благополучие в военной и гражданских сферах. Например, О.Ю. Зотова и Л.В. Карапетян использовали 9 универсальных индикаторов для сравнительной оценки психологического благополучия различных социальных групп, включая военнослужащих: внутренние позитивные (установки в отношении собственной жизни, личного прошлого и будущего, чувство защищенности), внешние позитивные (личные отношения с друзьями, семьей и коллегами, профессиональная деятельность и ее результаты), а также негативные индикаторы (пессимизм, несчастливость, зависть) [3].

Более специализированные исследования предполагают учет специфики военной сферы при трактовке и оценке субъективного благополучия. Наиболее концептуально разработанной специфической моделью психологического благополучия военнослужащих на сегодняшний день можно считать модель С. Боулза и П. Бартона, которая рассматривает благополучие как объект воздействия со стороны стрессоров различной природы и исходит из противопоставления двух основных сфер жизнедеятельности военнослужащего: служебного и личного (семейного) [4]. Более конкретно, модель выделяет три области благополучия: работа (служба), личная (семейная) жизнь, а также область их пересечения. Каждая из областей благополучия включает в себя специфический набор стрессоров.

Для области «Работа» (служба) это: риск ранения или смерти, проблемное лидерство (негативный опыт взаимодействия с командирами), постоянные изменения дислокации, отделение от семьи. Для области «Личная жизнь» это: семейное насилие, развод, финансовые трудности. Для области пересечения службы и личной жизни это: конфликт между требованиями службы и семьи, перемещение семьи, реинтеграция в нормальную жизнь после операций, психологические и физические боевые травмы. Общетеоретическая модель, предложенная Боулзом, Бартоном и их коллегами, предполагает трансформацию специфических требований в рамках трех названных областей благополучия, в соответствующие им адаптивные реакции. Характер этой трансформации и успешность адаптации и достижения благополучия определяется доступностью психологической и социальной поддержки, которую предоставляют различные субъекты: члены семьи, командиры, инструкторы и др.

Несложно видеть, что данная теоретическая модель исходит из примата внешних факторов психологического благополучия, которые являются потенциальным объектом целенаправленного воздействия и интервенций. Это отличается от позиции ряда других специалистов, которые обращают внимание на необходимость изучения личностных факторов психологического благополучия [5]. На наш взгляд, данное концептуальное противоречие отражает прагматику военной психологии как прикладной дисциплины. Личностные диспозиционные факторы лишь в малой степени зависят от целенаправленных воздействий на институциональном уровне, и их учет проявляется, прежде всего, на этапах привлечения к военной службе и отбора для выполнения заданий. В отличие от них, роль внешних факторов в большей мере контролируется органами военного командования, а потому является привлекательным объектом воздействия, социальных и психологических интервенций на системном уровне.

Факторы психологического благополучия: эмпирические результаты и рекомендации

Теоретические и концептуальные модели, задавая общие направления исследований, сами по себе не дают ответ на вопрос о значимости конкретных факторов, от которых оно зависит и управление которыми способно повысить психологическое благополучие военнослужащих и членов их семей. Эмпирические исследования позволяют дать научно обоснованный ответ на вопрос о значимости отдельных факторов психологического благополучия для различных категорий военнослужащих.

Несмотря на то, что влияние специфичных для военной сферы стрессоров исследуется достаточно широко, традиционно оно не связывается с психологическим благополучием как сложным многоаспектным конструктом и ограничивается оценкой уровня стресса как главным показателем психологического здоровья. Например, военные психологи из США на выборке из более чем 3 тыс. военнослужащих установили негативное влияние на уровень депрессии и посттравматического стресса двух факторов, связанных с непосредственным участием в миротворческих операциях: их длительности и отсутствия предыдущего опыта участия [6]. В свою очередь, канадские специалисты показали, что участие в операциях оказывает негативное влияние на благополучие не только самих военнослужащих, но и членов их семей [7]. Важным компенсирующим фактором при этом становится социальная поддержка внутри семьи.

В некоторых исследованиях зафиксированы важные долговременные эффекты личностных факторов на благополучие военнослужащих. К числу черт личности, которые, как предполагается, оказывают позитивное

влияние, относятся, прежде всего, оптимизм, экспрессивность и самоконтроль [5]. Согласно данным исследования испанских специалистов, самым существенным фактором благополучия военнослужащих является их психологический капитал, который включает в себя уверенность в собственных силах и возможностях достижения успеха, настойчивость в достижении цели, способность преодолевать трудности и препятствия [8].

Важную роль в обобщении эмпирических свидетельств относительно роли различных факторов сыграла работа британских специалистов С. Брукс и Н. Гринберга. Они проанализировали данные множества исследований и определили комплекс факторов психологического благополучия военнослужащих, не связанных с непосредственным участием в боевых операциях [9]. Две главные категории факторов – это отношения с окружающими и роле-специфичные стрессоры.

В домене «Отношения с окружающими» позитивное влияние на психологическое благополучие оказывают эффективное лидерство и поддержка со стороны командиров, а также социальная поддержка и интеграция в малых группах (товарищество, служебные коллективы, семья). Негативное влияние на благополучие оказывают харассмент и другие формы дискриминации.

В домене «Роле-специфичные стрессоры» идентифицированы следующие факторы, которые могут принимать как негативное, так и позитивное значение:

- четкость роли и ролевые конфликты;
- обязательства, в том числе чрезмерные, дисбаланс между затрачиваемыми усилиями и получаемым вознаграждением;
- требования выполняемых служебных задач и уровень служебной нагрузки;
- семейные проблемы и конфликт интересов службы и семьи;
- другие ролевые факторы (автономия, участие в принятии решений, физические условия несения службы).

Кроме того, позитивное влияние на благополучие оказывают физические нагрузки и состояние физического здоровья, ролевая идентификация, а также доверие в отношении организации.

Таким образом, эмпирические исследования подтверждают, что психологическое благополучие является сложным интегральным эффектом от действия множества внутренних и внешних факторов. И хотя точная роль и композиция условий оптимального психологического и социального состояния военнослужащих еще нуждается в изучении, текущий уровень знаний позволяет определить некоторые направления для создания

благоприятных условий.

Прежде всего, в профессиональном сообществе достигнут широкий консенсус относительно исключительной важности социальной поддержки для психологического благополучия военнослужащих и членов их семей. Важно, что источниками социальной поддержки могут и должны выступать различные субъекты. Однако особое значение, с учетом специфической ролевой системы военных институтов, играет поддержка со стороны непосредственных командиров и других вышестоящих военнослужащих. Как полагают специалисты, именно создание условий для обеспечения социальной поддержки всеми вовлеченными субъектами становится одной из ключевых функций специализированных психологических и социальных служб, как военных психологов, так и независимых специалистов, определяющей их ценность в современных вооруженных силах (см. [4]). Однако другие факторы, выявленные в эмпирических исследованиях, также очерчивают направление возможных интервенций и организационной работы, направленной на повышение психологического благополучия военнослужащих.

Заключение

Психологическое благополучие военнослужащих привлекает возрастающее внимание психологов, отражая не только академический интерес к более дифференцированному изучению различных профессиональных групп, но и растущее осознание необходимости формирования комплекса социально-психологических условий в военной сфере, который обеспечивает ее эффективное функционирование и отражает современные требования к качеству жизни. Несмотря на то, что выявление факторов психологического благополучия является целью многих исследований, на сегодняшний день проблема психологического благополучия в такой специфической сфере как военная еще не имеет однозначной и надежной концептуализации, консенсусной теоретической модели, а также универсального диагностического инструментария. Интеграция различных методологических и концептуальных решений и проведение комплексных исследований, учитывающих многоаспектность психологического благополучия и разнообразие как действующих факторов, так и категорий военнослужащих, становится насущной задачей дальнейшего развития теоретической и прикладной военной психологии.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ухач-Огорович Н.А. Военная психология. Киев: Типография С.В.Кульженко, 1911.
2. Kumar A., Kumar U. Familial pathways to soldier effectiveness. In: *Military Psychology: Concepts, Trends and Interventions* / Ed. by N.Maheshwari, V.V.Kumar. Los-Angeles: Sage, 2016. P.283-297.
3. Zotova O.Yu., Karapetyan L.V. Occupation as a factor of personality subjective well-being // *Psychology in Russia: State of the Art*. 2015. Vol. 8. No.2. P.126-136.
4. Bowles S.V. Bartone P.T., Ross D. et al. Well-Being in the Military. In: *Handbook of Military Psychology: Clinical and Organizational Practice* / Ed. by S.V. Bowles, P. Bartone. Cham: Springer, 2017. P.213-238.
5. Златина А.А. Психологическое благополучие военнослужащих // *Международный журнал медицины и психологии*. 2020. Том 3. №2. С.97-102.
6. Adler A.B., Huffman A.H., Bliese P.D., Castro C.A. The impact of deployment length and experience on the well-being of male and female soldiers // *Journal of Occupational Health Psychology*. 2005. Vol.10. No.2. P.121-137.
7. Skomorovsky A. Deployment stress and well-being among military spouses: the role of social support // *Military Psychology*. 2014. Vol.26. No.1. P.44-54.
8. Hernandez-Varas E., Encinac F.J.L., Suarez M.M. Psychological capital, work satisfaction and health self-perception as predictors of psychological wellbeing in military personnel // *Psicothema*. 2019. Vol.31. No.3. P.277-283.
9. Brooks S.K., Greenberg N. Non-deployment factors affecting psychological wellbeing in military personnel: literature review // *Journal of Mental Health*. 2018. Vol.27. No.1. P.80-90.

© Горбачев Иван Вадимович (ivan.gorbachev.090390@inbox.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»