

ДИАГНОСТИКА СТЕПЕНИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ К ВОИНСКОЙ СЛУЖБЕ

DIAGNOSTICS OF THE LEVEL OF PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF MILITARY SERVICEMEN TO MILITARY SERVICE

M. Pravenky

Summary. The level of psychological adaptation affects the efficiency of performance by military servicemen of their professional duties in trying circumstances. The higher the level of their psychological adaptation is, the more successful are the military servicemen in performing their duties. The opposite is also true. This article explores the psychological adaptation of military servicemen, who did their military service under conscription, who had the same ranks and the same living environment. The personal qualities of these military servicemen were diagnosed; the results were processed; then the comparative analysis of the personal qualities was performed among the military servicemen, who were adapted and who were not adapted to the military service

Keywords: psychological adaptation; personal qualities; social and psychological adaptation; intentional self-regulation; stress resistance; emotional stability; personal adaptive potential.

Правенький Михаил Александрович

Аспирант, Таганрогский институт управления
и экономики
pravenki@mail.ru

Аннотация. Уровень психологической адаптации влияет на эффективность выполнения военнослужащим своих профессиональных обязанностей в сложных условиях. Чем выше уровень, тем успешнее он будет их выполнять, и наоборот. В данной статье исследована психологическая адаптация военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, которые занимают равные должности и находятся в одинаковых условиях жизнедеятельности, проведена диагностика личностных качеств военнослужащих и обработаны результаты, сделан сравнительный анализ личностных качеств военнослужащих, адаптированных и неадаптированных к воинской службе.

Ключевые слова: психологическая адаптация; личностные качества; социально-психологическая адаптация; волевая саморегуляция; стрессоустойчивость; эмоциональная стабильность; личностный адаптационный потенциал.

С помощью экспериментальных исследований в области психологии удалось выявить личностные качества военнослужащих, которые имеют первостепенное значение для эффективного процесса адаптации этих военнослужащих к условиям военно-профессиональной деятельности. А. Г. Маклаков считал, что личностный адаптационный потенциал является совокупностью данных качеств. Уровень развития адаптационного потенциала влияет на эффективность выполнения военнослужащим своих профессиональных обязанностей в сложных условиях. Чем выше уровень, тем успешнее он будет их выполнять, и наоборот [1, с. 46].

Теоретическая основа концепции личностного адаптационного потенциала строится на представлении адаптации активным и непрерывным процессом приспособления к условиям окружающей природной и социальной среды, который затрагивает все уровни функционирования человеческой психики и организма в целом. Успешное завершение процесса психологической адаптации в условиях военной службы, зависит, прежде всего, от личностных характеристик самого военнослужащего, а так же других психологических осо-

бенностей. Следовательно, процесс психологической адаптации заключается в том, что военнослужащий должен самостоятельно изменить себя, скорректировать собственные установки и привычные поведенческие стереотипы [2, с. 75].

Чтобы понимать процессы психологической адаптации необходимо обратить внимание на характерные черты армейской среды, в которой находится индивид, а также особенности его социально-психологического статуса. После того, как индивид обязуется нести службу в рядах ВС, он вынужден отказаться от привычной для него жизни, отложить на определенное время реализацию своих жизненных планов или по возможности изменить ее тактику [3, с. 25]. Важную роль в регуляции поведения и отношений в армии играют такие явления, как символика и ритуал. Армия является одной из немногих сфер деятельности, где эти явления можно не только наблюдать в современном обществе, но и зафиксировать их связь с социальным контекстом. Нельзя оставлять без внимания тот факт, что в армии одновременно существуют два вида традиций: официальные (уставные) и альтернативные (неуставные). В армейской среде очень быстро протекает процесс социально-психологических

Таблица 1. Сводная таблица уровня адаптации военнослужащих

Методики	Низкий уровень	Средний уровень
Таблица наблюдения за адаптацией военнослужащих		
Морально-психологическое состояние	4	2
Взаимоотношение с коллективом	4	3
Воинская дисциплина	5	3
Реакции гнева, агрессии	3	2
Реакции страха	4	2
Познавательная активность	4	3
Двигательная активность	3	3
Состояние здоровья	3	2
Уровень боевой подготовки	3	2
«Диагностика социально-психологической адаптации» К. Роджерса и Р. Даймонда		
Адаптация	60	85
Самоприятие	28	28
Приятие других	16	18
Эмоциональная комфортность	13	17
Интернальность	30	34
Стремление к доминированию	7	8
«Исследование волевой саморегуляции» А. В. Зверькова и Е. В. Эйдмана		
Волевая саморегуляция	10	15
Настойчивость	7	9
Самообладание	5	8
«Тест на стрессоустойчивость» Т. Холмса и Р. Page		
Степень сопротивляемости стрессу	285	240
«Шкала эмоциональной стабильности — нестабильности (нейротизма)» Г. Айзенка		
Шкала эмоциональной стабильности	19	15

изменений, что обусловлено быстрой сменой «поколений» военнослужащих (срок службы составляет один год, а разница между призывами всего полгода) [4, с. 67].

Армия — это закрытая организация, что осложняет процесс ее взаимодействия с социальным окружением. Само общество имеет мало информации о жизни в армии, которую в свою очередь можно разделить на официальную и альтернативную (рассказы бывших военнослужащих по призыву, «дембельские альбомы», армейский фольклор и т.д.) [5, с. 112].

На основании концепции изучения факторов, влияющих на процесс психологической адаптации, в данной статье было проведено пилотажное исследование параметров личностного адаптационного потенциала военнослужащих, проходящих военную службу по призыву.

В состав выборки вошли военнослужащие срочной службы на втором месяце службы в количестве 60 человек, в возрасте от 18 до 22 лет. Для изучения процесса психологической адаптации военнослужащих нами было проведено эмпирическое наблюдение за адаптацией военнослужащих срочной службы. В ходе наблюдения было изучено 9 показателей адап-

тации военнослужащих к военной службе и уровни их проявления: 1. Морально-психологическое состояние (7 уровней проявления); 2. Взаимоотношение с коллективом (6 уровней); 3. Воинская дисциплина (6 уровней); 4. Реакции агрессии, гнева (6 уровней); 5. Страх (5 уровней); 6. Познавательная активность (5 уровней); 7. Двигательная активность (4 уровня); 8. Состояние здоровья (5 уровней); 9. Общая оценка боевой подготовки (4 уровня).

На основании проведенного наблюдения, мы смогли разделить военнослужащих на две большие группы, имеющие разный уровень адаптации. В первую группу были включены военнослужащие с низким уровнем адаптации (20%), во вторую группу — со средним уровнем адаптации (80%).

Для обоснования результатов наблюдения, нами было проведено психологическое тестирование военнослужащих по следующим методикам:

1. «Диагностика социально-психологической адаптации» К. Роджерса и Р. Даймонда;
2. «Исследование волевой саморегуляции» А. В. Зверькова и Е. В. Эйдмана;
3. «Тест на стрессоустойчивость» Т. Холмса и Р. Page;

4. «Шкала эмоциональной стабильности — нестабильности (нейротизма)» Г. Айзенка [7, с. 448].

Обобщив и систематизировав результаты наблюдения и психологического тестирования, нами были получены средние для групп результаты в виде числовых значений, которые представлены в таблице 1.

На основании результатов проведенной диагностики степени психологической адаптации военнослужащих к воинской службе, мы можем дать подробную психологическую характеристику каждой группе военнослужащих. Далее приведем психологическую характеристику каждой из групп военнослужащих. Согласно данным, полученным в результате проведения эмпирического наблюдения, группа испытуемых имеет следующие психологические характеристики:

- ◆ Морально-психологическое состояние (шкала от 1 до 7 баллов, МПС = 4) — общая вялость, рассеянность;
- ◆ Взаимоотношение с коллективом (шкала от 1 до 7 баллов, ВК = 4) — робость, малоинициативность и избирательность в общении;
- ◆ Воинская дисциплина (шкала от 1 до 7 баллов, ВД = 5) — часто отвлекаются на занятиях, не проявляют должной ответственности при выполнении приказов командиров;
- ◆ Реакции агрессии и гнева (шкала от 1 до 7 баллов, РАГ = 3) — реакции гнева отсутствуют, что обусловлено сниженным настроением;
- ◆ Реакции страха (шкала от 1 до 5 баллов, РС = 4) — робость, застенчивость и растерянность ярко выражены;
- ◆ Познавательная активность (шкала от 1 до 5 баллов, ПА = 4) — проходят программу боевой подготовки без видимого желания;
- ◆ Двигательная активность (шкала от 1 до 4 баллов, ДА = 3) — стараются избегать различные аспекты военной службы, требующие физической активности;
- ◆ Состояние здоровья (шкала от 1 до 5 баллов, СЗ = 3) — периодически предъявляют жалобы на недомогания;
- ◆ Общая оценка боевой подготовки (шкала от 1 до 4 баллов, БП = 3) — удовлетворительно;

По результатам, полученным при проведении методики на диагностику социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда, было определено, что данная группа характеризуется низким уровнем адаптивности (шкала от 68 до 136 баллов, А = 60) и эмоциональной комфортности (шкала от 14 до 28 баллов, Е = 13). Средним уровнем приятия других (шкала от 12 до 24 баллов, L = 16) и доминирования (шкала от 6 до 12 баллов, D = 7) с тенденцией к низкому. Средним уровнем

приятия себя (шкала от 22 до 42 баллов, S = 28) и интернальности (шкала от 26 до 52 баллов, I = 30).

По итогам проведения методики «исследование волевой саморегуляции» А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана, определены уровни развития волевой саморегуляции военнослужащих данной группы. Так общая волевая саморегуляция (шкала от 0 до 24 баллов, В = 10) находится на низком уровне, что выражается в чувствительности, эмоциональной неустойчивости, ранимости и неуверенности в себе. Данные военнослужащие обладают невысокой рефлексивностью, пониженным общим фоном активности, импульсивностью и неустойчивостью намерений. Все это может являться следствием как незрелости, так и выраженной утонченностью натуры, у которой отсутствует способность к рефлексии и самоконтролю. Субшкала настойчивости (шкала от 0 до 16 баллов, Н = 7) находится на низком уровне, что свидетельствует о повышенном уровне лабильности, неуверенности в себе и импульсивности, которые могут вызывать как непоследовательность, так и разбросанность поведения. Уровень самообладания (шкала от 0 до 13 баллов, С = 5) так же имеет низкий уровень развития, что является следствием спонтанности, импульсивности и обидчивости.

По методике «Тест на стрессоустойчивость» Т. Холмса и Р. Праге выявлена степень сопротивляемости стрессу (шкала от 0 до 300 и более баллов, St = 285), что соответствует пороговой (средней) степени сопротивляемости стресса (с тенденцией к низкой). Это означает, что если в жизни военнослужащих происходит увеличение стрессовых ситуаций, то их стрессоустойчивость снижается. Из-за этого, военнослужащим необходимо тратить значительную часть энергии и ресурсов организма для борьбы с негативными психическими состояниями возникающих под влиянием стресса.

По результатам методики «Шкала эмоциональной стабильности — нестабильности (нейротизма)» Г. Айзенка было определено, что эмоциональная стабильность (шкала от 0 до 24 баллов, N = 19) данной группы находится на низком уровне, что подтверждается результатами наблюдения и характеристиками данных военнослужащих со стороны, хорошо знающих их сослуживцев.

Согласно данным, полученным в результате проведения эмпирического наблюдения, группа испытуемых имеет следующие психологические характеристики:

- ◆ Морально-психологическое состояние (шкала от 1 до 7 баллов, МПС = 2) — эпизодически сниженное настроение;
- ◆ Взаимоотношение с коллективом (шкала от 1 до 7 баллов, ВК = 3) — отсутствие инициативы в установлении контактов с сослуживцами, однако,

Таблица 2. Определение различий уровня адаптации между группами военнослужащих

Психологические характеристики	U _{эмп}	Уровень значимости
Морально-психологическое состояние	U _{эмп} = 176	p ≤ 0,01
Взаимоотношение с коллективом	U _{эмп} = 179	p ≤ 0,01
Воинская дисциплина	U _{эмп} = 182	p ≤ 0,01
Реакции гнева, агрессии	U _{эмп} = 183	p ≤ 0,01
Реакции страха	U _{эмп} = 178	p ≤ 0,01
Познавательная активность	-	Не значимы
Двигательная активность	-	Не значимы
Состояние здоровья	U _{эмп} = 174	p ≤ 0,01
Общая оценка боевой подготовки	U _{эмп} = 180	p ≤ 0,01
Адаптация	U _{эмп} = 169	p ≤ 0,01
Самопрятие	U _{эмп} = 190	p ≤ 0,01
Приятие других	U _{эмп} = 189	p ≤ 0,01
Эмоциональная комфортность	U _{эмп} = 187	p ≤ 0,01
Интернальность	-	Не значимы
Стремление к доминированию	-	Не значимы
Волевая саморегуляция	U _{эмп} = 181	p ≤ 0,01
Настойчивость	-	Не значимы
Самообладание	U _{эмп} = 175	p ≤ 0,01
Степень сопротивляемости стрессу	U _{эмп} = 178	p ≤ 0,01
Эмоциональная стабильность	U _{эмп} = 180	p ≤ 0,01

при случае выражают готовность к общению и сотрудничеству;

- ◆ Воинская дисциплина (шкала от 1 до 7 баллов, ВД = 3) — пытаются идти в ногу с коллективом, но это не всегда получается из-за несобранности;
- ◆ Реакции агрессии и гнева (шкала от 1 до 7 баллов, РАГ = 2) — реакции гнева как правило отсутствует в силу особенностей характера;
- ◆ Реакции страха (шкала от 1 до 5 баллов, РС = 2) — эпизодические проявления робости, застенчивости и стеснительности;
- ◆ Познавательная активность (шкала от 1 до 5 баллов, ПА = 3) — проявляют избирательный интерес к определенным разделам боевой подготовки и остаются равнодушными к другим;
- ◆ Двигательная активность (шкала от 1 до 4 баллов, ДА = 3) — стараются избегать различные аспекты военной службы, требующие физической активности;
- ◆ Состояние здоровья (шкала от 1 до 5 баллов, СЗ = 2) — активные жалобы на здоровье не предъявляют, но тем не менее после занятий присутствует чувство усталости;
- ◆ Общая оценка боевой подготовки (шкала от 1 до 4 баллов, БП = 2) — хорошо;

По результатам, полученным при проведении методики на диагностику социально-психологической адап-

тации К. Роджерса и Р. Даймонда, было определено, что данная группа характеризуется средним уровнем адаптивности (шкала от 68 до 136 баллов, А = 85), приятия себя (шкала от 22 до 42 баллов, S = 28) и интернальности (шкала от 26 до 52 баллов, I = 34). Средним уровнем приятия других (шкала от 12 до 24 баллов, L = 18), эмоциональной комфортности (шкала от 14 до 28 баллов, E = 17), и доминирования (шкала от 6 до 12 баллов, D = 8) с тенденцией к низкому.

По итогам проведения методики «исследование волевой саморегуляции» А. В. Зверькова и Е. В. Эйдмана, определены уровни развития волевой саморегуляции военнослужащих данной группы. Так общая волевая саморегуляция (шкала от 0 до 24 баллов, В = 15) находится на среднем уровне. В отличие от первой группы данные военнослужащие способны рефлексировать личные мотивы, более эффективно распределять усилия и осуществлять контроль за своими поступками. Но тем не менее, в сложных ситуациях у них может происходить нарастание эмоциональной напряженности, которое может повлечь за собой такие негативные ее проявления как: чрезмерная и неадекватная активность с поспешными решениями, неспособность сосредоточиться на решаемой задаче, внешняя суетливость. Субшкала настойчивости (шкала от 0 до 16 баллов, Н = 9) находится на среднем уровне с выраженной тенденцией к низкому. Но в отличие от группы 1 они являются более

работоспособными и деятельными, но, к сожалению, это не исключает возможности возникновения у данных военнослужащих неуверенности в себе и импульсивности в процессе их служебно-боевой деятельности. Уровень самообладания (шкала от 0 до 13 баллов, $C = 8$) так же имеет средний уровень развития с выраженной тенденцией к низкому. Представители данной группы более эмоционально устойчивы и лучше владеют собой в различных ситуациях, чем представители первой группы, однако, это требует значительного напряжения психических возможностей организма, которое может привести к повышению эмоциональной напряженности и утомляемости.

По методике «Тест на стрессоустойчивость» Т. Холмса и Р. Раге выявлена степень сопротивляемости стрессу (шкала от 0 до 300 и более баллов, $St = 240$), что соответствует пороговой (средней) степени сопротивляемости стресса. Это означает, что если в жизни военнослужащих происходит увеличение стрессовых ситуаций, то их стрессоустойчивость снижается. Но в отличие от первой группы, для борьбы с негативными психическими состояниями возникающих под влиянием стресса, военнослужащие приходится расходовать меньше энергии и ресурсов своего организма.

По результатам методики «Шкала эмоциональной стабильности — нестабильности (нейротизма)» Г. Айзенка было определено, что эмоциональная стабильность (шкала от 0 до 24 баллов, $N = 15$) данной группы находится на среднем уровне, что подтверждается результатами наблюдения и характеристиками данных военнослужащих со стороны, хорошо знающих их сослуживцев.

Далее, основываясь на результатах психологической диагностики, был проведен сравнительный анализ личностных качеств военнослужащих, адаптированных и неадаптированных к воинской службе с использованием U-критерия Манна-Уитни, с целью определения значимых отличий уровня адаптации между группами военнослужащих. Ниже приведена таблица с результатами сравнительного анализа и теоретическое обоснование результатов сравнения.

Данные результаты, позволили нам определить значимые отличия психологических характеристик между первой и второй группой военнослужащих. Так, в ходе обработки данных наблюдения за адаптацией военнослужащих срочной службы были выявлены значимые отличия между первой и второй группой испытуемых, которые заключаются в том, что первая группа имеет более низкий уровень морально-психологического состояния ($U_{эмп} = 176, p \leq 0,01$), взаимоотношения с коллективом ($U_{эмп} = 179, p \leq 0,01$), воинской дисциплины ($U_{эмп} = 182, p \leq 0,01$), состояния здоровья ($U_{эмп} = 174,$

$p \leq 0,01$) и боевой подготовки ($U_{эмп} = 180, p \leq 0,01$) соответственно, а так же для них характерен более высокий уровень проявления реакций гнева, агрессии ($U_{эмп} = 183, p \leq 0,01$) и страха ($U_{эмп} = 178, p \leq 0,01$). По результатам диагностики социально-психологической адаптации определено, что показатели первой группы по шкалам адаптация ($U_{эмп} = 169, p \leq 0,01$), эмоциональная комфортность ($U_{эмп} = 187, p \leq 0,01$), самопрятие ($U_{эмп} = 190, p \leq 0,01$) и прятие других ($U_{эмп} = 189, p \leq 0,01$) значительно отличаются от показателей второй группы и находятся на более низком уровне. Среди шкал методики исследования волевой саморегуляции определены значимые отличия показателей первой группы по шкале волевая саморегуляция ($U_{эмп} = 181, p \leq 0,01$) и самообладание ($U_{эмп} = 175, p \leq 0,01$), что так же свидетельствует о том, что данные психологические характеристики среди испытуемых второй группы находятся на более высоком уровне. Основываясь на результатах методик «тест на стрессоустойчивость» и «шкала эмоциональной стабильности — нестабильности» выявлены значимые отличия по степени сопротивляемости стрессу ($U_{эмп} = 178, p \leq 0,01$) и эмоциональной стабильности ($U_{эмп} = 180, p \leq 0,01$), что свидетельствует о том, что уровень данных психологических характеристик у первой группы имеет более низкий уровень, чем у второй. В целом по всем остальным шкалам результаты распределены равномерно.

Итак, с помощью диагностики степени психологической адаптации военнослужащих к воинской службе мы смогли не только выявить уровни адаптированности данных военнослужащих к условиям военной службы и разбить их на соответствующие группы, но и дать подробную психологическую характеристику каждой группе. Так же основываясь на результатах данной психологической диагностики, мы смогли провести сравнительный анализ личностных качеств военнослужащих, адаптированных и неадаптированных к воинской службе.

В заключении следует отметить, что психологическая адаптация военнослужащих — это сложное, комплексное явление, которое представляет собой непрерывный, индивидуальный процесс интеграции в воинский коллектив и учебно-боевую деятельность, а так же выработку новых форм поведения для достижения определенных целей и личностной самореализации [6, с. 264].

Основной критерий успешности процесса психологической адаптации военнослужащего срочной службы — продуктивное выполнение задач своей военно-профессиональной деятельности, добросовестное отношение к служебным обязанностям, а так же интеграция в социально-бытовую жизнь подразделения [8, с. 35].

ЛИТЕРАТУРА

1. Говорин Н. В. Психическое здоровье призывного контингента. — Чита: Экспресс, 2011. — 204 с.
2. Григорьев А. В. Отношение к социальной активности во взаимосвязи с субъектными характеристиками личности, направленностью реализуемой активности и социально-психологической адаптацией: дис. кан. пед. наук. — Саратов, 2014. — 178 с.
3. Дулепова Ю. В. Формирование общекультурных компетенций будущих военных специалистов в вузе средствами модульного обучения: дис. кан. пед. наук. — Орел, 2014. — 169 с.
4. Ермолов Е. М. Становление и развитие качеств лидера воинского коллектива у кадет и суворовцев: дис. кан. пед. наук. — Санкт-Петербург, 2015. — 186 с.
5. Караяни А. Г. Психология страха. Материалы межрегиональной научнопрактической конференции психологов силовых структур (Москва, 16 апреля 2014 г.) / Военный университет МО РФ, Общество психологов силовых структур, Школа современных психотехнологий. — М.: ВУ, 2014. — 254 с.
6. Караяни А. Г., Сыромятников И. В. Военная психология. Учебник для специалистов психологической работы ВС РФ. — М.: ВУ, 2016. — 500 с.
7. Маклаков, А. Г. Общая психология: Учебник для вузов / А. Г. Маклаков. — СПб.: Питер, 2013. — 583 с.
8. Самусь В. Н., Саевич Т. Н., Селивончик Н. М. Основы военной психологии и педагогики. — Минск: БНТУ, 2012. — 83 с.

© Правенький Михаил Александрович (pravenki@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»



Г. Таганрог