

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ НОВОГО ПРИЗОВУ У ПЕРІОД АДАПТАЦІЇ

Стаття присвячена проблемі адаптації військовослужбовців нового призову, особливостям їх емоційних станів. Призив і проходження військової служби є потужним психоемоційним фактором, який впливає на психіку і змушує індивіда пристосовуватися до нових умов життя і побуту. Військова служба являє собою важливий, але важкий (часто – екстремальний) етап розвитку особистості. Переважна більшість військовослужбовців відразу починають відчувати суб'єктивний дискомфорт, емоційне пригнічення або напругу, виявляють ознаки підвищеної тривожності, деякої загальмованості.

У роботі визначається, що при наявності певних акцентуацій характеру, емоційно-вольовій або нервово-психічній нестійкості, нерозвиненій здатності до саморегуляції психофізіологічних станів, вплив стресогенних факторів може привести до зриву регуляторних механізмів, дезадаптованої поведінки військовослужбовця. Нервово-психічна нестійкість військовослужбовців розуміється як нездатність індивіда зберігати психічну працездатність, неадекватний рівень нервово-емоційної напруги, який не відповідає виконуваний діяльності, нестабільність психічних функцій при дії стресогенних впливів. Переважна частина нервово-психічних розладів у молодих військовослужбовців носить адаптаційний характер, обумовлений труднощами їх адаптації до нових умов життя і діяльності, характерними для військової служби.

Адаптація є процесом освоєння молодими солдатами запропонованих їм соціальних ролей, службових і громадських функцій та включення їх в систему особистих контактів і відносин. Таким чином, в структурній схемі процесу адаптації можна виділити три основні напрямки: 1) освоєння службово-посадових функцій; 2) включення в суспільне життя колективу; 3) встановлення міжособистісних, дружніх зв'язків і відносин.

***Ключові слова:** адаптація військовослужбовців; стресогенні фактори; емоційні стани; нервово-психічна нестійкість; дезадаптована поведінка.*

Постановка проблеми та її актуальність. В даний час проблема адаптації до військової служби є однією з найбільш актуальних, брак уваги до якої приводить до серйозних соціально-педагогічних, соціально-психологічних і медико-соціальних наслідків. Практика диктує необхідність більш глибокого вивчення психологічних чинників, що забезпечують успішну адаптацію до військової служби.

Разом з тим зниження престижу військової служби, зміна ціннісних орієнтирів молоді безпосередньо позначається на морально-психологічному стані і ускладненнях адаптації поповнення. Негативне ставлення до військової служби, можливість ухилитися від неї, безкарність за дані проступки (установка, сформована у молодій людині до призову в армію) в період звання до нових умов життя значно посилюється, навіть при зустрічі з незначними труднощами. Частина військовослужбовців схиляється до самовільного залишення частини під впливом загальної екстремальності військового побуту і служби і зниженням своєї нервово-психічної стійкості. Раннє виявлення емоційних станів таких осіб дозволяє підвищити можливості їх адаптації до умов військової служби, зберегти здоров'я, прогнозувати їх дії і вчинки, керувати поведінкою.

Знаючи істинні причини дезадаптивної поведінки, можна обрати найбільш ефективні шляхи та напрямки психолого-педагогічної допомоги з метою корекції поведінки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Питання адаптації та формування адаптивної поведінки особистості вивчали Маклаков А. Г., Осьодло В. І., Охрименко О. Р.; Томчук М.І. розглядав психологічні особливості професійної самосвідомості військовослужбовців, а особливості формування емоційної стійкості у військовослужбовців досліджував Блінов О. А.. Ряд авторів (Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Копаниця О.В., Малхазов О.Р.) досліджували психологічну готовність військовослужбовців військової служби за контрактом, а Агаєв Н. А., Скрипкін О. Г., Дейко А. Б., Поливанюк В. В., Еверт О. В. розробляли алгоритм роботи військового психолога щодо психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України.

Робота в частинах показує, що благополучно адаптація молодих воїнів до умов військової служби проходить там, де доброзичливий морально-психологічний клімат, де не забуті традиції товариської взаємодопомоги і підтримки (А.Г. Маклаков, М.І. Томчук, Н.В. Юр'єва). В кращу сторону відрізняються ті колективи, де постійно йде інтенсивна бойова підготовка і вирішені проблеми побутової облаштованості військовослужбовців.

Мета статті полягає у визначенні особливостей емоційних станів військовослужбовців нового призову у період адаптації.

Викладення основного матеріалу дослідження. Проблема актуальності соціально-психологічних досліджень військовослужбовців за призовом в сучасній українській армії визначається кардинальними змінами політичних, економічних, аксіологічних систем суспільного життя. Криза особистості і її адаптаційної поведінки системним чином відбилася на армії і військовій службі. Роль фактора фрустрованості і сполучених з нею психологічних захисних реакцій молодого солдата в початковий період адаптації до військової служби зобов'язує співвідносити адаптивні стратегії і установки з характером фрустрованості і захисних реакцій на ці переживання особистості, щоб профілактично коригувати дезадаптаційну поведінку військовослужбовців нового призову.

Проблема адаптації особистості різнобічно вивчається вітчизняними психологами. Зокрема, ряд робіт присвячений дослідженню адаптації особистості у малих групах в умовах тривалої ізоляції від звичного соціального оточення, а також адаптації особистості до екстремальних умов зміненого природного і соціального середовища тощо.

Адаптація є процесом освоєння молодими солдатами запропонованих їм соціальних ролей, службових і громадських функцій і включення їх в систему особистих контактів і відносин. Таким чином, в структурній схемі процесу адаптації можна виділити три основні напрямки: 1) освоєння службово-посадових функцій; 2) включення в суспільне життя колективу; 3) встановлення міжособистісних, дружніх зв'язків і відносин

(Осьодло, с. 224).

Оскільки процес адаптації до військового середовища є взаємодією молодого солдата його з навколишнім соціальним середовищем, можна виділити, фактори особистісні та фактори зовнішні. До особистісних факторів під час адаптації відносяться соціальний досвід юнака, основні мотиви служби, рівень освіти, рівень фізичного розвитку, здатності до оволодіння конкретної спеціальністю. Адаптація до військової дисципліни, статутного порядку протікає значно швидше у тих, хто має схильність до військової служби, відчуває інтерес до спеціальності, ставить перед собою завдання придбання додаткових умінь і навичок (Осьодло, с. 225).

Важливе значення для розуміння адаптаційних якостей має поняття соціальної активності, тобто свідомо вмотивованість дій і їх обґрунтованість, несхильність до чужих впливів і навіювань.

Військова служба являє собою систему взаємопов'язаних дій, які здійснюються для досягнення суспільно значущих цілей (забезпечення громадського порядку і громадської безпеки, охорона важливих державних об'єктів, спеціальних вантажів, територіальна оборона держави і т.д.), із застосуванням зброї, бойової техніки, психологічного впливу та інших засобів.

До різноманітних умов службово-бойової діяльності повинні бути віднесені наступні: небезпека – усвідомлення військовослужбовцем обстановки як загрозової його здоров'ю і життю; раптовість – несподівані для військовослужбовця зміни обстановки в ході виконання бойового завдання; невизначеність – відсутність, нестача або суперечливість інформації про зміст та умови виконання бойового завдання; новизна – наявність раніше невідомих військовослужбовцям елементів в умовах виконання бойового завдання; збільшення темпу дій – скорочення часу на виконання дій; дефіцит часу – умови, в яких успішне виконання завдання неможливо простим збільшенням темпу дій, необхідна зміна змісту структури діяльності (Приходько, с. 62).

Особливий інтерес до проблеми адаптації військовослужбовців нового призову до умов служби випливає зі специфіки та високої соціальної значимості діяльності людей щодо захисту державних інтересів і безпеки країни. Саме тому ця діяльність досі привертає особливу увагу дослідників різних наукових напрямків (медиків, психологів, філософів). Основні напрямки досліджень з даної проблеми лежать в області фізіології, медицини і психології.

Початковий (підготовчий) етап військової служби починається з моменту приписки юнака до військового комісаріату. Зміст цього етапу, з точки зору адаптації, носить в основному

пізнавальний характер. Його мета полягає в накопиченні людиною певного інформаційного запасу про середовище його майбутнього проживання і умов майбутньої діяльності. Тим самим відбувається формування інформаційного поля, яке відіграє велику роль у формуванні адаптивної поведінки особистості (Осьодло, с. 219).

Далі, починаючи з моменту отримання повістки з військкомату і до прибуття в конкретну частину відбувається наростання емоційних переживань, які формують стан психічного напруження.

Наступний етап службово-бойової діяльності починається з перших хвилин перебування юнака в умовах конкретної частини, коли він безпосередньо починає відчувати на собі вплив факторів на зміну умов існування. На даному етапі служби молодим військовослужбовцям належить адаптуватися до військового середовища, нових вимог і умов служби за призовом, оволодіти військовою спеціальністю. Часовий діапазон (як правило, 4 – 6 місяців), в ході якого відбувається адаптація до цих умов, становить етап первинної адаптації.

Зміст цього етапу, з точки зору адаптації, полягає у формуванні нового світогляду (суспільно-політична адаптація); придбанні військово-технічних знань і умінь, оволодінні військовою спеціальністю, пристосуванні до умов технічного обслуговування (військово-технічна адаптація); вивченні особистої зброї, формуванні навичок стрільби і збройної боротьби з противником (навчально-бойова адаптація); включенні в конкретний військовий колектив, встановлення відносин з командирами, старшими і рівними за посадою (соціальна адаптація) (Осьодло, с. 223).

Призив і проходження військової служби «є потужним психоемоційним фактором», який впливає на психіку і змушує пристосовуватися індивіда до нових умов життя і побуту. Військова служба являє собою важливий, але важкий (часто – екстремальний) етап розвитку особистості. Переважна більшість військовослужбовців відразу починають відчувати суб'єктивний дискомфорт, емоційне пригнічення або напругу, виявляють ознаки підвищеної тривожності, деякої загальмованості. Суб'єктивне неблагополуччя, як відзначають деякі автори, відбиває які зміни відбуваються в організмі в екстремальних ситуаціях (Павлик, с. 34).

Організм військовослужбовців нового призиву піддається впливу комплексу факторів, які нерідко значно знижують рівень працездатності (Приходько, с. 63). При наявності акцентуації характеру, емоційно-вольової або нервово-психічної нестійкості, нерозвиненості здатності до саморегуляції психофізіологічних станів, вплив стресогенних факторів може привести до зриву регуляторних механізмів, дезадаптації поведінки і діяльності військовослужбовця. Відбувається перебудова діяльності серцево-судинної системи, зміна артеріального тиску, частоти серцебиття. Саме в цей період, як відзначають дослідники, збільшується кількість захворювань різної природи серед молодого поповнення (Юр'єва, с. 382).

Визначаючи психогенний вплив умов військової служби як фруструючий, можна відзначити, що дезадаптація до даних умов виражається в нервово-психічній нестійкості. Нервово-психічна нестійкість у військовослужбовців розуміється як нездатність індивіда зберігати психічну працездатність, адекватний виконуваний діяльності рівень нервово-емоційної напруги, стабільність психічних функцій при дії емоціогенних, стресуючих впливів. Переважна частина нервово-психічних розладів у молодих військовослужбовців обумовлена труднощами їх адаптації до нових умов життя і діяльності, характерними для військової служби.

Нові умови життя, обумовлені переходом військовослужбовців нового призиву на військову службу, зміна колективу, режиму життя (праці і відпочинку), збільшений об'єм навантажень пред'являють до організму людини, її адаптивних можливостей підвищені вимоги. При цьому слід враховувати ту обставину, що військовослужбовці – це специфічна категорія, суть якої полягає в тому, що це в основному практично здорові молоді люди. В результаті функціональні резерви і адаптаційні можливості знижуються, що істотно впливає на ефективність виконання службових обов'язків і веде до виникнення психосоматичних захворювань (Дьяченко, с. 56).

Таким чином, незважаючи на велику кількість інформації, до сих пір не в повній мірі вивчені проблеми адаптації військовослужбовців на різних етапах службово-бойової діяльності, змісту і наступності етапів адаптації, психофізіологічних і психологічних їх особливостей. Очевидна необхідність не тільки дати характеристику діючих екстремальних подразників, але і виявити сукупність психофізіологічних характеристик військовослужбовців, які в одних випадках ведуть до адаптації, а в інших – до дезадаптації.

Стресові стани по різному впливають на поведінку військовослужбовців. Одні під впливом стресу виявляють повну безпорадність і не в змозі протистояти стресовим впливам, інші, навпаки, є стресостійкими особистостями і найкраще проявляють себе в моменти небезпеки і в діяльності, що вимагає напруження всіх сил.

Розглянемо конкретні негативні емоційні стани, які можуть виникнути у військовослужбовця у ході його військово-професійної діяльності.

Стан психічної втоми. У такому випадку у військовослужбовця виникає почуття психічної втоми від тривалого очікування результату. Відчувається стан "вижатого лимону", при якому знижується уважність, складніше запам'ятовується необхідна інформація, на думку приходять банальні рішення. Зниження інтенсивності психічної діяльності викликає депресію, а, разом з тим, виникає роздратування та спалахи гніву по відношенню до співслужбовців, які ні в чому не винні

(Ответчиков, с. 31).

Стан психічної напруженості. Стан характеризується наявністю почуття збентеженості, тривоги, навіть страху. Інтелектуальна діяльність протікає швидше та інтенсивніше, людина збуджено перевіряє будь-які гіпотези. Рухи стають або хаотичними, або, навпаки, чіткими та швидкими, темп їх прискорюється. Змінюються і фізіологічні реакції: прискорюється пульс, підвищується тиск та температура тіла, відбувається прилив крові до голови. Цей стан виникає в умовах: підвищеної відповідальності, дефіциту часу, зіткнення з особливо складними завданнями, або коли достатньо високий ризик прийняття неправильного рішення, як і відповідальності. Причиною стану психічної напруженості є дефіцит способів для виконання діяльності: інформації, умов, часу, тощо (Ответчиков, с. 32).

Стан зниженої мотивації. Зовнішні ознаки: зменшується швидкість роботи, збільшується кількість помилок за рахунок неухважності. Стан, коли потрібно багато разів переробляти певні документи, особливо у разі постійного внесення до них несуттєвих змін (Ответчиков, с. 33).

Подальше зниження мотивації призводить до виникнення монотонії (утруднюється сприйняття та переробка нової інформації, не спрацьовує увага, дії здійснюються несвідомо. В емоціях – в'ялість, апатія, сонливість, бажання припинити діяльність для того, щоб зайнятися чимось більш цікавим).

Стан тривожності. Стан супроводжується збентеженістю, дискомфортом, очікуванням гіршого чи невизначеного. Особливо часто стан тривожності відчувають люди, які схильні життєві ситуації розглядати як оцінку їх власних особистісних якостей чи компетентності. Залежність від оцінок інших людей формує усталену якість особистості – тривожність. Стан тривожності також може бути ситуативним, що залежить від схильності до негативного прогнозу власної діяльності (Ответчиков, с. 34).

Отже, емоційні стани – це психічні стани, які виникають у процесі життєдіяльності суб'єкта і визначають не тільки рівень інформаційно-енергетичного обміну, але і спрямованість поведінки. Військовий психолог у своїй діяльності повинен безумовно вміти оперативно діагностувати наявність негативних емоційних станів у членів військового колективу та оперативно здійснювати корекційні заходи щодо оптимізації емоційно-вольової сфери військовослужбовців.

Дослідження емоційних станів військовослужбовців нового призову показали, що у більшості з них підвищений рівень тривожності (70%), фрустрації (70%), ригідності (60%), агресивності (52%). Це може свідчити про те, що досліджувані військовослужбовці переживають емоційне неблагополуччя, яке пов'язане з відчуттям невідомого (небезпеки або невдачі), але вони можуть адаптуватися до зміненої ситуації.

Рівень нервово-психічної стійкості у 24% досліджуваних високий, у 48% – середній та у 22% – задовільний. Однак у 6% військовослужбовців нового призову рівень нервово-психічної стійкості незадовільний, що потенційно відноситься до групи ризику, яка потребує психологічного супроводу. Також психопрофілактичної роботи потребують 8% військовослужбовців, потенційно здатних залишити військову частину. Інші досліджувані мають низький (24%) та середній рівень (68%) схильності до порушення дисципліни і самовільного залишення частини.

Що стосується адаптивних можливостей, виявлено, що більшість досліджуваних мають достатньо високий рівень адаптаційних можливостей за шкалами: «поведінкової регуляції» (80%), «комунікативного потенціалу» (76%), «морально-етичної нормативності» (66%), «військово-професійної спрямованості» (56%), «рівня стійкості до бойового стресу» (82%).

Однак також виявлено групу ризику, до якої можна віднести 18% досліджуваних, які схильні до різних форм девіантної поведінки та ще 4% схильних до суїцидальних тенденцій.

Висновки

Проведене дослідження дозволило зробити такі висновки.

1.. Адаптація – це процес освоєння молодими солдатами запропонованих їм соціальних ролей, службових і громадських функцій і включення їх в систему особистих контактів і відносин.

2. В структурній схемі процесу адаптації можна виділити три основні напрямки: 1) освоєння службово-посадових функцій; 2) включення в суспільне життя колективу; 3) встановлення міжособистісних, дружніх зв'язків і відносин.

3. Процес адаптації до військової служби є взаємодією молодого солдата з навколишнім соціальним середовищем, в якому можна виділити як внутрішні так і зовнішні фактори. До внутрішніх (особистісних) факторів під час адаптації відносяться соціальний досвід юнака, основні мотиви служби, рівень освіти, рівень фізичного розвитку, здатності до оволодіння конкретної спеціальністю. Адаптація до військової дисципліни, статутного порядку протікає значно швидше у тих, хто має схильність до військової служби, відчуває інтерес до спеціальності, ставить перед собою завдання придбання додаткових умінь і навичок.

4. Емпіричне дослідження емоційних станів та адаптивного потенціалу військовослужбовців нового призиву в період адаптації показало, що більшості військовослужбовців готові до військової служби і здатні до адаптації. Однак існує група ризику, до якої входять 6% військовослужбовців нового призиву, що мають незадовільний рівень нервово-психічної стійкості, ще 8% досліджуваних, потенційно здатні залишити військову частину, 18% – схильні до різних форм девіантної поведінки та ще 4% – до суїцидальних тенденцій.

Отримані показники вказують на необхідність системної роботи військової психологічної служби спільно з командним складом із військовослужбовцями нового призиву у період адаптації для гармонізації емоційного стану і включення у нові життєві ситуації.

СПИСОК ПОСИЛАНЬ

1. Дьяченко М. И., Кандыбович Л. А. (1976). Психологические проблемы готовности к деятельности. Минск.

2. Осодло, В. І. (2012). Психологія професійного становлення офіцера [Текст] : монографія. Київ : Золоті ворота.

3. Отвечиков А. В. (1991). Психические состояния военнослужащих в особых условиях ведения боевых действий. Учебное пособие. Москва, ВПА.

4. Павлик Н. В. (2011). Психологічна адаптація особистості в екстремальних умовах військової діяльності. Вісник Науково-дослідного центру гуманітарних проблем Збройних сил України, № 3 (6), 32 -36.

5. Приходько І. І. (2007). Психологічні особливості військово-професійної діяльності льотного складу підрозділів внутрішніх військ МВС України та їх вплив на безпеку польотів. Збірник наукових праць. Харків : Акад. ВВ МВС України, № 1 – 2 (9 – 10), С.61 – 67.

REFERENCES

1. Dyachenko M. I., Kandyibovich L. A. (1976). Psihologicheskie problemyi gotovnosti k deyatelnosti. Minsk.

2. Osodlo, V. I. (2012). PsihologIya profesIynogo stanovlennya oftsera [Tekst] : monografIya. KiYiv : ZolotI vorota.

3. Otvetchikov A. V. (1991). Psihicheskie sostoyaniya voennosluzhaschih v osobyih usloviyah vedeniya boevyih deystviy. Uchebnoe posobie. Moskva, VPA.

4. Pavlik N. V. (2011). PsihologIchna adaptatsIya osobistostI v ekstremalnih umovah vIyskovoYi dIyalnostI. VIsnik Naukovo-doslIdnogo tsentru gumanItarnih problem Zbroynih sil UkraYini, # 3 (6), 32 -36.

5. Prihodko I. I. (2007). PsihologIchnI osoblivostI vIyskovo-profesIynoYi dIyalnostI lotnogo skladu pIdrozdiIv vnutrIshnlh vIysk MVS UkraYini ta Yih vpliv na bezpeku polotIv. ZbIrnik naukovih prats. HarkIv : Akad. VV MVS UkraYini, # 1 – 2 (9 – 10), S.61 – 67.

O. Dubchak, L. Karaulschuk

**PECULIARITIES OF THE EMOTIONAL STATES OF SERVICEMEN OF THE NEW
DRAFT DURING THE ADAPTATION PERIOD**

Summary. The article focuses on the problem of adaptation of servicemen of the new draft and the features of their emotional states. The conscription and military service "is a powerful psycho-emotional factor" that affects the mentality and makes the individual adapt to new conditions of life. Military service is an important but difficult (often extreme) stage of personal development. The overwhelming majority of servicemen immediately begin to feel subjective discomfort, emotional suppression or stress; they show signs of increased anxiety and some poor mental agility.

The article determines that with the presence of various character accentuations, emotional-volitional or neuropsychic instability, undeveloped ability to self-regulation of psychophysiological states, the influence of stressful factors can lead to disruption of regulatory mechanisms, maladaptive behavior of a military man. Neuropsychic instability of serviceman is thought to be as the inability of an individual to maintain mental capacity, an adequate level of neuro-emotional stress, which corresponds to the activity performed, the stability of mental functions under the influence of stressful factors. Most neuropsychic disorders in young servicemen are adaptable, that is, due to the difficulties of their adaptation to the new conditions of life and activity peculiar to military service. Adaptation is the process of assimilation by young soldiers of their social roles, service and social functions, and their inclusion in the system of personal contacts and relations. Thus, in the structural diagram of the adaptation process, three main areas can be distinguished: 1) mastering of official job functions; 2) inclusion in the public life of the collectivity; 3) the establishment of interpersonal, friendships and relationships.

Keywords: adaptation of servicemen; stressful factors; neuropsychic instability; emotional states; maladaptive behavior.