

ВИЗНАЧЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ КОРЕГУЮЧИХ ВПЛИВІВ ДЕЗАДАПТИВНИХ ЧИННИКІВ НА ОСОБЛИВІСТЬ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯ

Ходос О.С. Визначення ефективності корегуючих впливів дезадаптивних чинників на особистість військовослужбовця. В статті викладено матеріали контрольного емпіричного дослідження негативних сукупних факторів процесу адаптації військовослужбовців до військової служби, зроблено стислий аналіз отриманих даних, окреслено подальші напрямки роботи щодо вдосконалення та полегшення процесу адаптації військовослужбовців до нових умов служби, наведені нові напрямки вдосконалення якості підготовки військовослужбовця.

Ключові слова: Збройні Сили України, адаптація, агресія, емоційне вигорання, військовослужбовці, випереджача освіта, тривога.

Ходос О.С. Определение эффективности коррекционных воздействий дезадаптивных факторов на личность военнослужащего. В статье изложены материалы контрольного эмпирического исследования негативных совокупных факторов процесса адаптации военнослужащих к военной службе, сделан краткий анализ полученных данных, определены дальнейшие направления работы по совершенствованию и облегчению процесса адаптации военнослужащих к новым условиям службы, приведены новые направления совершенствования качества подготовки военнослужащих.

Ключевые слова: Вооруженные Силы Украины, адаптация, агрессия, эмоциональное выгорание, военнослужащие, опережающее образование, тревога.

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими практичними завданнями. Соціальний інститут Збройних Сил України даючи відповідь на сучасні виклики та загрози має у пришвидшеному темпі змінюватися, реформуватися та адаптуватися до нових вимог військово-політичних обставин у світі, а зокрема переосмислити та переоцінити застарілі погляди на навчання та бойову підготовку особового складу, підвищити ефективність професійного становлення, адаптації до нових умов, чи вимог військової служби. На сьогоднішній день, з урахуванням досвіду проведення антитерористичної операції на сході України (далі АТО – авт.) подекуди вносяться зміни до нормативів з бойової підготовки, вводяться нові вправи з вогневої підготовки, але організація та підхід до якісного проведення занять, на нашу думку, слід вдосконалювати; аспект вдосконалення ефективності діяльності соціального інституту ЗСУ вимагає не лише посиленого міжгалузевого наукового вивчення ай якомога швидшого впровадження отриманих результатів наукових досліджень.

Останні дослідження і публікації, виділення невирішених питань проблеми, якій присвячується стаття. Сучасні Збройні Сили в Україні, як і більшість соціальних інститутів потребує докорінних змін, що підтвердили, і продовжують підтверджувати події на сході України.

Армія до АТО несла на собі викривлене клеймо пострадянської ментальності, з яким не розуміли що потрібно робити: старі кваліфіковані кадри нудьгували за СРСР із показушними парадми, не менш показушними навчаннями, бутафорською злагожденістю та абсолютним нехтуванням індивідуальністю особистості військовослужбовця, нові кадри розуміли, що потрібні зміни, важлива ініціативність не лише з гори, ай з низу, так як не могли погодитися із твердженням, що у Збройних Силах важко, але головне дотерпіти до пільгової пенсії, щоб нічого не робити далі.

Два десятки років незалежності військовопосадовці та можновладці нищили військовий потенціал, так як у суспільстві не було розуміння важливості Армії як соціального інституту, більш того самі військовослужбовці не розуміли свого призначення, виходячи із сучасного стану ЗСУ. Але початок бойових дій на Україні пробудив дієвий запит суспільства щодо прагнення євроінтеграції та бажання докорінних змін. Згідно з Конституцією України, захист незалежності та територіальної цілісності України покладається на Збройні Сили України [1; 7].

Ефективність професійної діяльності військового на пряму залежить від здатності особистості долати негативний стрес, та у повній мірі соціалізуватися в професійному колективі. Як під час виконання бойових завдань, так і в умовах повсякденної діяльності, військовослужбовець має являти приклад патріотизму, мужності, стійкості, зразково дотримуватись військової дисципліни, як визначають статuti ЗСУ, керівні документи, накази та розпорядження [9].

Проблематикою адаптації, військової психології, та гармонізації професійної діяльності військовослужбовців, на теренах нашої держави займаються наступні науковці: В.В. Ягупов [6], О.Г. Сиропятов [5], Л.М. Юрьєва [10] тощо, на теренах СНД дану проблематику також активно досліджують К.В. Сельчюнок [4], М.М. Решетніков [3] тощо.

Формулювання цілей і постановка завдань статті. Продовжуючи нашу роботу, де ми викладаємо своє бачення найгостріших стресогенних компонентів процесу адаптації військовослужбовців до військової служби, висвітлюємо результати нашого емпіричного дослідження, у цій статті ми розкриємо хід та висвітлимо результати повторного діагностичного дослідження процесу адаптації військовослужбовців до військової служби, чим самим підтвердимо ефективність впроваджених нами випереджальних чи корегуючи методів.

Виклад методики і результатів досліджень. Для повторного вивчення адаптаційних процесів серед курсантів навчальних рот нами були обрані психодіагностичні методики: спрямовані на діагностику агресивних та ворожих реакцій (Басса-Даркі), визначення рівня емоційного вигорання (В.В. Бойко), визначення рівня стресостійкості та соціальної адаптації (Холмса і Раге), визначення самооцінки стресостійкості (С. Коухена та Г. Вілліансона). в межах дослідження приймали участь 292 військовослужбовці строкової та контрактної служби, віком від 19 до 25 років, які щойно прибули у підрозділи.

Нами було виділено дві групи досліджуваних: з високим рівнем адаптаційних здібностей до проходження військової служби та з низьким рівнем такого показника

(з випадками емоційних зривів, що перешкождали здійсненню курсантами покладених на них обов'язків).

Для перевірки ефективності коригувального впливу на адаптивні можливості курсантів до проходження військової служби було проведено повторну діагностику вище згадуваних особистісних характеристик досліджуваних обох груп.

В ході аналізу отриманих результатів та їх порівняння з отриманими на констатувальному етапі було виявлено наступне (див. табл. 1). Для оцінки достовірності відмінностей у рівні розвитку досліджуваних характеристик до та після формуального впливу застосовувався непараметричний метод порівняння середніх значень z – критерій Вілкоксона.

Таблиця 1

Порівняння результатів дослідження особистісних характеристик представників експериментальної групи до та після формуального впливу

№ п/п	Особистісні характеристики	До експерименту		Після експерименту		Достовірність відмінностей	
		М	σ	М	σ	Z	p
1	стресостійкість та соціальна адаптація	3,38	1,06	4,13	0,89	-9,13	0,0001
2	самооцінка стресостійкості	3,37	1,34	3,75	1,04	-5,21	0,0001
3	симптом „неадекватно-го вибіркового емоційного реагування”	14,78	7,24	10,15	6,16	-8,511	0,001
4	симптом „редукції професійних обов'язків”	14,04	7,51	10,45	6,56	-7,523	0,001
5	симптом „переживання психотравмуючих обставин”	13,64	7,02	8,88	5,95	-9,629	0,001
6	симптом „тривоги та депресії”	13,16	7,72	8,29	6,02	-8,649	0,001
7	симптом „розширення сфери економії емоцій”	12,32	7,25	9,58	6,34	-6,676	0,001
8	симптом „емоційно-моральної дезорієнтації”	11,90	6,72	9,42	6,12	-6,300	0,001
9	симптом „незадоволеності собою”	11,88	6,46	8,9010	5,76	-7,474	0,001
10	симптом „загнаності у кут”	11,52	6,87	8,34	5,66	-7,610	0,001
11	симптом „психосоматичних порушень”	10,99	6,66	10,02	5,99	-2,315	0,021
12	симптом „емоційного дефіциту”	10,52	5,85	9,90	5,45	-1,903	0,057
13	симптом „де-персоналізації”	10,28	6,28	10,34	6,27	-0,139	0,889
14	симптом „емоційної відчуженості”	10,15	5,55	9,58	5,48	-1,847	0,065

15	емоційне вигорання (загалом)	145,1	46,91	113,8	36,1	-11,47	0,001
16	фаза резистенції	53,04	21,01	39,61	17,0	-10,67	0,001
17	фаза напруги	50,21	21,69	34,42	15,1	-11,20	0,001
18	фаза виснаженості	41,93	16,10	39,86	16,4	-2,680	0,007
19	агресивність	18,12	6,77	13,90	4,81	-8,511	0,001
20	ворожість	8,32	3,13	6,81	2,45	-6,676	0,001
21	вербальна агресія	7,30	3,15	5,51	2,53	-6,300	0,001
22	фізична агресія	5,56	1,99	4,06	1,97	-2,357	0,052
23	підозріливість	4,32	2,12	3,39	1,76	-1,903	0,057
24	непряма агресія	4,34	0,93	3,83	1,19	-0,139	0,889
25	схильність до роздратування	5,24	2,47	4,31	2,08	-1,857	0,054
26	почуття провини	3,99	2,12	3,10	1,65	-1,847	0,065
27	образ	4,00	1,65	3,42	1,48	-0,765	0,964
28	негативізм	4,13	1,52	3,14	1,43	-1,249	0,658

Як бачимо з табл. 1, у досліджуваних експериментальної групи після формувального впливу відбулось:

- істотне підвищення рівня стресостійкості та соціальної адаптації, а також самооцінки стресостійкості;
- істотне зниження проявів емоційного вигорання загалом та таких його окремих симптомів: „неадекватного вибіркового емоційного реагування”, „редукції професійних обов’язків”, „переживання психотравмуючих обставин”, „тривоги та депресії”, „розширення сфери економії емоцій”, „емоційно-моральної дезорієнтації”, „незадоволеності собою”, „загнаності у кут”, „психосоматичних порушень”, а також зменшення вираженості усіх трьох фаз розвитку стресу;
- істотне зниження рівня агресивності загалом, ворожості та вербальної агресивності.

У представників контрольної групи з плином часу теж відбулись позитивні зміни у прояві досліджуваних особистісних характеристик, що пов’язане з адаптацією до проходження військової служби. Зокрема:

- відбулось суттєве підвищення рівня стресостійкості та соціальної адаптації;
- суттєво зменшились прояви емоційне вигорання (загалом) та окремих його симптомів: „неадекватного вибіркового емоційного реагування”, „редукції професійних обов’язків”, „переживання психотравмуючих обставин”, „тривоги та депресії”, „емоційної відчуженості”, „емоційного дефіциту”, а також знизилась вираженість розвитку напруги як однієї з фаз розвитку стресу;
- істотно знизилась прояви вербальної, фізичної та непрямой агресії, почуття провини та негативізм.

Для оцінки достовірності відмінностей між змінами в особистісних характеристиках досліджуваних контрольної та експериментальної груп після формувального впливу застосовувався непараметричний метод математичної статистики U – критерій Манна-Уїтні.

У досліджуваних експериментальної групи у порівнянні з контрольною відбулись більш істотні позитивні зміни у прояві таких особистісних характеристик:

- підвищення рівня стресостійкості та соціальної адаптації;
- зниження проявів емоційного вигорання (зокрема, таких його симптомів: „редукції професійних обов'язків”, „розширення сфери економії емоцій”, „загнаності у кут”, „психосоматичних порушень”, „емоційного дефіциту”) та вираженості фази виснаження у розвитку стресу;
- зниження загального рівня агресивності та ворожості, а також окремих проявів агресивності: вербальної агресії, фізичної агресії, схильності до роздратування, підозріливості.

Окрім того, застосування методу кореляційного аналізу після проведення психокоригуючого впливу з метою виявлення зв'язків між рівнями розвитку особистісних характеристик досліджуваних обох груп дозволило з'ясувати:

- в експериментальній групі наявний:

а) статистично значущий негативний кореляційний зв'язок між самооцінкою стресостійкості та симптомом переживання психотравмуючих обставин ($r=-0,193$ при $p\leq 0,001$), що свідчить про важливе значення підвищення рівня опору стресу для зниження відчаю та незадоволеності при усвідомленні психотравмуючих факторів діяльності, які важко усунути;

б) статистично значущий позитивний кореляційний зв'язок між стресостійкістю, соціальною адаптацією та самооцінкою стресостійкості ($r=0,590$ при $p\leq 0,001$), що свідчить про значущість підвищення рівня опірності стресу для покращення самовідчуття особистості та підвищення самооцінки стресостійкості;

в) статистично значущий негативний кореляційний зв'язок між стресостійкістю, соціальною адаптацією та почуттям провини як проявом агресії та ворожості ($r=-0,200$ при $p\leq 0,001$), що свідчить важливість підвищення рівня опірності стресу для зниження почуття провини зокрема та рівня агресивності загалом.

- у контрольній групі відсутні статистично значущі кореляційні зв'язки між рівнями розвитку досліджуваних особистісних характеристик, що може бути зумовлене недостатністю розвитку адаптивних можливостей курсантів за умов відсутності спеціально організованих коригувальних впливів.

Вище викладене дозволяє зробити висновок про ефективний психокоригувальний вплив застосовуваних методів та прийомів на підвищення адаптивних можливостей курсантів до проходження військової служби та необхідність їх впровадження у практику. Зокрема запропоновані методи та прийоми роботи з емоційною сферою курсантів, на основі випереджаючої освіти [2], дозволяють:

- коректувати їх реакції на стресори та постстресову поведінку,
- здійснювати адаптивну підготовку до нових соціальних умов,
- зменшувати емоційні затрати курсантів при виконанні ними покладених на них обов'язків,
- зменшувати втому курсантів при виконанні поставлених перед завдань,
- долати почуття безпомічності (що може виникнути під впливом психотравмуючих обставин),

- попереджувати появу негативних психосоматичних та психовегетативних порушень,
- підтримувати здатність відчувати позитивні емоції та почуття (радість, співчуття, співпереживання, спокій, ввічливість і т. д.).
- знижувати рівень агресивності, ворожості та їх прояв через форму та зміст словесних відповідей.

Таким чином розроблена програма психокоригувального впливу на емоційну сферу особистості може бути рекомендована для застосування у військових частинах на етапі первинної адаптації курсантів до проходження військової служби з метою оптимізації адаптаційного процесу.

Висновки. Аналіз результатів ефективності коригувального впливу на адаптивні можливості курсантів до проходження військової служби дозволив сформулювати наступні висновки:

1. Застосування спеціально дібраних методів і прийомів впливу на емоційну сферу особистості (зокрема, тренування вміння адекватно емоційно реагувати на ситуації, контролювати емоційні затрати при виконання обов'язків, приймати ситуації, якими вони є; віру в себе, у військову службу, в місце служби; вміння розмежовувати ситуації спілкування: пов'язані зі службою та пов'язані з особистісними стосунками, розуміти зв'язок свого емоційного стану з конкретним видом ситуацій спілкування та недопустимість переносу відреагування негативних емоцій, викликаних одним видом ситуацій спілкування в іншому їх виді; моральні почуття; гуманістичні установки; вміння бачити позитивні сторони у собі, у військовій службі, у конкретних обов'язках, пов'язаних з нею) дозволяє, з однієї сторони, суттєво підвищити рівень стресостійкості, соціальної адаптації та самовідчуття людиною здатності витримувати стреси; з іншої – суттєво знизити прояви емоційного вигорання (емоційну черствість, байдужість, спроби зменшити службові обов'язки, що викликають емоційних затрат, відчай і незадоволення, відчуття тривоги та розчарування, відсутність позитивних емоційних проявів інших сферах життя, виправдовування свого негативного емоційного ставлення до інших, відчуття незадоволеності собою та службою, відчуття безпомічності, психосоматичні та вегетативні порушення), рівень агресивності, в тому числі вербальної, ворожості та уникнути наростання стресу.

2. Стихійна адаптація курсантів до проходження військової служби (без застосування методів та прийомів цілеспрямованого психологічного впливу) теж дозволяє суттєво підвищити рівень стресостійкості та соціальної адаптації, суттєво зменшити прояви емоційного вигорання, вираженість напруженості у розвитку стресу та окремі прояви агресивності (вербальної, фізичної та непрямой агресії, почуття провини та негативізм). Однак, такі позитивні зміни менш істотні у порівнянні із змінами в експериментальній групі.

3. Для підвищення адаптивних можливостей курсантів до проходження військової служби доцільно застосовувати методи та прийоми роботи з їх емоційною сферою.

Перспективи подальших досліджень. Наша випереджаюча та корегуюча робота, яка підтвердила свою ефективність потребує кращого переосмислення, доопрацювання її практичної складової з використанням закордонних методів та підходів, у межах психофізичної, тактичної, вогневої підготовок. Зокрема у межах фізичної підготовки ми зіткнулися з проблемою не визначення, кого саме командири бачать у своїх лавах, атлетів чи воїнів? Виходячи з положень фізичної підготовки і спорту у ЗСУ, основна мета – створити легкоатлетичного атлета, командири нижчої ланки, безперечно, потребують воїнів, відповідно цих двох парадигм відбувається розгалуження впливів і невідповідність вимог, які передбачають суттєві відмінності підготовки [8], які подекуди суперечать один одному. Держава, як і самі військовослужбовці мають нарешті визначитися ким вони себе бачать.

Список використаних джерел

1. Конституція України: чинне законодавство зі змінами та допов. станом на 1 січн. 2014 р.: (ОФІЦ ТЕКСТ). – К. : Паливода А.В., 2014. – 64 с.
2. Макаренко О.М., Ходос О.С. Освітній стрес та випереджаюча освіта: монографія / О.М. Макаренко, О.С. Ходос. – К., 2011. – 185 с.
3. Решетников М.М. Психология войны: от локальной до ядерной. Прогнозирование состояния, поведения и деятельности людей. – СПб.: Восточно – Европейский Институт Психоанализа, 2011. – 496 с.
4. Сельченко К.В. Проблемы военной психологии. – Мн.: Изд-во: Харвест, АСТ, 2003, Серия: Библиотека практической психологии. – 640 с.
5. Сыропятов О.Г. Медико-психологическое сопровождение специальных операций. / О.Г. Сыропятов. – К.: О.Т. Ростунов, 2013. – 292 с.
6. Ягупов В.В. Військова психологія: Підручник. – К.: Тандем, 2004. – 656 с.
7. Макаренко О.М., Ходос О.С. Психологічний конфлікт очікувань та реалій у процесі адаптаційного періоду військовослужбовців контрактної служби Збройних Сил України. / О.М. Макаренко, О.С.Ходос // Конфліктологічна експертиза: теорія та методика: Матер. XIII міжнародної науково – практичної конференції (28.02.2014). – К. , 2014. – С. 9-13
8. Масюткин В. Спецназовцу на заметку. // Братишка. 2012. - №9. - С. 22-26.
9. Ходос О.С. Складові процесу адаптації військовослужбовців до військової служби. / О.С.Ходос // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. – 2015. – Том. V: Психофізіологія.Психологія праці. Експериментальна психологія. – Випуск 15. – С. 232-241.
10. Юрьева Л.М. Материалы пресс-конференции на тему: «Психологическая адаптация солдат вернувшихся из зоны АТО. Психическое состояние населения связанное с непрекращающимися военными действиями на Донбасе»: [Электрон. ресурс]. – Режим доступа: <http://www.most-dnepr.info/press-centre/archives/112798.htm>

References transliterated

16. The Constitution of Ukraine, current legislation as amended and supplemented. As of 1 January. 2014: (Official texts). - K: Palyvoda AV, 2014. – 64 p.

17. A. Makarenko, Hodos A. Education and stress ahead of education. Monograph. – K., 2011. – 185 p.
18. Reshetnikov M.M. Psychology War: from nuclear to the Local Area. STATUS prediction, behavior and activities of people. – SPb.: East – Evropeyskyy Institute psychoanalysis, 2011. 496 p.
19. Selchenok K.V. Problems voennoy psychology. - App.: Publishing: Harvest, AST, 2003., Series: Library Practical psychology. – 640 p.
20. Syropyatov A.G. Medical-psychologicheskoe soprovozhdenye of special operations / A.G. Syropyatov. – K: OT Rostunov, 2013. – 292 p.
21. Yagoupov V. Military Psychology: Textbook. - K: Tandem, 2004. – 656 p.
22. Makarenko O.M., Hodos A.S. Psychological conflict of expectations and realities in the adaptation period of military contract service of the Armed Forces of Ukraine. / OM. Makarenko, O.S. Hodos // examination of the conflict: Theory and Methods: Materials XIII International scientific – practical conference (02/28/2014). K., 2014. – p. 9-13
23. Masyutkyn V. Spetsnazovtsu to Notes. // Bratyshka. 2012. – №9. – P. 22-26.
24. Hodos AS The components of the process of adaptation of military service. / OSHodos // Actual problems of psychology: Proceedings of the Institute of Psychology behalf G.S. Kostyuka NAPS Ukraine. – 2015. – Vol. V: Psyhofiziolohiya. Psyholohiya work. Experimental Psychology. – Issue 15 – 284 P. 232-241
25. Yuryev L.M. Materials press conference on "Adaptation Psychologicheskaya soldier vernuvshyhsya IZ zone ATO. Psyhycheskoe STATUS population with svyazannoe neprekraschayuschymysya voennyму action at Donbass ".: [Elektron. resource]. - Access: <http://www.most-dnepr.info/press-centre/archives/112798.htm>

Hodos A.S. Determination of the effectiveness of corrective actions maladaptive personality factors on the soldier. In the article the materials control empirical study of negative aggregate factors of process of adaptation of military service, made a brief analysis of the data, conclusions regarding the conducted empirical research, outlines future directions for improvement and facilitate the adaptation of the new conditions of service, are new areas for improvement as a military training.

Spontaneous adaptation of cadets to military service (without the use of methods and techniques focused psychological impact) also can significantly increase the level of stress and social inclusion, significantly reduce the appearance of emotional burnout, the degree of tension stress and individual acts of aggression. However, these positive changes are less significant than the changes in the experimental group.

To increase the adaptive capacity of students to military service appropriate to apply the methods and techniques of their emotional sphere

Key words: Armed Forces of Ukraine, adaptation, aggression, emotional burnout, military, education vyperedzhacha, anxiety.