

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
АМУРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
(ФГБОУ ВО «АмГУ»)

Факультет социальных наук
Кафедра психологии и педагогики
Направление подготовки 37.03.01 – Психология

ДОПУСТИТЬ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой

_____ Е.А. Иванова

«__» _____ 2017 г.

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

на тему: Особенности адаптации военнослужащих по призыву

Исполнитель

студент группы 364 сб 1

О.К. Садовская

Руководитель

доцент, канд.псих.наук

О.Д. Стародубец

Нормоконтроль

В.С. Клемес

Благовещенск 2017

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
Амурский государственный университет
(ФГБОУ ВО «АмГУ»)

Факультет социальных наук
Кафедра психологии и педагогики
Направление подготовки 37.03.01 – Психология

Зав. кафедрой
Е.А. Иванова
« _____ » _____ 2017 г.

З А Д А Н И Е

К бакалаврской работе (проекту) студента группы **_364сб1_ О.К. Садовской**

1. Тема бакалаврской работы (проекта): **Особенности адаптации военнослужащих по призыву**

(утверждено приказом от _____ № _____)

2. Срок сдачи студентом законченной работы (проекта): **11.01.2017 г.**

3. Исходные данные к бакалаврской работе (проекту): **материалы анализа психолого-педагогической литературы, методической документации, рекомендаций, статистические данные.**

4. Содержание бакалаврской работы (проекта) (перечень подлежащих разработке вопросов): **теоретические основы адаптации военнослужащих к условиям срочной службы. Работа состоит из 2 глав, в результате эмпирического исследования выявлена взаимосвязь адаптации военнослужащих на разных этапах службы.**

5. Перечень материалов приложения (наличие чертежей, таблиц, графиков, схем, программных продуктов): **5 рисунков, 4 таблицы, 2 приложения.**

6. Консультанты по бакалаврской работе (проекту) (с указанием относящихся к ним разделов) – **отсутствуют.**

7. Дата выдачи задания – **08.09.2016 г.**

Руководитель бакалаврской работы (проекта) – **доцент кафедры ПиП, канд. псих. наук Ольга Дмитриевна Стародубец**

(ФИО, должность, уч. степень и звание)

Задание принял к исполнению: _____ /О.К. Садовская/
(дата, подпись студента)

РЕФЕРАТ

Бакалаврская работа состоит из 67 страниц машинописного текста, 50 источников, двух глав, 3 приложения, 4 таблиц, 5 рисунков.

АДАПТАЦИЯ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ, СЛУЖБА ПО ПРИЗЫВУ, ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ, АДАПТАЦИОННЫЕ СПОСОБНОСТИ, ВОИНСКИЙ КОЛЛЕКТИВ

Данная работа посвящена изучению проблемы адаптации военнослужащих по призыву.

Первая глава содержит анализ теоретической информации о содержании понятий адаптации в психологической литературы, а также психологической характеристики в военной службы по призыву. Кроме этого, рассмотрены особенности адаптации военнослужащих в процессе службы, и пути решения проблемы адаптации военнослужащих.

Во второй главе представлен материал эмпирического исследования по вопросу исследования особенностей адаптации военнослужащих по призыву.

ВВЕДЕНИЕ

Психологическое обеспечение адаптации военнослужащих по призыву к воинской среде и условиям службы является одним из важнейших направлений в работе войскового психолога. Проблема адаптации военнослужащих к условиям воинской деятельности – одна из важнейших задач практической военной психологии. Успешность прохождения воинской службы напрямую зависит от адаптированности личности к ее условиям.

Адаптация влияет на психические состояния, профессиональное обучение, эффективность вовлечения призывника в военную деятельность, оптимальное взаимодействие с окружающей средой, а также всю систему социальных связей личности в условиях службы. Большим резервом дальнейшего повышения эффективности процесса является оптимизация адаптации молодых солдат к учебной, служебной и общественной деятельности. Это объясняется тем, что успешность обучения и воспитания молодых солдат, их учебная, служебная и общественная активность, воинская дисциплина, настроение и самочувствие в значительной мере зависят от особенностей протекания их адаптации.

Проблемой адаптации военнослужащих занимались многие военные психологи (Балл Г.А., Березин Ф.Б., Александровский Ю.А., Воробьев В.М., Бодров В.А., Празднова В.А., Сандомирский М.Е. и др.).

Данная проблема является актуальной как в мирное, так и в военное время, как в обыденной жизни, так и особенно в период службы в вооруженных силах, когда не все молодые люди способны перенести отрыв от родительского дома, требования воинской среды и специфическую атмосферу межличностных отношений.

Учитывая вышесказанное, сегодняшнее положение дел в Российской армии вызывает большую тревогу, и дальнейшее изучение этой проблемы имеет большое значение, не только для проблемы создания нормальных условий пребывания молодых людей в армии, но для гораздо более широкого

круга социально–психологических явлений.

Объект исследования – процесс адаптации военнослужащих.

Предмет исследования – адаптация военнослужащих к условиям срочной службы.

Гипотеза исследования – между показателями адаптации военнослужащих на разных этапах срочной службы существует прямая взаимосвязь (чем больше срок службы – тем выше уровень адаптации военнослужащих).

Цель исследования – изучить процесс адаптации военнослужащих на разных этапах срочной службы.

Задачи исследования:

1) проанализировать литературу по проблеме адаптации военнослужащих на разных этапах срочной службы;

2) исследовать особенности адаптации военнослужащих к условиям срочной службы в воинском коллективе;

3) выявить характер взаимосвязи адаптации военнослужащих на разных этапах срочной службы.

Методы исследования: анализ литературы, наблюдение, тестирование, методы математической статистики.

База исследования – в/ч 64845–2 1496-й отдельный радиотехнический батальон.

Выборку составили 40 военнослужащих – солдат срочной службы в возрасте 18-20 лет, из них 20 человек – первое полугодие службы, 20 человек – последнее полугодие службы.

1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ АДАПТАЦИИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПО ПРИЗЫВУ

1.1 Понятие адаптации в психологической литературе

Изучение психологической литературы показывает, что в общественные науки понятие «адаптация» вошло из биологии, где она рассматривается как механизм биологического приспособления различных видов животного и растительного мира к изменчивым условиям среды обитания.

Возникновению термина «адаптация» (от латинского *adapto* – приспособляю) относится ко второй половине XVIII в. Введение его в оборот связано с именем немецкого физиолога Ауберта, который использовал этот термин для характеристики явлений приспособления чувствительности органов зрения и слуха, выражающего в повышении или понижении чувствительности в ответ на действие адекватного раздражителя [7, с. 134].

Социально-психологическая или социальная адаптация предполагает приобщение личности к новым группам, а также видам деятельности, которые имеют место в данном социуме. Этот вид адаптации понимается как результат процесса различных изменений, в частности, социальных, социально-психологических, морально-психологических, демографических и т.д.

Многими ведущими учеными социальная адаптация относится к одному из основных социально-психологических механизмов социализации личности, являясь показателем её зрелости. В этом случае подчеркивается активность субъекта в процессе освоения социального опыта, поскольку в ходе социализации индивид не просто усваивает социальный опыт группы, но субъективно преобразовывает его в собственные социальные установки, социальные ожидания, ценностные ориентации и т.п. Ценностные ориентации предполагают некоторое преобразование «чужого» опыта.

Социально-психологическая адаптация является необходимым условием функционирования общества как единого социального организма, поскольку предполагает включенность личности в социальную среду через обретение

статуса, места в социальной структуре общества.

В исследованиях подчеркивается непрерывный характер социальной адаптации. Так, Н.А. Свиридов считает, что «социальная адаптация – активное освоение личностью новой для неё социальной среды. Адаптационные процессы происходят постоянно, так как постоянно происходят изменения и в социальных условиях нашего существования, и в нас самих» [18, с. 167].

На примере изучения адаптации переселенцев в новой социокультурной среде В.В. Гриценко определяется социально-психологическую адаптацию как сложный и многомерный процесс взаимодействия представителей разных культур, в результате которого происходит формирование новой позитивной (общей с коренными жителями России) социальной идентичности, процесс развития личностного потенциала мигрантов по мере их активного включения в различные виды деятельности (в профессиональную деятельность), систему межличностных отношений, социокультурную и социально-политическую жизнь России, нахождение условий для реализации потребностей в самоуважении и самоактуализации личности.

В.В. Гриценко подчеркивает, что сущностью социально-психологической адаптации является сочетание устойчивости (сохранение идентичности, тождественности организма самому себе) с изменчивостью (достижением новых состояний), которое осуществляется на уровне способов его взаимодействия со средой и на уровне адаптивных механизмов [14, с. 93].

Автор предлагает проводить дифференцированный анализ феноменов социально-психологической адаптации на двух уровнях: групповом и личностном. На групповом уровне анализа выделяются факторы, влияющие на выбор и реализацию переселенцами различных стратегий адаптации в условиях кризиса идентичности, в частности: установки на сохранение русскими своего культурного своеобразия, обусловленного длительным проживанием, прежде всего, в иноэтничном окружении, и установки на налаживание самых широких взаимоотношений с коренным населением принимающей территории и тем самым приобретение позитивной социальной идентичности, адекватной

изменившимся социокультурным, экономическим и политическим условиям жизни в обществе.

На личностном уровне анализируется влияние на выбор и реализацию стратегий адаптации ценностно-смысловой структуры личности, выраженной в виде конкретных показателей: стремление к самоактуализации, удовлетворенность профессиональной деятельностью, осуществлением смысла жизни, а также факторов эмоциональной устойчивости и локуса контроля личности.

Этот подход развивает представления о функциях социально-психологической адаптации и позволяет выделить в качестве основных следующие функции: формирование средств, нахождение условий и форм для свободного прогрессивного развития личности в новой социокультурной среде. Также автором подчеркивается значимость исследования социальной идентичности, ценностно-смысловых структур личности для выявления эффективности адаптационного процесса.

В ряде подходов социальная адаптация рассматривается в соотношении с ведущей деятельностью личности и способности личности решать проблемную ситуацию. Так, А. Налчаджян определяет социальную адаптацию как состояние взаимоотношений личности и группы, при котором личность без длительных внешних и внутренних конфликтов продуктивно выполняет свою ведущую деятельность, удовлетворяет свои социогенные потребности, в полной мере идет навстречу тем ролевым ожиданиям, которые предъявляет к ней эталонная группа, переживает состояние самоутверждения и свободно выражает свои творческие способности. В связи с этим автор выделяет нормальную, девиантную и патологическую виды адаптации. В его работе прослеживается влияние психоаналитического подхода и направленности на психотерапевтическую помощь личности, оказавшейся в состоянии невроза [23, с. 115].

Нормальная адаптация приводит к устойчивой адаптивности личности в типичных проблемных ситуациях без патологических изменений её структуры

и одновременно без нарушения норм той социальной группы, в которой протекает активность личности. Автор считает, что эта адаптация может быть защитной, незащитной и смешанная. В защитной адаптации проявляется действие основных защитных механизмов личности (агрессии, рационализации, регрессии, проекции и других). Актуализация того или иного защитного механизма зависит от того, насколько ситуация является сложной для данной личности, а также от внутренних условий, особенностей и общего психологического состояния человека.

Незащитная адаптация происходит, когда личность оказывается в нефрустрированной проблемной ситуации, требующей от неё принятия рациональных решений. Эти процессы идут без использования защитных механизмов, с помощью познавательных операций, механизмов целеполагания, групповых социально-психологических процессов и решения задач, различных форм социальной уступчивости (например, конформного поведения, но без защитных механизмов) и тому подобного. Смешанная адаптация происходит, когда личность частично фрустрирована, но стоит перед конструктивными задачами, связанными с её социальными ролями. Тогда могут одновременно или в какой-либо последовательности актуализироваться либо защитные, либо когнитивные механизмы. То, насколько эффективно и быстро справится человек со стоящей перед ним задачей, зависит от удачного сочетания и применения обоих видов адаптации.

Девиантная адаптация – это те процессы социальной адаптации личности, которые обеспечивают удовлетворение потребностей индивида в данной группе при том условии, что ожидания остальных участников социального процесса не оправдываются таким поведением. Выделяют два типа девиантной адаптации: неконформистская и новаторская. Неконформистская адаптация – это такой процесс, благодаря которому личность преодолевает внутригрупповую проблемную ситуацию необычными для членов этой группы способами и вследствие этого оказывается в конфликтных отношениях с нормами группы и их носителями, так как последние испытывают постоянную

фрустрированность, связанную с реализацией человеком неконформистской адаптации. В данном случае личность может либо оказаться исключенной из социального окружения, либо создавать вокруг себя зону постоянного напряжения и конфликтов. Новаторская адаптация – это действия творческой личности, которой тесно в существующих рамках, и которая преобразует общество в соответствии со своими убеждениями. При этом человек должен обладать очень высокой степенью активности и в то же время устойчивостью к воздействиям окружающих, высокой личностной силой, личным потенциалом.

Патологическая адаптация – это такой социально-психический процесс, который полностью или частично осуществляется с помощью патологических механизмов и форм поведения и приводит к образованию патологических комплексов характера, входящих в состав невротических и психотических синдромов. Патологизирующее поведение, однако, может быть и адаптивным тогда, когда в группе ожидается именно такое поведение, т.е. когда группа имеет патологизированные нормы.

В качестве специфических особенностей социальной адаптации отмечается активное участие сознания, влияние трудовой деятельности человека на среду, активное изменение человеком результатов своей социальной адаптации в соответствии с социальными условиями бытия, а «успешный» характер адаптации носит при сохранении устойчивости объекта, приобретении нового качества в результате изменчивости и развитии адаптивных механизмов.

Сложным является вопрос о показателях социально-психологической адаптации. В наиболее общем виде такими показателями являются состояние психического здоровья человека и степень биологического воспроизводства определенной этносоциальной группы. Это значит, что показатели адаптации определяют жизнеспособность и выживаемость как индивида, так и группы. Также отмечаются показатели, связанные с переосмыслением ситуации, эффективности решения трудных ситуаций, в том числе в учебной и профессиональной деятельности.

В литературе встречается два основных диадных термина относительно показателей адаптации: адаптивность – неадаптивность и адаптированность – дезадаптированность, которые в принципе означают одно и то же, а именно, результат адаптационного процесса с точки зрения успешности его завершения. Первая диада чаще рассматривается по отношению к анализу функционирования целеустремленной системы. Например, В.А. Петровский в качестве показателей адаптации рассматривает соотношение адаптивности – неадаптивности, которое определяется соответствием (несоответствием) между целями личности или системы и достигаемыми в процессе деятельности результатами. Показателем социальной адаптации является согласование целей и результатов, что лежит в основе анализа самодостижения деятельности. При этом вводится новый оценочный компонент результатов адаптации через представления о позитивном характере неадаптивности. Неадаптивность означает существование противоречивых отношений между целью и результатами, которое с одной стороны, неизбежно, но с другой стороны, является источником динамики деятельности, ее реализации и развития [12, с. 28].

Вторая диада чаще используется авторами, которые исследуют личностный и групповой уровни адаптации. Например, в подходе Л.А. Петровской социальная адаптированность предполагает наличие у субъекта определенных навыков и способов взаимодействия. Такими, по мнению автора, являются: свободное владение вербальными и невербальными средствами социального взаимодействия; осознание деятельностной среды (социальной и физической, окружающей человека; осознание своих потребностей и ценностных ориентации, и способность воздействовать на среду для достижения своих целей и удовлетворения своих основных потребностей); способность человека осознавать свои стереотипы в восприятии других людей, реакции переноса, свои проекции и интроекции; способность индивида самому справляться с возникающими стрессовыми ситуациями; установки на активное взаимодействие с социальной средой; принятие социальной роли. Кроме того, к

навыкам и способам адаптивного поведения относят умение конструктивно разрешать конфликтные и напряженные ситуации; способность брать ответственность на себя за свои поступки, проявления.

В то же время это и результат этого процесса, который получил название адаптированности. В социальной сфере у конкретного индивида уровень развития данного свойства (т.е. адаптационных способностей) определяет интервал изменения условий и характера деятельности, в рамках которого возможна адаптация.

1.2 Психологическая характеристика срочной военной службы

Срочная военная служба – это исполнение воинского долга гражданами призывного возраста сроком по призыву на один год в мирное время. Это понятие является синонимом понятия «военная служба по призыву». В профессиональном сленге работников военкомата (а с этим приходится регулярно сталкиваться гражданину призывного возраста) существуют такие понятия как «срочники», «контрактники», «альтернативщики» и т.п. Юридически правильнее будет «военная служба по призыву», но на практике гражданин призывного возраста при посещении военкомата часто будет слышать фразу «срочная военная служба».

К срочной службе в армии призываются граждане возрастом от 18 до 27 лет, первоначально прошедшие постановку на воинский учет. Призыв проходит два раза в год – с апреля по июль, а также с октября по декабрь. При этом учитываются следующие факторы: люди, участвующие в учебном процессе (учителя, педагоги) призываются с мая по июнь, а принимающие участие в сельскохозяйственных работах – с октября по декабрь.

Порядок прохождения службы военнослужащих-срочников регламентируются законом «О воинской обязанности и военной службе», Положением о порядке прохождения военной службы.

Срочники могут быть отправлены для выполнения задач в зоны боевых конфликтов только с их личного согласия и при условии, что они отслужили минимум полгода.

Срок срочной службы в армии РФ – 1 год. Он начинается с даты убытия из военного комиссариата к месту прохождения службы. После обязательной военной подготовки (не более 2 месяцев) военнослужащий принимает присягу, позволяющая нести караульную службу и боевое дежурство. Солдат получает в распоряжение свое оружие, может подвергаться дисциплинарным взысканиям в виде ареста.

Место, где призывник будет проходить срочную службу в армии, определяется на региональном сборном пункте призывной комиссии. Молодые люди, у которых есть дети или больные пожилые родители (от 55 лет), по возможности направляются в воинские части, находящиеся вблизи места проживания. Они должны документально доказать данные обстоятельства. Кроме того, стоит учитывать, что в Законе указано «при возможности», а не «обязательно».

Выбор места несения срочной службы в армии и рода войск не зависит от желания призывника. Это определяется призывной комиссией путем изучения личных дел всех парней. Распределение по видам войск происходит в два этапа. Первый проводится по результатам первоначальной постановки на воинский учет. Длится до достижения призывником 18-летнего возраста.

Второй этап проводится непосредственно перед призывом. Изучается физическое и психологическое здоровье молодых людей, их образование, семейное положение, профессиональная подготовка. Очень тщательно рассматриваются характеристики с мест учебы и работы, органов внутренних дел. Проводятся индивидуальные беседы, специализированные тестирования. По итогам исследования военный комиссар в индивидуальный лист призывника вносит заключение о предварительном определении рода войск. Призывная комиссия при направлении призывника на военную службу учитывает данное заключение.

При приеме на военную службу по контракту оценку военно-профессиональной направленности следует проводить с учетом:

- 1) выраженности отдельных ее показателей: зрелости, широты;

2) осознанности, устойчивости, действенности. Зрелость при военно-профессиональной направленности определяется социальной значимостью основного стремления (выбора) личности, ее нравственной позицией, готовностью принести максимальную пользу обществу своим трудом.

Принимая решение о выборе военной службы по контракту в качестве своей основной деятельности, кандидат должен учитывать:

а) ратный труд и воинский быт по своим целям и функциям, средам и условиям и регламентации представляет собой особый образ жизни. Военная служба является не только сложной, трудовой, но и опасной деятельностью;

б) характер военной службы, потребности обороны и безопасности государства и общества ограничивают права и свободы военнослужащих, налагают на них особые обязанности. В военное время, в условиях чрезвычайного положения права военнослужащих еще более ограничиваются;

в) установленные государством моральные и материальные компенсации за ограничение прав, а также льготы для военнослужащих не возмещают всего ущерба, наносимого ограничениями, и не уравнивают военнослужащих в правах с гражданскими лицами.

В связи с повышением разрушительной силы оружия, усложнением боевой техники появляется все больше и больше факторов, отрицательно влияющих на психику человека. Это обстоятельство побуждает в настоящее время подбирать кандидатов на военную службу с высоким уровнем эмоционально-волевой устойчивости.

В каждом волевом проявлении личности человека, как показал известный отечественный психолог А.Ц. Пуни, содержатся интеллектуальные (гностические) компоненты, ибо воля – деятельная сторона разума; эмоциональные (мотивационные), ибо воля – деятельная сторона моральных чувств: операционные компоненты (умения), ибо проявление воли у человека обуславливается его жизненным опытом, вытекают их индивидуального своеобразия его личности и связаны с ее направленностью, моральными чертами, психологическими особенностями неровной системы, сложившимися

качествами структуры волн, такими как, смелость, самостоятельность, твердость, целеустремленность, решительность, настойчивость, самообладание, дисциплинированность

Перечисленные волевые качества значительно усиливаются под влиянием мотивации, осознании высокой ответственности за результаты деятельности, от того, насколько человек представляет цель волевого действия, умело ориентируется в обстановке и четко видит средство достижения поставленной цели. Когда эти вопросы хорошо осознаны и продуманы, то в поведении прослеживаются такие волевые качества как инициативность, выносливость, смелость, твердость, самообладание, выдержка, решительность.

Таким образом, психологическая готовность, особенно к такому сложному виду деятельности как несение воинской службы в частях и на кораблях Вооруженных сил России представляет собой сложную динамическую структуру, являющуюся выражением совокупности интеллектуальных, эмоциональных, мотивационных, волевых сторон психики человека и их соотношение с высшими условиями и предстоящими задачами.

Психологическая устойчивость – главное содержание психической готовности личности воина, она предполагает высокую надежность функционирования у него всех познавательных и эмоционально–волевых процессов в ходе воинской деятельности, особенно, при возникновении опасных для жизни, напряженных ситуаций.

Из выше изложенного можно сделать вывод, что военная служба по контракту предъявляет повышенное требование к личности солдат, матросов, сержантов, старшин в части их профессиональной подготовленности и пригодности.

На военную службу по контракту может быть принят гражданин, признанный при медицинском освидетельствовании – годным к военной службе, по результатам профессионально психологического отбора, отнесенный к 1 или 2 категории соответствующий установленным требованиям:

- 1) по общеобразовательному цензу;
- 2) по уровню профессиональной подготовки;
- 3) по уровню физической подготовки.

Гражданин, поступающий на военную службу по контракту должен:

- 1) быть дисциплинированным и ответственным, способным работать в коллективе, эффективно взаимодействовать с товарищами» уважительно относиться к старшим, командирам» свое поведение в бою и другой экстремальной обстановке строить на основе взаимопомощи и взаимовыручки;
- 2) обладать разумной активностью и инициативой;
- 3) уметь принимать решение при неполной и зачастую противоречивой информации, а также при дефиците времени;
- 4) обладать эмоциональной устойчивостью в ситуациях, связанных с угрозой для жизни, выносливостью к физическим и психическим перегрузкам (нервно-психической устойчивостью);
- 5) обладать устойчивыми мотивами добровольного поступления на военную службу (высокой военно-профессиональной направленностью).

Военная служба на современном этапе характеризуется повышенными физическими, информационными нагрузками, высоким психоэмоциональным напряжением, что создает предпосылки к формированию у военнослужащих состояния хронического стресса. Это обуславливает необходимость совершенствования мероприятий медицинского контроля за состоянием здоровья военнослужащих и разработку способов коррекции последствий стресса, с целью предупреждения возникновения психосоматических заболеваний. Однако без понимания механизмов стресс – реакции профилактика и коррекция нарушений адаптационных процессов не может быть успешной.

На современном этапе развития общества отмечается тенденция к росту невротических расстройств среди военнослужащих срочной службы, что обусловлено специфическими воздействиями многочисленных факторов служебного и социального стресса (резким изменением жизненного стереотипа,

строгой регламентацией режима, высокими эмоциональными и физическими нагрузками), которые приводят к формированию данной патологии или декомпенсации ранее имевшихся расстройств. Наиболее часто в структуре невротических расстройств у военнослужащих срочной службы встречаются тревожные и депрессивные реакции, развивающиеся в рамках адаптации к особенностям армейской службы.

Законодательство Российской Федерации ограничивает следующие свободы граждан, проходящих военную службу:

1) свободу личности военнослужащего. Военнослужащие, в отличие от гражданских лиц, могут быть задержаны и подвергнуты аресту без судебного решения;

2) свободу передвижения. Изменить место жительства, место военной службы военнослужащие могут только с учетом поддержания боевой готовности воинских частей и в соответствии с заключенными контрактами;

3) свободу слова. Военнослужащие не должны разглашать государственную и военную тайну, обсуждать и критиковать приказы командиров (начальников), им запрещено также участие в митингах, собраниях, уличных шествиях, преследующих политические цели, запрещено также участие в забастовках.

Военнослужащие ограничены в праве участвовать в управлении делами государства и общества. Это право сводится к возможности голосовать при выборах государственной власти и органов местного самоуправления. Военнослужащие не могут состоять в общественных объединениях, преследующих политические цели. Им запрещается ведение любой политической агитации, в том числе и предвыборной.

Военнослужащие ограничены также в праве на труд и отдых. Им запрещено совмещать военную службу с работой на предприятиях, в учреждениях и организациях, заниматься предпринимательской деятельностью. Боевое дежурство (боевая служба), учения, походы кораблей и другие мероприятия проводятся при необходимости без ограничения общей

продолжительности еженедельного служебного времени для военнослужащих.

Сознательность военно – профессиональной направленности, в конечном счете, определяется адекватностью сопоставления своих личных возможностей и склонностей с этими требованиями и содержанием воинской деятельности.

Таким образом, выявление направленности человека на военную службу в целом и на деятельность по конкретной военной профессии, предполагает тщательное изучение и комплексный анализ целого ряда социально-психологических характеристик – мировоззренческих взглядов и убеждений, познавательных и трудовых интересов, увлечений в часы досуга, отношение к окружающим и самому себе; общественной активности и практического опыта.

1.3 Особенности адаптации военнослужащих в процессе службы

Воинские коллективы, в которые вливается молодое пополнение, имеют общие и отличительные черты, как по отношению к иным коллективам (школьным, учебным, производственным и т.д.), так и друг к другу. Они имеют свои специфические особенности, обуславливающие особенности социально-психологической адаптации молодых солдат к воинской службе: особая общественная значимость целей и задач воинской деятельности, выполнение которых связано с высокой ответственностью и опасностью для жизни; четкая, уставная, правовая регламентация всех сторон воинской жизни и деятельности, а это строгая субординация взаимоотношений, воинская дисциплина, внутренний порядок и т.п.; относительная обособленность воинских коллективов, обусловленная спецификой их деятельности; особенности полового, возрастного, национального состава подразделений и другие [26, с. 113].

Воинские коллективы отличаются друг от друга военно– профессиональными особенностями содержания и организации воинской деятельности, типами внутриколлективного общения в зависимости от формы организации воинского труда: совместно-взаимодействующей, совместно-индивидуальной или совместно-последовательной, качественными характеристиками: уровнем нравственной зрелости, сплоченности,

слаженности, состоянием дисциплины, морально-психологическим климатом, достижениями и результатами деятельности.

Расширяются и углубляются представления молодых солдат о поведении в новых условиях. Появляющиеся в результате этой перестройки поведения, появляются психологические новообразования, которые позволяют солдатам все с большей оптимальностью осуществлять учебную, служебную и общественную деятельность в условиях прохождения службы. А это в свою очередь свидетельствует о росте их адаптированности в воинских коллективах. Основными психологическими механизмами такой перестройки являются: самоубеждение, самовнушение, самоупражнение, самоощереение, подражание, самопринуждение, самоутверждение и другие. С их помощью личность осуществляет сознательную саморегуляцию своей деятельности в соответствии с ее новыми видами и условиями. Все эти механизмы взаимосвязаны и взаимодействуют, определяя психологическое содержание, формы деятельности и поведения человека в новых условиях деятельности.

Такой подход к сущности адаптации и механизмов ее осуществления позволяет считать, что адаптация является элементом социализации человека. Ведь «под социализацией понимается сложный многоуровневый процесс формирования основных личностных качеств индивида, необходимых ему для жизнедеятельности в обществе», а также усвоение определенной системы знаний, норм и ценностей, позволяющих ему функционировать в качестве полноправного члена общества. Освоение человеком новых видов деятельности и поведения в процессе его социализации с необходимостью предполагает и адаптацию к ним.

Большое внимание в психологической литературе уделяется классификации видов адаптации по различным основаниям. В источниках выделяются ее виды как: биологическая, физиологическая, психофизиологическая, психологическая, социально-психологическая, социальная, биосоциальная и другие.

Исходя из видов деятельности солдат, в качестве основных видов их

адаптации можно выделить: адаптацию к учебной деятельности (дидактическую), военно-функциональную (профессионально-боевую), адаптацию к служебной деятельности (служебно-функциональную), адаптацию к общественной деятельности в коллективе (общественную), адаптацию к условиям быта воинского коллектива (повседневно-бытовую).

Некоторые исследователи явления адаптации выделяют в этом процессе ряд последовательных этапов, фаз, периодов, исходя из того или иного основания. Плодотворным и интересным является подход к периодизации этого явления предпринятый М.И. Дьяченко и Л.А. Кандыбовичем, которые выделяют в нем такие этапы: познавательный, обучение новым образам действий и способам поведения, психологической переориентации, выработки привычек, внутреннего принятия новых задач и условий деятельности.

Другие подходы. В.П. Кондратова выделяет три фазы адаптации: начальная фаза, как ответная психическая реакция организма на новые условия (она длится различные сроки у различных индивидуумов); вторая фаза – фаза перестройки приспособительных механизмов, динамического стереотипа и психических процессов; третья фаза – наступление периода устойчивой адаптации, когда в основном завершается или завершено формирование динамического стереотипа и приспособительных реакций [26, с. 73].

Несколько иной анализ делает Л.Г. Егорова. Она выделяет 5 уровней адаптации: первый, очень низкий (негативный); второй, низкий (пассивный) уровень характеризуется безразличным отношением; третий, средний (активный) уровень характеризуется положительным отношением; четвертый, высокий (активно-продуктивный) характеризуется положительным и активным отношением; пятый, очень высокий (творческий) характеризуется творческим отношением [4, с. 116].

От этапа к этапу адаптированности человека происходит переход от количественных изменений (расширение знаний, овладение способами и приемами новых действий, последовательный рост уверенности в своих действиях, внутреннего положительного отношения к новым задачам и

условиям деятельности и поведения) к качественным изменениям в личности, позволяющим ей успешно осуществлять новые виды деятельности.

В общей и военной психологической литературе принят ряд попыток вычленения для определения степени адаптированности человека к новым условиям деятельности и поведения. Это такие показатели: степень знания личностью условий предстоящей деятельности; уровень развития общественных мотивов, индивидуальных и коллективных установок; способность управлять своим поведением, степень активности в новой социальной среде; самооценка отношения к службе, уровень удовлетворенности новым режимом жизни, характером взаимоотношений с коллективом и командиром, оценка собственной социальной позиции и подготовки к выполнению новой роли; физическое самочувствие, частота обращений за медицинской помощью, спокойное и ровное настроение, прибавление в весе, успехи в физической и боевой подготовке, высокая дисциплина; исполнительность, широта социальных контактов; испытываемые психические состояния и т.д.

По мнению В. Стрельникова, основная тяжесть психологического давления падает тогда на молодых солдат с положительной направленностью, не желающих мириться с несправедливым положением, а также на тех слабых как в физическом, так и в моральном отношении солдат, которые не способны постоять за себя. Такая ситуация чревата серьезными конфликтами, если вовремя не принять самые решительные меры по наведению уставного порядка. Спецификой социально-психологической адаптации является то, что она пронизывает все сферы, которые мы рассматривали выше, выступает как бы «срезом» боевой, учебно-боевой, общественной и бытовой адаптации, отражает адаптацию новичков в сфере обучения. Поэтому основными видами социально-психологической адаптации солдат к воинской службе можно назвать: адаптацию к взаимоотношениям с командирами и начальниками; адаптацию к межличностным отношениям с равными по служебному положению в сфере быта, личным отношениям.

Молодым людям, приходящим на военную службу в современную армию, процесс адаптации приходится проходить как минимум дважды: при зачислении на учебу в специальные учебные подразделения и после их окончания – при назначении в боевые подразделения для дальнейшего прохождения службы. Эти основные этапы адаптации солдат по своему содержанию и значению не являются однозначными, имеют свои особенности.

В учебных подразделениях на первый план выдвигается адаптация солдат к относительно новой для них системе взаимоотношений «подчиненный – начальник». Именно здесь происходит формирование у солдат первичных навыков и привычек общения с командирами и начальниками на военном языке, беспрекословного выполнения их требований, приказов и распоряжений, уважительного отношения к старшим. Успех этого процесса целиком и полностью зависит от уровня подготовленности, компетентности в вопросах обучения и воспитания, знаний психологии адаптации солдат.

Установление межличностных отношений между солдатами обеспечено равным положением их в коллективе учебного подразделения, общим для всех статусом молодого бойца. Гораздо сложнее и, как правило, с большими трудностями адаптируются молодые воины после окончания учебных подразделений в коллективах боевых рот и подразделений, что объясняется особенностями внутриколлективной структуры данных подразделений, наличием в ней различных категорий военнослужащих с неодинаковым опытом службы, разделением на «молодых» и «стариков».

Вступая в армейскую жизнь, молодой человек уже имеет определенный опыт установления взаимоотношений в коллективе (в семье, школе, учебном заведении, на производстве, неформальном коллективе), систему ценностных ориентаций и установок по отношению к общественно-полезной деятельности, сформировавшийся характер. У него сложились также некоторые (не всегда адекватные) представления о службе в армии и своей роли военнослужащего. Личность с положительной направленностью ценностных ориентаций может быстрее адаптироваться в воинской среде, чем личность с отрицательной

направленностью, так как последняя не совпадает с общей направленностью воинского коллектива. Совпадения (или несовпадение) ценностных ориентаций воинского коллектива и входящей в него личности является основой их адаптационного взаимодействия и взаимной адаптированности [23, с. 34].

Таким образом, сущность социально-психологической адаптации (далее – СПА) личности в воинском коллективе состоит в том, что это двусторонний процесс установления официальных (служебных) и неофициальных (личных) взаимоотношений между личностью и коллективом на начальном этапе их взаимодействия, опосредованного ценностями, содержанием и организацией совместной воинской деятельности, результатом которого является, с одной стороны, адаптированность входящей в коллектив личности, а с другой стороны – принятие коллективом молодого солдата на основе взаимопонимания, согласования ценностных ориентаций нового члена и воинского коллектива.

Социально-психологическая адаптированность личности – это определенная степень принятия его ценностных ориентаций, установок, норм, традиций, обычаев воинского коллектива; глубина и ширина его контактов и связей с командирами и сослуживцами; уровень удовлетворенности установленными взаимоотношениями и своим положением в коллективе. Адаптированность личности может иметь, в основном, два уровня, зависящих от отношения личности к ценностям коллектива и отношения к новому члену:

1) Уровень поверхностной адаптированности – внешнее принятие личностью норм и т.д. коллектива, условное следование им в целях сохранения принадлежности к группе под давлением необходимости выполнения воинского долга. Изменения не затрагивают глубоких структур личности. При отсутствии контроля личность может легко вернуться к привычным способам поведения. Устанавливаемые контакты непрочны, мотивированы, как правило, только симпатией или антипатией. Эмоциональная удовлетворенность низкая.

2) Уровень глубокой адаптированности – внутреннее принятие личностью норм и правил коллектива в силу их тождественности личным нормам или в

результате происшедшей под воздействием требований коллектива перестройки иногда ломки внутренних норм. Устанавливаются прочные и относительно многочисленные служебные и личные связи, опосредованные содержанием совместно решаемых задач. Достаточно высокая удовлетворенность личности этими отношениями и своим положением в коллективе.

Социально-психологическая адаптация молодых солдат к воинской службе представляет собой два относительно самостоятельных процесса последовательного вхождения их сначала в коллективы учебных подразделений (первичная СПА), а затем – в коллективы боевых подразделений (вторичная СПА), каждый из которых имеет свою специфику.

В процессе СПА вступают во взаимодействие социально-психологическая структура личности новичка и прежде всего познавательный, эмоциональный и волевой компоненты и психология воинского коллектива, а это коллективное мнение, традиции, обычаи, морально-психологический климат, стиль руководства и лидерства и т.п. Процесс СПА как первичный, так и вторичный имеет определенную динамику, включает в себя ряд последовательных стадий:

- 1) ориентировочную;
- 2) критическую;
- 3) завершающую.

Выделяется в ней 3 сферы:

- 1) сферу установления взаимоотношений в системе «подчиненный – начальник»;
- 2) сферу установления взаимоотношений в системе служебного и личного общения между сослуживцами;
- 3) сферу установления отношений между личностью воина и воинским коллективом [16, с. 90].

Первичная СПА молодых солдат к воинской службе имеет ряд специфических особенностей, обусловленных:

- резким отрывом от привычной социально-психологической среды

(семьи, школы, учебного или производственного коллектива, круга друзей и знакомых), что вызывает у людей, особенно на первых парах, чувство одиночества, тоски и т.п.;

– новой обстановкой, новыми, непривычными требованиями, большим числом новых людей, способствующими возникновению у многих растерянности, психологической напряженности, стрессовых реакций (уже через 1-2 недели совместного пребывания в казарме у некоторых, в особенности замкнутых и необщительных людей возникает острое желание побыть в одиночестве, уединиться, а невозможность удовлетворения этой потребности приводит к еще большей напряженности);

– командным стилем предъявления требований, вызывающим внутреннее сопротивление, нежелание, подчиняться, которое у психически неустойчивых личностей иногда выливается в открытые формы протеста, пререкания, конфликты. Основная причина подобных конфликтов – это противоречие между ранее сложившимися установками, навыками и привычками поведения и общения теми требованиями, которые предъявляют к ним командиры в соответствие с уставными нормами. Иногда конфликты возникают по причине неквалифицированного руководства молодыми солдатами, незнание психологических особенностей адаптации;

– сравнительной легкостью установления дружеских связей между молодыми солдатами, имеющими равноправное положение в коллективе, одинаковый статус молодого воина. Отдельные осложнения могут возникать при установлении контактов между воинами разных национальностей;

– тем, что учебное подразделение является по своему типу формирующимся коллективом и не может в короткое время достигнуть высокого уровня развития, поэтому солдаты не успевают приобрести опыта взаимодействия с истинным воинским коллективом.

Наиболее важной сферой первичной СПА солдат является их адаптивность к требованиям командиров. В принятии или непринятии этих требований заключается основной эффект адаптации личности к воинской

службе, превращение юноши из гражданского в военного человека, поскольку главной особенностью исполнительской по сути деятельности солдата является необходимость быстрого и точного выполнения уставных требований, приказов и распоряжений.

На ориентировочной стадии солдаты проявляют выраженное стремление и выполнение требований командиров, подчеркнутую старательность и исполнительность. Главным механизмом СПА солдат выступает подражание командирам. Одновременно идет процесс оценивания личности каждого командира, подмечаются типичные черты, сильные и слабые стороны. Многое зависит здесь от первого впечатления, которое произвел тот или иной командир на солдат. Это впечатление потом бывает трудно изменить.

Осмотревшись в новых условиях, приглядевшись к командиру, солдат начинает вырабатывать и опробовать определенный стиль во взаимоотношениях с ним. Некоторым солдатам это дается нелегко. В результате могут возникать конфликты, особенно во взаимоотношениях с сержантами, которые по возрасту почти не отличаются от своих подчиненных. Данная стадия первичной СПА является критической, потому что в результате ряда проб и ошибок вырабатывается основная линия поведения солдата, в этот период самооценка солдат и ожидаемая оценка имеют тенденцию к сближению с оценкой командира, но еще не адекватна ей.

На завершающей стадии СПА личная линия поведения солдат закрепляется, становится устойчивой. Наблюдается дифференциация военнослужащих на три основные группы в зависимости от отношения к выполнению требований по воинской службе:

- а) активно-положительное;
- б) пассивного;
- в) активно-отрицательного.

Вторичная СПА солдат к воинской службе начинается с момента прибытия в боевые подразделения. Для нее характерны следующие особенности:

1. Вхождение новичков, осуществляется в коллективах разного уровня развития, что определяет характер адаптивного поведения личности.

2. Решающей сферой СПА является сфера установления отношений между личностью и воинским коллективом, от которой зависит адаптация в других сферах.

3. Воинский коллектив формального типа воспринимается как сильный стресс-фактор, искажающий течение вторичного СПА молодых воинов или приводящий к дезорганизации по отношению к воинской службе.

Основное содержание адаптации военнослужащих выявляется в соответствии с ее видами (бытовая, дидактическая, служебно-функциональная и общественная). Рассмотрим бытовую адаптацию.

Бытовая адаптация – это приспособление солдат к условиям жизни в армейских условиях на основе изменений, происходящих в их психике. Основными их особенностями являются: необходимость точного соблюдения требований воинских уставов, дисциплины и субординации, твердого распорядка дня, проживания в казарме, несение гарнизонной, караульной и внутренней службы, невозможность часто видеться с родными и близкими, большой объем служебных знаний, навыков и умений, усвоить которые солдат обязан в ограниченное время.

Как известно, физиологическим механизмом осуществления человеком привычных действий и поведения является динамический стереотип. Перестройка привычных форм жизнедеятельности всегда связана с ломкой сложившегося стереотипа и установлением нового. В силу этого основным физиологическим механизмом бытовой адаптации молодых солдат является установление стереотипа нового поведения.

Наблюдения за молодыми солдатами показывают, что перестройка, ломка сложившихся у них динамических стереотипов сопровождается возникновением отрицательных эмоций, напряженности, угнетающе действуют на психику.

«Процесс адаптации представляется примерно следующим образом:

первые 2 месяца солдат переживает состояние возбуждения, проявляет повышенный интерес к службе, стремится быть исполнительным, очень впечатлителен. В это время он активно поддерживает связь с домом, переписывается по многим (до 20) адресам. Период со второго по шестой месяц наиболее трудный в психологическом отношении: солдат вращается в коллектив, устанавливает новые контакты, сокращаются старые связи (например, переписка до 2-3 адресатов). Наступает время, когда он особо остро переживает отрыв от дома, может испытывать одиночество, неуверенность в себе, зависимость от других. Обычно после шести месяцев солдат твердо становится на ноги и в профессиональном, и в моральном, и в психологическом отношении».

Описание социальных отношений в армии целесообразно начать с характеристики существующих в ней типов социальной организации, или статусных систем. Таких систем в советских Вооруженных Силах можно выделить три. Одна из них – формальная, или уставная, т.е. та, которая устанавливается «сверху». Уставная статусная система – это идеальный порядок, который должен существовать в армии согласно ее Уставу. Две другие системы являются неформальными, т.е. формируются «снизу» и не предусмотрены Уставом. Это дедовская и земляческая структуры. Хотя обе они являются неуставными, это совершенно различные системы и по принципам организации, и по их влиянию на «конечные результаты» функционирования армейских частей и подразделений. Все три системы могут находиться между собой в разных взаимоотношениях: конкурировать, конфликтовать и, как это ни парадоксально, дополнять друг друга. От конкретной ситуации в социальной и политической жизни общества зависит, какая из систем в армии выходит на первый план, оттесняя другие.

Уставной армейский порядок подразумевает пирамидальную структуру функционирования всей армейской машины. Уставная статусная система предполагает беспрекословное выполнение приказа, проходящего по этой цепочке.

Существует распространенная точка зрения, согласно которой «дедовщина» – это негативное явление, которое разрушает структуру армии, разъедает воинские коллективы, а основная причина ее существования заключается в отсутствии контроля со стороны офицеров. Правильным здесь является то, что дедовские отношения возникают как следствие эрозии уставного порядка. Однако уставная статусная система при существующих условиях прохождения срочной службы не располагает адекватной системой стимулов и вследствие этого не может быть воплощена в жизнь. Сказанное означает, что «дедовщина» – это функциональное следствие невозможности реализовать уставной порядок в подавляющем большинстве воинских частей. Дедовская статусная система основывается на подчиненности молодых военнослужащих старослужащим, т.е. тем, кто был призван в армию раньше и прошел в ней больший срок службы.

Наряду с рассмотренными аспектами проблемы, в армии существует еще одна статусная система – земляческая. В однородных по национальному составу воинских частях (они бывают только славянскими с незначительными вкраплениями солдат других национальностей) в земляческие группы объединяются люди, приехавшие из одного города или региона, иными словами, земляки. Группировки такого рода обеспечивают своим членам психологическую поддержку.

Адаптация молодых солдат включает:

- адаптацию к общевоинским требованиям, регламентирующим повседневное поведение военнослужащих и ко всему укладу жизни в условиях казармы;
- профессиональную адаптацию, связанную с освоением военной специальности и формированием соответствующих ее требованиям индивидуально-психологических качеств;
- социально-психологическую адаптацию, обусловленную вхождением в воинский коллектив и усвоением характерных для боевого расчета (экипажа, отделения) групповых норм поведения, стиля взаимоотношений [7, с. 42].

В начале службы основные трудности воина обусловлены, прежде всего, адаптацией на биологическом уровне. Она первична по времени и связана с необходимостью перестройки организма в специфических условиях армейской жизни. Продолжительность первого этапа – биологической адаптации – существенно зависит от климато-географических условий. В средней полосе страны этот период составляет около 3–5 месяцев. Биологическая адаптация формирует уровень функционирования организма (гомеостаз), адекватный условиям жизни, быта и деятельности солдата. Критерием завершения адаптации на биологическом уровне является снижение показателя общей заболеваемости молодых солдат.

В динамике психологических характеристик и эмоционального состояния воина особое место занимают первые два – три месяца службы – этап включения в новую деятельность, или начальный этап профессиональной и социально-психологической адаптации. Его сущность составляет, прежде всего, знакомство человека с новой средой, т.е. такое движение его сознания, в котором исходный момент – обобщенное, часто идеализированное представление о воинской деятельности, сформированное с чужих слов, по книгам, кинофильмам, а конечный – относительно четкое знание основных требований новой среды, полученное на собственном опыте, непосредственно во время службы.

В большинстве случаев новобранцев отличают дисциплинированность, исполнительность, старательность, высокий уровень интереса к деятельности в новых условиях. Для них характерны повышенная восприимчивость к требованиям, обусловленным спецификой службы, склонность безоговорочно ориентироваться на принятые в новой среде нормы и одобрение командиров, полное доверие к внешней информации и желание точно выполнить все поступающие указания. В начале службы в армии остро чувствуется резкий отрыв от дома, от родных и близких. Однако, поскольку эти трудности переживает большинство молодых воинов, то и переносятся они, как показала жизнь, легче, не вызывая серьезного душевного кризиса: трудно, зато ново и

интересно.

При работе с молодым пополнением важно знать, что молодой воин внутренне больше всего сориентирован на усвоение общевоинских требований, что позволяет успешно формировать у него исполнительность, выдержанность, пунктуальность и точность в выполнении распоряжений, воинский стиль поведения и взаимоотношений со старшими. Кроме того, повышенная открытость внутреннего мира молодых солдат для окружающих, а следовательно, и их повышенная ранимость требуют в работе с ними на этом этапе адаптации особой осторожности, внимательности, педагогического такта со стороны командиров, старослужащих, актива подразделения, военных врачей.

Второй этап профессиональной и социально – психологической адаптации воинов происходит на четвертый – шестой месяцы службы. К этому времени теряет значимость эффект новизны обстановки: на практике познаются различные аспекты военной деятельности, уточняются и изменяются доармейские представления, военнослужащий уже непосредственно приступает к выполнению своих профессиональных обязанностей и способен адекватно оценить свои возможности в новой среде, заканчивается стадия познания друг друга внутри первичного воинского коллектива, взаимные оценки становятся более дифференцированными и полными.

Некоторых солдат начинает тяготить система неизбежных в армии ограничений. Происходит актуализация отдельных привычек и стереотипов поведения, сформировавшихся в доармейский период, но нежелательных в воинской среде и потому приглушенных в начале службы. Растет число проявлений недисциплинированности, вспыльчивости, конфликтности, открытой агрессии, более частыми становятся обращения в медицинский пункт. Именно в эти месяцы общая заболеваемость у этой части личного состава достигает наибольшего уровня.

Наступает критический период социальной адаптации – период переоценки воином своих возможностей в новой среде, мысленного обращения

к прошлому, внутренней неуверенности и неудовлетворенности. Ситуации, ранее не вызывающие сомнений представляются совсем в другом свете. На данном отрезке службы вызревают и разрешаются основные противоречия, составляющие сущность социальной адаптации. Преодоление критических коллизий этого периода, снятие внутренней напряженности, предупреждение срывов в психологической деятельности – все это непереносимое условие хорошего здоровья воина и последовательного развития его личности в процессе службы. Некоторые противоречия адаптации носят общий характер, другие специфически индивидуальны – в одних и тех же условиях деятельности причиной их возникновения оказываются особенности доармейского социального и профессионального опыта, характера, способностей. Следовательно, второй этап адаптации является наиболее напряженным в общей динамике психической жизни молодого солдата и решающим при становлении его личностных качеств за время пребывания в армии.

Третий, завершающий этап социально-психологической адаптации воинов к условиям и требованиям военной жизнедеятельности приходится на вторую половину первого года службы. Индивидуальная продолжительность данного этапа и особенности психологического состояния воина в это время во многом зависят от успешности разрешения внутренних противоречий на предыдущем этапе. После шести месяцев службы существенно меняется роль и место солдата в коллективе – он уже не только полностью изучил специфику новых условий, но и овладел специальностью, заменил старослужащего в составе боевого расчета; с приходом очередного пополнения существенно меняется положение воина в структуре межличностных отношений. Основное содержание третьего этапа адаптации составляют шлифовка, проверка и закрепление в самостоятельной практической деятельности тех навыков, умений, личностных качеств, которые сложились в процессе разрешения противоречий предыдущего периода [10, с. 32].

Таким образом, взаимоотношения в системе «личность – социальная

воинская среда» занимают ведущее место при адаптации к условиям воинской службы.

По состоянию здоровья молодые солдаты распределяются следующим образом. Морально и физически подготовленные к воинской службе составляют до 30 % от общего числа призывников. С первых дней службы у них наблюдается оптимальный уровень адаптации. Он характеризуется отсутствием изменений со стороны объективных и субъективных показателей функций нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной и пищеварительной систем. Этим военнслужащим не требуется дополнительная мобилизация и напряжение физиологических механизмов, поскольку они уже изначально оказались достаточными для обеспечения адекватных реакций организма и социальной активности в новых условиях жизнедеятельности.

Основную группу новобранцев (до 50 %) составляют лица, способные адаптироваться к армейским условиям в короткие сроки, адекватные двухлетнему пребыванию на действительной военной службе. Этим людям приходится трудно адаптироваться к условиям службы в связи сокращением сроков службы до одного года. По своему состоянию они отнесены к категории «адаптируемых». Для них характерны такие изменения функций, которые не выходят за рамки физиологической нормы, не проявляются в жалобах на неблагоприятное самочувствие и общее состояние организма. Отличия этой группы от новобранцев с оптимальным уровнем адаптации выявляются лишь на учениях, приближенных к боевым условиям, и характеризуются большой амплитудой, разной направленностью изменений показателей функций организма, жалобами на усталость и повышенную утомляемость, иногда снижением работоспособности. Для них достаточен восьмичасовой сон и отдых.

В особую группу вошли новобранцы (до 20 %), для которых характерен специфический тип адаптационных изменений. Такие новобранцы находились на грани здоровья и болезни, у них отмечалось предболезненное состояние – дезадаптационные нарушения, эмоционально-волевой неустойчивости,

склонности к употреблению алкоголя и наркотических средств, предрасположенностью к суицидным попыткам и аффективным состояниям. У них существенно выше общая заболеваемость. Они являются «завсегдатаями» медицинских пунктов. У этих солдат чаще, чем в других группах пополнения регистрируются невроты, нейроциркуляторная дистония, заболевания легких и желудочно-кишечного тракта. Наблюдается снижение психофизиологических тестов и прямых показателей работо- и боеспособности.

Всестороннее исследование закономерностей социальной и биологической адаптации новобранцев к условиям воинской службы, выявление этапности этого процесса, а также его индивидуальной вариативности позволяет командирам и врачам дифференцировать воспитательное воздействие на молодых воинов, режимы физической подготовки, исключить элементы стихийности и оптимизировать весь процесс вхождения военнослужащих в воинскую среду.

Для прохождения действительной воинской службы в ряды Вооруженных сил призывается самый здоровый контингент молодых людей нашей страны. Это предполагает несение службы не только в обычных, но и в экстремальных условиях жизнедеятельности. Современные представления о психологических и социально–психологических последствиях экстремальных воздействий на военнослужащих традиционно рассматриваются в двух основных направлениях: во-первых, с точки зрения их влияния на эффективность боевой деятельности и, во-вторых, с точки зрения сохранения психического здоровья солдат.

Каждый военнослужащий реагирует на воздействие экстремальных факторов в зависимости от своих конституциональных характеристик, различной восприимчивости к внешним, в том числе энерго-информационным воздействиям, этнической принадлежности, времени пребывания в зоне экстремальности, экологических и климатических особенностей мест постоянного проживания.

Большую роль в процессе адаптации к службе играет психологическая и

психофизическая готовность, поэтому для эффективного выполнения поставленных задач в напряженных условиях жизнедеятельности формирование личности солдата не менее значимо, чем целенаправленное формирование технического мастерства и физических качеств. Психофизическая готовность определяется уровнем развития необходимых общих психических и специальных физических качеств: силы, быстроты, ловкости и выносливости, координации движений, устойчивости к нагрузкам, способности противостоять воздействию экстремальных факторов, а также развитием психомоторных способностей, позволяющих тонко регулировать количество и качество двигательных действий [29, с. 118].

Несмотря на интерес военной психологии к проблеме адаптации личности к обычным и экстремальным условиям несения службы, в настоящее время отсутствует единая теория адаптации военнослужащих, что приводит к неоднозначности определения и содержания адаптационного процесса. Анализ литературы показал, что повышение адаптации в экстремальных условиях рассматривается как адаптация личности к жизнедеятельности в стрессовой ситуации, основываясь на концепции общего адаптационного синдрома Г. Селье и экстремальных условий жизнедеятельности личности В.И. Лебедева. Адаптация понимается как процесс формирования психических реакций личности, системы отношений, адекватных предъявляемой средой требованиям к человеку.

Итак, бытовая адаптация солдата заключается в перестройке работы функциональных систем его организма и психики на уровне психических процессов и состояний в соответствии с новыми условиями деятельности и поведения, позволяющей оптимально их осуществить.

В современной армии для предотвращения агрессивных и аутоагрессивных реакций технология подготовки военнослужащих требует проведения комплексных методик психодиагностики для определения их психофизических возможностей несения службы в экстремальных условиях жизнедеятельности.

1.4 Пути решения проблемы адаптации военнослужащих

Главную роль в решении проблемы адаптации военнослужащих-срочников является психологическая и социальная работа. Цель психологической и социальной работы в помощи военнослужащим в самом общем виде заключается в том, чтобы восстановить физические и психические силы военнослужащих, скорректировать их личностные установки, научив терпимо относиться к принудительному общению с другими; внести элементы социальной справедливости в субординационные отношения, характерные для военной службы.

Социальная работа с военнослужащими осуществляется как непосредственно в условиях Вооруженных Сил, так и в обществе в целом. Неверно было бы думать, что в армии она является обязанностью только заместителей командиров по работе с личным составом. Безусловно, именно они в первую очередь обязаны заниматься социальной защитой военнослужащих, так же как военные психологи, юристы, специалисты военно-медицинских учреждений. Однако строевые командиры и руководители любого ранга также должны обеспечивать в пределах своей компетенции социальную защищенность подчиненных им военнослужащих и их семей. Одна из задач – соблюдение всех прав и льгот, которые положены военнослужащим в соответствии с действующим законодательством, обеспечение таких социально-бытовых условий, которые не разрушают здоровье и работоспособность людей, несущих военную службу.

Задачи социальной работы с военнослужащими, несущими службу по контракту – социальное и юридическое консультирование по всем вопросам, связанным с их правами возможностями до и после увольнения, правами членов их семей, защита их интересов перед командованием части, вышестоящими инстанциями, органами местной власти. В случае нарушения таких прав офицер, осуществляющий социальную работу, направляет информацию об этом в порядке подчиненности и содействует восстановлению прав. В его обязанности входят разъяснение военнослужащим и членам их

семей нормативной базы разрешения конфликтных ситуаций, оказание помощи в обращении в инстанции, компетентные разрешить конфликт.

Важную роль играет социально-педагогическая помощь детям военнослужащих, проведение педагогической коррекции с целью ликвидации трудностей в обучении, устранения воспитательных дефектов, социальной реадaptации детей и подростков, имеющих проблемы. Немалый воспитательный потенциал имеет система детских военно-спортивных лагерей, клубов и кружков, помогающая возродить у подростков представление о высоком социальном статусе военной службы, уважение к труду родителей.

Одной из функций социальной работы в Вооруженных Силах – обеспечение благоприятных социально-бытовых и социально-экологических условий для военнослужащих. Улучшение условий труда и быта военнослужащих, устранение антропогенного загрязнения окружающей среды, несомненно, будет способствовать повышению трудоспособности военнослужащих и их способностей к социальному функционированию. Одна из важных функций социальной работы – развитие социальных коммуникаций, ликвидация межличностной напряженности, конфликта, сплочение воинских коллективов. С этой целью применяются конфликтологические процедуры, технологии посредничества, методы групповой терапии в виде бесед, игр, тренинги общения и обучение коммуникативным навыкам, выявление психологической совместимости или несовместимости инвалидов для комплектования наиболее жизнеспособных или стабильных коллективов.

Таким образом, следует отметить, что определенный вклад в улучшение положения военнослужащих и их семей могут внести социально-экономическая работа, организация самопомощи и взаимопомощи семей военнослужащих, развитие элементов малого производства, кооперативных форм труда.

Организаторы социальной работы могут выполнять функции консультантов и менеджеров, посредников в контактах ассоциаций и объединений жен военнослужащих с органами социальной защиты населения, медицинскими учреждениями, другими органами и учреждениями. Для

смягчения напряженности в семьях военнослужащих, предотвращения конфликтов или кризисных ситуаций большое значение имеет развитие специальной системы семейного консультирования и семейной терапии. В случаях проживания вдали от больших городов наличие такой службы будет единственной возможностью для семей военнослужащих получить профессиональную помощь в стабилизации семьи. Культурно-досуговая деятельность в Вооруженных Силах, возможно, имеет гораздо большее значение, чем в других сферах жизнедеятельности. Она предоставляет возможность не только рекреации, восстановления утраченных сил, но и сплочения коллектива, нарушения монотонности воинской службы, проявления свободы.

К важнейшим видам технологий социальной работы относят: социальная диагностика, социальная терапия, социальная коррекция, социальная реабилитация, социальная профилактика. Они ориентируют на целостный подход к человеку, учет его интересов, потребностей, ценностных ориентаций, на создание условий, способствующих мобилизации потенциала внутренних сил личности для решения проблем и трудностей.

Одним из условий, обеспечивающих результативность социальной работы с различными категориями населения, является разработка и внедрение технологий социальной работы, с помощью которых удастся осуществить широкий спектр социальных, социально-экономических, социально-психологических, медико-социальных и других мероприятий.

Под технологией социальной работы с военнослужащими и членами их семей следует понимать гарантированность осуществления их прав и свобод, удовлетворение их материальных и других потребностей, предоставление льгот и компенсаций за особые условия военной службы, защиту их личности от произвола, грубости, посягательств на жизнь и здоровье, а также обеспечение безопасности военнослужащих в процессе повседневной деятельности и боевой учебы.

Статус военнослужащих есть совокупность прав, свобод, обязанностей и

ответственности военнослужащих, установленных законодательством и гарантированных государством. Особенности правового статуса военнослужащих в обществе определяются возложенными на них обязанностями по вооруженной защите государства, связанными с необходимостью выполнения поставленных задач в любых условиях, с риском для жизни.

Все социально-политические проблемы общества неизбежно находят отражение в Вооруженных Силах.

Технология социальной работы с военнослужащими осуществляется как непосредственно в условиях Вооруженных Сил, так и в обществе в целом.

Строевые командиры и руководители любого ранга должны обеспечивать в пределах своей компетенции социальную защищенность подчиненных им военнослужащих и их семей.

Одна из важнейших задач – соблюдение всех правил и льгот, которые положены военнослужащим в соответствии с действующим законодательством, обеспечение таких социально-бытовых условий, которые не разрушают здоровье и работоспособность людей, несущих военную службу.

Цели технологии социальной работы с военнослужащими заключаются в том, чтобы восстановить физические и психические силы. Военнослужащие нуждаются в защите своих прав и проведении воспитательно-адаптационных, культурно-рекреационных мероприятий.

Одной из важнейших функций технологии социальной работы является ликвидация напряженности в отношениях, конфликтов в коллективе, а также сплочения воинских коллективов особенно в закрытых военных городах, гарнизонах, надолго оторванных от семей, общества.

С этой целью применяются методы групповой терапии в виде беседы, игр. Выявление психологической совместимости или несовместимости людей для комплектования наиболее жизнеспособных или стабильных коллективов.

Технологии психического тренинга, психокоррекции наиболее распространены в работе с большими группами людей, к которым, безусловно,

относятся и военнослужащие.

Стимуляция положительных психологических реакций и подавление или сглаживание негативных реакций необходимо в условиях постоянного и вынужденного общения с другими людьми.

Нужно учить людей смягчать отрицательные черты своего характера, практиковать привлекающее общение, которое нейтрализует возможную агрессию со стороны окружающих, разрешать проблемы на доконфликтной стадии.

При помощи аутотренинга военнослужащие могут научиться управлять своими эмоциями, самовосстанавливаться после сильных нагрузок. Проведение такой работы возможно также в форме групповой терапии, то есть в форме создания групп самопомощи и взаимоподдержки.

Культурно-досуговая деятельность в Вооруженных Силах, возможно, имеет гораздо большее значение, чем в других сферах жизнедеятельности. Она предоставляет возможность не только, восстановления утраченных сил, но и сплочения коллектива, проявления свободы.

Важным направлением технологии социальной работы с военнослужащими является работа с их семьями.

Напряженность в семье военнослужащего может обуславливаться не только общими семейными проблемами, но и целым рядом специфических факторов: неуверенность в будущем, усталость от материальных лишений и частых переездов на не обустроенные места, тяготы службы; недовольство жены недостаточным участием мужа в семейной жизни и в воспитании детей, нереализованность своих возможностей; тревога за судьбу детей.

Определенный вклад в улучшение положения военнослужащих и их семей могут внести социально-экономическая работа, организация самопомощи и взаимопомощи семей военнослужащих, развитие элементов малого производства, кооперативных форм труда.

Организаторы социальной работы могут выполнять функции консультантов и менеджеров, посредников в контактных ассоциациях и

объединениях жен военнослужащих с органами социальной защиты населения, медицинскими учреждениями, другими органами и учреждениями.

Для смягчения напряженности в семьях военнослужащих, предотвращения конфликтов или кризисных ситуаций большое значение имеет развитие специальной системы семейного консультирования и семейной терапии. В случаях проживания вдали от больших городов наличие такой службы будет единственной возможностью для семей военнослужащих получить профессиональную помощь в стабилизации семьи.

Семья военнослужащего закономерно находится в центре внимания военного специалиста по социальной работе, а ее проблемы составляют одну из важнейших сфер его деятельности.

Необходимо уделять постоянное внимание работе с семьями, оказывать им всестороннее содействие и помощь в решении широкого круга социальных вопросов [8, с. 116].

Среди них: создание нравственной атмосферы в семьях, утверждение в них здорового образа жизни; предоставление жилья, финансовое обеспечение, учет нужд и потребностей молодых и многодетных семей, семей военнослужащих, погибших при исполнении служебных обязанностей; забота об организации досуга и семейного отдыха, оздоровление детей военнослужащих и гражданского персонала; оказание помощи многодетным и молодым семьям, семьям погибших военнослужащих; трудоустройство женщин, развитие форм надомной работы.

Специалисты по работе с семьями изучают настроение определяют запросы и нужды членов семей военнослужащих, оказывают им адресную помощь, участвуют в социологических исследованиях и опросах среди членов семей военнослужащих, принимают участие в работе с письмами, жалобами членов семей военнослужащих, оказывают содействие в разрешении поднимаемых в них вопросов; помогает в реализации прав жен военнослужащих на труд, взаимодействуют с общественными объединениями и благотворительными организациями в интересах решения социальных проблем

семей военнослужащих.

Делая вывод, следует отметить, неразвитость института социальной работы с военнослужащими предопределяет возникновение и ослабление социальной защищенности.

Приобретение пренебрежительного отношения к труду, потеря здоровья, низкая квалификация, ориентация на количественные показатели военных ресурсов, а не на эффективное и бережное их использование отчасти являются результатом системы общественных установок и воспитания.

В такой ситуации особенно актуальна роль социальной работы с военнослужащими, цель которой – проведение мер по социальной защите и реализация психосоциальной поддержки.

Таким образом, социальная защита военнослужащих – дело чрезвычайной важности, забота государства и общества в целом.

2 ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ АДАПТАЦИИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПО ПРИЗЫВУ

2.1 Организация и методы исследования

Данное исследование состояло из трех этапов.

На первом этапе исследования были определены объект и предмет исследования, сформулированы цель, задача и гипотеза исследования.

Далее был произведен подбор методов и психодиагностических методик.

База исследования – в/ч 64845–2 1496-й отдельный радиотехнический батальон.

Выборку составили 40 военнослужащих – солдат срочной службы в возрасте 18-20 лет, из них 20 человек – первое полугодие службы, 20 человек – последнее полугодие службы.

Задачи исследования:

– проанализировать литературу по проблеме адаптации военнослужащих на разных этапах службы;

– исследовать особенности адаптации военнослужащих к условиям службы в воинском коллективе;

– выявить характер взаимосвязи адаптации военнослужащих на разных этапах службы.

Гипотеза исследования – между показателями адаптации военнослужащих на разных этапах службы существует прямая взаимосвязь (чем больше срок службы – тем выше уровень адаптации военнослужащих).

На втором этапе исследования проводилось собственно эмпирическое исследование совместно с психологом военной части.

На третьем этапе производился анализ и интерпретация результатов исследования.

Для достижения цели и решения задач исследования были использованы следующие методики:

1) Тест нервно-психической адаптации И.Н. Гурвича предназначен

для интегральной экспресс-оценки психического состояния в ходе массовых психопрофилактических (скрининговых) и индивидуальных обследований. Разработан в Научно-исследовательском психоневрологическом институте им. В.М. Бехтерева (Гурвич И.Н., 1992).

Выполнение теста занимает 10-15 минут. Бланки обрабатываются работником среднего медицинского персонала или другим специально проинструктированным лицом. Обработка сводится к подсчету общей суммы набранных обследуемым баллов и занимает не более одной минуты.

Тест включает 26 утверждений, каждое из которых испытуемые должны оценить в зависимости от своего наличного состояния по следующей шкале:

- 4 – есть и было всегда;
- 3 – есть уже длительное время;
- 2 – появилось в последнее время;
- 1 – было в прошлом, но сейчас нет;
- 0 – нет и не было.

Каждому ответу присваивается числовое значение, затем баллы складываются и по их количеству делается вывод о степени нервно-психической адаптации респондента:

- 0–4 – балла идеальная норма.
- 5–8 баллов – типологическая норма.
- 9–12 – оптимальна адаптация.
- 13–19 баллов – непатологическая психическая дезадаптация.
- 24–27 баллов – вероятно болезненное состояние.

Тест позволяет распределить обследуемых на пять групп (уровней) психического здоровья:

- I группа, здоровые – сумма баллов менее 10;
- II группа, практически здоровые с благоприятными прогностическими признаками – 11-20 баллов;
- III группа, практически здоровые с неблагоприятными прогностическими признаками (предпатология) – 21-30 баллов;

IV группа, легкая патология – 31-40 баллов;

V группа с существенными признаками патологии – более 40 баллов.

2) Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО)

А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина.

Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО) разработан А.Г. Маклаковым и С.В. Чермяниным. Опросник выявляет оценку адаптационных способностей личности с учетом социально-психологических и некоторых психофизиологических характеристик, отражающих обобщенные особенности нервно-психического и социального развития. В 1999 году данный опросник был адаптирован к условиям военной службы Главным управлением воспитательной работы Вооруженных Сил Российской Федерации (основание Директива Начальника ГУВР №4/1 от 1999 года), где была добавлена шкала «суицидальный риск».

В основу методики положено представление об адаптации, как о непрерывном процессе активного приспособления человека к постоянно меняющимся условиям социальной среды и профессиональной деятельности.

Опросник содержит 165 вопросов и имеет следующие шкалы: «адаптивные способности» (АС); «нервно-психическая устойчивость» (НПУ); «коммуникативные способности» (КС); «моральная нормативность» (МН); «суицидальный риск» (СР). Шкала Адаптивные способности это – шкала ЛАП (АС=ЛАП). ЛАП – личностный адаптивный потенциал.

Инструкция обследуемым: «Сейчас Вам будет предложено ответить на ряд вопросов, касающихся некоторых особенностей Вашего самочувствия, поведения, характера. Будьте откровенны, долго не раздумывайте над содержанием вопросов, давайте естественный ответ, который первым придет Вам в голову. Помните, что нет «хороших» или «плохих» ответов. Если Вы отвечаете на вопрос «Да», поставьте в соответствующей клетке регистрационного бланка знак «+» (плюс), если Вы выбрали ответ «Нет», поставьте знак «-» (минус). Внимательно следите за тем, чтобы номер вопроса анкеты и номер клетки регистрационного бланка совпадали. Отвечать нужно на

все вопросы подряд, ничего не пропуская. Если у Вас возникнут вопросы – поднимите руку».

Обработку результатов проводят по шести ключам, соответствующих шкалам: «достоверность», «адаптационные способности», «нервно-психическая устойчивость», «коммуникативные способности», «моральная нормативность», «суицидальный риск». На каждый вопрос теста обследуемый отвечает «да» или «нет». Поэтому при обработке результатов учитывается количество ответов, совпавших с ключом. Каждое совпадение с ключом оценивается в один «сырой» балл, после чего путем простого суммирования баллов получаем общее количество баллов (число) по каждой шкале и переводим полученные баллы в стены. Полученные стены также сравниваем со стандартной интерпретацией шкал теста, которые указывают какой (низкий, средний, высокий) показатель имеет испытуемый по каждой из шести шкал.

Шкала достоверности оценивает степень объективности ответов. В случае, если общее количество «сырых» баллов превышает 10, то полученные данные следует считать недостоверными, вследствие стремления военнослужащего соответствовать социально желаемому типу личности.

Итоговое заключение по адаптивным способностям испытуемого можно получить путем сравнения показателей четырех шкал «нервно-психическая устойчивость», «коммуникативные способности», «моральная нормативность», «суицидальный риск».

3) Стандартизированный многофакторный метод исследования личности Л. Собчик (СМИЛ).

Стандартизированный многофакторный метод исследования личности. СМИЛ представляет собой метод изучения личностных свойств и степени адаптированности обследуемого. Методика является модифицированным вариантом теста ММРІ, впервые разработанного в 1942-1949 гг. американскими психологами Маккинли и Хатэуэем в целях профессионального отбора военных летчиков. К условиям российской действительности тест адаптирован Л. Собчик.

Данная методика в своей основе имеет статистически достоверную математическую базу. Путем сравнения среднестатистической нормы с крайними, клинически заостренными состояниями эмоциональной напряженности, достигающими уровня психотического синдрома.

Методика построена по типу опросника, однако оценка полученных в результате исследования данных базируется не на прямом анализе ответов испытуемого, а на данных статистически подтвержденной дискретной значимости каждого ответа в сравнении со средне нормативными данными. В процессе обследования испытуемый оценивает как «верные» или «неверные» по отношению к нему утверждения, которые отражают картину самочувствия обследуемого, его привычки, особенности поведения, отношения к жизненным различным явлениям и ценностям, нравственную сторону этого отношения, специфику межличностных контактов, направленность интересов, уровень активности и настроения. Большая часть утверждений носит проективный характер и исподволь выявляет реакции испытуемого в разных ситуациях, моделирующих утверждениями методики.

В структуру теста вложены три шкалы достоверности – L, F, K, которые позволяют с достаточной степенью достоверности говорить о надежности результатов. Кроме этого, при обработке полученных данных «сырые» баллы переводятся в T-баллы, что позволяет определить уровень «нормы» и «патологии» по всем шкалам методики. Тест состоит из 566 вопросов. Кроме уже названных шкал достоверности методика включает базисные шкалы:

- 1) шкала – сверхконтроль (ипохондрия);
- 2) шкала – пессимистичность (депрессия);
- 3) шкала – эмоциональная лабильность (истерия);
- 4) шкала – импульсивность (психопатия);
- 5) шкала – женственность–мужественность;
- 6) шкала – ригидность (паранояльности);
- 7) шкала – тревожности (психостении);
- 8) шкала – индивидуальности (шизоидности);

- 9) шкала – оптимистичности;
- 10) шкала – социальной интроверсии.

После обработки результатов прорисовывается профиль личности, который представляет собой графическое изображение соотношений количественных показателей базисных шкал, каждая из которых определяет степень выраженности той или иной личностной тенденции. При интерпретации профиля применяется целостное восприятие профильного паттерна, что гораздо более информативно, чем попытки простого измерения личностных свойств без учета цельного образа. В связи с этим интерпретация профиля, построенного с помощью 10 базисных шкал, дает несравненно больше, чем все оставшиеся 200 дополнительных шкал, которые определяются строго по формуле, использующей полученные на отечественной популяции среднестатистические стандарты и среднеквадратичные отклонения.

Дальнейший анализ адаптации у солдат на разных этапах срочной службы включал процедуру сравнения показателей тревожности, нервно-психической устойчивости в группах военнослужащих, проходящих первое полугодие службы и группы – второго полугодия, т.е. начало и окончание срочной службы. Статистическая обработка результатов осуществлялась с помощью U-критерия Манна-Уитни, а также коэффициента ранговой корреляции Спирмена в программе STATISTICA 6.0.

Таким образом, исходя из поставленных целей и задач – изучить процесс адаптации военнослужащих на разных этапах срочной службы – был определен следующий набор методик: Тест нервно-психической адаптации И.Н. Гурвича, Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО) А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина, Стандартизированный многофакторный метод исследования личности Л. Собчик (СМИЛ).

2.2 Анализ и интерпретация данных

В результате проведенного исследования были получены следующие результаты.

Для проведения уровневой оценки психического состояния

военнослужащих в работе использовался разработанный в Психоневрологическом научно-исследовательском институте им. В.М. Бехтерева «Тест нервно-психической адаптации» (Гурвич И.Н.).

Исследуемые группы военнослужащих (только призванные и отслужившие 6 месяцев) оценивали 26 утверждений.

В качестве критериев адаптации к военной службе в тесте использовались следующие показатели:

- бессонница;
- ощущение, что окружающие неодобрительно к Вам относятся;
- головные боли;
- изменение настроения без видимых причин;
- боязнь темноты;
- чувство, что Вы хуже других людей;
- склонность к слезам;
- ощущение «комка» в горле;
- боязнь высоты;
- быстрая утомляемость, чувство усталости;
- неуверенность в себе и в своих силах;
- сильное чувство вины;
- опасения по поводу тяжелого заболевания (не подтвержденного при обследовании);
- боязнь находиться одному в помещении или на улице;
- опасение покраснеть «на людях»;
- трудности в общении с людьми;
- необоснованный страх за себя, других людей, боязнь каких-либо ситуаций;
- дрожание рук, ног;
- невозможность сдержать проявления своих чувств;
- сниженное или подавленное настроение;
- сердцебиение;

- беспричинная тревога, «предчувствия», ощущение, что может произойти что–то неприятное;
- безразличие ко всему;
- раздражительность, вспыльчивость;
- повышенная потливость;
- чувство слабости.

Этот тест направлен на выявление у военнослужащих одной из 5 выделяемых в настоящее время (Фролов Б.С.) групп психического здоровья:

Опрос производился среди 20 призывников в начале службы по призыву, и 20 призывников в конце службы по призыву.

Таблица 1 – Интерпретация теста нервно–психической адаптации И.Н. Гурвича у призывников в начале и в конце службы по призыву

Призывники	I группа, здоровые	II группа, практически здоровые с прогностическими признаками	III группа, практически здоровые с неблагоприятными прогностическими признаками (предпатология)	IV группа, легкая патология	V группа с существенными признаками патологии
Призывники в начале службы по призыву, чел.	3	5	6	4	2
Призывники в конце службы по призыву, чел.	5	6	7	1	0

Как видно из таблицы 1, призывники в конце службы по призыву имеют более хорошие показатели по психическому здоровью. Так, в первой группе «Здоровые» в конце срока службы оказались 25 % призывников против 15 % в начале службы. В группе «Практически здоровые» в конце срока службы произошло увеличение количества призывников на 5 %. В группе «Практически здоровые с неблагоприятными прогностическими признаками» произошло увеличение на 5 % призывников в конце года – это произошло

главным образом за счет того, что в группе «Легкая патология» произошло уменьшение на 15 %, военнослужащих с существенными признаками патологии в конце года не оказалось совсем (приложение В).

Графическое изображение таблицы 1 представлено на рисунке 1.

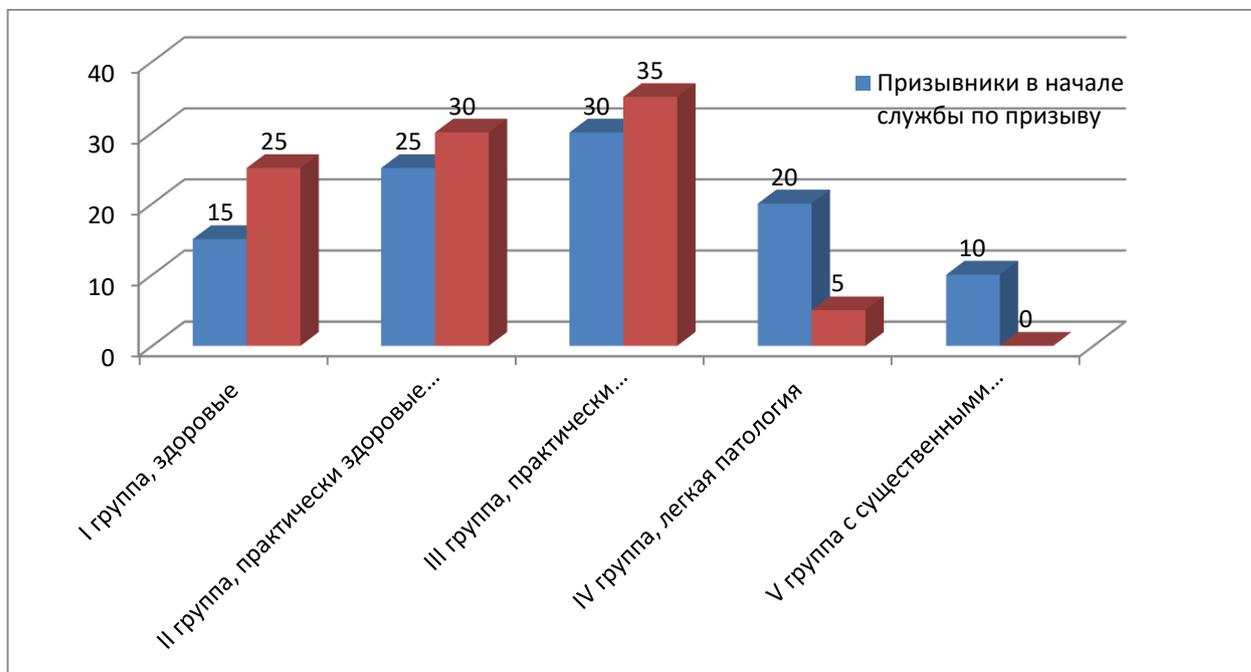


Рисунок 1 – Интерпретация теста нервно-психической адаптации

И.Н. Гурвича у призывников в начале и в конце службы по призыву

Далее, военнослужащих исследовали с помощью многоуровневого личностного опросника «Адаптивность» (МЛО) А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина. В результате получили оценку адаптационных способностей личности военнослужащих с учетом социально-психологических и некоторых психофизиологических характеристик.

Анализируя полученные данные, было установлено, что период адаптации военнослужащих к условиям военной службы сопровождается значительными переменами в их жизни. Это связано с определённого рода трудностями: изменяется эмоциональная ситуация развития личности, меняются социальные роли, меняется круг лиц, включённых во взаимодействие с личностью.

В результате была установлена степень выраженности нервно-психической устойчивости у военнослужащих по призыву в начале и в конце

срока службы.

Были выделены 4 группы нервно-психической устойчивости (НПУ) (высокая, хорошая, удовлетворительная, неудовлетворительная).

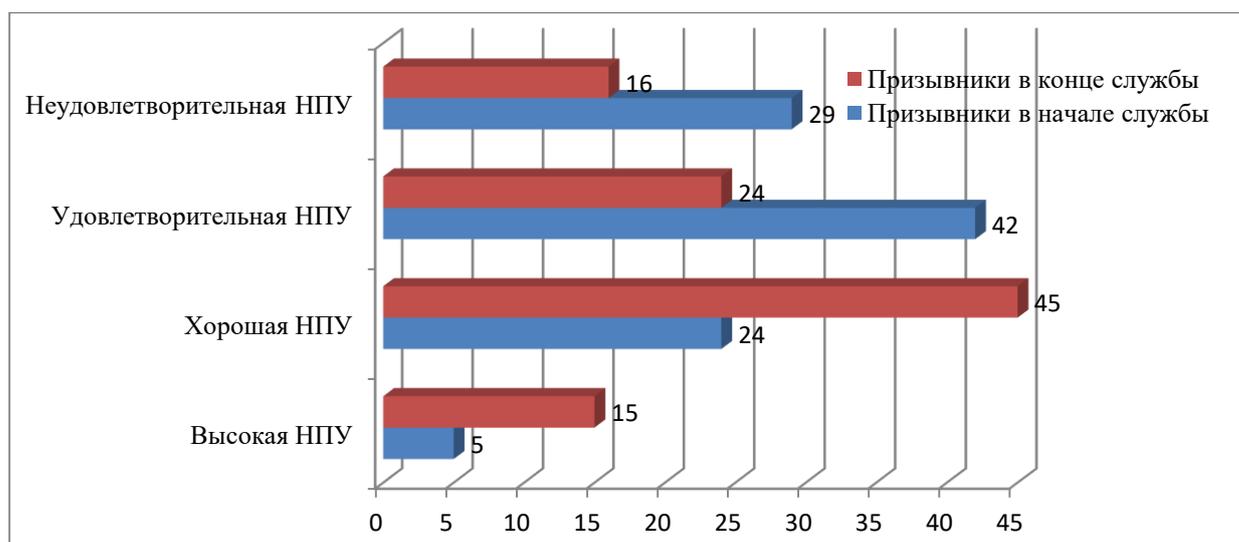


Рисунок 2 – Степень выраженности показателей по шкале «нервно-психической устойчивости» у военнослужащих по призыву в начале и в конце срока службы

Высокая НПУ наблюдается лишь у 5 % военнослужащих в начале службы, которая характеризуется низкой вероятностью нарушений психической деятельности, высоким уровнем поведенческой регуляции, когда требования среды и особенности деятельности не превышают функциональных лимитов системы, при этом энергетический баланс организма и характер информации, не нарушаются. В таком состоянии испытуемые не предъявляют жалоб на самочувствие, не отмечается сколько-нибудь заметных сдвигов ни со стороны психической деятельности, ни в функционировании соматических систем. В конце службы высокая НПУ наблюдается уже у 15 % военнослужащих.

Хорошую НПУ демонстрируют 24 % призывника в начале службы (в конце службы этот показатель увеличился до 45 %), которая характеризуется низкой вероятностью нервно-психических срывов, адекватными самооценкой и оценкой окружающей действительности. Возможны единичные, кратковременные нарушения поведения в экстремальных ситуациях при

значительных физических и эмоциональных нагрузках.

У 29 % военнослужащих в начале службы наблюдается неудовлетворительная НПУ, т.е. склонность к нарушениям психической деятельности при значительных психических и физических нагрузках. Это состояние характеризуется, прежде всего, проявлениями выраженного психического и физического дискомфорта, ощущениями серьёзных сдвигов в функционировании основных соматических систем и психики в целом и требует неотложного проведения психокоррекции или психотерапии. В конце срока службы этот показатель снизился до 16 %.

Анализируя полученные данные по шкале «Адаптивных способностей», мы установили что из 100 % (20 человек) военнослужащих в начале срока службы к группе с удовлетворительной адаптацией относится большинство испытуемых – 15 человек, что составляет 74 %. В конце службы этот показатель составляет 88 %.

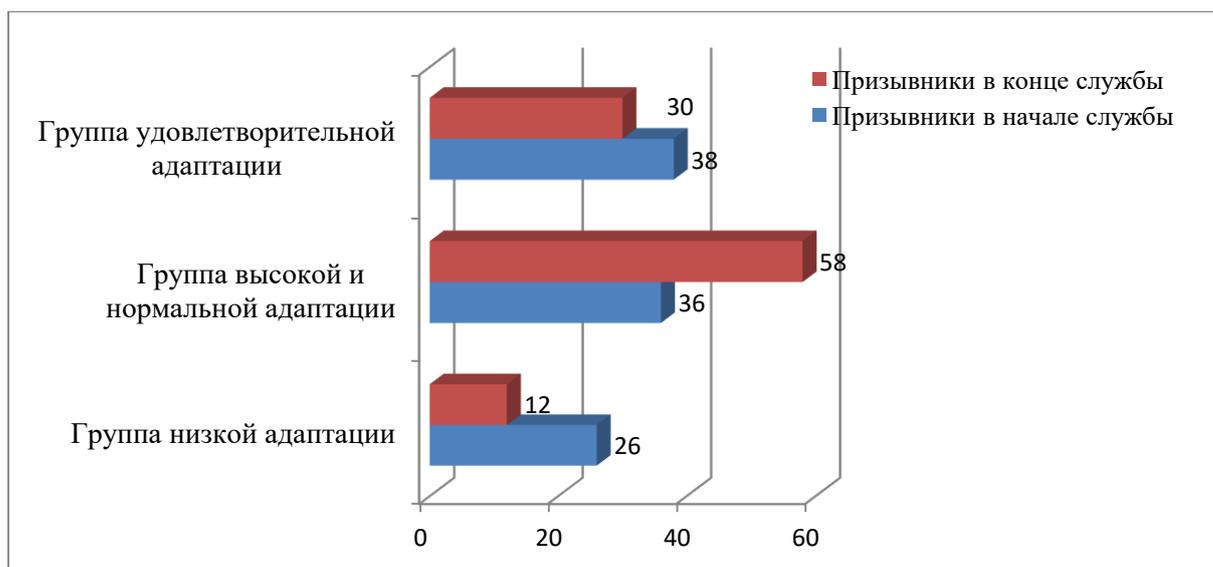


Рисунок 3 – Степень выраженности показателей по шкале адаптивных способностей

Успех адаптации у военнослужащих часто зависит от внешних условий среды. Эти военнослужащие, как правило, обладают невысокой эмоциональной устойчивостью. Возможны асоциальные срывы, проявление агрессии и конфликтности.

В группу с высокой и нормальной адаптацией вошли 36 %

военнослужащих в начале службы. Это те солдаты, которые хорошо адаптируются к изменяющимся условиям внешней среды, взаимодействуют с ними на основании своей биологической, психологической и социальной сущности. Важной составляющей здесь является способность самостоятельно определять цели своей жизни, наличие в образе мира протяжённой и содержательно насыщенной временной перспективы будущего. В конце службы этот показатель составил 58 %.

Наименьшее количество военнослужащих в начале службы (26 %) составили группу с низкой адаптацией. Для них характерно сужение временной перспективы, недооценка содержания будущего, низкая продуктивность отражения событий в настоящем и прошлом опыте, высокой тревожности, наличие осложнений формирования межличностных контактов. В конце службы этот показатель снизился до 12 %.

Анализируя полученные данные по шкалам: «Коммуникативный потенциал» продемонстрированные на рисунке, было установлено, что более 60 % испытуемых военнослужащих в начале срока службы обладают низким уровнем коммуникативных способностей, данные военнослужащие испытывают затруднения в построении контактов с окружающими, проявляют агрессивность, повышенную конфликтность. В конце срока службы этот показатель снизился до 15 %.

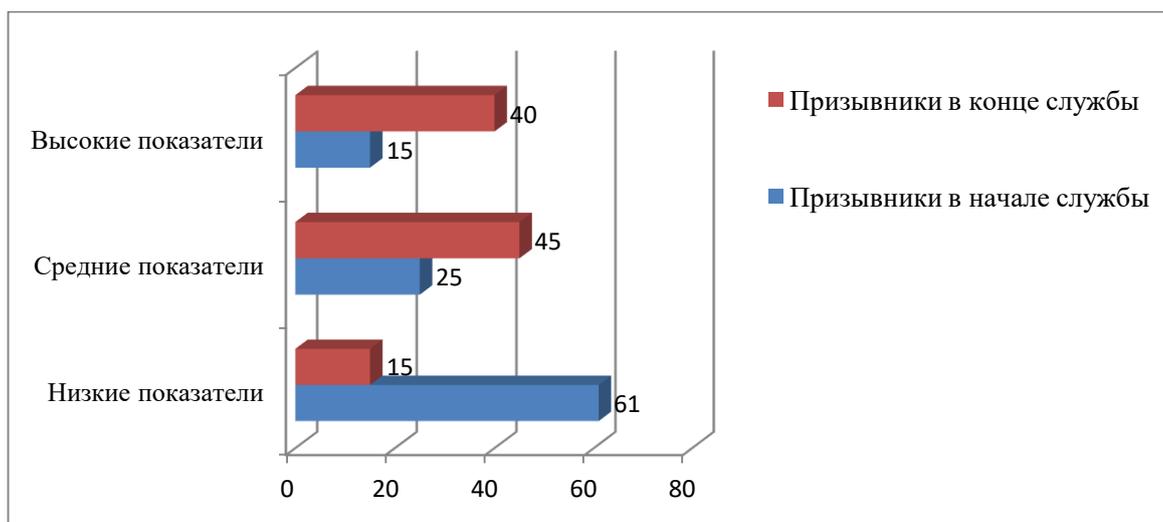


Рисунок 4 – Степень выраженности показателей по шкале «коммуникативный потенциал» у военнослужащих по призыву

Только 15 % военнослужащих обладают высоким уровнем развития коммуникативных способностей на первоначальном этапе службы, легко устанавливают контакты с сослуживцами, окружающими, не конфликтны. К концу срока службы доля военнослужащих с высоким уровнем развития коммуникативных способностей составила 40 %.

Низкие показатели коммуникативных способностей имеют 60 % военнослужащих в начале службы. В конце службы низкая степень коммуникативных способностей остается только у 15 % военнослужащих.

Низкие показатели выраженности нервно-психической устойчивости у военнослужащих по призыву в начале службы по шкале «Моральная нормативность» выявлены у 52 % испытуемых. Это те военнослужащие которые не могут адекватно оценивать своё место и роль в коллективе, не стремятся соблюдать общепринятые нормы поведения. У них отмечается снижение социально-психологического уровня психической адаптации. В конце службы этот показатель составляет 23 %.

Высокие показатели по шкале «Моральная нормативность» наблюдаются у 15 % военнослужащих в начале срока службы, и у 62 % в конце срока службы. Они реально оценивают свою роль в коллективе, ориентированы на соблюдение общепринятых норм поведения.

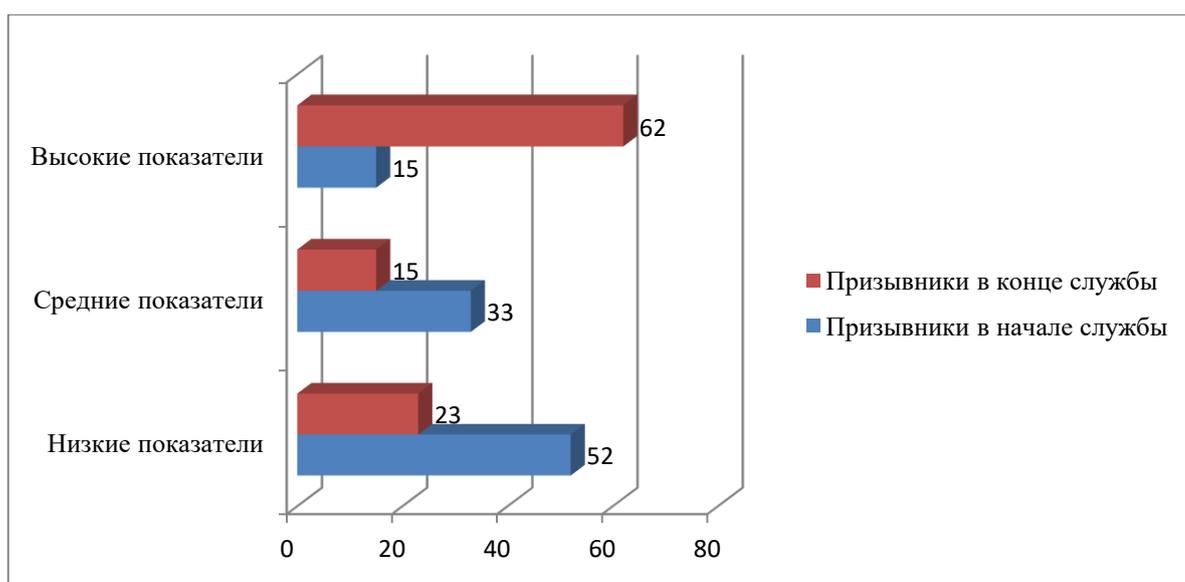


Рисунок 5 – Степень выраженности показателей по шкале «моральная нормативность»

В личностных профилях военнослужащих, отнесённых к группе с хорошей и высокой адаптацией, общими качествами были коммуникативные характеристики. Военнослужащие характеризовались как общительные, легко устанавливали социальные контакты, эмоционально устойчивые. Они обладали высоким уровнем самоконтроля. Однако, отмечено их своеобразие, определяемое свойствами конкретной профессиональной группы. Установлено, что солдаты прослужившие более полугодом обладают более развитыми коммуникативными характеристиками личности.

У военнослужащих, отнесённых к группе удовлетворительной и низкой адаптации, в начальный период службы основной задачей солдат было формирование индивидуальных программ поведения на фоне эмоционального напряжения и общей астенизации. Характерными для этого была меньшая общительность по сравнению с военнослужащими которые уже заканчивали службу.

В работе был выполнен расчет U-критерия Манна-Уитни по тесту нервно-психической адаптации И.Н. Гурвича у призывников в начале и в конце службы по призыву. Эмпирическое значение критерия U отражает то, насколько велика зона совпадения между рядами. Поэтому чем меньше $U_{эмп}$, тем более вероятно, что различия достоверны. Гипотезы U-критерия Манна-Уитни:

H_0 : Уровень признака в группе 2 не ниже уровня признака в группе 1.

H_1 : Уровень признака в группе 2 ниже уровня признака в группе 1.

Таблица 3 – Автоматический расчет U-критерия Манна-Уитни по тесту нервно-психической адаптации И.Н. Гурвича у призывников в начале и в конце службы по призыву

№	Выборка 1	Ранг 1	Выборка 2	Ранг 2
1	3	4	5	6.5
2	5	6.5	6	8.5
3	6	8.5	7	10
4	4	5	1	2
5	2	3	0	1
Суммы:		27		28

Таким образом получили следующий результат: $U_{\text{Эмп}} = 12$. Критические значения отображены в таблице 4.

Таблица 4 – Критические значения

$U_{\text{Кр}}$	
$p \leq 0.01$	$p \leq 0.05$
1	4

Полученное эмпирическое значение $U_{\text{Эмп}}(12)$ находится в зоне незначимости.

Таким образом, результаты теста свидетельствуют о том, что различия в двух исследуемых группах военнослужащих недостоверны.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключение работы можно сделать следующие выводы:

Данное исследование состояло из трех этапов.

На первом этапе исследования были определены объект и предмет исследования, сформулированы цель, задача и гипотеза исследования.

Далее был произведен подбор методов и психодиагностических методик.

База исследования – в/ч 64845–2 1496-й отдельный радиотехнический батальон.

Выборку составили 40 военнослужащих – солдат срочной службы в возрасте 18-20 лет, из них 20 человек – первое полугодие службы, 20 человек – последнее полугодие службы.

В результате проведенного исследования получены были следующие результаты.

Для проведения уровневой оценки психического состояния военнослужащих в дипломной работе использовался разработанный в Психоневрологическом научно-исследовательском институте им. В.М. Бехтерева «Тест нервно-психической адаптации» (Гурвич И.Н.).

Призывники в конце службы по призыву имеют более хорошие показатели по психическому здоровью. Так, в первой группе «Здоровые» в конце срока службы оказались 25 % призывников против 15 % в начале службы. В группе «Практически здоровые» в конце срока службы произошло увеличение количества призывников на 5 %. В группе «Практически здоровые с неблагоприятными прогностическими признаками» произошло увеличение на 5 % призывников в конце года – это произошло главным образом за счет того, что в группе «Легкая патология» произошло уменьшение на 15 %, военнослужащих с существенными признаками патологии в конце года не оказалось совсем.

Далее, военнослужащих исследовали с помощью многоуровневого личностного опросника «Адаптивность» (МЛО) А.Г. Маклакова и С.В.

Чермянина. В результате получили оценку адаптационных способностей личности военнослужащих с учетом социально-психологических и некоторых психофизиологических характеристик

Анализируя полученные данные, было установлено, что период адаптации военнослужащих к условиям военной службы сопровождается значительными переменами в их жизни. Это связано с определённого рода трудностями: изменяются эмоциональная ситуация развития личности, меняются социальные роли, меняется круг лиц, включённых во взаимодействие с личностью.

В результате была установлена степень выраженности нервно-психической устойчивости у военнослужащих по призыву в начале и в конце срока службы.

Высокая НПУ наблюдается лишь у 5 % военнослужащих в начале службы, которая характеризуется низкой вероятностью нарушений психической деятельности, высоким уровнем поведенческой регуляции, когда требования среды и особенности деятельности не превышают функциональных лимитов системы, при этом энергетический баланс организма и характер информации, не нарушаются. В таком состоянии испытуемые не предъявляют жалоб на самочувствие, не отмечается сколько-нибудь заметных сдвигов ни со стороны психической деятельности, ни в функционировании соматических систем. В конце службы высокая НПУ наблюдается уже у 15 % военнослужащих.

Хорошую НПУ демонстрируют 24 % призывника в начале службы (в конце службы этот показатель увеличился до 45 %), которая характеризуется низкой вероятностью нервно-психических срывов, адекватными самооценкой и оценкой окружающей действительности. Возможны единичные, кратковременные нарушения поведения в экстремальных ситуациях при значительных физических и эмоциональных нагрузках.

У 29 % военнослужащих в начале службы наблюдается неудовлетворительная НПУ, т.е. склонность к нарушениям психической

деятельности при значительных психических и физических нагрузках. Это состояние характеризуется, прежде всего, проявлениями выраженного психического и физического дискомфорта, ощущениями серьёзных сдвигов в функционировании основных соматических систем и психики в целом и требует неотложного проведения психокоррекции или психотерапии. В конце срока службы этот показатель снизился до 16 %.

Анализируя полученные данные по шкале «Адаптивных способностей», мы установили что из 100 % (20 человек) военнослужащих в начале срока службы к группе с удовлетворительной адаптацией относится большинство испытуемых – 15 человек, что составляет 74 %. В конце службы этот показатель составляет 88 %.

Успех адаптации у военнослужащих часто зависит от внешних условий среды. Эти военнослужащие, как правило, обладают невысокой эмоциональной устойчивостью. Возможны асоциальные срывы, проявление агрессии и конфликтности.

В группу с высокой и нормальной адаптацией вошли 36 % военнослужащих в начале службы. Это те солдаты, которые хорошо адаптируются к изменяющимся условиям внешней среды, взаимодействуют с ними на основании своей биологической, психологической и социальной сущности. Важной составляющей здесь является способность самостоятельно определять цели своей жизни, наличие в образе мира протяжённой и содержательно насыщенной временной перспективы будущего. В конце службы этот показатель составил 58 %.

Наименьшее количество военнослужащих в начале службы (26 %) составили группу с низкой адаптацией. Для них характерно сужение временной перспективы, недооценка содержания будущего, низкая продуктивность отражения событий в настоящем и прошлом опыте, высокой тревожности, наличие осложнений формирования межличностных контактов. В конце службы этот показатель снизился до 12 %.

Анализируя полученные данные по шкалам: «Коммуникативный

потенциал» продемонстрированные на рисунке, было установлено, что более 60 % испытуемых военнослужащих в начале срока службы обладают низким уровнем коммуникативных способностей, данные военнослужащие испытывают затруднения в построении контактов с окружающими, проявляют агрессивность, повышенную конфликтность. В конце срока службы этот показатель снизился до 15 %.

Только 15 % военнослужащих обладают высоким уровнем развития коммуникативных способностей на первоначальном этапе службы, легко устанавливают контакты с сослуживцами, окружающими, не конфликтны. К концу срока службы доля военнослужащих с высоким уровнем развития коммуникативных способностей составила 40 %.

Низкие показатели коммуникативных способностей имеют 60 % военнослужащих в начале службы. В конце службы низкая степень коммуникативных способностей остается только у 15 % военнослужащих.

Низкие показатели выраженности нервно-психической устойчивости у военнослужащих по призыву в начале службы по шкале «Моральная нормативность» выявлены у 52 % испытуемых. Это те военнослужащие которые не могут адекватно оценивать своё место и роль в коллективе, не стремятся соблюдать общепринятые нормы поведения. У них отмечается снижение социально-психологического уровня психической адаптации. В конце службы этот показатель составляет 23 %.

Высокие показатели по шкале «Моральная нормативность» наблюдаются у 15 % военнослужащих в начале срока службы, и у 62 % в конце срока службы. Они реально оценивают свою роль в коллективе, ориентированы на соблюдение общепринятых норм поведения.

В личностных профилях военнослужащих, отнесённых к группе с хорошей и высокой адаптацией, общими качествами были коммуникативные характеристики. Военнослужащие характеризовались как общительные, легко устанавливали социальные контакты, эмоционально устойчивые. Они обладали высоким уровнем самоконтроля.

Однако, отмечено их своеобразие, определяемое свойствами конкретной профессиональной группы. Установлено, что солдаты прослужившие более полугода обладают более развитыми коммуникативными характеристиками личности.

У военнослужащих, отнесённых к группе удовлетворительной и низкой адаптации, в начальный период службы основной задачей солдат было формирование индивидуальных программ поведения на фоне эмоционального напряжения и общей астенизации. Характерными для этого была меньшая общительность по сравнению с военнослужащими которые уже заканчивали службу.

В работе был выполнен расчет U-критерия Манна-Уитни по тесту нервно-психической адаптации И.Н. Гурвича у призывников в начале и в конце службы по призыву.

Эмпирическое значение критерия U отражает то, насколько велика зона совпадения между рядами. Поэтому чем меньше $U_{эмп}$, тем более вероятно, что различия достоверны.

Полученное эмпирическое значение $U_{эмп}(12)$ находится в зоне незначимости. Таким образом, результаты теста свидетельствуют о том, что различия в двух исследуемых группах военнослужащих недостоверны.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

- 1 Адаптация военнослужащих [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://studbooks.net/505055/psihologiya/suschnost_soderzhanie_adaptatsii_voennosluzhaschego_podrazdelenii_usloviyam_sluzhby. – 18.11.2016.
- 2 Белановский, С.А. Дедовщина в армии / С.А. Белановский, С.Н. Марзеева // Сборник социологических документов. – М., 2001. – 211 с.
- 3 Бойко, В.В. Методика диагностики доминирующей стратегии психологической защиты в общении / В.В. Бойко. – М.: Аспект Пресс, 2005. – 231 с.
- 4 Большой психологический словарь / под ред. Б. Г. Мещерякова, В. П. Зинченко. – СПб.: Прайм–Еврознак, 2006. – 658 с.
- 5 Буранов, С. Конфликты в воинских коллективах / С. Буранов // Ориентир. – 2003. – № 7. – С. 13 – 15.
- 6 Бухарин, С.Н. Психологический анализ и определение явления «дедовщины» / С.Н. Бухарин // Философские науки. – 2008. – № 6. – С. 58 – 62.
- 7 Васильева, О.С. Влияние агрессивности на уровень социально–психологической адаптации / О.С. Васильева, Я.Б. Радишевская // Вопросы психологии. – 2000. – № 1. – С. 29 – 37.
- 8 Взаимоотношения военнослужащих и пути их формирования. – М.: ГУВР, 1993 – 168 с.
- 9 Военная психология / под. ред. А.Г. Маклакова. – СПб., 2004. – 426 с.
- 10 Военная социальная работа по адаптации военнослужащих срочной службы [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.scienceforum.ru/2015/998/12708>. – 15.10.2016.
- 11 Военно-психологический вестник. Информационно-методическое пособие для офицеров социально-психологической структуры Вооружённых Сил Республики Беларусь. – Минск, 2004. – 108 с.
- 12 Военный энциклопедический словарь. – М.: Оникс. – 1440 с.
- 13 Журавлев, А. Л. Социальная психология: учебное пособие / А.Л.

Журавлёв, В.А. Соснин, М.А. Красников – М.: Форум; ИНФРА–М, 2006. – 456 с.

14 Короленко, Ц.П. Психофизиологическая адаптация к экстремальным условиям [Электронный ресурс] / Ц.П. Короленко. – Режим доступа: <http://www.psyinst.ru/library>. – 25.10.2016.

15 Коротков, А.В. Социальная защита военнослужащих: правовое регулирование / А.В. Коротков. – М.: АО «РАУ– университет», 2005. – 450 с.

16 Крысько, В.Г. Секреты психологической войны (цели, задачи, методы, формы, опыт) / В.Г. Крысько. – Минск, 2009.

17 Кун, Д. Все тайны поведения человека / Д. Кун. – СПб., 2003. – 230 с.

18 Литвинцева, С.В. Военная психиатрия / С.В. Литвинцева, В.К. Шамрей. – СПб., 2001. – 310 с.

19 Майерс, Д. Социальная психология / Д. Майерс. – СПб.: Питер, 2008. – 566 с.

20 Муцинов, С.С. Молодые войны: воспитание и адаптация в коллективе / С.С. Муцинов. – М.: Ин-т военной истории МО РФ, 1989. – 243 с.

21 Мэй, Р. Сила и невинность / Р. Мэй. – М.: Изд-во «Смысл», 2001. – 319 с.

22 Ожегов, С.И. Толковый словарь современного русского языка / С.И. Ожегов, Н.Ю. Шведова. – М., 1994. – 895 с.

23 Ольшанский, Д.В. Психология масс / Д.В. Ольшанский. – М., 2001. – 230 с.

24 Основные методы адаптации к условиям военной службы // Во славу Родины. – 2002. – № 3. – С. 3.

25 Особенности военно-профессиональной деятельности [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.kazedu.kz/referat/196639/2>. – 20.11.2016.

26 Пашков, В.Ф. Проблемы социальной и правовой защиты граждан Российской Федерации, уволенных с военной службы / В.Ф. Пашков, В.П. Малышев / Отечественный журнал социальной работы. – 2002. – № 2. – С. 30 – 76.

- 27 Помочь стать воином // Во славу Родины. – 2003. – № 8. – С. 3 – 6.
- 28 Потехин, А.Л. Основы военной психологии: учеб. пособие / А.Л. Потехин. – СПб., 2008. – 182 с.
- 29 Проблемы адаптации военнослужащих [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://lib.rosdiplom.ru/library/download.aspx?id=495669>. – 15.11.2016.
- 30 Психологическая адаптация молодого солдата [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://pandia.ru/text/80/127/26270.php>. – 19.10.2016.
- 31 Психологическая характеристика граждан, поступающих на военную службу [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.kazedu.kz/referat/196639/3>. – 18.11.2016.
- 32 Пузиков, А.Е. Социальные проблемы военнослужащих / А.Е. Пузиков // Журнал теория, методология и история социальной работы. – 2004. – № 2. – С. 25 – 85.
- 33 Райгородский, Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учебное пособие / Д.Я. Райгородский. – Самара: Издательский дом «БАХРАХ–М», 2004. – 672 с.
- 34 Реан, А.А. Психология адаптации личности / А.А. Реан, А.Р. Кудашев, А.А. Баранов. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2006. – 378 с.
- 35 Рогов, Е.Н. Настольная книга практического психолога: учеб. пособие: в 2 кн. / Е.Н. Рогов. – М.: ВЛАДОС_ПРЕСС, 2001. – Кн. 1. – 384 с.
- 36 Румянцева, Т.Т. Понятие об агрессивности в современной и зарубежной психологии / Т.Т. Румянцева // Вопросы психологии. – 2001. – № 1. – С. 81 – 112.
- 37 Савенко, Ю.С. Проблема психологических компенсаторных механизмов и их типология // Самосознание и защитные механизмы личности / под ред. Д.Я. Райгородского. – Самара: БАХРАХ–М, 2003. – С. 622–639.
- 38 Самоукина, Н.В. Экстремальная психология / Н.В. Самоукина. – М.: Экмос, Тандем, 2000. – 288 с.
- 39 Сенокосов, Ж.Г. К проблеме адаптации молодых воинов к воинской

службе / Ж.Г. Сенокосов // Материалы третьей научной конференции по советской военной психологии. – Москва: ВПА, 1991. – 110 с.

40 Сидоренко, Е.В. Методы математической обработки в психологии / Е.В. Сидоренко. – СПб.: Речь, 2001. – 350 с.

41 Словарь-справочник по социальной работе / под ред. Е.И. Холостовой. – М.: ИНФРА, 2000. – 503 с.

42 Словарь психолога-практика / сост. С.Ю. Головин. – 2-е изд. перераб. и доп. – Мн.: Харвест, 2001. – 450 с.

43 Смирнов, А.Л. Заместителю командира подразделения по воспитательной работе, вступающему в должность: учеб.–метод. пособие / А.Л. Смирнов. – Новосибирск: НВВКУ, 2007. – 140 с.

44 Социально-психологические характеристики воинских коллективов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [sotsialno_psihologicheskie_harakteristiki_grupovyh_osobennostey_yavleniy](#). – 26.11.2016.

45 Стрельников, В. Особенности взаимоотношений в воинском коллективе / В. Стрельников // Ориентир. – 2004. – № 7. – С. 23-27.

46 Суркова, И.Ю. Модели социальной работы в армии / И.Ю. Суркова // Методика и практика социальной работы. – 2002. – № 2. – С. 50 – 78.

47 Тарасов, С.В. Срочная служба: вопросы адаптации / С.В. Тарасов // Социс. – 2009. – № 2. – С. 75 – 78.

48 Технология социальной работы / под ред. В.И. Курбатова. – М.: ИНФРА, 2002. – 460 с.

49 Урбанович, А.А. Современная военная психология / А.А. Урбанович. – Харьков: ООО «Харвест», 2007. – 574 с.

50 Чернышев, А.С. Реализация лидерского потенциала социально-одаренных детей (экспериментальный подход) / А.С. Чернышев // Вестник практической психологии образования. – 2008. – № 2 (15). – С. 64 – 69.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Бланк теста нервно-психической адаптации Н.И. Гурвича

Симптом	Есть и всегда было	Есть уже длительное время	Появилось в последнее время	Было в прошлом, но сейчас нет	Нет и не было
1. Бессонница					
2. Ощущение, что окружающие неодобрительно к Вам относятся					
3. Головные боли					
4. Изменение настроения без видимых					
5. Боязнь темноты					
6. Чувство, что Вы хуже других людей					
7. Склонность к слезам					
8. Ощущение «комка» в горле					
9. Боязнь высоты					
10. Быстрая утомляемость, чувство усталости.					
11. Неуверенность в себе и в своих силах.					
12. Сильное чувство вины					
13. Опасения по поводу тяжелого заболевания (не подтвержденного при обследовании).					
14. Боязнь находиться одному в помещении или на улице.					
15. Опасение покраснеть «на людях».					
16. Трудности в общении с людьми					
17. Необоснованный страх за себя, других людей, боязнь каких-либо ситуаций					
18. Дрожание рук, ног					
19. Невозможность сдержать проявления своих чувств.					
20. Сниженное или подавленное настроение					
21. Сердцебиение					
22. Беспричинная тревога, «предчувствия», ощущение, что может произойти что-то неприятное.					
23. Безразличие ко всему					
24. Раздражительность, вспыльчивость.					
25. Повышенная потливость.					
26. Чувство слабости					

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Опрос «Адаптивность» (МЛО) А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина

Инструкция: Ответьте на данные утверждения положительно: «+», либо отрицательно:

«-».

- . Бывает, что я сержусь.
- . Обычно по утрам я просыпаюсь свежим и отдохнувшим.
- . Сейчас я примерно так же работоспособен, как и всегда.
- . Судьба определенно несправедлива ко мне.
- . Запоры у меня бывают очень редко.
- . Временами мне очень хотелось покинуть свой дом.
- . Временами у меня бывают приступы смеха или плача, с которыми я никак не могу справиться.
- . Мне кажется, что меня никто не понимает.
- . Считаю, что если кто-то причинил мне зло, то я должен ответить тем же.
- . Иногда мне в голову приходят такие нехорошие мысли, что лучше о них никому не рассказывать.
- . Мне бывает трудно сосредоточиться на какой-либо задаче или работе.
- . У меня бывают часто странные и необычные переживания.
- . У меня отсутствовали неприятности из-за моего поведения.
- . В детстве я одно время совершал мелкие кражи.
- . Бывает, что у меня появляется желание ломать или крушить все вокруг.
- . Бывало, что я целыми днями или неделями ничего не мог делать, потому что никак не мог заставить себя взяться за работу.
- . Сон у меня прерывистый и беспокойный.
- . Моя семья относится с неодобрением к той работе, которую я выбрал.
- . Бывали случаи, что я не сдерживал обещаний.
- . Голова у меня болит часто.
- . Раз в неделю или чаще я без всякой видимой причины внезапно ощущаю жар во всем теле.
- . Было бы хорошо, если бы почти все законы отменили.
- . Состояние моего здоровья почти такое же, как у большинства моих знакомых (не хуже).
- . Встречая на улице своих знакомых или школьных друзей, с которыми я давно не виделся, я предпочитаю проходить мимо, если они со мной не заговаривают первыми.
- . Большинству людей, которые меня знают, я нравлюсь.
- . Я человек общительный.
- . Иногда я так настаиваю на своем, что люди теряют терпение.
- . Большую часть времени настроение у меня подавленное.
- . Теперь мне трудно надеяться на то, что я чего-нибудь добьюсь в жизни.
- . У меня мало уверенности в себе.
- . Иногда я говорю неправду.
- . Обычно я считаю, что жизнь – стоящая штука.
- . Я считаю, что большинство людей способны солгать, чтобы продвинуться по службе.
- . Я охотно принимаю участие в собраниях и других общественных мероприятиях.
- . Я ссорюсь с членами моей семьи очень редко.
- . Иногда я испытываю сильное желание нарушить правила приличия или кому-нибудь навредить.
- . Самая трудная борьба для меня – это борьба с самим собой.

Продолжение ПРИЛОЖЕНИЯ Б

Опрос «Адаптивность» (МЛЮ) А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина

- . Мышечные судороги или подергивания у меня бывают крайне редко (или почти не бывают).
- . Я довольно безразличен к тому, что со мной будет.
- . Иногда, когда я себя неважно чувствую, я бываю раздражительным.
- . Часто у меня такое чувство, что я сделал что-то не то или даже что-то плохое.
- . Некоторые люди до того любят командовать, что меня так и тянет делать все наперекор, даже если я знаю, что они правы.
- . Я часто считаю себя обязанным отстаивать то, что нахожу справедливым.
- . Моя речь сейчас такая же, как всегда (ни быстрее, ни медленнее, нет ни хрипоты, ни невнятности).
- . Я считаю, что моя семейная жизнь такая же хорошая, как у большинства моих знакомых.
- . Меня ужасно задевает, когда меня критикуют или ругают.
- . Иногда у меня бывает чувство, что я просто должен нанести повреждение себе или кому-нибудь.
- . Мое поведение в значительной мере определяется обычаями тех, кто меня окружает.
- . В детстве у меня была компания, где старались стоять друг за друга.
- . Иногда меня так и подмывает с кем-нибудь затеять драку.
- . Бывало, что я говорил о вещах, в которых не разбираюсь.
- . Обычно я засыпаю спокойно и меня не тревожат никакие мысли.
- . У меня никогда не было ни припадков, ни судорог.
- . Последние несколько лет я чувствую себя хорошо.
- . Сейчас мой вес постоянен (я не хуждею и не полнею).
- . Я считаю, что меня часто наказывали незаслуженно.
- . Я легко плачу.
- . Я мало устаю.
- . Я был бы довольно спокоен, если бы у кого-нибудь из моей семьи были неприятности из-за нарушения закона.
- . С моим рассудком творится что-то неладное.
- . Чтобы скрыть свою застенчивость, мне приходится затрачивать большие усилия.
- . Приступы головокружения у меня бывают очень редко (или почти не бывает)
- . Меня беспокоят сексуальные вопросы.
- . Мне трудно поддерживать разговор с людьми, с которыми я только что познакомился.
- . Когда я пытаюсь что-то сделать, часто замечаю, что у меня дрожат руки.
- . Руки у меня такие же ловкие и проворные, как и прежде.
- . Большую часть времени я испытываю общую слабость.
- . Иногда, когда я смущен, я сильно потею, и меня это очень раздражает.
- . Бывает, что я откладываю на завтра то, что должен сделать сегодня.
- . Думаю, что я человек обреченный.
- . Бывали случаи, что мне было трудно удержаться, чтобы что-нибудь не стащить у кого-нибудь или где-нибудь, например в магазине.
- . Я злоупотреблял спиртными напитками.
- . Я часто о чем-нибудь тревожусь.
- . Мне бы хотелось быть членом нескольких кружков или обществ.
- . Я редко задыхаюсь, и у меня не бывает сильного сердцебиения.
- . Всю свою жизнь я строго следую принципам, основанным на чувстве долга.

Продолжение ПРИЛОЖЕНИЯ Б

Опрос «Адаптивность» (МЛЮ) А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина

- . Случалось, что я препятствовал или поступал наперекор людям просто из принципа, а не потому, что дело было действительно важным.
- . Если мне не грозит штраф, и машин поблизости нет, я могу перейти улицу там, где мне хочется, а не там, где положено.
- . Я всегда был независимым и свободным от контроля со стороны семьи.
- . У меня бывали периоды такого сильного беспокойства, что даже не мог усидеть на месте.
- . Зачастую мои поступки неправильно истолковывались.
- . Мои родители и (или) другие члены моей семьи придираются ко мне больше, чем надо.
- . Кто-то управляет моими мыслями.
- . Люди равнодушны и безразличны к тому, что с тобой случится.
- . Мне нравится быть в компании, где все подшучивают друг над другом.
- . В школе я усваивал материал медленнее, чем другие.
- . Я вполне уверен в себе.
- . Никому не доверять – самое безопасное.
- . Раз в неделю или чаще я бываю очень возбужденным и взволнованным.
- . Когда я нахожусь в компании, мне трудно найти подходящую тему для разговора.
- . Мне легко заставить других людей бояться себя, и иногда я это делаю ради забавы.
- . В игре я предпочитаю выигрывать.
- . Глупо осуждать человека, обманувшего того, кто сам позволяет себя обманывать.
- . Кто-то пытается воздействовать на мои мысли.
- . Я ежедневно выпиваю много воды.
- . Счастливее всего я бываю, когда один.
- . Я возмущаюсь каждый раз, когда узнаю, что преступник по какой-либо причине остался безнаказанным.
- . В моей жизни был один или несколько случаев, когда я чувствовал, что кто-то посредством гипноза заставляет меня совершать те или иные поступки.
- . Я редко заговариваю с людьми первым.
- . У меня никогда не было столкновений с законом.
- . Мне приятно иметь среди своих знакомых значительных людей – это придает мне вес в собственных глазах.
- . Иногда без всякой причины у меня вдруг наступают периоды необычайной весёлости.
- . Жизнь для меня почти всегда связана с напряжением.
- . В школе мне было очень говорить перед классом.
- . Люди проявляют по отношению ко мне столько сочувствия и симпатии, сколько я заслуживаю.
- . Я отказываюсь играть в некоторые игры, потому что у меня это плохо получается.
- . Мне кажется, что я завожу друзей с такой же легкостью, как и другие.
- . Мне неприятно, когда вокруг меня люди.
- . Мне, как правило, везет.
- . Меня легко привести в замешательство.
- . Некоторые из членов моей семьи совершали поступки, которые меня пугали.
- . Иногда у меня бывают приступы смеха или плача, с которыми я никак не могу справиться.
- . Мне бывает трудно приступить к выполнению нового задания или начать новое дело.

Продолжение ПРИЛОЖЕНИЯ Б

Опрос «Адаптивность» (МЛЮ) А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина

- . Если бы люди не были настроены против меня, я в жизни достиг бы гораздо большего.
- . Мне кажется, что меня никто не понимает.
- . Среди моих знакомых есть люди, которые мне не нравятся.
- . Я легко теряю терпение с людьми.
- . Часто в новой обстановке я испытываю тревогу.
- . Часто мне хочется умереть.
- . Иногда я бываю так возбужден, что мне бывает трудно заснуть.
- . Часто я перехожу на другую сторону улицы, чтобы избежать встречи с тем, кого я увидел.
- . Бывало, что я бросал начатое дело, так как боялся, что я не справлюсь с ним.
- . Почти каждый день случается что-нибудь, что пугает меня.
- . Даже среди людей я чувствую себя одиноким.
- . Я убежден, что существует лишь одно – единственное правильное понимание смысла жизни.
- . В гостях я чаще сижу в стороне и разговариваю с кем-нибудь одним, чем принимаю участие в общих развлечениях.
- . Мне часто говорят, что я вспыльчив.
- . Бывает, что я с кем-нибудь посплетничаю.
- . Часто мне бывает неприятно, когда я пытаюсь предостеречь кого-либо от ошибок, а меня понимают неправильно.
- . Я часто обращаюсь к людям за советом.
- . Часто, даже тогда, когда для меня все складывается хорошо, я чувствую, что мне все безразлично.
- . Меня довольно трудно вывести из себя.
- . Когда я пытаюсь указать людям на их ошибки или помочь, они часто понимают меня неправильно.
- . Обычно я спокоен и меня нелегко вывести из душевного равновесия.
- . Я заслуживаю сурового наказания за свои проступки.
- . Мне свойственно так сильно переживать свои разочарования, что я не могу заставить себя не думать о них.
- . Временами мне кажется, что я ни на что не пригоден.
- . Бывало, что при обсуждении некоторых вопросов я, особо не задумываясь, соглашался с мнением других.
- . Меня весьма беспокоят всевозможные несчастья.
- . Мои убеждения и взгляды непоколебимы.
- . Я думаю, что можно, не нарушая закона, попытаться найти в нем лазейку.
- . Есть люди, которые мне настолько неприятны, что я в глубине души радуюсь, когда они получают нагоняй за что-нибудь.
- . У меня бывали периоды, когда я из-за волнения терял сон.
- . Я посещаю всевозможные общественные мероприятия, потому что это позволяет побыть среди людей.
- . Можно простить людям нарушение правил, которые они считают неразумными.
- . У меня есть дурные привычки, которые настолько сильны, что бороться с ними просто бесполезно.
- . Я охотно знакомлюсь с новыми людьми.
- . Бывает, что неприличная и даже непристойная шутка у меня вызывает смех.
- . Если дело у меня идет плохо, мне сразу хочется все бросить.

Продолжение ПРИЛОЖЕНИЯ Б

Опрос «Адаптивность» (МЛЮ) А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина

- . Я предпочитаю действовать согласно собственным планам, а не следовать указаниям других.
- . Люблю, чтобы окружающие знали мою точку зрения.
- . Если я плохого мнения о человеке или даже презираю его, почти не стараюсь скрыть это от него.
- . Я человек нервный и легко возбудимый.
- . Все у меня получается плохо, не так, как надо.
- . Будущее кажется мне безнадежным.
- . Люди довольно легко могут изменить мое мнение, даже если до этого оно казалось мне окончательным.
- . Несколько раз в неделю у меня бывает чувство, что должно случиться что-то страшное.
- . Чаще всего я чувствую себя усталым.
- . Я люблю бывать на вечерах и просто в компаниях.
- . Я стараюсь уклониться от конфликтов и затруднительных положений.
- . Меня часто раздражает, что я забываю, куда кладу вещи.
- . Рассказы о приключениях мне нравятся больше, чем о любви.
- . Если я захочу сделать что-то, но окружающие считают, что этого делать не стоит, я легко могу отказаться от своих намерений
- . Глупо осуждать людей, которые стремятся взять от жизни все, что могут.
- . Мне безразлично, что обо мне думают другие.

Ф.И.О. _____ Возраст _____

№	+	№	+	№	+	№	+	№	+	№	+	№	+	№	+	№	+	№	+	№	+
	-		-		-		-		-		-		-		-		-		-		-
1		16		31		46		61		76		91		106		121		136		151	
2		17		32		47		62		77		92		107		122		137		152	
3		18		33		48		63		78		93		108		123		138		153	
4		19		34		49		64		79		94		109		124		139		154	
5		20		35		50		65		80		95		110		125		140		155	
6		21		36		51		66		81		96		111		126		141		156	
7		22		37		52		67		82		97		112		127		142		157	
8		23		38		53		68		83		98		113		128		143		158	
9		24		39		54		69		84		99		114		129		144		159	
10		25		40		55		70		85		100		115		130		145		160	
11		26		41		56		71		86		101		116		131		146		161	
12		27		42		57		72		87		102		117		132		147		162	
13		28		43		58		73		88		103		118		133		148		163	
14		29		44		59		74		89		104		119		134		149		164	
15		30		45		60		75		90		105		120		135		150		165	

Продолжение ПРИЛОЖЕНИЯ Б

Опрос «Адаптивность» (МЛО) А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина

Обработка результатов

Обработку результатов проводят по четырём «ключам», соответствующих шкалам: «достоверность», «нервно–психическая устойчивость», «коммуникативные способности», «моральная нормативность», «личностный адаптивный потенциал». На каждый вопрос теста обследуемый может отвечать «да» или «нет». Поэтому при обработке результатов учитывается количество ответов, совпавших с «ключом». Каждое совпадение с «ключом» оценивается в один «сырой» балл.

Шкала достоверности оценивает степень объективности ответов. В случае если общее количество «сырых» баллов превышает 10, то полученные данные следует считать недостоверными вследствие стремления тестируемого соответствовать социально желаемому типу личности.

Шкала ЛАП является шкалой более высокого уровня. Она включает в себя шкалы «нервно–психическая устойчивость», «коммуникативные способности», «моральная нормативность» и даёт представление в целом об адаптивных возможностях личности, но не позволяет получить дополнительную информацию о психологических особенностях обследуемых.

Ключ

Наименование шкалы	Номера вопросов с ответом «да»	Номера вопросов с ответом «нет»
Достоверность (Д)		1,10,19,31,51, 69,78,92.101, 116,128,138.148
Личностный адаптивный потенциал (ЛАН)	4,6,7,8,9,11,12,14,15,16,17,18,20,21,22,24,27, 28,29,30,33,36,37,39,40,41,42,43,46,47,50, 56,57,59,60,61,63,64,65,67,68,70,71,72,73, 77,79,80,81,82,83,84,86,88,89,90,91,93,94,95, 96,98,99,102,103,104,106,108,109,110,111, 112,113,114,115,117,118,119,120,121,122, 123,124,125,126,127,129,131,133,135,136, 137,139,141,142,143,145,146,149,150,151,152, 153,154,155,156,157,158,161,162,164,165.	2,3,5,13,23,25,26,32,34,35,38, 44, 45, 48, 49,52,53, 54,55,58,62,66, 74,75,76,85,87,97, 100,105,107,130,132,134,140, 144,147,159,160,163.
Поведенческая регуляция (ПР)	4,6,7,8,11,12,15,16,17,18,20,21,28,29,30,37, 39,40,41,47,57,60,63,65,67,68,70,71,73, 80,82,83,84,86,89,94,95,96,98,102,103,108, 109,110,111,112,113,115,117,118,119,120, 122,123,124,127,129,131,135,136,137,139,143, 146,149,153,154,155,156,157,158,161,162.	2,3,5,23,25,32, 38,44,45,49,52, 53,54,55,58,62, 66,75,87,105,
Коммуникативный потенциал (КП)	9,24,27,33,43,46,61,64,81,88,90,99,104,106, 114,121,126,133,142,151,152.	26,34,35,48,74, 85,107,130,144,147,159.
Моральная нормативность (МН)	14,22,36,42,50,56,59,72,77,79,91,93,125,141, 145,150,164,165.	13,76,97.100,160,163.

Продолжение ПРИЛОЖЕНИЯ Б

Опрос «Адаптивность» (МЛО) А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина

Таблица Б.1 – Перевод в стэны результатов, полученных по шкалам методики «Адаптивность»

Наименование шкал и количество ответов, совпавших с ключом.				Стэны	Категория
ЛАП	ПР	КП	МН		
62->	46->	27-31	18->	1	IV
51-16	38-45	22-26	15-17	2	IV
40-50	30-37	17-21	12-14	3	III
33-39	22-29	13-16	10-11	4	III
28-32	16-21	10-12	7-9	5	II
22-27	13-15	7-9	5-6	6	II
16-21	9-12	5-6	3-4	7	I
11-15	6-8	3-4	2	8	I
6-10	4-5	1-2	1	9	I
1-5	0-3	0	0	10	I

Таблица Б.2 – Интерпретация адаптивных способностей по шкале методики «Адаптивность»

Уровень адаптивных способностей (стэны)	Интерпретация
5-10	Группы высокой и нормальной адаптации. Лица этих групп достаточно легко адаптируются к новым условиям деятельности, быстро входят в новый коллектив, достаточно легко и адекватно ориентируются в ситуации, быстро вырабатывают стратегию своего поведения. Как правило неконфликтны, обладают высокой эмоциональной устойчивостью.
3-4	Группа удовлетворительной адаптации. Большинство лиц этой группы обладают признаками различных акцентуаций, которые в привычных условиях частично компенсированы и могут проявляться при смене деятельности. Поэтому успех адаптации зависит от внешних условий среды. Эти лица, как правило, обладают невысокой эмоциональной устойчивостью. Возможны асоциальные срывы, проявления агрессии и конфликтности. Лица этой группы требуют индивидуального подхода, постоянного наблюдения, коррекционных мероприятий.
1-2	Группа низкой адаптации. Лица этой группы обладают признаками явных акцентуаций характера и некоторыми признаками психопатий, а психическое состояние можно охарактеризовать, как пограничное. Возможны нервно-психические срывы. Лица этой группы обладают низкой нервно-психической устойчивостью, конфликтны, могут допускать асоциальные поступки. Требуют наблюдения психолога и врача (невропатолога, психиатра).

Продолжение ПРИЛОЖЕНИЯ Б

Опрос «Адаптивность» (МЛО) А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина

Таблица Б.3 – Интерпретация основных шкал методики «Адаптивность»

Наименование шкалы	Уровень развития качеств	
	Ниже среднего (1–3 стэна)	Выше среднего (7–10 стэнов)
ПР	Низкий уровень поведенческой регуляции, определённая склонность к нервно–психическим срывам. Отсутствие адекватной самооценки и реального восприятия действительности.	Высокий уровень нервно–психической устойчивости и поведенческой регуляции, высокая адекватная самооценка и реальное восприятие действительности.
КП	Низкий уровень развития коммуникативных способностей, затруднение в построении контактов с окружающими, проявление агрессивности. Повышенная конфликтность.	Высокий уровень развития коммуникативных способностей, легко устанавливает контакты с сослуживцами, окружающими, не конфликтен.
МН	Не может адекватно оценить своё место и роль в коллективе, не стремится соблюдать общепринятые нормы поведения.	Реально оценивает свою роль в коллективе, ориентируется на соблюдение общепринятых норм поведения.

Продолжение ПРИЛОЖЕНИЯ Б

Опрос «Адаптивность» (МЛО) А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина

Таблица Б.4 – Сводная таблица ответов призывников в начале и в конце службы по призыву

Показатель	Есть и всегда было		Есть уже длительное время		Появилось в последнее время		Было в прошлом, но сейчас нет		Нет и не было	
	В начале	В конце	В начале	В конце	В начале	В конце	В начале	В конце	В начале	В конце
1. Бессонница	2	2	4	3	6	4	4	9	4	2
2. Ощущение, что окружающие неодобрительно к Вам относятся	1	1	2	1	6	3	6	14	5	6
3. Головные боли	1	1	1	1	5	2	8	10	5	6
4. Изменение настроения без видимых причин	0	0	1	0	2	1	8	15	9	4
5. Боязнь темноты	0	0	0	0	1	1	15	2	4	2
6. Чувство, что Вы хуже других людей	2	1	3	1	5	2	6	14	4	2
7. Склонность к слезам	0	0	0	0	1	0	4	16	15	4
8. Ощущение «комка» в горле	0	0	0	0	2	1	12	14	6	5
9. Боязнь высоты	1	1	2	1	1	1	2	14	14	3
10. Быстрая утомляемость, чувство усталости.	2	1	2	0	6	3	4	12	6	4
11. Неуверенность в себе и в своих силах.	3	1	2	1	5	3	5	8	5	7
12. Сильное чувство вины	0	0	0	0	1	0	2	14	17	6
13. Опасения по поводу тяжелого заболевания (не подтвержденного при	1	0	2	1	4	2	1	13	12	4
14. Боязнь находиться одному в помещении или на улице.	0	0	0	0	1	0	2	5	17	15
15. Опасение покраснеть «на людях».	0	0	0	0	1	1	2	1	17	18
16. Трудности в общении с людьми	1	0	2	1	6	2	4	14	7	3
17. Необоснованный страх за себя, других людей, боязнь каких-либо ситуаций	1	0	1	0	3	2	2	2	13	16
18. Дрожание рук, ног	0	0	0	0	1	1	2	1	17	18
19. Невозможность сдерживать проявления своих чувств.	0	0	0	0	2	1	2	1	16	18
20. Сниженное или подавленное настроение	2	1	2	1	8	6	4	8	4	4
21. Сердцебиение	2	1	2	1	4	2	6	8	6	8
22. Беспричинная тревога, «предчувствия», ощущение, что может произойти что-то неприятное.	1	0	3	2	5	3	7	13	4	2
23. Безразличие ко всему	2	1	1	0	4	2	6	13	7	4
24. Раздражительность, вспыльчивость.	3	1	2	1	4	2	6	11	5	5
25. Повышенная потливость.	4	2	3	2	5	3	6	7	2	6
26. Чувство слабости	2	1	3	2	3	2	2	5	10	15