

СУЧАСНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ БОЙОВИХ ДІЙ

MODERN ASPECTS OF PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF MILITARY PERSONNEL IN COMBAT CONDITIONS

У статті представлено емпіричне дослідження проблеми психологічної адаптації військовослужбовців, які знаходяться в умовах бойових дій. Така категорія потребує створення нових адаптивних розробок в українській психологічній науці та впровадження їх у практику. Із цією метою було організовано дослідження та проведені корекційні заходи, які сприяли психологічній підтримці військовослужбовців. У статті робиться акцент на важливості психологічного супроводу, який забезпечує відповідальність військовослужбовця у власних силах, вірогідність поділитись переживаннями, надання підтримки навіть поза статутними відносинами, бо військовослужбовець може йти на контакт із психологом, без прямих наказів від офіцерів, а за власним бажанням чи ініціативою. Мета, яка здійснювалася в дослідженні, – теоретично продемонструвати та експериментально вивчити особливості психічного забезпечення соціальної адаптації військовослужбовців в умовах бойової діяльності. Було виявлено, що психологічне забезпечення соціальної адаптації військовослужбовців є однією з головних складових, від якої залежить успішність військової служби. Тому важливо мати можливість попереджувати та вирішувати проблеми, пов'язані з невдачами в соціальній адаптації, для тих, хто має безпосередній контакт із військовослужбовцями.

Емпіричне дослідження було спрямоване на виявлення рівня соціальної адаптації військовослужбовців у зоні бойових дій. Дослідження проводилося з військовослужбовцями, які прибули за ротацією в різні підрозділи. Військовослужбовцям було запропоновано проходження методики оцінки адаптаційних здібностей особистості, яка включала багаторівневий особовий опитувальник (БОО) під назвою «Адаптивність-200». Аналіз результатів показав, що в більшості військовослужбовців процес адаптації в зоні бойових дій пройшов успішно, були швидко налагоджені міжособистісні взаємодії, а груповий інтерес у більшості був на порядок вищий, ніж особистий. Для покращення результатів нами було запропоновано провести психокорекційну роботу, яка покращила показники соціальної адаптивності.

Ключові слова: соціальна адаптація, психологічна адаптація, військовослужбовці, психокорекція, психологічна підтримка.

The article presents an empirical study of the problem of psychological adaptation of military personnel who are in combat conditions. This category requires the creation of new adaptive developments in Ukrainian Psychological Science and their implementation in practice. To this end, research was organized and correctional measures were carried out, which contributed to the psychological support of military personnel. The work emphasized the importance of psychological support, which provides a serviceman with responsibility in his own abilities, the likelihood of sharing experiences, providing support even outside the statutory relations, since a serviceman can make contact with a psychologist, without direct orders from officers, but at his own request or initiative. The purpose of the study was to theoretically demonstrate and experimentally study the features of mental support for social adaptation of military personnel in the conditions of combat activity. It was revealed that psychological support for social adaptation of military personnel is one of the main components on which the success of military service depends. Therefore, it is important to be able to prevent and address problems related to failures in social adaptation for those who have direct contact with military personnel.

The empirical study was aimed at identifying the level of social adaptation of military personnel in the combat zone. The study was conducted with military personnel who arrived on rotation in different units. Military personnel were offered to pass the methodology for assessing the adaptive abilities of the individual, which included a multi-level personal questionnaire (boo) called "adaptability-200". The analysis of the results showed that the majority of military personnel had a successful adaptation process in the combat zone, interpersonal interactions were quickly established, and the group interest of the majority was orders of magnitude higher than personal. To improve the results, we proposed to conduct psychocorrective work that improved the indicators of social adaptability.

Key words: social adaptation, psychological adaptation, military personnel, psychocorrection, psychological support.

УДК 159.9.07
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.39>

Нерубасська А.О.

д.філос.н.,
доцент кафедри загальнонаукових,
соціальних та поведінкових дисциплін
Одеський інститут
ПраТ «ВНЗ "Міжрегіональна Академія
управління персоналом"»

Москальова В.А.

викладач кафедри правових дисциплін
Одеський інститут
ПраТ «ВНЗ "Міжрегіональна Академія
управління персоналом"»

Фесюк А.І.

магістр психології
Одеський інститут
ПраТ «ВНЗ "Міжрегіональна Академія
управління персоналом"»

Вступ. У сучасних умовах змін українці є безпосередньо учасниками проходження служби в реаліях бойових дій. У зв'язку з цим військовослужбовці потребують створення адаптивних розробок нового зразка.

На початку військової служби адаптація до військового статуту являє собою докорінну зміну індивідуального стилю життя та наслідків бойових умов, які на даний момент викликають глибокі зміни в морально-психологічному

стані військовослужбовців. Виникає необхідність вдосконалювати та сприяти полегшенню проходження цього єдиного етапу в житті кожного військовослужбовця. За умови належної психологічної підтримки можна досягти позитивних регуляторних результатів, що дадуть змогу продовжувати та вміло здійснювати поставлені завдання в майбутньому.

Психологічний супровід забезпечує відповідальність військовослужбовця у власних

силах, вірогідність поділитись переживаннями, надати підтримку навіть поза статутними відносинами, тому важливим є розуміння військовослужбовцем, що він може йти на контакт із психологом без прямих наказів від офіцерів, а за власним бажанням чи ініціативою. Проте відсутність організованого та системного психологічного супроводу, який необхідно запроваджувати у військових частинах, ускладнює процес адаптації та, як наслідок, подальше виконання бойових завдань.

Аналіз літератури щодо проблеми показує, що вітчизняні та зарубіжні психологи приділяли велику увагу обраній темі. Проблему адаптації досліджували такі зарубіжні психологи, як Я. Стреляу, К. Роджерс, М. Раттер, К. Грос, М. Зайдель та ін. Також цією проблемою займалися П. Анохін, Г. Андреева, Б. Анан'єв, Ф. Березін, Л. Виготський, Т. Дичев, В. Казначеев, О. Леонтьєв, Б. Ломов, А. Петровський, С. Рубінштейн та ін. Процесу психічної адаптації військовослужбовців до бойових умов приділяють увагу такі вчені, як І.І. Ліпатов, Л.Ф. Шестопалова, В.С. Афанасенко та ін. Про заходи психологічного забезпечення адаптації військовослужбовців до військової служби йшла мова в працях Г.В. Лошкіна, В.М. Невмерзицького.

Вивчення деталей психологічної адаптації військовослужбовців до умов бойових дій дає можливість глибше зрозуміти процес адаптації, що впливає на його ефективність в умовах страшної війни, яку розв'язала росія проти України 24 лютого 2022 р.

Мета дослідження – теоретично дослідити та експериментально вивчити особливості психічного забезпечення соціальної адаптації військовослужбовців в умовах бойової діяльності.

Завдання дослідження: виявити специфіку соціальної адаптації військовослужбовців, включаючи особливості адаптації до нового соціального середовища, умов проходження служби, норм поведінки, групових норм та засвоєння цінностей.

Відповідно до мети та завдань на початку дослідження визначимо об'єкт та предмет.

Об'єкт дослідження – процес психологічної адаптації у військовослужбовців.

Предмет дослідження – психологічний супровід процесу адаптації у військовослужбовців.

Результати. Розглянемо підходи щодо визначення поняття «соціальна адаптація» та його зв'язку з «психологічною адаптацією». Потім запропонуємо емпіричне дослідження, спрямоване на виявлення рівня соціальної адаптації військовослужбовців, які знаходяться в зоні бойових дій.

К. Бернар був першим, хто запропонував у своїх працях уявлення про адаптацію. Він

сформулював концепцію гомеостазу, де всі процеси, що відбуваються в організмі, спрямовані на збереження стану рівноваги у відповідь на негативний вплив середовища. Чинники впливу зовнішнього середовища поділяються на умови середовища, що: 1) зберігаються відносно незмінними тривалий час; 2) змінюються досить швидко. Основні положення концепції К. Бернара розвинули У. Кеннон, Г. Сельє, А.Д. Слонім та ін. Г. Сельє ототожнив процес адаптації з поняттям життя [6].

У психоаналітичній теорії концепція адаптації розглядається, як здатність індивідів успішно взаємодіяти з оточуючим середовищем і проявляти свою активність у контролі або модифікації середовища. Термін «адаптація» характеризує стан пристосованості індивіда до навколишнього середовища (адаптивність) і психічних процесів, що впливають на нього [6].

Із висловлювань Ж. Піаже, адаптація – це здатність особистості справлятися з викликами конкретної ситуації. Це здійснюється за допомогою заходів, які впливають і додають одне одному, що називається асиміляцією та акомодациєю. І кінцевим результатом цього процесу є стан рівноваги між середовищем і когнітивними структурами індивіда [3, с. 125–132]. У трактуванні Ж. Піаже акомодация та асиміляція роблять когнітивний розвиток. Вони не завжди існують в однаковій мірі, але засвоєння досвіду, який не відповідає існуючим схемам, у кінцевому рахунку спричиняє когнітивний конфлікт і зумовлює акомодацию цього досвіду. Наприкінці цього процесу є адаптація – стан рівноваги між когнітивними структурами й оточенням [6].

Ю.О. Александровський стверджує, що «психічна адаптація є результатом діяльності самокерованої системи, яка дозволяє людині не тільки ефективно протидіяти різним природним і соціальним чинникам, але й активно впливати на них, забезпечуючи їй оптимальний рівень функціонування» [5, с. 192].

З іншого боку, С.Д. Максименко вважає, що психічна адаптація є процесом взаємодії між особистістю та середовищем, у якому особистість повинна уважно вивчати особливості середовища та активно впливати на нього з метою задоволення власних потреб і досягнення важливих цілей [2, с. 94].

Г.О. Балл запропонував трактувати адаптацію як тенденцію до встановлення рівноваги між індивідом і середовищем за умови, що індивід залишається цілісним і підтримуються визначені параметри його функціонування [4, с. 51].

Попри значні розбіжності у визначенні поняття адаптації, фахівці з соціальних наук схильні до того, що адаптація – це складний процес соціалізації особи, що включає ключові

взаємопов'язані дії, у які входить внутрішній аспект (зміни внутрішнього світу особистості) та зовнішній аспект (перетворення умов зовнішнього середовища). Проте, аналіз підходів до визначення поняття адаптації є далеко неповним.

Так, якщо говорити про соціальну адаптацію, то це означає процес адаптації особистості до вимог соціального середовища, включаючи інтеграцію в соціальні групи, формування відповідної системи взаємин з іншими індивідами, а також усвідомлення цінностей і норм соціального середовища. Існує також таке поняття, як «психологічна адаптація», ці терміни є взаємопов'язаними, оскільки психологічна адаптація особистості містить ключові елементи, необхідні для здійснення соціальної адаптації. У зв'язку з тим, що середовище, де знаходяться військовослужбовці, може бути достатньо складним, іноді й ворожим, процес соціально-психологічної адаптації теж протікає по-різному [7].

Агресивні явища дуже поширені у військовому середовищі та негативно впливають на процеси взаємодії та міжособистісні стосунки з побратимами. У чоловічих військових колективах починають формуватися міжособистісні відносини, змінюються життєві стереотипи й моральні цінності, відбувається розподіл ролей у соціально-військових частинах. Правильна соціальна адаптація військовослужбовця залежить від його індивідуальних особливостей, таких як темперамент, психічні ознаки та риси характеру. Ці фактори безпосередньо впливають на здатність особистості адаптуватися до вимог соціального середовища, інтегруватися в соціальні групи, формувати систему взаємин з іншими й усвідомлювати цінності та норми соціального середовища.

Після проведення аналізу наукової літератури про психологічне забезпечення соціальної адаптації військовослужбовців було виявлено, що цей процес є однією з головних складових, від якої залежить успішність військової служби. Тому важливо мати можливість попереджувати та вирішувати проблеми, пов'язані з невдачами в соціальній адаптації, для тих, хто має безпосередній контакт із військовослужбовцями.

У запропонованому дослідженні було здійснено запис соціально-демографічних характеристик кожного військовослужбовця, таких як вік, рівень освіти, сімейний стан, тривалість військової служби, звання, матеріальний стан та інше. Основою дослідження стали результати комплексного обстеження військовослужбовців, які прибули на місяць за ротацією у 26 прикордонний загін у різні підрозділи. Кількість військовослужбовців складала 192 особи віком від 24 до 49 років.

Проведене нами емпіричне дослідження спрямоване на вирішення наступних завдань:

1) виділити та обговорити загальний рівень соціальної адаптації військовослужбовців;

2) визначити та обґрунтувати обраний методичний інструментарій для дослідження соціальної адаптації;

3) провести діагностику загального рівня адаптивної здатності та її складових.

Емпіричне дослідження було спрямоване на виявлення рівня соціальної адаптації військовослужбовців, які знаходилися в зоні бойових дій. Дослідження проводилося кілька тижнів тому після того, як військовослужбовці прибули за ротацією в різні підрозділи.

На першому етапі дослідження було зібрано військовослужбовців, проведено інформування мети психологічного вивчення та роз'яснено, що таке взагалі соціальна адаптація. Мета проведення цієї бесіди – налаштувати колектив на робочу обстановку та пояснити значущість такої роботи. Після цього військовослужбовці легше йшли на контакт із психологами та здійснювали всі вказівки.

Військовослужбовцям було запропоновано проходження методики оцінки адаптаційних здібностей особистості, яка включала багаторівневий особовий опитувальник (БОО) під назвою «Адаптивність-200» [1].

Перед початком тестування військовослужбовцям було надано інструкцію, у якій стверджувалося, що необхідно уважно прочитати твердження та обрати той варіант, з яким вони погоджуються. Для відповіді на кожне питання тесту слід було обрати «Так» або «Ні» й поставити відповідну позначку («+» для «Так» і «-» для «Ні») у бланку, де вказувалися наступні дані: ПІБ, посада, спеціальність, військове звання та дата проведення опитування. Надаємо інструкцію до методики оцінки адаптаційних здібностей особистості (багаторівневий особовий опитувальник «Адаптивність-200»). (Інструкція: Дане дослідження спрямоване на виявлення Ваших індивідуальних особливостей. Опитувальник містить 200 тверджень (запитань) про життя, роботу, відносини в сім'ї, інтереси та схильності. Завдання полягає в тому, щоб визначити своє відношення до кожного твердження, тобто погодитися або не погодитися з ним). До інструкції додавався опитувальник із 200 питань [1].

У результаті проведеного дослідження за методикою оцінки адаптаційних здібностей особистості (багаторівневий особовий опитувальник (БОО) «Адаптивність-200») ми отримали наступні показники, які представлені на рисунку 1.

Як видно з рис. 1, отримані показники свідчать, що у 35 % учасників низький рівень адаптаційних здібностей від усіх опитуваних, 20 % від усіх досліджуваних складають особистості

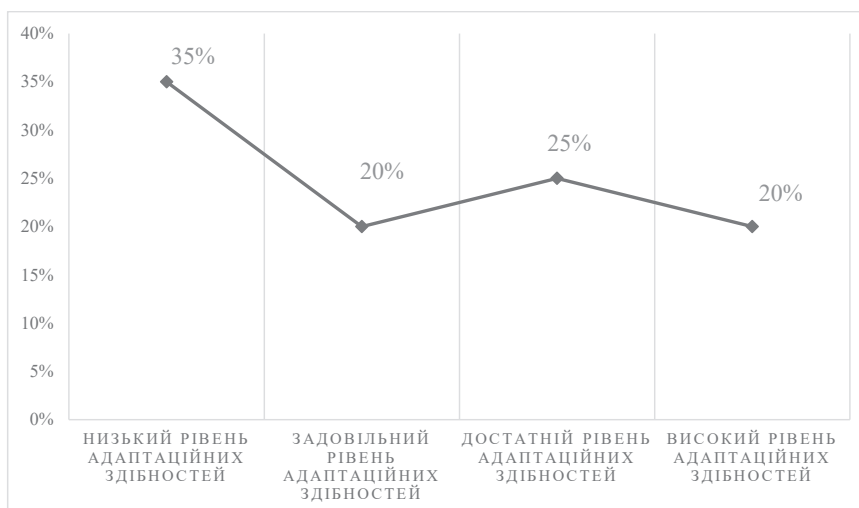


Рис. 1. Отримані показники за методикою (БОО) «Адаптивність-200»

із задовільним рівнем можливостей. Із достатнім рівнем адаптаційних здібностей 25 % військовослужбовців, із високим рівнем – 20 %.

Більшість військовослужбовців має хороші шанси на успішну адаптацію протягом певного періоду часу, тоді як інші можуть відчувати труднощі в колективі та з побратимами через внутрішні порушення.

Обговорення. Дослідження показало, що військовослужбовці, у яких достатня адаптація, мають такі характеристики, як: висока працездатність у звичайних і стресових умовах, високий рівень стійкості до стресових факторів, легкий контакт з оточуючими, неконфліктність, повага до загально визнаних і суспільно прийнятних норм поведінки. Із побратимами не конфліктні, схильні дотримуватися вимог та гідно виконувати статут.

Військовослужбовці з високим рівнем адаптаційного потенціалу мають наступні особливості: за звичних умов показують стійкий рівень працездатності, але при тривалій дії психологічного навантаження може відбутися погіршення результату їхньої діяльності. Військовослужбовець не має труднощів у встановленні міжособистісних стосунків із побратимами, не втягується в конфлікти, адекватно реагує на зауваження, зазвичай реагує на вимоги компанії, веде безперервну діяльність, а інтереси групи, як правило, будуть вищими, ніж його власний прибуток.

За отриманими показниками військовослужбовці із задовільним розвитком адаптаційних навичок у життєдіяльності мають такі характеристики: у повсякденній діяльності індивідуальні інтереси переважають над інтересами групи, і не завжди акцентується дотримання загальноприйнятих правил. Значні ускладнення можуть виникати на ранніх етапах побудови взаємовідносин у колективі, мають тенденцію до конфліктності, гостро реагують

на критику, важко адаптуються до нових умов праці, а в окремих випадках може бути тривале зниження фізичної працездатності.

Що стосується військовослужбовців, у яких низький рівень адаптаційних здібностей, для них характерно: неадекватна стійкість до психічного та фізичного навантаження, підвищене фізичне навантаження може порушувати професійну діяльність, призводити до добровільної відмови від таких умов, як військова діяльність, підвищення рівня конфлікту з побратимами та регульованого середовища. Прихильність до іміджу, можливо небажання вдягати військовий одяг, відчувають труднощі з побудовою взаємодії в команді, схильні до егоїзму та можуть відстоювати власні інтереси, уникаючи або ігноруючи інтереси групи.

Тобто, виходячи з отриманих результатів, у більшості військовослужбовців процес адаптації в зоні бойових дій пройшов успішно, швидко налагоджені міжособистісні взаємодії, а груповий інтерес у більшості був на порядок вищий, ніж особистий. Для покращення результатів нами було запропоновано провести психокорекційну роботу.

Для цього було розроблено психокорекційну програму, яка спрямована на зниження психоемотивного елемента соціальної адаптації, метою якого є: зниження рівня негативних психоемоційних станів; покращення взаємовідносин між побратимами; підвищення рівня самоконтролю та впевненості в собі; зниження рівня конфліктності. Діагностичний етап у програмі передбачав аналіз актуальних психологічних прийомів: ігри, комунікація, малювання, бесіди, обговорення та вправи.

Після проведення психокорекційної програми встановлено, що серед 192 випробуваних осіб кількість військовослужбовців із задовільним та достатнім рівнем адаптаційного потенціалу збільшилась, а кількість осіб із

низьким та середнім рівнем психоемотивного компонента також зменшилась.

Виходячи з отриманих даних, аналізуючи результати після проведення психокорекційної програми, можна спостерігати поліпшення соціальної адаптації учасників експериментальної групи, що призвело до позитивних змін. Спостерігалось збільшення показників достатнього та задовільного рівнів адаптаційних здібностей. Позитивна динаміка в показниках елементів соціальної адаптації проявлялася у зростанні працездатності військовослужбовця, прийнятті норм на службі, міжособистісній взаємодії.

Висновки з проведеного дослідження.

Таким чином, у статті були представлені теоретичні дослідження у визначенні поняття «соціальна адаптація», хід емпіричного дослідження проблеми адаптаційних навичок у військовослужбовців, рівні адаптивності військовослужбовців під час їх ротації, проведено аналіз отриманих результатів. Отримані результати показали необхідність проведення корекційної роботи з цією категорією респондентів. Була розроблена корекційна програма, метою якої було зниження рівня негативних психоемоційних станів; покращення взаємовідносин між побратимами; підвищення рівня самоконтролю та впевненості в собі; зниження рівня конфліктності. Корекційна програма дала позитивну динаміку в показниках соціальної адаптивності. Тому надалі вважаємо вкрай необхідним проводити як діагностичну, так і корекційну роботу з військовослужбовцями, особливо після виконання ними бойових завдань та в умовах небезпеки.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Волошин П.В., Марута Н.О., Шестопалова Л.Ф., Лінський І.В., Підкоритов В.С., Ліпатов І.І., Бучок Ю.С., Заворотний В.І. Діагностика, терапія та профілактика медико-психологічних наслідків бойових дій в сучасних умовах : методичні рекомендації. Харків : ДУ «Інститут неврології, психіатрії та наркології НАМН України», 2014. 80 с.
2. Латанська М. Особливості психологічного супроводу військовослужбовців під час антитерористичної операції на Сході України. *Психологічні перспективи*. 2016. № 1. С. 94–104.
3. Лисенко О.А. Особливості професійної самоорганізації військовослужбовців у зоні бойових дій. *Науковий вісник Чернівецького університету*. 2018. № 868. С. 125–132.
4. Наумов В.Л. Індивідуально-психологічні особливості військовослужбовців з розладами адаптації, посттравматичним стресовим розладом та постстресовими розладами особистості. *Вісник морської медицини*. 2018. № 1(74). С. 51–57.
5. Сліпушко О.В. Особливості формування професійних компетентностей майбутніх практичних психологів в галузі воєнної психології. *Психологічні науки: проблеми і досягнення*. 2017. № 1(19). С. 192–201.
6. Шльонська О.О. Розгляд поняття «адаптація» з погляду системного підходу. *Актуальні проблеми психології*. Том III: Консультативна психологія і психотерапія : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / за ред. С.Д. Максименка. Київ : Видавець Лисенко М.М., 2013. Вип. 9. URL: <https://neurocorrection.com.ua/publikatsii/item/75-rozglyad-ponyattya-adaptatsiya-z-poglyadu-sistemnogo-pidkhodu>
7. Психологічна адаптація [Електронний ресурс]. URL: <https://publish.com.ua/suspilstvo/psikhologichna-adaptatsiya-tse-viznachennya-metodika-faktori-ta-osoblivosti-protsetesu.html>