

## Особенности адаптивности и нервно-психической устойчивости призывников

*Васильченко Руслан Леонидович*

*Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема*

*Студент*

### Аннотация

В данной статье автором раскрывается понятие адаптивности и нервно-психической устойчивости в психологии. Автор выявляет особенности адаптивности и нервно-психической устойчивости призывников.

**Ключевые слова:** адаптивность, нервно-психическая устойчивость, уровень развития адаптивности, призывники.

## Features of adaptability and neuropsychic stability of conscripts

*Vasilchenko Ruslan Leonidovich*

*Sholom-Aleichem Priamursky State University*

*Student*

### Abstract

In this article, the author reveals the concept of adaptability and neuropsychic stability in psychology. The author reveals the features of adaptability and neuropsychic stability of conscripts.

**Keywords:** adaptability, neuropsychic stability, level of adaptability development, conscripts.

Проведение реформ в Вооруженных Силах Российской Федерации, их дальнейшее развитие, успешное выполнение государственного долга по защите Родины непосредственно связаны с качеством призывного контингента военнослужащих.

Как и любой другой социальный институт нашего государства, Вооруженные Силы испытывают на себе последствия всех нестабильностей общественно-политического и социально-экономического характера, через которые в последние десятилетия проходит наша страна. Важнейшей причиной неэффективности военной службы и комплектации слабым для службы в Армии контингентом являются психологические проблемы призывников.

Одним из необходимых психологических качеств личности военнослужащего является нервно-психическая устойчивость. Под нервно-психической устойчивостью понимается способность военнослужащего регулировать свое взаимодействие с окружающей его средой, а также целенаправленно действовать в этой среде [7]. В.В. Юсупов,

Г.И. Крамаренко, М.М. Решетников, Ю.А. Александровский, А.Г. Маклаков, М. Лэйн, Е. Хирон отмечают, что для личности очень важна полноценность системы психической регуляции, иначе возрастает риск нарушений («срывов») деятельности нервной системы и развития дезадаптационных расстройств при значительном психическом и физическом напряжении. По мнению авторов, под влиянием многочисленных внешних стимулов, к которым можно отнести: социально-экономические, физические, психологические, психотравмирующие, токсические и ряд других факторов, состояние нервно-психической устойчивости может непрерывно изменяться.

Г.М. Зараковский в своих исследованиях опирался на теорию функциональных систем П.К. Анохина и рассматривал нервно-психическую устойчивость в качестве сложного функционально детерминированного явления, включающего в себя: 1) свойства регуляторных психических, а также психофизиологических процессов (автор относит к ним эмоциональные, волевые и мотивационные процессы), которые определяют эффективность деятельности личности и рациональность ее поведения; 2) свойства психофизиологических процессов, необходимых для повседневной активности личности, ее адаптации к регулярно меняющимся условиям окружающей среды, т.е. самонастройка, а также способность человека к экстренной мобилизации; 3) свойства личности: самосознание человека, характер, его направленность и социально-психологические свойства [5].

Эффективность профессиональной деятельности военнослужащих во многом определяется возможностями психической регуляции своего состояния, поведения и деятельности. Ж.Г. Сенокосов понятие «адаптивность», «адаптивная направленность» трактует в широком смысле, т.е. он подразумевает по ним не только процессы приспособления индивида к природной среде (имеющие цель сохранения телесной целостности, выживания, нормального функционирования и т.д.), но и феномен адаптации к социальной среде, проявляющийся в виде выдвигаемых со стороны общества требований, ожиданий, норм, соблюдение которых гарантирует полноценность субъекта как члена общества [9].

А.Г. Асмолов, Э. Эриксон, Ф.Б. Березин и др. считают, что психическая адаптация играет решающую роль в поддержании адекватных соотношений в системе «индивидуум – среда» и трактуется ими в качестве процесса установления оптимального соответствия личности и окружающей среды в ходе реализации свойственной человеку деятельности. Данный феномен, по мнению авторов, позволяет человеку удовлетворять свои актуальные потребности и достигать связанных с ними значимых целей (при сохранении психического и физического здоровья), обеспечивая в то же время соответствие психической деятельности человека, его поведения требованиям среды [2].

В работах военных психологов Т.Г. Егорова, Г.Д. Лукова, Н.Ф. Феденко, а так же военных педагогов А.М. Мухаметжанова, Н.К. Смагулова, С.Б. Жаутиковой отмечается, что, призываясь на службу, молодым людям приходится менять одну психологическую среду на другую.

В период адаптации призывник должен приспособиться к жизни в огромном коллективе, к тяжелым физическим и психологическим нагрузкам, а не редко и новым климатическим условиям. Также в процессе прохождения службы им необходимо адаптироваться к влиянию различных специфических факторов, различных по насыщенности и длительности. Положительный результат этого процесса зависит как от самого индивида, так и от окружающих людей. Важным для военной психологии является выявление лиц с пониженной приспособляемостью к условиям военной службы, склонных к нервно-психическим срывам, нарушениям дисциплины, делинквентному (отклоняющемуся) поведению, созданию аварийных ситуаций [6].

Как отмечает П.И. Александрович, адаптация призывников меняется в связи с довольно резким отрывом молодых людей из привычной социальной среды. Так, попадая в новые условия военной среды, у юношей отмечаются изменения психоэмоциональных состояний, связанных с резкой сменой образа «Я». У призывников происходят изменения во внешности – появляется новая стрижка, одежда; их имена заменяются званием и наименованием подразделения; появляются новый быт, распорядок дня и т.д. Самые сильные переживания вызывает осознание того, что человек уже не может распоряжаться собой в полной мере, вдруг перестает быть личностью, принимающей решения, а главное – у него нет возможности восстановить свою индивидуальность, даже на уровне совершения элементарных поступков (время регламентировано от приема пищи до просмотра телепередач). Все подчинено заведенному распорядку, которому необходимо следовать [1].

Как отмечает автор, потребность самоуважения у призывников также не реализована: они не могут получить признание, одобрение, добиться успеха, либо данные потребности в связи с их специфическим пониманием в данной среде не воспринимаются индивидом как адекватные. Все это своей радикальной новизной вызывает у молодых людей стресс. В этот период происходит ломка ранее сложившихся воззрений, перестройка системы потребностей и мотивов, привычек. Данные изменения вызывают выработку новых тактик и стратегий поведения [1].

По мнению А.И. Костюк, для успешности выполнения своих профессиональных обязанностей, личность должна обладать определенной совокупностью индивидуальных психологических свойств, выступающих в качестве факторов адаптации. Данные индивидуальные особенности представляют собой важные факторы, поскольку благодаря им происходят адаптационные процессы. Основным адаптационным фактором является формирование и развитие отношений между личностью и воинским коллективом с целью установления устойчивой групповой идентичности: адекватная оценка своей роли во взаимоотношениях в системе «начальник-подчиненный» и в системе служебного и межличностного общения. Поэтому специалисты говорят о важности учета и измерения индивидуально-

психологических особенностей человека с целью прогноза эффективной его адаптации [3].

Автор подчеркивает, что усиление или формирование у призывников, поступивших на военную службу, профессиональных интересов, склонностей, идеалов, убеждений, появлению новых перспектив и жизненных целей происходит благодаря перестройке мотивационного комплекса. Значительным изменением подвергаются их привычки, навыки, умения. Те из них, которые отвечают требованиям поведения в Вооруженных войсках, – развиваются, а не отвечающие – ослабевают и исчезают. Активно формируются и отсутствующие, но необходимые для деятельности способы и приемы ее осуществления. При этом расширяются и углубляются представления молодых людей о поведении в новых условиях, что позволяет все с большей оптимальностью осуществлять служебную и общественную деятельность. Данные изменения, в свою очередь свидетельствуют о росте адаптированности призывников [3].

Г.И. Крамаренко, И.С. Рудой подчеркивают, что оценка нервно-психической устойчивости и выявление лиц с нервно-психической неустойчивостью является также важным направлением в психологическом (психофизиологическом) сопровождении военнослужащих по призыву и по контракту в процессе службы в воинских частях. У военнослужащих с нервно-психической неустойчивостью прогнозируется пониженная приспособляемость к условиям военной службы, трудности военно-профессиональной адаптации, повышенная склонность к нарушениям дисциплины и отклоняющемуся поведению. При осложнении условий военно-профессиональной деятельности (психоэмоциональные нагрузки, экстремальная обстановка) ее эффективность у данных лиц может резко снижаться и приводить к ошибочным действиям, аварийным ситуациям, невыполнению учебно-боевых задач [4].

Таким образом, важнейшими показателями при поступлении молодых людей на военную службу являются уровень адаптивности и нервно-психической устойчивости призывников, т.к. специфика профессиональной деятельности военнослужащих определяет содержание его функциональных обязанностей, а также определенных правил поведения в различных ролевых позициях. Грамотное психологическое сопровождение адаптацией военнослужащих по призыву, изучение связи уровня адаптивности и нервно-психической устойчивости призывников является необходимым условием успешного прохождения военной службы молодых воинов.

### **Библиографический список**

1. Александрович П.И., Малютин А.Г., Сенокосов Ж. Г. Психологический анализ трудностей адаптации военнослужащих к армейской жизнедеятельности. Рига, 2008. 89 с.
2. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. М.: Академия, 2015. 270 с.

3. Костюк А.И. Адаптация и военная служба // Вестник ПВО. 2003. №11. С. 49-52.
4. Крамаренко Г.И., Рудой И.С. Нервно-психическая неустойчивость у военнослужащих срочной службы. СПб: Питер, 2009. 26 с.
5. Методики военного профессионального психологического отбора / под ред. В.И. Лазуткина, Н.Н. Зацарного, Г.М. Зараковского. М.: Изд. МО РФ, 2011. 536 с.
6. Мухаметжанов А.М., Смагулов Н.К., Жаутикова С.Б. Особенности адаптации военнослужащих в процессе прохождения воинской службы // Современные проблемы науки и образования. 2012. № 3. С. 39-41.
7. Петровский А.В. Общая психология. М.: Просвещение, 2013. 420 с.
8. Психология. Словарь / Под ред. Петровского А.В., Ярошевского М.Г. - М.: Академия, 2013. 844 с.
9. Сенокосов Ж. Г. Адаптация молодых воинов // Вестник ПВО. 2001. №4. С. 59-61.
10. Сидорович Е.Ю. Диагностика адаптивных способностей военнослужащих нового пополнения // Молодой ученый. 2020. № 6 (296). С. 179-181.