

ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ, ВЫНУЖДЕННЫХ ИЗМЕНИТЬ ВИД ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В статье предложен теоретический анализ научных работ, посвященных изучению психологических проблем военнослужащих, уволенных в запас в период реорганизации Вооруженных сил РФ.

Ключевые слова: психические состояния, адаптация, переадаптация, смысло-жизненные ориентации.

G.A. Balbasov

FEATURES OF MENTAL STATES OF SOLDIERS FORCED TO CHANGE THE TYPE OF PROFESSIONAL ACTIVITY

The paper proposes a theoretical analysis of scientific studies on the psychological problems of servicemen retired during the reorganization of the Russian Armed Forces.

Keywords: mental status, adaptation, re-adaptation, life-sense orientation.

Наблюдаемый в настоящее время интерес к изучению психологических особенностей личности военнослужащих, уволенных в запас, вызван необходимостью эффективного решения проблемы психологической помощи этой достаточно значительной социальной группе, переживающей весьма критический период жизни.

Человек переживает множество событий, которые могут быть как стимулирующими психическую активность личности, так и психотравмирующими ее. Ситуация вынужденной смены деятельности, связанной с увольнением военнослужащего из Вооруженных сил РФ, часто приводит к негативным психическим состояниям: депрессии, стрессу, повышенной тревожности, неврозам [7; 8].

После увольнения, как отмечает Ермолаева Е.П., для многих наших соотечественников применимо понятие маргинального человека (т.е. находящегося на границе между двумя (и более) социальными мирами и не принятого ни одним из них в качестве полноправного участника) [3].

С точки зрения социальной психологии, потеря работы и длительная профессиональная бездеятельность могут привести к потере ранее сложившегося статуса в обществе и самоуважения личности. С изменением социального статуса изменяется образ жизни, отношения с ближайшим окружением. В ситуации увольнения человек выпадает из прежней окружающей среды, системы социальных связей, своей профессиональ-

ной группы. У человека деформируются смысло-жизненные ориентиры и формируется состояние экзистенциального вакуума, проявляющегося в ощущении внутренней пустоты, состоянии безразличия, апатии, грусти [7; 8].

«Состояние – в самом общем виде – характеристика любой системы, отражающая ее положение относительно ее координатных объектов среды.

Состояние человека может быть внутренне и внешне наблюдаемым. Оно выступает регулятивной функцией адаптации к окружающей ситуации и среде. Внутренне наблюдаемое состояние – это зафиксированное сознанием на определенный момент времени интегральное ощущение благополучия (неблагополучия), комфорта (дискомфорта) в неких подсистемах организма или всего организма в целом. Внешне наблюдаемое состояние – это степень благополучия (неблагополучия), комфорта (дискомфорта), определяемая по внешне читаемым признакам» [6, с. 630–631].

Анализ значительного количества современных психологических исследований по проблеме психических состояний военнослужащих, уволенных в запас, в их адаптации к новым условиям жизнедеятельности убеждает в актуальности данной проблемы [2; 4; 5; 7; 8].

В ряде работ находит свое подтверждение предположение о неизбежности изменения психических состояний офицеров в результате увольнения из армии [5; 8]. Так, А.Н. Семенец, опираясь на анализ результатов обследования эмоционального состояния бывших кадровых военных, показывает, что каждый второй испытывает беспокойство, каждый третий – озлобленность. Боль-

¹Аспирант кафедры психологии труда и экономической психологии Института мировых цивилизаций.

шинство военнослужащих запаса испытывает эмоциональные перегрузки и стресс, что приводит к развитию невротических и психоматических расстройств, росту алкоголизма, увеличению случаев суицида [5].

В работе А.С. Коголовской рассматривалась зависимость эмоционального состояния офицера запаса от степени удовлетворенности службой и характера предпочитаемых профессионально важных качеств. Среди эмоциональных состояний исследовались состояния удовлетворенности, спокойствия, безразличия, неуверенности, сильной обеспокоенности [4].

И.В. Дмитриев среди факторов, влияющих на социально-психологическую адаптацию, выделяет факторы психологического характера, указывая на то, что отставнику «надо быть готовым к тому, что предстоит пережить период сомнений, эмоциональных перегрузок, возможных стрессов, не верия в себя, свои силы и возможности» [2, с. 70].

В работе О.В. Торкунова выявлена динамика проявления психических состояний у разных категорий офицеров запаса (учитывались: ситуация увольнения, время, прошедшее с момента увольнения, возраст, ряд личностных характеристик – тревожности, адаптивности, благополучности, самооценки). В выводах отмечается, что ситуация увольнения характеризуется увеличением числа переживаемых состояний, по сравнению с этапами, предшествующими увольнению и спустя полгода после него. Всем стадиям увольнения присущи состояния грусти, волнения, досады, озабоченности, терпения, решимости. В момент увольнения – состояние беспокойства, гнева, злости, неуверенности, огорчения, удовлетворения. Через 1 месяц – состояния равнодушия, заботы, надежды, усталости, через 6 месяцев – любопытства, через 1 год – активности, бодрости, интереса, оптимизма. Автором диссертации было установлено, что актуализация состояний офицеров запаса в различные периоды относительно ситуации увольнения и их специфика зависят от субъективной оценки благополучности, уровня адаптивных способностей, личностной тревожности и самооценки [8, с. 183].

В качестве практических рекомендаций в адрес психологов, занятых в психологической службе, занимающейся оказанием психологической помощи офицерам запаса, О.В. Торкунов предлагает: обратить внимание, при планировании консультативной и психокоррекционной работы, что первый месяц после увольнения офицеров из Вооруженных сил РФ является наиболее сложным. Ему присуще наличие наибольшего количества психических состояний, которые негативно влияют на

процесс адаптации к гражданской жизни. Необходимо обучать офицеров запаса методам и способам эффективной саморегуляции психических состояний [8, с. 184].

М.Ю. Денисов, исследователь зависимости опыта переживания психических состояний от личностных особенностей человека, на основе результатов экспериментального исследования, делает вывод, подтверждающий предположения о ведущей роли направленности личности в процессе взаимодействия свойств личности и психических состояний. Заслуживает внимание и вывод о том, что «Специфика субъективного отношения к различным ценностям оказывает влияние как на уровневые значения основных характеристик субъективной оценки переживания психических состояний, так и на частоту, с которой человек переживает те или иные состояния» [1, с. 23].

Диссертационное исследование А.Б. Тищенко убедительно доказывает, что эффективность процесса профессиональной переподготовки офицера запаса может быть обеспечена, если переподготовка основывается: на осознании офицером запаса закономерностей развития собственной личности в период взрослости, ее самореализации, а также на организации учебного процесса с направленностью на мировоззрение и мироощущение офицера запаса, на оказание помощи в осознании важности наиболее значимых общечеловеческих и жизненных ценностей и прежде всего – терминальных: альтруистические установки, развитие личности, профессиональное творчество; семья и дети, охрана и укрепление здоровья; умения осуществлять саморегуляцию, ориентирование на такие виды деятельности, которые связаны с творчеством [7, с. 238].

Теоретический анализ научных работ, посвященных изучению психологических проблем военнослужащих, уволенных в запас, позволяет сделать следующие выводы:

- к субъективным факторам, затрудняющим адаптацию военнослужащих, вынужденных менять вид деятельности, прежде всего, относятся наличие высокого уровня тревожности, триады «беспомощность, безнадежность, безвыходность», которая традиционно считается показателем травматического стресса;
- для успешной адаптации в условиях гражданской жизни человек должен владеть способами эффективной саморегуляции психических состояний, быть готовым к смене профессии и осуществлению профессиональной переориентации.

Литература

1. Денисов, М.Ю. Зависимость опыта переживания психических состояний от личностных осо-

бенностей : автореф. дисс. ... канд. психол. наук. – СПб, 1992.

2. Дмитриев, И.В. Социально-психологическая адаптация офицеров, уволенных в запас, к условиям гражданской среды : дисс. ... канд. психол. наук. – М., 1999.

3. Ермолаева, Е.П. Психология профессионального маргинала в социально значимых видах труда // Психологический журнал. – 2001. – № 5.

4. Когаловская, А.С. Социализация увольняющихся офицеров в новых условиях жизнедеятельности : дисс. ... канд. психол. наук. – Иваново, 1999.

5. Семенец, Н.А. Интеграция военнослужащих // Человеческие ресурсы. – 2003. – № 3.

6. Словарь практического психолога / сост. С.Ю. Головин. – Минск, 1997.

7. Тищенко, А.Б. Формирование смысложизненных ориентиров офицера запаса в процессе его профессиональной переподготовки : дисс. ... канд. пед. наук. – Майкоп, 2005.

8. Торкунов, О.В. Динамика психических состояний офицеров запаса в период адаптации к гражданской жизни : дисс. ... канд. психол. наук. – Казань, 2006.