

DOI: 10.17689/psy-2020.1.9

УДК 159.9

**Особенности саморегуляции и социально-психологическая адаптация
военнослужащих в поликультурном воинском коллективе**

© 2020 Назаров Георгий Юрьевич*,

*старший лейтенант, заместитель командира стрелковой роты по работе с
личным составом войсковой части 3473 МО РФ, г Заречный;

e-mail: grizli2296@hotmail.com

Аннотация: Автор представляет результаты теоретического анализа феномена социально-психологической адаптации военнослужащих в поликультурном воинском коллективе в контексте феномена саморегуляции. Развивается тезис, что у военнослужащих по призыву не сформировано целостное представление о службе в армии. Основными признаками дезадаптации военнослужащих по призыву являются: нервно-психическая неустойчивость, склонность к нарушению поведения, конфликтность и отсутствие социальных контактов в коллективе.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация, военнослужащие, саморегуляция, поликультурный воинский коллектив

**Features of self-regulation and socio-psychological adaptation of military
personnel in a multicultural military team**

© 2020 Nazarov George Yurievich*,

*Senior lieutenant, deputy commander of a rifle company for work with personnel of
military unit 3473 of the RF Ministry of Defense, Zarechny, Russia;

e-mail: grizli2296@hotmail.com

Annotation: The author presents the results of a theoretical analysis of the phenomenon of socio-psychological adaptation of military personnel in a multicultural military team in the context of the phenomenon of self-regulation. A thesis is being developed that it is clear that conscripts have not formed a holistic view of military service. The main signs of dysadaptation of military personnel on conscription are: neuropsychic instability, a tendency to disturb behavior, conflict and lack of social contacts in the team.

Key words: socio-psychological adaptation, military personnel, self-regulation, multicultural military personnel

Проблема «адаптации», на наш взгляд, является одной из фундаментальных и заслуживает наиболее пристального внимания со стороны психологической науки. Различные социальные изменения в обществе выдвигают новые требования к человеку. Человеку важно иметь навыки, не только эффективного сосуществования с окружающей средой, но и навыки реализации своего внутреннего потенциала в ней. В частности, В.П. Казначеев дает следующее определение адаптации: это процесс приспособления человека к условиям среды обитания, которую все в большей мере создает он сам в результате преобразования природы, направленный на сохранение, развитие человека и достижения главной цели: прогресса человека [1].

Каждый человек по-разному реагирует на изменения в своей деятельности и различные стрессоры, поэтому наиболее приоритетными становятся задачи изучения различий социально-психологической адаптации людей с различной саморегуляцией поведения. Адаптация позволяет человеку удерживаться в современных условиях и дает возможность развиваться. К сожалению, множество людей неспособны «угнаться» за современным прогрессом и развиваться в изменяющихся условиях жизнедеятельности. Обращаясь к военной психологии, необходимо отметить, что процесс адаптации военнослужащих направлен на достижение состояния устойчивости

психической адаптации личности в изменившихся условиях. Это связывают с тем, что в условиях военной службы значительно изменяется социальная среда, что придает социальной адаптации болезненный, конфликтный характер. Отношение к военной службе всегда опиралось на моральные ценности (долг перед Родиной, шаг к самостоятельности и т.п.). Ведь от того, как подготовлен молодой солдат будет зависеть уровень его профессиональной деятельности и уровень выполняемых служебно-боевых задач.

В настоящее время проблема адаптации военнослужащих по призыву на начальном этапе службы занимает одно из основных мест в психолого-педагогических исследованиях в войсках национальной гвардии. Это обусловлено тем, что сегодняшние юноши, как правило, имеют негативное отношение к военной службе, зачастую рассматривают службу в армии как неприятную неизбежность, бесполезную трату времени, повинность, которую следует выполнять лишь в силу возможного уголовного наказания за уклонение от воинской обязанности. В связи с политической обстановкой в стране военнослужащие, проходящие военную службу по призыву, зачастую ориентированы только на прагматическую выгоду (например, получить после службы в армии должность в государственных структурах и пр.)

Одной из самых существенных сторон адаптации военнослужащих по призыву является установление новых постоянных и прочных социальных контактов в новой среде, формирование новых малых групп и вхождение новобранца в уже существующие формальные и неформальные группы.

Сейчас понятие «адаптация» используется в различных сферах науки: в биологии, философии, социологии, социальной психологии, этике, педагогике, экологии и др. Изначально термин «адаптация» (от лат. *adaptation* - приспособление) использовался в биологии и обозначал приспособление организма к условиям существования, способствующее выживанию вида. В психологии процесс адаптации предполагает включение механизмов саморегуляции, самоподчинения. В зависимости от того, какое жизненное

отношение принимается за ведущее, выделяются различные варианты сообразности всех психологических проявлений личности при адаптации к среде: гомеостатический, гедонистический и прагматический компоненты.

Гомеостатическая модель, ставит целью адаптации оптимальное приспособление к среде и состояние покоя, к устранению конфликтности во взаимоотношениях со средой, установлению «равновесия» и т.п. Исходя из этого, изменение социального статуса приводит к нарушению равновесия, и поведение военнослужащего сводится к реакции восстановления утраченного равновесия. Гедонистический компонент, также известный как «гедонистическая беговая дорожка», предполагает тенденцию человека держаться на относительно стабильном уровне счастья, а также быстро возвращаться к этому уровню после серьезных позитивных или негативных событий или изменений в жизни. В случае прагматического варианта рассматривается принцип оптимизации как ведущий (польза, выгода, успех).

Адаптация военнослужащих определяется спецификой их деятельности: воздействие множества стресс-факторов повышенной интенсивности: практическое применение оружия и боевой техники, возникновение психологических и физических перегрузок, высоким напряжением межличностных отношений.

Н.П. Татьянченко рассмотрела несколько уровней адаптации военнослужащих [2].

1. «Социальная адаптация — один из механизмов социализации, позволяющей личности (группе) активно включаться в различные структурные элементы социальной среды путем стандартизации повторяющихся ситуаций, что дает возможность личности (группе) успешно функционировать в условиях динамичного социального окружения». Под социальной адаптацией военнослужащих понимается знание военнослужащими своих прав и обязанностей, знание и выполнение требований распорядка дня и т.п. Успех

социальной адаптации зависит от социального статуса военнослужащего: его возраста, наличия семьи и детей, других биографических данных.

2. Социально-психологическая адаптация рассматривается как процесс организации социального взаимодействия, способствующего наиболее полной реализации личностного потенциала.

Отметим, социально-психологическая адаптация к условиям службы проявляется в умении военнослужащих устанавливать межличностные отношения, как формальные (деловые — например, с командиром роты), так и неформальные.

3. Психологическую адаптацию можно определить как «процесс установления оптимального соответствия личности и окружающей среды в ходе осуществления свойственной человеку деятельности, который позволяет индивидууму удовлетворять актуальные потребности и реализовать связанные с ними значимые цели (при сохранении физического и психического здоровья), обеспечивая в то же время соответствие психической деятельности человека, его поведения требованиям среды». Психологическая адаптация к условиям военной службы проявляется в возможности военнослужащего обращаться к своим внутренним ресурсам и личностным качествам, наличии своеобразной внутренней опоры, помогающей справиться с возникшими трудностями.

Организм - единая, целостная система, все уровни регуляции взаимосвязаны. Одно произвольное изменение обязательно вызовет изменение во всей системе, приводя организм в иное, новое состояние.

Под психологическим самоуправлением (саморегулированием) понимаются сознательные воздействия человека на присущие ему психические явления (процессы, состояния, свойства), выполняемую им деятельность, собственное поведение для подражания или изменения характера их протекания. Психическое самоуправление и саморегуляция соотносятся между собой как целое и частное: управление включает в себя регулирование. Переход

от самоуправления к саморегуляции – это переход от идеи к воплощению её в жизнь.

М.В. Чихачев выделил следующие критерии адаптированности военнослужащих:

Объективные критерии:

- учебная адаптированность – эффективность, успешность учебно-профессиональной деятельности.
- служебно-дисциплинарная адаптированность – успешность выполнения служебных задач, выполнение требований уставов, приказов командиров и начальников.
- микросоциальная адаптированность – авторитетное положение в коллективе как результат самоутверждения, достаточно высокий статус, отсутствие конфликтов с сослуживцами.

Субъективные критерии:

- удовлетворенность военнослужащего своим профессиональным, внутриколлективным статусом, сохранность интереса к военной профессии, воинской специальности, развитие профессиональных интересов – мотивационная адаптированность.
- позитивно-конструктивное отношение к взаимоотношениям в коллективе, отсутствие агрессивно-конфликтного или пассивно-подчиненного отношения к окружающим.
- наличие адекватной, достаточно высокой самооценки при позитивном «Я-образе» (Я-концепции), предполагающем отсутствие внутренних конфликтов, эмоциональной истощенности и пр.

Проведенное исследование позволяет утверждать, что военнослужащие по призыву имеют низкий уровень военно-профессиональной направленности. Они не могут оценить значение службы в армии для государства, не ориентированы на получение конкретной военной специальности. При отсутствии сознательного и волевого контроля за своим поведением в случаях

конфликта и оставшись без контроля со стороны непосредственных командиров могут допустить неуставные отношения. Основными признаками дезадаптации военнослужащих по призыву являются: нервно-психическая неустойчивость, склонность к нарушению поведения, конфликтность и отсутствие социальных контактов в коллективе.

Подводя итог, обозначим, что для успешной адаптации необходимо научиться управлять своим поведением, приводить в равновесие внутренне состояние с требованиями среды, вырабатывать готовность к целесообразным действиям в новых обстоятельствах жизни. У военнослужащих это происходит как на основе приспособления к физическим нагрузкам, так и благодаря совершенствованию нравственных, психологических и физических качеств, способствующих успешному преодолению трудностей.

Литература:

1. Казначеев В.П., Лозовой В.П. Некоторые медико-биологические вопросы адаптации человека // Медико-биологические проблемы адаптации населения в условиях Крайнего Севера. Новосибирск, 1974.
2. Татьянченко Н.П. Адаптация военнослужащих по призыву к условиям службы // Вестник Московского университета МВД России. 2012. № 7. С. 170–171.
3. Чихачёв М.В. Психологическая адаптация в исследованиях военных психологов // Сибирский педагогический журнал. 2013. № 3. С. 269–272.

References:

1. Kaznacheev V.P., Lozovoj V.P. Nekotorye mediko-biologicheskie voprosy adaptacii cheloveka // Mediko-biologicheskie problemy adaptacii naseleniya v usloviyah Krajnego Severa. Novosibirsk, 1974.
2. Tat'yanchenko N.P. Adaptaciya voennosluzhashchih po prizyvu k usloviyam sluzhby // Vestnik Moskovskogo universiteta MVD Rossii. 2012. № 7. S. 170–171.
3. Chihachyov M.V. Psihologicheskaya adaptaciya v issledovaniyah voennyh psihologov // Sibirskij pedagogicheskij