

Секция «Психология»

Стратегии совладающего поведения военнослужащих – контрактников в условиях выполнения задач по обеспечению безопасности

Бровина Анна Сергеевна

Студент

Южный федеральный университет, Факультет психологии, Ростов-на-Дону, Россия

E-mail: anna.brovina@list.ru

Служебно-боевая деятельность отличается от других видов профессиональной деятельности повышенной морально-психологической и физической нагрузкой, частым эмоциональным и физическим перенапряжением [1, 2]. Исходя из этого, ее можно отнести к экстремальным видам деятельности.

Изучение совладающего поведения дает возможность расширить представления о механизмах психологической адаптации к различным жизненным условиям, которая является залогом готовности личности к действиям в экстремальных ситуациях. Многие исследователи указывают на участие совладающего поведения в адаптационных процессах [4]. Именно в этой связи изучение его стратегий у военнослужащих является актуальным. Л. И. Анцыферова определяет совладание как обстоятельства жизни, требующие от человека таких действий и условий, которые находятся на границе его адаптивных возможностей или даже превосходят имеющиеся у него резервы, либо выделяют его как реакцию индивида на стресс [3].

Целью данного исследования являлось изучение стратегий совладающего поведения военнослужащих, проходящих службу по контракту. В качестве объекта исследования выступило совладающее поведение военнослужащих; предметом исследования – стратегии совладающего поведения.

Выборка включала в себя 86 мужчин, в возрасте от 22 до 28 лет, которые проходят военную службу по контракту, выполняющие задачи по обеспечению безопасности XXII Олимпийских зимних игр и XI Паралимпийских зимних игр 2014 года в г. Сочи в течение нескольких месяцев. Каждый военнослужащий сталкивается на службе с трудными, стрессовыми ситуациями, а также в любой момент от него может потребоваться готовность к действиям в экстремальных ситуациях.

Для изучения стратегий совладающего поведения использовались методики: опросник «Способы совладающего поведения» Р.Лазаруса, который позволяет определить копинг-механизмы, способы преодоления трудностей и копинг-стратегии; опросник «SACS» С.Хобфолла, предназначенный для изучения стратегий и моделей копинг-поведения, как типов реакций личности человека по преодолению стрессовых ситуаций.

Согласно полученным данным больше всего у респондентов выражена просоциальная (1 ранг, $X_{\text{ср.}} = 24,1$) и активная (2 ранг, $X_{\text{ср.}} = 23,4$) стратегии преодоления стрессовых ситуаций, при этом довольно высоко выражены ассертивные действия. На последнем месте располагается пассивная (9 ранг) и ассоциальная (7-8 ранг) стратегия преодоления стрессовых ситуаций, модель поведения «избегания» $X_{\text{ср.}} = 15,7$ и «агрессивные действия» $X_{\text{ср.}} = 18,4$ выражены средне.

Среди способов совладающего поведения в стрессовых ситуациях военнослужащие чаще всего выбирают следующие стратегии: «планирование решения проблемы» $X_{\text{ср.}} = 11,6$ (1 ранг), «самоконтроль» $X_{\text{ср.}} = 11,1$ (2 ранг) и «положительная переоценка» $X_{\text{ср.}} =$

9,8 (3 ранг). На последних рангах располагаются «принятие ответственности» $X_{\text{ср.}} = 5,4$ (8 ранг) и «дистанцирование» $X_{\text{ср.}} = 7,3$ (7 ранг). При этом стратегия «принятие ответственности» имеет низкий уровень выраженности $X_{\text{ср.}} = 5,4$, что говорит об адаптивном варианте копинга.

На основе полученного эмпирического материала можно выделить наиболее предпочитаемые стратегии преодоления стрессовых ситуаций: «вступление в контакт», «планирование решения проблемы», «ассертивные действия», «самоконтроль», «осторожные действия» и «положительная переоценка». Эти стратегии являются эффективными и показывают способность военнослужащих контрактников к адаптации, за исключением стратегии позитивной переоценки стрессовой ситуации, которая имеет положительные и отрицательные стороны. С одной стороны, придание позитивного значения затруднительным ситуациям уменьшает дистресс и служит эмоциональному приспособлению к стрессу. С другой стороны, при выборе данной стратегии происходит отвлечение внимания субъекта от решения конкретных практических проблем [3].

Таким образом, наименее предпочитаемыми стратегиями у военнослужащих оказались «принятие ответственности», «избегания», «дистанцирование» и «агрессивные действия». Стратегия «избегания» является неэффективной и меньше всего используется в стрессовых ситуациях. Также следует сказать, что данные стратегии, вероятно, наименее выбираемые в связи с тем, что для военнослужащих характерно выполнять деятельность по приказу и командам.

Результаты исследования позволяют утверждать, что военнослужащие-контрактники чаще используют следующие стратегии для преодоления стрессовых ситуаций: «планирование решения проблемы» и «вступление в контакт», что показывает их готовность эффективно действовать в экстремальных ситуациях.

Полученные данные могут быть использованы при разработке занятий и при подготовке военнослужащих-контрактников к условиям выполнения специальных задач в экстремальных ситуациях. Выбор предпочитающих стратегий поведения военнослужащими указывает на их потенциальную возможность сохранять готовность к активным действиям в экстремальных ситуациях.

Литература

1. Краснянская Т.М. Стратегии организации психологического самообеспечения безопасности субъекта в экстремальной ситуации // Известия Южного федерального университета. Технические науки. 2005. Т.49. №5. С.207-213
2. Татьянченко Н.П. Психология обеспечения безопасности личности военнослужащих. Калуга: Издательство ООО «Ваш Домъ», 2010.
3. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения: Монография. – Кострома: Студия оперативной полиграфии «Авантитул», 2004.
4. Шапкин С.А. Деятельность в особых условиях: компонентный анализ структуры и стратегии адаптации / С.А.Шапкин, Л.Г. Дикая // Психол. журн. 1996. Т. 17. № 1. С. 19-34