

УДК 153.947.3-057.36

*Невоєнна О.А., к. психол. н., доцент, доцент кафедри загальної психології Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна;*

*Ярош Н.С., студентка 5-го курсу факультету психології Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна*

## **ОСОБЛИВОСТІ САМОКОНТРОЛЮ ТА ГОТОВНОСТІ ДО РИЗИКУ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЯКІ МАЮТЬ БОЙОВИЙ ДОСВІД**

В статті розглядається питання вивчення особливостей самоконтролю та готовності до ризику у військовослужбовців, які мають бойовий досвід та були травмовані. Теоретичний аналіз означеної проблеми показує, що бойові дії є видом екстремальних ситуацій, в яких проявляються вольові якості людини. У результаті проведеного дослідження було виявлено значущі відмінності між групами військовослужбовців, що були травмовані та військовослужбовцями, що не були травмовані у бойових діях за показником готовності до ризику. Крім цього, у військовослужбовців, що були травмовані в ході бойових дій зафіксовано значно нижчий рівень готовності до ризику, тобто цій групі властиво достовірно оцінювати ситуацію загрози життю, величину можливих втрат як наслідок отриманої травми.

*Ключові слова:* готовність до ризику, самоконтроль, військовослужбовці, бойовий досвід, екстремальні ситуації.

В статье рассматривается вопрос изучения особенностей самоконтроля и готовности к риску у военнослужащих, имеющих боевой опыт и тех, которые были травмированы. Теоретический анализ этой проблемы показывает, что боевые действия являются видом экстремальных ситуаций, в которых проявляются волевые качества человека. В результате проведенного исследования было выявлено значимые различия между группами военнослужащих, которые были травмированы и военнослужащими, которые не были травмированы в боевых действиях по показателю готовности к риску. Кроме этого, у военнослужащих, которые были травмированы в ходе боевых действий зафиксирован уровень готовности к риску значительно ниже, то есть этой группе свойственно достоверно оценивать ситуацию угрозы жизни, величину возможных потерь как следствие полученной травмы.

*Ключевые слова:* готовность к риску, самоконтроль, военнослужащие, боевой опыт, экстремальные ситуации.

**Постановка проблеми.** У сучасному світі існує безліч професій, в яких вимагається вміння шляхом саморегуляції зняти емоційну напругу, стримати почуття страху і невпевненості, сконцентрувати увагу і мобілізувати власні сили, а часом і сили підлеглих для виконання поставленої мети. До ряду таких професій відноситься професія військовослужбовця, чиє життя пов'язане з частим перебуванням у небезпечних, а іноді і погрожуючих життю ситуаціях, які вимагають від військовослужбовців уміння володіти собою, швидко оцінювати складні ситуації і приймати найбільш адекватні рішення, що сприятиме більш ефективному виконанню поставлених завдань і зменшенню кількості виникаючих надзвичайних ситуацій, а також психологічних зривів у професійній діяльності. Поява і розвиток самоконтролю як усвідомлення суб'єктом власних дій, психічних процесів і станів, визначається вимогами суспільства до поведінки людини. Формування довольної саморегуляції припускає можливість людини усвідомлювати і контролювати ситуацію, процес. Наприклад, в екстремальних ситуаціях велика ймовірність вийти з ситуації

без втрат у людей, що володіють здатністю до вольового самоконтролю. Без самоконтролю емоції оволодівають людиною, туманять розум і провокують на нерациональні дії [11].

До екстремальних ситуацій, в які потрапляють військовослужбовці, безумовно, відносяться і бойові дії, коли на людину протягом тривалого часу впливає цілий комплекс несприятливих соціально-психологічних, клімато-географічних і фізичних факторів, котрі самим негативним чином впливають на її функціональний стан, професійну працездатність і здоров'я [5].

Не менш важливою особистісною характеристикою, яка впливає на результативність дій військовослужбовця в екстремальних умовах є ступінь готовності до ризику. Ризиковані дії, з одного боку, збільшують, а з іншого – знижують можливість передбачуваного успіху, тому при прогнозі розвитку ситуації військовослужбовець, схильний до ризику, вважає, що вірогідність досягнення переваг в результаті ризикованих дій вища, ніж вірогідність програшу. Однак у бою важко з великою ймовірністю, в деталях передбачати розвиток подій. Досвід війн показує, що ефективність бою найчастіше забезпечує тільки виправдано ризиковане рішення [4].

Вивчення особливостей самоконтролю і готовності до ризику у військовослужбовців є актуальною проблемою в психології. Ці особистісні характеристики впливають на поведінку під час бойових дій, тому важливо їх урахування при виховній роботі військовослужбовців для досягнення більш високих результатів у екстремальних ситуаціях. Дослідження цих особливостей у військовослужбовців, які мають бойовий досвід, має особливу важливість, оскільки це дозволяє відстежити можливу трансформацію рівня самоконтролю і готовності до ризику, а також характер зміни їх поведінки і можливість повторної участі у бойових діях.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Професійна діяльність військовослужбовців припускає виконання ними посадових обов'язків в екстремальних умовах, оскільки ведення бойових дій може розглядатися як крайній прояв екстремальних умов діяльності. У бойовій обстановці загроза для життя максимальна, а психоемоційна напруга досягає найвищої точки. Негативні психічні стани, що виникають у військовослужбовців під впливом психотравмуючих чинників, відчутно впливають на їх боєздатність і поведінку. У бойових умовах перед кожним військовослужбовцем стоять два завдання: вижити і виконати бойове завдання. При цьому слід зазначити, що виконання бойового завдання вельми часто є єдиним способом вижити. Однак, як вважають американські автори, лише 25% солдатів на полі бою адекватно розцінюють те, що відбувається і свідомо використовують свою зброю. Решта ділиться на тих, хто знаходиться в сильному збудженні і тих, хто пригнічений страхом. Перша група, як правило, здійснює даремні, а деколи і безглузді дії, друга – паралізована страхом. Очевидно, що у 25% адекватно діючих солдатів ймовірність залишитися в живих значно вище, ніж у решти 75% особового складу, яким необхідна психологічна допомога [2].

Перш ніж говорити про особливості діяльності військовослужбовців у бойових умовах, слід зазначити, що поведінка людини в будь-яких екстремальних умовах відрізняється від того, як вона поводить себе в звичайному житті.

Багато досліджень свідчать, що більшість людей (приблизно 50-75%) при виникненні екстремальних ситуацій в перші миті виявляються приголомшеними і малоактивними, втрачають контроль над своїми вчинками. Однак навіть у найважчих умовах близько 25% людей зберігають самовладання, правильно оцінюють ситуацію, чітко і рішуче діють відповідно до обставин [1].

Бітехтіна Л.Д., досліджуючи поведінку військовослужбовців в екстремальних ситуаціях, дійшла висновку, що їх поведінка багато в чому обумовлена їх особистісними особливостями. На сприйняття військовослужбовцем ситуації та оцінку ступеня її складності, екстремальності впливають такі фактори як ступінь позитивності самооцінки, упевненість в собі, рівень самоконтролю, наявність позитивного мислення, вираженість мотивації досягнення успіху та інші. Поведінка військовослужбовця в екстремальній ситуації детермінована особливостями його темпераменту (тривожність, темп реагування тощо) і його характеру (вираженість певних акцентуацій). Досліджуючи залежність поведінки військовослужбовців в екстремальних ситуаціях від властивостей особистості, Бітехтіна Л.Д. дійшла висновку, що толерантність до стресу має широкі індивідуальні відмінності, які не дозволяють чітко визначити межі максимально можливих напружень, спільних для всіх. На думку Бітехтіної Л.Д., психологічні чинники – індивідуальні якості, здібності військовослужбовця, його навички, готовність, установки, загальна та спеціальна підготовка, його характер і темперамент – у складній обстановці не сумуються арифметично, а утворюють певний комплекс, який в кінцевому рахунку реалізується або у правильній, або у помилковій дії [3].

Тарбріною Н.В. та Лазебною Є.О. у статті «Синдром посттравматических стрессовых нарушений: современное состояние и проблемы» підіймалася проблема психологічних наслідків війни, де була спроба дати характеристику психологічного стану особистості після участі у бойових діях, робився акцент на вплив посттравматичного воєнного стресу на людину та її адаптацію у суспільстві [8].

Бойові дії накладають помітний відбиток на перебіг психічної діяльності і поведінку військовослужбовців. Бойовий стрес, зігравши свою позитивну роль у збереженні цілісності організму і особистості воїна в екстремальних умовах, виступає причиною подальшої дезадаптації учасників бойових подій. «По суті саме стресові пристосувальні трансформації за межами життєвонебезпечної ситуації опиняються негативними, дезадаптивними і утворюють осьову симптоматику бойових стресових розладів». [6] Якушин Н.В. зазначає, що «... саме травматичний стрес, який виник під час військових дій, є одним із головних внутрішніх бар'єрів на шляху адаптації до мирного життя. Травматичний досвід, відображений у психіці ветерана, тримає його в стані внутрішньої війни» [9].

**Мета** статті. Теоретичний аналіз з проблеми дослідження показав, що такі складові поведінки особистості як самоконтроль та готовність до ризику здатні сильно впливати на рішення військовослужбовців у екстремальних ситуаціях.

Метою дослідження є вивчення особливостей самоконтролю та готовності до ризику у військовослужбовців, котрі мають бойовий досвід та були травмовані; проведення порівняльного аналізу самоконтролю та схильності

до ризику у військовослужбовців, що були травмовані і військовослужбовців, що не були травмовані в бойових діях.

**Виклад основного матеріалу.** Для дослідження було обрано дві групи військовослужбовців російської армії, які проходять службу за контрактом. Стаж служби всіх досліджуваних більше п'яти років. Слід зазначити, що професійний розвиток військовослужбовців знаходиться на етапі вторинної професіоналізації, яка виникає саме через 3-5 років роботи. Особливістю цієї стадії є високоякісне і високопродуктивне виконання професійної діяльності. Засоби її реалізації мають виразно виражений індивідуальний характер. Основними психологічними новоутвореннями на цьому етапі є професійна зрілість, інтеграція професійно важливих якостей, індивідуальний стиль діяльності, ідентифікація особистості з професійною діяльністю [7]. Отже, такий стаж служби вказує на те, що ті екстремальні умови, в яких досліджувані знаходяться майже постійно, стали для них більш звичними, що могло суттєво вплинути на їх особистісні якості.

Першу групу склали військовослужбовці, які знаходились в медичному шпиталі у місті Москва, Росія. Вони потрапили туди для лікування та проходження реабілітаційної програми у зв'язку з отриманням травм мінно-вибухового характеру під час участі у бойових діях в гарячих точках. Мінно-вибухові поранення – це результат прямої взаємодії людини із вражаючим впливом всіх або основних факторів вибуху мінного боєприпасу на відкритій місцевості [13]. Уся група травмованих солдат має приблизно однакову ступінь тяжкості ушкоджень: ураження верхніх та нижніх кінцівок. Друга група складалася з військовослужбовців, які проходять службу у військовій частині, яка знаходиться у Краснодарському краї, м. Армавір, Росія. У наш час періодично ведуться бойові дії російської армії з афганськими моджахедами (члени нерегулярних збройних формувань, мотивованих радикальною ісламською ідеологією) [12]. Саме за участі у цих бойових діях солдати отримали травми.

Вік військовослужбовців знаходиться у діапазоні 25-30 років. Усі солдати нашої вибірки – чоловіки. Варто відмітити, що до вибірки потрапили люди різної національності: росіяни, українці, вірмени, турки.

Схема процедури дослідження складалася з декількох етапів та виглядала наступним чином:

Перший етап – дослідження особливостей самоконтролю у військовослужбовців за допомогою методики «Вольовий самоконтроль» А.Г. Зверкова, Є.В. Ейдмана (ВСК). Опитувальник ВСК спрямований на узагальнену оцінку індивідуального рівня розвитку вольової регуляції, під якою розуміється (в узагальненому вигляді) міра оволодіння власною поведінкою в різних ситуаціях – здатність свідомо керувати власними діями, станами і спонуканнями. Зазначені особливості багато в чому визначають індивідуальний стиль і конкретні прояви активності людини.

Другий етап дослідження полягав у дослідженні особливостей ступеня готовності до ризику у військовослужбовців за допомогою методики діагностики рівня готовності до ризику А. М. Шуберта. Методика дозволяє оцінити особливості поведінкових реакцій людини в ситуаціях, сполучених з невизначеністю для життя, що вимагають порушення встановлених норм, правил. Ри-

зик розуміється як дія навмання в надії на щасливий результат або як можлива небезпека, як дія, що здійснюється в умовах невизначеності.

На наступному кроці другого етапу дослідження військовослужбовцям була запропонована ще одна методика для діагностики ризикованої поведінки – це адаптована методика діагностики потреби у пошуках відчуттів М. Цукермана. Це методика призначена для вивчення схильності до ризику, оцінки рівня потреби особистості в нових відчуттях різного роду. Термін «пошук відчуттів» був введений американським психологом М. Цукерманом, який визначив «пошук відчуттів» («sention seeking») як поведінку, пов'язану з потребою в різних нових відчуттях і переживаннях і що виражається в прагненні до фізичного і соціального ризику заради цих відчуттів. Автор вважає, що подібна поведінка є індивідуальною особливістю суб'єкта і впливає з необхідності індивіда підтримувати оптимальний рівень стимуляції і збудження. Є експериментальні дані про наявність високих значень цього типу поведінки у представників професій, пов'язаних з високим ризиком для життя, таких як пожежні, військові, юристи і т.п. [10].

Отримані дані були оброблені за допомогою методів математичної статистики: метод рангових кореляцій Ч.Е. Спірмена, критерій Манна-Уїтні [14].

Аналіз та інтерпретація результатів дослідження, яке було проведено з військовослужбовцями, травмованими у бойових діях показали, що ця група характеризується розвиненим почуттям внутрішнього боргу, наявністю контролю своїх вчинків та емоцій, наполегливістю у виконанні поставленого завдання. У військовослужбовців означеної групи в цілому зафіксований низький показник готовності (10,95; див.табл.1) та схильності до ризику (7,9; див.табл.1): вони відкриті до нового, але є стриманими і розсудливими. Не виявлено зв'язку між самоконтролем, готовністю до ризику та схильністю до ризику у військовослужбовців, травмованими у ході бойових дій. Це пояснюється тим, що дана група військовослужбовців вже не перебуває в екстремальних ситуаціях, а отже, ситуативні характеристики їх поведінки не будуть пов'язані з показниками їх самоконтролю. А ось у не травмованих у ході бойових дій військовослужбовців навпаки спостерігається взаємозв'язок між показниками самоконтролю та готовності до ризику. Готовність до ризику як ситуативна характеристика поведінки людини тісно пов'язана з їх самоконтролем, що є внутрішньо-особистісною характеристикою поведінки. Такий взаємозв'язок є цілісним і допомагає вийти з екстремальних ситуацій з мінімальними втратами. Для нетравмованих військовослужбовців характерним є високий показник готовності до ризику (20,25; див. табл.1): вони будуть діяти всупереч обставинам, які загрожують їх життю. Цю групу вибірки можна охарактеризувати як людей, що вміють тримати себе в руках, не дають своїм емоціям брати контроль над діями. Військовослужбовці, що не були травмовані у бойових діях, показали себе як особистості, які мають середню потребу у відчуттях: вони відкриті до нового, але є стриманими і розсудливими.

Виходячи із задач нашого дослідження, нами було проведено порівняльний аналіз двох груп вибірки. Нижче наведена таблиця середніх показників обох груп вибірки.

Таблиця 1.

**Таблиця середніх показників самоконтролю, готовності та схильності до ризику у військовослужбовців**

	Опитувальник ВСК			Методика Шуберта	Методика Цукермана
	ВСК	С	Н		
Середній показник по групі травмованих військовослужбовців	14,9	9,55	10,55	10,95	7,9
Середній показник по групі не травмованих військовослужбовців	14,45	8,85	9,3	20,25	8,85

З таблиці 1 ми бачимо, що показники за методикою ВСК майже не відрізняються, хоча є трохи вищими у групи травмованих військовослужбовців. Хоча такі відмінності не можна вважати досить суттєвими. Загалом не відрізняється майже й показник за методикою М. Цукермана. Професія військовослужбовця вимагає від людини високого самоконтролю та передбачає те, що така людина буде відчувати високу потребу в гострих відчуттях, але обидві групи показали середні показники за методиками ВСК та Цукермана. Це можна пояснити тим, що дана група військовослужбовців знаходиться у стадії вторинної професіоналізації. Їх стаж роботи призвів вже до таких внутрішніх змін, що фактор екстремальної ситуації став для них звичним, «нормальним», а для «звичної» ситуації такі показники з цих методик є допустимим.

Розглядаючи результати, отримані за методикою готовності до ризику А.М. Шуберта, ми бачимо, що показник по групі нетравмованих військовослужбовців у два рази вищий за показник у групі тих, хто отримав травму у ході бойових дій (див. табл.1). Це свідчить про те, що фактор травмованості у ході бойових дій впливає на ступінь готовності людини до ризику. Ці були підтверджені в ході математичного аналізу за допомогою метода Манна-Уїтні.

Нижче представлена таблиця значущих відмінностей між двома групами вибірки.

Таблиця 2.

**Таблиця наявності відмінностей між групами вибірки за результатами методики готовності до ризику А.М. Шуберта**

	Група травмованих військовослужбовців
Група не травмованих військовослужбовців	113.5**

\*\*  $p \leq 0,05$

З таблиці ми бачимо, що такий показник як готовність до ризику суттєво змінюється у разі отримання травм в ході бою військовослужбовцем. Підвищується суб'єктивна вартість життя, людина по іншому реагує на екстремальну ситуацію, що змінює її психологічну реакцію на події, що можуть загрожувати життю. Порівняння груп досліджуваних, виходячи з результатів

методики ВСК, вказує на те, що фактор травмованості не впливає на зміни у контролі поведінки, емоційних реакцій і станів, людина здатна добре володіти собою в різних ситуаціях. Аналізуючи результати методики Цукермана, ми також не спостерігаємо різниці між двома групами вибірки.

Із результатів кореляційного аналізу за групами ми бачимо, що для групи не травмованих у ході бойових дій військовослужбовців є характерним зв'язок між такими компонентами особистості як самоконтроль та готовність до ризику, але для групи травмованих військовослужбовців такий зв'язок відсутній. Така відмінність може пояснюватись тим, що безпосереднє перебування в екстремальній ситуації вимагає єдності цих компонентів. Готовність до ризику, являючись ситуативною характеристикою, яка часто є умовою наказу командира, вимагає від людини високого самоконтролю як власних дій, так і власних емоцій. Саме тому ця єдність спостерігається у військовослужбовців, що на даний момент беруть участь у бойових діях. Отже, після отримання травми у військовослужбовців руйнується зв'язок між такими компонентами як самоконтроль та готовність до ризику.

#### **Висновки.**

За даними теоретичного аналізу проблеми регуляції вольової поведінки військовослужбовців та за результатами емпіричного дослідження нами були сформульовані наступні загальні висновки:

1. Самоконтроль та готовність до ризику визначаються як такі, що впливають на поведінку військовослужбовців в екстремальних ситуаціях, до яких відносяться бойові дії.

2. Виявлено значущі відмінності між групами військовослужбовців, що були травмовані та військовослужбовців, що не були травмовані у бойових діях за показником готовності до ризику.

3. У військовослужбовців, що були травмовані в ході бойових дій зафіксовано значно нижчий рівень готовності до ризику, тобто цій групі властиво достовірно оцінювати ситуацію загрози життю, величину можливих втрат як наслідок отриманої травми.

4. У військовослужбовців, що не були травмовані в ході бойових дій, виявлено взаємозв'язок між самоконтролем та готовністю до ризику як прояв мобілізованості особистості на необхідному рівні режиму активності, який руйнується після отримання травми за участі у бойових діях.

5. Означеним групам військовослужбовці, що мають бойовий досвід, є притаманними такі характеристики: активне прагнення до виконання наміченого завдання, емоційна стійкість, підвищена внутрішня напруженість та сильне почуття внутрішнього боргу, вміння тримати себе в руках, працездатність, відкритість до нового.

#### **ЛІТЕРАТУРА**

1. Авдеев В. В. Психотехнология решения проблемных ситуаций / Авдеев В. В. – М. : Феликс, 1992. – 128 с.

2. Барабаш А. Влияние боя на психику воина / А. Барабаш // Ориентир. – 2004. – С. 6.

3. Битехтина Л. Д. Готовность к действиям в экстремальных ситуациях среди военных / Л. Д. Битехтина // Вопросы психологии. – 2005. – №11. – С. 41–47.

4. Военная психология и ее прикладные аспекты : учебное пособие. – М. : Военный университет, 2008. – 93 с.
5. Караяни А. Г. Прикладная военная психология / А. Г. Караяни, И. В. Сыромятников. – СПб. : Питер, 2006. – 480 с.
6. Караяни А. Г. Психологическое обеспечение боевых действий личного состава частей сухопутных войск в локальных военных конфликтах / Караяни А. Г. – М. : Воениздат, 1998. – 164 с.
7. Суходольский Г. В. Организационная психология / Г. В. Суходольский, С. Г. Тарасов. – Харьков : Гуманитарный Центр, 2004. – 256 с.
8. Тарабрина Н. В. Синдром посттравматических стрессовых нарушений : современное состояние и проблемы / Н. В. Тарабрина, Е. О. Лазебная // Психол. журн. – 1992. – №2. – С. 14–29.
9. Якушин Н. В. Психологическая помощь воинам-афганцам в реабилитационном центре республики Беларусь / Н. В. Якушин // Психологический журнал. – 1996. – №5. – 65 с.
10. Zuckerman M. Sensation Seeking: Beyond the Optimal Level of Arousal / M. Zuckerman. – Hillsdale, NJ. : Lawrence Erlbaum. – 1975. – 327 p.
11. <http://www.xarakter.net/virtues/universal/self-control/desc.php>
12. <http://ru.wikipedia.org>
13. <http://belkmk.narod.ru/audience/refer5.htm>
14. <http://www.psychol-ok.ru/library.html#mat>

#### **УДК 159.94**

*Олефір В.О., к. психол. н., доцент, доцент кафедри практичної психології  
Української інженерно-педагогічної академії*

### **ОСОБИСТІСНИЙ ПОТЕНЦІАЛ, САМОРЕГУЛЯЦІЯ І НАДІЙНІСТЬ ДІЙ РЯТУВАЛЬНИКІВ У НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ**

Представлено результати дослідження надійності дій рятувальника ДСНС. Розглядається поняття «психічна надійність» як особистісно-регуляторна властивість людини. Аналізується внесок особистісного потенціалу та регуляторних ресурсів професіонала в забезпечення надійності їх дій в напружених нештатних ситуаціях.

*Ключові слова:* особистісний потенціал, саморегуляція, надійність дій, надійність саморегуляції.

Представлены результаты исследования надежности действий спасателя ГСЧС. Рассматривается понятие «психическая надежность» как личностно-регуляторное свойство человека. Анализируется вклад личностного потенциала и регуляторных ресурсов профессионала в обеспечении надежности их действий в напряженных нештатных ситуациях.

*Ключевые слова:* личностный потенциал, саморегуляция, надежность действий, надежность саморегуляции.

**Постановка проблеми.** Проблема надійності і компетентності професійних дій рятувальників при впливі різних стресогенних чинників є однією із провідних в рамках основних проблем екстремальної психології та суміжних із нею дисциплін, що вивчають людину, яка займається професійною працею.