

Секция «Психология личности: человек и ситуация»

**Взаимосвязь модусов бытия и совладающего поведения у военнослужащих срочной службы**

**Теребова Юлия Алексеевна**

*Студент (бакалавр)*

Костромской государственной университет имени Н.А. Некрасова, Кострома, Россия

*E-mail: julie8.terebova@yandex.ru*

В своей жизни человек разрешает различные по своему характеру жизненные ситуации. Зачастую личность может испытывать разного рода трудности, приводящие к дискомфорту, в том числе и к психологическому стрессу.

Технический прогресс в различных сферах жизнедеятельности, в том числе и в военном деле, сопровождается повышенным вниманием к роли человека в реализации высокой производительности и качества профессиональной деятельности [2]. В частности, отрицательное влияние на боеспособность вооруженных сил, заключающееся в обостренной геополитической обстановке, многочисленных военных реформах, а также масштабном сокращении численности армии, выдвигает на передний план поиск приемлемых способов сохранения высокой эффективности боевой деятельности личного состава [1].

Для преодоления трудных ситуаций человек использует различные копинг-стратегии. Кроме них важную роль в преодолении трудностей играет представление личности о своей жизни, — модусы бытия. Вслед за Сапоговой Е. Е. (2011) под модусами бытия мы понимаем восприятие жизни личностью в определенном ключе, свете, на основе чего человек взаимодействует с миром, обществом, разрешает проблемные ситуации характерным для себя способом, взаимодействует с окружающей его действительностью в соответствии со своей жизненной позицией и собственным представлением о жизни [5].

Военному человеку приходится уметь совладать с различными типами трудностей, как в повседневной жизни, так и в боевой обстановке. Большинство авторов рассматривает в своих работах лишь особенности боевого стресса, упуская из внимания повседневный стресс военнослужащих. Именно поэтому, на наш взгляд, необходимо изучать специфику стресса не только в условиях боевых действий, но и его особенности в ходе повседневной службы у солдат срочной службы.

Напряженное состояние военнослужащих срочной службы детерминировано возложенными на них обязанностями по вооруженной защите государства, связанными с необходимостью исполнения существующих задач при любых условиях, в том числе, с определенной опасностью для жизни. Состояние стресса может возникать уже на саму ситуацию призыва, изменению обстановки привычного образа, хода жизни [4].

Наше исследование проводилось на территории полка воинской части 71211 в г. Костроме. *Цель* — исследовать взаимосвязь модусов бытия личности и особенностей копинг-поведения субъекта в условиях повседневного психологического стресса (на примере военнослужащих срочной службы).

В исследовании принимали участие 70 солдат, проходящих срочную службу в армии. Возрастной диапазон выборки от 18 до 27 лет. Средний возраст — 19 лет. Срок прохождения службы каждого испытуемого составлял от 2 недель до 10 месяцев.

Были получены следующие данные:

- 1) Связь между модусами бытия и копингом:

- Отрицательная корреляционная связь между модусами «Я — теряющий», «Я — обретающий», «Я — совершающий героические поступки», «Я — обязующийся», «Я — хранитель» и таким способом совладающего поведения как *Бегство — Избегание*;
  - Положительная корреляционная связь между модусами «Я — проходящий испытания», «Я — рискующий», «Я — любящий» и таким способом совладающего поведения как *Положительная переоценка*;
- 2) Связь между психологическим стрессом и копингом:
- Связь между средним уровнем стресса и таким копинг-поведением, как *Самоконтроль, Принятие ответственности, Положительная переоценка*;
  - Отрицательная корреляционная связь между низким уровнем стресса и *Эмоционально-ориентированным копингом*, а также субшкалой *Социальное отвлечение*;
- 3) Связь между модусами бытия и психологическим стрессом военнослужащих срочной службы:
- Положительная корреляционная связь между модусом «Я — обретающий» и высоким уровнем стресса.

Необходимо подчеркнуть, что солдаты с низкими показателями эмоционально-ориентированного копинга и копинга социальное отвлечение испытывают меньший стресс, а солдаты с высокими показателями копинга самоконтроль, принятие ответственности и положительная переоценка (наиболее часто применяемый копинг) переживают средний уровень стресса.

В свою очередь, военнослужащие, имеющие высокий уровень стресса обладают таким модусом, как «Я — обретающий».

Служба в армии имеет весьма интенсивный характер, кроме того, обостренная геополитическая обстановка в настоящее время может усиливать степень волнения и напряженности в рядах военнослужащих, именно поэтому военному человеку важно уметь правильно и рациональному подходить к планированию разных стратегических задач, быть непоколебимым в своих действиях и решениях.

По анализу проведенной методики «Модусы жизни» Е. Е. Сапоговой выяснилось, что в выборке военнослужащих на 1-м месте доминирует такой модус, как «Я — совершающий героические поступки», затем модус «Я — любящий» и на равной позиции «Я — обретающий» и «Я — теряющий», остальные модусы военнослужащих относительно в равном соотношении.

Также по результатам методики «Шкала психологического стресса» в адаптации Н. Е. Водошняковой мы получили различные варианты показателей психологической напряженности у военнослужащих срочной службы [3]. В итоге имеем 28 человек с низким уровнем психологического стресса, 28 со средним и 14 с высоким уровнем стресса.

Несомненно, данная проблема требует дальнейшей разработки, так как на наш взгляд, в настоящее время связь модусов бытия личности и совладающего поведения, именно в рядах вооруженных сил, не в полной мере изучена, несмотря на то, что исследование данной проблемы является одним из наиболее перспективных и востребованных направлений в психологической науке.

### Источники и литература

- 1) Абдурахманов Р. А. Военная психология: методология, теория, практика / Р. А. Абдурахманов, А. Я. Анцупов, Б. П. Бархаев и др. — М.: МВУ, 1996. — 230 с.

- 2) Бодров В. А. Информационный стресс: Учебное пособие для вузов. / В. А. Бодров. — М.: ПЕР СЭ, 2000. — 352 с.
- 3) Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. — СПб.: Питер, 2009. — 336 с.
- 4) Козлова И. Н. Стрессогенность срочной службы в современной российской армии для военнослужащих по призыву / И. Н. Козлова // Психология: традиции и инновации: материалы Международной науч. конф. — 2012. — С. 93-102
- 5) Сапогова Е. Е. Автобиографирование как процесс самодетерминации личности / Е. Е. Сапогова // Культурно-историческая психология. — №2. — 2011. — С. 37-51