

**ПСИХОПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ
В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ
К ВОЕННОЙ СЛУЖБЕ**

Комиссаров Артем Алексеевич

курсант, Военный учебно-научный центр

*Военно-воздушных Сил «Военно-воздушная академия имени
профессора Н.Е. Жуковского и Ю.А. Гагарина» (г. Воронеж), Россия*

Петровская Мария Владимировна

научный руководитель, канд.психол.наук, доцент

*Военный учебно-научный центр Военно-воздушных Сил
«Военно-воздушная академия имени профессора Н.Е. Жуковского
и Ю.А. Гагарина» (г. Воронеж), Россия*

Проблема адаптации человека уже длительное время является одним из направлений теоретических и прикладных исследований военной психологии. Особый интерес к данной проблеме вытекает из специфики и высокой социальной значимости деятельности военнослужащих, успех которой зависит от степени адаптации к экстремальным факторам военной службы. В исследованиях военных психологов М.И. Дьяченко, Л.Ф. Железняк, Н.Ф. Феденко, С.С. Муцыпова, А. И. Александрова, Ж.Г. Сенокосова, А.Г. Караяни, П.А. Корчемного представлены различные аспекты адаптации молодых военнослужащих в армейских коллективах. Однако, по-прежнему, особый интерес представляют исследования личностных детерминант адаптации к условиям службы.

Во все времена в Вооруженных Силах очень остро стоял вопрос адаптации военнослужащих к условиям прохождения военной службы. Разрабатывались всё новые и новые методики по ускорению этого процесса, но как бы мы не пытались его ускорить нам всегда кажется этого недостаточно. На данный момент, по мнению авторов, процесс адаптации

занимает от 3 до 6 месяцев. Это является оптимальным промежутком времени для того, чтобы полностью освоиться в войсках и найти, так сказать, «свою нишу». Определяющую роль в становлении военнослужащего играет офицерский состав, который в первую очередь должен воспитывать и обучать солдата на личном примере и стать для него незабываемым авторитетом. Также не стоит забывать про то, что военнослужащий проходит службу вдалеке от дома и из-за этого он испытывает сильнейший психологический стресс. По этому, для укрепления психологического состояния военнослужащего, необходимо использовать различные психопрофилактические мероприятия.

Общее психологическое развитие военнослужащего заключается в том, что у него не просто появляются новые знания, понятия, представления, овладевает той техникой, которой раньше не владел, но вместе с этим поднимается на более высокий уровень функционирования своей психики и сознания. Повышается эффективность его психической деятельности в целом, всех психических процессов. Военнослужащий становится более наблюдательным, он замечает много такого, чего раньше не замечал вообще, у него повышается скорость восприятия и его точность. Расширяются возможности памяти, она более надежно служит воину в трудных ситуациях. Особенно заметно развитие мышления. Повышаются сообразительность, расторопность, развиваются военная хитрость, тактическое мышление. Военнослужащий учитывает в своих решениях большее число фактов, ищет более глубокие причины тех или иных явлений, быстро и решительно принимает действенные меры. Существенно улучшается пространственное мышление, обеспечивающее мысленный охват больших территорий, хорошую ориентировку в масштабных событиях. Растет эмоционально-волевая устойчивость личности, обогащается духовный мир, развиваются высшие чувства: нравственные, социальные, эстетические [1].

Таким образом, мы чётко видим действенность данных мероприятий по всестороннему развитию военнослужащих. Но, следует отметить тот факт, что помимо повышения эффективности деятельности всех психических процессов в период обучения 18-19 летние юноши, еще не окрепшие физиологически и психологически, часто попадают в состояние стресса, обусловленного социальной изоляцией от привычных условий их жизни. С.А. Разумов социальную изоляцию в условиях армии относит «к стрессорам рассогласования деятельности» [2].

В зависимости от периода обучения, личных качеств курсанта, особенностей военной специальности необходимо проводить с ними целенаправленную психопрофилактику всех неприятных последствий пребывания в условиях изоляции за годы обучения [3]. Это является крайне необходимой мерой для поддержания воинской дисциплины, предотвращения неуставных взаимоотношений и многих других негативных факторов во время прохождения военной службы.

Изучая личные качества военнослужащих, используя различные методики, особое место в программе тренинга отводится индивидуально-ориентированным заданиям самопознания и самосовершенствования. Главной целью тренинга является развитие личностных способностей или преодоления трудностей личностного роста военнослужащих. Ход развития личностных способностей или преодоления трудностей личностного роста в процессе тренинга происходит в условиях процесса обучения, представляющего собой особым образом организованную деятельность, своеобразную форму систематического сотрудничества в рамках тренинга между его руководителем-психологом и военнослужащими-участниками группы. В процессе, которого происходит рост личности с помощью руководителя и всей группы в целом.

Таким образом, тренинг представляет собой форму взаимодействия, в результате которой военнослужащий познает себя, где расширяются его представления о своих возможностях, раскрывается творческий потенциал,

ведущие жизненные ценности, появляется уверенность в собственной позиции, что в конечном итоге ведет к развитию личностных способностей, к личностному росту военнослужащего [4].

Из всего сказанного можно сделать определённый вывод, что психопрофилактические мероприятия являются крайне необходимыми для более быстрой адаптации и поддержания высокой воинской дисциплины, боевой готовности и лучшей стрессоустойчивости у военнослужащих.

Список литературы

1. Красько В. Г. Секреты психологической войны. – Минск: Харвест, 1999. – 448 с.
2. Разумов С. А. Эмоциональный стресс в условиях норм и патологии человека. – Л.: Медицина, 1996. – С.9-27.
3. Човдырова Г.С. Проблемы повышения психологической стрессоустойчивости личного состава системы МВД России в экстремальных условиях. – М.: ВНИИ МВД, 1998. – 156 с.
4. Рудестам К.Е. Групповая психотерапия. – СПб.: Питер Ком, 1999. – 384 с.