

*Товма М. І., кандидат психологічних наук,
заступник начальника Академії внутрішніх
військ МВС України по роботі з особовим
складом (м. Харків)*

ДИНАМІКА ТРИВОЖНОСТІ КУРСАНТІВ ВВНЗ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ

У статті розглянуто динаміку тривожності курсантів вищих військових навчальних закладів на різних етапах професійної підготовки

В статті рассмотрена динамика тревожности курсантов высших военных учебных заведений на разных этапах профессиональной подготовки

The anxiety dynamics of cadets of higher military educational establishments on the different levels of professional training is examined in the article

Постановка проблеми. Значне підвищення темпу життя, соціальні та політичні трансформації, збільшення екологічних, емоційних та інформаційних навантажень на особовий склад силових структур України надають проблемі психологічного стресу, зокрема, його проявам та індивідуальній стійкості до нього особливу увагу. Службово-бойова діяльність військовослужбовців внутрішніх військ МВС України проходить не просто в складних, а часто, в екстремальних умовах, що висуває високі вимоги до їхньої готовності здійснювати професійну діяльність, психічної стійкості особового складу, високого рівня знань, вмінь та навичок. Особливістю виконання службово-бойових завдань є те, що вони постійно пов'язані з ризиком для здоров'я та життя особового складу. Результати попередніх досліджень показали, що серед особового складу, який брав участь у виконанні службово-бойових завдань, виявляється до 74 % осіб з непатологічними психогенними реакціями [1]. В підрозділах, які потрапили в умови значної службово-бойової напруженості, виявлені тенденції до росту стійких негативних психічних станів, гострих і постстресових розладів. В таких умовах службово-бойової діяльності можуть виникати різні негативні психічні стани, особливе місце серед яких належить тривожності. Тому обрана тема дослідження є актуальною.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На думку Є. П. Ільїна, стан – це цілісна реакція особистості на зовнішні і внутрішні стимули, що спрямована на досягнення корисного результату [2]. Таке визначення стану припускає, що він є причинно-обумовленим явищем, реакцією не окремої системи або органу, а особистості в цілому, із залученням у реагування як

фізіологічних, так і психічних рівнів (субсистем) керування й регулювання, що відносяться до підструктур і сторін особистості. Тому будь-який стан є як переживанням суб'єкта, так і діяльністю його різних функціональних систем [3]. Причому, він виражається не тільки в ряді психофізіологічних показників, але й у поведінці людини. Дослідження А.Г. Маклакова, Є. П. Ільїна, Л.В. Кулікової та інших вчених показали, що стан може бути представлений характеристиками трьох рівнів реагування: психічного (переживання), фізіологічного (соматичні структури організму й механізми вегетативної нервової системи) і поведінкового (вмотивована поведінка) [2-5].

Таким чином, важливість вивчення психічних станів пояснюється тим, що від їхньої зміни залежить ефективність поведінки й діяльності. Особливо це стосується людей, специфіка діяльності яких та умови її виконання часто мають складний, надзвичайний характер.

Мета статті – на основі експериментальних даних проаналізувати особливості тривожності майбутніх командирів підрозділів з охорони дипломатичних представництв та консульських установ іноземних держав на різних етапах професійної підготовки.

Виклад основного матеріалу дослідження. У дослідженні брали участь майбутні командири підрозділів з охорони дипломатичних представництв та консульських установ іноземних держав – курсанти Академії внутрішніх військ МВС України, процес професійної підготовки яких відбувався згідно з програмою цілеспрямованого формування професійно важливих якостей. Ці курсанти увійшли до експериментальної групи. До контрольної

Питання психології

групи увійшли курсанти, процес професійної підготовки яких не супроводжувався психолого-педагогічними методами впливу з метою цілеспрямованого формування професійно важливих якостей.

Дослідження особливостей тривожності майбутніх командирів підрозділів на різних етапах професійної підготовки проводилося за допомогою методики Ч. Д. Спілбергера та Ю. Л. Ханіна. Математичну обробку отриманих в ході дослідження даних здійснено за допомогою t-критерію Стьюдента.

Одним із важливих аспектів у вивченні особливостей професійної діяльності військовослужбовців є дослідження особливостей стану тривожності. Цей стан не тільки відображає оволодіння засобами саморегуляції, він тісно пов'язаний з інтелектуальним розвитком та ставленням до виконуваної діяльності.

Результати дослідження особливостей реактивної й особистісної тривожності надано в табл. 1 і 2.

Таблиця 1

Показники реактивної тривожності майбутніх командирів підрозділів на різних етапах професійної підготовки (M±m)

| Рік професійної підготовки | Експериментальна група | Контрольна група | t |
|----------------------------|------------------------|------------------|--------|
| Перший рік | 22,39±0,68 | 25,06±1,77 | 1,73 |
| Передвипускний рік | 24,52±1,05 | 29,94±1,67 | 2,51* |
| Випускний рік | 22,34±1,32 | 32,07±3,16 | 3,34** |
| t _{1,2} | 1,56 | 2,00 | - |
| t _{1,3} | 0,03 | 2,02* | - |
| t _{2,3} | 1,30 | 0,62 | - |

Примітка: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$

Як бачимо з даних, наведених у табл. 1, як в експериментальній, так і контрольній групах на різних етапах професійної підготовки діагностується низький рівень реактивної тривожності. Однак, якщо в експериментальній групі рівень реактивної тривожності практично не змінюється на різних етапах професійної підготовки, то в контрольній групі відзначається зростання показників тривожності. Хоча ці показники й залишаються в межах норми й тільки підходять до нижньої межі помірної тривожності, але вони можуть свідчити про складні несприятливі відносини в системі "людина-середовище". Розглянемо більш докладно отримані результати.

Так, в експериментальній групі на першому (22,39±0,68), передвипускному (24,52±1,05) і випускному (22,34±1,32) роках професійної підготовки показники реактивної тривожності не мають вираженої динаміки. Деяке підвищення показників реактивної тривожності у передвипускників експериментальної групи не досягає рівня статистичної значущості.

Показники реактивної тривожності на першому році професійної підготовки в контрольній групі практично так само низькі (25,06±1,77), як і в експериментальній ($t=1,73$, $p > 0,05$). Однак уже у передвипускників контрольної групи показники реактивної тривожності зростають – 29,94±1,67. За цим показником передвипускники контрольної групи істотно відрізняються не тільки від першокурсників ($t=2,00$, $p \leq 0,05$), а й від передвипускників контрольної групи ($t=2,51$, $p \leq 0,05$). Зазначене зростання показників реактивної тривожності в контрольній групі

триває і при переході на випускний рік професійної підготовки. Так, показники на цьому році досягають значень помірної тривожності – 32,07±3,16. І хоча зростання вже не таке інтенсивне, як на попередньому передвипускному році, й відмінності між передвипускним і випускним курсом контрольної групи не досягають рівня статистичної значущості ($t=0,62$, $p > 0,05$), розбіжності з показниками майбутніх командирів першого року професійної підготовки і випускників експериментальної групи зростають ($t=2,02$, $p \leq 0,05$ та $t=3,34$, $p \leq 0,01$ відповідно).

Наочно динаміку змін реактивної тривожності можна проілюструвати за допомогою рис. 1.

Підвищення реактивної тривожності в контрольній групі може свідчити про зосередженість майбутніх командирів підрозділів групи на зовнішніх характеристиках ситуації, на тому, наскільки вони сприяють або перешкоджають успішності й ефективності цих майбутніх командирів підрозділів. Підвищення реактивної тривожності свідчить про недостатньо високу самооцінку й самоповагу, тобто про невпевненість, сумніви у власних силах, у той час як в експериментальній групі майбутні командири, очевидно, більше зосереджені на осмисленні діяльності, на її процесуальних характеристиках, на співвідношенні зі змістом їхньої професійної діяльності в цілому. Таке сприйняття проблемних ситуацій сприяє не тільки зніманню напруги, воно свідчить про більш високий рівень розвитку мотивації діяльності.

Рис. 1 – Динаміка реактивної тривожності майбутніх командирів підрозділів на різних етапах професійної підготовки ($\bar{x}_{\text{ср.}}$)

Додаткову інформацію про мотиваційні процеси, які стоять за рівнем тривожності можна отримати, проаналізувавши результати дослідження особистісної тривожності. Результати дослідження особистісної тривожності представлено в табл. 2.

Таблиця 2

Показники особистісної тривожності майбутніх командирів підрозділів на різних етапах професійної підготовки ($M \pm m$)

| Рік професійної підготовки | Експериментальна група | Контрольна група | t |
|----------------------------|------------------------|------------------|-------|
| Перший рік | 31,12±0,53 | 33,88±1,88 | 1,90 |
| Передвипускний рік | 33,27±0,98 | 36,31±1,24 | 1,55 |
| Випускний рік | 31,90±1,46 | 38,64±2,12 | 2,42* |
| t _{1,2} | 1,74 | 1,06 | - |
| t _{1,3} | 0,50 | 1,68 | - |
| t _{2,3} | 0,81 | 0,98 | - |

Примітка: * $p \leq 0,05$

Як бачимо з даних, представлених в табл. 2, показники особистісної тривожності в обох досліджуваних групах на різних етапах професійної підготовки відносяться до рівня помірної тривожності. При цьому динаміка особистісної тривожності і в експериментальній, і в контрольній групах повторює динаміку реактивної тривожності в цих групах. Розглянемо більш конкретно.

Так, в експериментальній групі на першому (31,12±0,53), передвипускному (33,27±0,98) і випускному (31,90 ± 1,46) курсах показники особистісної тривожності не мають вираженої динаміки. Так, деяке підвищення показників особистісної тривожності у передвипускників

експериментальної групи не досягає рівня статистичної значущості.

Показники особистісної тривожності на першому році навчання в контрольній групі є дещо вищими (33,88 ± 1,88), ніж в експериментальній. Між даними показниками встановлена тенденція до значимих відмінностей – $t=1,90$. Як і показники реактивної тривожності, показники особистісної тривожності дещо посилюються на передвипускному (36,31 ± 1,24) і випускному курсах (38,64 ± 2,12). Але тут ці зміни відбуваються не так інтенсивно і не досягають рівня статистичної значущості. Динаміка особистісної тривожності на відрізьку “перший-передвипускний рік” є настільки в’ялою, що показники контрольної

Питання психології

групи практично порівнюються з показниками експериментальної групи, у яких в цей період також спостерігається незначне зростання – $t=1,55$. Проте, вже на наступному відрізку навчання “передвипускний-випускний рік” на тлі того, що у курсантів експериментальної групи випускного курсу спостерігається деяке

зниження особистісної тривожності, відмінності між випускниками експериментальної і контрольної групи досягають рівня статистичної значущості ($t=2,42, p \leq 0,05$).

Наочно динаміка особистісної тривожності в експериментальній і контрольній групах відображено на рис. 2.

Рис. 2 – Динаміка особистісної тривожності майбутніх командирів підрозділів на різних етапах професійної підготовки (x_{cp})

Таким чином, запропонована програма навчання і підготовки експериментальної групи сприяє зниженню особистісної тривожності, на відміну від контрольної групи, наближення якої до випуску і перспективи самостійної професійної діяльності підвищує тривожність. Низькі показники особистісної тривожності психологи традиційно пов'язують з гармонійним розвитком особистості, формуванням самостійної світоглядної позиції та адекватної “Я-концепції”.

Висновки. Дослідження динаміки та особливостей тривожності майбутніх командирів підрозділів на різних етапах професійної підготовки дозволяють зробити певні висновки.

Як в контрольній, так і в експериментальній групах динаміка особистісної тривожності збігається з динамікою реактивної тривожності, отже можна припустити, що за змінами, які відбуваються стоять одні й ті ж феномени. Крім того, логічно припустити, що ці феномени надають більший вплив на

особистісну, ніж на реактивну тривожність. Так, в нашому дослідженні встановлено, що реактивна тривожність має низький, а особистісна середній рівень виразності в обох досліджуваних групах.

Отримані в експериментальній групі показники особистісної та реактивної тривожності свідчать про менш високу напругу в системі “людина-середовище”, що пов'язано із загальним розвитком особистості та використовуваними способами саморегуляції. Сам по собі гармонійний розвиток особистості, формування у неї самостійної світоглядної позиції та адекватна “Я-концепція” гармонізує відносини із середовищем. Серед способів саморегуляції найбільш ефективними є усвідомлення життєвих цілей і співвіднесення з ними конкретних цінностей. Так, за умови усвідомлення свого основного життєвого вибору будь-яка критична ситуація розглядається на тлі загальної перспективи всього життя, у результаті чого значущість негативних

Питання психології

аспектів окремої конкретної ситуації не настільки важлива.

До більш приватних аспектів належить вплив узагальнених мотивів на розвиток стану тривоги. Отримані результати підтверджують дані А. Г. Маклакова, який вважає, що за умови переваги мотивації досягнення, поведінка відрізняється відсутністю видимої тривоги, і навпаки, мотивація уникнення невдач супроводжується проявом тривоги [3]. Крім того, профілактикою тривожності є вміле планування діяльності, що є одним із головних завдань у професійній підготовці майбутніх командирів експериментальної групи.

Слід зауважити, що наявність плану, перенесення уваги зі значущості результату діяльності на технічні деталі й тактичні прийоми, а також наявність альтернативних

планів досягнення мети знижують зайве збудження і сприяють успішному вирішенню завдання на генеральному напрямку. Як наслідок знижується страх перед несприятливим розвитком подій і тим самим створюється оптимальне підґрунтя для вирішення завдання, підвищується успішність діяльності та похідна від неї самооцінка.

Таким чином, програма формування професійно важливих якостей сприяє усвідомленню особистої мотивації, засвоєнню конкретних прийомів професійної діяльності як основи формування професійно важливих якостей. Це не тільки підвищує ефективність діяльності, але й сприяє зниженню негативної напруженості, підвищенню самооцінки, упевненості в собі та в успіху.

Література

1. Ярошок Ю.В. Регуляція психічної напруженості військовослужбовців в екстремальних умовах службово-бойової діяльності: автореф. дис... на здобуття ступеня канд. психол. наук: спец. 20.02.02 «Військова педагогіка та психологія» / Ю.В. Ярошок. – Хмельницький, 2000. – 21 с.
2. Ильин Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2001. – 752 с.
3. Маклаков А. Г. Общая психология / А.Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2001. – 592 с.
4. Психические состояния / Сост. и общ. ред. Л.В. Куликова – СПб. : Питер, 2000. – 512 с.
5. Психология социальных ситуаций / Сост. и общ. ред. Н.В. Гришиной. – СПб. : Питер, 2001. – 416 с.