

ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ДО НЕГАТИВНОГО ВПЛИВУ НА ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ СТРЕСОГЕННИХ ЧИННИКІВ ХАРАКТЕРНИХ ДЛЯ МИРОТВОРЧОЇ МІСІЇ

Стаття присвячена вивченню закономірностей формування психологічної стійкості військовослужбовців в ході виконання миротворчих завдань частинами та підрозділами Збройних Сил України.

Стаття посвячена изучению закономерностей формирования психологической стойкости военнослужащих в ходе выполнения миротворческих заданий частями и подразделениями Вооруженных Сил Украины.

The article is devoted to the study of regularities of forming psychological firmness of servicemen while performing peacekeeping tasks by units and sub-units of the Armed Forces of Ukraine.

Професійне виконання службових обов'язків військовослужбовцями в екстремальних умовах миротворчої місії передбачає наявність у військовослужбовців належного рівня психологічної стійкості до негативної дії стресорів зовнішнього середовища [1]. Психологічна стійкість за своєю природою суворо індивідуальна й виявляється у величині порогів чутливості до стресогенних чинників, характерові психологічних реакцій на дію стресорів та інше.

Стресогенні чинники здійснюють як позитивний, так і негативний вплив на психоемоційний стан миротворця і результати розв'язання ним службових завдань [2, 3, 4, 5]. За даними досліджень Л.О.Китаєва-Смик, В.В.Стасюка стрес-фактори оптимальної сили викликають позитивний стрес, тобто психічний стан мобілізації, сприяючий ефективній службовій діяльності. В свою чергу стрес-фактори надмірної сили – є причиною негативного стресу, стану демобілізації й різкого зниження продуктивності праці миротворця.

Психологічні реакції, що викликаються різними чинниками службової діяльності, можуть носити як оптимізуючий так і дезорганізуючий характер, тобто покращувати професійну діяльність миротворців, мобілізувати їхні резерви або ж руйнувати, ускладнювати прояв сформованих якостей, навичок і умінь. Для осіб, що мають досвід миротворчої діяльності, або ж пройшли відповідну психологічну підготовку, характерна наявність, як правило, реакцій оптимізуючого, адаптивного характеру [6].

Суттєвий вплив на результати службової діяльності миротворців здійснює емоційне забарвлення психологічних реакцій. Відомо, що позитивні емоції зазвичай благотворно впливають на психіку і підвищують якість вирішення оперативно-службових завдань. В той же час, в певних умовах вони можуть і знижувати ефективність службової діяльності.

В ряді випадків і негативні емоції підвищують якість дій, що відбуваються, перш за все, тоді, коли невдача слідує після серії успіхів. Шкідливість від негативних емоцій, що виникають при невдачах на початку служби миротворця, полягає, в тому, що вони стають несприятливими передумовами виконання певних професійних дій в подальшому. Так, сильний переляк або сильне потрясіння, пережите при першій участі в рішенні якоїсь складної службової задачі, можуть на тривалий час сформувати психологічний бар'єр до успішного їх виконання в подальшому [7]. Сильні негативні емоції, що виникають при першому зіткненні миротворця з складнощами служби в місії, можуть стати навіть причиною дострокового повернення на Батьківщину.

Вплив психологічних реакцій, що виникають в складних умовах службової діяльності, на дії миротворців, багато в чому, визначається силою цих реакцій. Певний рівень психоемоційного напруження – необхідна і сприятлива умова виконання службових завдань. Проте прямої залежності між інтенсивністю психоемоційної напруги і ефективністю діяльності не існує. Із зростанням інтенсивності напруження до певного критичного рівня ефективність службової діяльності підвищується, але надалі, при наростанні стресогенності, її показники починають знижуватися.

Допоки психоемоційна напруга не перевищує межі норми, професійні дії миротворця є енергійними та активними. Процес концентрації уваги оптимізується, поліпшуються швидкісні параметри розумових операцій, посилюється мотивація, з'являється рішучість і сміливість, завдання виконуються з емоційним підйомом, інтересом, іншими словами, спостерігається стан еустресу.

Однак із зростанням рівня напруги настає стадія паракстремального дистресу,

що викликає погіршення службової діяльності, яке приймає різні форми. Спостерігається зниження продуктивності когнітивних процесів. У діях миротворців з'являється шаблон, він перестає враховувати особливості обстановки, зростає кількість здійснених помилок [8]. Тим не менше, миротворець діє активно, наполегливо і прагне подолати труднощі.

При подальшому наростанні напруження виникає гранична психоемоційна напруга (екстремальний дистрес), що призводить до дезорганізації поведінки: миротворець ослаблює активність та наполегливість, проявляється боязливість, з якою людина не в змозі справитися. Миротворець піддається впливу марновірств, втрачає віру в себе і успіх, скоює погано мотивовані імпульсні вчинки і навіть може відмовитися від виконання завдання.

При переході і цього рубежу, настає поза межована напруга (гіперстрес), що приводить до зриву психічної діяльності, афектів і різних психопатологічних розладів [9].

Військовослужбовці, що мають досвід попередньої служби в складі миротворчого контингенту демонструють, як правило, вищий показник "межі корисності", й, як наслідок, ефективнішу службову діяльність, що дозволяє призначати їх на відповідальні посади.

Будь-який різновид психоемоційної напруги – це цілісний психічний стан, який може знаходити своє віддзеркалення в змінах мотиваційної, когнітивної чи емоційної сфер психіки. Відповідно можуть виділятися і різновиди стресу (мотиваційний, пізнавальний, емоційний). Для екстремальних ситуацій характерним є також наростання у миротворців асоціальних тенденцій, що проявляються у вигляді руйнівних дій, конфліктів з оточуючими, зловживання алкогольними напоями і ін. Особливо необхідно підкреслити, що всі види дистресу можуть виникати не лише при негативних, але й при позитивних за змістом і емоційному забарвленню реакціях [10]. Надмірне переживання значущості дій, нагнітання відчуття відповідальності, подеколи супроводжується дистресом із всіма витікаючими з цього негативними наслідками.

Характер психологічних реакцій на вплив стресогенних чинників залежить не лише від особливостей самих чинників, але і й від ряду індивідуальних особливостей миротворців, що визначають їхню психологічну стійкість. Залежно від індивідуально-типологічних і особистісних властивостей

військовослужбовців один і той же рівень стресу може бути оптимальним для одного миротворця, й несприятливим для іншого.

Ефективність виконання завдань військовослужбовцями в стресогенних умовах миротворчої діяльності, в значній мірі залежить від їхніх стійких індивідуально-психологічних особливостей і характеру домінуючих психічних станів. Психічні стани з домінуванням позитивних характеристик (позитивно забарвлених емоцій), в більшості випадків, є ознаками успішної професійної діяльності миротворців. В той же час стани, що характеризуються переважанням негативних характеристик (наприклад, негативно забарвлені емоції), можуть свідчити про незадовільне протікання професійної діяльності миротворців, й виступають передумовою міжособистісних конфліктів [10].

Психічні стани багатообразні і вельми суперечливі. При цьому одні стани створюють сприятливі умови для прояву когнітивних і особистісних властивостей миротворців, інші ж можуть викликати відхилення в області відчуттів і сприйняття, протікання процесів пам'яті, вольової регуляції поведінки тощо. За негативних умов можуть змінюватися перцептивні властивості індивіда. В стані очікування спотворюється сприйняття часу: створюється ілюзія уповільнення і навіть зупинки його руху. Специфічні психічні стани здійснюють вплив на об'єктивність сприйняття миротворцями навколишньої дійсності. В стані надії, наприклад, в очікуванні повернення на Батьківщину, миротворці оптимістично сприймають своє положення. В стані відчаю - проявляється особливий суб'єктивізм в оцінці поточної обстановки, приймаються неадекватні ситуації рішення. Під впливом апатії і нудьги істотно знижується ефективність когнітивних процесів, у миротворців з'являються нав'язливі уявлення, нездатність зосередити увагу на конкретній діяльності, освоїти нові нескладні прийоми служби. Томливі очікування викликають відчуття дратівливості і відчаю. Такі стани часто супроводжується безсонням, що виснажує миротворця. Починає хворобливо працювати уява, миротворця переслідують кошмари, можуть виникати ілюзорні розлади.

На глибину, тривалість і характер психічних станів миротворців впливають безліч обставин: кількість аналогічних місій у минулому, стаж служби в Збройних Силах, мотивація перебування і умови життєдіяльності в миротворчому підрозділі, кліматогеографічні, культурні особливості

країни перебування, відрив від сім'ї тощо. Велику роль відіграє також морально-психологічна атмосфера, що панує в підрозділах, відносини з місцевими властями і населенням. Формування тих чи інших психічних станів в умовах професійної діяльності тісно пов'язані з мотиваційною сферою людини. Перебування в складі миротворчого контингенту обмежує задоволення потреб людини, що неминує викликає як фізичні, так і етичні негаразди й, як наслідок, часто виникають психічні стани з переважаючими негативними емоційними проявами [8]. Психічні стани залежать від індивідуальних особливостей людини, від її характеру, темпераменту, вміння пристосуватися до нового середовища.

За результати спостереження та експертної оцінки можемо виділити основні характеристики психічних станів, що притаманні миротворцям:

– типовість. В умовах миротворчості, виходячи з її специфіки, спостерігаються психічні стани, що властиві великим групам людей, незалежно від їх індивідуально-психологічних і етичних якостей. Подекуди спостерігаються типові стани, властиві всім миротворцям, що знаходяться в однакових умовах, наприклад в період раптового початку бойових дій спостерігалась безвихідність, паніка, відчай. Іншим типовим станом, характерним для миротворців є відчуття безпорадності, безсилля, що викликано мандатом миротворця, який не завжди дозволяє надавати практичну допомогу місцевому населенню, реально захистити його від свавілля місцевої влади;

– індивідуальна своєрідність. Психічні стани миротворця індивідуально своєрідні, оскільки вони нерозривно пов'язані з його особливостями;

– лабільність. Кожному психічному стану миротворця відповідає його протилежність (активності протистоїть пасивність, упевненості-неупевненість). Лабільність станів, швидкий перехід їх в свою протилежність досить характерні для миротворчої місії. Спостереження показують, що іноді буває достатньо самого незначного приводу, найнікчемнішої провокуючої обставини, щоб "гарний" настрій миротворця різко переріс в "поганий", а стримувана психічна напруга прорвалася назовні.

Підвищений рівень тривожності негативно відображався як на характері і рівні психологічної активності в цілому, так і на

продуктивності окремих психічних функцій.

Причинами тривоги, як показали результати дослідження, являлись: а) незадоволеність можливістю активно діяти; б) відсутність позитивних перспектив і порушення звичного стану виконання своїх службових обов'язків.

Висока тривожність у миротворців, виникненню якої сприяли такі фактори, як неочікуваність, раптовість подразників, різного роду звукові впливи, новизна обстановки, виникнення складних ситуацій, не сприяла стабільно високому рівню працездатності [10].

Одним з найбільш складних комплексних психічних станів миротворця є фрустрація. Спостереження показують, що розвитку цього стану сприяють деприваційні умови місії, що виражаються, зокрема, в тривалій ізоляції від Батьківщини, сім'ї і близьких, у відсутності можливості задоволення ряду потреб біологічного та соціального характеру. В свою чергу, високий рівень фрустрації, виявлений у миротворця, є однією з ознак дезадаптації до специфічних умов життєдіяльності миротворчої місії. Фрустрація проявляється по різному й обумовлено або особливою активністю (у формі агресії, роздратованості), або ж пасивністю (у формі пригніченості, невпевненості, емоційній нестійкості, образливості) миротворця.

Необхідними ознаками фрустрованої ситуації в місії є наявність сильної мотивації виконати ефективно роботу і перешкоди, як суб'єктивного, так і об'єктивного плану, що перешкоджають досягненню цієї мети.

Бар'єри, які перешкоджають досягненню миротворцем мети, можуть бути фізичного (обмежена ділянка території, де проходить службу миротворець), біологічного (хвороба, поранення), психологічного (страх, стрес, незадоволеність інтелектуальних запитів) і соціокультурного (статутні норми, правила поведінки при виконанні місії) плану.

В ході вивчення фрустрованої поведінки миротворця виділено різні види її прояву: а) рухове збудження; б) байдужість і апатія; в) агресивність; г) стереотипія (бездумне вживання форм, штампів в роботі).

З метою виявлення залежності між рівнем фрустрації і професійною діяльністю військовослужбовців, що виконували миротворчу місію в Югославії, нами проаналізовано 119 випадків репатріації миротворців на Батьківщину через високий рівень фрустрації (табл.1.).

Залежність між рівнем фрустрації та професійною діяльністю військовослужбовців в умовах миротворчої місії

Причина репатріації	Кількість осіб, що репатріюють	Частка осіб з високим рівнем фрустрованості (%)
Дисциплінарні порушення	11	90,9
Професійна невідповідність, незадоволеність організацією службової діяльності	44	88,6
Стан здоров'я	17	94,1
Наявність сімейних проблем	13	100
Незадоволеність умовами безпеки	15	100
Незадоволеність побутовими умовами	12	83,3
<i>Інші причини</i>	7	71,4

В такому стані миротворці, у відповідь на дію різного роду подразників, що зберігали в собі небезпеку, на перший план висували хвилювання, тривожність. Тривожність проявлялася, головним чином, в метушливості. Миротворці в такому стані були здатні здійснювати тільки прості автоматизовані дії. Дріб'язкові, на перший погляд причини призводили до виникнення складних конфліктних ситуацій. У декількох миротворців спостерігалось тремтіння рук, підвищувалось потовиділення.

Прикладами типових психічних станів, також значущих для миротворчої діяльності є стани очікування, туги та апатії. Миротворець, що знаходиться в місії, постійно знаходиться в стані очікування, яке може бути різним за своїм психологічним змістом. Цей стан властивий всім миротворцям, але ступінь його прояву різна – від відкритої, коли миротворець ділиться вголос зі всіма своїми проблемами, до прихованої – зовні нічим не проявляється, і залежить від індивідуальних якостей особи і значущості очікуваних подій. В стані очікування людина може відчувати і нетерпіння, що виявляється, як правило, в загальному зниженні чутливості до ситуації очікування. Воно зазвичай охоплює миротворця напередодні давно очікуваної події [8]. Особливе нетерпіння виявляється незадовго до закінчення відрядження. Нетерпіння у миротворців може протікати у різних формах – від бурхливої радості, в окремих випадках, до афектно-гальмівних реакцій.

Миротворець в стані очікування характеризується підвищеною, іноді вибірковою напруженістю. Це стан найсильніше виражений в перші тижні знаходження в зоні місії, а також незадовго до закінчення відрядження. Це може бути пов'язано з так званим "ефектом уникнення".

Він формується, як правило, в умовах, коли задоволення якої-небудь життєво важливої потреби суб'єктивно сприймається миротворцем як надмірно тривала. У миротворців, що чекали закінчення відрядження, спостерігається ідеалізування батьківщини, домівки, сім'ї, своєї роботи. Тому, коли закінчення відрядження наближається впритул, зіткнення з реаліями, очікуваними на батьківщині, швидше лякає, чим приваблює. Цим частково пояснюється той феномен, що переважна більшість миротворців прагнуть продовжити, по можливості, свій контракт з ООН.

Важким психічним станом є безнадійність, апатія. У такому стані людина втрачає перспективу і сенс життя. Цей стан проявляється у миротворців в період бойових дій, у разі захоплення в заручники, нападу на миротворців, відкритій конфронтації з властями або населенням та ін. У такому стані пригнічується воля, ослаблюється пам'ять. Виявляється це в тому, що особа зовсім не реагує, або навпаки, бурхливо, хворобливо реагує на зауваження, схильна їх оспорювати.

Психологічне забезпечення миротворчої діяльності покликано враховувати основні мотиви перебування військовослужбовців у складі миротворчого контингенту, з'ясовувати основні психологічні проблеми з якими стикається миротворець, способи релаксації, розв'язувати різного роду конфліктні ситуації. З метою всебічного дослідження зазначених проблем нами використовувалась анкета "Миротворець", яка дозволяла структурно охопити зазначені вище проблеми, з якими стикається миротворець перебуваючи у складі миротворчого підрозділу. Для визначення ціннісно-орієнтаційної сфери миротворців використовувалась методика М.Рокіча.

За результатами дослідження виявлено

дев'ять мотивів, які впливають на ухвалення військовослужбовцями рішення щодо участі в миротворчих операціях. Серед них: а) бажання заробити грошей – 67,9% респондентів; б) отримати новий досвід – 57,1%; в) побачити світ – 50%; г) перевірити себе в екстремальних умовах – 50%; д) прийняти участь в боротьбі за мир – 39,3%; е) знайти нових друзів – 32,1%; ж) пошук пригод – 21,4%; з) перебування в місії сприятиме службовій кар'єрі – 14,3%; забути домашні проблеми – 10,7%.

Як бачимо, під час ухвалення рішення відправитися в миротворчу місію превалювали мотиви гуманістичної спрямованості (перевірити себе; боротьба за мир; знайти друзів; пригоди) – 41%; за ними слідували мотиви матеріального плану (гроші; туризм; забути проблеми) – 38%; замикають класифікацію мотивів миротворців кар'єристські прагнення (набуття досвіду; кар'єра) – 21%.

Дослідження, проведені нами вслід за О.О.Теличкіним, дозволили умовно розділити миротворців, залежно від мотивів їхнього вступу до складу миротворчого підрозділу на три основні типи.

До першого типу миротворців відносяться особи, домінуючою мотивацією яких є “покращення добробуту”. Другу категорію склали миротворці, що прибули в миротворчу місію в цілях реалізації “високих” гуманістичних ідеалів: зміцнення миру, дружба народів, тощо. До третього типу віднесено осіб, які розглядають службу в місії як чергову сходинку в службовій кар'єрі, можливість реалізувати свій професійний потенціал.

Кожна з категорій миротворців, що розрізняються за типом мотивації, володіє певною специфікою в ставленні до професійного виконання службових обов'язків. Військовослужбовці, що орієнтовані на отримання матеріальних благ, становлять найчисельнішу категорію миротворців. Серед осіб, що направляються до складу місії удруге, ця категорія є домінуючою. Вони, як правило, байдужі до яких-небудь успіхів по службі. Більше того, вони навіть прагнуть уникнути призначення на так звані “командні посади”, оскільки службове зростання не передбачає прямих матеріальних благ. Невдачі в своїй службовій діяльності ними сприймаються

спокійно, а на похвалу за високі досягнення вони реагують нейтрально [10].

Військовослужбовців з орієнтацією на службову кар'єру свою службу в миротворчому підрозділі розглядають, перш за все, як чудовий шанс задовольнити амбіції кар'єрного росту. Миротворці цього типу сильніше за інших регламентують і контролюють ситуацію виконання службових завдань, менше зважають на бажання і пропозиції товаришів по службі і рідше дозволяють (якщо займають командні позиції) собі діяти самостійно, порушувати інструкції і так далі. Їх допомога колегам виражається у формі прямого втручання в роботу і жорсткому контролю. Потрапляючи в нестандартну ситуацію, вони, в більшості випадків, або очікують інструкцій, щодо подальших дій, або ж відчують стан безпорадності, очікування невдачі. Таке очікування невдачі відбивається на бажанні діяти, у них швидко “опускаються руки”, з'являється неадекватний страх за своє життя, здоров'я.

Мотивація миротворців, орієнтованих на реалізацію гуманістичних цінностей характеризується крайньою нестійкістю. Якщо серед осіб, що вибувають до складу миротворчого контингенту вперше, – їх частка становить близько 25%, то серед осіб, що прямують в місію удруге, ця частка практично рівна нулю. Миротворці, що орієнтовані на гуманістичні цінності відрізняються величезним бажанням внести свій особистий, вагомий внесок щодо справи зміцнення миру. Вони байдужі до пошуків безпечного і спокійного місця служби, до службової кар'єри. Такі миротворці орієнтовані на суспільні інтереси, в ущерб індивідуальним. Від своїх колег вони також вимагають найвищих (по своїх мірках) стандартів роботи, беззавітного служіння справі миру, суспільним інтересам, що часто служить причиною службових конфліктів. Такі військовослужбовці здатні творчо і поділовому вирішити будь-яку нестандартну ситуацію, хоча частіш за інших незадоволені своєю роботою. Серед миротворців цієї категорії частка осіб з високим ступенем професійної діяльності в умовах місії склали 9%, з середнім – 29%, з низьким – 62%.

Результати вивчення особливостей ціннісно-сміслової сфери миротворців і її зв'язку з мотивацією перебування в місії представлені в таблиці 2.

Таблиця 2.

Ієрархія цінностей військовослужбовців
миротворчого контингенту

Найменування цінності	Середній ранг
Життя	2,04±0,26
Здоров'я	2,20±0,34
Щасливе сімейне життя	2,21±0,23
Матеріально забезпечене життя	2,30±0,14
Цікава робота	2,66±0,27
Любов	3,11±0,50
Пізнання	3,40±0,50
Розваги	3,43±0,62
Активне і дієве життя	4,40±0,45
Щастя інших	4,54±0,67
Наявність хороших і вірних друзів	4,87±0,31
Суспільне визнання	5,10±0,50
Краса природи і мистецтва	8,22±0,70

Отже, найбільш стресогенними для миротворців є ситуації, що містять реальну небезпеку для життя самого миротворця, а також ситуації, що пов'язані з взаєминами з колегами по підрозділу і інтимно-особистісна сфера.

Не існує прямої залежності між рівнем психоемоційної напруги і ефективністю службової діяльності. Із зростанням інтенсивності напруги до досягнення якоїсь межі корисності ефективність цієї діяльності підвищується, але в умовах подальшого зростання напруженості починає знижуватися. Визначальним психологічним чинником в подоланні негативних наслідків дії стресору підвищеної інтенсивності є

високий показник психологічної стійкості миротворця.

Таким чином, в період перебування в миротворчій місії у військовослужбовців спостерігаються різноманітні психічні стани. Формування цих станів, в основному, детермінується психологічними реакціями миротворців на особливі умови несення служби. При цьому, чим вище рівень стресогенності умов служби, тим, як правило, більш розповсюджені психічні стани з домінуючими негативними характеристиками. Психічні стани можуть бути диференційовані за ступеню свого впливу на процес професійної діяльності миротворця до умов несення служби в миротворчій місії. До групи найбільш значущих для професійної діяльності психічних станів відносяться, в першу чергу, фрустрація й підвищена тривожність. Для ефективної професійної діяльності в умовах місії характерний низький рівень фрустрованості. Для осіб з виявленою дезадаптацією до умов служби в місії характерний, як правило, наявність протягом відносного тривалого проміжку часу високого рівня фрустрованості. Це ще раз підтверджує, що до успішного виконання завдань у складі миротворчого контингенту військовослужбовців треба готувати в процесі повсякденної діяльності, в ході спеціальної підготовки, і особливо під час проведення занять з психологічної підготовки.

Література

1. Дудин С.И. Психодиагностика предрасположенности к аффективным реакциям у военнослужащих // Информ. – метод. сб. ЦВСППИ МО РФ. – 1993. – № 1. – С. 42-48.
2. Концепція морально-психологічного забезпечення підготовки та ведення операцій (бойових дій) Збройних Сил України (Наказ МО України від 5.05.1999 року № 142).
3. Корольчук М.С. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я. – К.: Фірма "Інкос", 2002. – 272 с.
4. Нафтульев А.И., Парачев А.М. Психологическое обеспечение включения человека в компьютеризированные комплексы // Психологическое обеспечение социального развития человека. – Л., 1989. – С. 96-102.
5. Психологическое обеспечение трудовой деятельности. / Под. ред. А.А.Крылова – Л.: Изд-во ЛГУ, 1987. – 159 с.
6. Психологическое обеспечение социального развития человека / Под. ред. А.А.Крылова – Л.: Изд-во ЛГУ, 1989. – 281 с.
7. Психологическое обеспечение трудовой деятельности. / Под. ред. А.А.Крылова – Л.: Изд-во ЛГУ, 1987. – 159 с.
8. Примак П.Т. Особливості дослідження психологічної підготовленості особового складу миротворчих частин та підрозділів // Наукові записки Інституту психології імені Г.С.Костюка АПН України / За ред. академіка С.Д.Максименка. – К.: ДП "Інформаційно-аналітичне агентство", 2007. – Вип. 35. – С. 407-414.
9. Бодров В.А. Психология профессиональной пригодности. – М.: ПЕР СЭ, 2001. – 512 с.
10. Невмержицький В.М. Психологічне супроводження діяльності військовослужбовців миротворчих підрозділів: Методичні рекомендації. – К.: „РОСА”, 2007. – 86 с.