

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«Национальный Исследовательский Саратовский Государственный  
университет имени Н. Г. Чернышевского»

**ВЛИЯНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ ОБРАЗОВАНИЙ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ  
НА СПЕЦИФИКУ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ**

АВТОРЕФЕРАТ  
ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ БАКАЛАВРА  
студента 4-го курса  
направления 37. 03. 01 «Психология»  
факультета психологии  
Кафедра психологии личности  
**Неводовой Ольги Сергеевны**

Научный руководитель

д. псих. н., профессор \_\_\_\_\_

подпись, дата

Рягузова Е. В.

Зав. кафедрой

д. псих. н., профессор \_\_\_\_\_

подпись, дата

Рягузова Е. В.

Саратов, 2016

## **Общая характеристика работы**

Происходящие в современном мире экономические и политические кризисы, напряженная геополитическая обстановка, военные конфликты и этнические столкновения, террористические атаки и неконтролируемые миграционные процессы остро ставят проблемы, связанные с безопасностью отдельных государств и народов, населяющих их. Безопасность государства, в первую очередь, обеспечивается таким социальным институтом как армия, который призван защищать его границы от различного рода внешних угроз, являясь неотъемлемым атрибутом каждого государства, его опорой, показателем силы и авторитета, одним из главных факторов, определяющих внешнюю политику.

Современное российское общество осуществляет модернизацию всех социальных институтов, в том числе и реформирование армии, предъявляющее серьезные требования к ее психологическому сопровождению. В связи с этим задача обеспечения успешной адаптации военнослужащих к различным условиям службы, формирования психологического комфорта и психического здоровья военнослужащих, как молодых солдат, проходящих службу по призыву, так и кадровых военных, чрезвычайно актуальна и требует специальных психологических исследований. В фокусе этих исследований находятся психические процессы, свойства и состояния военнослужащих, их личностные диспозиции, установки, ценности и экзистенциальные смыслы. Кроме того психологические исследования направлены на диагностику уровня стрессоустойчивости и жизнестойкости, готовности к выполнению определенных задач в трудных и экстремальных условиях, предотвращение эмоционального выгорания, изучение совместимости и срабатываемости отдельных подразделений, формирование нравственных качеств военнослужащих, гармоничных межличностных отношений, умения принимать ответственные решения в нестандартных ситуациях. В целом, психологические исследования ориентированы на то, чтобы способствовать

эффективной и продуктивной военной деятельности, осуществляя психологическое сопровождение ее субъектов.

**Цель исследования:** выявление и анализ влияния личностных образований военнослужащих (временная перспектива, жизнестойкость) на специфику актуализированных функциональных состояний.

**Объект исследования:** личностные образования и функциональные состояния военнослужащих.

**Предмет исследования:** влияние личностных образований на функциональные состояния военнослужащих.

**Гипотеза исследования:** временная перспектива и жизнестойкость как личностные образования оказывают существенное влияние на актуализацию различных функциональных состояний (устомления, монотонии, пресыщения, стресса) и эмоционального выгорания военнослужащих срочной службы и офицеров в процессе выполнения ими профессиональной и срочной воинской деятельности.

Для достижения поставленной цели и проверки гипотезы определены следующие теоретические и эмпирические **задачи:**

1. Теоретические задачи:

- Рассмотреть и охарактеризовать функциональные состояния как интегральный комплекс наличных характеристик тех функций и качеств человека, которые прямо или косвенно обуславливают выполнение профессиональной деятельности;
- Провести теоретический анализ проблемы эмоционального выгорания как профессионально-обусловленной деструкции, вызванной длительными профессиональными стрессами средней интенсивности;
- Изучить временную перспективу и жизнестойкость как психологические образования, выступающие в качестве личностных ресурсов.

2. Эмпирические задачи:

- Определить уровневые характеристики показателей временной перспективы у военнослужащих срочной службы и офицеров;
- Провести сравнительный анализ первой и второй групп по факторам временной перспективы;
- Выявить общий уровень жизнестойкости и уровни выраженности компонентов жизнестойкости в исследуемых группах;
- Провести компаративный анализ характеристик жизнестойкости в двух группах военнослужащих;
- Провести диагностику эмоционального выгорания военнослужащих;
- Определить качество и степень выраженности функциональных состояний военнослужащих (утомление, монотония, пресыщение, стресс);
- Установить значимые связи между показателями личностных ресурсов военнослужащих (жизнестойкость, временная перспектива), актуализированными функциональными состояниями (утомление, монотония, пресыщение, стресс) и их последствиями (эмоциональное выгорание).

**Методы исследования:** использовался комплекс методик, включающий: тест жизнестойкости (Д.А. Леонтьев и Е.И.Расказова), опросник временной перспективы Ф. Зимбардо (ZTPI), опросник «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В.В. Бойко, опросник «Утомление – Монотония – Пресыщение – Стресс».

**Эмпирическая база исследования:** в исследовании принимали участие мужчины в возрасте от 18 до 40 лет, проходящие службу в военной части города Волгограда. Объем совокупной выборки исследования составил 60 человек.

## **ГЛАВА 1. Теоретическое исследование функциональных состояний и личностных ресурсов в психологии**

В параграфе 1.1. «Характеристика функциональных состояний человека» представлен теоретический обзор различных подходов к исследованию функциональных состояний и описаны их основные виды. Функциональное состояние понимается в контексте функций, выполняемых человеком в процессе трудовой деятельности. Функциональные состояния возникают в деятельности и оказывают влияние на характер ее протекания, эффективность и результативность, отражая эффективностную сторону деятельности или поведения человека, его возможности выполнять тот или иной вид профессиональной деятельности.

Основные виды функциональных состояний, которые рассматривались в данной работе: утомление, сопровождаемое снижением эффективности деятельности и представляющее собой весьма сложный и разнородный комплекс явлений; состояние монотонии, отрицательно действующее на работоспособность человека; состояние психического пресыщения, связанное с возникновением отвращения к выполняемой работе, и профессиональный стресс, который понимается как многообразный феномен, выражающийся в психических и физических реакциях на напряженные ситуации в трудовой деятельности человека.

В параграфе 1.2. «Эмоциональное выгорание как деструктивный процесс» проанализированы близкие, но не тождественные понятия «эмоциональное выгорание», «психическое выгорание», «профессиональное выгорание», рассмотрена структура эмоционального выгорания и стадии его развития: сначала наблюдаются значительные энергетические затраты, далее по мере развития синдрома появляется чувство усталости, которое постепенно начинает сменяться разочарованием и снижением интереса к работе; выделены три фактора, играющие существенную роль в эмоциональном выгорании: личностный, ролевой и организационный.

В параграфе 1.3. «Временная перспектива и жизнестойкость как личностные ресурсы» исследована психологическая (временная) перспектива в качестве когнитивной способности личности предвидеть будущее, прогнозировать его, представлять себя в будущем и выступать своеобразным личностным ресурсом. Под временной перспективой понимается последовательность событий с определенными интервалами между ними, представленная в сознании человека в некоторый конкретный момент времени. Временная перспектива включает в себя психологическое прошлое, настоящее и будущее, характеризуется протяженностью, насыщенностью, структурой и реалистичностью. Показано, что еще одним личностным ресурсом выступает жизнестойкость, под которой понимается система убеждений личности о себе, мире, отношениях с миром, позволяющая ей выдерживать и эффективно преодолевать стрессовые события, трансформируя изменения в возможности. Проанализирована структура жизнестойкости, состоящая из включенности, определяющей отношение личности к себе, окружающему миру и характеру взаимодействий с ним; контроля, мотивирующего личность к поиску активных способов преодоления последствий стрессовых изменений; принятие риска или «вызов», способствующие тому, что личность остается открытой миру и обществу и воспринимает трудную жизненную ситуацию как испытание.

## ГЛАВА 2. Эмпирическое исследование личностных ресурсов и функциональных состояний военнослужащих

### 2.1. «Цель, задачи и методы исследования»

Для решения поставленных задач были выбраны следующие методики:

1. Тест жизнестойкости (Д.А. Леонтьев и Е.И.Рассказова);
2. Опросник временной перспективы Ф. Зимбардо (ZTPI);
3. Опросник «Диагностика уровня эмоционального выгорания» В.В. Бойко;
4. Опросник «Утомление – Монотония – Пресыщение – Стресс».

В исследовании принимали участие 60 военнослужащих, из них 30 военнослужащих срочной службы в возрасте от 18 до 24 лет и 30 военнослужащих офицерского состава в возрасте от 23 до 40 лет.

### 2.2. Результаты исследования, их анализ и обсуждения

По результатам исследования набранное испытуемыми количество баллов дало возможность определить факторы временной перспективы. Выделено три уровня: низкий, средний и высокий. Распределение уровней временной перспективы представлено в таблице 2.2.1.

Таблица 2.2.1.

Уровневые характеристики показателей временной перспективы у  
военнослужащих срочной службы (n=30)

Название шкалы	Уровни проявления признака, %					
	Низкий		Средний		Высокий	
	Количество		Количество		Количество	
	Человек	%	Человек	%	Человек	%
Негативное отношение к прошлому	1	3	25	84	4	13
Гедонистическое отношение к настоящему	25	84	5	16	0	0
Будущее	16	54	13	43	1	3
Позитивное отношение к прошлому	12	40	18	60	0	0

Фаталистическое настоящее	1	3	16	54	13	43
---------------------------	---	---	----	----	----	----

Анализируя полученные результаты, можно заключить, что у военнослужащих срочной службы отсутствует статистически достоверная корреляционная связь между временной перспективой, жизнестойкостью и эмоциональным выгоранием; временной перспективой, жизнестойкостью и функциональными состояниями.

И в итоге, полученные и обработанные в ходе исследования результаты частично подтвердили первоначально выдвинутую гипотезу о том, что временная перспектива и жизнестойкость как личностные образования оказывают существенное влияние на актуализацию различных функциональных состояний (утомления, монотонии, пресыщения, стресса) и эмоционального выгорания военнослужащих срочной службы и офицеров в процессе выполнения ими профессиональной и срочной воинской деятельности, т. к. в результате проведенного корреляционного анализа у военнослужащих срочной службы статистически достоверная корреляционная связь отсутствует, а у офицеров – существует.

Таким образом, в результате проведенных исследований можно сделать выводы: офицеры более ориентированы на будущее, смотрят в него уверенно, целесообразно, и в настоящем они готовы пожертвовать наслаждением ради достижения карьерных целей. Так же у них более выраженной является установка на позитивное прошлое, что отражает теплое, сентиментальное отношение к своему прошлому. Для военнослужащих срочной службы, будущее менее определено, более тревожно, переоценка прошлого опыта играет не столь важную роль в жизни, как на следующих ее этапах.

Офицеры более жизнестойкие, занимают активную жизненную позицию, считают себя ответственными за события своей жизни и имеют установку на активное преодоление трудностей, в меньшей степени



отмечают у себя признаки стресса. Военнослужащие срочной службы менее жизнестойкие, в динамичной, быстро меняющейся обстановке чувствуют себя неуверенно, с трудом привыкают к переменам в жизни, к смене обстановки и образа жизни.

Также было выявлено, что у военнослужащих срочной службы и офицеров присутствует синдром «эмоционального выгорания».

У военнослужащих срочной службы при утомлении функциональное состояние организма, сопровождается чувством усталости, работоспособность их снижена, деятельность ухудшается. Офицерам чувство усталости не присуще при длительной и интенсивной нагрузке. Состояние монотонии солдаты-срочники переживают как необходимость выполнения скучной, однообразной работы, не имеющей, с их точки зрения особого смысла. Офицеры же даже если выполняют монотонную работу, то она у них имеет смысл, например, заработок. У военнослужащих срочной службы возникают стрессовые ситуации, свидетельствующие о том, что организм плохо устойчив к психическим функциям и физическим реакциям в трудовой деятельности. У офицеров же организм устойчив к отрицательным воздействиям на психические функции и нервные процессы в процессе их трудовой деятельности.

Выдвинутая нами гипотеза подтвердилась частично.

### **Заключение**

Проведенное исследование позволило выявить у офицеров существенное влияние личностных ресурсов, таких как жизнестойкость и временная перспектива на их функциональное состояние. Это объясняется тем, что офицеры, занимают активную жизненную позицию, считают себя ответственными за события своей жизни и жизни своих подчиненных, имеют установку на активное преодоление трудностей в условиях современной армии. При выполнении ими служебно-боевых задач, чувство усталости им редко бывает присуще. Офицеры в стрессовых ситуациях могут совладать с собой, при возникновении внештатных ситуаций, они более устойчивы, чем

военнослужащие срочной службы. Происходящие в современном мире военные конфликты и этнические столкновения, террористические атаки, напряженная геополитическая обстановка остро ставят проблемы, связанные с безопасностью отдельных государств и народов, населяющих их. Безопасность государства обеспечивает армия, и многие офицеры считают, что будущее в их профессиональной деятельности предопределено и на него невозможно повлиять собственными действиями, его невозможно контролировать, а настоящее следует переносить с покорностью и смирением.

У военнослужащих срочной службы не было выявлено влияние личностных ресурсов на их функциональное состояние. Следовательно, выдвинутая гипотеза подтвердилась частично.

В дальнейшем можно провести исследования, касающиеся связи между эмоциональным выгоранием и сроком службы в армии кадровых военнослужащих (офицеров), а также выявить влияние карьерного роста на их эмоциональное выгорание, расширив выборку исследования.