

Министерство образования и науки Российской Федерации

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра консультативной психологии

**ДИНАМИКА СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ
ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПОГРАНИЧНЫХ ОРГАНОВ В ПЕРИОД
ПРОХОЖДЕНИЯ СЛУЖБЫ**

АВТОРЕФЕРАТ

ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ МАГИСТРА

Студентки 3 курса 301 группы

направления 37.04.01 «Психология»

факультета психологии

наименование факультета

Малыгина Ивана Александровича

фамилия, имя, отчество

Научный руководитель

Доцент, к. филос.н.

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

С.В. Фролова

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой:

Доцент, д-р психол. наук

должность, уч. степень, уч. звание

подпись, дата

Т.В. Белых

инициалы, фамилия

Саратов 2018 г.

Общая характеристика работы

Реферируемая диссертация посвящена исследованию социально-психологической адаптации военнослужащих к условиям службы в ПС ФСБ РФ, которую автор исследования относит к категории *элитарная личность пограничника*. Проблематика работы связана с теми разделами теории пограничной науки, которые изучают с точки зрения психологических особенностей профессиональной деятельности.

Актуальность исследования:

Особый интерес к социально-психологической адаптации военнослужащих к условиям службы в ПС ФСБ РФ вытекает из того, что военнослужащие являются защитниками Отечества и уже по этой причине изучение социально-психологической адаптации является актуальным. Социально-психологическая адаптация важна для военнослужащих, выполняющих ту или иную военно-профессиональную деятельность, которая в современный период сопровождается динамизмом, быстрой сменой направлений. Пограничным органам необходимо противостоять интеллектуально и технически хорошо оснащенным группам, организациям и отдельным нарушителям государственной границы Российской Федерации.

Изучение социально-психологической адаптации военнослужащих к условиям службы в ПС ФСБ РФ представляется также важным и с теоретической точки зрения. Выяснение глубинных личностных механизмов их развития будет способствовать более полной социально-психологической адаптации. Особенно это касается определения роли психологических защит и механизмов организации совладающего поведения (копинг-стратегий) в процессе адаптации.

Историко-философский и историко-социальный анализ, проведенный автором данной работы, подтверждает справедливость вывода о том, что на рубеже XX и XXI веков произошла смена парадигмы восприятия границы, суть которой в переходе от линейного к пространственному видению

процессов, происходящих на государственной границе России. Это говорит о необходимости перераспределения внимания пограничной науки с границы (линии) на многомерную социальную категорию – пограничное пространство. Современная ПС ФСБ РФ нуждается в высококвалифицированных сотрудниках, так как на них возлагается защита государственных интересов и безопасности России. Главным условием для успешного прохождения службы в ПС ФСБ РФ является устойчивая адаптация военнослужащего к действию факторов военно-профессиональной деятельности.

Актуальность заявленной темы выпускной магистерской работы обусловлена необходимостью изучения проблем адаптации военнослужащих ПС ФСБ РФ в различных условиях с точки зрения психологических особенностей профессиональной деятельности, что позволит выделить ключевые направления возможности повышения эффективности деятельности военнослужащих при изменении привычных жизненных условий, а также выработке психологических защит.

Объект исследования: социально-психологическая адаптация военнослужащих пограничных органов.

Предмет исследования: динамика социально-психологической адаптации военнослужащих ПС ФСБ РФ в период прохождения службы.

Степень изученности проблемы: теоретической основой для диссертации послужили научные работы разных направлений, раскрывающие отдельные аспекты исследуемой темы, а также принцип системного подхода в психологии, принцип единства личности и деятельности, концепции отечественной психологии о психологической структуре личности, психологические подходы к проблеме деятельности человека в экстремальных условиях.

Нормативную базу настоящего исследования составляют Федеральные Законы «О Федеральной службе безопасности», «О государственной границе

Российской Федерации», а также другие правовые акты Российской Федерации, приказы и подзаконные нормативные акты ФСБ России.

Цель исследования: изучение особенностей социально-психологической адаптации военнослужащих в период прохождения службы в пограничных органах.

Задачи исследования:

1. Раскрыть профессионально значимые социально-психологические особенности деятельности и личности военнослужащего ПС ФСБ РФ.

2. Выявить психологические требования к деятельности военнослужащего ПС ФСБ РФ в рамках различных форм военно-профессиональной деятельности.

3. Рассмотреть профессиограмму личности военнослужащего ПС ФСБ РФ.

4. Представить характеристику способов снятия психоэмоционального напряжения, таких, как психологическая защита и копинговые стратегии.

5. Эмпирически исследовать эффективность применения способов саморегуляции в профессиональной деятельности военнослужащего (на примере исследования сотрудников пограничных отрядов).

Замысел данного магистерского исследования базируется на основной и частных гипотезах.

Основная гипотеза исследования: Показатели социально-психологической адаптации военнослужащих пограничных органов претерпевают значительные изменения в период прохождения службы в ПС ФСБ РФ.

Частные гипотезы исследования:

Гипотеза 1. В период прохождения службы уровень социально-психологической адаптации военнослужащих пограничных органов достоверно возрастает.

Гипотеза 2. В ходе прохождения службы у военнослужащих пограничных органов возрастают показатели нервно-психической устойчивости, коммуникативных способностей, моральной нормативности.

Гипотеза 3. Завершающий этап прохождения службы военнослужащими пограничных органов характеризуется снижением показателей суицидального риска, уменьшением экстрапунитивных реакций и фиксации на самозащите во фрустрирующих ситуациях.

Проблема средовой адаптации исследовалась многими учеными на всем протяжении существования психологической науки. Опорой для исследователей являются классические труды З. Фрейда, А. Адлера, Р. Райха, А. Маслоу, Э. Фромма, Э. Берна.

Современное представление об адаптации личности основывается на работах И.П. Павлова, И.М. Сеченова, П.К. Анохина, Г. Селье и др. Также проблемы адаптации личности исследовались в работах Б.Н. Ананьева, Н.Б. Блинова, М. Вебера, В.А. Ядова.

В современном периоде военнослужащие ПС ФСБ РФ призываются на военную службу по контракту. По нашему мнению социально-психологические технологии, которые использовались в работе с военнослужащими, проходящими службу по призыву, не подходят для работы с военнослужащими по контракту. К примеру, прапорщик ПС ФСБ РФ уже обладает в новых условиях определенной компетентностью, квалификацией и мотивацией, поэтому необходимы более эффективные исследования, направленные на углубленный анализ адаптации к условиям военно-профессиональной деятельности. В статье «Психосоматические аспекты адаптации военнослужащих к условиям военно-профессиональной деятельности» Коршевер Н.Г., Дорфман Ю.Р., Ситмбетов Д.А. дали оценку адаптации военнослужащих, проходящих военную службу по контракту, провели комплексное изучение процесса в динамике военно-профессиональной деятельности. И.В. Соловьев осуществил исследование психологической адаптации военнослужащих к служебно-боевой

деятельности в условиях вооруженного конфликта. Н.Н. Белозерова изучала процесс психологической адаптации военнослужащих к службе (психологическая и психофизическая готовность). В современной военной педагогике наиболее полно вопрос адаптации рассматривается в трудах А.Г. Маклакова, А.А. Александрова, А.В. Барабанщикова, Ж.Г. Сенокосова, В.Я. Слепова и других известных ученых.

В современном периоде уже имеется многообразие исследований по проблеме процесса адаптации военнослужащих, однако единой концепции социально-психологической технологии, направленной на эффективность процесса адаптации военнослужащих-прапорщиков ПС ФСБ РФ к условиям военно-профессиональной деятельности нет. Все вышесказанное определило проблему данного исследования.

Теоретическая значимость исследования заключается в обосновании зависимости успешности адаптации военнослужащих-прапорщиков к военно-профессиональной деятельности в ПС ФСБ РФ от социально-психологических характеристик их личности.

В практическом плане - значимость исследования заключается в обосновании программы социально-психологической поддержки для обеспечения успешной адаптации военнослужащих-прапорщиков к военно-профессиональной деятельности в ПС ФСБ РФ.

Теоретико-методологическую основу работы составили труды отечественных военных психологов и специалистов по психологии труда.

Характеристика эмпирической базы - исследование проводится на базе ПО ФСБ России в г. Дербент, п. Ахты и п. Хунзах. В исследовании приняли участие 71 человек мужского пола в возрасте до 25 лет. Участники экспериментального исследования характеризуются принадлежностью к определённому виду профессиональной деятельности на конкретных штатных воинских должностях прапорщиков ПС ФСБ РФ.

Практическая значимость исследования обусловлена тем, что его результаты могут быть использованы в деятельности офицеров

воспитательных структур при оказании первой и профессиональной психологической помощи военнослужащим, получившим психические травмы различной степени тяжести.

Методы и конкретные методики исследования:

1 Теоретический анализ и интерпретация исследований по проблеме социально-психологической адаптации военнослужащих.

2 В эмпирическом исследовании использовалась совокупность методов, направленных на решение поставленных задач: наблюдение, индивидуальная и групповая беседы, метод экспертных оценок.

В качестве диагностических методик использовались: стандартизированный метод исследования личности СМЛ, методика «Адаптивность» (МЛО), фрустрационно - рисуночный тест С. Розенцвейга. Для обработки и интерпретации результатов исследования применялись методы математической статистики.

Положения и выводы настоящего исследования используются в работе воспитательного отдела Службы в г. Дербент.

Полученные в работе результаты могут быть использованы при разработке спецкурсов по юридической психологии и психологии экстремальных состояний, а также в практической работе психологов, занимающихся проблемами профессионального отбора.

Апробация результатов работы. Материалы диссертации были представлены докладами в Службах в г. Дербент, п. Ахты и п. Хунзах, Кропоткинской школе прапорщиков, в Пограничном управлении Федеральной службы безопасности Российской Федерации по Республике Дагестан.

Объем и структура магистерской работы. Магистерская диссертация представляет собой выпускную квалификационную работу учебно-исследовательского содержания, которая имеет внутреннее единство и отражает ход и результаты разработки выбранной темы «Динамика

социально-психологической адаптации военнослужащих пограничных органов в период прохождения службы».

Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных литературных и нормативно-правовых источников, включающих 108 источников, из них 10 на иностранных языках.

Объем основного текста, включая список использованной литературы и приложений составляет 152 страницы.

Содержание исследования

Во введении обосновывается выбор темы и актуальность проблемы исследования, формулируются цель и задачи диссертации, описываются методы анализа, формулируются положения, выносимые на защиту, определяется его научная новизна, теоретическая значимость и практическая ценность.

В первой главе «Теоретико-методологические основания исследования особенностей социально-психологической адаптации военнослужащих пограничных органов» исследованы психологические требования к деятельности военнослужащего в рамках различных форм профессиональной деятельности. Целью данного раздела диссертации является литературный обзор наиболее важных и актуальных проблем социально-психологической адаптации личности сотрудников Пограничной службы Федеральной службы безопасности Российской Федерации под влиянием различных факторов военно-профессиональной деятельности.

По результатам изучения литературных источников выявлено, что Пограничная служба Федеральной службы безопасности Российской Федерации (далее ПС ФСБ РФ) - формирование специального назначения ФСБ России, основной задачей которого является защита, охрана и оборона сухопутных и водных рубежей, а также исключительной экономической зоны Российской Федерации. К служению в Пограничной службе всегда формировалось особое отношение. Можно с уверенностью утверждать, что во все времена в России охрану границы доверяли думающим,

профессионально подготовленным людям, воспитанным в духе государственного служения и ставившим на первое место интересы безопасности державы.

Военнослужащие срочной службы в ПС ФСБ РФ (пограничных войск с середины девяностых годов не существует) в настоящее время не призываются. В ПС ФСБ РФ сформированы высокоорганизованные, сплоченные коллективы. Конечно, формирование осуществлялось с учетом характера военно-профессиональной деятельности сотрудников, их индивидуальных психологических и социально-психологических особенностей. Углубление знаний вхождения военнослужащих контрактников в социальную среду ПС ФСБ РФ обеспечивают изменения психологических требований к деятельности военнослужащего в рамках различных форм профессиональной деятельности, определения их причинной структуры и разработка подходов к их превенции у лиц, в начале и при окончании военной службы в ПС ФСБ РФ. Систематически возникает практическая потребность усиления работы по социально-психологической адаптации военнослужащих ПС ФСБ РФ. И начинается социально-психологическая адаптация с комплектования ПС ФСБ России личным составом. Комплектование ПС ФСБ РФ происходит профессионалами на контрактной основе и преимущественно офицерами и прапорщиками. Военная служба по контракту – это не просто работа. Это возможность осознанно и профессионально выполнить свою конституционную обязанность и долг по защите Отечества. И в этом её главное отличие от военной службы: военнослужащий по контракту – это добровольный защитник Родины!

Актуальность раздела 1.2. «Профессиограмма личности военнослужащего» была продиктована необходимостью психологического профессиографического анализа различных направлений деятельности сотрудников пограничных органов. По нашему мнению и с учетом приобретенного опыта службы в ПС ФСБ РФ, необходимо постоянно

позиционировать высокие требования к уровню подготовки и квалификации профессиональных кадров-пограничников. Изучение специальной литературы помогло нам правильно определить направления комплектования пограничных органов кадровым составом.

По нашему мнению, интенсификация труда сотрудников пограничных органов, безусловно, в дальнейшем может сказаться на эффективности показателей ПС ФСБ РФ. Поэтому данная проблема может быть рассмотрена в психологии труда сотрудников пограничных органов более обширно. При этом профессиографическое исследование каждого направления деятельности поможет практическим психологам определить методы коррекции и развития личностных качеств сотрудников пограничных органов для их соответствия требованиям профессии.

Однако, сформировалось мнение, что большинство контрактников направляемых в ПС ФСБ РФ не соответствуют высоким критериям физического, психического и социального развития, позволяющих безболезненно адаптироваться к новым условиям службы в ПС ФСБ РФ. С нашей точки зрения, наиболее важный и сложный этап в их службе – это прибытие к новому месту службы. Именно от того, как пройдет их адаптация в подразделении ПС ФСБ РФ во многом зависит качество дальнейшей службы пограничников.

Основой в научной организации военно-профессиональной ориентации является профессиография. По нашим наблюдениям, в последние годы наблюдается занижение практической значимости профессиографического метода. Одновременно, многие исследователи согласны, что информационные знания извлекаемые из этого метода позволяет составить структурно-содержательную и функциональную характеристику любой профессии в ПС ФСБ РФ.

На современном этапе, под воздействием целого ряда как объективных, так и субъективных факторов возникла необходимость осуществить уточнения и дополнения системы военного профессионально-

психологического отбора. К объективным причинам можно отнести непрерывную борьбу пограничников с незаконной миграцией, контрабандной, иной противоправной деятельностью. Пограничные органы противостоят увеличению масштабов браконьерства, охраняют морские биоресурсы Российской Федерации. К субъективным же причинам можно отнести низкий уровень психологической готовности сотрудников ПС ФСБ РФ исполнять свои профессиональные обязанности.

По нашему мнению, все перечисленные характеристики определялись авторами в контексте «логически и рационально обусловленной психологической готовности личности к профессиональной деятельности, оставляя за пределами проблемы так называемые бессознательные психологические структуры. Кроме того, по нашему мнению, для ПС ФСБ РФ показатель психологической готовности сотрудников пограничных органов не всегда учитывает их внутренний настрой на успех служебной деятельности в пограничных органах.

Под моделью готовности пограничника к профессиональной деятельности автор данной работы понимает основанную на нормативно-одобренном способе ее выполнения многокомпонентную характеристику личности идеального специалиста, включающую в себя профессионально необходимые качества и свойства. Модель готовности данного специалиста мы воспринимаем как основной компонент его профессиограммы.

Деятельность военного специалиста в ПС ФСБ РФ может быть описана по одной из моделей: теоретической, нормативной, экспертивной и эмпирической. Основой оптимальной модели являются вышеперечисленные модели, так как обобщенная модель состоит из нормативного описания профессии, а также содержит экспертивную и эмпирическую части. По нашему мнению, обобщенную модель можно назвать компетентной. Целью компетентностного подхода в подготовки сотрудников пограничных органов является не преподнесение им теоретических знаний как таковых, а формирование системы профессиональных умений, навыков, которые

обеспечат успешное осуществление и реализацию профессиональных функций, а именно: развивающей, воспитывающей, коммуникативной, гностической, конструктивно-планирующей, организаторской и т.д.

Автором данной работы компетенция трактуется как система ценностей и личностных качеств, знаний, умений, навыков и способностей человека, обеспечивающая его готовность к компетентному выполнению профессиональной деятельности. Соответственно, компетентность – это реализованная на практике компетенция.

По нашему мнению, использование компетентного подхода в профессиографии может быть одним из главных путей повышения качества профессиональной подготовки сотрудников пограничных органов, а также являться ключевой методологии по модернизации профессиографии.

Следовательно, актуальной становится задача разработки профессиограмма в виде компетентностной модели конкретной профессии сотрудников пограничных органов, которая должна не просто включать перечень формулировок компетенций, а конкретизировать компетенции через необходимые знания и умения, а также задавать «иерархию» компетенций, определяя тем самым степень их важности для военно-профессиональной деятельности. Компетентностная модель профессиограммы – это образец системы профессиональных компетенций, обеспечивающих единство теоретической и практической готовности сотрудников пограничных органов к осуществлению профессиональной деятельности.

Обобщенный профиль «идеального» командира для ПС ФСБ РФ может выглядеть следующим образом:

- обладание высоким уровнем интеллектуальных и коммуникативных способностей, умением управлять самим собой и процессом общения и эмоционально-психической устойчивостью;
- наличие творческих способностей;
- уровень агрессивности и эмпатии ниже среднего;

- низкий уровень ригидности мышления.

Подводя краткий итог, несмотря на наличие большого количества научных работ, посвященных профессиографическим исследованиям, проблема особенностей служебной деятельности сотрудников пограничных органов изучена незначительно, и работ, посвященных этой теме, крайне мало.

Профессиограммы в ПС ФСБ РФ разрабатываются для использования в различных целях:

1. Для профессиональной ориентации и профконсультации пограничников.
2. Для профессионального психологического отбора.
3. Для военно-профессиональной подготовки как неотъемлемой части модели подготовки специалиста.
4. Для оптимизации условий и режима воинской деятельности в ПС ФСБ РФ.

Актуальность раздела 1.3. «Психологическая защита и копинговые стратегии как способы саморегуляции психоэмоционального напряжения при адаптации к новым жизненным условиям» заключается в изложенной методологии обеспечения психологической безопасности в ПС ФСБ РФ, охрана и поддержание психического здоровья сотрудников пограничных органов.

В данном разделе рассмотрено психологическое содержание защитных механизмов личности.

1. Отрицание (пренебрежение травмирующими мыслями, чувствами, желаниями, потребностями или реальностями).
2. Вытеснение или подавление (блокировка негативных, неприятных эмоций посредством забывания).
3. Регрессия (при угрозе стресса осуществляется условный переход на более раннюю стадию развития).
4. Компенсация (бессознательная попытка устранения чувства неполноценности, потерь, унижения и т. д.).

5. Проекция (проецирование собственных негативных качеств, мыслей и переживаний на других людей и на их фоне формировать более уважаемым).

6. Перенос (трансфер) (снятие напряжения вследствие переноса агрессии с источника гнева, на другой объект или на самого себя).

7. Интеллектуализация (включение интеллектуальных ресурсов в целях устранения эмоциональных переживаний и чувств, успокаивание известными выражениями типа: «нет худа без добра», «если к другому уходит невеста, то неизвестно, кому повезло» и т. д.).

8. Реактивное образование (обратное чувство) – предлагается вести себя не как обычно, а противоположным образом.

Современная психология признает здоровую адаптивную функцию защитных механизмов в качестве адаптивных проявлений и одновременно позволит лучше понять, в какой помощи нуждается человек, и в какой форме она должна быть оказана.

Полученные в нашем теоретическом исследовании результаты позволяют нам утверждать, что:

1. Психологические защиты и копинг-стратегии рассматриваются как важнейшие формы адаптационных процессов реагирования индивидов на стрессовые ситуации.

2. Копинг-поведение, это поведенческие стили, направленные на преодоление стрессовых состояний. Влияние стресса проявляется на уровне поведения, эмоций, когнитивной (познавательной) сферы.

3. Копинг-поведение, это стратегии действий, предпринимаемые военнослужащим в ситуациях психологической угрозы физическому, личностному и социальному благополучию, осуществляемые в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах функционирования личности и ведущие к успешной или менее успешной адаптации.

4. Психологическая защита – неосознаваемый психический механизм, направленный на минимизацию отрицательных переживаний человека,

регулирующий поведение человека, повышая его приспособляемость и уравнивая психику. С другой стороны, он часто выступает как преграда.

5. Стресс-преодолевающее поведение сотрудников пограничного отряда является одним из важных психологических факторов обеспечения надежности, эффективности и успеха профессиональной деятельности в экстремальных условиях, как индивидуальной, так и совместной.

6. Ослабление психического дискомфорта осуществляется в рамках неосознанной деятельности психики с помощью механизма психологических защит и копинг-стратегий.

Актуальность раздела 1.4. «Способы саморегуляции в профессиональной деятельности военнослужащих» заключается в исследованиях сотрудников пограничных органов в их умении управлять своим состоянием в процессе освоения большого количества профессионально значимой информации, а также коммуникативных перегрузок из-за необходимости межличностного общения при большом числе конфликтных и стрессовых ситуаций.

По нашему мнению, именно психологическая (психическая) саморегуляция становится средством управления состояниями сотрудников пограничных органов, а для определения профпригодности сотрудников пограничных органов и степени профессионализации необходимо определить их способность владения средствами саморегуляции.

Анализ использования методик психической саморегуляции в службах в г. Дербент, п. Ахты и п. Хунзах доказал, что сотрудники пограничных органов, чья профессиональная деятельность проходит в условиях эмоционального напряжения, что ПСР позволяют «редуцировать тревогу, страх, раздражительность, конфликтность, активизировать память и мышление, нормализовать сон и вегетативные дисфункции, увеличить эффективность профессиональной деятельности, обучить приемам самостоятельного формирования позитивных психоэмоциональных состояний».

Центральное место среди профилактических и психо-коррекционных средств активного воздействия в Службах в г. Дербент, п. Ахты и п. Хунзах занимают группа методов ПСР, объединенных названием «психологическая саморегуляция». В нашей практике, под методами «психологической саморегуляции» мы понимаем целенаправленной регуляции всесторонней деятельности организма, его процессов, реакций и состояний с помощью психического самовоздействия. Конечно, методы «психической саморегуляции» имеют существенные различия. Но, по нашему мнению, методы основаны на «оперировании образами, вторичными образами, представлениями и другими структурными единицами». В нашем исследовании, методы «психической саморегуляции» представлены как способы и приемы непосредственного и опосредованного самовоздействия личности на психику и самоизменения психических процессов, свойств и состояний с целью их нормализации. Под методом формирования психической саморегуляции мы вслед за многими учеными будем понимать «комплекс методов формирования способности человека к произвольной психической саморегуляции, управлению своим психическим состоянием».

По нашему мнению, использование методов саморегуляции сотрудниками пограничных органов в Дербентском Пограничном отряде позволило им целенаправленно формировать целесообразный уровень рабочей активности, а так же изменять собственное настроение и самочувствие. Нами отмечено, что у них повысилась эффективность использования для отдыха свободных минут, а также наблюдается более глубокий и длительный ночной сон. Приобретенный опыт позволяет отметить, что благодаря методам саморегуляции происходит не прямое воздействие на психическую сферу, а косвенное, способствующее нормализации протекания психических процессов. Сознательное самовоздействие повышает активность и регулирование сотрудниками своих действий в изменяющейся ситуации пограничной ситуации.

В практической работе с сотрудниками пограничных отрядов используется многообразие методов психической саморегуляции. Подробное описание данных методов приводится в специализированной литературе, в данном разделе мы ограничимся указанием основных используемых в Службах в г. Дербент, п. Ахты и п. Хунзах групп методов саморегуляции. По нашему мнению, все методы саморегуляции необходимо разделить:

- на способные тонизировать и мобилизовать;
- на формирующие релаксацию и успокоение;
- на осознанные и неосознанные;
- на интеллектуализированные и направленные на изменение внутреннего мира пограничника;
- направленные на общение;
- на методы управления психическим состоянием: аутогенная тренировка, идеомоторная тренировка, сенсорная репродукция и т.п.;
- на методы управления психическим состоянием в обыденных ситуациях пограничной службы.

Практика использования различных способов саморегуляции психических состояний в профессиональной деятельности сотрудников пограничного отряда позволил нам подтвердить возможность использования одних и тех же способов как для регуляции положительных, так и отрицательных состояний.

По нашему мнению, общими, для сотрудников пограничного отряда, способами саморегуляции являются:

- общение;
- регуляция функции внимания (отключение-переключение);
- самоприказы, самоконтроль;
- интеллектуальные способы (логический анализ событий, самоанализ, размышления-рассуждения и др.).

В службах в г. Дербент, п. Ахты и п. Хунзах используются также действенные методы психогигиенические и психопрофилактические средства стресса:

1. Релаксационные техники:

- визуализация пространственно-временных событий предполагает работу по самовнушению и самосовершенствованию с целью чувствовать себя совершенно расслабленными и спокойными;
- трансцендентальная медитация, ориентированная на проникновение на самый глубокий уровень души, в океан чистого сознания, ключ к счастью, миру, любви, гармонии;
- самоустранение военнослужащего от стресса;
- техника усиления военнослужащим собственного “Я”.

2. Психопрофилактические техники и методы, которые учат достигать хорошего самочувствия, вызывая позитивные состояния. Занятия йогой и медитацией тоже можно отнести к этому разряду.

3. Техники анализ, способные понять то, что происходит с военнослужащими, обнаружение у них динамических факторов, которые ответственны за определенные стереотипы поведения.

4. Гештальт-терапия - это направление психотерапии способствующего расширению осознания военнослужащим лучшего понимания и принятия им себя, формирование повышенной внутриличностной целостности и осмысленности жизни, улучшение контакта с внешним миром, в том числе с окружающими сослуживцами. Может оказаться полезной в приобретении новых поведенческих навыков.

Психокоррекция может осуществляться как индивидуально, так и в группе. По нашему мнению, использования каждого типа направлено на решение конкретных целей.

Трудная адаптация к военной службе в ПС ФСБ РФ ещё не означает плохого прохождения её в дальнейшем. При своевременном и качественном

проведении психопрофилактических мероприятий удаётся купировать адаптационные реакции у большинства военнослужащих.

Дальнейшее наше исследование, направленно на изучение проблемы социально-психологической адаптации сотрудников пограничных органов ПС ФСБ РФ и может стать полезным инструментом в мониторинге и анализе различных вопросов профессиональной деятельности сотрудников ПС ФСБ РФ, нахождении проблемных зон, требующих соответствующей коррекции.

Во второй главе на основе имеющихся представлений о копинг-поведении сотрудников пограничных органов, нами были сформированы цели и задачи собственного эмпирического исследования, ориентированного на установление взаимосвязи копинг-стратегий и стилевых особенностей саморегуляции как личностного копинг-ресурса.

Цель исследования: изучение особенностей социально-психологической адаптации военнослужащих в период прохождения службы в пограничных органах.

Задача данного эмпирического исследования – выявить отличия одного военнослужащего от другого, одной выборки от другой. В данном исследовании не осуществлялась сортировка военнослужащих на «годных» и «негодных», нами предпринималась попытка помочь каждому пограничнику определиться на период службы, найти то место, где его индивидуальность и его способности будут оптимально реализованы. Методом решения этой задачи является сбор эмпирических данных в начале службы и на завершающем сроке службы, а затем сравнение полученных показателей. Сравнение позволяет сделать вывод о сходстве или различии выборок. Для сравнения выборок используются статистические критерии, позволяющие получить вывод о статистической значимости различия выборок. Вывод имеет вероятностный характер.

Статистическую гипотезу представили в двух частях.

H_0 - нулевая гипотеза, это гипотеза о сходстве, об отсутствии значимых различий между исследуемыми признаками. Исходит из предположения о том, что $X_1 - X_2 = 0$, где X_1 и X_2 – сопоставляемые значения признаков.

H_1 - экспериментальная гипотеза, это гипотеза о наличии различий. Исходит из предположения о том, что $X_1 - X_2 \neq 0$, где X_1 и X_2 – сопоставляемые значения признаков. Это то, что мы хотим доказать.

Для подтверждения или опровержения гипотезы необходимо было решить ряд задач:

1) Экспериментально изучить особенности адаптации сотрудников пограничных отрядов в начале службы;

2) Экспериментально изучить особенности адаптации сотрудников пограничных служб через год службы;

3) Проанализировать результаты исследования и статистически обработать полученные данные с помощью методов математической статистики.

4) Разработать рекомендации для офицеров по воспитательной работе и командиров подразделений по успешной адаптации сотрудников пограничных органов;

Используемые методы исследования: анализ обзорно-теоретической и обобщение социально-психологической литературы по изучаемой проблеме. Используемые эмпирические методы: наблюдение, тестирование, индивидуальная и групповая беседа.

В представленной работе проводилось исследование проблемы социально-психологической адаптации сотрудников пограничных органов.

Исследование проводилось в службах в г. Дербент, п. Ахты и п. Хунзах. В исследовании приняли участие 71 человек мужского пола в возрасте до 25 лет. Участники экспериментального исследования характеризуются принадлежностью к определённому виду профессиональной деятельности на конкретных штатных воинских должностях прапорщиков ПС ФСБ РФ.

Выборка сотрудников пограничных органов удовлетворяет условиям:

а) является репрезентативной, то есть отражает все свойства генеральной совокупности;

б) является однородной, то есть включает респондентов, которые подходят к цели исследования.

Отношение испытуемых к исследованию адекватное. Перед процедурой испытуемым предоставлялся раздаточный материал и письменная инструкция. Тестирование проводилось в групповой форме.

Исследование проводилось в три этапа:

1. Изучение особенностей социально-психологической адаптации сотрудников Служб в г. Дербент, п. Ахты и п. Хунзах в начале службы (апрель 2015 года).

2. Повторное исследование особенностей социально-психологической адаптации сотрудников Служб в г. Дербент, п. Ахты и п. Хунзах через год службы (март 2016 года).

3. Составление рекомендации офицерам по воспитательной работе и командирам подразделений по обеспечению успешной адаптации сотрудников пограничных отрядов.

Методология исследования включала проведение психодиагностики с помощью следующих эмпирических методов: наблюдение, психологическое тестирование, беседа. Все перечисленные эмпирические методы использовались как в индивидуальной, так и групповой форме.

К широко доступным и повсеместно используемым психологическим тестам в пограничных войсках относят разносторонние анкетные методы: ММРІ ІІ, Калифорнийскую методику СРІ, Фрайбургский опросник FPI, социальный опросник ДМО Лири.

Такого типа психологические тесты позволяют осуществить мгновенную интерпретацию сразу группы психологических компонентов отвечающего. Есть и узконаправленные психологические тесты позволяющие проводить оценку выделенных психологических компонентов, например: методика Рокича-Шварца, анкета Дж.Голланда, анкета Б.Баса, опросник Кеттела, КОТ

и др.

Для изучения и выявления факторов социально-психологической адаптации были подобраны следующие психодиагностические методики:

1. *Стандартизированный многофакторный метод исследования личности* СМИЛ;

Прекрасным дополнением к тесту СМИЛ, в основном раскрывающим внутреннюю картину индивидуального «Я», являются:

2. многоуровневый личностный опросник «Адаптивность-200» (МЛО). МЛО «Адаптивность-200» является официальной психодиагностической методикой, рекомендованной к использованию в процедурах психодиагностических обследований руководящими документами МО РФ. МЛО «Адаптивность-200» используется для решения задач определения уровня устойчивости к боевому стрессу;

3. Тест С. Розенцвейга - методика фрустрационной толерантности.

Обработка результатов тестирования состояла из двух последовательных этапов:

1 Качественная обработка, или кодирование ответов, в процессе которой осуществляется перевод речевых высказываний испытуемого в систему символов, характеризующих тип и направление фрустрационных реакций.

2 Количественная обработка, или подсчёт процентного распределения реакций по каждому направлению и по каждому типу, определение индивидуального «профиля», отражающего особенности поведения человека в ситуациях фрустрации.

Выделенные в результате факторизации факторы представляют собой совокупность тех признаков из числа включенных в анализ, которые имеют значимые нагрузки. В результате в обеих группах было получено по 29 факторов.

Результаты исследования военнослужащих в начале службы и на завершающем сроке службы с помощью методики СМИЛ представлены на рис.

Относительный показатель уровня адаптации у военнослужащих в начале службы и на завершающем этапе

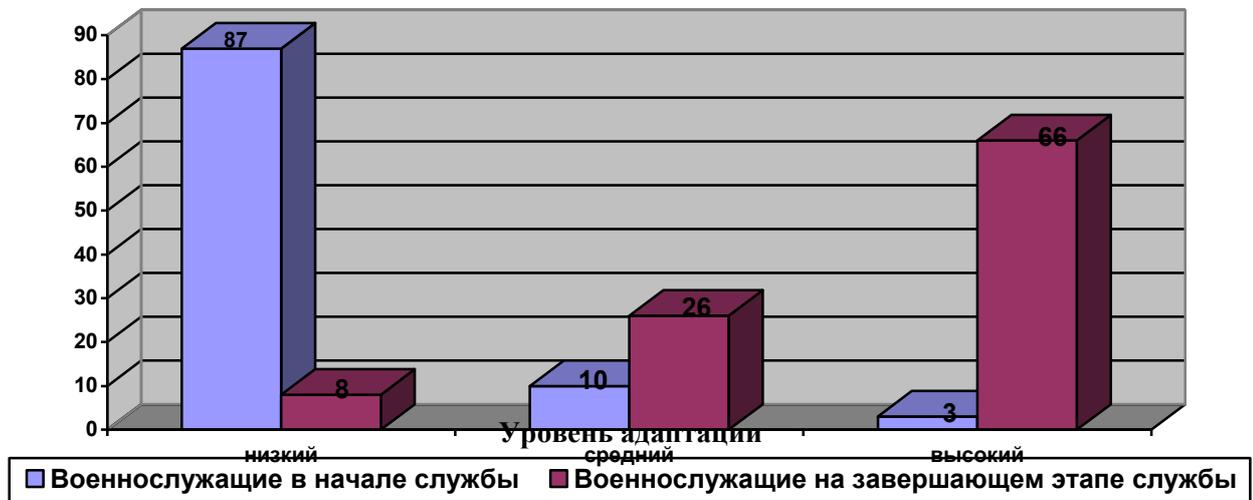


Рис.7 – Сравнение частоты встречаемости уровней адаптации военнослужащих в начале службы и на завершающем сроке службы по методике СМИЛ.

По методике СМИЛ в начале службы было выявлено, что процессы дезадаптации наблюдались у 62 пограничников, что составляет 87% от общего количества военнослужащих. Средний уровень адаптации (несколько завышенный уровень по шкалам методики) наблюдался у 7 военнослужащих (3%), высокий уровень адаптации (все показатели по шкалам в норме) был выявлен лишь у 2 военнослужащих (3%);

Данные, полученные с помощью СМИЛ, были использованы для получения ее суммарных профилей, характеризующих военнослужащих.

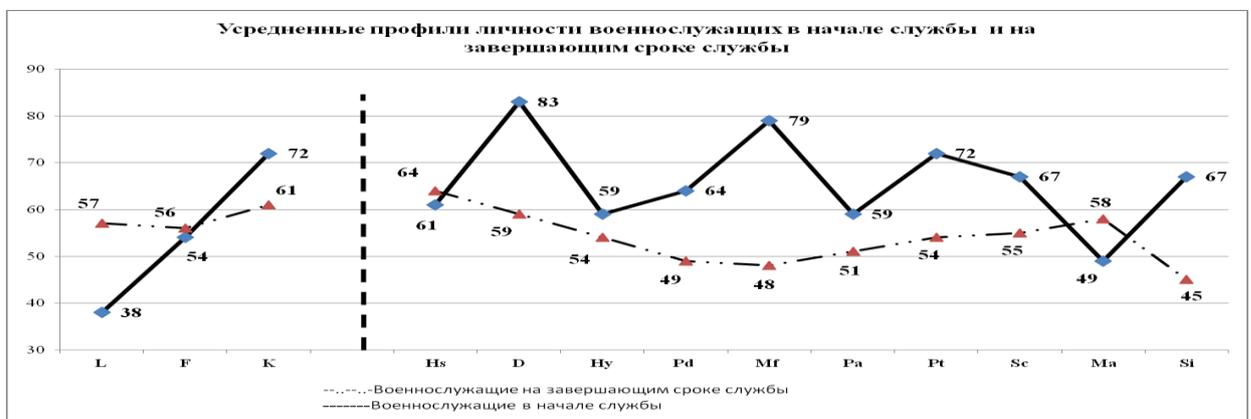


Рис. - Усредненные профили личности военнослужащих в начале службы и на завершающем сроке службы.

В результате исследования военнослужащих после года службы в воинской части по методике СМИЛ было выявлено, что высокий уровень адаптации наблюдался у 47 военнослужащих (66%), средний уровень адаптации был выявлен у 18 военнослужащего (25%), низкий уровень адаптации у 6 военнослужащих (8%).

У большинства военнослужащих в начале службы и после года службы показатели СМИЛ в пределах нормы.

С помощью методики «Адаптивность-200» мы определили уровень адаптации военнослужащих в начале службы и на завершающем сроке службы.

Результаты исследования военнослужащих в начале службы и на завершающем сроке службы с помощью методики «Адаптивность-200» представлены на рис.

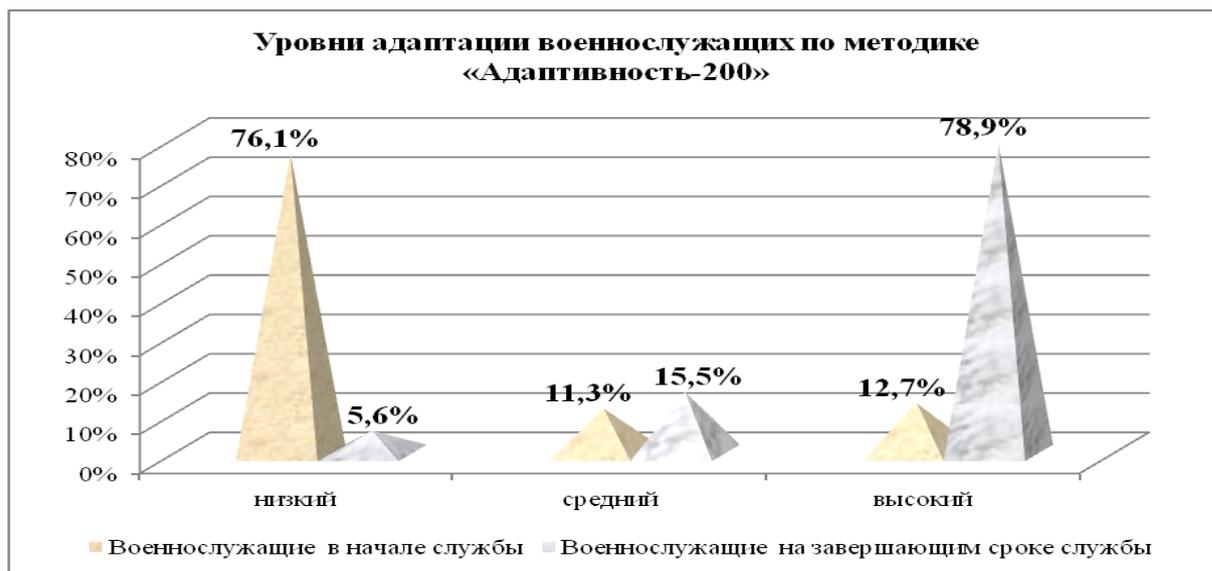
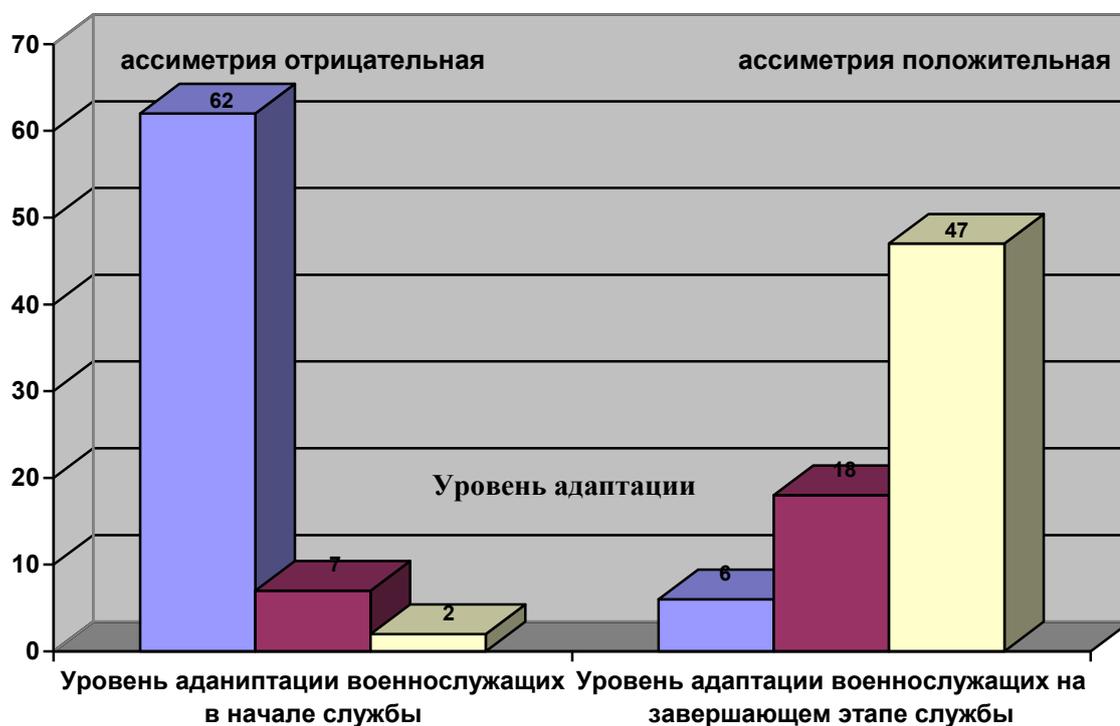


Рис. – Уровни адаптации военнослужащих по методике «Адаптивность-200»

С помощью методики «Адаптивность-200» (МЛО) было выявлено, что Военнослужащие пограничного отряда ПС ФСБ РФ в начале службы низкий уровень адаптации продемонстрировали 54 военнослужащих (76,1%); средний уровень адаптации – 8 военнослужащих (11,3%); высокий уровень адаптированности показали – 9 военнослужащих (12,7%).

С помощью методики СМИЛ мы определили уровни адаптации военнослужащих в начале службы и на завершающем сроке службы.

Асимметричность распределения уровня адаптации военнослужащих



Видно, что за время службы уровень адаптации сместился в положительную высокую область.

По методике СМИЛ в начале службы было выявлено, что процессы дезадаптации наблюдались у 62 пограничников, что составляет 87% от общего количества военнослужащих. Средний уровень адаптации (несколько завышенный уровень по шкалам методики) наблюдался у 7 военнослужащих (3%), высокий уровень адаптации (все показатели по шкалам в норме) был выявлен лишь у 2 военнослужащих (3%);

Данные, полученные с помощью СМИЛ, были использованы для получения ее суммарных профилей, характеризующих военнослужащих.

С помощью методики «Адаптивность-200» (МЛО) было выявлено, что Военнослужащие пограничного отряда ПС ФСБ РФ в начале службы низкий уровень адаптации продемонстрировали 54 военнослужащих (76,1%); средний уровень адаптации – 8 военнослужащих (11,3%); высокий уровень адаптированности показали – 9 военнослужащих (12,7%).

При обследовании данной методикой по прибытию военнослужащих в воинскую часть большинство военнослужащих, а это 76,1% по шкале адаптивные способности (АС) имели низкие показатели, что говорит о явных признаках акцентуации характера и некоторым признакам психопатий, а психическое состояние можно охарактеризовать как пограничное. При высоких физических и психических нагрузках возможны нервно-психические срывы.

С помощью методики фрустрационн - рисуночный тест Розенцвейга мы определили уровень адаптации военнослужащих в начале службы и через год службы.

Важной характеристикой, имеющей непосредственное отношение к проблеме адаптации, является «фрустрационная толерантность». Фрустрация - один из видов психических состояний, выражающихся в характерных особенностях переживания и поведения, вызываемых объективно непреодолимыми (или субъективно так понимаемыми) трудностями, возникающими на пути к достижению цели или решению задачи. Под фрустрационной толерантностью понимается способность военнослужащего противостоять разного рода жизненным трудностям без утраты своей психологической адаптации.

Результаты исследования военнослужащих в начале службы и на завершающем сроке службы по методике фрустрационно - рисуночный тест Розенцвейга представлены на рис.

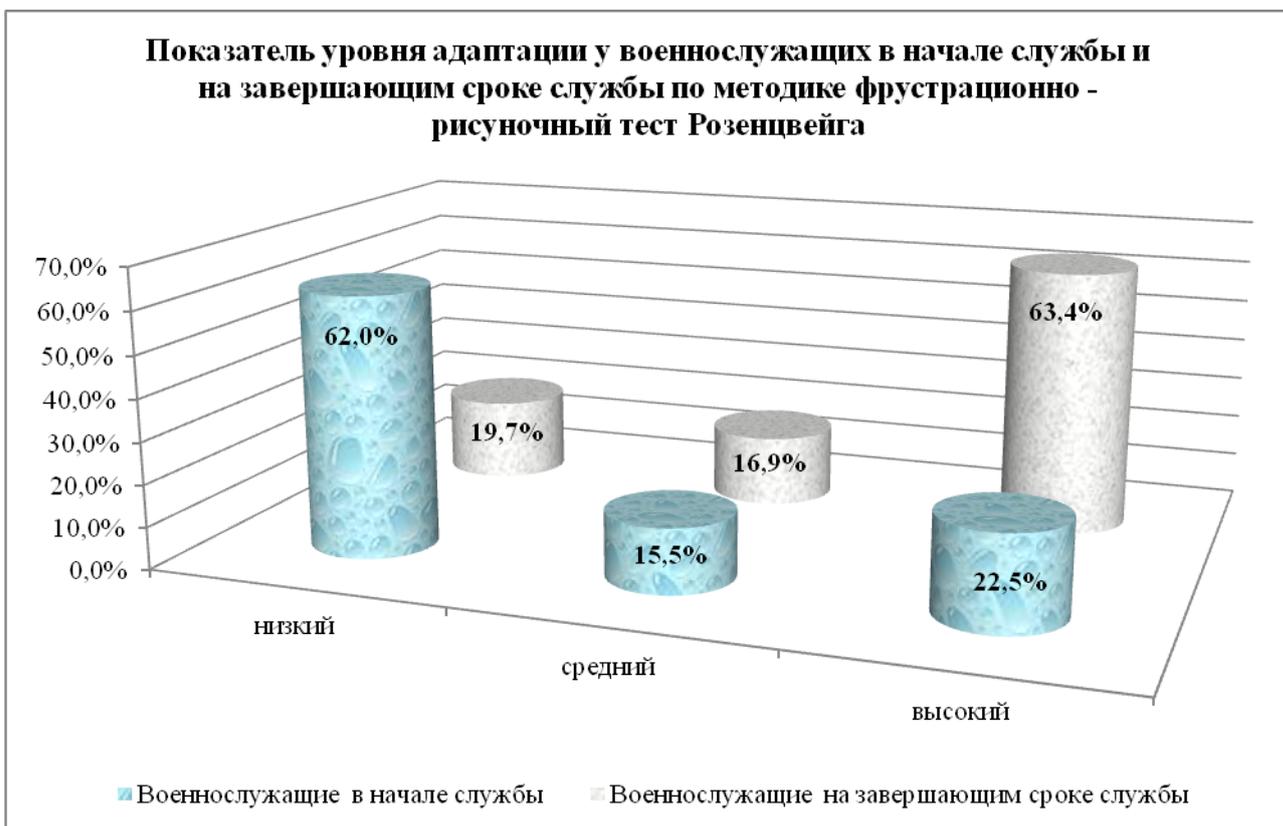


Рис. - Сравнение частоты встречаемости уровней адаптации военнослужащих в начале службы и на завершающем сроке службы по методике фрустрационно - рисуночный тест Розенцвейга

При исследовании военнослужащих в начале службы с помощью методики фрустрационно-рисуночный тест Розенцвейга было выявлено, что низкий уровень фрустрированности у 44 военнослужащих (62%); средний у 11 военнослужащих (15,5%); высокий уровень фрустрированности у 16 военнослужащих (22,6%).

С помощью фрустрационно - рисуночного теста Розенцвейга было выявлено, что на завершающем сроке службы высокий уровень фрустрированности наблюдался у 45 военнослужащих (63,4%); средний уровень у 12 военнослужащих (16,9%); низкий уровень фрустрированности прослеживался у 14 военнослужащих (19,7%).

Заключение

Показатели социально-психологической адаптации военнослужащих пограничных органов претерпевают значительные изменения в период прохождения службы. В период прохождения службы уровень социально-

психологической адаптации военнослужащих пограничных войск достоверно возрастает. В ходе прохождения службы у военнослужащих пограничных войск возрастают показатели нервно-психической устойчивости, коммуникативных способностей, моральной нормативности.

Завершающий этап прохождения службы военнослужащими пограничных войск характеризуется снижением показателей суицидального риска, уменьшением экстрапунитивных реакций и фиксации на самозащите во фрустрирующих ситуациях.

Выделенные в результате проведенного исследования и описанные в данной работе факторы социально-психологической адаптации военнослужащих в начале службы и на завершающем сроке службы свидетельствуют о наличии адаптивных механизмов у военнослужащих 18-25 лет, основанных на адаптационных возможностях личности с учетом социально-психологических и некоторых психофизиологических характеристик, отражающих обобщенные особенности нервно-психического и социального развития (фактор «Адаптивность»), на выработке эффективных стратегий совладания в стрессогенных ситуациях (фактор «Совладание»), тогда как в группе военнослужащих на завершающем сроке службы эффективная адаптация в условиях армии обусловлена, прежде всего, достижением данных военнослужащих личностной зрелости (фактор «Интеграция»), эффективными стратегиями социального взаимодействия (фактор «Социального принятия»). Кроме того, выявленные факторы социально-психологической адаптации («Дезадаптивность» - в группе в начале службы, «Внутренняя конфликтность», фактор «Дистанцирование» - в группе на завершающем сроке службы) свидетельствуют о наличии трудностей в адаптации у военнослужащих в начале службы и на завершающем сроке службы. По нашему мнению, в ходе их углубленного изучения психолог части должен рекомендовать командирам и офицерам-воспитателям комплекс организационных и педагогических превентивных действий по искоренению негативных качеств личности военнослужащих, а

сам обязан организовывать психологическое сопровождение службы воинов с дезадаптивным поведением.

Эффективной адаптации военнослужащих ПС ФСБ РФ способствуют:

- личностный адаптивный потенциал;
- уровень нервно-психической устойчивости и поведенческой регуляции;
- ориентация на соблюдение общепринятых норм поведения;
- хорошо развитый уровень коммуникативных способностей.

При комплексном психофизиологическом обследовании военнослужащих в начале службы необходимо делать акцент на определении операторской работоспособности (тест ПЗМР, Таблица «3х3», РДО) и личностных особенностях (тесты Мини-Мульт, Спилбергера-Ханина, С.Розенцвейга, рисуночные методики, анкета ШОВТС).

В процессе диагностики военнослужащих в начале службы особое внимание необходимо уделять изучению операторской работоспособности (точность, быстрдействие). Так же, наибольшее значение имеет изучение личностных характеристик.

При выстраивании более эффективной психокоррекционной тактики целесообразно:

1. Военнослужащим с низкой операторской работоспособностью применять БОС - тренинг, упражнения на внимание «Интеллект- тренажер» (серия компьютерных программ «Тренировка ума»), таблицы на внимание.

2. Военнослужащим с нарушениями психологической адаптации – рациональную психотерапию, аутогенную тренировку, гипнотические сеансы, кататимно-имагинативную психотерапию, музыкотерапию, психоаналитические и поведенческие методы коррекции.

3. На основе проведённого экспериментального исследования нами были составлены рекомендации по успешной адаптации военнослужащих первого года службы для офицеров по воспитательной работе и командиров подразделений. Рекомендации представлены в приложении.

Автор данной работы выражает уверенность, что полученные результаты исследований, представленные в данной работе, будут интересны военным психологам, социологам, медицинским специалистам, командирам, а также всем, кого интересуют проблемы адаптации, возможности их преодоления личностью и социальной группой в конкретных условиях жизнедеятельности.

Библиографический список.

Научная литература и статьи по исследуемой теме:

1. Актуальные проблемы гуманитарных и социально-экономических наук: Сборник материалов Седьмой международной заочной научно-практической конференции. В 4 ч. / Под ред. канд. тех. наук, профессора генерал-майора М. М. Горбунова. – Саратов–Вольск: ООО Изд-во «Наука», ВФВАМТО, 2013. – Ч. 2. Актуальные проблемы психологии и педагогики.

2. Арефьев, А.О. Воспитательное воздействие гуманитарных дисциплин на формирование отдельных субъектов пограничной деятельности / А.О.Арефьев // Воспитательный потенциал гуманитарных дисциплин и проблемы его реализации в современных условиях / Под общ. ред. доктора философских наук, профессора Кулакова А.В. – М.: Пограничная академия ФСБ России, 2013. – 229-235 с.

3. Арефьев, А.О. Историко-философские аспекты пограничной деятельности зарубежных стран / А.О. Арефьев // Alma mater (Вестник высшей школы). – 2012. – №8. – С. 111-114. – 0,5 п.л.

4. Арефьев, А.О. Особенности пограничной деятельности в условиях современной глобальной ситуации / А.О. Арефьев // Глобализация как многомерный процесс и ее влияние на национальную безопасность Российской Федерации: материалы межвузовской научно-практической конференции. – Москва: Пограничная академия ФСБ России, 2012. – С. 264-270.

5. Арефьев, А.О. Пограничная деятельность как социальное явление / А.О. Арефьев // Социально-гуманитарные знания. – 2012. – № 3. – С. 349-353. – 0,5 п.л.
6. Арефьев, А.О. Современные геополитические условия осуществления пограничной деятельности / А.О. Арефьев // Геополитика: теория, практика: труды I Международной научно-практической конференции. – Москва: АНО Научно-издательский Центр «Пространство и время», 2012. – С. 222-226.
7. Арефьев, А.О. Современные угрозы национальной безопасности и их влияние на подготовку специалистов, осуществляющих пограничную деятельность / А.О.Арефьев // Alma mater (Вестник высшей школы). – 2013. – №10. – С. 81-85.
8. Березин Ф.Б., Мирошников М.П., Соколова Е.Д. Методика многостороннего исследования личности (ММИЛ): структура, основы интерпретации, некоторые области применения. 3-е издание. - М.: Издательство «Березин Феликс Борисович», 2011 - 320 с.
9. Богданов И. В. Значение теории педагогики и педагогической практики в военной службе и деятельности военнослужащих // Молодой ученый. - 2014. - №10.
10. Богомолов А. М. Структурно-функциональный подход к оценке адаптационного потенциала личности // Сибирский психологический журнал. 2008. Вып. 28. С. 53 - 59.
11. Богомолов А.М. Личностный адаптационный потенциал в контексте системного анализа // Психологическая наука и образование. 2008. № 1. С. 67-73.
12. Большая психологическая энциклопедия / А.Б. Альмуханова и др.- М.: ЭКСМО, 2007.- 544 с.
13. Бурлачук, Л. Ф. Словарь-справочник по психодиагностике / Л. Ф. Бурлачук, С. М. Морозов. - СПб. : Питер, 2006. - 520 с.

14. Величко С.В.. Адаптационный потенциал военнослужащих в психологической подготовке к гражданской жизни. Лекция. Психологическая коррекция, 2012.

15. Гнездилов Г.В., В. П. Масыгин, А. В. Мощенко. Проблемы психологии труда. Учебное пособие. - М.: Современная гуманитарная акад., 2007. - 187 с.

16. Губин В.А., Загорюев А.Л.. Направленность молодежи на военно-профессиональную деятельность, 2011.

17. Давыдов Д.Г. Управление морально-психологическим климатом воинского коллектива. Пути предупреждения и разрешения конфликтов// Ориентир. 2009 №3, - с. 59-64

18. Денисов Р. А. Подготовка молодёжи к военной службе: учебно-методическое пособие. / Р. А. Денисов, С. В. Михайлова. - Саров: СГТ, 2010. - 161 с.

19. Диагностика профессионального самоопределения: учеб.-метод. пособие / сост. Я.С. Сунцова. – Ижевск: Издательство «Удмуртский университет», 2011.

20. Донцов А.И., Перельгина Е.Б. Исследование устойчивости жизнедеятельности субъектов в формате психологии безопасности// Безопасность в современном мире: социально-психологические аспекты. Материалы II международного симпозиума. 14 апреля 2011 г. - Екатеринбург: Гуманитарный университет, 2011. - 152 с.

21. Дорфман Ю.Р. Оценка и оптимизация адаптации военнослужащих, проходящих военную службу по контракту, к условиям военно-профессиональной деятельности// автореф. дис. ...канд. мед. наук. - Саратов, 2008 - 23 с.

22. Евенко С.Л. Социально-психологические типы ситуаций совершения отклонений в поведении военнослужащих ВС РФ//Вестник Московского Государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2009. № 2, - с. 150-158

23. Железняк Л.Ф. Психология высшей школы пограничной службы: учебник / Л.Ф. Железняк.- М.: Пограничная академия ФСБ России, 2003.
24. Зеер Э.Ф. Профориентология: Теория и практика: учебное пособие для высшей школы / Э.Ф. Зеер, А.М. Павлова, И.О. Садовникова.- М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2006.- 192 с.
25. Караяни А.Г. Военная психология в 2 частях. Учебник и практикум для ВУЗов. – М.: Издательство «Юрайт».
26. Караяни А.Г. Настольная книга военного психолога: практическое пособие/ А.Г. Караяни. – М.: Издательство «Юрайт». 2016.
27. Кечил Д. И. Особенности профессиограммы труда психолога служебной деятельности : автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2013.
28. Кислицына А. С. Особенности личностного адаптационного потенциала военнослужащих : дис. ... канд. психол. наук. Казань, 2010.
29. Ковтунович, М.Г. Мировоззренческие компоненты и специфика «образа мира» у представителей экстремальных профессий / М.Г. Ковтунович // Мир психологии.- 2010.- № 2 (62).
30. Козлов В. Н. Системный анализ, оптимизация и принятие решений: учебное пособие. – М.: Проспект, 2010. – 176 с.
31. Козлова И. Н. Стрессогенность срочной службы в современной российской армии для военнослужащих [Текст] // Психология: традиции и инновации: материалы междунар. науч. конф. (г. Уфа, октябрь 2012 г.). - Уфа: 2012.
32. Королев Л.М. Социально-психологический портрет профессионала// Человеческий капитал. 2013. № 10 (58).
33. Корчемный П.А., и др. Военная психология: методология, теория, практика. - М. Издательство: Воениздат., 2010.
34. Коршевер Н.Г., Ситмбетов Д.А. Адаптация военнослужащих, проходящих военную службу в течение одного года, к условиям военно-профессиональной деятельности: исследование и оптимизация // Саратовский научно-медицинский журнал. 2011. Т. 7, № 1. С. 21-26.

35. Коротков В.А. Адаптационный потенциал военнослужащих как основа организации жизнедеятельности воинского коллектива// Сибирский педагогический журнал. 2012. № 8. с. 202-207

36. Коротков В.А. Педагогическое обеспечение профессиональной адаптации военнослужащих по призыву в частях противовоздушной обороны вооруженных сил России// автореф. дис. ... канд. пед. наук. Красноярск, 2013 - 22 с.

37. Крук В. М. Психологическое обеспечение личностной надежности специалиста силовых структур// автореф. дис. ... д-ра психол. наук. М.: СГА, 2012 – 44 с.

38. Крутилин Д.С. Имидж офицера-руководителя современных Вооруженных Сил Российской Федерации (социологический анализ) / Д.С. Крутилин. Дисс. ... канд. соц. наук. М/, 2011. — 241 с.

39. Крутцова, М. Н. Управление адаптацией персонала : учебное пособие / М. Н. Крутцова. – Вологда : Легия, 2010. – 128 с.

40. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни: монография / Т.Л. Крюкова. – Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова, 2010. – 296 с.

41. Культурно-досуговая работа в Вооруженных Силах Российской Федерации : учебник / под общ. ред. Б. В. Воробьева. – М. : ВУ, 2015. – 420 с.

42. Лаптев Л. Г. Хлебникова С.А. Проблема разработки и привлечения потенциала научно-методического образовательного комплекса для адаптации подготовки высокопрофессиональных кадров управления Вооруженных сил России// Человеческий капитал. 2016. № 4(98).

43. Лепешинский И.Ю. Основы военной педагогики и психологии: конспект лекций. И. Ю. Лепешинский, В. В. Глебов, В. Б. Листков, В. Ф. Терехов. – Омск: Изд-во ОмГТУ, 2011.

44. Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности: сборник науч. статей междунар. науч.-практ. конф. Владивосток, 15-16 апреля 2011 г. / отв. ред. Р.В. Кадыров. –

45. Ломов Б. Ф. Системность в психологии. М.; Воронеж: АПСН, 1996.
46. Лоренц К. Агрессия (так называемое «зло») / Пер. с нем. Г. Ф. Швейника. - М.: Римис, 2009. - 352 с.
47. Лукашенко Д. В., Хлебникова С. А. Адаптация личности. Системный подход // Человеческий капитал, 2016, № 4(88) с. 35
48. Лукашенко Д.В. Адаптивные модели личности и социальная среда// Человеческий капитал. 2013. № 9(57). – с. 128-133.
49. Лысаков Н. Д., Гандер Д. В., Лысакова Е. Н. Психология труда в экстремальных условиях. Монография. М.: Издательство Современного Гуманитарного университета, 2013 - 175 с.
50. Медин Р. Н., Огородник С. И. Психологическое обеспечение адаптации к службе военнослужащих [Текст] // Актуальные вопросы современной психологии: материалы III междунар. науч. конф. (г. Челябинск, февраль 2015 г.). - Челябинск: Два комсомольца, 2015.
51. Методология и методы изучения военно-профессиональной направленности подростков: отчёт о НИР / А.Л. Загорюев.- Екатеринбург: Уральский институт практической психологии, 2008.- 102 е.
52. Методология исторического познания: учеб. пособие / Под общ. ред. Р. М. Португальского. – М.: Пограничная академия ФСБ России, 2009. – 415 с.
53. Михайлов А.Г. Профессиональная адаптация военнослужащих-контрактников к деятельности в органах безопасности//Вестник Чувашского государственного педагогического университета им. И.Я. Яковлева. - 2012. № 3 (75). с. 139-142.
54. Некрасов, С.Д. Математические методы в психологии (MS Excel): учеб. пособие. 3-е изд., испр. и доп. / С.Д. Некрасов. Краснодар: Кубанский гос. ун-т, 2014. 147 с.
55. Особенности адаптации военнослужащих в процессе прохождения воинской службы // Современные проблемы науки и образования. – 2012. –

№ 3.; URL: [http://www.science-education.ru /ru/article/ view?id=6448](http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=6448) (дата обращения: 16.07.2016).

56. Павлова Е.В. Психология экстремальных ситуаций и состояний: Учебно-методическое пособие. – Благовещенск: Изд-во АмГУ, 2014. – 198 с.

57. Первитская А.М. Математические методы в психологии: учебное пособие. Курган: Изд-во Курганского гос.ун-та, 2013.

58. Перелыгина Е.Б. Развитие доверия личности к миру в условиях информационно-психологического воздействия// Человеческий капитал. 2016. № 4 (88) - с. 131-132.

59. Поляков С.А. Сплочённость коллектива как критерий социально-психологической оценки профессиональной деятельности / С.А. Поляков // Юридическая психология. - 2013. - № 2. - С. 32-34.

60. Потемкина О. Новые тенденции развития законодательства ЕС по охране границ. http://www.mgimo.ru/alleurope/2006/28/article_29.html (дата обращения 10.04.2016)

61. Практическая психодиагностика. - под ред. Райгородского. Д.Я. - Самара: Бахрах-М, 2011. - 667 с.

62. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учеб. пособие / под ред. Д.Я. Райгородского. – Самара: Бахрах-М, 2011. – 672 с.

63. Приступа И.В. Возрастные особенности использования механизмов психологических защит военнослужащими как детерминанты социально-психологической адаптации в условиях армии // Вестник Военного университета. 2011. № 1 (25). С. 27 – 32.

64. Приступа И.В. Ценностные ориентации военнослужащих разных возрастных групп // Вестник Военного университета. 2011. № 2 (26). С. 38 – 43.

65. Психодиагностика: учебное пособие/ Перепелкина Н.О., Мутавчи Е.П., Ермакова Н.И. – М.: Дашков и К, 2016 - Фактическая дата выхода в свет – 2015.

66. Психология активности и поведения: учеб.-метод. комплекс / авт.-сост. И. А. Коверзнева. – Минск: изд-во МИУ, 2010. – 316 с.
67. Психология стресса и совладающего поведения : материалы III Междунар. науч.- практ. конф. Кострома, 26–28 сент. 2013 г. : в 2 т. / отв. ред.: Т. Л. Крюкова, Е. В. Куфтяк, М. В. Сапоровская, С. А. Хазова. – Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова, 2013. – Т. 2. – 302 с.
68. Ровенских О.А. Педагогическая технология процесса адаптации военнослужащих к условиям профессиональной деятельности// автореф. дис ... канд. пед. наук. Калининград, 2011 – 23 с.
69. Романов Е.С. 147 популярных профессий. Психологический анализ и профессиограммы. Ozon.ru. 2011.
70. Рыбалкин Н. Новая система охраны границы адекватна угрозам безопасности России. Концепция защиты интересов России на государственной границе. http://www.geraldika.org/04_2006_22.htm (дата обращения 07.05.2016)
71. Савченко В.М. Социально-педагогическая адаптация молодого пополнения различных субкультур к военной службе// автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 2010. – 22 с.
72. Секач М.Ф. Проблематика стресса как фактора профессиональной деятельности. – В кн.: Стрессовые состояния и процессы адаптации в сложных условиях профессиональной деятельности: Учебное пособие. – М.: Оптим Групп, 2013 – 288с.
73. Секач М.Ф., Шевеленко В.А. Адаптационный процесс и кадровая политика// Человеческий капитал. 2013. № 5-6 (53-54). с. 78-81.
74. Сидоренко Е.В. Методы математической обработки в психологии. СПб., 2012. 350 с.
75. Ситмбетов Д. А. Исследование и оптимизация адаптации военнослужащих, проходящих военную службу в течение одного года, к условиям военно-профессиональной деятельности: дис. . канд. мед. наук. Саратов, 2011.

76. Сюрис Н. А., Дукальская О. Ю. Психофизиологическая адаптация военнослужащих к условиям военного труда с позиций восточной философии и медицины // Ученые записки. 2009. № 12.

77. Тюрин А.А. Психофизиологические характеристики военнослужащих с разным уровнем адаптации// дис. ... канд. психол. наук: 19.00.02 Санкт-Петербург, 2011.

78. Хлебникова С.А. Тренинг повышения социально-психологической адаптивности субъекта воинского труда к службе по призыву в вооруженных силах// Человеческий капитал. 2016 № 5 (89).

79. Хомяков П. М. Системный анализ: Экспресс-курс лекций: учебное пособие / Под ред. В. П. Прохорова. Изд. 4-е. – М.: Издательство ЛКИ, 2010. – 216 с.

80. Хорни К. Невротическая личность нашего времени: новые пути в психоанализе. Пер. с англ./ Общ. ред. Г.В. Бурменской. – М. и др.: Питер, 2014. - 301 с.

81. Цахаева А.А. Теория и практика адаптивным поведением / А.А. Цахаева. – 2-е изд. – Махачкала: ДНЦ РАН, 2013.

82. Човдырова Г. С. Психодиагностика профессионально важных качеств оперативных сотрудников полиции для общения с гражданами // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2013. № 2. С. 38.

83. Шмелев А. Г. Практическая тестология. Тестирование в образовании, прикладной психологии и управлении персоналом. - М.: ООО «ИПЦ «Маска», 2013.

84. Шмидт А.Н. Полезность и механизм человеческого поведения// Человеческий капитал. 2015. № 7 (79). - с. 81-83

85. Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции: учеб. пособие / Ю.В. Щербатых. – СПб.: Питер, 2012. – 330 с.

86. Якимчук Н.А. Социально-психологические особенности эффективной профессиональной адаптации офицеров в вузах пограничного профиля// дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 Москва, 2010.

2. Литература на английском языке по исследуемой теме

87. Ballantyne, P.F. History and Theory of Psychology: An early 21st century student's perspective Электронный ресурс. / P.F. Ballantyne.- Режим доступа: <http://comnet.ca/~pballan/section5%28210%29.htm> (дата обращения 15.08.2016).

88. Varab, S.A. Activity theory as a lens for characterizing the participatory unit Электронный ресурс. / S.A. Varab, M.A. Evans, E.-O. Baek.- Режим доступа: <http://electronicportfolios.com/at/activitytheory.pdf> (дата обращения 19.08.16).

89. Barrett, P. Internal Consistency Reliability for Dichotomous Items KR-20 & Alpha Электронный ресурс. / P. Barrett. - Режим доступа: <http://www.pbarrett.net/techpapers/kr20.pdf?cls=file> (дата обращения 12.08.16).

90. Dontsov A. I., Perelygina E.B. Interpersonal confidence as a factor in the prevention of disorganized interaction // Psychology in Russia: State of the Art. The official journal of the Russian Psychological Society/ Volume 7. Issue 1. 2014. p. 40-49.

91. Emotions. Theory, Research and Experience / Richard S. Lazarus, Allen D. Kanner, Susan Folkman. – N.Y.: Academic Press, 2006. – P. 376.

92. Heim E. Coping und Adaptivitat: Gobt es geelgnetes oder ungeeeionetes Coping?// Psychother., Psychosom., Med. Psychol. – 1988. – № 1.- S. 8-17

93. Lazarus R.S. Emotion and adaptation. // N.Y., Oxford: Oxford University Press, 1991. – P. 59-84.

94. McWilliams N. Psychoanalytic Diagnosis: Understanding Personality Structure In The Clinical Process / N. McWilliams. – NY, London: The Guilford Press, 1994. – P. 398.

95. Social Psychology / Shelley E. Taylor, Letitia Anne Peplau, David O. Sears. – Person, 2005. – P. 769.

96. Stieger S. Implicit and explicit self-esteem in the context of Internet addiction/ S.Stieger, Ch.Burger// Cyberpsychology, behavior and social Networking. – 2010. – 3. – 6. – p. 681-688.

97. Parsons T. Professions // International Encyclopedia of the Social Sciences. - The Macmillan Company & The Free Press. - 1968. - PP. 536-547.

Список используемых нормативно-правовых источников

98. Конституция Российской Федерации. М, 1993 г. редакции с учетом поправок, внесенных Законами Российской Федерации о поправках к Конституции Российской Федерации от 30.12.2008г. № 6-ФКЗ, от 30.12.2008г. № 7-ФКЗ, от 05.02.2014г. № 2-ФКЗ, от 21.07.2014г. № 11-ФКЗ.

Законы Российской Федерации

99. Федеральный закон "О Пограничной службе Российской Федерации" от 04.05.2000 N 55-ФЗ (действующая редакция, 2016).

100. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (с изменениями на 26 февраля 2016 года).

101. Федеральный закон от 27 мая 1998 г. № 76-ФЗ О статусе военнослужащих (с изменениями на 3 июля 2016 года) (редакция, действующая с 15 июля 2016 года).

102. Федеральный закон от 03.04.1995 N 40-ФЗ (ред. от 06.07.2016) «О Федеральной службе безопасности».

103. Федеральный закон «О системе государственной службы Российской Федерации» от 27.05.2003г. № 58-ФЗ - в редакции от 13.07.2015г.

104. Федеральный закон «О статусе военнослужащих» от 27.05.1998г. № 76-ФЗ - в редакции от 15.02.2016г.

105. Федеральный закон «Об обороне» от 31.03.1996г. № 61-ФЗ - в редакции от 30.12.2015г.

Указы и Распоряжения Президента Российской Федерации

106. Указ от 10.11.2007 №1495 «Об утверждении общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации – в редакции от 25.03.2015.

107. Указ от 07.12.2012г. № 1609 «Об утверждении Положения о военных комиссариатах». - в редакции от 21.11.2015г.

108.Руководства по профессиональному психологическому отбору в Вооруженных Силах Российской Федерации (с изменениями на 12 мая 2016 года).