

**Министерство образования и науки Российской Федерации**  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ**  
**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ**  
**ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
**ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра педагогической психологии и психодиагностики

**ХАРАКТЕРИСТИКА СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ**  
**ЛИЧНОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПРИ ПРЕОДОЛЕНИИ**  
**ТРУДНЫХ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ**

**АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ**  
**БАКАЛАВРА**  
**БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ**

студента 4 курса 431 группы

по специальности 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
факультета Психолого-педагогического и специального образования

**АСТЮКЕВИЧА АЛЕКСЕЯ ВИКТОРОВИЧА**

Научный руководитель

канд. псих. наук, доцент

\_\_\_\_\_

И. В. Малышев

Зав. кафедрой

доктор психол. наук, профессор

\_\_\_\_\_

М.В. Григорьева

Саратов 2018

Одним из главных проблемных вопросов и направлений деятельности Вооруженных Сил Российской Федерации на период 2008-2020 гг. является повышение уровня боевой подготовки военнослужащих.. Этим ставится задача обеспечения высокой степени готовности личности военнослужащего к выполнению возложенных обязанностей в боевых условиях. В последние годы исследованию проблем психологии личности военнослужащего посвящено немало работ (Захаров Ю.М., Знаков В.В., Кадыров Р.В., Маклаков А.Г., Погодин Ю.И., Новиков В.С., Боченков А.А., Столяренко А.М., Шевцов А.М., Шевчук Л.Е. и др.)

Среди важнейших качеств личности военнослужащего необходимо выделить стрессоустойчивость, понимаемую как «сложное, интегративное качество личности, характеризующееся таким сочетанием эмоциональных, волевых, нравственных и интеллектуальных компонентов психической деятельности, которое способствует успешному решению человеком сложных и ответственных задач в напряженной обстановке, без значительного влияния последней на самочувствие, здоровье и дальнейшую работоспособность человека» (О.А.Сироткин). Более широкую трактовку стрессоустойчивости можно найти у К.К. Платонова и В.Л. Марищука. Они вкладывают в это понятие способность обеспечивать успешность деятельности, сохранять профессиональную работоспособность в эмоциогенных условиях.

Проблема профессионального стресса в зарубежной психологии рассматривается в рамках нескольких основных подходах (Г. Селье, Дж. Уотсон, Р. Лазарус, М. Дэвидсон, Ф. Калимо, Л. Купер, С. Касл, Л. Леви, Т. Мейман и др.). Проблема стресса в отечественной психологии разрабатывалась такими авторами, как Б.А. Вяткин, Г.Н. Кассиль, Л.А. Китаев-Смык, Н.Д. Левитов и др.

Жизнь и деятельность военнослужащих предъявляет высокие требования к такому интегральному качеству личности, как стрессоустойчивость. Все исследования свидетельствуют о напряженности,

стрессогенности деятельности военных. Основным психогенным воздействием условий воинской службы является блокирование многих привычных и естественных потребностей личности в силу специфики воинской деятельности. Спектр этих потребностей довольно широк: от чисто физиологических (пребывание в неблагоприятных климатических условиях, ограничение времени сна, увеличение физической нагрузки) до социально-психологических (ограничение степени личной свободы, особенности межличностного общения, элемент риска для жизни в служебной деятельности). Особая общественная значимость и жесткая регламентация военной служебной деятельности вынуждает человека отказывать себе во многом. Все эти факторы оказывают специфическое воздействие на военнослужащих.

В зарубежной психологии изучение поведения в трудных ситуациях ведется в нескольких направлениях. Лазарус и Фолкмен подчеркивают роль когнитивных конструкторов, обуславливающих способы реагирования на жизненные трудности. Коста и Маккрей делают акцент на влиянии личностных переменных, детерминирующих предпочтение индивидом тех или иных стратегий поведения в сложных обстоятельствах. Лер и Томэ уделяют большое внимание анализу самих трудных ситуаций, справедливо предполагая сильное влияние контекста на выбор стиля реагирования. Интерпретация феноменов защиты и совладения связана также с изучением природы индивидуального поведения в контексте проблемы стресса (Селье).

Одной из важных проблем изучения результативности деятельности человека в эмоциогенных условиях является исследование взаимосвязи стрессоустойчивости с коммуникативными качествами личности. Социальные отношения играют весьма важную роль в жизни военнослужащих. Они влияют на психологическое благополучие человека. Личностные факторы и личностные предпочтения, несомненно, влияют на социальные связи между людьми, на качество их отношений с другими людьми, на выполнение военно-профессиональной деятельности.

**Объект исследования** – стрессоустойчивость личности военнослужащего.

**Предмет исследования** – характеристика стрессоустойчивости личности военнослужащих при преодолении трудных экстремальных ситуаций

**Цель исследования** – изучение характеристик стрессоустойчивости личности военнослужащих при преодолении трудных экстремальных ситуаций

**Задачи исследования** следующие:

1. Провести теоретический анализ подходов к проблеме личности и ее стрессоустойчивости, стратегий преодоления, характеризующих успешность профессиональной деятельности;

2. Охарактеризовать стрессоустойчивость личности военнослужащих по призыву;

3. Проанализировать эффективность деятельности военнослужащих, с точки зрения преодоления экстремальных ситуаций и охарактеризовать взаимосвязи между данными явлениями.

4. Подготовить рекомендации, направленные на повышение стрессоустойчивости и эффективности адаптации призывников.

Стрессоустойчивость личности военнослужащих во многом определяется их личностными особенностями (индивидуальными и социально – психологическими возможностями адаптации) и основными стратегиями преодолевающего поведения (копинг - стрессовыми стратегиями), то есть от уровня нервно – психической устойчивости зависит характеристики адаптивности личности, выбор ею соответствующих копинг – стратегий.

В процессе адаптации к условиям военной службы происходят изменения в личности, которые оказывают существенное влияние на эффективность деятельности военнослужащих в целом. При улучшении характеристик стрессоустойчивости личности такие изменения позитивны и

вливают на эффективность деятельности. Воздействие фактора стрессоустойчивости личности на выполнение должностных обязанностей матросами, солдатами и сержантами по призыву, отражается в показателях данных явлений и характеристиках выявляемых взаимосвязей.

**Теоретической и методологической основой исследования** являются ведущие принципы, подходы, положения и концепции в психологии: комплексный подход (Б.Г.Ананьев); принцип единства личности и деятельности (Е.А.Климов, А.Н.Леонтьев, С.Л.Рубинштейн и др.); положения о личности как субъекте деятельности и отношений (К.А.Абульханова-Славская, Б.Г.Ананьев, А.В.Брушлинский); подходы к проблеме адаптации и социально-психологической адаптации личности (А.А.Реан, С.И.Степанова, А.Н.Жмырикова, Е.В.Таранов, А.Л. Журавлев А.Н.Сухов, А.Г.Маклаков и С.В.Чермянин); положения о феноменах эффективной деятельности работников и организаций (Л.Д.Столяренко Н.В.Самоукина, А.А.Деркач, Ю.П.Платонов, Е.В.Маслов и др.)

Для достижения вышеозначенной цели и выполнения задач нами использовались следующие методы психолого-педагогического исследования:

1. Теоретический анализ психологической литературы по проблеме личности и ее стрессоустойчивости при преодолении трудных экстремальных ситуаций( к примеру призыв на военную службу).

2. В эмпирическом исследовании использовалась совокупность методов, направленных на решение поставленных задач: наблюдение, индивидуальная беседа, метод анкетного опроса, психодиагностическое тестирование. В качестве диагностических методов применялись: многоуровневый личностный опросник “адаптивность” (мло-ам), опросник Мини-мульти (сокращенный вариант ММРІ). Опросник Копинг-поведение в стрессовых ситуациях

**База исследования** явилась войсковая часть 02342 г. Энгельса Саратовской области

**Выборку исследования** составили 70 солдат срочной службы роты связи и РТО дальней авиации, призыв 1-2017. в/ч 02342 г. Энгельса, в возрасте от 18 до 22 лет.

**Новизна** дипломного исследования состоит в том, что личность военнослужащих изучается в комплексе, с использованием средств психодиагностики, направленных на изучение структуры стрессоустойчивости и других личностных характеристик.

**Практическая значимость** заключается в том, что полученные результаты могут быть использованы в консультационной практике войскового психолога, а разработанные, совместно с заместителем командира по работе с личным составом в/ч 02342 методические рекомендации и календарный план работы над повышением уровня стрессоустойчивости у военнослужащих срочной службы был утверждён командиром войсковой части как основной календарный план работы с личным составом роты связи и РТО дальней авиации, призыв 2-2018(осень 2018). При сопровождении психологом молодых солдат на разных этапах прохождения срочной военной службы и адаптации их личности к сложным или экстремальным условиям деятельности. Результаты исследования целесообразно использовать при создании коррекционных программ, направленных на непосредственно боевую подготовку солдат.

**Структура дипломной работы.** Дипломная работа общим объемом 62 страницы состоит из введения, двух основных разделов, заключения, списка использованных источников и приложений в которых представлены результаты испытуемых по итогам проведённого исследования.

В первом разделе «Проблема стрессоустойчивости военнослужащих срочной службы в современной психологии» мы раскрываем понятие стресса и стрессоустойчивости в психологической науке, рассматриваем проблему копинг – стратегий в психологии, анализируем особенности стресса жизни военнослужащих срочной службы ВС РФ.

Во втором разделе «Эмпирическое исследование стрессоустойчивости личности военнослужащих при преодолении трудных экстремальных ситуаций» мы описываем организацию и методы исследования, приводим краткое описание методик используемых для написания работы, проводим непосредственно тестирование по выбранным методикам, обрабатываем и интерпретируем полученные результаты, разрабатываем методические рекомендации и календарный план работы над повышением уровня стрессоустойчивости у военнослужащих срочной службы.

В заключении мы подводим итоги выполненной работы.

Список использованных источников включает в себя 54 наименования книг, статей и другой литературы.

На начальном этапе исследования мы изучили стрессоустойчивость личности военнослужащих на основании результатов методики Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО-АМ) А.Г. Маклакова и С.В. Чермянина.

Как следует из результатов исследования: наиболее многочисленными оказались военнослужащие имеющий уровень нервно психической устойчивости выше среднего (выявлен у 32% военнослужащих, средний балл по шкале НПУ – 6,65). Уровень ниже среднего (выявлен у 21% военнослужащих, средний балл по шкале НПУ - 4), умеренный уровень нервно – психической устойчивости имеют 17% военнослужащих(средний балл по шкале НПУ - 5), а также высокий уровень – выявлен у 16% военнослужащих(средний балл по шкале НПУ – 8,27). Наименьшую численность имеют военнослужащие имеющие низкий уровень нервно – психической устойчивости – 14%(средний балл по шкале НПУ – 2,5)

Обобщая полученные результаты можно сказать, что испытуемых с высоким уровнем НПУ выявлено 48,56%(средний балл по шкале НПУ=7,17), с низким уровнем НПУ – 35,7% (средний балл по шкале НПУ=3,4). У оставшихся 15,71% испытуемых уровень НПУ находится в пределах нормы, то есть имеет среднее значение.

Представим полученные результаты в таблице (см. табл. 1)

Таблица 1

Уровень нервно психической устойчивости испытуемых

Уровень НПУ (Нервно-психической устойчивости)	Количественный состав	Процентное соотношение
Высокий	11 бойцов	15,71%
выше среднего	23 бойца	32,85%
умеренный	11 бойцов	15,71%
ниже среднего	15 бойцов	21,42%
низкий	10 бойцов	14,28%

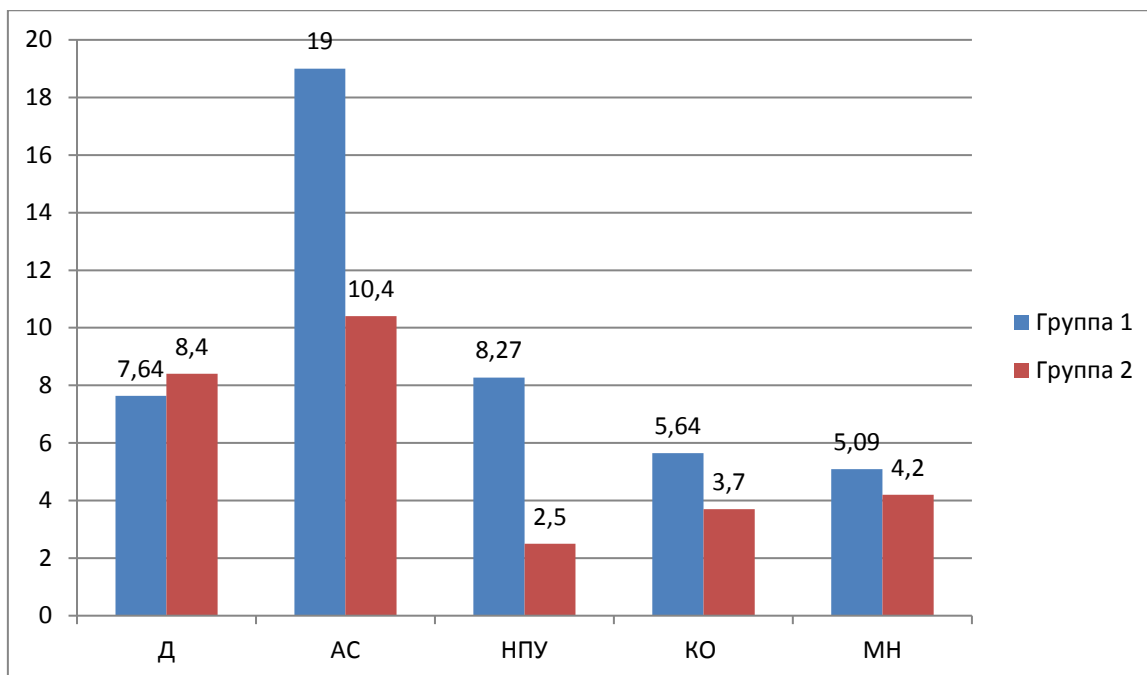
Для наглядности представим полученные результаты в виде диаграммы



Далее нами был проведён типологический анализ. Из общей выборки были выделены испытуемые с крайне высоким (средний балл по шкале нервно – психической устойчивости 8,27) и крайне низким (средний балл по шкале нервно – психической устойчивости 2,5) уровнем нервно психической устойчивости.

Охарактеризуем уровень нервно – психической устойчивости в двух выборках





Особенности проявления нервно – психической устойчивости в двух выборках, в ср.зн., где

Д – шкала достоверности результатов;

АС – шкала адаптивных способностей;

НПУ – шкала нервно – психической устойчивости;

КО – шкала коммуникативной особенности;

МН – шкала моральной нормативности.

Насколько наглядно позволяет определить приведённый выше рисунок, в зависимости от уровня нервно психической устойчивости военнослужащие демонстрируют различные показатели в соответствии с отдельными показателями адаптивности поведения.

Участники вошедшие во 2 группу демонстрируют превосходящие показатели по шкале достоверности результатов(ср.зн=8,4), которые тем не менее в незначительной степени превосходят результаты испытуемых вошедших в 1 группу(ср.зн=7,64).

В отношении шкалы адаптивных способностей военнослужащие в группе №1 демонстрируют значительно более высокие результаты (ср.зн=19), нежели военнослужащие вошедшие в выборку №2(ср.зн=10,4). Отсюда следует, что от того, насколько высокими показателями нервно-

психической устойчивости военнослужащие обладают, зависят и общие показатели склонности к быстрой и результативной адаптации в условиях конфликта или стресса.

Так как мы характеризуем различия в уровне нервно психической устойчивости в двух группах, из представленной диаграммы мы видим, что результаты испытуемых 1 группы (ср.зн.=8,27) значительно выше результатов испытуемых 2 группы(ср.зн.=2,5)

Результаты испытуемых 1 группы по шкале «Коммуникативные особенности»(ср.зн.=5,64) также в значительной степени превосходят результаты испытуемых второй группы(ср.зн = 3,7).Отсюда следует, что уровень нервно – психической устойчивости воздействуют также и на показатели коммуникативной развитости личности военнослужащего: его общая готовность идти на контакт, умение испытывать комфорт в социуме, находить общий язык с окружающими.

В соответствии со шкалой «Моральная нормативность» также было обнаружено преобладание результатов испытуемых первой группы (ср.зн. = 5,09) над результатами испытуемых вошедшими во вторую группу(ср.зн = 4,2).

Для оценки статистической значимости различий полученных данных в двух группах осуществим расчет Т-критерия Стьюдента.

Таблица 2

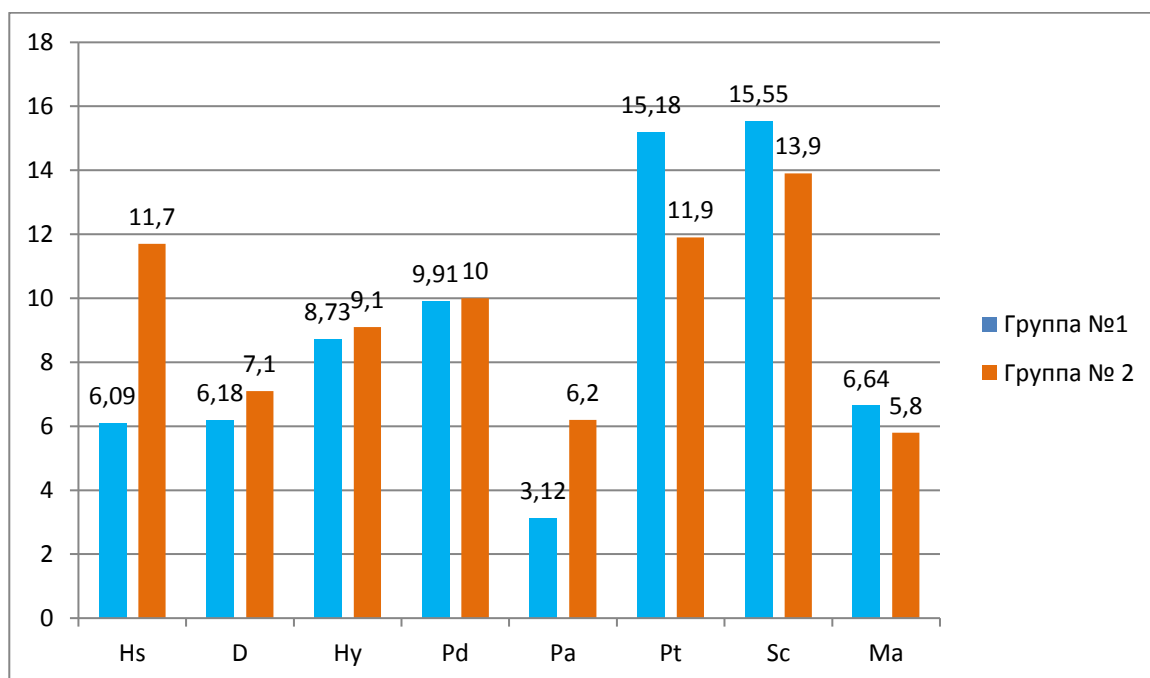
Статистическая значимость различий полученных результатов в двух группах испытуемых на основании расчёта Т-критерия Стьюдента.

Показатель	Группа №1	Группа №2	Т-критерий Стьюдента	Степень значимости (p≤0,01, p≤0,05)
Д	7,64	8,4	-0,9	p=0,3
АС	19	10,4	8,6	p<0,01
НПУ	8,27	2,5	26,6	p<0,01

КО	5,64	3,7	2,6	p=0,01
МН	4,5	0,1	5,6	p<0,01

Насколько позволяет наглядно определить осуществленный выше результат расчета Т-критерия Стьюдента, статистической значимости достигают следующие показатели: показатели адаптивных способностей военнослужащих, показатели коммуникативных особенностей, также показателей моральной нормативности военнослужащих. Следовательно, можно сделать вывод, что в структуре личности военнослужащих на уровень нервно-психической устойчивости оказывает влияние высокий уровень адаптивности в поведении, а также коммуникативная развитость личности.

Охарактеризуем специфику наиболее характерных личностных расстройств, которые оказывают воздействие на личность в условиях экстремальной ситуации. Представим результаты в средних значениях.



Личностные расстройства в экстремальных ситуациях в двух выборках, в ср. зн., где

Hs – шкала ипохондрии – сверхконтроля, соматизации тревоги;

D – шкала депрессии - пессимистичности;

Hy – шкала истерии – эмоциональной лабильности;

Pd – шкала психопатии - импульсивности;

Pa – шкала паранойяльности - ригидности;

Pt – шкала психастении - тревожности;

Sc – шкала шизоидности - индивидуалистичности;

Ma – шкала гипомании - оптимистичности.

Насколько позволяет наглядно определить приведенный выше рисунок, подверженность личностным расстройствам в условиях экстремальных ситуаций непосредственно связана с уровнем нервно – психической устойчивости личности военнослужащих.

В соответствии с показателями шкалы ипохондрии, результаты испытуемых 2 группы(ср.зн=6,09) значительно превосходят результаты испытуемых группы №1(ср.зн=11,7). Отсюда следует, что низкий уровень нервно – психической устойчивости провоцирует военнослужащих чересчур тревожно воспринимать собственное психофизиологическое состояние в условиях экстремальной ситуации.

В соответствии со шкалой депрессии были выявлены незначительные расхождения, где испытуемые группы №2 в большей степени подвержены хроническому состоянию дисфории в условиях экстремальной ситуации(ср.зн=6,18), в сравнении с испытуемыми из первой группы(ср.зн=7,1). Вместе с тем, необходимо указать на недостаточно высокие расхождения по данной шкале.

В соответствии со шкалой истерии было обнаружено, что испытуемые 2 группы продемонстрировали незначительно более высокие показатели в условиях экстремальной ситуации (ср.зн.=9,1), чем испытуемые 1 группы (ср.зн=8,73). Подобный результат может быть связан с показателями коммуникативных особенностей военнослужащих, вошедших в первую группу, которая провоцирует их на более открытое предъявление собственных эмоций в ситуации стресса, в то время как внешняя замкнутость участников группы 2 заставляет их чаще сдерживать эмоции и переживать их на внутреннем уровне.

По шкале психопатии были выявлены незначительные различия, заключающиеся в том, что участники группы №2 имеют более высокие уровни(ср.зн.=10) в сравнении с результатами испытуемых вошедшими в группу №1(ср.зн.=9,9). Отсюда следует, что высокий уровень нервно – психической устойчивости взаимосвязан с высоким уровнем социальной включенности, с чувством уверенности в себе при расположении в коллективе.

В соответствии со шкалой «Паранойяльность» было определено, что испытуемые группы №2 имеют более высокие показатели в данном отношении(ср.зн.=6,2) в сравнении с показателями испытуемых группы №1(ср.зн.=3,12). Это указывает на то, что недостаточно высокие уровни нервно – психической устойчивости напрямую связаны с подверженностью личности к формированию сверхценных идей, а также невротических предубеждений, которые крайне сложно преодолеть в условиях экстремальной ситуации. Это приводит к ригидности в поведении и, как следствие, к невозможности быстро адаптироваться к стрессовым условиям.

По шкале «Психастения» было определено, что показатели испытуемых группы №1 (ср.зн.=15,18) имеют значительное преобладание над показателями испытуемых второй группы (ср.зн.=11,9). Это означает, что уровень нервно – психической устойчивости в малой степени связан с подверженностью тревожности: в условиях экстремальной ситуации тревожности подвержены как бойцы с высоким уровнем нервно – психической устойчивости, так и с пониженным.

В соответствии со шкалой «Шизоидность» было определено, что испытуемые группы №1 имеют более высокие показатели (ср.зн.= 15,55) в данном отношении в сравнении с результатами испытуемых из второй группы(ср.зн.= 13,9). Отсюда следует, что в зависимости от уровня нервно – психической устойчивости в экстремальной ситуации интровертированности в личность, крайней эмпатичности и чувствительности, которая

неблагополучно воздействует на самоощущение личности в условиях стресса или экстремальной ситуации подвержены все испытуемые 1 группы.

По шкале «Гипомания» было определено, что испытуемые группы №1 показали результаты выше (ср.зн.=6,64), чем испытуемые вошедшие во вторую группу(ср.зн.=5,8).

Для того, чтобы выделить наиболее характерные черты, присущие стрессоустойчивости личности военнослужащих, осуществим расчёт Т-критерия Стьюдента

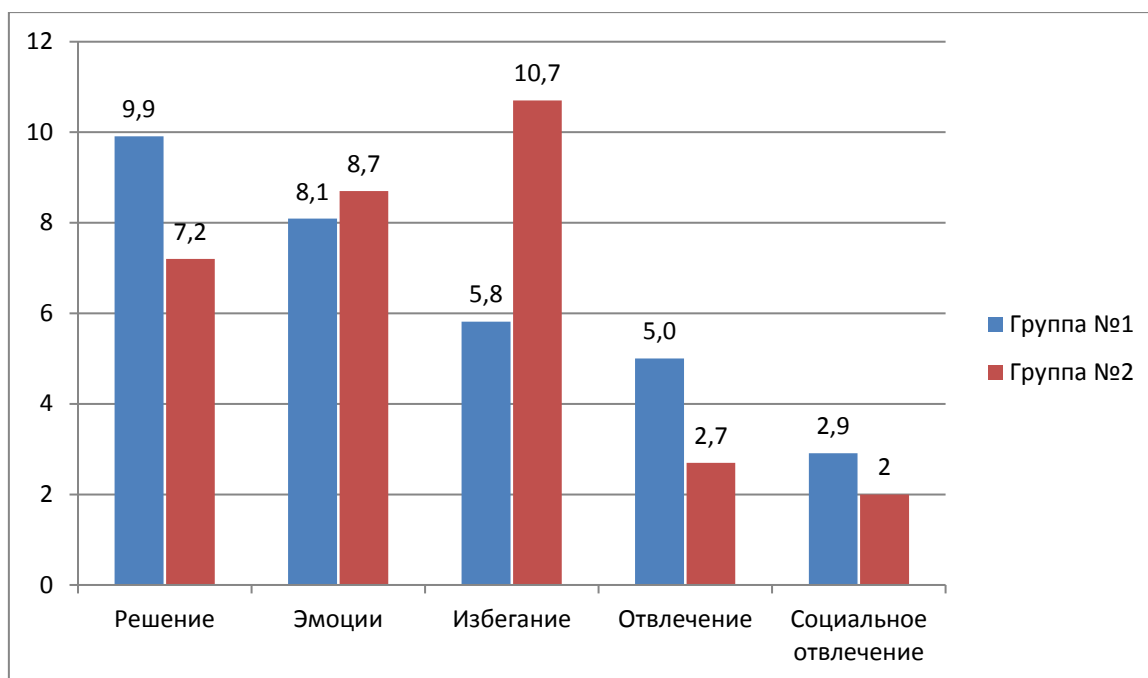
Таблица 3

Статистическая значимость различий полученных результатов в двух группах испытуемых на основании расчёта Т-критерия Стьюдента.

Показатель	Группа №1	Группа №2	Т-критерий Стьюдента	Степень значимости (p≤0,01, p≤0,05)
Hs	6,09	11,7	-3,3	p<0,05
D	6,18	7,1	-0,7	p=0,4
Hу	8,73	9,1	0,2	p=0,8
Pd	9,91	10	0,6	p=0,9
Pa	3,12	6,2	-2,5	p<0,05
Pt	15,18	11,9	2,1	p<0,05
Sc	15,55	13,9	0,8	p=0,4
Ma	6,64	5,8	0,5	p=0,5

Насколько позволяет наглядно определить осуществленный расчёт Т-критерия Стьюдента, статистическую значимость имеют показатели по шкалам ипохондрии(соматизации), паранойяльности (стремления к соперничеству), психопатии(стремлению к доминированию). Следовательно на высокий уровень стрессоустойчивости личности военнослужащего низкий показатель излишней обеспокоенности. Низкий показатель стремления к доминированию в коллективе, и высокий уровень стремления к соперничеству.

Охарактеризуем специфику копинг-поведения в стрессовой ситуации среди испытуемых в двух группах в средних значениях.



Насколько наглядно позволяет определить приведённая выше диаграмма, уровень нервно – психической устойчивости бойцов напрямую связан и с наиболее предпочитаемым типом копинг – поведения в условиях стрессовой ситуации. Для военнослужащих вошедших в первую группу характерно преобладание копинг стратегий, направленных на решение конфликтной ситуации(ср.зн.= 9,9), в то время как для группы №2 по данной шкале обнаружены сниженные показатели (ср.зн.= 7,2).

Отсюда видно, что показатель нервно – психической устойчивости, а так же показатель личностного самоощущения в условиях экстремальной ситуации напрямую связаны с инициативностью, активностью бойцов в условиях действительной конфликтной ситуации.

По шкале эмоциональной реакции на стрессовое состояние более высокими показателями в данном отношении обладают солдаты вошедшие в группу № 2(ср.зн.= 8,7), в то время как для военнослужащих в группе №1 типичны менее экспрессивные реакции на ситуацию конфликта или стресса (ср.зн.=8,1).

В соответствии с типом поведения «Избегание» военнослужащие вошедшие в 1 группу имеют гораздо более низкие показатели(ср.зн.=5,8) чем солдаты из второй группы(ср.зн.=10,7). Отсюда следует что, низкий уровень нервно – психической устойчивости негативно воздействует на личность военнослужащего в условиях стрессовой ситуации.

Оценивая показатели по шкалам «Отвлечение» и «Социальное отвлечение», было обнаружено, что показатели испытуемых группы №1 преобладают в большинстве случаев над показателями испытуемых группы №2. В первом случае разрыв достаточно сильный: группа №1(ср.зн.=5), группа №2(ср.зн.=2,7), во втором случае разрыв недостаточно сильный, однако показатели группы №1(ср.зн.=2,9) также преобладают над показателями группы №2 (ср.зн.=2).

Оценим статистическую достоверность полученных результатов. расчётом Т-критерия Стьюдента

Таблица 4

Статистическая значимость различий полученных результатов в двух группах испытуемых на основании расчёта Т-критерия Стьюдента.

Показатель	Группа №1	Группа №2	T	Степень значимости (p≤0,01, p≤0,05)
Решение	9,44	8,44	2,1	p<0,05
Эмоции	6,72	8,08	-0,6	p=0,5
Избегание	7,36	9,44	-3,2	p<0,01
Отвлечение	5	2,7	3,0	p<0,01
Социальное отвлечение	2,88	2,52	1,3	p=0,5

На основании осуществлённого расчёта было получено, что статистической значимости достигают результаты, обнаруженные по шкале



решения стрессовой ситуации, по шкале избегания, а так же по шкале отвлечения.

Следовательно для высокого уровня стрессоустойчивости личности военнослужащего при преодолении трудных экстремальных ситуаций оказывает направленность личности на самостоятельное решение ситуации, контроль над собственным эмоционально – аффективным состоянием, а так же способность отвлечься от ситуации на то или иное дело.

Таким образом, по итогам проведенного исследования было получено, что в структуру стрессоустойчивости личности солдат срочной службы ВС РФ входят следующие аспекты: высокий уровень нервно-психической устойчивости, а также коммуникативная развитость личности; низкие показатели излишней обеспокоенности собственным психофизиологическим состоянием, умеренная, либо высокая социальная адаптированность, а также достаточно высокий уровень экстраверсии; направленность личности на самостоятельное разрешение ситуации, контроль над собственным эмоционально-аффективным состоянием, отсутствие склонности к избеганию стрессовой ситуации.

Таким образом, исходя из полученных результатов эмпирического исследования, можно сделать следующие выводы:

1. Обнаружено, что значительная часть испытуемых – военнослужащих по призыву имеет низкий уровень стрессоустойчивости (данные по Маклакову – 36% от общего числа обследованных). При этом более половины испытуемых имеют хороший (достаточный) уровень стрессоустойчивости (48% от общего числа). У остальных испытуемых стрессоустойчивость находится в пределах нормы, то есть несмотря, в целом, на хорошие результаты показателей стрессоустойчивости заметны негативная тенденция по характеристике стрессоустойчивости. Риск возникновения дезадаптации личности обнаружен у более четверти военнослужащих, что заставляет принимать дополнительные меры по их

психологическому сопровождению, повышению их адаптационных возможностей в рамках психокоррекционных мероприятий.

2. На основании проведенного типологического анализа выявлены статистически – значимые различия по характеристикам личности у двух групп с высоким и низким уровнем стрессоустойчивости. Для испытуемых с высоким уровнем стрессоустойчивости характерны хорошие адаптационные способности (индивидуальные и социально - психологические), высокая активность, хорошие коммуникативные способности, гибкость в контактах и при решении разных задач, уверенность в себе и т.д.. В то же время для военнослужащих с низким уровнем стрессоустойчивости свойственны сниженные адаптационные возможности, что выражается в ипохондрических тенденциях (уход в болезнь, неадекватно тревожное восприятие собственного психофизиологического состояния), депрессивные тенденции, демонстративные явления, неадекватное стремление к соперничеству, ригидность, инертность, высокий уровень общей тревожности.

3. На основании типологического анализа в между двумя группами испытуемых выявлены статистически значимые различия по таким копинг-стратегиям как: решение задачи, избегание и отвлечение. То есть для военнослужащих с высоким уровнем стрессоустойчивости характерен выбор наиболее эффективных стратегий преодолевающего поведения, решение задачи, в то же время для испытуемых с низким уровнем стрессоустойчивости свойственен выбор не эффективных стратегий преодолевающего поведения: избегание и отвлечение.

4. Для повышения адаптационных возможностей личности и выработки адекватных стратегий преодолевающего поведения разработан план работы с личным составом роты связи и РТО дальней авиации в/ч 02342 г. Энгельса, который включает в себя психолога – педагогическое сопровождение военнослужащих

Таким образом предложенная гипотеза полностью подтверждена. Стрессоустойчивость личности военнослужащих зависит от индивидуальных

и социально – психологических характеристик личности, которые отражают способности к адаптивности и выбора соответствующих стратегий преодолевающего поведения (копинг- стратегий). В тоже время существует и обратная связь, хороший уровень стрессоустойчивости личности позитивно влияет на адаптационные возможности и выбор ими эффективных копинг- стратегий.

Цели и задачи поставленные в нашей работе мы считаем выполненными.