

МЕЖДУНАРОДНЫЙ НЕЗАВИСИМЫЙ УНИВЕРСИТЕТ МОЛДОВЫ

На правах рукописи
С.З.У.: 316.6:355.2(043.3)

ДЗЫК ИЛОНА

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ НОВОБРАНЦЕВ
К АРМЕЙСКИМ УСЛОВИЯМ**

511.03 - СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Диссертация на соискание ученой степени доктора психологии

Научный руководитель:

ГОНЦА Виктория
доцент, доктор психологии

Автор:

ДЗЫК Илона

КИШИНЕВ, 2023

UNIVERSITATEA LIBERĂ INTERNAȚIONALĂ DIN MOLDOVA

Cu titlu de manuscris
C.Z.U.: 316.6:355.2(043.3)

DZÎC ILONA

**ADAPTĂREA SOCIAL-PSIHOLOGICĂ A MILITARILOR RECENT
ÎNCORPORAȚI LA MEDIUL MILITAR**

511.03 - PSIHOLOGIE SOCIALĂ

Teză de doctor în psihologie

Conducător științific:

GONȚA Victoria,
Doctor în psihologie,
conferențiar universitar

Autor:

DZIC Ilona

CHIȘINĂU, 2023

© Дзык Илона, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

АННОТАЦИЯ	5
ADNOTARE	6
ANNOTATION	7
СПИСОК ТАБЛИЦ	8
СПИСОК РИСУНКОВ	10
АББРЕВИАТУРА	11
ВВЕДЕНИЕ	12
1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ НОВОБРАНЦЕВ К ВОЕННОЙ СЛУЖБЕ	21
1.1 Феномен социально-психологической адаптации в свете различных исследовательских направлений.....	21
1.2 Внешние и внутренние факторы социально-психологической адаптации.....	31
1.3 Специфика армейской среды и особенности социально-психологической адаптации новобранцев в современном транзитивном периоде развития общества.....	39
1.4 Выводы к главе 1.....	51
2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ НОВОБРАНЦЕВ	55
2.1 Концептуальная схема, процедура и методы исследования.....	55
2.2 Изучение социально-демографического профиля новобранцев.....	68
2.3 Описание и анализ результатов констатирующего эксперимента.....	73
2.4 Исследование взаимосвязи социально-личностных характеристик новобранцев.....	86
2.5 Выводы к главе 2.....	96
3. ОПТИМИЗАЦИЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ НОВОБРАНЦЕВ В ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ	98
3.1 Общая характеристика, разработка и апробирование программы по развитию адаптационного потенциала новобранцев и компетенций их командиров.....	98
3.2 Оценка эффективности программы по развитию индивидуально – личностных особенностей военнослужащих.....	114
3.3 Выводы к главе 3.....	129
ОБЩИЕ ВЫВОДЫ И РЕКОМЕНДАЦИИ	131
БИБЛИОГРАФИЯ	141
ПРИЛОЖЕНИЯ	164
Приложение 1. Методики диагностики личностных характеристик.....	164
Приложение 2. Статистическая обработка.....	192
Приложение 3. Программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих.....	208
ДЕКЛАРАЦИЯ ОБ ОТВЕТСТВЕННОСТИ	241
CV автора	242

АННОТАЦИЯ

Дзык Илона. Социально-психологическая адаптации новобранцев к армейским условиям. Диссертация на соискание ученой степени доктора психологии, Кишинев, 2023.

Структура диссертации. Работа состоит из введения, трех глав, общих выводов, рекомендаций, библиографии из 283 источников, 3 приложений и насчитывает 140 страниц основного текста, включает 40 таблиц и 24 рисунков. Результаты исследований опубликованы в 14 научных работах.

Ключевые слова: социально-психологическая адаптация, дезадаптация, личностные, социальные факторы, армейские условия, личность военнослужащего, новобранец, социально-личностные компетенции командиров.

Целью исследования Определение социально-психологических факторов адаптации/дезадаптации новобранцев к условиям армейской среды, а так же разработка, апробирование и оценка эффективности программы, направленной на развитие индивидуально-личностных особенностей военнослужащих.

Задачи исследования: выявить и представить теоретическую модель личностных характеристик адаптированной/дезадаптированной личности новобранца; выявить влияние социальных и внутриличностных факторов социально-психологической адаптации; составить социально-демографический портрет новобранца за последние 11 лет; разработать, апробировать и выявить эффективность программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, разработать рекомендации для практической деятельности военного психолога в армейском подразделении.

Новизна и научная оригинальность: впервые в Республике Молдова было проведено лонгитюдное, психо-социологическое исследование социально-демографического портрета новобранца, а так же проведено научное, теоретико-экспериментальное исследование феномена социально-психологической адаптации новобранцев, проходящих срочную службу в Национальной Армии.

Решенная в исследовании значимая научная проблема: основана на определении факторов социально-психологической адаптации, влияющих на уровень сформированности индивидуально-личностных особенностей новобранцев, определяющих успешность их адаптации. А так же, на разработке программы на организационно-методическом уровне профессиональной деятельности психологических служб Национальной Армии, направленной на развитие индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, направленной на оптимизацию адаптационного потенциала новобранцев и формирования социально-личностных компетенций командиров.

Теоретическая значимость исследования выражается в том, что полученные результаты дополняют, структурируют и конкретизируют научное знание о проблеме социально-психологической адаптации новобранцев к армейским условиям, а так же выявляет теоретико-прикладной профиль личностных характеристик адаптивной/дезадаптивной личности новобранца.

Практическое значение состоит в применении полученных знаний в работе военных психологов с целью оптимизации социально-психологической адаптации военнослужащих прибывших на срочную военную службу, а так же ориентации командиров на корректный отбор молодых солдат, рекомендованных для деятельности в экстремальных условиях.

Внедрение научных результатов: базовые результаты исследования были внедрены в практическую деятельность военных психологов Национальной Армии Республики Молдова. Основные выводы и рекомендации были включены в тематику Психологического гида деятельности военного психолога в Национальной Армии.

ADNOTARE

Dzîc Iona. Adaptarea social-psihologică a militarilor recent încorporați la mediul militar. Teza de doctor, Chișinău, 2023.

Structura tezei. Lucrarea este constituită din introducere, trei capitole, concluzii generale, recomandări, 283 de surse bibliografice, anexe, 140 pagini de text principal, 40 tabele și 24 figuri. Rezultatele cercetării sunt publicate în 14 lucrări științifice.

Cuvinte cheie: adaptare socio-psihologică, dezadaptare, factori psiho-sociali, mediul militar, militar recent încorporat, recrut, personalitatea militarului.

Scopul studiului: determinarea factorilor psiho-sociali ai adaptării/dezadaptării la mediul militar a militarilor recent încorporați, elaborarea și aprobarea experimentală a programului formativ de dezvoltare a caracteristicilor individuale ale militarilor.

Obiectivele studiului: elaborarea unui model teoretic al caracteristicilor personale ale personalității adaptive/dezadaptive a militarului recent încorporat; elaborarea portretului socio-demografic al militarului recent încorporat din ultimii 11 ani; identificarea factorilor psiho-sociali ai adaptării la militarii recent încorporați în Armata Națională; elaborarea, aplicarea și evaluarea eficienței programului de eficientizare a procesului de adaptare a tinerilor la mediul militar; elaborarea recomandărilor pentru optimizarea adaptării socio-psihologice a militarului recent încorporat.

Noutatea și originalitatea științifică: pentru prima dată în Republica Moldova a fost realizat un studiu longitudinal al profilului socio-demografic al militarului recent încorporat, precum și un studiu experimental al procesului de adaptare socio-psihologică a militarului recent încorporat, care execută serviciu militar în termen în cadrul Armatei Naționale al Republicii Moldova.

Problema științifică importantă soluționată constă în identificarea factorilor psiho-sociali, care influențează la nivelul de formare a caracteristicilor individuale tinerilor încorporați, determinând succesul adaptării acestora, precum și elaborarea unui program la nivel organizatoric și metodologic al activității profesionale a serviciilor psihologice ale Armatei Naționale, care vizează dezvoltarea caracteristicilor individuale ale militarilor, având drept scop optimizarea potențialului de adaptare a tinerilor încorporați și formarea competențelor socio-personale ale comandanților.

Semnificația teoretică a cercetării este exprimată prin faptul că rezultatele obținute completează, structurează și concretizează cunoștințele științifice despre problema adaptării social-psihologice a tinerilor încorporați la mediu militar și conturează un profil teoretico-aplicativ al caracteristicilor personale ale personalității adaptive/dezadaptive a tânărului încorporat.

Valoarea aplicativă a lucrării: constă în posibilitatea aplicării cunoștințelor obținute în activitatea psihologilor militari în vederea optimizării adaptării socio-psihologice a militarilor încorporați pentru executarea serviciului militar în termen, precum și în orientarea comandanților în vederea selectării corecte a tinerilor soldați recomandați pentru activități în condiții extreme.

Implementarea rezultatelor științifice: rezultatele principale ale cercetării au fost implementate în activitățile metodologice ale psihologilor militari ai Armatei Naționale a Republicii Moldova. Concluziile generale și recomandările tezei de doctor, au fost incluse în Ghidul activității psihologice în Armata Națională.

ANNOTATION

Dzic Ilona. Socio-psychological adaptation of conscripts to military conditions, Psychology PhD Paper, Chisinau, 2023.

The structure of the thesis. The paper includes an introduction, three chapters, conclusions, recommendations, 283 bibliographical references, 140 pages of main text, as well as 40 tables and 24 figures. The research results were published in 14 scientific papers.

Key words: socio-psychological adaptation, potential of adaptation, desadaptation, conscript, psychological and social factors, military conditions, recruit, social and personal competencies of commanders.

The goal of this research is a theoretical and practical study of the socio-psychological adaptation of conscripts to the conditions of military life, as well as the development, approval and evaluation of the effectiveness of the programme to streamline the process of adapting conscripts to the military environment.

Objectives of the study: to identify and present a theoretical model of personal characteristics of the adapted/disadapted personality of a conscript; to identify the influence of social and intrapersonal factors of socio-psychological adaptation; to compile a socio-demographic portrait of a conscript for the last 11 years; to develop, test and reveal the effectiveness of the program to improve the adaptive abilities of conscripts and the formation of an effective leadership style of unit commanders, to develop recommendations for the development of a conscript's adaptive abilities.

Novelty and scientific originality: which is based on the definition of social and psychological factors influencing the process of adaptation/disadaptation of recruits, as well as on the need to develop a special program aimed at the development of certain characterological features of personality, which will determine the successful adaptation of recruits to army conditions.

Topical scientific issue resolved in this: is based on determining the factors of socio-psychological adaptation that influence the level of formation of individual-personal characteristics of conscripts and determine the success of their adaptation. As well as on the development of a program at the organizational and methodological level of professional activities of psychological services of the National Army, aimed at the development of personal characteristics of servicemen, at optimizing the adaptation potential of conscripts and the formation of socio-personal competencies of commanders.

Scientific significance of the research is expressed in the fact, that the results obtained complement, structure and concretize the scientific knowledge about the problem of the socio-psychological adaptation of recruits to military conditions.

The practical relevance is to apply the obtained knowledge in the work of military psychologists in order to optimize the socio-psychological adaptation of servicemen arriving for compulsory military service, as well as the orientation of commanders to the correct selection of young soldiers recommended for activities in extreme conditions.

Implementation of scientific results: the basic results of the research were implemented in the practical activity of military psychologists of the National Army of the Republic of Moldova. The main conclusions and recommendations were included in the Psychological Guide of Military Psychologist's Activity in the National Army.

СПИСОК ТАБЛИЦ

Таблица 1.1	Исследовательские направления феномена социально-психологической адаптации	23
Таблица 1.2	Особенности личностных характеристик адаптированной и дезадаптированной личности новобранца	50
Таблица 2.1	Возрастной диапазон новобранцев, выраженный в процентах	69
Таблица 2.2	Место проживания новобранцев, выраженное в процентах	70
Таблица 2.3	Распределение новобранцев по образовательному критерию (в %)	71
Таблица 2.4	Распределение новобранцев по критерию полноты семьи (в %)	73
Таблица 2.5	Сводная таблица социально-демографических критериев новобранцев I призывного периода 2018 (в %)	73
Таблица 2.6	Соотношение уровней социально-демографических условий развития новобранцев (в%)	74
Таблица 2.7	Характерологические особенности новобранцев (в %)	75
Таблица 2.8	Результаты испытуемых по методике «Адаптивность» (в %)	80
Таблица 2.9	Результаты психодиагностических методик (в %)	84
Таблица 2.10	Распределение критерия нормальности	87
Таблица 2.11	Корреляция между нервно-психической устойчивостью и характеристиками личности новобранцев	88
Таблица 2.12	Корреляция между показателями адаптивности и характеристиками личности новобранцев	89
Таблица 2.13	Корреляция между показателями мотивации и характеристиками личности новобранцев	90
Таблица 2.14	Корреляция между показателями самооценки и характеристиками личности новобранцев	90
Таблица 2.15	Корреляция между показателями восприятия неблагоприятной ситуации и характеристиками личности новобранцев	91
Таблица 2.16	Корреляция между показателями социально-демографическими условиями развития и характеристиками личности новобранцев	91
Таблица 3.1	Соотношение средних показателей экспериментальных и контрольной групп новобранцев до начала формирующего эксперимента	103
Таблица 3.2	Соотношение средних показателей экспериментальной и контрольной групп командиров до начала формирующего эксперимента	103
Таблица 3.3	Значимые изменения по U-критерию Манна-Уитни экспериментальной группы №1 и контрольной группы до начала формирующего эксперимента	104
Таблица 3.4	Значимые изменения по U-критерию Манна-Уитни экспериментальной группы №2 и контрольной группы до начала формирующего эксперимента	104

Таблица 3.5	Значимые изменения по U-критерию Манна-Уитни экспериментальной и контрольной групп командиров подразделений до начала формирующего эксперимента	105
Таблица 3.6	Соотношение средних показателей экспериментальной группы №1 до и после..	115
Таблица 3.7	Значимые изменения по критерию Вилкоксона в экспериментальной группе (ЭГ) №1	116
Таблица 3.8	Соотношение средних показателей экспериментальной группы №2 до и после тренинга	117
Таблица 3.9	Значимые изменения по критерию Вилкоксона в экспериментальной группе (ЭГ) №2	118
Таблица 3.10	Соотношение средних показателей первичной и вторичной психодиагностики контрольной группы	119
Таблица 3.11	Значимые изменения контрольной группы по критерию Вилкоксона	120
Таблица 3.12	Соотношение средних показателей экспериментальных групп №1 и №2	121
Таблица 3.13	Соотношение средних показателей экспериментальной группы №1 и контрольной группы	122
Таблица 3.14	Значимые изменения по U-критерию Манна-Уитни экспериментальной группы №1 и контрольной группы	123
Таблица 3.15	Соотношение средних показателей экспериментальной группы №2 и контрольной группы	124
Таблица 3.16	Значимые изменения по U-критерию Манна-Уитни экспериментальной группы №2 и контрольной группы	125
Таблица 3.17	Соотношение средних показателей экспериментальной группы командиров подразделений до и после тренинга	126
Таблица 3.18	Значимые изменения по критерию Вилкоксона в экспериментальной группе (ЭГ) №1 командиров подразделений	127
Таблица 3.19	Соотношение средних показателей первичной и вторичной психодиагностики контрольной группы №2 командиров подразделений	128
Таблица 3.20	Значимые изменения по критерию Вилкоксона в контрольной группе (К.Г.) №2 командиров подразделений	128
Таблица 3.21	Соотношение средних показателей экспериментальной и контрольной групп командиров подразделений полученных, после повторной психодиагностики	128
Таблица 3.22	Значимые изменения по U-критерию Манна-Уитни экспериментальной и контрольной групп командиров подразделений	129

СПИСОК РИСУНКОВ

Рис.1.1	Факторы социально-психологической адаптации [<i>разработана автором</i>]	37
Рис.2.1	Соотношение уровней социально-демографических условий развития новобранцев	74
Рис.2.2	Профиль личности новобранцев (в%)	75
Рис.2.3	Уровни проявления нервно-психической неустойчивости новобранцев (в%)	78
Рис.2.4	Уровни проявления показателей стрессоустойчивости у новобранцев (в%)	80
Рис.2.5	Уровни развития адаптационного потенциала новобранцев (в %)	81
Рис.2.6	Уровни развития нервно-психической устойчивости новобранцев (в %)	81
Рис.2.7	Уровни развития коммуникативных навыков новобранцев (в %)	82
Рис.2.8	Уровни развития нормативной морали новобранцев (в %)	82
Рис.2.9	Уровни развития мотивации достижения успеха новобранцев (в %)	83
Рис.2.10	Уровни развития самооценки новобранцев (в %)	84
Рис.2.11	Выборы способа регулирования конфликтов командирами подразделений (в%)	85
Рис.2.12	Стили руководства командиров подразделений (в %)	86
Рис. 2.13	Профиль личности адаптированного новобранца [<i>разработана автором</i>]	93
Рис. 2.14	Иерархия личностных характеристик, определяющих социально-психологическую адаптацию [<i>разработана автором</i>]	94
Рис. 2.15	Профиль личности дезадаптированного новобранца, с представленными значимыми статистическими значениями [<i>разработана автором</i>]	95
Рис.3.1	Соотношение средних показателей экспериментальной группы №1 до и после тренинга	116
Рис.3.2	Соотношение средних показателей экспериментальной группы №2 до и после тренинга	117
Рис.3.3	Соотношение средних показателей первичной и вторичной психодиагностики контрольной группы	119
Рис.3.4	Соотношение средних показателей экспериментальных групп №1 и №2	121
Рис.3.5	Соотношение средних показателей экспериментальной группы №1 и контрольной групп	122
Рис.3.6	Соотношение средних показателей экспериментальной группы №2 и контрольной группы	124
Рис.3.7	Соотношение средних показателей экспериментальной группы командиров подразделений до и после тренинга	126
Рис.3.8	Диаграмма соотношения средних показателей экспериментальной и контрольной групп командиров подразделений	128

АББРЕВИАТУРА

РМ	Республика Молдова;
НА	Национальная Армия;
СМОЛ	Сокращённый, многопрофильный опросник личности;
Д	Достоверность;
ЛАП	Личностный адаптационный потенциал;
НПУ	Нервно-психическая устойчивость;
КС	Коммуникативные способности;
МН	Моральная нормативность;
ЭГ	Экспериментальная группа;
КГ	Контрольная группа.

Введение

Актуальность и значимость исследуемой темы. Отсутствие теоретических основ и практического опыта в области военного дела, а также негативного воздействия политического, экономического, социально-психологического кризиса на военный организм привело к несовершенству современной системы обеспечения военной безопасности государства [26]. Это явилось одной из главных причин разработки Концепции военной реформы, одним из направлений которой является научные исследования проблем в области военно-социально-психологических исследований, что предполагает создание и развитие национального военно-научного потенциала [32]. Важность научных исследований в области обороны и поиск мер для продвижения военно-научного потенциала, подчеркивается и в Стратегии национальной обороны. Таким образом, динамика научного производства должна способствовать выявлению факторов риска для национальной системы обороны, а также механизмов их преодоления, обеспечивая превентивный характер национальной системы обороны [34; 167].

Реформирование армейской системы осуществляется в рамках транзитивного современного общества, т.е. в тесной связи с процессами трансформации общественного устройства Республики Молдова. В непрерывно изменяющейся сложной социально-экономической, общественно-политической и информационной обстановке, трансформируется и сам социально-психологический портрет личности военнослужащего. С целью выявления факторов риска боевого потенциала и впоследствии формирования обороноспособности государства через призму психологической готовности воина отразить внешнюю агрессию, встает необходимость изучения социально-психологического портрета новобранца.

Психические расстройства, среди новобранцев, являются одной из основных причин увольнения в запас и составляют 46% среди всех заболеваний в структуре общей увольняемости солдат срочной службы [190; 260]. Согласно статистическим данным Центральной комиссии военно-медицинской экспертизы Вооруженных Сил Республики Молдова, отмечается тенденция к росту психических расстройств, которые, чаще всего, выявляются среди военнослужащих в первые месяцы прохождения срочной службы. Мы предполагаем, что одним из факторов, который влияет на эскалацию невротических состояний, является дезадаптация новобранцев к новым армейским условиям. В результате дезадаптации, личность новобранца деформируется как в нравственном, так и в

психологическом плане, как следствие это переживается такими чувствами как: безысходность, растерянность, тревога, страдания и потеря смысла жизни [67]. Армия, как организация, является частью общих институтов, которая стимулирует и создает определенные типы поведения, отношений и собственные стили мышления. Армейский режим формирует специфическую среду, он строго структурирован, унифицирован, регламентирован независимо от страны, в которой был создан. Помимо оборонительной функции, военная организация является институтом контроля и социализации, которая производит стандартизацию нового социального статуса личности – военнослужащий, новобранец. Резкий переход от одного социального статуса к другому, предполагает трудности в адаптации к новым условиям жизнедеятельности.

Условия воинской службы предъявляют достаточно жесткие требования к личности молодого новобранца, где он подвергается специфическим воздействиям многочисленных факторов служебного и социального характера (резким изменениям жизненного стереотипа, социального статуса, высокими эмоциональными и физическими нагрузками). Таким образом, армейские условия являются стрессовым фактором для адаптации молодого человека призванного в армию [118]. Адаптация к этим новым для новобранца армейским условиям во многом зависит от его личностных характеристик. А.Г Маклаков (2005) отмечает, что совокупность относительно стабильных личностных характеристик военнослужащих определяет успешность адаптации к самым различным армейским ситуациям, а их взаимосвязь он называет адаптационным потенциалом [163; 165].

Условием адаптации личности к новым социальным ситуациям выступает включение личности в формы деятельности, соответствующие новым ситуациям [97]. В ряде случаев включение человека в новые, непривычные для него формы деятельности осложняется отсутствием у него ряда индивидуально-личностных особенностей, необходимых для того или иного вида деятельности [166]. Таким образом, развитие определенных личностных характеристик военнослужащего, может способствовать успешной адаптации новобранцев к армейским условиям. Актуальность исследуемой темы заключается и в отсутствии программ по развитию особенностей военнослужащих, на организационно-методическом уровне профессиональной деятельности психологических служб Национальной Армии.

Также, очень часто, взаимоотношения в армейских подразделениях между военнослужащими контрактной и срочной службы приобретают напряженный характер, так как военнослужащие контрактной службы не удовлетворены социальным льготам,

предоставленными государством, на сегодняшний момент. Так, денежные выплаты с трудом покрывающие прожиточный уровень, не обеспеченность жилым фондом, а также специфические условия труда и повышенные требования к выполнению воинских обязанностей, приводят к неблагоприятной морально-психологической установке младших командиров, по отношению к своим подчиненным. В этих условиях проблема социально-психологической адаптации молодых солдат срочной службы приобретает особую важность. [90; 123; 138].

Представление темы исследования в международных, национальных, зональных изысканиях в междисциплинарном и в трансдисциплинарном пространстве. Адаптация рассматривалась в русле различных исследовательских направлений и школ, первооткрывателями в понимании феномена адаптации были взгляды: Ж.Пиаже, Г.Гартман, Г.Айзенк, Б.Скинер, Р.Лазарус, Л. Филипс, А. Маслоу, К. Роджерс [268; 269; 273].

Проблемы общей теории «адаптации» исследовались в работах А.А.Реан [208], С.И. Сороко, А.А.Алдашева [227]; С.Ю. Добряк [105]; Ф.Б.Березин [74]; В.Д.Сонькин, О.И.Зотова и И.К.Кряжева [113]; Б.Д.Парыгина [194]; Г.М.Андреева [70]; А.Налчаджян [196]; Ж.Г.Сенокосов [218]; В.П. Каширин, С.И.Розум [205]. Понятие «психическая адаптация» рассматривали В.М. Воловик, М.Е.Сандомирский [203; 206]; акцент на изучение «адаптационного потенциала» ставили: А.Г. Маклаков [165]; А.А., Реан А. Р. Кудашев [199]; Баранов А.А. [73]; Н.Л. Коновалова, С. Т. Посохова [200]; А.М Богомолова [75]; В.А. Кулганова [150]; С.В. Чермянин [167; 173]; а на «адаптированность» Л.А. Петровская [187]; Л.Л. Шпак [246]; Н.И. Сарджвеладзе [158].

Адаптационные факторы изучали: Е.В. Леонова [155]; Б.Г. Ананьев [69]; И.А. Георгиева [89]; Л.И.Анцыферова [71]; Л.Г.Лаптев [152]; Н.А.Свиридова [214]; С.В.Овдей [182]; В.Ю.Селин [216]; А.А. Алдашева[65]; Г.М. Шавердян [243]; Л.Н. Корнеева, О.И.Зотова, И.К.Кряжева [113]; Т.А.Кухарева [151]; В.Г.Леонтьев [156]; С.А. Ларионова [153]; К.С. Точилов [232]; Н.А. Агаджанян [64]; Э.И.Горфинкель и И.К.Клейников [92]; Д.В.Шлыкова [245]; М.А.Абрамова [60].

Особенности и факторы адаптации новобранцев к армейским условиям исследовались в работах: Ж.Г.Сенокосова [219]; А.А.Алдашева [65]; С.Е.Квасов [128]; В.В.Пепелев [185]; В.Г.Чайка [238]; А.Г.Маклаков [166]; А.В.Осницкий [183]; О.Н.Тузова [233]; А.С.Кислицин [132]; А.А. Налчаджян [178]; С.В. Ильинский [117]; И.Н.Козлова [136]; О.Э.Неронов [179]; А.М.Мухаметжанова [176;177]; В.И.Черноруцкая и А.Г.Наумлюк [238];

В.В.Калита [121]; Н.В.Козина, А.Д.Скорнякова [135]; В.А.Червякова [238]; Е.В.Логутова и Л.А.Тунина [160]. Специфику взаимоотношений в воинском коллективе изучали: В. И. Варваров и Л. Е. Мерзляк, Д. А. Волкогонов, В. Г. Демин, П. А. Корчемный [142].

В Республике Молдова феномен адаптации изучался такими авторами как: S. Rusnac [58], V.Gonța [30], M.Pleşca [43], O.Paladi [42], E.Losîi [37] - рассматривали адаптацию студентов к университетской среде; Ig.Racu, Iu.Racu [48] - ставит акцент на адаптацию студентов с ограниченными возможностями; Н. Букун (2015) - исследует особенности социальных установок старшеклассников и их связи с социально-психологической адаптацией в современных условиях жизни, а так же изучает процессы социально трудовой адаптации учащихся и выпускников вспомогательных школ [9; 78]; E.Puzug рассматривает психосоциальную адаптацию студентов первого курса высших учебных заведений [44: 45]; S.Тoma - изучает психосоциальную адаптацию детей с особыми образовательными потребностями [56]; U. Stati [54; 55], M.Chirilov [13] - свою исследовательскую работу посвящает психосоциальному аспекту адаптации студентов военной академии «Александру чел Бун»; Ж.Раку, В.Красковская [143; 144; 145; 146; 147] изучает взаимосвязь личностных характеристик и стресса у военнослужащих.

Проблема исследования.

Несмотря на потребность армейской системы в улучшении качества кадрового боевого потенциала Национальной Армии, посредством формирования личности военнослужащего способного быстро и эффективно адаптироваться к требованиям транзитивного современного общества, наблюдается определенный дефицит исследований социально-психологической адаптации военнослужащих с целью их поведенческого прогнозирования в условиях армейской среды.

Социально-психологическая адаптация, обусловлена широким спектром как социальных, так и личностных факторов, от влияния которых зависит поведение молодых солдат в первые месяцы военной службы. Психологические особенности солдат, с одной стороны определяются уровнем сформированности некоторых индивидуально-личностных особенностей новобранцев, образующих интегральный конструкт – личностный адаптационный потенциал, а с другой, обусловлены влиянием социально-личностных компетенций командиров.

Проблема социально-психологической адаптации новобранцев к армейским условиям выделяется в самостоятельный модуль, так как негативными последствиями дезадаптации являются психологические травмы, сопровождающиеся психо-

эмоциональными расстройствами и проявлениями девиантного поведения [100, с.126-130; 126]. Таким образом, многие новобранцы испытывают трудности в адаптации к условиям армейской среды, нуждаясь в программе развития индивидуально-личностных особенностей военнослужащих.

Таким образом, анализ вышеперечисленных факторов помогли сформулировать **проблему исследования**, которая основана на изучении и определении *взаимосвязи* между факторами социально-психологической адаптации и уровня сформированности индивидуально-личностных особенностей новобранцев, определяющих успешность их адаптации. А так же, на решении *противоречия* между потребностью оптимизации адаптационного потенциала новобранцев и формирования социально-личностных компетенций командиров, и отсутствием программ по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, на организационно-методическом уровне профессиональной деятельности психологических служб Национальной Армии Республики Молдова.

Решение указанных противоречий может стать основой для прогнозирования особенностей поведения новобранцев в первые месяцы прохождения срочной военной службы, раннего выявления дезадаптивных солдат, а так же своевременного психологического сопровождения военнослужащих в транзитивный период развития нашего общества.

Цель исследования данной работы, изучить факторы, определяющие социально-психологическую адаптацию/дезадаптацию новобранцев к армейским условиям, а так же разработать, апробировать и предложить к использованию программу по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, направленную на формирование адаптационного потенциала новобранцев и социально-личностных компетенций командиров.

В соответствии с целью исследования решались следующие исследовательские **задачи**:

1) Провести теоретический анализ научных исследовательских направлений феномена социально-психологической адаптации. Определить факторы и выявить особенности проявления социально-психологической адаптации новобранцев в условиях армейской среды.

2) Провести социально-демографический анализ состава новобранцев Национальной Армии за призывной период 2010 – 2020.

3) Исследовать индивидуально-личностные особенности новобранцев, определяющие успешность адаптации к армейским условиям, выявить их взаимосвязь, создать социально-психологический профиль личности адаптированного/дезadaptированного новобранца, а также выстроить иерархию личностных характеристик, определяющих социально-психологическую адаптацию новобранца

4) Определить социально-личностные компетенции командиров подразделений.

5) Разработать, апробировать и определить эффективность программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих.

б) Внедрить рекомендации в практическую деятельность военных психологов, а также разработать методическое пособие, направленное на эффективное обеспечение профессиональной деятельности психологических служб Национальной Армии.

По предварительному анализу проблемы, в соответствии с целью и с задачами исследования была определена основная **гипотеза**: *Успешность социально-психологической адаптации новобранцев к условиям военной службы, обусловлена как социальными, так и личностными факторами, и зависит от уровня адаптационного потенциала новобранцев и социально-личностных компетенций командиров, которые возможно оптимизировать посредством внедрения программы, направленной на развитие индивидуально-личностных особенностей военнослужащих.*

Методология научноисследования состоит из комплекса методов:

- *теоретические* (анализ научных источников, обобщение научного материала, гипотетико-дедуктивный метод исследования и интерпретация результатов);

- *эмпирические* (констатирующий, формирующий и контрольный эксперименты);

- *анкетирование* (анкета разработана автором, апробирована и внедрена в работу военных психологов)

- *тестирование* (многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО-АМ) А. Г. Маклаков и С. В. Чермянин; многофакторный опросник для исследования личности «СМОЛ», В. П. Зайцев и В. Г. Козюля; оценка нервно-психической устойчивости «ПРОГНОЗ-1», В.Ю. Рыбников; «Определение уровня самооценки» С.В.Ковалев; «Мотивация успеха и боязнь неудач» А.А. Реан; «Человек под дождем» Е. Романовой и Т. Сытько; «Самооценка стиля управления» Е.П.Ильин (2004); «Определение способов регулирования конфликтов», Кеннет У. Томас, Ральф Х. Килманн.

- *методы математической статистики.*

Структура работы.

Диссертация состоит из аннотации (на русском, румынском и английском языках), введения, трех глав, общих выводов, рекомендаций, библиографии, приложений и насчитывает 140 страниц основного текста, в том числе 40 таблиц и 24 рисунка.

Содержание разделов диссертации.

Во введении обосновывается актуальность и представление исследуемой темы исследования в международных, национальных, зональных изысканиях. В самостоятельный модуль выделяется проблема социально-психологической адаптации новобранцев к армейским условиям, сформулированы цели и задачи исследования, была определена исследовательская гипотеза, указаны методология исследования. Представлено краткое содержание глав диссертации с акцентом на необходимость проведенного анализа для достижения цели и решения задач исследования.

В Главе 1. Теоретико-методологический анализ проблемы адаптации новобранцев к военной службе рассматривается феномен социально-психологической адаптации в свете различных исследовательских направлений, а так же проводится анализ основных концепций и научных подходов к толкованию понятий: «адаптация», «социальная адаптация», «психическая адаптация», «адаптационный потенциал» и «адаптированность». На основе теоретического анализа различных исследовательских взглядов определяются психосоциальные факторы социально-психологической адаптации, влияющие на эффективность адаптации. Особая роль выделяется теоретическому анализу уровней развития социально-психологических характеристик юношей и влиянию внешних и внутренних факторов на становление личности новобранцев. Данные факторы могут либо способствовать, либо не способствовать формированию адаптационных возможностей военнослужащих. Теоретический анализ многочисленных исследователей позволил выявить теоретическую модель личностных характеристик адаптированной и дезадаптированной личности новобранца. В первой главе приходим к выводу, что социально-психологическая адаптация новобранцев к армейским условиям в транзитивном периоде развития общества затрагивает все аспекты жизнедеятельности и функционирования человека. При этом, успешность адаптационных изменений, зависит от сформированности определенных индивидуально-личностных характеристик новобранца.

В Главе 2. Эмпирическое исследование адаптации новобранцев описаны концептуальная схема, процедура и методы исследования, выдвинуты цель, задачи, частные гипотезы констатирующего эксперимента, характеристики выборок, описаны методы и процедуры исследования. На основе анализа анкетных данных составлен социально-

демографический профиль личности новобранцев за призывной период 2010-2020 годов. Так же, представлено социально-психологическое исследование адаптационного потенциала новобранцев призывного периода 2018 года и социально-личностных компетенций их командиров в условиях армейской среды. Представлена статистическая обработка полученных психодиагностических данных и установлены значимые статистические связи. Результаты констатирующего эксперимента и анализ корреляционных взаимодействий характерологических особенностей новобранцев позволили нам выстроить социально-психологический профиль личности адаптированного и дезадаптированного новобранца. Было выявлено, что поведенческие паттерны дезадаптивной личности новобранца чаще всего проявляются в демонстрации признаков девиантного поведения. Опираясь на данные эмпирического исследования, мы пришли к выводу о необходимости психологического сопровождения дезадаптивных солдат и создания, апробации и оценки эффективности программы по развитию индивидуально – личностных особенностей военнослужащих, с целью оптимизации социально-психологической адаптации новобранцев к условиям армейской среды

В главе 3. Оптимизация социально-психологической адаптации посредством формирования характерологических особенностей личности новобранцев описана методологическая база формирующей работы, дана общая характеристика программы формирующего эксперимента, ее цель, задачи, гипотеза. Разработана и экспериментально апробирована программа по развитию индивидуально – личностных особенностей военнослужащих. Дана оценка эффективности реализованной программы и представлена статистическая обработка психодиагностических данных, так же установлены значимые статистические связи. Формирующая работа с целью оптимизации социально-психологической адаптации военнослужащих, продемонстрировала эффективный результат в тех подразделениях, где программа по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, состояла из двух блоков и была направлена как на развития социально-личностных компетенций командиров, так и на развитие адаптационного потенциала новобранцев.

Общие выводы и рекомендации содержат структурированное изложение и соответствующие обобщения по разделам научного исследования всех полученных результатов соотнесенных с темой, гипотезой, целью и задачами диссертации. Включает описание личного вклада, подчеркивающее его теоретическую значимость и практическую

ценность, разработаны определенные рекомендации для работы с новобранцами в армейских условиях по развитию их социально-психологической адаптации, а так же обозначена перспектива дальнейших исследований по данной тематике.

1. Теоретико-методологический анализ проблемы социально-психологической адаптации новобранцев к военной службе

1.1 Феномен социально-психологической адаптации в свете различных исследовательских направлений.

Адаптация является одним из ключевых феноменов, изучающих человека с самых различных аспектов: естественнонаучного, общественно-научного и гуманитарного. Именно поэтому, в научной литературе существует много различных подходов, мнений и взглядов на то, что можно считать «адаптацией» [101; 247; 261].

Феномен адаптации можно рассматривать с позиций «человек-среда» где человек включен в систему взаимодействий и взаимоотношений с внешней средой. Поскольку наше исследование было направлено на изучение адаптации новобранцев к армейской среде, то считаем необходимым начать его с рассмотрения определений понятия адаптации и связанных с ней производных: «социальная адаптация», «психическая адаптация», «адаптированность», «адаптационный потенциал».

В зависимости от исследовательских направлений, которых придерживались авторы, предлагаются различные интерпретации явления адаптации: как «*процесса и как результата*». Термин «адаптация» (от латинского *adapto* - приспособлять) появляется в XVIII веке и связан с именем немецкого физиолога В. Ауберта (1865), который рассматривал его как «*процесс* приспособления органов зрения в ответ на раздражитель» [61,с.-15]. Именно этот научный факт, стал началом серьезного изучения проблемы адаптации который, в самом начале, получил прочную теоретическую и эмпирическую базу в рамках эволюционной теории (Ж. Бюффон, Ж. Сент-Иллер, Ж.Б. Ламарк, И. Дарвин).

Взгляд на психическую регуляцию поведения, посредством уравнивания механизмов адаптации («аккомодации» и «ассимиляции») развивался психологами функционалистской ориентации. Так, Ж. Пиаже (1923) разработал концепцию интеллектуального развития, где отмечал идею о том, что интеллект, развиваясь, выполняет функцию адаптации «как *процесса*» к новой обстановке [272].

Психоаналитическая концепция адаптации Г.Гартманна (1939), рассматривает изучение развития личности, где автор придает большое значение инстинктивным влечениям, которые порождают конфликт и способствуют изменениям или во внешней среде «*аллопластическая адаптация*» или в самой личности «*аутопластическая адаптация*» [259, с.25]. Г.Гартманн, так же как и Ж.Пиаже, процесс адаптации объясняют

посредством баланса двух механизмов, которых называют по-разному. Психоналитики четко разделяют понятия адаптации как «*процесса*» и понятия адаптированности как «*результата*». В процессе адаптации происходят изменения, как личности, так и среды, в результате чего между ними устанавливаются отношения адаптированности. По мнению авторов, адаптированная личность это та, у которой нет нарушений психического равновесия, она умеет наслаждаться жизнью, и продуктивна, во всем что делает.

В рамках необихевиористского подхода, Г. Айзенк и Р. Хэнки (1946) выходят на проблему адаптации через дефиницию «социальная адаптация», обозначающую процесс достижения баланса между индивидом и средой. Дж. Вольп и Б. Скиннер (1965) объясняют причины дезадаптивного поведения личности «неправильным поведением», в то время как внутриспсихические явления ими игнорируются [274, с.25]. Поэтому предполагается, что социальная адаптация у необихевиористов это «*процесс*» изменений в социальных отношениях.

Интеракционистская концепция Л. Филипса (1968), дает такое определение как «эффективная адаптация личности», эффективный ответ личности на социальные ожидания, при котором личность удовлетворяет свои потребности и полностью реализуется в том обществе, в котором живет. Эффективная адаптация обусловлена как внутриспсихическими, так и средовыми факторами [70; 272]. Интеракционисты проводят различие между общей и ситуативной адаптацией, где общая адаптация и есть адаптированность как *результат* последовательного ряда ситуативных адаптаций.

Гуманистическая концепция (А. Маслоу, Дж. Келли, К. Роджерс), рассматривает тенденции развития личности в расширении возможностей для актуализации своего потенциала в процессе самореализации в социальной среде. Актуализация своего Я ведет к формированию «полноценно функционирующего человека». Гуманисты рассматривают мотивы и потребности, удовлетворение которых ведут к «эффективной адаптации» и те, которые могут привести к дезадаптации личности [268, 266, с.132]. Исходя из этого, они понимают адаптацию как «*процесс* актуализации» и как «*результат* этого процесса» - становление «функционирующего человека».

Экзистенциальный подход (Кьёркегора, Гуссерля, Сартра, Франкла, Камю, Ясперса, Хайдеггера и др.) рассматривает адаптацию как один из «*процессов*», который проходит личность при поиске смысла жизни [258].

Таким образом, большинство авторов в русле различных школ и направлений, отмечают признаки присущие адаптивным процессам и рассматривают адаптацию, как

гомеостаз, баланс, равновесие, взаимодействие, как результат и как процесс установления соответствия между актуальными потребностями и их удовлетворением [263]. Исходя из общих идей понятия феномена адаптации, А.А.Реан с соавт. (2006) предлагает свою классификацию исследовательских направлений:

- 1) первое направление, исследования связанные с психоаналитическими концепциями взаимодействия личности и социальной среды;
- 2) второе направление, исследования связанные с гуманистической психологией;
- 3) третье направление – с когнитивной социальной психологией [209, с.114].

Анализ разнообразия теоретических и методологических взглядов, позволил нам разработать таблицу понятийного аппарата феномена адаптации, куда были внесены исследовательские направления авторов и их взгляды на адаптацию как на процесс или как на результат, или же, как на одно, так и на другое.

Таблица 1.1 Исследовательские направления феномена социально-психологической адаптации [разработана автором].

<i>Исследовательское направление</i>	<i>процесс</i>	<i>результат</i>
Функционализм	Процесс адаптации к новой обстановке	-
Психоанализ	Процесс изменения личности и среды	Адаптированная личность
Необихевиоризм	Процесс изменения социальных отношений	-
Интеракционизм	-	Общая эффективная адаптация
Гуманизм	Адаптация как процесс актуализации	Функционирующий человек
Экзистенциализм	Адаптация как процесс поиска смысла жизни	-

Феномен адаптации, по мнению А.А.Реан (2006), интегрирует в себе два подхода: «процессуальный» – комплекс всех психических качеств, которые развились в процессе адаптации; и «результативный» – это результат к которому привел этот процесс [209, с.187].

Согласно Медведеву В.И. (2001) В глобальном смысле адаптация понимается как системный ответ организма на воздействие внешней среды, при котором происходят изменения гомеостаза, ведущие к обеспечению жизнедеятельности организма путем формирования адекватного поведения [205, с.67]. Сороко С.И. Алдашева А.А. (2012) доказывают, что в системе «человек - среда» именно человек является активным компонентом, который, в своем поведении, использует генетические и приобретенные адаптивные механизмы для построения различных стратегических моделей адаптации [227, с.5-6]. По мнению Добряк С.Ю. (2004), «адаптация» определяется как процесс взаимодействия человека с окружающей средой, в результате которого возникают

различные модели поведения адекватные условиям внешней среды [105, с.5]. Адаптационный процесс происходит постоянно, так как изменения в социальных условиях нашего мира и в нас самих, тоже постоянно меняются. Таким образом, адаптация рассматривается как некое соглашение между индивидом и окружающей средой [56; 144; 147]. Последствия адаптации сказываются на общем состоянии и качестве жизни человека [8; 41, с.173-176.].

Понятие «социально-психологической адаптации» отождествляется с адаптацией личности вообще [154]. Социально-психологическая адаптация понимается как «двусторонний и активный процесс, в котором взаимодействуют личность и коллектив», в результате чего личность усваивает психологию микрогруппы посредством включения в межличностные отношения, а результатом служат не только изменения личности, но и изменения самого коллектива [70].

О.И.Зотова (1979) и И.К.Кряжева (1980) рассматривали социально-психологическую адаптацию как взаимодействие личности и социальной среды, которое приводит к «адекватным соотношениям целей и ценностей индивида и группы». В этом случае, адаптация происходит только тогда, когда социальная среда способствует удовлетворению потребностей и реализации стремлений личности на пути раскрытия её индивидуальности [113, с.213].

По мнению Б.Д.Парыгина (2000) и Г.М.Андреева (2009), социальная адаптация является «показателем зрелости личности в процессе ее социализации» и приобретения определённого социально-психологического статуса [192, с.34]. В таком случае, овладевая деятельностью и совершенствуясь в ней, личность включается в социальные роли, связи и отношения, в результате происходит социально-психологическая адаптация (или дезадаптация) личности [140].

А.Налачаджян (1988) определяет социально-психологическую адаптацию как взаимоотношение, которое «устанавливается между эталонной группой и продуктивной», самоутвержденной, творческой личностью, удовлетворяющей свои социогенные потребности. [159, с.68; 177].

На основании вышеописанных подходов Ж.Г.Сенокосов (1989) дал своё понимание социально – психологической адаптации новобранцев к воинской службе. Автор определил феномен адаптации как «процесс выбора таких стратегий поведения и форм общения, которые позволяют согласовать ожидания участников сложившейся адаптационной

ситуации в условиях соответствия или несоответствия основных ценностей личности и воинского коллектива» [219, с.8].

По мнению Г.М. Андреевой (2001) социально-психологическая адаптация это взаимодействие личности и среды, при котором происходит «баланс между целями и ценностями личности и социума». Эффективная адаптация возможна только в случае, когда социальная среда способствует удовлетворению потребностей индивида и приводит к раскрытию его индивидуальности [70; 268; 270].

По мнению В.П. Каширина (2016), социально-психологическая адаптация личности может выступать как аспект «производственной адаптации и как самостоятельный процесс» в системах эмоционально-эмпатичных и дружеских взаимоотношений между людьми [230, с.78].

Розум С.И. (2006) определяет особенность социально-психологической адаптации в том, что адаптивным изменениям, в большей мере, подвергается не психофизиологическая сфера индивида, а «система общественного поведения человека в социуме» и таким образом в таком контексте социальная адаптация рассматривается и как процесс и как результат [205, с.56].

Определяя понятие «психическая адаптация» необходимо остановиться на взглядах Ф.Б.Березина (1988) где он рассматривает психическую адаптацию как «процесс установления *оптимального* равновесия между личностью и средой в ходе осуществления жизнедеятельности необходимой для человека» [74, с.269-270]. Таким образом, в первую очередь происходит обеспечение психической деятельности и поведения человека в соответствии с требованиями среды. В этом контексте, психическая адаптация, с одной стороны должна постоянно сохранять свой адекватный гомеостаз между личностью и средой, а с другой стороны постоянно оптимизировать физиологические и психологические характеристики для формирования стабильных психофизиологических отношений.

По мнению В.М. Воловик (1984), «психическая адаптация - это личностная функция, которая активно обеспечивает баланс между личностными потребностями и динамическими изменениями внешних условий среды» [208, с.5-15].

Согласно М.Е.Сандомирскому (2005), психическая адаптация включает в себя психологическую адаптацию: «Психическая адаптация рассматривается как комплексный феномен, который не сводится только к адаптации психологической (в англоязычной литературе термин «психологическая адаптация» - *psychological adaptation* - используется как синоним психической адаптации) и требует для своего изучения учета как

психологических, так и физиологических параметров» [202, с.234]. Очень часто в психологии с одной стороны, по-разному рассматривают психическую и психологическую адаптацию, а с другой многие исследователи не всегда проводят эту «грань» [102, с.241-247; 248; 250; 257; 260].

А.А.Реан с соавт. (2008) рассматривает явления адаптации и личностного развития как «взаимно дополняющие друг друга в процессе самоактуализации», автор подчеркивает что, социально-психологическая адаптация это активное самоизменение личности в соответствии с теми требованиями, которые преподносит ситуация. Исследователи, так же как и А.Г.Маклаков подчеркивают, что успех адаптации зависит от уровня развития личностных особенностей индивида, а сама адаптация является мощным стимулом для развития личности [199, с.143].

В этом контексте, А.Г.Маклаков (2001) акцентирует внимание на адаптации не как на процессе, а как на «*свойстве* любого саморегулирующего организма». Данное свойство он называет «*адаптационными способностями*», их уровень развития определяет период, в рамках которого может адаптироваться тот или иной конкретный организм. Далее, обращаясь к роли личности, он излагает что, «адаптационные способности зависят от уровня развития психологических особенностей личности, как основного фактора в установлении адекватной самоорегуляции организма в различных условиях ее жизнедеятельности». Данные психологические особенности объединяются в единый конструкт, который А.Г.Маклаков называет: «*личностный адаптационный потенциал*». Чем значительней адаптационный потенциал индивида, тем выше вероятность успеха его адаптации и эффективного функционирования при увеличении интенсивности воздействия психогенных факторов внешней среды. Личностный адаптационный потенциал это не врожденное конструкт, он формируется в течении жизнедеятельности индивида и включает в себя, по мнению А.Г.Маклакова, следующие характеристики: «нервно-психическую устойчивость, самооценку, ощущение социальной поддержки, уровень конфликтности личности и опыт социального общения» [164, с.16-24].

На наш взгляд, адаптационный потенциал может являться основой вероятностного прогноза динамики процесса адаптации личности к меняющимся условиям среды. Для примера, приведём еще несколько подходов к пониманию адаптационного потенциала.

Так, Н.Л.Коновалова (2009) определяет личностный адаптационный потенциал как «интегрирующую характеристику психического здоровья» и рассматривает его как «совокупность внутренних факторов, определяющих успешность адаптационных

изменений». Адаптивность, по мнению этого автора, зависит от очень многих факторов как врожденных, так и приобретенных и находится в тесной связи с возрастной периодизацией развития личности. В составляющие адаптационного потенциала автор включает: уровень психического развития, личностные особенности и система отношений, характер и содержание психологических проблем, позиция личности по отношению к ним [196, с.67].

В. Леонтьев (2002) - личностный адаптационный потенциал является «интегральной характеристикой уровня личностной зрелости» и включает устойчивую совокупность личных свойств, накопленных человеком в процессе жизнедеятельности и обуславливающих его способность к оптимальному осуществлению деятельности [156, с.87].

В.Н. Марков (2007) рассматривая понятие, адаптационный потенциал как психологический феномен, включает в его структуру мотивы и способности, где способности индивида отражают уже «реализованный потенциал, а мотивация личности определяет дальнейшие перспективы его развития» [284, с.75].

Л.Э.Кузнецова (2011) рассматривает адаптационный потенциал как «интегральную переменную», которая характеризуется как совокупность индивидуальных признаков личности детерминирующих эффективность адаптации в экстремальных ситуациях [200, с.230].

Ю.И.Голстых (2004) под адаптационным потенциалом рассматривает совокупность индивидуально-психологических характеристик, набор которых в различных исследованиях неидентичен. Заключение о состоянии адаптационного потенциала определяется в «результате изучения уровневых характеристик этих свойств» [61, с.123].

С. Т. Посохова (2001) рассматривает адаптационный потенциал как интегральное образование, которое объединяет в себе «биологические, психические и психологические свойства личности» для создания и реализации новых моделей поведения в изменяющихся условиях жизнедеятельности индивида. По мнению автора, адаптационный потенциал включает в себя «биопластический, биографический, психический и личностно-регуляторный механизмы» [200, с.89].

Согласно исследованиям А.М Богомолова (2008), личностный адаптационный потенциал понимается как «способность индивида к адаптивным изменениям». А так же он рассматривается и как интегральный конструкт, включающий адаптационные ресурсы как внутренние (личностные) так и внешние (средовые). Важными составляющими адаптационного потенциала автор считает «механизмы и способы использования и

преобразования адаптационных ресурсов». В адаптационные ресурсы, автор включает соответствующие компоненты на каждом из выделенных им уровней: «индивидуальный уровень включает психофизиологические характеристики и познавательные процессы; субъектно-деятельностный уровень включает инструментальные и творческие способности; личностный уровень включает мотивационные и коммуникативные возможности». По мнению автора, адаптационный потенциал личности характеризует адаптационные ресурсы личности к прохождению адаптационного процесса [76, с.67-73].

С. Ю. Добряк (2004), исследуя психологическую адаптацию военных курсантов, вместо понятия адаптационный потенциал использует его производную – «адаптивность», которую обозначает как возможность личности к психической адаптации [105, с. 7].

Проведенный теоретический обзор в области исследования понятия адаптационный потенциал, позволил нам сделать некоторые общие выводы данного феномена:

- рассматривается как совокупность внутренних факторов;
- исследуется как комплекс, конструкт, объединение некоторых психологических особенностей личности, которые в свою очередь, обеспечивают успешность процесса адаптации;
- так как, это конструкт, имеющий сложную систему, основным подходом к его исследованию выступает системный анализ;
- является целостным понятием, объединяющим характерные ресурсы на различных уровнях организации личности (индивидуальном, субъектно-деятельностном, личностном);
- может определять границы адаптационных возможностей индивида по диапазону ответных реакций на воздействующие психогенные факторы внешней среды;
- адаптационный потенциал взаимосвязан с возрастными особенностями развития личности и включает наличие латентных свойств, которые могут проявляться при изменении направления, содержания и силы воздействия адаптагенных факторов.

Активная и созидательная деятельность человека оказывает изменения в социальной среде и способствует развитию адаптивных механизмов и приобретению новых качеств личности, при этом формируется адаптированность, которая определяется по степени интеграции личности и среды. Таким образом, «адаптированность» это результат, который предполагает сформированность у индивида определенных навыков взаимодействия и стратегий поведения, которые будут определять успех его адаптации к новым условиям жизнедеятельности.

Так, по мнению Л.А. Петровской (1985), определяющими компонентами адаптированной личности будут являться следующие характеристики: «владение вербальными и невербальными средствами взаимодействия, осознание потребностей, ценностных ориентаций, способность воздействовать на окружающую среду для достижения поставленных целей, способность осознавать стереотипы и адекватно воспринимать себя и других людей, способность брать ответственность за свои поступки и конструктивно разрешать конфликтные ситуации» [187, с.141].

Л.Л. Шпак (1992) понимает под «адаптированностью» такое состояние, при котором индивид чувствует изменения, как в самом себе, так и в привычном его окружении [245, с.203]. Существуют критерии «социальной адаптированности», которые условно можно разделить на объективные и субъективные. Объективные отражают степень овладения личностью ценностей, правил и норм поведения, принятых в данной социальной группе, а субъективные ориентируются на удовлетворение личностных потребностей и положительное отношение к членству в этой группе.

Одним важнейшим следствием успешной адаптации является возможность приобретения автономности. Как следствие: чем выше уровень адаптированности, тем выше уровень независимости личности к социальной среде. Н.И. Сарджвеладзе (1989), считает, что адаптированность это не константное явление и при нарушении достигнутого равновесия, личность вновь преодолевает состояние адаптированности и «выходит на новый уровень ее сформированности» [158, с.87].

Наша исследовательская работа направлена на изучение адаптации личности новобранца к новым армейским условиям, где адаптация рассматривается как феномен, который может отображать континуум противоположных значений. Позитивные значения, где новобранцы быстро привыкают к новым условиям армейской среды – в этом случае, мы говорим об установлении баланса между индивидом и средой, что приводит к эффективной адаптации. Негативные значения, где новобранцы не способны гармонизировать в новых условиях и как следствие, проявление дисбаланса между средой и индивидом, приводят к полярному адаптации процессу – дезадаптации [1; 11; 249; 253].

По мнению Т.В.Рогачевой (2015) «дезадаптивность», это противоречие между целью, которую преследует индивид и результатом, который он получает в процессе его активности. Автор рассматривает «дезадаптивность» как вариант адаптации, при которой проявляется неконструктивное, саморазрушающее поведение [206, с.107].

Другой взгляд на дезадаптивность предлагает В.А.Петровский (1992) в своей монографии «Психология неадаптивной активности», он делает акцент на «неадаптивность» личности, которая выражается в противоречивых отношениях между целью и результатом активности: «намерение не совпадает с деянием, замысел – с воплощением, побуждение к действию – с итогом» [188, с.45]. В этом противоречии, автор понимает, источник существования и развития личности. Таким образом, неадаптивность служит моментом динамики личности и определяет ее целостность.

Е.С. Рапацевич (1987) рассматривает дезадаптацию как «нарушение приспособительного поведения личности к общественным нормам» в силу воздействия различных внешних или внутренних факторов. Дезадаптивное поведение формируется постепенно и выступает как реакция на постоянно провоцирующие факторы [236, с.34].

Теоретический анализ показал, что существуют различные научные взгляды на природу адаптации, которые раскрывают данный феномен как результат сформированности различных индивидуально-личностных характеристик, данный факт говорит о комплексном и многофакторном характере данного явления.

В данном контексте, заслуживает особое внимание «теория результатанты», разработанная Р. Jelescu, которая явилась пролонгацией акционально-системной концепции, где рассматривается идея развития отдельных психических явлений (процессов, состояний, свойств личности) как результат взаимодействия различных комбинаций факторов, влияющих на развитие индивида в течении всей его жизни [36].

Социально-психологическая адаптация формируется постепенно и является результатом взаимодействия различных комбинаций внешних и внутренних факторов. В этой связи необходимо теоретическим методом исследовать и определить, какие факторы оказывают влияние на успешность адаптационных изменений, а какие наоборот, тормозят динамику данного процесса.

1.2 Внешние и внутренние факторы социально-психологической адаптации

Воздействие личностных (внутренних) и социальных (внешних) факторов может осложнить процесс приспособления новобранцев к новым армейским условиям. В этом контексте нам необходимо рассмотреть факторы, воздействие которых приводят к

адаптивному либо дезадаптивному поведению. Так, по мнению Н.Е. Водопьянова (2005), «интенсивное изучение факторов, способствующих успешной адаптации, выступает одним из доминирующих направлений прикладных психологических исследований» [222, с.147].

По мнению Е.В. Леоновой (2009), успешность социально психологической адаптации обусловлена совокупностью внешних и внутренних факторов. К *внутренним факторам* автор относит: «уровень интеллекта, эмоциональную устойчивость, самоконтроль, дисциплинированность, коммуникативные способности, мотивацию». К *внешним факторам*: «социально-экономическую ситуацию семьи, особенности образования, компетенции руководителей» [155, с.24-27]. По сути, к внутренним факторам автор относит личностные факторы, а к внешним факторам – социальные. При построение концептуальной базы нашей исследовательской работы, данное заключение наиболее импонирует нам.

Рассмотрим мнения и других исследователей: так, Б.Г. Ананьев (1980) объясняет успех адаптации влиянием двух групп факторов: *субъективных*, к которым автор относит демографические, физиологические и психологические; и *средовых*, к которым причисляет условия жизнедеятельности, особенности социальной среды [69, с.132]. Л.И. Анцыферова (1994) понимает адаптацию как процесс личностных изменений под воздействием внешних и внутренних факторов [71, с.3-18]. И.А. Георгиева (1985), в своей исследовательской работе, рассматривает: *внешние факторы* адаптации, под которыми понимает совокупность параметров, связанных с видами профессиональной деятельности субъектов; и *внутренние факторы*, к которым относит социально - демографические, психофизиологические и психологические характеристики [89, с.24]. Л.Г. Лаптев (1998) рассматривает четыре фактора адаптации личности: «когнитивный, эмоциональный, мотивационный и фактор практической деятельности» [152, с.210]. В целом, три фактора (когнитивный, эмоциональный, мотивационный), которые выделяет автор, можно объединить в категорию внутренних психологических факторов.

По мнению С. А. Ларионова (2002) выделяет следующие факторы, детерминирующие адаптацию личности: ценностные ориентации, направленность личности, «Я - концепция» личности, базовая социальная потребность личности в позитивном отношении, индивидуальные особенности личности, определяющие адаптационные ресурсы, адаптационные свойства интеллекта, эмоционально-волевой компонент. Кроме того, автором выделяются следующие факторы, детерминирующие дезадаптацию: несформированность высших социальных мотивов, низкий уровень развития

нравственных качеств личности, асоциальные тенденции, снижение волевого контроля над аффектом [231, с.11].

Многие исследователи делают акцент на развитие личностных характеристик как фактора эффективности адаптации [15; 16; 146; 251; 261; 262]. Так, по мнению Ф.Б. Березина (1988) доминирование мотивации достижения успеха над мотивацией избегания неудач является ведущим фактором, который способствует успешной адаптации [74, с.113; 171]. По мнению Н.А.Свиридова (2007) «Мотивы не только выступают сами в качестве факторов адаптации, но и опосредуют влияние внешних по отношению к индивиду условий, обстоятельств и воздействий» [216, с. 32].

Такие исследователи как С.В.Овдей (1978), В.Ю.Селин (1990), А.А. Алдашева (1995) считают, что одной из основных характеристик, влияющих на эффективность адаптации, является эмоциональная стабильность/нестабильность [56; 182; 217; 252]. Так же, было обозначено, что неадаптированная личность, имеет ряд других специфических эмоциональных реакций: тревожность, фрустрацию, напряженность, самообвинение [211; 242; 260; 274; 276; 280].

Л.Н. Корнеева (2007), в качестве значимой характеристики личности, влияющей на успешность адаптации, рассматривает самооценку, где подчеркивает возможность ее дисбалансировки в случаях, когда индивид не может реализовать свои возможности, что может сопровождаться негативными эмоциями и приводить к дезадаптации [197, с.132].

О.И.Зотова, И.К.Кряжева (1978), Т.А.Кухарева (1980), изучая влияние самооценки на адаптацию, пришли к выводу, что индивиды с неадекватной самооценкой не могут самоопределиваться в группе, в результате чего дезадаптируются [151, с.76].

В результате изучения В.Г.Леонтьевым (1992) факторов влияющих на успешность адаптации было выявлено, что такие личностные характеристики как волевые свойства, воображение, гибкость поведения, способность адекватно оценивать фрустрирующую ситуацию занимают одну из ведущих ролей, склонность к доминированию [156, с.201].

С.А. Ларионова (2002), в своем исследовании выделяет факторы, которые способствуют как адаптации, так и дезадаптации индивидов к внешней среде, причем она отмечает, что в процессе адаптации происходит самостоятельная перестройка организма, как под воздействием факторов внешней среды, так и процессов, происходящих внутри самого организма. Так, согласно концепции автора, к факторам, которые детерминируют адаптацию личности, относят:

- 1) ценностные ориентации, направленность личности;

- 2) «Я - концепция» личности;
- 3) социальная потребность личности в позитивном отношении;
- 4) индивидуальные особенности личности, определяющие адаптационные ресурсы;
- 5) адаптационные свойства интеллекта;
- 6) эмоционально-волевой компонент.

К факторам дезадаптации С.А. Ларионова относит следующие факторы:

- 1) несформированность социальных мотивов;
- 2) низкий уровень развития нравственных качеств;
- 3) асоциальные тенденции;
- 4) снижение волевого контроля над аффектом и влечениями [153, с.53].

Т.А. Кухарева (1980), изучавшая адаптацию молодых инженеров подчеркивает важную роль активности в деятельности и в общении, которая проявляется в таких личностных характеристиках как «инициативность, целеустремленность и самостоятельность» [151, с.124].

В работах А. Г. Маклакова (2001) и В. А. Кулганова (2006) с соавторами также производится оценка индивидуально-психологических признаков, уровень развития которых, соответственно, определяет вероятность успешной адаптации к широкому диапазону факторов внешней среды. Так среди личностных характеристик А. Г. Маклаков выделяет: нервно-психическую устойчивость, самооценку, ощущение социальной поддержки, уровень конфликтности и опыт социального общения [164, с. 16-24; 150].

К психофизиологическим факторам, детерминирующим успех адаптации некоторые авторы (Точилон К.С., 1966; Агаджанян Н.А., 1983) относят параметры нервной системы: так, «сильный тип нервной системы способствует успешной адаптации, в то время как слабый, наоборот, затрудняет» [64; 232, с.14].

Другие авторы, выделяют индивидуально-типологические особенности личности. В этом контексте Э.И.Горфинкель и И.К.Клейников (1974) отмечают, что наиболее адаптированными являются стабильные экстраверты и амбиверты, чем те, у кого наблюдается «высокий уровень нейротизма, который сочетается с экстраверсией и интроверсией» [92, с.89].

Б.Г.Ананьев (1980), исследуя демографические характеристики как фактор адаптации, отмечает обоестороннее влияние возраста на эффективность адаптации: с одной стороны у молодых людей адаптационные возможности выше, а с другой, с возрастом аккумулируется «опыт адаптации» [69, с.35-37].

А.М.Богомолов (2010) утверждает, что каждый возрастной период позволяет проследить изменения «адаптационного потенциала в процессе онтогенеза» [75, с.15-20].

По мнению В.В.Константинова (1998), адаптационный потенциал уже сформирован к 13-14 годам, что позволяет распределить подростков на группы, согласно их адаптационным возможностям [139, с.45].

А. Г. Маклаков, С. В. Чермянин (2009) в своем исследовании высказывают предположение о том, что максимальное развитие адаптационного потенциала достигается к возрасту 19-25 лет, а затем после 40 лет, адаптационные возможности человека снижаются [48; 58; 167, с.12-17].

По мнению М.М.Безруких (2010), В.Д.Сонькин (2007), наиболее значимые изменения физиологической адаптации начинают происходить в возрасте 5-7 лет, далее в период полового созревания адаптационные возможности временно утрачивают свою эффективность, а после 15-16 лет «уровень адаптационных возможностей устанавливается, как и у взрослых людей» [237, с.234].

П.А.Чукреев (2010) отмечает адаптацию как один из механизмов социализации, при котором развитие индивида происходит под влиянием, как общества, так и отдельных групп, например социальных институтов [227, с.172-177].

По мнению Е.Ф.Рыбалко (2001), «границы адаптационных возможностей обусловлены индивидуальными особенностями личности», при этом постановка адаптационных задач регламентируется микросоциальным окружением. Психологические новообразования периодов детства образует комплекс адаптационных средств, которые с годами накапливает человек, расширяя свои адаптационные возможности [161; 214, с.67].

Микросоциальным окружением личности является его семья – она обеспечивает взаимодействие индивида и общества, определяет уровень социализации и потребности человека. В семье ребенок, подражая взрослым, усваивает нормы и ценности, учиться понимать эмоциональные состояния здесь же формируется его самооценка и мировоззрение [50, с. 262-264]. Внутренний уклад семьи, отношение родителей между собой и детьми помогают выработать у детей свои особенности поведения и развивают критерии оценки: правильного/неправильного, положительного/отрицательного, хорошего/плохого. Морально-психологическая атмосфера, в которой воспитывается ребенок, очень важна, так как от ее благополучия зависит психическое здоровье и последующее формирование личности человека (Эйдемиллер Э., Мухина В., Мудрик А., Сатир В., Спиваковская А., Юстицкий В., и др.) [88; 119; 120; 181; 204].

Жизнь, условия воспитания и развитие ребенка в полной семье значительно отличается от неполной, так как кроме материальных трудностей, одинокий родитель не может одновременно реализовать роль матери и роль отца [191]. Результаты исследования Д.В.Шлыковой (2017) показывают что, «полнота» семьи и отсутствие/присутствие гармоничного внутрисемейного взаимодействия является одним из важных факторов адаптации/дезадаптации. По ее мнению, в неполных семьях расстроен воспитательный процесс детей, что приводит к дальнейшему «нарушению адаптивных механизмов индивидов и затруднению социально-психологической адаптации» к новым условиям жизнедеятельности [245, с.101-107]. В этой связи можно предположить, что нарушение адаптивных механизмов у детей из неполных семей исходит из несформированности характерологических особенностей, лежащих в основе адаптационного потенциала личности.

Рассматривая социальный институт образования как фактор влияния на успешность адаптации, Т.Парсонс (2018) анализирует его как «регламентированную школу», которая прививает индивиду мораль и ценности, выстраивает критерии оценки (хорошо /плохо) и готовит к адаптации в обществе, в котором он живет [229, с.132-137]. Качественное образование помогает занимать более продвинутые социальные позиции [122, с.33-39].

Согласно социологическому исследованию М.А Абрамовой (2010) степень адаптированности личности напрямую зависит от типа учебного заведения учащейся молодежи: уровень адаптированности учащихся высших учебных заведений намного выше, чем у студентов профессиональных технических училищ (ПТУ). По их мнению, изначально высшие учебные заведения и профессиональные технические училища продуцируют неравные социально-экономические условия и степень интеллектуального развития их учащихся – поэтому в ВУЗы чаще попадают индивиды, хорошо усвоившие культурные ценности общества с соответствующим уровнем адаптационных возможностей. М.А.Абрамова, так же в своей работе, делает акцент на зависимость места проживания и успешности адаптации, ее исследования доказывают, что адаптационный потенциал выше у жителей крупных населенных пунктов (городов), по сравнению с сельскими [60, с.195-212]. Социокультурное пространство, несомненно, является важным фактором адаптации молодежи [125]. Так, город и село отличают уровни социального уклада, принципы регуляции коллективной жизни людей, коммуникативные каналы, адаптационные механизмы, способы поведения, что изначально предполагает неравные адаптационные возможности жителей городских и сельских местностей.

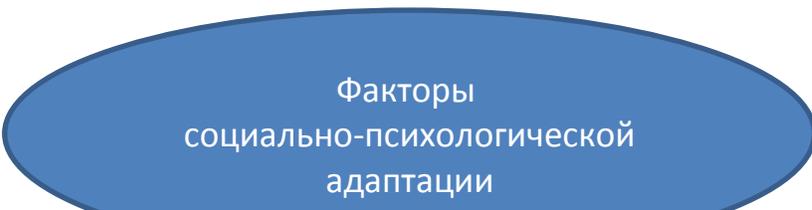
Детерминантом эффективной адаптации, несомненно, является и организация микросоциального взаимодействия в профессиональных коллективах, тон которых задают компетенции руководителей [7]. Зуев Ю. отмечает, что поддержка психологического климата в военном коллективе и успешное выполнение служебно-боевых задач, зависит от «профессиональных способностей и от определенных индивидуально-личностных особенностей командиров подразделений» [115, с.23].

Конфликтные ситуации и затруднения неформального общения приводят к специфическим эмоциональным реакциям и дезадаптации членов группы [28; 31; 131; 162; 201; 213; 228]. Формирование моделей поведения адекватных к условиям военной службы и требованиям профессиональной деятельности ведет к успешной адаптации. Таким образом, «условия профессиональной деятельности выступают в качестве фактора адаптации» [186, с.29; 279]

Итак, процесс адаптации индивида детерминируется как социальными воздействиями, так и субъективными характеристиками личности, причем не их выраженностью, а структурой взаимосвязей между ними. Проведенный теоретический анализ различных исследовательских взглядов на деление и определение множества факторов, влияющих на эффективность адаптации, дает нам возможность представить схематично свое видение структурной взаимосвязи вышеуказанных факторов и в этом контексте выделить некоторую специфику свойственную армейской среде (рис.1.1).

Следуя за взглядами большинства исследователей, все факторы, способствующие или препятствующие адаптации, мы разделили на две большие группы: *внешние (социальные)* и *внутренние (личностные)*.

Внешние факторы (*социальные*) включают в себя комплекс факторов связанных с социальными детерминантами. В результате, к внешним факторам мы отнесли демографические, которые в свою очередь, объединили факторы социокультурного пространства (место проживания индивида, городская или сельская местность), микросоциального окружения (характеристики семьи, ее экономический и социальный статус), фактор возрастной периодизация и фактор типологии учебного заведения, которое окончил субъект. Демографические факторы характеризуют социальный портрет новобранца и демонстрируют благополучный либо дефицитный фон социального развития личности солдата.



Факторы
социально-психологической
адаптации

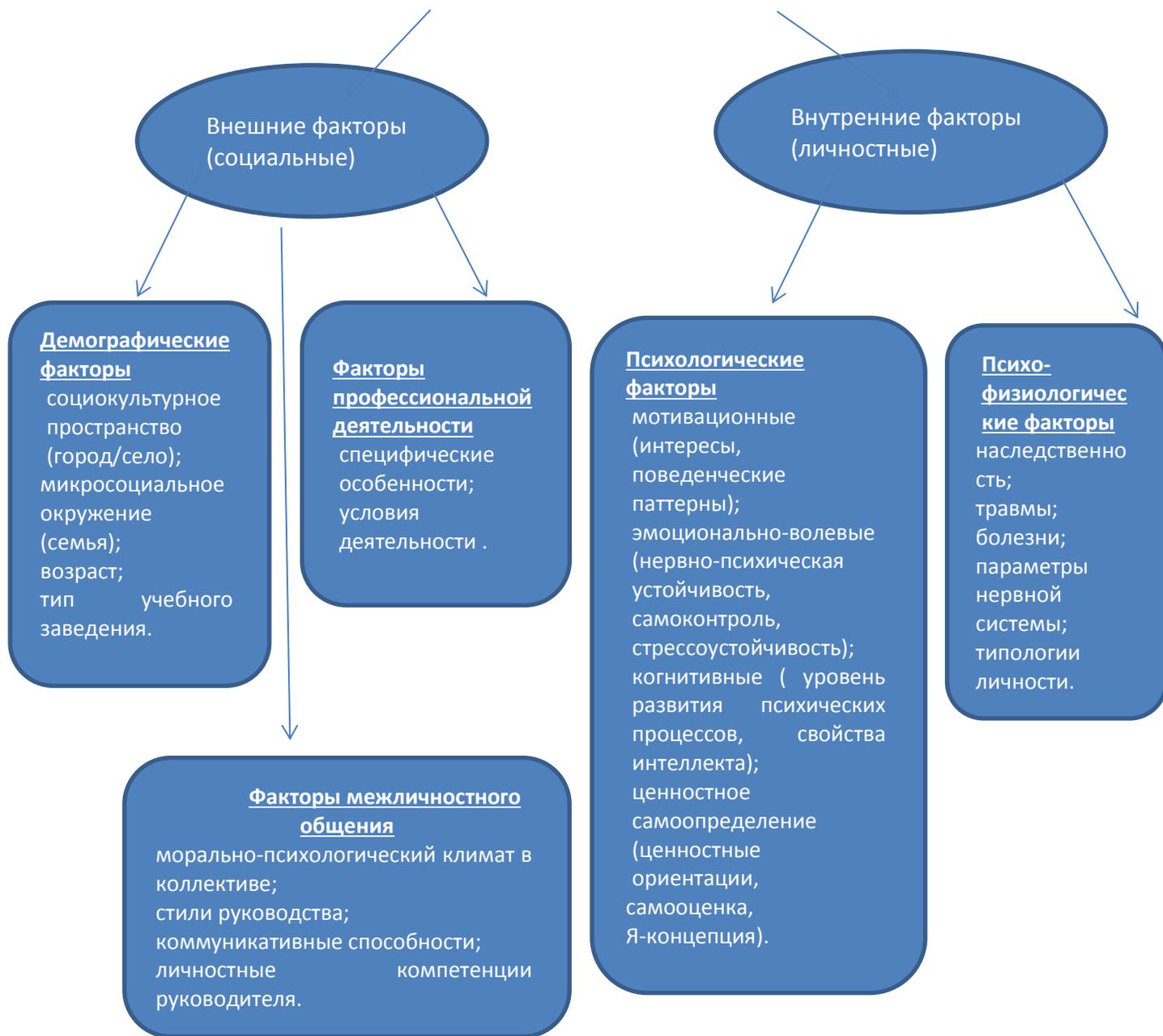


Рис.1.1 Факторы социально-психологической адаптации [разработана автором]

Факторы профессиональной деятельности включают в себя специфические особенности и условия деятельности. Если рассмотреть данный фактор применительно к армейской системе, ее специфическими особенностями будет, является деятельность военнослужащих в экстремальных условиях (ограничение свободы, дискомфортные

условия быта, армейский режим), в рамках военных уставов и в четкой иерархичной системе, во главе которой стоит командир [248].

Факторы межличностного общения объединяют морально-психологический климат в коллективе, групповую сплоченность коммуникативные способности, стили руководства и личностные компетенции руководителя [158]. Если рассматривать составляющие данного фактора в армейском контексте, важной характеристикой межличностного общения в воинском коллективе является уставная регламентация и строгая субординация, но помимо уставных (официальных) взаимоотношений выделяются и неформальные (личностные), основанные на сотрудничестве и конструктивном общении. Тональность морально-психологического климата в коллективе задают социально-личностные компетенции командира: развитие его коммуникативных способностей, асертивного слушания и умения конструктивно решать конфликты.

Внутренние (*личностные*) факторы включают в себя психологические и психофизиологические факторы. Психофизиологические факторы объединяют в себя наследственность, последствия перенесенных заболеваний и травм, параметры нервной системы и типологии личности – данные факторы не поддаются коррекции и лежат в основе развития психологических факторов.

Психологические факторы включают в себя индивидуальные особенности личности, определяющие адаптационные ресурсы. К ним относим следующие характеристики личности:

- мотивационные (интересы, поведенческие паттерны);
- эмоционально - волевые (нервно-психическая устойчивость, самоконтроль, стрессоустойчивость);
- когнитивные (уровень развития психических процессов и свойств интеллекта);
- ценностное самоопределение (ценностные ориентации, самооценка, Я - концепция).

Сформированность вышеуказанных личностных характеристик обуславливает успешность адаптационных изменений новобранцев к условиям армейской среды.

Конечно же, в полной мере описать, охарактеризовать и учесть все факторы, влияющие на социально-психологическую адаптацию новобранцев невозможно, и мы считаем, что в этом нет необходимости, поскольку, по мнению П.С.Кузнецова (2000) определяют адаптацию не все факторы сразу, а только их отдельная часть, «соответствующая актуализированным потребностям» [141, с.97].

Как мы уже отметили, социально-психологическая адаптация новобранцев к армейским условиям обусловлена широким диапазоном как внешних, так и внутренних факторов, от влияния которых зависит поведение молодых солдат в первые месяцы военной службы. Результат влияния демографических факторов, факторов профессиональной деятельности и психофизиологических факторов невозможно изменить в условиях армейской среды, так как новобранец уже прибывает из определенного социокультурного пространства и микросоциального окружения в специфичные/экстремальные условия профессиональной деятельности с унаследованными или приобретенными особенностями его организма. В отличие от вышеперечисленных факторов, психологические факторы (внутренние), составляющие основу адаптационного потенциала и факторы межличностного общения (внешние), а именно социально – личностные компетенции командиров, возможно, изменить посредством внедрения и использования различных программ по развитию индивидуально – личностных особенностей военнослужащих.

Служба в армии нынешней молодежи проходит в сложный период социальной трансформации нашего общества и смены жизненных стереотипов, поэтому в следующем разделе мы решили провести теоретический анализ особенностей адаптации новобранцев в современном, транзитивном периоде развития нашего общества и выявить характерологические особенности адаптивной и дезадаптивной личности солдата.

1.3. Специфика армейской среды и особенности социально-психологической адаптации новобранцев в современном транзитивном периоде развития общества

Анализируя период современного развития общества, мы часто сталкиваемся с понятием «транзитивное общество», о нем часто говорят как о переходном периоде, которое, на данный момент, характерно для всех стран бывшего Советского Союза [253]. Е.М.Дубовская (2014) рассматривает «транзитивность» как переходное состояние между двумя периодами [107, с.7]. По мнению М.В. Удальцовой (1999) одной из основных характеристик такого общества является его «проектность», где транзит осуществляется только в том случае, когда известен вектор движения и его конечная цель [234, с.3-10]. Социальные трансформации, свойственные переходному периоду развития общества, предусматривают стратегии реформирования в разных областях деятельности [98; 126]. Провозглашение Республики Молдова постоянного нейтралитета и проведение соответствующей внешней политики, направило вектор осуществления военного строительства в объеме, позволяющем обеспечить военную безопасность государства [6; 20;

32]. Согласно Стратегии национальной обороны, одним из наиболее приоритетных направлений, является «развитие и укрепление общевойскового потенциала». Данное направление затрагивает в первую очередь кадровые ресурсы, которые будут постепенно переведены на профессиональную основу. Согласно программе «Профессиональная армия 2018-2021» предполагается, что контрактная служба постепенно заменит срочную службу, что позволит государству отказаться от призыва. Процесс реформирования (переход на профессиональную основу) затруднен в силу демографических и экономических проблем, временным решением которых, для нашего государства, является сохранение смешанной системы укомплектования Вооруженных сил (военнослужащие срочной и контрактной службы) до тех пор, пока не будет завершен процесс перехода на военную службу по контракту [34; 264]. Переход армии на профессиональную основу требует особого подхода к созданию социальной среды для военнослужащих, которая отличается своей субкультурой и комплексом характерных ценностей и норм, регулирующих поведение военнослужащих [111, с.32-39; 130].

Опыт американских экспертов по реформированию показывает, что социально-психологические проблемы и вопросы дисциплины в армии усугубляются с переходом системы на профессиональную основу [256; 262; 281].

Происходящие перемены в современном обществе и проводимые реформы в Национальной Армии обусловили появление различных проблем, касательных личности военнослужащего и его профессиональной деятельности в армейской среде [19; 79]. Служба в армии давно перестала быть престижной, социально-политическая и экономическая обстановка в стране приводит не только к ограничению призывного контингента, но и способствует изменению самой личности призывника [3; 17; 21; 29]. И тому есть причины: снижение образовательного уровня поступающего пополнения; ухудшение физического и психического здоровья; миграция молодого населения; принадлежность молодых ребят к различным пацифистским группам; антиармейские установки [260].

Согласно исследованиям Г.П.Звездина, Е.Н.Приймак (2013), управленческая, правовая, психологическая неопределенность, вызванная транзитивным периодом в армии, ведет к «потере личностно-ценностного смысла службы в армии». У молодых солдат значительно снизился интерес к службе, более чем в 3 раза увеличилось число тех, кто относится отрицательно к военной службе, снижается количество призывников, которые относятся к службе в армии как к защите Родины [111, с.32-39].

В данной ситуации, решая возникшую жизненную задачу, новобранец преодолевает психологическую неопределенность посредством выражения психологических механизмов отрицания [110].

Потеря личностно-ценностного смысла службы в армии влияет на интерес юношей к военной службе и формирует механизм отрицания. Служба в армии вступает в противоречие с профессиональной самореализацией молодежи. В этом случае, в армию призываются рекруты, с заниженной мотивацией и моральной нормативностью к исполнению конституционного долга.

По мнению А.В.Смирнова (2011), в молодежной среде произошли сложные процессы, свидетельствующие о переоценке ценностей и нарушении приемственности в «передачи традиций и социокультурного наследия» [223, с.60-67]. Все чаще жизненный успех и самореализация стали соотноситься с материальным благополучием и достижением особого статуса в обществе [30]. Служба в армии вступает в противоречие с жизненными планами молодежи, так как затрудняет реализацию их индивидуальных потребностей, таким образом, ценность армейской службы принимает второстепенный характер, в результате формируются установки на ее избегание, к которому наше общество относится весьма лояльно [111, с.32-39].

Таким образом, отношение к военной службе тем хуже, чем в большей мере она мешает профессиональной самореализации призывной молодежи. По мнению Л.Пэнто (2011), в зависимости от этих обстоятельств, военная служба рассматривается как «ритуал перехода», который воспринимается совершенно нежелательным, но «неизбежным катастрофическим, драматическим разрывом с нормальным ходом событий» [154, с.41-43].

Исследования Р.А.Денисова (2010) показывают, что военная служба среди молодежи с высшим образованием вообще не популярна [96, с.72; 129].

Согласно постановлению парламента по подготовке граждан к защите Родины, военная обязанность является конституционной для всех мужчин Республики Молдова, охватывает возрастной период 18-27 и продолжается для военнослужащих срочной службы ровно 12 месяцев [35]. Сокращение сроков срочной службы с 18 на 12 месяцев предъявляет жесткие требования к оптимизации адаптации военнослужащих к условиям армейской среды в более сжатые сроки. Многочисленные исследования В.П.Казначеев, В.И.Лебедев, В.И.Медведев, С.В.Маруняк показывают, что адаптация военнослужащих по призыву проходит ряд временных стадий: начальная (дестабилизации) (3-5 месяцев службы в армии); формирование адаптации (до 12 месяцев); завершение адаптации (до 1,5 лет

службы); стадия стабильной адаптации (до конца службы). Сокращение срока службы не позволяет перенести данные стадии адаптации военнослужащих на современных солдат срочной службы. [66, с.34].

Согласно исследованиям Д.А.Ситмбетова (2011), у военнослужащих одного года службы такой четкой временной стадийности не наблюдается, и начальная стадия может затягиваться до 9 месяцев [221, с.28].

Согласно концепциям многих авторов, возраст является фактором, определяющим адаптационные возможности личности, так как адаптационный потенциал совершенствуется по мере онтогенетического развития и процесса социализации [78; 192]. Возрастной период, новобранца призванного в армию, соответствует «юношескому возрасту на начальном этапе ранней взрослости» [23, с.41]. В данном возрасте процессы возбуждения доминируют над процессами торможения, данный факт часто приводит к специфическим проявлениям и жизненным противоречиям: любознательность – правовой нигилизм; стремление к самостоятельности - необходимость в поддержке авторитетными лицами; потребность в самоутверждении - недостаточность жизненного опыта; максимализм – непрочность убеждений; повышенная конфликтность - агрессивность [55; 63; 88].

Согласно А.С. Шапееву (2014) жизненные противоречия юношеского возраста и необходимость адаптации к новым условиям жизнедеятельности провоцируют такие состояния как: «тревожность, апатия, неадекватность самооценки, протеста», что в комплексе может приводить к формированию деструктивного поведения [244, с. 250-255].

Невозможность в армейских условиях удовлетворить многие потребности, характерные возрастному периоду новобранцев, порождает «психологическую напряженность и фрустрацию», что приводит к затруднению адаптации последних [25, с.85-88; 59; 218]. По мнению И.Н. Козловой (2012), одной из причин дезадаптации новобранцев, является «личностная незрелость и отклоняющиеся поведенческие реакции юношеского возраста» [136, с.93–102]. Именно на этапе адаптации особую роль приобретают индивидуально-личностные особенности военнослужащих, которые способствуют или же наоборот затормаживают процесс адаптации последних к армейским условиям [13; 277; 278]. Таким образом, период прохождения воинской службы совпадает с периодом личностного развития и формирования, когда чувствительность к воздействию различных стресс-факторов армейской среды весьма велики.

Социальная среда и условия, в которых воспитывались будущие солдаты срочной службы, имеют существенное значение для процесса их адаптации к условиям военной службы [23; 178, с.159]. Согласно исследованиям А.М.Мухаметжанова с соавт. (2013) к условиям военной службы быстрее адаптируются сельские жители, по сравнению с городскими [175, с.436-439]. Для юношей из сельских семей внедрение в армейскую среду составляет часть их привычного жизненного опыта, в результате они адаптируются быстрее своих городских сверстников [222]. Хотя, М.А.Абрамова (2010), в своем исследовании доказывает обратный постулат, уровень адаптационного потенциала выше у городских жителей [60, с.195-212].

По мнению А.Г.Маклакова (2004), военнослужащие, воспитывающиеся в неполных семьях это проблемные военнослужащие, проявляющие нервно-психическую нестабильность, склонные к «демонстративно-шантажным действиям и дезертирству с целью уклонения от службы в армии» [87, с.235].

Согласно статистическим данным призывных комиссий Республики Молдова, каждый третий новобранец воспитывался в неполной семье, чаще матерью одиночкой [27].

С.В. Ильинский (2011), в результате исследования особенностей военнослужащих по призыву из неполных семей выявляет, что мать-одиночка не может реализовать одновременно две функции (матери и отца). Автор полагает, что вероятнее всего, юноши, воспитывающиеся в неполных семьях, будут обладать следующими характеристиками личности: «низкая самооценка, недоверие к людям, трудности в общении, избегание ответственности, чувство одиночества и отверженности, ригидность в восприятии чужого мнения и отказ от общепринятых норм и правил поведения». Исходя из полученных результатов, С.В. Ильинский заключает: военнослужащие из неполных семей испытывают трудности, возникающие при воздействии физических и психических нагрузок в период адаптации которые, чаще всего, приводят к девиантному поведению и демонстративно-шантажным действиям в условиях армейской среды [117, с. 3–13].

Исследования Е.В.Логутовой и Л.А.Туниной (2017) показывают, что в семьях, где отсутствуют образцы мужского поведения, у юношей может сформироваться «низкая самооценка, недоверие к себе и сложные взаимоотношения с окружающими». В итоге, новобранцы из неполных семей, в условиях армейской среды, чаще прибегают к таким неконструктивным копинг стратегиям как: «конфронтация», «бегство» и «поиск социальной поддержки» [160, с.272-275].

Негативное влияние социокультурного пространства и микросоциального окружения приводит к противоречивости и личностной незрелости юношеского возраста. Влияние социокультурного пространства – с одной стороны, выходцы сельской местности воспринимают армейские условия как привычные, в результате чего, легче к ним адаптируются, а с другой стороны сталкиваются с трудностями вхождения в новый коллектив, ввиду различных критериев понимания социальной нормативности и ценностных ориентаций по сравнению с жителями городов и условиями воспитания новобранца. Влияние микросоциального окружения приводит к тому, что выходцы из неполных семей, с мамой одиночкой, не имеют модели мужского поведения. В результате это приводит к деформации личностных особенностей и несформированности определенных личностных характеристик новобранцев, которые лежат в основе адаптационного потенциала и способствуют социализации и успешности адаптационных изменений.

Таким образом, каждый молодой человек, прибывает в армию со своим «багажом» социально-психологических характеристик, который накладывает на его личность определенный отпечаток.

Социально – психологическая адаптация новобранцев к воинской службе, представляет собой частный случай адаптации индивида к новым условиям социальной среды [2]. Объектом данного вида адаптации является воинская служба, которая представляет собой профессиональную служебную деятельность и служебные отношения в условиях воинских коллективов [18]. Насколько будет успешной воинская служба у молодых людей, призванных в ряды Вооруженных Сил, зависит в большей мере, от успешности их адаптации к армейским условиям.

Условия армейской среды являются внешним фактором, которые способствуют формированию адаптационных возможностей личности и приводят к изменениям психологических особенностей в связи с появлением новых требований социальной среды. Армейские условия воинской службы включают в себя: уставной распорядок дня, регламентированный режим поведения, необходимость подчиняться, изолированность от привычного круга общения, определенные бытовые неудобства, изменение пищевого рациона и унификация в одежде – все это предъявляет повышенные требования к состоянию психического и физического здоровья военнослужащих [37].

А. В. Леопа, В. А. Корытков подчеркивают, что при призыве в армию происходит «резкая смена статуса подростка», так до определенного момента он еще рекрут, а в

следующий момент он уже новобранец – будущий профессиональный военный. Армейская среда, меняя способы бытия, приводит к изменениям образа мышления, поведенческих паттернов и характера межличностного общения. Частичное несовпадение образа будущей профессиональной деятельности приводит к фрустрации и, следовательно, к дополнительным эмоциональным нагрузкам [195, с.54].

По мнению В.В.Пепелева (2000), армейские условия для новобранцев являются «экстремальными», так как они резко попадают в условия с повышенными физическими и психологическими требованиями. Главными причинами данной экстремальности является не риск для жизни, а непривычные условия, с которыми сталкивается солдат: «отрыв от дома, переживания разлуки с семьей и негативное отношение к военной службе» [185, с.56].

А.С.Кислицина (2010) определяет армейские условия для военнослужащих срочной службы как «модель трудной жизненной ситуации». Автор выделяет ряд стресс-факторов (ограничение свободы, незащитность, дискомфортные условия быта и напряженная учебная деятельность), которые воздействуя на личность, требует мобилизации физиологических, психологических сил организма и актуализации адаптационного потенциала личности [132, с.110].

Начиная службу в армии, молодой человек уже имеет сформировавшийся характер, опыт взаимоотношений в коллективе и сложившиеся представления о службе в армии [53]. Адаптация молодого солдата заключается в разрешении противоречия между тем, что уже сложилось в характере юноши, и необходимостью изменения в соответствии с теми требованиями, которые выдвигают армейские условия [267; 271].

По мнению Н.А.Свиридова (1974) адаптация личности это комплексный, сложный, многогранный феномен, который содержит в себе следующие аспекты: «физиологический (приспособление организма на уровне физиологии); психологический (приспособление на уровне психических процессов, свойств и состояний); социальный (освоение юношами роли солдата)» [215, с.6-19].

В.И.Черноруцкая и А.Г.Наумлюк (2015) считают, что само прохождение военной службы является мощным «психоэмоциональным фактором», которое сопряжено с переживанием отрицательных эмоций, повышенной возбудимостью, напряженностью, нервозностью и конфликтностью во взаимоотношениях. Авторы определяют уровень адаптированности молодых солдат по следующим признакам: «уровень самооценки; степень удовлетворенности режимом воинской жизни и характером взаимоотношений с командирами, коллективом; оценка своего статуса и готовности к выполнению новой роли»

[239, с.35]. Сложность данного процесса, зависит от качеств личности военнослужащего [38; 39; 226].

О.Н.Тузова (2006) приходит к выводу, что успех адаптации к армейским условиям зависит от социально-психологических характеристик личности военнослужащих. Автор выделяет субъективные и объективные показатели адаптированности солдат к военной службе. К объективным, относит «уровень групповой сплоченности и показатель успешности деятельности», а к субъективным, «уровень развития социально-психологических качеств, адаптивных способностей личности, и степень удовлетворения воинской службой» [233, с.123]. Общепринятой точкой зрения в военной психологии считается, что именно адаптационный потенциал личности является той интегральной характеристикой, которая определяет адаптационные возможности военнослужащего [176]. Его основными составляющими, по мнению А.Г.Маклакова, являются следующие характеристики личности: «нервно-психическая стабильность, коммуникативные особенности, поведенческая регуляция и моральная нормативность» [164, с.16-24].

А.Н. Кислицына (2010) в своем исследовании показывает взаимосвязь возникающих психологических трудностей адаптации с уровнем развития адаптационного потенциала личности военнослужащего. Социально-психологическую адаптацию, по ее мнению, можно улучшить за счет формирования некоторых личностных черт: «адаптивность, нервно-психическая устойчивость, коммуникативные способности, моральная нормативность, экстравертированность и нейротизм, коллективистическая направленность личности и интернальность локуса контроля». Более того автор приходит к выводу, что в трудных жизненных ситуациях происходит актуализация адаптационного потенциала за счет преобразования самой личности [133, с.18-27]. Трудные жизненные ситуаций, представляют собой своеобразный катализатор личностного роста, так как в периоды сильных эмоций и глубоких переживаний с личностью происходит нечто, позволяющее ей осознать новые грани реальности и самопознать себя [258; 282].

В психологической литературе существует множество различных мнений на возможный позитивный аспект влияния таких ситуации на личность: «катарсис» у Л.П. Гримака, «потрясающая психотерапия» В.А. Ананьева, «удачный копинг» со стрессовыми событиями у В.А. Лищука [69, с.32; 179, с.123; 205, с.120; 207]. К сожалению, не всегда трудные жизненные ситуации оборачиваются позитивно: зачастую воздействие стрессогенных факторов приводят к нарушению саморегуляции организма и проявлению дезадаптации в поведении молодых солдат, которые чаще всего демонстрируются в

«снижении работоспособности, эмоциональной неустойчивости, агрессивности, суицидальном поведении, конфликтности, неуставных взаимоотношений и увеличения количества заболеваний различной природы» [81; 238, с. 32-35].

По мнению В.А.Червяковой, военнослужащие с признаками дезадаптации, характеризуются как: «пассивные, замкнутые, застенчивые, неуверенные в себе, мнительные, беспокойные, печальные, монотонные в деятельности, в работе аккуратные и исполнительные индивиды» [239, с. 23-25].

В своих исследованиях А.Г.Маклаков делает вывод, что существует прямая зависимость между адаптационным потенциалом личности и сохранности профессионального здоровья военнослужащего. К числу наиболее значимых показателей здоровья автор относит «нервно-психическую устойчивость, самооценку, уровень конфликтности, ориентацию на нормы, которые существуют в коллективе, наличие среды общения и сети естественной поддержки». Таким образом, с целью сохранения здоровья новобранцев необходимо вовремя выявлять солдат с низкими показателями адаптационного потенциала [166, с.13]. Исследовательские данные С.В.Ильинского (2011) показывают, что в первые месяцы воинской службы выявляются молодые солдаты с «признаками нервно-психической неустойчивости, поведенческими и психическими расстройствами» [117, с.3–13]. По данным А.В.Осницкого среди молодого пополнения, лица с нервно-психической неустойчивостью составляют до 30%. Как правило, нервно-психическая неустойчивость, у новобранцев проявляется в первые месяцы прохождения службы [183, с.125-129].

Согласно экспериментальному исследованию И.А.Дзык в первые месяцы после призыва в армию, выявляется до 30% новобранцев с низким уровнем адаптационного потенциала, склонных к «проявлениям нервно-психической неустойчивости и агрессивному поведению» [97, с.178-187]. Так же существует взаимосвязь между «адаптационным потенциалом и локализацией субъективного контроля военнослужащих»: адаптивные способности экстерналино направленных новобранцев ниже, чем у интерналино направленных [91, с.132-141.]

А.М.Мухаметжанов (2012) отмечает снижение работоспособности военнослужащих и увеличение количества заболеваний молодого пополнения в первые месяцы службы, автор объясняет это «неспособностью юношей адекватно реагировать на воздействие физических и эмоциональных нагрузок армейской среды» [176, с.11–115.].

Согласно исследованиям Н.В.Козиной, А.Д.Скорняковой новобранцы, испытывающие трудности в адаптации, «пренебрегают морально-этическими нормами и

склонны к девиантному поведению» для достижения собственных целей. Однако, их личностный адаптационный потенциал является недостаточным при столкновении с трудноразрешимыми и непредвиденными проблемами и поэтому в своем поведении, они чаще используют симулирующие соматические симптомы [135, с.45; 241].

С.Е.Квасов (1999) отмечает, что случаи нарушения адаптации новобранцев могут приводить к «нарушениям дисциплины в подразделениях, суицидальным попыткам, снижению работоспособности в профессиональной деятельности и возникновению различного рода нервно-психических заболеваний» [128, с.10-17]. Таким образом, успешная адаптация, к тому же обеспечивает и адекватное эмоциональное состояние, и здоровье новобранца. Недостаточная степень сформированности некоторых особенностей характера молодых солдат может снижать их адаптивные возможности [240; 278; 280].

В.В.Калита (2015) в своих исследованиях показывает взаимосвязь между адаптацией и типологией акцентуаций характера военнослужащих срочной службы: «у гипертимного и лабильного типов - высокий уровень адаптационного потенциала, а у испытуемых демонстративного, психоастенического типов – низкий». В группе педантичных и экзальтированных типов, отмечаются низкие показатели личностного адаптационного потенциала, что, по-видимому, связано с более низкими возможностями компенсации в силу эмоциональной ригидности в первом случае и повышенной энергетической истощаемости во втором [121, с.314-317].

Адаптация к армейским условиям это не только проблема физического здоровья и психологического равновесия для каждого военнослужащего, но и социальный феномен [42; 254]. Социализация происходит посредством интеграции новобранца в общую систему норм и ценностей воинского коллектива [54]. Насколько быстро и эффективно пройдет социализация новобранца зависит от его предыдущего опыта адаптации в различных социальных институтах (семья, школа) [24; 57].

По мнению А.А. Налчаджяна (2010), результат социально-психологической адаптации можно охарактеризовать как «состояние эффективного взаимодействия между личностью и коллективом, опосредованное воинской деятельностью» [198, с.219]. Воинские коллективы имеют свои специфические особенности и обуславливают адаптацию молодого пополнения. Основной характеристикой любого воинского коллектива это – четкая уставная и правовая регламентация всех сторон воинской жизнедеятельности, и строгая субординация взаимоотношений (командир-подчиненный). Наибольшее затруднение у молодых юношей, попавших в армейские условия, вызывает подчинение требованиям

непосредственных командиров, согласно уставному порядку. Ролевая функция солдата в армии – исполнительская, поэтому насколько он способен внутренне принять эти требования зависит результат его адаптированности [66].

В качестве основной специфики взаимоотношений в воинских коллективах В. И. Варваров и Л. Е. Мерзляк Д. А. Волкогонов В. Г. Демин П. А. Корчемный рассматривают наличие «уставных (официальных) и неформальных (личностных), а также вертикальных (субординации) и горизонтальных (координации) отношений» [140, с.39-42].

А. Д. Глоточкин, во взаимоотношениях, выделяет так же «сотрудничество» [202, с.130]. Непосредственное включение молодого солдата в сложившиеся в военном коллективе профессиональные взаимоотношения, являются гарантом успешности его адаптации [106].

Вхождение в ролевую структуру группы, усвоение и принятие новобранцами установок, ценностей, норм, традиций групповой культуры воинского коллектива определяет уровень его адаптированности [239, с.269-272].

А.А.Алдашева, Ж.Г.Сенокосова, В.Г.Чайка, выделяют субъективные и объективные критерии адаптированности военнослужащих. «Субъективные» – мотивационная адаптированность; позитивно - конструктивное отношение к взаимоотношениям в коллективе; наличие адекватной самооценки при позитивной Я-концепции. «Объективные» – учебная адаптированность; служебно-дисциплинарная адаптированность; микросоциальная адаптированность [65; 220; 237].

Таким образом, социально-психологическая адаптация новобранцев это процесс, динамика которого зависит от целого ряда факторов (внешних и внутренних) проявляющихся в установление баланса между сформированным характером индивида и требованиями армейской среды, результат данного баланса выражается в адекватном эмоциональном и психофизиологическом состоянии, а так же эффективной, профессиональной деятельности новобранца в условиях армейского коллектива. В этом случае, мы говорим об успешности адаптационных изменений и адаптированности личности новобранца.

Теоретический анализ многочисленных исследователей позволил выявить и представить в таблице теоретическую модель личностных характеристик адаптированной и дезадаптированной личности новобранца.

Таб. 1.2 Особенности личностных характеристик адаптированной и дезадаптированной личности новобранца

Психологические характеристики личности	
Адаптированная личность новобранца	Деадаптированная личность новобранца
Нервно-психическая устойчивость	Нервно-психическая неустойчивость
Адекватная самооценка	Низкая самооценка, неуверенность в себе, застенчивость
Позитивная Я - концепция	Негативная Я - концепция
Низкий уровень конфликтности	Эмоциональная ригидность, высокий уровень конфликтности,
Стрессоустойчивость	Выраженная агрессивность
Ориентация на этические и моральные нормы	Низкий уровень моральной нормативности
Развитые коммуникативные способности	Наличие некоторых акцентуаций характера, депрессивное состояние, замкнутость, плаксивость
Интернальный локус контроль	Экстернальный локус контроль
Мотивация и удовлетворенность военной службой	Сниженная мотивация к исполнению воинского долга
В поведенческих паттернах - готовность к выполнению новой роли, конструктивные отношения в коллективе	В поведенческих паттернах – неуставные отношения, суицидальное поведение, использование соматических симптомов
Положительный характер взаимоотношений с коллегами и командиром подразделения	Трудности в установлении межличностного общения в подразделении

Психологические, индивидуально-личностные характеристики адаптированной и деадаптированной личности составляют спектр некоторых особенностей эмоциональной, мотивационной, когнитивной и социальной сфер личности новобранца. Обозначенные особенности помогают выделить в структуре личности новобранца те характеристики личности, формирование которых способствуют успешности адаптационных изменений.

Комплекс внешних дезадаптивных факторов оказывает негативное влияние на формирование психологических, индивидуально-личностных характеристик индивида, в результате формируется незрелая личность юношеского возраста с низкой самооценкой, нервно-психической неустойчивостью, тревожностью, низкой коммуникабельностью, агрессивностью и с различными проявлениями психосоматических состояний. Попадая в армию, динамика процесса адаптации такого новобранца будет во многом зависеть от его интеграции в армейский коллектив и от социально-личностных компетенций командиров в установлении отношений субординации.

Социально-психологическая адаптация новобранцев к армейским условиям в транзитивном периоде развития общества затрагивает все аспекты жизнедеятельности и функционирования человека. Успешность адаптационных изменений, зависит от сформированности определенных индивидуально-личностных характеристик новобранца,

которые образуют интегральный конструкт – личностный адаптационный потенциал. Изучение социально-психологических факторов (внутренних и внешних), определяющих формирование адаптационного потенциала позволят нам выделить и сопоставить в структуре личности те личностные и социальные характеристики новобранцев, которые обуславливают успешную адаптацию. В результате, мы сможем оптимизировать социально-психологическую адаптацию посредством разработки и апробирования программ по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, что приведет к успешной адаптации новобранцев к армейским условиям и повышению качества кадрового боевого потенциала Национальной Армии.

1.4 Выводы к первой главе

1. Сущность проблемы адаптации представлены целой совокупностью разработанных в разное время содержательных, теоретических и методологических подходов. Различные исследовательские школы, в зависимости от своих теоретических взглядов, феномен адаптации интерпретируют по-разному: одни рассматривают адаптацию как *процесс* установления баланса между личностью и средой (функционалисты, необихеористы, гуманисты, экзистенциалисты), другие как *результат* этого процесса (интеракционисты) а третьи как *процесс* и как *результат* (психоаналитики, гуманисты). В глобальном смысле «адаптация» это *процесс* взаимодействия человека со средой, в *результате* которого возникают изменения, как в самом человеке, так и в среде, в которой он обитает. «Социальная адаптация» делает акцент на изучение адаптивных изменений, которые происходят в социуме. «Психическая адаптация» изучает адаптивные изменения психофизиологической системы человека. «Социально-психологическая адаптация» раскрывает взаимодействие личности с социальной средой в процессе, которого происходит усвоение норм, ценностей и традиций общества в котором обитает индивид. Степень овладения личностью всех норм и ценностей группы с одной стороны, и удовлетворение ее личностных и социогенных потребностей с другой, показывает уровень «адаптированности» личности в социуме.

2. Было установлено, что «социально-психологическая адаптация» является мощным стимулом для развития личности, а ее успех зависит от уровня развития индивидуально-личностных особенностей конкретного индивида. Объединение некоторых личностных характеристик в единый конструкт, образуют «личностный адаптационный потенциал» это свойство личности, от которого зависят границы адаптационных возможностей человека,

он формируется в течение жизни и зависит от возрастной периодизации развития личности. В исследовании адаптационного потенциала, были выделены следующие личностные особенности: *нервно-психическая устойчивость, самооценка, ощущение социальной поддержки, уровень конфликтности личности и опыт социального общения* (по А.Г.Маклакову). Противоположным феноменом адаптации является «*дезадаптация*», которую исследователи рассматривали как результат дисбаланса между человеком и средой. Большинство авторов сходятся во мнениях, о том, что дезадаптация является сугубо негативным феноменом, который может приводить к психическим нарушениям и заболеваниям.

3. *Социально-психологическая адаптация* носит многофакторный характер, так как на ее успешность воздействует большое количество факторов в совокупности, которые составляют две большие группы: внешние (социальные) - связаны с влиянием социальных детерминант, воздействие которых либо способствуют, либо препятствуют формированию адаптационного потенциала личности. Внутренние (личностные) - включают в себя значительное количество личностных диспозиций, которые связаны с индивидуальными особенностями личности, развитие которых предполагает формирование адаптационного потенциала личности и проявление успешности адаптации к широкому диапазону условий социальной среды.

4. Изменения современного общества и неопределенность ведут за собой и изменения характерологических особенностей новобранцев во всех психологических сферах: эмоциональной, мотивационной, когнитивной, потребностной, социальной. В этой связи, необходимо сфокусировать внимание на факторах личностных, влияющих на формирование психологических характеристик личности, составляющих основу адаптационного потенциала новобранца и факторах социальных, влияющих на формирование социально – личностных компетенций командиров, уровень сформированности которых возможно, изменить посредством внедрения и использования программ по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих.

Научная проблема исследования: основана на изучении и определении *взаимосвязи* между факторами социально-психологической адаптации и уровня сформированности индивидуально-личностных особенностей новобранцев, определяющих успешность их адаптации. А так же, на решение *противоречия* между потребностью оптимизации адаптационного потенциала новобранцев и формирования социально-личностных компетенций командиров, и отсутствием программ по развитию индивидуально-

личностных особенностей военнослужащих, на организационно-методическом уровне профессиональной деятельности психологических служб Национальной Армии Республики Молдова.

Цель исследования данной работы, изучить факторы, определяющие социально-психологическую адаптацию/дезадаптацию новобранцев к армейским условиям, а так же разработать, апробировать и предложить к использованию программу по развитию индивидуально-личностных характеристик военнослужащих, направленную на формирование адаптационного потенциала новобранцев и социально-личностных компетенций командиров.

В соответствии с целью исследования решались следующие исследовательские **задачи:**

1) Провести теоретический анализ научных исследовательских направлений феномена социально-психологической адаптации. Определить факторы и выявить особенности проявления социально-психологической адаптации новобранцев в условиях армейской среды.

2) Провести социально-демографический анализ состава новобранцев Национальной Армии за призывной период 2010 – 2020.

3) Исследовать личностные характеристики новобранцев, определяющие успешность адаптации к армейским условиям, выявить их взаимосвязь, а также создать социально-психологический профиль личности адаптированного/дезаптированного новобранца.

4) Определить социально-личностные компетенции командиров подразделений.

5) Разработать, апробировать и определить эффективность программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих.

6) Внедрить рекомендации в практическую деятельность военных психологов, а так же разработать методическое пособие, направленное на эффективное обеспечение профессиональной деятельности психологических служб Национальной Армии..

По предварительному анализу проблемы, в соответствии с целью и с задачами исследования была определена основная **гипотеза:** *Успешность социально-психологической адаптации новобранцев к условиям военной службы, обусловлена как социальными, так и личностными факторами, и зависит от уровня адаптационного потенциала новобранцев и социально-личностных компетенций командиров, которые*

возможно оптимизировать посредством внедрения программы, направленной на развитие индивидуально-личностных особенностей военнослужащих.

2. Эмпирическое исследование социально-психологической адаптации новобранцев

2.1 Концептуальная схема, процедура и методы исследования

Констатирующий эксперимент был организован с целью выявления особенностей социально-психологической адаптации новобранцев к условиям армейской среды посредством соотношения социально-демографического профиля с личностными характеристиками новобранцев и определения социально-личностных компетенций командиров подразделений.

В этой части экспериментального исследования были выдвинуты следующие частные гипотезы:

1. адаптация новобранцев определяется влиянием факторов социально-демографического характера (неблагоприятная среда, где рос и воспитывался индивид, низкий уровень образования);

2. трудности в адаптации обусловлены характерологическими особенностями личности новобранцев (акцентуации характера, нервно-психическая неустойчивость, низкий уровень самооценки, мотивации и стрессоустойчивости);

3. социально-личностные компетенции командиров определяются спецификой воинской службы в армии, проявляющиеся в превалировании авторитарного (директивного) стиля руководства и в выборе соревнования (принуждения) как основной стратегии поведения в конфликтной ситуации.

Исходя из выдвинутой гипотезы, поставлены следующие задачи:

1. посредством анализа социально-демографических данных, за призывной период 2010-2020, построить обобщенный социально-демографический профиль, отражающий социальные характеристики новобранцев;

2. на основе результатов социально-психологического исследования, выявить факторы социально-демографического характера, влияющие на социально-психологическую адаптацию новобранцев;

3. выявить личностные характеристики новобранцев (акцентуации характера, нервно-психическую устойчивость, самооценку, мотивацию и стрессоустойчивость) которые определяют успешность адаптации к самым различным армейским ситуациям;

4. изучить особенности социально-личностных компетенций командиров в условиях армейской среды.

Характеристики выборок

Критерий составления выборок: стратифицированный случайный выбор: где генеральным стартом является потенциальный призывной контингент Республики Молдова. Выборки набиралась с учетом положений следующих законов: Об утверждении положения о призыве граждан на срочную военную службу и № 864 от 17.08.2005; О подготовке граждан к защите Родины, №1245 от 18.07.2002 [35].

Для *реализации социально-демографического* исследования, мы использовали личные данные новобранцев, которые были призваны на службу в армию в период 2010-2020. Общий объем выборки вышеуказанного исследования составил 23766 новобранцев. Выборка определялась количеством призывного населения Республики Молдова, согласно постановлениям правительства о выполнении наряда на периоды призыва в Вооружённые силы Республики Молдова (2010-2020). Возрастной диапазон: 18-25 лет. Приведем возрастную характеристику выборки: 95% - 18-20 лет; 5% - 21-25 лет.

Для *реализации социально-психологического* исследования (2018), общий объем выборки составил 302 новобранца (возрастной диапазон: 18-24 лет) и 20 военнослужащих контрактной службы, занимающих должность – командир взвода, роты (возрастной диапазон: 21-26 лет). Количество выборки новобранцев было определено постановлением правительства № 355 о выполнении наряда на период призыва в Вооружённые силы Республики Молдова апрель-июль 2018 года. На основе указанного постановления был разработан план призыва в Национальную Армию, где уже установленное количество новобранцев распределялось по учебным батальонам. Общее количество новобранцев в учебном батальоне, где проводилось социально-психологическое исследование, составило 302 человека, что и определило объем выборки.

Выборка военнослужащих по контракту, в количестве 20 человек была составлена командным составом (командиры взводов и рот) учебного батальона новобранцев. В нее вошли молодые офицеры, которые недавно окончили Военную Академию Молдовы им. Александра чел Бун, опыт работы с военнослужащими срочной службы от 2 до 5 лет.

В диссертационном исследовании были использованы следующие **методы**: *теоретические* (анализ научных источников, обобщение научного материала, гипотетико-дедуктивный метод исследования и интерпретация результатов); *эмпирические методы* (констатирующий, формирующий и контрольный эксперименты); *методы математической статистики* [46; 47; 263].

Для оценки достоверности полученных данных *в констатирующем эксперименте* мы применили для непараметрических показателей, корреляционный метод Спирмена, при помощи которого выявляем взаимосвязи между показателями. С целью определения нормального распределения, был использован критерий нормальности Колмогоров-Смирнова.

При обработке данных использовались статистические пакеты SPSS 22.0 и Excel (см. Приложение 2.2).

На успешность социально-психологической адаптации воздействуют различные факторы адаптации, которые в совокупности составляют две большие группы: внутренние (индивидуально-личностные характеристики индивида) и внешние (социальные). При инициации констатирующего исследования и выбора изучаемых переменных, мы базировались на теоретический анализ научных взглядов различных авторов, которые раскрывают данный феномен как результат сформированности различных индивидуально-личностных особенностей индивида. Наиболее всего нам импонировали взгляды А.Г.Маклакова, который подчеркивает, что успех адаптации зависит от уровня развития таких характеристик как: нервно-психическая устойчивость, самооценка, ощущение социальной поддержки, уровень конфликтности личности и опыт социального общения [164, с.16-24].

В констатирующем эксперименте нами были использованы психодиагностические методики, нацеленные на изучение *переменных внутренних факторов* социально-психологической адаптации новобранцев: личностный адаптационный потенциал, нервно-психическая устойчивость, коммуникативные способности, моральная нормативность, самооценка, мотивация, стрессоустойчивость.

Так же, мы изучали *переменные внешних факторов* социально-психологической адаптации: социально-демографические характеристики личности новобранцев (возраст, семья, образование, место проживания новобранцев) посредством использования социальной анкеты и компетенции командиров подразделений, в которых проходили службу исследуемые новобранцы (стиль управления и способы регулирования конфликтов) посредством соответствующих психодиагностических методик.

Таким образом, в констатирующем эксперименте были использованы следующие методы (см. Приложение 1.):

- наблюдение;
- анкетирование;

- многоуровневый, личностный опросник (МЛО) «Адаптивность» А. Г. Маклаковым и С. В. Чермяниным (1993);
- сокращенный многофакторный опросник для исследования личности (СМОЛ), адаптация В.П. Зайцев, В.Н. Козюля (1994);
- опросник «Оценка нервно-психической устойчивости Прогноз-1» В.Ю. Рыбников (1985);
- опросник «Определение уровня самооценки» С.В.Ковалев (1991);
- методика «Мотивация успеха и боязнь неудачи» А.А.Реана (2003);
- проективная методика «Человек под дождем» Е. Романовой и Т. Сытько (1992);
- методика «Самооценка стиля управления» Е.П.Ильин (2004);
- методика «Определение способов регулирования конфликтов» Кеннет У. Томас, Ральф Х. Килманн (1973).

Описание методов:

1) **Наблюдение** главное преимущество такого метода состоит в том, что он позволяет изучать личность со стороны, не вмешиваясь в процессы влияющие извне. Во время опроса об адаптивном поведении новобранцев, мы не можем быть уверены в достоверности их ответов, а на основе наблюдения можно делать выводы о регуляции поведения и успешности адаптации новобранцев к армейским условиям. По мере возможностей, мы находились рядом с молодыми солдатами и старались увидеть реальные поведенческие акты в обычных ситуациях: построениях, перемещениях по военной части, участиях на учебных занятиях. В данных ситуациях, мы обращали внимание на то, как выполняется та или иная команда, как новобранец реагировал на замечание, как вел себя в строю, как выполнял указания командиров, насколько активно участвовал в учебных занятиях.

2) Анкетирование

Анкетирование является дополнительным источником информации о жизни новобранца до призыва на военную службу. С одной стороны, анкетирование имеет преимущество перед индивидуальным собеседованием в том, что позволяет за более короткий период времени, получить необходимую информацию у большего количества солдат, что является немаловажным в период прохождения курса молодого бойца. С другой стороны, новобранцам которым свойственны такие черты как смущение, интроверсия, сниженная самооценка, гораздо проще индивидуально отвечать на вопросы анкеты, чем беседовать.

Анкета, которая использовалась в констатирующем эксперименте, состоит из двух блоков:

➤ первый блок - реквизитная часть, содержит альтернативные вопросы, отражающие социально-демографические характеристики новобранца, его имя, возраст, национальность, место проживания, образование и типологию семьи;

➤ второй блок - основная часть, включающая в себя открытые вопросы, отражающие социально-психологические признаки, где отвечающий структурирует ответы по своему личному усмотрению (см. Приложение 1.).

Каждому альтернативному ответу присвоен определенный балл (от 0-5 баллов). На этапе обобщения и анализа сводки анкетных данных, проводится подсчет полученных баллов, где конечная сумма, статистически определяет социально-демографическую ситуацию каждого новобранца. Так, в зависимости от набранных баллов, путем ранжирования можно разделить выборку на группы индивидов: с благополучными (0-4 баллов), дефицитарными (5-7 баллов) и неблагополучными социально-демографическими условиями развития (8-11 баллов).

В соответствии с поставленными задачами, мы изучали альтернативные ответы анкетных данных, которые отражали социально-демографические характеристики новобранца, анализ которых позволил:

- во-первых, составить социально-демографический портрет новобранца за одиннадцатилетний период (2010-2020);

- во вторых, выявить и изучить социальные факторы, влияющие на адаптацию новобранцев.

В контексте нашего исследования, мы заострили внимание на такие социально-демографические переменные как: возраст, типология семьи (полная/неполная), место проживания (село, город) и образование новобранца.

2) С целью исследования личностного адаптационного потенциала новобранцев, нами был использован **многоуровневый личностный опросник «Адаптивность»** (МЛО-АМ) А. Г. Маклаков и С. В. Чермянин. [173; 174]. Опросник разработан, сотрудниками Российской военно-медицинской академии и предназначен для изучения степени соответствия психологических особенностей личности к общепринятым нормам, и позволяет дифференцировать людей по степени устойчивости к воздействию психоэмоциональных стрессоров, что дает возможность прогнозирования эффективности деятельности в экстремальных условиях, в условиях повышенных психоэмоциональных и

физических нагрузок. Опросник содержит 165 вопросов, которые вписываются в следующие шкалы:

- «достоверность» (Д);
- «нервно-психическая устойчивость» (НПУ);
- «коммуникативные способности» (КС);
- «моральная нормативность» (МН);
- «личностный адаптивный потенциал» (ЛАП).

Эмпирическая валидизация осуществлена на основе анализа корреляционных связей экспериментальных шкал с некоторыми существующими методиками. Так, шкала «нервно-психическая устойчивость» коррелирует с тестом «Прогноз», определяющим уровень нервно-психической неустойчивости ($r = 0.86$). Шкала «достоверность» коррелирует с дополнительной шкалой теста СМИЛ "Поведенческая самооценка" (Ос) ($r = 0.61$). Шкала «коммуникативные способности» коррелирует с методикой «Ситуации», оценивающей уровень конфликтности ($r = 0.51$). Опросник разработан в качестве стандартизированной методики и рекомендуется к использованию для решения задач профессионального психологического отбора, психологического сопровождения учебной и профессиональной деятельности [157; 168].

3) С целью изучения нервно-психической устойчивости новобранцев, была использована **Анкета оценки нервно-психической устойчивости «ПРОГНОЗ»**, разработана В.Ю. Рыбниковым (1985) в Санкт-Петербургской военно-медицинской академии и изначально предназначена для определения уровня нервно-психической устойчивости у военнослужащих. Анкета состоит из 84 вопросов и широко используется при подборе лиц, пригодных для деятельности в экстремальных условиях, с повышенными психоэмоциональными и физическими нагрузками [124; 143].

Анкета содержит 2 шкалы:

- шкала проверки искренности ответов;
- шкала нервно-психической устойчивости.

4) Для выявления степени выраженности характерологических особенностей новобранцев, был использован сокращенный **многофакторный опросник для исследования личности СМОЛ**. Данная методика была разработана Джеймс Кинканом в 1968 году [265], русскоязычная адаптация проводилась в 1981 году В. П. Зайцевым и В. Г. Козюлей. Опросник содержит 71 утверждение, восемь базисных и три оценочные шкалы [224; 225]. СМОЛ позволяет оценить степень интеграции личностных свойств, уровень

адаптации личности к социальному окружению и уровень нервно-эмоциональной устойчивости. За последние годы личностные опросники отошли от своей изначальной области применения — клинической психологии — и стали использоваться для оценки «нормальных» людей в рабочем контексте. Многочисленные результаты исследований В.П. Зайцева, проведенных в разных регионах России, Украины, Казахстана и Молдовы доказывают, что разработанный на московской популяции стандарт СМОЛ может успешно использоваться и в других популяциях для проведения как групповой, так и индивидуальной психодиагностики. Данный тест применяется в самых разных областях: профотборе и профориентации, военном деле, юриспруденции, оперативно-розыскной деятельности, при отборе специальных контингентов, в авиационной и космической медицине, спорте и др. [115, С. 175].

Для оценки показателей основных шкал введены три оценочные шкалы:

L — шкала «лжи»;

F— шкала «достоверности»;

K— шкала «коррекции».

Основными шкалами методики являются следующие:

1-я шкала (Hs) — *«Сверхконтроль»*. Личностные особенности, выявляемые этой шкалой, связаны с подверженностью следованию определенным инструкциям, правилам, директивам, избыточным вниманием к функционированию своего организма;

2-я шкала (D) — *«Пессимистичность»*. Шкала выявляет ощущения тоски, неудовлетворенности, депрессии.

3-я шкала (Hu) — *«Эмоциональная лабильность»*. В рамках этой шкалы прослеживается неустойчивость эмоциональных состояний индивидов.

4-я шкала (Pd) — *«Импульсивность»*. Данная шкала характеризует высокую поисковую активность личности, тенденцию к противодействию внешнему давлению, склонность опираться на собственное мнение и побуждения.

6-я шкала (Pa) — *«Ригидность»*. Шкала отражает склонность к аккуратности, педантизму, прямолинейности и упорству в отстаивании своих позиций, соперничеству и застреванию на негативных переживаниях.

7-я шкала (Pt) — *«Тревожность»*. Особенности, выявляемые по этой шкале, свидетельствуют о преобладании в личности пассивно-страдательной позиции, неуверенности в себе.

8-я шкала (Sc) — «*Индивидуалистичность*». Шкала выявляет обособленно-созерцательную личностную позицию, избирательность в контактах, субъективизм в оценках людей и явлений окружающей жизни.

9-я шкала (Ma) — «*Оптимистичность*». Выявление predisпозиции по данной шкале подчеркивает в личности активность позиции, высокий уровень оптимистичности и жизнелюбия, а также уверенность в себе.

Методика СМОЛ отвечает всем основным требованиям, предъявляемым к психологическому тесту: она валидна, надежна, коррелирует с другими личностными тестами и обладает собственным адекватным стандартом [137].

5) С целью исследования мотивационной ориентированности на успех или неудачу новобранцев, нами была использована методика «**Мотивация успеха и боязнь неудач**» разработанная А.А. Реан (2002). Этот тест позволяет оценить, какое стремление в большей степени определяет поведение: *желание добиться успеха* или *избежать неудачи*. [209; 134; 276]. Данный тест может использоваться как индивидуально, так и в группе, коррелирует с другими психодиагностическими методиками и широко используется в педагогике, профотборе, военном деле, юриспруденции [201; 206].

6) С целью определения самооценки молодых солдат, нами был использован тест-опросник «**Определение уровня самооценки**». Автором опросника является С.В.Ковалев (1991)[148; 192]. Опросник содержит 32 суждения Согласно количеству набранных баллов, испытуемых делят на 3 группы: *с низким, средним и высоким уровнем самооценки*.

7) С целью диагностики адаптационных ресурсов к армейским условиям была использована **проективная методика** «Человек под дождем» [85; 92; 93].

Методика «Человек под дождем» ориентирована на диагностику способности преодоления неблагоприятных ситуаций и готовности человека справляться с трудностями. Методика была разработана двумя психологами — Е. Романовой и Т. Сытько (1992), по сути является двухфазовой: первая фаза - невербальная, рисуночная, творческая (диагностическая); вторая фаза - вербальная, апперцептивная (психотерапевтическая). Методика предназначена для людей старше 18 лет, без ограничений по образовательным, социальным и профессиональным признакам [211].

С целью диагностики эту методику широко используют при изучении:

1. возможности человека к адаптации;
2. устойчивость человека к воздействию разнообразных стрессовых ситуаций.

Выбор вышеуказанной методики объясняется тем, что индивид, рисуя человека под дождем, опирается на свой внутренний опыт и проецирует его на бумаге не задумываясь. Дождь для индивида это своего рода неприятная, стрессовая ситуация, а для молодого новобранца, стрессовыми, оцениваются армейские условия, в которые он попадает в первые дни после призыва в армию. Проективные тесты выявляют так же скрытые или неосознанные стороны характера. Неформальная тестовая задача, которая дается испытуемому в виде инструкции: «Нарисуйте человека под дождем» снимает защитные механизмы, которые могут привести тестирование к желаемому результату. Качественные и количественные характеристики рисунка подвергаются анализу и на основании его результатов делаются выводы о степени выраженности тех или иных характерологических особенностей тестируемого.

С целью повышения эффективности обработки данной методики на больших группах испытуемых, нами была разработана интерпретация теста «Человек под дождем» в балловом эквиваленте. Для начала были выделены некоторые основные элементы рисунка, которые складывались в группы элементов, определяющих тот или иной психологический симптомокомплекс. Так, нами были выделены следующие симптомокомплексы: дезадаптация, неустойчивость к стрессу, тревожность, восприятие неблагоприятной ситуации.

При интерпретации данного теста и последующей статистической обработке, по каждому симптомокомплексу нами была разработана 8-балльная шкала, которая предусматривает анализ и оценку элементов рисунка и соотнесение его с характерной чертой исследуемой личности новобранца (см. Приложение 1.). Далее, при обработке результатов, подсчитываются и суммируются соответствующие баллы по каждому симптомокомплексу, и в итоге выводится общий балл, полученный в ходе анализа каждого рисунка. Количественная обработка позволяет провести качественный анализ рисунков и присвоить определенную психологическую характеристику каждому испытуемому с прогнозированием их адаптационных ресурсов в условиях армейской среды.

Вышеизложенная обработка данных и интерпретация теста «Человек под дождем» проводится в Национальной Армии с 2012 года и была апробирована на 14.680 новобранцев [99]. Данная проективная методика наиболее часто применяется военными психологами, так как показывает настоящую картину внутреннего мира новобранца, а не социально желательный результат.

8) С целью выявления и изучения доминирующей стратегии поведения в конфликтных ситуациях командиров, тех подразделений, где проходят военную службу новобранцы, нами была использована методика диагностики поведения личности в конфликтной ситуации, авторы Кеннет У. Томас, Ральф Х. Килманн (1973) «**Определение способов регулирования конфликтов**». Данная методика была адаптирована Н.В.Гришиной (1981) [95]. Авторы предложили двухмерную модель регулирования конфликтов, где рассматривал стратегии поведения индивидов: первая, направленная к интересам других людей (кооперация); вторая, направленная на защиту собственных интересов (напористость). Выделено пять способов регулирования конфликтов, обозначенных в соответствии с двумя основополагающими измерениями (кооперация и напористость):

- Соревнование (конкуренция);
- Приспособление;
- Компромисс;
- Избегание;
- Сотрудничество.

9) С целью исследования и выявления стиля управления командиров, тех подразделений, где проходят военную службу новобранцы, нами была использована Методика «**Самооценка стиля управления**» Е.П.Ильин (2004) [116].

Специфика данной методики заключается в том, что она позволяет определить стили руководства не с помощью экспертов, а с помощью самооценки, а также позволяет выявить не только доминирующий стиль руководства, но и степень выраженности других классических стилей руководства.

Методика содержит три шкалы, согласно теории лидерства К. Левина (1938 г.):

1. проявление авторитарного стиля управления;
2. проявление демократического стиля управления;
3. проявление либерального стиля управления

Опросник состоит из 33 утверждений, с которыми обследуемому новобранцу предлагается согласиться, или не согласиться [235].

Процедура социально-демографического исследования, проведенного на выборке 23776 новобранцев.

Призыв граждан на срочную военную службу осуществляется органами местного публичного управления совместно с военными центрами на основании указа Президента Республики Молдова и постановления Правительства. В зависимости от стратегических целей военной политики Республики Молдова, правительство устанавливает количество лиц, которые должны быть призваны в Вооруженные силы для обеспечения обороноспособности страны. Именно это установленное количество и составляет категорию военнослужащих срочной службы. Ежегодно в ряды Национальной Армии призывается около двух тысяч рекрутов, которые переступив порог воинской части получают новый социальный статус – новобранец. Психологическое исследование новобранцев, прибывших в учебные батальоны, начиналось с анкетирования.

Анкетирование проводилось со всеми новобранцами в количестве, установленном в постановлениях правительства об обеспечении наряда по укомплектованию Вооруженных сил на каждый призывной период. Анкета (см. Приложение 1.) заполнялась в первые дни нахождения новобранцев в учебных батальонах, далее был произведен анализ сводки анкетных данных социально-демографических характеристик новобранцев, призывных периодов 2010-2020 годов, по следующим критериям: возраст, типология семьи (полная/неполная), место проживания (село, город) а также образование самого новобранца. Общий объем выборки исследования, проведенного в период 2010-2020 годов, составил 23766 испытуемых. Лонгитюдное исследование позволило составить социально-демографический портрет среднестатистического молдавского новобранца сегодня.

Процедура социально-психологического исследования, проведенного на выборке 302 новобранцев

Для начала, необходимо отметить, что первичное социально-психологическое исследование новобранцев проходит в районных Военных центрах Республики Молдова, где соответствующие специалисты, а также местные административные органы изучают социально-демографическую, экономическую ситуацию каждого из призывников. В конечном итоге на каждого будущего солдата, еще в военном центре создается социально-психологическая характеристика с рекомендацией - годен, или не годен к несению военной службы. После того, как медицинская комиссия районного военного центра устанавливает категорию степени годности призывника к военной службе, он, согласно данной категории

распределяется в подразделения, соответствующие роду войск (пехота, артиллерия, связь) и компонентам Вооруженных сил. Согласно призывным периодам, установленным постановлениям правительства, военные центры обеспечивают выполнение наряда на призыв и комплектуют новобранцами учебные батальоны, сформированные на базе военных частей.

Социально-психологическое исследование, описанное в работе, проходило в учебном батальоне, сформированном на базе Батальона охраны Кишиневского военного гарнизона. Учебный батальон был укомплектован 302 новобранцами, прибывшими из различных районных Военных центров нашей республики. Именно в этих батальонах происходит первое знакомство с армейской жизнью, здесь же меняется социальный статус личности - новобранец. С первых дней прибытия новобранцев проводилось наблюдение, с целью получения объективной информации о реальных поведенческих актах молодых людей в обычных армейских ситуациях. Для реализации данной цели был выполнен ряд условий:

- определен объект наблюдения – новобранцы;
- внимание сосредоточено на значимых поступках и актах поведения новобранца, однотипные поведенческие реакции и поступки были объединены в характерные реакции того или иного индивида;
- наблюдаемые характерные реакции новобранцев были зарегистрированы в журнал наблюдений.

Наиболее объективно новобранцы познаются в деятельности. Для наблюдения, несомненный интерес представляло поведение молодых солдат в неформальных обстановках. Так, трудности адаптации новобранцев хорошо были заметны на построениях, перемещениях, на участках различного рода занятий. Важно наблюдать: кто более активен, а кто нет, кто старается обратить на себя внимание, а кто сидит в стороне, кто реагирует на замечания, а кто нет. Наблюдение проводилось над новобранцами весь период прохождения курса молодого бойца в учебном батальоне.

На третий день пребывания новобранцев в учебном батальоне было проведено анкетирование 302 новобранцев, посредством социально – психологической анкеты (см. Приложение 1.). Общая выборка новобранцев (302) была разделена на 15 групп по 20 человек, которые анкетировались в течении трех дней. Анкетирование проводилось в небольших группах по 20 человек, в специальных классах для учебных занятий. Перед началом анкетирования, проводилось знакомство с прибывшими новобранцами и

доводилась необходимая информация о цели и необходимости заполнения анкеты. Каждый вопрос анкеты проговаривался вслух и при необходимости обсуждались варианты ответов. Процесс заполнения анкеты составлял 25-30 минут.

Через семь дней пребывания новобранцев в учебном батальоне, начался процесс тестирования согласно, подобранной батарее психодиагностических тестов. Тестирование осуществлялось в группах по 20 человек в течении двух недель, ежедневно с 10.00-12.00. В первую очередь, были проведены следующие методики: сокращенный многофакторный опросник для исследования личности (СМОЛ), адаптация В.П Зайцев, В.Н. Козюля (1994); опросник «Оценка нервно-психической устойчивости Прогноз-1» В.Ю. Рыбников (1985); проективная методика «Человек под дождем» Е. Романовой и Т. Сытько (1992). Первичная психодиагностика проводилась на начальном этапе пребывания новобранцев в условиях армейской среды с целью выявления солдат, которые нуждаются в срочной психологической помощи.

Процесс тестирования зависел от специфики методики: опросники требовали заполнения соответствующих бланков, необходимых для подсчета полученных баллов, а проективная методика требовала времени для творчества. В начале тестирования четко проговаривалась инструкция, далее новобранцами выполнялось непосредственное задание, при необходимости некоторые вопросы обговаривались.

С учетом специфики нашей выборки, являлось целесообразным исследовать адаптационный потенциал новобранцев спустя некоторое время пребывания их в армейских условиях. Таким образом, спустя 6 недель был проведен многоуровневый личностный опросник (МЛЮ) «Адаптивность» А. Г. Маклаковым и С. В. Чермяниным (1993); методика «Мотивация успеха и боязнь неудачи» А.А.Реана (2003); опросник «Определение уровня самооценки» С.В.Ковалев (1991). Полученные данные новобранцев, по каждой методике, регистрировались в сводную таблицу психодиагностических результатов, далее проводился их анализ и статистическая обработка [40].

Процедура психологического исследования, проведенного на выборке 20 военнослужащих контрактной службы.

С целью исследования влияния факторов межличностного общения на формирование адаптационного потенциала новобранцев, мы изучали социально-личностные компетенции их командиров по следующим критериям: стили руководства, используемые в подразделении и стратегии поведения, используемые при разрешении

конфликтных ситуаций. Выборка была составлена командным составом (командиры взводов и рот) учебного батальона новобранцев, в количестве 20 командиров. В исследовании участвовал весь командный состав учебного батальона, созданного на базе военной части: Батальон охраны. Процесс психодиагностики командиров проходил на десятый день после формирования учебного батальона и включал в себя тестирование по методикам: методика «Самооценка стиля управления» Е.П.Ильин; «Определение способов регулирования конфликтов» Кеннет У. Томас, Ральф Х. Килманн. Тестирование проводилось в группах по 10 человек, в течении одного дня: первая группа была задействована до обеда, а вторая после. Полученные результаты при обработке тестовых заданий регистрировались в одну общую сводную таблицу, где командиры были распределены по руководящим ими подразделениям.

2.2. Изучение социально-демографического профиля новобранцев

Исходя из задач нашего исследования, был произведен анализ сводки анкетных данных социально-демографических характеристик новобранцев, призывных периодов 2010-2020 годов, по следующим критериям: типология семьи (полная/неполная), место проживания (село, город) а также образования новобранца. Общий объем выборки составил 23766 испытуемых. Лонгитюдное исследование позволило составить социально-демографический портрет среднестатистического молдавского новобранца за последние 11 лет.

Исследуя данные анкет по каждому критерию, хочется отметить, что возрастной диапазон нашей выборки варьирует от 18-25 лет, но большинство новобранцев имеет полных 18-20 лет, и соответствует призывному возрасту, принятому законодательством Республики Молдова. Юношеский возраст, с одной стороны характеризуется эмоциональной возбудимостью, неуравновешенностью, тревожностью, а с другой, осознанием собственной индивидуальности, саморефлексией и профессиональным самоопределением [171; 210].

Таблица 2.1 Возрастной диапазон новобранцев (в %).

<i>Возраст</i>	Процентное соотношение (%)											
	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	<i>средняя</i>
18-20	95	95	96	95	96	94	95	96	97	95	94	95
21-25	5	5	4	5	4	6	5	4	3	5	6	5

Средний показатель анкетных данных новобранцев по критерию их места проживания, за период 2010-2020 годы показывает, что большинство новобранцев было призвано из сельской местности (средний показатель периода 2010-2020 годов составляет 74%) по сравнению с городской (средний показатель периода 2010-2020 годов составляет 26%). Это можно объяснить тем, что большинство лиц призывного возраста, проживающих в городах, поступают в высшие учебные заведения, проходят программу подготовки солдат запаса на военных кафедрах, созданных при публичных учреждениях высшего образования, и тем самым освобождаются от срочной службы в рядах Вооруженных сил. Так, согласно статистическим результатам проведенного исследования НБС (2014) в городской среде доля лиц с высшим и средним специальным образованием составляет 51,3% от общего числа населения в возрасте 15 лет и старше, в то время как в сельской местности такой же уровень образования зарегистрирован лишь у 22,9% населения. Юноши призывного возраста, проживающие в сельской местности, составляют большинство среди новобранцев, так как они не имеют возможности поступить в высшие учебные заведения и пройти обучение на военных кафедрах в силу некоторых социально-экономических причин. К данным причинам можно отнести следующие: обеспечение молдавских сел преимущественно гимназиями, преобладание низких средних баллов по итогам сдачи экзаменов на степень бакалавра сельских лицеев, низкий материально-экономический уровень сельского населения, который ведет к ограничению возможности получения последующего образования в связи с финансовыми затруднениями оплаты обучения студентов по контракту. Так, например, в 2010 году уровень бедности в городах составил 10,4 %, а в селах — 30,3 %, а в 2015 году это соотношение составляло 3,1% против 14,5% [281]. Поэтому, несмотря на то, что сельское население превышает городское всего на 517 тысяч (statistica.md., 2017) [284], именно оно составляет основной призывной контингент в Вооруженные силы Республики Молдова.

Таблица 2.2 Место проживания новобранцев (в%).

<i>Место проживания</i>	Процентное соотношение (%)											
	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	<i>средняя</i>
село	70	73	71	74	69	67	75	79	78	77	76	74
город	30	27	29	26	31	33	25	21	22	23	24	26

Если проанализировать образовательный уровень новобранцев, за последние 11 лет, то обнаружится, что большинство из них имеют средний образовательный уровень.

Согласно структуре системы образования в Республике Молдова и возрастному диапазону большинства новобранцев, в 18-20 лет юноши проходят третий уровень образования и могут закончить: среднее образование II цикл (финал гимназического образования), лицейское образование, либо среднее профессионально-техническое образование. В статистическом исследовании «Переход от учебы к работе» (НБС, 2015) было отмечено, что большинство ребят (33%) начинают искать работу после окончания гимназического образования. А согласно докладу «Молодёжь на рынке труда Республики Молдова: навыки и стремления» М. Бучучану-Врабие и О.Гагауз (2017), гимназисты преимущественно находятся в поиске работы или заняты низкоквалифицированным и неквалифицированным физическим трудом [79]. Результаты нашего исследования показывают, что большинство новобранцев (43%) это юноши, окончившие гимназическое образование и находятся в поиске работы, либо заняты неквалифицированным трудом.

Статистические данные нашего исследования полностью отражают результаты исследования уровня образования в Республике Молдова проведенные БНС (2014), которые демонстрируют что, число лиц с минимальным уровнем образования «незаконченное среднее/гимназическое», составляет 91,1% от общего числа населения в возрасте 15 лет и старше, так как оно является обязательным и бесплатным.

Достаточно большой процент (38%) новобранцев со средним профессионально-техническим образованием и это объясняется тем, что многие из них проживают в сельских местностях, где есть потребность в получении профессий в сфере материального производства. Профессиональные училища позволяют за короткий срок (3 года) освоить необходимую профессию, стать квалифицированным специалистом и найти работу.

Новобранцы, призванные в армию после 12 классов, составляют небольшой процент, так их средний показатель за период 2010-2020 годов составляет 12%. Чаще всего, в данную

группу входят юноши, которые не сдали экзамены степени бакалавра. В этом случае, количество рекрутов, призванных в армию после 12 классов, зависит от призывного периода. Так, в осенних призывах новобранцев, окончивших лицейское образование гораздо больше, чем в весенних призывах.

Согласно постановлению правительства «Об утверждении деятельности военных кафедр при публичных учреждениях высшего образования», № 587 от 20.05.2003 [33], Министерством обороны была утверждена программа по подготовке военных кафедр, которые в свою очередь, на добровольной основе, готовят студентов высших учебных заведений и учащихся выпускного курса колледжей по программе обучения солдат запаса. Деятельность военных кафедр объясняет то, что среди новобранцев выявляется очень маленький процент тех, кто окончил колледжи (средний показатель 5%) или высшие учебные заведения (средний показатель 0,2%).

Как мы отмечаем разброс данных, по критерию образования новобранцев по годам (2010-2020) незначительный, но отмечается тенденция к небольшому росту тех призывников, которые не заканчивают 9 классов: в 2010 году новобранцы, не окончившие 9 классов, составляют 1%, а в 2018 году их количество увеличивается и составляет 4%; и уменьшению тех, кто имеет высшее образование: в 2010 году новобранцы, окончившие публичные учреждения высшего образования составляли 1%, по сравнению с периодом 2017- 2020 годами, когда на военную срочную службу не было призвано ни одного гражданина из этой категории.

Таблица 2.3 Распределение новобранцев по образовательному критерию (в%)

<i>образование</i>	Процентное соотношение (%)											
	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	<i>средняя</i>
высшее	1	0,2	0	0	0,2	0,2	0,2	0	0	0	0	0,2
колледж	5	3	8	10	5	5	4	4	3	3	3	5
ПТУ	36	34	38	36	34	37	40	40	40	40	44	38
12 классов	20	19	13	15	15	20	10	5	10	6	4	12
9 классов	37	43	40	38	46	38	45	48	43	48	46	43
менее 9 классов	1	1	1	1	0,2	0,8	0,8	3	4	3	3	2

Анализируя влияние такого социально-демографического фактора как, типология семьи (полная/неполная), наблюдаем тенденцию роста неполных семей, в которых

воспитывались новобранцы. Так, в 2010 году было призвано 14% новобранцев из неполных семей, по сравнению с 2020 годом, где данная категория молодых солдат возрастает до 47%. Семья как общественный институт подрывается миграцией родителей и разводами: согласно статистическим данным Национального Бюро статистики Молдовы (НБС, 2016), наблюдается четкая динамика роста разводов среди населения страны; Республика Молдова является донором трудовой миграции, и поток трудовых мигрантов не уменьшается. По официальным данным в трудовую миграцию в 2012 году было включено 328 тысяч человек, а только в первое полугодие 2017 года – 314 тыс. человек [284]. Рост разводов и трудовая миграция в стране приводят к тому, что социальный контроль со стороны общества значительно снижен, это приводит к риску распространения антисоциального поведения среди молодежи страны и призыва в армию лиц с характерными признаками девиантного поведения [283].

Данные, собранные анкетным путем были соотнесены со справками о составе семьи, полученными в военных центрах. В результате индивидуальных бесед с новобранцами было выявлено, что согласно документам они живут в полных семьях, но в реальности это совсем не так: у многих из них родители уже давно проживают за границей, имеют неофициальные семьи и встречаются со своими детьми очень редко. Так, за период 2010-2020, средний показатель новобранцев, которые росли и воспитывались в неполных семьях составляет, 30%. Количество новобранцев, воспитывающихся в неполных семьях и призванных в армию начиная с 2015 года, возрастает почти в два раза. Анализируя года рождения (1995-1997 гг.) данной категории граждан, приходим к выводу, что они соответствуют пиковым годам увеличения потока эмиграции населения Республики Молдова, вызванной причинами этнополитического характера и другими факторами (О.М. Поалелунжь, 2010) [282]. Согласно методическим указаниям Министерства Обороны об организации и проведения призыва граждан на срочную военную службу, при призыве граждан из числа детей-сирот или детей оставшихся без попечения родителей, командиры военных центров обязаны исследовать их социально-экономическую ситуацию. Социально-экономическая ситуация таких призывников, согласно докладам лиц ответственных за качество призыва, является неблагоприятной. Вследствие чего, такие призывники обычно освобождаются от несения срочной военной службы. Как следствие, количество новобранцев – сирот, призванных на службу в армию достаточно мало, и его средний показатель не превышает 1%.

Таблица 2.4 Распределение новобранцев по критерию полноты семьи (в%)

Полнота семьи	Процентное соотношение (%)											
	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	средняя я
полная семья	85	72	84	85	86	69	58	59	56	55	51	69
не полная семья	14	27	15	14	13	30,5	41	40	42	43	47	30
сирота	1	1	1	1	1	0.5	1	1	2	2	2	1

2.3 Описание и анализ результатов констатирующего эксперимента

Социально-психологическое исследование новобранцев начиналось с проведения и обработки социально – психологической анкеты. Так же, как и при социально-демографическом исследовании призывных периодов 2010-2020 гг., была использована аналогичная социальная анкета в результате чего, проводилась сводка анкетных данных на срезе I призывного периода (апрель) 2018 года на выборке, состоящей из 302 новобранцев, учебного батальона, сформированного на базе одной из военных частей Национальной Армии. Изучались результаты анкетных данных таких социально-демографических критериев новобранцев как – возраст, место проживания, образование и типология семьи, в которой они воспитывались [103].

Таблица 2.5 Сводная таблица социально-демографических критериев новобранцев I призывного периода 2018 (в%)

	социально-демографические факторы		количество, выраженное в процентах (%)
1	возраст	18-20	97
		21-25	3
2	место проживания	село	77
		город	23
3	образование	высшее	0
		колледж	1
		ПТУ	40
		12 классов	9
		9 классов	48
4	типология семьи	полная	59
		не полная	41

Анализ социально-демографических характеристик нашей выборки показывает, что большинство новобранцев (97% - 293 человек) призванных в армию в возрасте 18-20 лет проживают в сельской местности (77% - 233 человек) и окончили гимназическое (48% - 145 человек) или среднее профессионально-техническое образование (40% - 121 человек). Достаточно большой процент новобранцев (41% - 124 человек), данной выборки росли и воспитывались в неполных семьях.

Ранжирование анкетных данных каждого новобранца, по результатам суммирования баллов альтернативных вопросов анкеты, позволили разделить выборку на 3 группы. Таким образом, в первую группу вошли новобранцы с благополучными социально-демографическими условиями развития; во вторую группу с дефицитными социально-демографическими условиями развития; в третью группу с неблагополучными социально-демографическими условиями развития.

В результате анализа анкетных данных, было выявлено, что социально-демографические условия развития большинства призывников (45% - 136 человек) относятся к дефицитному уровню. В группу новобранцев с неблагополучными социально-демографическими условиями развития вошли юноши (27% - 80 человек), которые воспитывались в неполных семьях и как правило имеющие гимназическое образование, в эту группу так же, вошли (2% - 6 человек) новобранцев не окончивших обязательное среднее образование (9 классов). На основе полученных результатов были сделаны процентные выкладки по группам.

Таблица 2.6 Соотношение уровней социально-демографических условий развития новобранцев (в%)

уровень социально-демографических условий развития новобранцев	количество, выраженное в процентах (%)
<i>благополучный</i>	28
<i>дефицитный</i>	45
<i>неблагополучный</i>	27

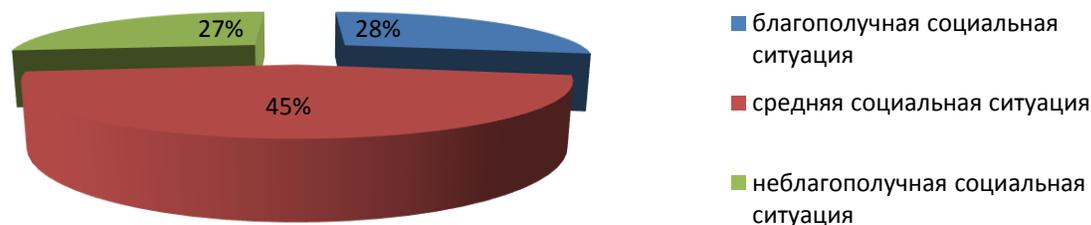


Рис.2.1 Соотношение уровней социально-демографических условий развития новобранцев (в%)

Представление о проявлениях различного рода характерологических особенностей личности у новобранцев изучалось проведением многофакторного опросника для исследования личности «СМОЛ», В. П. Зайцев и В. Г. Козюля, 1981 году. Профиль личности «СМОЛ» не только обнаруживает характерологические особенности новобранца, но и

указывает наиболее эффективный, индивидуальный подход к личности в целях оказания социально-психологической помощи [114; 223; 224]. Интерпретация полученных данных позволили определить обобщенные тенденции профиля личности новобранцев, призванных к службе в армии.

Таблица 2.7 Характерологические особенности новобранцев (в %)

шкала	Профиль личности	Количество новобранцев (в %)
1-я шкала (Hs)	Сверхконтроль	7
2-я шкала (D)	Пессимистичность	2
3-я шкала (Hu)	Эмоциональная лабильность	3
4-я шкала (Pd)	Импульсивность	1
6-я шкала (Pa)	Регидность	13
7-я шкала (Pt)	Тревожность	5
8-я шкала (Sc)	Индивидуалистичность	8
9-я шкала (Ma)	Оптимистичность	1
Всего акцентуаций		41

Обработка и анализ полученных данных позволили выявить 41% (126 человек) новобранцев с различными акцентуированными характерологическими особенностями личности. Достаточно высокое количество таких новобранцев объясняется тем, что именно в этом возрасте (18-20 лет) происходит завершение формирования характера, протекающее с доминированием некоторых его черт, поэтому именно в этом возрастном периоде проявляются акцентуации характерологических особенностей, которые являются крайним вариантом нормального характера [68; 72].



Рис. 2.2 Профиль личности новобранцев

Если рассматривать полученные психодиагностические данные в порядке ранжирования то обнаруживается что, наибольшее количество среди новобранцев (13% - 39 человек) встречаются личности с повышенным профилем личности по шкале Регидность (6-я шкала). Испытуемых с данной акцентуацией характеризует наличие сверценных идей, подозрительность и неумение принять позицию другой личности. Чаще всего они

заносчивы и самонадеяны. Движущая сила – честолюбие, но как только сталкиваются с непониманием по отношению к себе, замыкаются и становятся злопамятными, агрессивными и мстительными.

Повышение профиля личности по шкале индивидуалистичность (8-я шкала) была определена у (8% - 28 человек). Это замкнутые, отдаленные от реальности, со сниженной потребностью в общении, а также очень чувствительные новобранцы, которым свойственны нерациональные поступки, субъективизм в мышлении и избирательность в контактах. Еще одной характерной чертой – является эмоциональная холодность, которая мешает им в проявлении таких чувств как сопереживание, сочувствие и симпатия. Новобранцы с такими чертами характера всегда склонны к раздумьям а не действенной активности. Личностям этого круга куда труднее адаптироваться к меняющимся условиям среды. Более того, при противодействии армейской среды, индивидуалистичность таких новобранцев усугубляется, а признаки дезадаптации только усиливаются.

Повышение профиля по шкале Сверхконтроль (1-я шкала) был выявлен у (7% - 22 человек). Данная категория новобранцев постоянно жалуется на плохое физическое и психологическое самочувствие, они беспокоятся заболеть одной или несколькими болезнями. Чаще всего такие жалобы возникают в период адаптации солдат и конечно же связаны с определёнными страхами и переживаниями по поводу изменения их социального статуса – «я – новобранец». Психические переживания ведут к определенному сбою в организме и последующему развитию психосоматических проявлений.

Повышение профиля по шкале Тревожность (7-я шкала) была выявлена у (5% - 14 человек). Основными чертами, которые характеризуют новобранцев, обладающих данной акцентуацией, является повышенная мнительность и тревожность (личностная и ситуативная). Данные личности тщательно обдумывают и анализируют все события, поступки, разговоры, в которых они непосредственно участвовали. Они нерешительны, неуверенны в себе и постоянно находятся в сомнениях о правильности того как они поступают.

Эмоциональная лабильность (3-я шкала) выявлена у (3% - 10 человек). Она свойственна демонстративным и эгоцентричным людям. Новобранцы с данной характерологической особенностью легко поддаются внушению, а также хорошо выступают в роли манипуляторов, легко идут на шантаж. Их самооценка очень неустойчива и далека от объективности, во многом зависит от окружения, как правило, они стремятся представить себя такими, какими в данный момент можно произвести наиболее выгодное

впечатление. Новобранцы с повышенным профилем по данной шкале прибегали к такому защитному механизму как соматизация, именно эта категория солдат чаще других жаловалась на проблемы со здоровьем.

Повышения профиля по шкале Пессимистичность (2-я шкала) была выявлена у (2% - 7 человек), данная категория новобранцев требует большей психологической работы со стороны военного психолога, так как приводит к усилению признаков нервно-психической нестабильности и дезадаптации. Военнослужащим с данной акцентуацией характерны, подавленность, негативное представление об окружающем мире (пессимизм), некоммуникабельность, чувствительность к болезненным ситуациям. Переживая негативные эмоции такие новобранцы, подавляют свою действенную активность.

Повышение профиля личности по 9-ой шкале Оптимистичность, была выявлена у (1% - 3 человек), данная характерологическая особенность реже всего встречается среди новобранцев и характеризуется постоянным приподнятым настроением, энергичностью и активностью. Новобранцы данной категории легко адаптируются к армейским условиям.

Если провести анализ сочетания некоторых шкал профиля личностей, учитывая их влияние, друг на друга, можно выявить общие тенденции типов реагирования поведения, категории акцентуированных новобранцев нашей выборки (41% - 126 человек). Так было выявлено, что среди данной категории, обнаруживаются новобранцы с следующими типами реагирования: стенический тип (сочетание 4, 6 и 9 шкал) у 35% (19 человек); гипостенический тип (сочетание 2, 7 шкал) у 16% (21 человек); смешанный тип (сочетание 1,3 шкал) у 25% (36 человек) новобранцев.

Таким образом, наибольшее количество новобранцев было выявлено с профилями личности, отражающими характеристики стенического (35% - 19 человек) и смешанного (25% - 36 человек) типов реагирования, которые характеризуются преобладанием возбудимых черт и выраженной активностью противодействия по отношению к влиянию армейской среды. Нарушение баланса между личностью и средой приводит к дезадаптации новобранцев, которая соответствуя данным типам реагирования, проявляется поведенческими реакциями асоциальной направленности: конфликтное поведение и стремление к доминированию среди своих сверстников в подразделении, повышенное чувство независимости и непризнание авторитета непосредственных командиров [157].

Следующая методика, которая была нами использована в учебном батальоне с целью выявления нервно-психической устойчивости новобранцев, являлась анкета оценки нервно-психической устойчивости «ПРОГНОЗ», разработанная В.Ю. Рыбниковым (1985).

Анализируя полученные данные, мы приходим к выводу, что у большинства новобранцев 42% (128 человек), выявляются средние показатели по уровню проявления нервно-психической устойчивости, что говорит о том, что данная категория военнослужащих может проявлять признаки нервно-психической неустойчивости, только в экстремальных ситуациях, которые сопряжены с психическим напряжением.

Высокие показатели по уровню проявления нервно-психической неустойчивости было выявлено у 32% (94 человека) это та категория новобранцев, которая характеризуется высокой вероятностью проявления нервно-психических срывов при незначительных физических и психологических нагрузках.

Маловероятность психических срывов была выявлена у 26% (80 человек), данная категория новобранцев характеризуется нервно – психической устойчивостью в любых неблагоприятных ситуациях.

Графическое изображение процентного соотношения уровней проявления нервно-психической неустойчивости можно наблюдать на Рис. 2.3

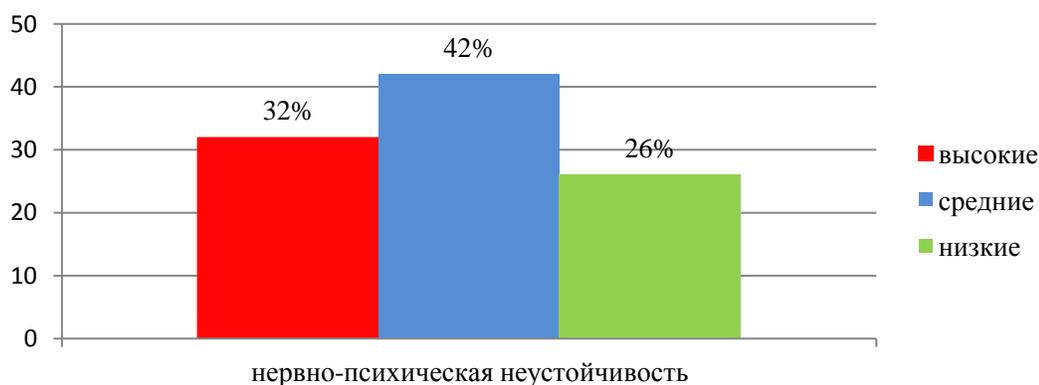


Рис. 2.3 Уровни проявления нервно - психической неустойчивости новобранцев (в%)

Одна из наиболее информативных методик, используемых при исследовании новобранцев, является проективная методика «Человек под дождем» Е. Романовой и Т. Сытько (1992), направленная на выявление устойчивости человека к воздействию стрессовых ситуаций, а так же возможности человека к адаптации.

Разработанная интерпретация данного теста, в балловом эквиваленте, дает возможность статистической обработки психодиагностических результатов, полученных в ходе обследования. Общая сумма, полученная при прибавлении баллов по каждому симптомокомплексу, позволила нам разделить новобранцев на три группы: с высокими,

средними и низкими показателями стрессоустойчивости. Необходимо отметить, что количественная обработка позволила провести качественный анализ рисунков и присвоить определенную психологическую характеристику каждому испытуемому с прогнозированием их адаптационных ресурсов в условиях армейской среды. Анализ рисунков проводился в его комплексности, а выводы никак не строились на отдельных компонентах рисунка [99].

Анализируя результаты, мы установили, что наибольшее количество новобранцев 51% (154 человек) обладают средним уровнем стрессоустойчивости, данная группа характеризуется тем, что адекватно относится к изменившимся условиям среды, относительно спокойно переносят действия стрессоров.

Низкие показатели были отмечены у 31% (94 человек) – это те военнослужащие, которые с большим трудом преодолевают трудности и не могут переносить эмоциональные и волевые нагрузки.

Максимально устойчивые к негативным проявлениям окружающей среды новобранцы, получившие высокие показатели по стрессоустойчивости, сформировали малочисленную группу, так к ним относятся 18% (54 человека) испытуемых.

Графическое изображение процентного соотношения уровней проявления стрессоустойчивости можно наблюдать на Рис.2.4



Рис.2.4 Уровни проявления показателей стрессоустойчивости у новобранцев (в%)

Представления о развитии адаптационного потенциала, нервно – психической стабильности, коммуникативных особенностях и нормативной морали мы измеряли при помощи использования многоуровневого личностного опросника (МЛЮ) «Адаптивность» А. Г. Маклаков и С. В. Чермянин (1993).

Анализ психодиагностических результатов позволил нам разделить наших испытуемых на 3 группы: с высоким, средним и низким уровнями проявления некоторых психологических особенностей личности новобранцев, согласно исследуемым категориям. Данные представлены в таблице 2.8.

Графическое изображение процентного соотношения уровней развития исследуемых психических категорий представлены на Рис. 2.7-2.10

Таблица 2.8 Результаты испытуемых по методике «Адаптивность» (в%)

уровень	«Адаптивность»			
	адаптационный потенциал	нервно-психическая устойчивость	коммуникативные навыки	нормативная мораль
высокий	13	8	22	37
средний	37	52	74	62
низкий	50	40	4	1

Так, если рассмотреть полученные психодиагностические данные по каждой категории отметим что, у половины новобранцев, а именно 50% (150 человек), отмечается низкий уровень развития адаптационного потенциала. Средний уровень был выявлен у 37% (111 человек), а высокий у 13% (41 человек). Таким образом, на начальном периоде прохождения срочной военной службы, каждый второй новобранец сталкивается с трудностями адаптации к условиям армейской среды.

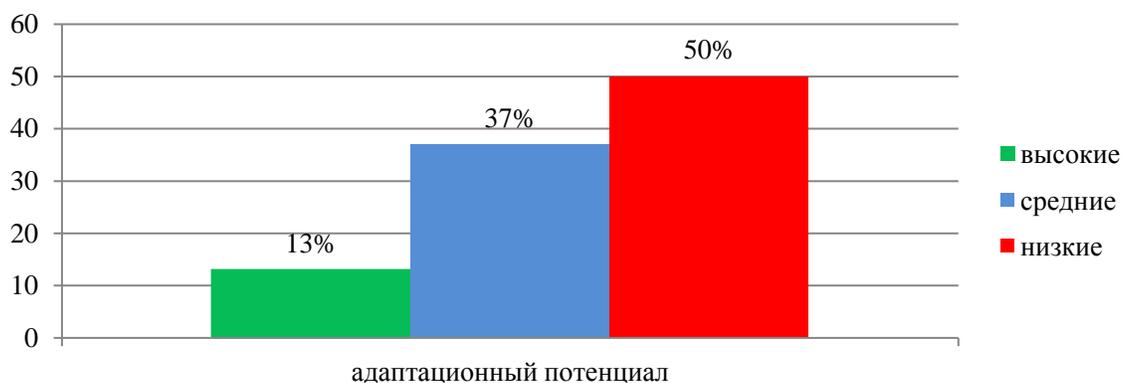


Рис. 2.5 Уровни развития адаптационного потенциала новобранцев (в%)

У большинства новобранцев, а именно 52% (155 человек) выявился средний уровень проявления нервно-психической устойчивости, 40% (122 человека) показали высокий уровень психической нестабильности, и только 8% (25 человек) согласно

психодиагностическим данным, нервно – психически стабильны и эмоционально уравновешены.

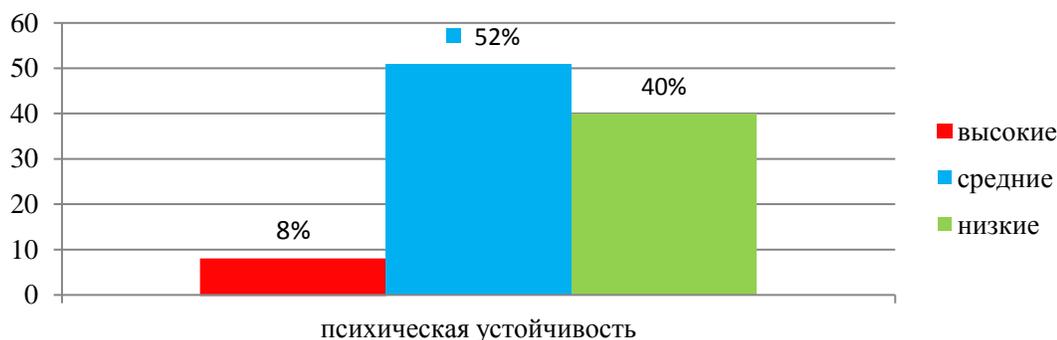


Рис. 2.6 Уровни развития нервно-психической устойчивости новобранцев (в%)

В результате нашего исследования отмечаем проявление коммуникативных особенностей военнослужащих срочной службы: 74% новобранцев (224 человека) - средний уровень, 22% (65 человек) – высокий и 4% (13 человек) - низкий уровень проявления коммуникативных особенностей. Данный факт объясняется особенностями призывного возраста (18-20 лет) период, когда общение играет одну из ключевых ролей в установлении социального статуса юноши в коллективе.

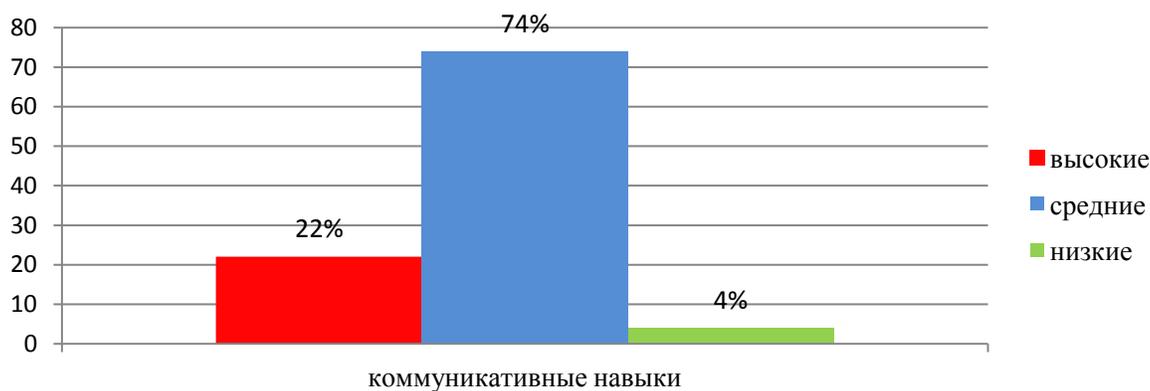


Рис. 2.7 Уровни развития коммуникативных навыков новобранцев (в%)

Призывной возраст также характерен тем, что в данный период развития в сознании каждого юноши уже сформированы представления о хорошем и плохом, правильном и неправильном, о добре и зле. Данный факт отмечается в нашем исследовании тем, что почти у всех испытуемых (99%) отмечается развитое представление о нормативной морали.



Рис. 2.8 Уровни развития нормативной морали новобранцев (в%)

С целью исследования мотивации и доминирующего мотива, который направляет новобранцев на достижение успеха или же избегания неудач, нами была использована психодиагностическая методика «Мотивация успеха и боязнь неудачи» А.А.Реана (2003). Исходя из анализа полученных результатов данной методики, мы пришли к следующим выводам: что у большинства испытуемых 45% (136 человек) не выражена мотивация на успех, такое поведение характеризуется тем, что у данной категории испытуемых мотивация на успех будет усиливаться только в случае достижения положительных успехов в армейской деятельности, и наоборот при повторяющихся неудачах, мотивация на успех будет снижаться.

Так, мотивация на неудачу была выявлена у 32% (95 человек) испытуемых, это те военнослужащие, которые боятся нового опыта из-за идеи возможной неудачи и переживания эмоций негативных ожиданий. Такие новобранцы будут отклоняться от ответственных заданий при несении военной службы, так как уже заранее будут готовить себя к гипотетической неудаче.

Мотивация на успех была выявлена у 23% (71 человек) это те новобранцы, в основе поведения которых лежит потребность в достижение успеха.

Графическое изображение процентного соотношения уровня развития мотивации достижения успеха, представлено на рисунке 2.9.

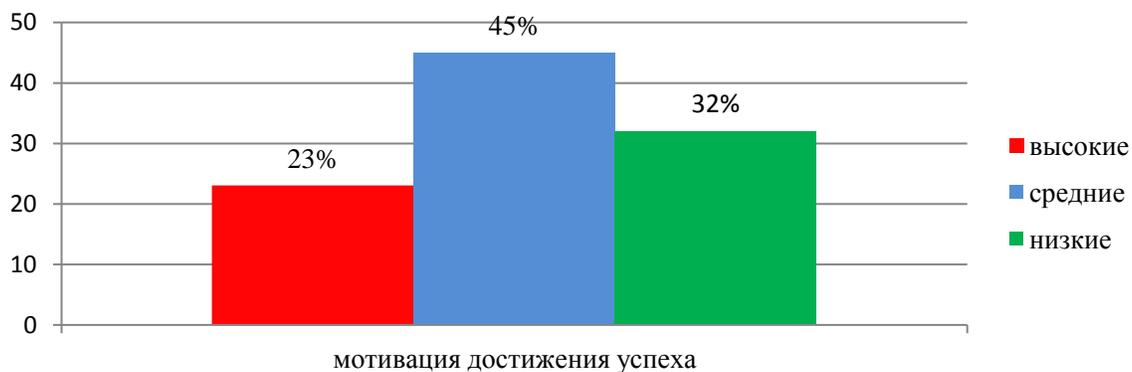


Рис. 2.9 Уровни развития мотивации достижения успеха новобранцев (в%)

Определение уровня самооценки новобранцев определялось при помощи опросника «Определение уровня самооценки» С.В.Ковалев (1991). Обработка и анализ полученных данных позволили выделить группы военнослужащих с высоким, средним и низким уровнем самооценки. Так в самую многочисленную группу, со средним уровнем самооценки, определилось 41% (123 человека) – это те новобранцы, которые в повседневной жизни часто недооценивают свои возможности без видимых на то причин.

Согласно психодиагностическим данным у 31% (94 человека) была выявлена низкая самооценка – новобранцы с подобными показателями неуверенны в своих силах, часто снимают с себя ответственность при выполнении порученных заданий, легко поддаются влиянию и проявляются в пессимистичном и ригидном типе акцентуций характера. Недооценивая свои способности, такие новобранцы никогда не проявляют свою инициативу и не принимают решения в постановке командных задач.

28% (85 человек) набрали необходимое количество баллов, которые относят их к категории призывников с высокой самооценкой – такие военнослужащие высоко оценивают свои качества личности, достоинства, намерения и действия. Солдаты с высокой самооценкой уверены в том, что все неудачи происходят случайно и связаны со стечением определенных обстоятельств, а успех определяется индивидуально-личностными качествами человека и его способностью принятия решений в трудных жизненных ситуациях.

Графическое изображение процентного соотношения уровней развития самооценки представлено на рисунке 2.10.

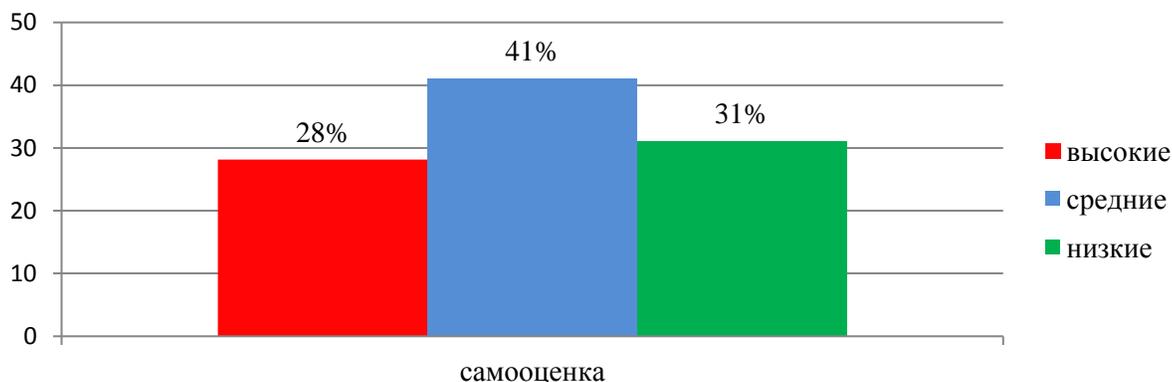


Рис. 2.10 Уровни развития самооценки новобранцев (в%)

Все полученные психодиагностические результаты, по проведенным методикам, позволили составить сводную таблицу данных.

Таблица 2.9 Результаты психодиагностических методик (в%)

Уровень развития	Соц-дем. условия развития	Прогноз	Человек под дождем	Адаптивность						Мотивация	С. О.
				АП	Л	ПУ	Н	К	М		
Высокий	28	26	18	13	8	22	37	23	28		
Средний	45	42	51	37	52	74	62	45	41		
Низкий	27	32	31	50	40	4	1	32	31		

Так, анализируя и сравнивая данные социальных анкет, определивших социально-демографическую ситуацию новобранцев и процентное соотношение полученных показателей по каждой из проведенных методик, представляется возможным выделить группу новобранцев, которые в силу развития своих психологических особенностей личности и сформированности адаптационного потенциала, испытывают трудности в адаптации к армейским условиям среды.

Одной из задач нашего исследования являлось изучение социально-личностных компетенций командиров: стиль руководства – измерялся при помощи проведения опросника «Самооценка стиля управления» Е.П.Ильин (2004), и выбор стратегии поведения в конфликтных ситуациях - измерялся при помощи проведения опросника «Определение способа поведения в регулировании конфликтов» Кеннет У. Томас, Ральф Х. Килманн (1973). В психодиагностике участвовала выборка командиров подразделений, общий объем 20 человек.

Рассмотрим полученные данные по методике, направленной на «Определение способа поведения в регулировании конфликта», Кеннет У. Томас, Ральф Х. Килманн (1973). Так, анализируя процентное соотношение полученных данных, приходим к выводу, что наибольшее количество командиров 30% (6 человек) в конфликтных ситуациях прибегают к такому поведению как соревнование или принуждение. Такой способ поведения не ведет к разрешению конфликта, так как в этом случае командиры пытаются заставить своих подчиненных принять свою точку зрения.

Одинаковое количество командиров регулируют конфликтные ситуации, избирая такие стратегии поведения как компромисс 20% (4 человека) и приспособление 20% (4 человека). Соревнование или здоровая конкуренция помогает достижению определенных целей, но не выстраивает конструктивные отношения конфликтующих сторон. Взаимные уступки в качестве компромиссов только гасят конфликт на определенное время, пока ценность уступки не угасает в глазах подчиненного.

Командиры подразделений прибегают к таким способам поведения регулирования конфликтов как избегание 15% (по 3 человека) и сотрудничество 15% (по 3 человека). Такая стратегия как избегание не приводит к кооперации, и в результате общая цель не достигается. Сотрудничество является единственной стратегией, которая ведет к устранению конфликтной ситуации и удовлетворению сторон.

Графическое изображение процентного соотношения выбора способов регулирования конфликтов, командирами подразделений представлено на рисунке 2.11.

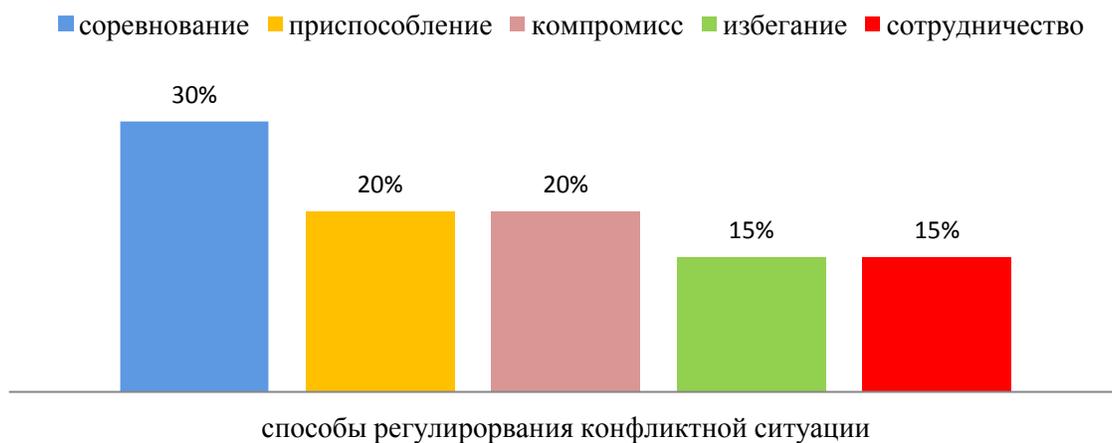


Рис. 2.11 Выборы способов регулирования конфликтов командирами подразделений (в %)

Стиль управления командиров подразделений выявлялся при помощи использования опросника «Самооценка стиля управления» Е.П.Ильин (2004), где сами командиры оценивали свой стиль управления. Таким образом, полученные психодиагностические данные позволили нам выявить командиров с авторитарным – 50% (10 человек), демократическим – 30% (6 человек) и либеральным стилем руководства – 20% (4 человека).

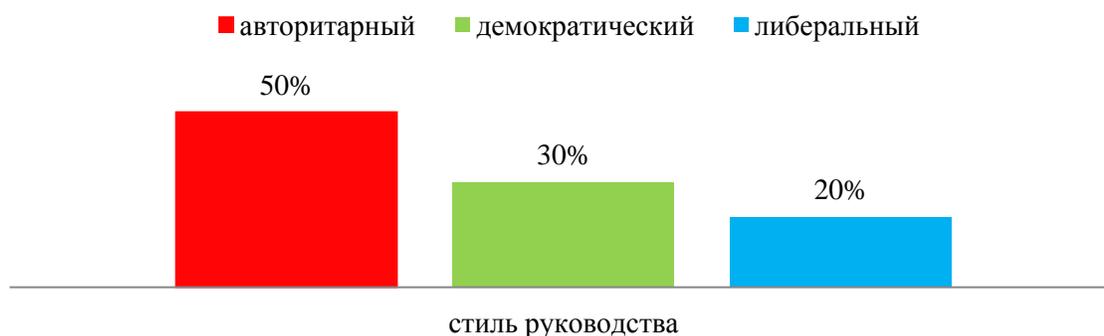


Рис. 2.12 Стили руководства командиров подразделений (в%)

Так, мы приходим к однозначному выводу о том, что большинство командиров подразделений, прибегают к авторитарному стилю руководства. Командиры с данным стилем руководства отдают предпочтения приказам и не склонны к ведению переговорам, внимательно ведут контроль над действиями солдат и в случае неподчинения или неправильного их выполнения наказывают своих подчиненных [5; 14].

2.4 Исследование взаимосвязи социально-личностных характеристик новобранцев

Личностные характеристики и социально-демографические условия развития новобранцев определяют уровень сформированности адаптационного потенциала военнослужащих, который, в свою очередь, оказывает влияние на эффективность их адаптации. Дефицитарность развития социально-личностных характеристик новобранцев инициирует дезадаптивные поведенческие реакции со стороны новобранцев [165]. Следовательно, особое место уделяется изучению взаимосвязи социально-личностных характеристик новобранцев с уровнем их адаптивности к армейским условиям. В указанном контексте нами изучалась взаимосвязь между социальными и личностными характеристиками личности военнослужащего прибывшего на срочную военную службу, от которых зависит успешность и эффективность адаптации новобранцев к условиям армейской среды.

В рамках решения практических задач исследования на следующем этапе нашей работы, мы изучали взаимосвязь между социально-личностными характеристиками новобранцев. В качестве социально-личностных характеристик были выделены: *нейро-психическая устойчивость, акцентуации характера, адаптационный потенциал, коммуникативные способности, моральная нормативность, мотивация, самооценка, стрессоустойчивость, социально-демографические условия развития.*

Так же, особый интерес заключался в установление иерархии социально-личностных характеристик военнослужащих, определяющих адаптацию.

Рабочей гипотезой данного этапа являлось предположение о том, что трудности в адаптации обусловлены характерологическими особенностями личности новобранца (*нейро-психическая устойчивость, акцентуации характера, адаптационный потенциал, коммуникативные способности, моральная нормативность, мотивация, самооценка, стрессоустойчивость, социально-демографические условия развития*). В этой связи, была предпринята попытка создания социально-психологических профилей личности адаптированного и дезадаптированного новобранца.

Количественные результаты, полученные при обработке всех методик, позволили выявить основные частоты описательной статистики (см. Приложение 2.). С целью дальнейшего выбора статистических методов обработки, мы произвели проверку выборки на нормальность распределения по критерию Колмогорова-Смирнова. В результате было определено, что большая часть распределений значительно отличается от нормального ($p \leq 0,05$).

Таблица 2.10 Распределение нормальности по критерию Колмогорова-Смирнова

	Колмогоров-Смирнова		
	Статистика	Кол-во испытуемых	Значимость
Сверхконтроль	,097	302	,000
Пессимистичность	,055	302	,026
Эмоциональность	,082	302	,000
Импульсивность	,044	302	,200
Ригидность	,103	302	,000
Тревожность	,084	302	,000
Индивидуалистичность	,222	302	,000
Прогноз	,083	302	,000
ЛАП	,079	302	,000
НПУ	,110	302	,000
КС	,174	302	,000
МН	,109	302	,000

социально-дем. условия развития	,168	302	,000
---------------------------------	------	-----	-------------

Примечание - распределение анализируемых переменных по критерию Колмогорова-Смирнова соответствуют нормальному виду ($p \leq 0,05$). Значимые различия выделены полужирным шрифтом.

С целью статистического изучения взаимосвязи между психодиагностическими переменными был использован коэффициент ранговой корреляции Спирмена. В результате чего было установлено, что показатели нейро-психической устойчивости, полученные в результате обработки методики «Прогноз-1», на среднем уровне значимости ($p < 0,01$) положительно коррелирует с показателями акцентуаций характера новобранцев. Коэффициент корреляции между данными переменными находится в пределах $r = 0,30 < 0,69$, что соответствует умеренной корреляции. В результате, это позволяет сделать нам следующий вывод: чем ярче выражены акцентуации характера, тем сильнее проявляется нервно-психическая неустойчивость у новобранцев.

Таблица 2.11 Корреляция между нервно-психической устойчивостью и характеристиками личности новобранцев.

Нервно - психическая устойчивость	коэффициент корреляции	характеристики личности
НПУ	r = 0,41	сверхконтроль
	r = 0,54	пессимистичность
	r = 0,39	эмоциональность
	r = 0,35	импульсивность
	r = 0,64	ригидность
	r = 0,35	тревожность
	r = 0,55	индивидуалистичность
	r = 0,44	оптимистичность
	r = 0,48	адаптационный потенциал
	r = 0,72	психическая устойчивость
	r = 0,24	моральная нормативность
	r = 0,39	коммуникативные способности
	r = -0,48	мотивация
	r = 0,45	самооценка
	r = 0,39	восприятие неблагоприятной ситуации
r = 0,40	социально-дем. условия развития	

Примечание: $p \leq 0,01$, значимые различия выделены полужирным шрифтом.

Нервно-психическая устойчивость, на среднем уровне значимости ($p \leq 0,01$), умеренно коррелирует с показателями личностного адаптационного потенциала ($r = 0,48$), коммуникативными способностями ($r = 0,39$), самооценкой ($r = 0,45$), восприятием неблагоприятной ситуации ($r = 0,39$) и социально-демографическими условиями развития

новобранцев ($r = 0,40$). Отмечаем сильную взаимосвязь ($r = 0,72$) между показателями нервно-психической стабильности, полученных после проведения разных методик («МЛО-Адаптивность» и «Прогноз-1»). Определяется слабый уровень значимости ($r = 0,24$), который обычно не берется в расчет, между показателями нейро-психической устойчивости и моральной нормативности. Умеренная отрицательная корреляция ($r = -0,48$) выявляется между показателями мотивации и нейро-психической устойчивости.

Были установлены статистические связи между показателями переменных методики «МЛО-Адаптивность» и характеристиками личности новобранцев [43; 103].

Таблица 2.12 Корреляция между показателями адаптивности и характеристиками личности новобранцев.

характеристики личности	адаптационный потенциал	психическая устойчивость	коммуникативные способности	моральная нормативность
сверхконтроль	$r = 0,25$	$r = 0,28$	$r = 0,16$	$r = -0,01$
пессимистичность	$r = 0,36$	$r = 0,38$	$r = 0,31$	$r = 0,16$
эмоциональность	$r = 0,29$	$r = 0,28$	$r = 0,18$	$r = 0,04$
импульсивность	$r = 0,20$	$r = 0,16$	$r = 0,18$	$r = 0,16$
ригидность	$r = 0,49$	$r = 0,50$	$r = 0,11$	$r = 0,25$
тревожность	$r = 0,22$	$r = 0,19$	$r = 0,35$	$r = -0,02$
индивидуалистичность	$r = 0,38$	$r = 0,37$	$r = 0,25$	$r = 0,07$
оптимистичность	$r = 0,32$	$r = 0,34$	$r = 0,27$	$r = 0,29$
мотивация	$r = -0,55$	$r = -0,55$	$r = -0,37$	$r = -0,25$
самооценка	$r = 0,44$	$r = 0,45$	$r = 0,35$	$r = 0,20$
восприятие неблагоприятной ситуации	$r = 0,43$	$r = 0,40$	$r = 0,28$	$r = 0,20$
социально-демографические условия развития	$r = 0,46$	$r = 0,44$	$r = 0,34$	$r = 0,19$

Примечание: $p \leq 0,01$, значимые различия выделены полужирным шрифтом.

В результате статистической обработки обнаруживаются положительные корреляции между показателями адаптивности и некоторыми характеристиками личности новобранцев: так, показатели профиля личности коррелируют (находятся в пределах $r = 0,04 \leq 0,29$) с показателями адаптационного потенциала и коммуникативными способностями. Обнаруживается незначительная отрицательная корреляция таких свойств личности новобранцев, как сверхконтроль ($r = -0,01$) и тревожность ($r = -0,02$) с моральной нормативностью. Показатели мотивации отрицательно коррелируют со всеми показателями адаптивности. Самооценка и восприятие неблагоприятной ситуации положительно коррелируют ($p \leq 0,01$) с адаптационным потенциалом и психической устойчивостью.

Взаимосвязь между показателями социально-демографическими условиями развития и адаптационным потенциалом показывает значимую положительную корреляцию ($r = 0,46$).

Показатели методики «Мотивации успеха и боязни неудач» на среднем уровне значимости ($p \leq 0,01$) отрицательно коррелирует с некоторыми характеристиками личности новобранцев.

Таблица 2.13 Корреляция между показателями мотивации и характеристиками личности новобранцев.

характеристики личности	мотивация
сверхконтроль	$r = -0,39$
пессимистичность	$r = -0,43$
эмоциональность	$r = -0,39$
импульсивность	$r = -0,24$
ригидность	$r = -0,51$
тревожность	$r = -0,29$
индивидуалистичность	$r = -0,45$
оптимистичность	$r = -0,20$
самооценка	$r = -0,66$
восприятие неблагоприятной ситуации	$r = -0,64$
социально-дем. условия развития	$r = -0,59$

Примечание: $p \leq 0,01$, значимые различия выделены полужирным шрифтом.

Так отмечаем, умеренную корреляцию между показателями мотивации сверхконтролем ($r = -0,39$), пессимистичностью ($r = -0,43$), эмоциональностью ($r = -0,39$), ригидностью ($r = -0,51$), индивидуалистичностью ($r = -0,45$), самооценкой ($r = -0,66$), восприятием неблагоприятной ситуации ($r = -0,64$) и социально-демографическими условиями развития новобранцев ($r = -0,59$).

Таблица 2.14 Корреляция между показателями самооценки и характеристиками личности новобранцев.

характеристики личности	самооценка
сверхконтроль	$r = 0,40$
пессимистичность	$r = 0,41$
эмоциональность	$r = 0,38$
импульсивность	$r = 0,30$
ригидность	$r = 0,53$
тревожность	$r = 0,33$
индивидуалистичность	$r = 0,46$
оптимистичность	$r = 0,20$
восприятие неблагоприятной ситуации	$r = 0,64$
социально-дем. условия развития	$r = 0,66$

Примечание: $p \leq 0,01$, значимые различия выделены полужирным шрифтом.

Показатели самооценки на среднем уровне значимости ($p \leq 0,01$) положительно коррелирует со всеми характеристиками личности новобранцев. Так отмечается, умеренная корреляция между показателями самооценки и сверхконтролем ($r = 0,40$), пессимистичностью ($r = 0,41$), эмоциональностью ($r = 0,38$), импульсивностью ($r = 0,30$), ригидностью ($r = 0,53$), тревожностью ($r = 0,33$), индивидуалистичностью ($r = 0,46$) и восприятием неблагоприятной ситуации ($r = 0,64$). Наиболее высокие показатели умеренной корреляции ($r=0,66$) по сравнению с остальными, наблюдаются между самооценкой и социально-демографическими условиями развития.

Таблица 2.15 Корреляция между показателями восприятия неблагоприятной ситуации и характеристиками личности новобранцев.

характеристики личности	восприятие неблаг.ситуации
сверхконтроль	$r = 0,40$
пессимистичность	$r = 0,39$
эмоциональность	$r = 0,37$
импульсивность	$r = 0,21$
ригидность	$r = 0,45$
тревожность	$r = 0,28$
индивидуалистичность	$r = 0,41$
оптимистичность	$r = 0,18$
социально-дем.условия развития	$r = 0,63$

Примечание: **$p \leq 0,01$** , значимые различия выделены полужирным шрифтом.

В результате статистической обработки обнаруживаются положительные корреляции между социально-демографическими условиями развития и восприятием неблагоприятной ситуации ($r = 0,63$). Большинство показателей профиля личности новобранцев на среднем уровне значимости ($p \leq 0,01$) положительно коррелирует с восприятием неблагоприятной ситуации, исключением становятся импульсивность, тревожность и оптимистичность, показатели, которых соответствуют слабому уровню положительной корреляции ($p \leq 0,05$) и следовательно не берутся в расчет.

Таблица 2.16 Корреляция между показателями социально-демографическими условиями развития и характеристиками личности новобранцев.

характеристики личности	социально - дем. условия развития
сверхконтроль	$r = 0,36$
пессимистичность	$r = 0,34$
эмоциональность	$r = 0,33$
импульсивность	$r = 0,19$
ригидность	$r = 0,44$

тревожность	r = 0,33
индивидуалистичность	r = 0,42
оптимистичность	r = 0,21
Нейро-псих.устойчивость	r = 0,40
ЛАП	r = 0,46
НПУ	r = 0,44
МН	r = 0,34
КС	r = 0,19
мотивация	r = -0,59
самооценка	r = 0,66
восприятие неблаг.ситуации	r = 0,63

Примечание: **p ≤ 0,01**, значимые различия выделены полужирным шрифтом.

Социально-демографические условия развития новобранцев положительно коррелируют со всеми характеристиками его личности, исключение составляет мотивация, показатели которой демонстрируют отрицательную корреляцию ($r = -0,59$).

Опираясь на анализ различных выдвинутых теоретических концепций, а так же результатов констатирующего эксперимента, который выявил социально-психологические особенности личности военнослужащего прибывшего на военную службу, мы разработали социально-психологический профиль личности адаптированного новобранца.

Так как социально – психологическая адаптация формируется под воздействием как внешних, так и внутренних факторов, следует отметить, что для ее оптимизации необходимы благоприятные социально-демографические условия развития личности.

Во-первых, это воспитание в полной семье, где между обоими родителями существуют партнерские взаимоотношения, основанные на гармоничном развитии и самореализации. И во-вторых, это достаточный уровень образования (12 лет обучения в образовательных учреждениях).

Противоречивые данные различных теоретических концепций, а так же данные нашего эксперимента, о взаимозависимости степени адаптированности личности и социокультурного пространства позволяют нам сделать вывод о том, что такой критерий как место проживания (село/город) не достаточно влияет на формирование социально-психологической адаптации, поэтому при построении профиля мы его не учитывали [175,60].

Результатом сформированности различных индивидуально-личностных особенностей новобранцев, лежащих в основе адаптационного потенциала, является разрешение противоречия между тем, что уже сложилось в характере юноши и динамикой происходящих изменений в соответствии с требованиями армейской среды.

Анализ корреляционных взаимодействий характерологических особенностей новобранцев позволили нам выстроить социально-психологический профиль личности адаптированного и дезадаптированного новобранца.

Таким образом, профиль личности адаптированного новобранца включает в себя следующие характерологические особенности: сложенный характер без доминирования некоторых его черт (акцентуаций), сформированный личностный адаптационный потенциал, нервно-психическую устойчивость, адекватную самооценку, мотивацию, развитые коммуникативные способности, моральную нормативность и стрессоустойчивость.



Рис. 2.13 Профиль личности адаптированного новобранца

Социально-психологический профиль личности адаптированного новобранца рассматривается как профиль военнослужащего, который развивается в благоприятных социально-демографических условиях, обладает сформированностью различных индивидуально-личностных особенностей, быстро и эффективно адаптируется к изменяющимся требованиям военной среды и успешно исполняет свои должностные обязанности, которые, в свою очередь, влияют на результативность его служебной деятельности и на положительную, профессиональную оценку со стороны командиров подразделений.

Анализ взаимосвязей социально-личностных особенностей военнослужащих, позволили выстроить иерархию основных характеристик новобранца определяющих успешность социально-психологической адаптации. Таким образом, на первой позиции, среди всех исследуемых нами психологических характеристик, определяющих интегральный конструкт - адаптационный потенциал и способствующий эффективной адаптации, определяется мотивация ($r = -0,55$). Следующими характерными чертами в иерархии социально-психологических характеристик, способствующих оптимизации социально-психологической адаптации новобранцев, определяются: нервно-психическая устойчивость ($r = 0,48$), социально-демографическая ситуация развития личности ($r = 0,46$), самооценка ($r = 0,44$), стрессоустойчивость ($r = 0,43$), уровень развития коммуникативных способностей ($r = 0,39$) и моральная нормативность ($r = 0,24$).

Следовательно, эффективная социально-психологическая адаптация основывается на конструктивной мотивации достижение успеха новобранцами на начальном этапе и в течении прохождения срочной военной службы, закрепляется позитивным опытом в решении профессиональных задач.



Рис. 2.14 Иерархия личностных характеристик, определяющих социально-психологическую адаптацию новобранца

Проявления дисбаланса во взаимодействии между армейскими условиями и характерологическими особенностями новобранцев, приводит к полярному адаптации

процессу – дезадаптации. Результаты нашего исследования показали, что дезадаптивная личность новобранца обладает следующими социально – личностными характеристиками: дефицитарными или неблагоприятными социально-демографическими условиями развития личности, наличием различных акцентуированных черт характера (пессимистичность, регидность, индивидуалистичность), нервно-психической неустойчивостью, низкими уровнями развития самооценки, мотивации, стрессоустойчивости, моральной нормативности и коммуникативных способностей.



Рис. 2.15 Профиль личности дезадаптированного новобранца, с представленными значимыми статистическими значениями

Низкие показатели вышеописанных социально-личностных характеристик, приводят к несформированности личностного адаптационного потенциала и как следствие ведут к проявлению дезадаптивного поведения новобранцев в армейском коллективе.

Поведенческие паттерны дезадаптивного поведения чаще всего проявляются в неуставных отношениях и нарушениях дисциплины в подразделениях, в демонстративно-шантажных действиях и проявлениях суицидального поведения, снижению работоспособности в профессиональной деятельности и к возникновению различного рода нервно-психических заболеваний [117 с.3-13; 128, с.10-17; 255]. В этом контексте, актуальность нашего исследования подтверждается наличием проблемы в данной области, где важную роль приобретает возможность оптимизации социально-психологической

адаптации новобранцев к условиям армейской среды посредством участия военнослужащих в программе по развитию индивидуально – личностных особенностей военнослужащих.

2.5 Выводы ко второй главе

1. Социально-демографическое исследование новобранцев, призывных периодов 2010-2020, демонстрирует что, все явления и процессы, происходящие в нашем обществе, полностью отражены в социальных характеристиках новобранцев. Большинство военнослужащих, призванных на срочную службу в армию это выходцы из сельской местности. Материально-экономическое положение большинства жителей нашей страны, проживающей в сельской местности, достаточно низкое, что не дает возможности всем желающим обучаться в высших учебных заведениях и на военных кафедрах. Семья как социальный институт, разваливается под бременем миграций и разводов, в результате воспитывается поколение социально уязвимых и психологически незрелых граждан, которые призываясь в армию, составляют кадровые ресурсы обороноспособности нашего государства и формируют боевой потенциал страны. Неблагоприятная среда, где рос и воспитывался индивид, низкий уровень образования, а так же некоторые характерологические особенности юношеского возраста, являются социально-демографическим дезадаптивным, внешними факторами, которые оказывают негативное влияние на формирование психологических, индивидуально-личностных характеристик индивида, лежащих в основе адаптационного потенциала новобранцев.

2. В результате социально-психологического исследования новобранцев, призывного периода 2018 года, мы выявили что, большинство из них проживали в сельской местности и окончили только гимназическое образование. Каждый третий новобранец рос и воспитывался в неполной семье. Отметим наличие тесной, корреляционной взаимосвязи между социально-демографическими условиями развития и показателями индивидуально-личностных характеристик новобранцев.

Внешние, социально-демографические дезадаптивные факторы оказывают негативное влияние на развитие таких индивидуально-личностных характеристик как: акцентуации характера, нервно-психическая устойчивость, уровень самооценки, коммуникабельность и стрессоустойчивость. Несформированность вышеперечисленных характеристик приводит к дефицитарному личностному адаптационному потенциалу и проявлениям дезадаптивного поведения новобранцев. Возможно, динамика процесса социально-психологической адаптации такого новобранца будет зависеть от его интеграции

в армейский коллектив и от социально-личностных компетенций командиров в установлении отношений субординации.

3. Индивидуально-личностные особенности новобранцев сопряжены с воздействием внешних факторов армейской среды и отражают уровень психологической зрелости данной категории солдат. Наиболее часто в психологическом профиле личности новобранцев выражается такая характерологическая особенность, как ригидность, проявляемая как нежелание признания авторитета, неумение подчиняться, принять позицию другого, что очень свойственно юношескому возрастному периоду. Большинство новобранцев, попадая в армейскую среду, проявляют нервно-психическую неустойчивость и переживание негативных эмоций, которые оказывают влияние на проявление их самооценки, стрессоустойчивости и коммуникативных особенностей. Поэтому каждый второй новобранец испытывает трудности в адаптации к ситуациям, требующим физического и эмоционального напряжения. Но, несмотря на психологическую незрелость некоторых личностных характеристик молодого солдата, при наличии его положительной мотивации к прохождению срочной военной службы, процесс его адаптации становится быстрым и безболезненным.

4. Социально-личностные компетенции командиров определяются спецификой воинской службы в армии. Согласно действующему Уставу внутренней службы Вооруженных сил Республики Молдова, руководство внутренней службы осуществляется командиром посредством приказа (директивы), который предусматривает четкое выполнение поставленных задач. В кризисных ситуациях, отступление от приказа влечет за собой серьезные проблемы, связанные с безопасностью не только самого солдата, но и всего подразделения. Поэтому, в данном контексте наиболее эффективным стилем управления в армии является авторитарный стиль, который и выявился у наибольшего количества исследуемых нами командиров подразделений. Превалирование авторитарного (директивного) стиля руководства среди командиров, объясняет и выбор их стратегии поведения в конфликтной ситуации – соревнование (принуждение), в которой четко подавляются интересы противоположной стороны конфликта, и игнорируется мнение подчиненных.

3. Оптимизация социально-психологической адаптации новобранцев посредством формирования личностных характеристик военнослужащих.

3.1 Общая характеристика, разработка и апробирование программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих

В результате теоретического анализа было выявлено, что социально-психологическая адаптация носит многофакторный характер, так как на ее успешность воздействует большое количество факторов, которые в совокупности составляют две большие группы: внешние (социальные) и внутренние (личностные).

Один из внутренних факторов, влияющих на успешность адаптационных изменений новобранцев, является психологический фактор, включающий в себя различные характерологические особенности личности, которые в комплексе составляют личностный адаптационный потенциал, характеризующий адаптивные способности человека во взаимодействии со специфическими условиями среды его жизнедеятельности.

Личностный адаптационный потенциал объединяет те характерологические особенности личности новобранца, развитие которых соответствует динамике социально-психологической адаптации. Таким образом, посредством развития некоторых характерологических особенностей формируется адаптационный потенциал и оптимизируется социально-психологическая адаптация.

Фактор межличностного общения, как внешний фактор, влияющий на успешность адаптационных изменений новобранцев, так же возможно оптимизировать посредством формирования социально-личностных компетенций командиров.

Таким образом, посредством формирования некоторых характерологических особенностей, а именно адаптационного потенциала солдат, и социально-личностных компетенций командиров, возможно, оптимизировать социально-психологическую адаптацию новобранцев.

Мы придерживаемся понятия «оптимизация» (Е.П.Ильин, 1989), под которым понимается осуществление процедур, направленных на получение эффективного результата при наиболее возможных условиях [116, с.345].

Базовым положением при разработке нашей программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих являлось философское основание *диалектического соотношения* биологического и социального в адаптации

человека, тенденции к достижению равновесия в процессе взаимодействия субъекта со средой.

Уровнем методологии общенаучных принципов явился системный подход, сущность которого заключается в том что, самостоятельные компоненты рассматриваются не изолировано, а в их взаимосвязи [86]. *Уровнем конкретно-научной методологии* явился личностно-деятельностный подход, который рассматривает функционирование психики в процессе деятельностного взаимодействия субъекта со средой [69].

Обращаясь к роли личности в социально-психологической адаптации, возникает вопрос: какие характерологические особенности необходимо формировать, чтобы новобранец обладал высоким адаптационным потенциалом и на какие личностные ресурсы нужно основываться, чтобы повысить адаптационные возможности солдат.

Концептуальной базой нашей программы, направленной на развитие индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, посредством формирования социально-личностных компетенций командиров и адаптационного потенциала новобранцев, являлись исследовательские положения следующих авторов: А.Г.Маклакова, С.Т.Посохова, В. Леонтьева, В.Н. Маркова, А.М. Богомолова, Л.Э.Кузнецова, Ю.И.Толстых. Исследовательские направления вышеуказанных авторов изучают такой феномен как «адаптационный потенциал» и рассматривают его как интегральную и динамичную характеристику личности, которая включает в себя устойчивую совокупность личностных свойств, необходимых для успешной адаптации: *нервно-психическая устойчивость, толерантность к стрессу, самооценка, ощущение социальной поддержки (личностная референтность), мотивация, коммуникативные способности, уровень конфликтности, моральная нормативность.*

Итак, обозначаем базовый понятийный аппарат нашей практической работы - *адаптационный потенциал личности определяется как интегральная переменная, которая включает в себя определенные психологические особенности личности, уровень развития которых определяет границы адаптационных возможностей и устойчивости к воздействию специфических факторов среды на индивида.*

Адаптационный потенциал это динамичная переменная, а значит его можно оптимизировать посредством использования специально разработанных программ, направленных на развитие определенного набора характерологических особенностей личности новобранца, детерминирующих эффективность его адаптационного потенциала.

В констатирующем эксперименте было установлено, что каждый второй новобранец, попадая в армию, сталкивается с трудностями в адаптации к армейским условиям, поэтому мы задались **целью** оптимизировать адаптацию новобранцев, посредством формирования набора характерологических особенностей личности новобранца. Для успешной реализации поставленной цели были намечены следующие **задачи**:

1. Научно обосновать, разработать и апробировать программу по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, направленную на оптимизацию адаптационного потенциала новобранцев и развития социально-личностных компетенций командиров для обеспечения профилактики дезадаптивных состояний у новобранцев;

2. Оценить эффективность разработанной программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих путем проведения повторной психодиагностики для сравнения полученных результатов экспериментальных и контрольных групп.

Гипотеза формирующего эксперимента: *успешность социально-психологической адаптации новобранцев возможна посредством использования программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, направленной на оптимизацию адаптационного потенциала новобранцев и формирование социально-личностных компетенций командиров.*

При разработке специальной программы, направленной на развитие индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, мы опирались на представленный в литературе опыт исследователей П.Александрович, В. Асеев, И. Вачков, Н. Васильев, В. Каланча, И. Кузнецов, Ж. Сенокосов, И. Мальханова, А. Малютин, В. Ромек, С. Петрушин, М. Seligman [4; 10; 82; 83; 84; 189; 277], а также ориентировались на определенные принципы.

Обобщая данные принципы, мы попытались выделить наиболее основные из них, к которым мы отнесли:

- *этические принципы* (конфиденциальность);
- *организационные* (гомогенность, временные рамки);
- *создание групповой среды* (системность, целостность, реалистичность);
- *поведение участников* (общение, открытость, конкретность, безоценочное суждение, персонификация);
- *активной совместной деятельности ведущего и участников*, а именно, принципом распределения активности между ними (позитивный результат может быть достигнут,

только если соблюдается общий принцип – последовательное, дозированное и уместное наращивание активности участников с передачей инициативы от ведущего к другим членам группы);

➤ *творческой позиции как обучаемого и воспитываемого, так и ведущего* (создание творческой атмосферы, ведущему можно творить в описании той реальности, которая является предметом тренинга);

➤ *партнёрского общения* (признание ценности личности другого человека);

➤ *учёт возрастных и индивидуальных особенностей;*

➤ *принципом объективации (осознания) поведения;*

Данные принципы нами были частично заимствованы из научно – практических исследований Н.Ю.Хрящевой, К.Флопель [194], И.В. Вачковым [84], формирования толерантного поведения В. Адэскэлицэ (2009) [63], управление эмоциями в решении конфликтных ситуаций Н.Н. Васильевым [82], развитие личности И.В.Дубровиной [212].

Этих принципов мы придерживались на различных этапах формирующей работы - от методической разработки программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих до оценки её эффективности.

При разработке нашей программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, мы учитывали и общие выводы, полученные в ходе констатирующего эксперимента, в частности о том, что каждый третий новобранец проявляет низкую самооценку, нервно-психическую неустойчивость, часто переживает негативные эмоции, обладает ригидностью в установлении межличностных отношений и не проявляет коммуникативных способностей. Как следствие, низкий уровень развития перечисленных индивидуально-личностных особенностей приводит к дефицитарному адаптационному потенциалу и дезадаптивности новобранца к армейским условиям. К тому же, установленный авторитарный стиль руководства командиров подразделений может негативно влиять на динамику социально-психологической адаптации новобранцев при установлении отношений субординации в воинском коллективе.

Таким образом, данные исследования привели к идеи создания программы, в которую были включены как новобранцы, так и командиры их подразделений. В итоге, нами была разработана и апробирована специальная программа, направленная на развитие индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, состоящая из 2-х блоков, где 1-ый блок был направлен на оптимизацию адаптационного потенциала новобранцев, а 2-ой

блок ориентирован на развитие социально-личностной компетентности их командиров посредством формирования коммуникативных способностей.

Программа по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих (Programul formativ de eficientizare a caracteristicilor individuale ale militarilor) была апробирована на новобранцах и командирах их подразделений. В группу участников первого блока программы, по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих были включены новобранцы с низкими показателями уровня сформированности психологических характеристик личности, необходимых для успешной адаптации. Так, из учебного батальона (302 человека), состоящего из трех подразделений (по 100 человек в каждом), было отобрано по 10 новобранцев из каждого (всего 30 человек). Все отобранные новобранцы (30 человек), которые участвовали в формирующем эксперименте, показывали низкие результаты по всем проведенным методикам констатирующего эксперимента. Данные испытуемые, согласно своим подразделениям были разделены на три группы: 1 группа (10 новобранцев, I подразделения) – экспериментальная №1; 2 группа (10 новобранцев, II подразделения) – экспериментальная №2; 3 группа (10 новобранцев, III подразделения) - контрольная.

В группу участников второго блока программы, направленной на формирование социально-личностных компетенций, посредством развития коммуникативных способностей были включены командиры тех подразделений, в которых проходят службу новобранцы. Так, из руководящего состава учебного батальона для участия в формирующем эксперименте, было отобрано 12 командиров, которые сформировали соответствующие группы: 6 командиров, I подразделения – экспериментальная группа командиров подразделений №1; 6 командиров, III подразделения – контрольная группа командиров подразделений №2.

При формировании экспериментальных и контрольных групп мы учитывали все результаты новобранцев и их командиров, которые были получены в результате психодиагностики констатирующего эксперимента, так, чтобы первоначальные психодиагностические данные были однородными, и группы можно было бы считать гомогенными. Количественная характеристика выявила, что средняя арифметическая величина, всех методик проведенных на испытуемых, включенных в экспериментальные и контрольные группы, показывает, что она одинакова во всех группах.

Таблица 3.1 Соотношение средних показателей экспериментальных и контрольной группы новобранцев до начала формирующего эксперимента

	MMPI								Адаптивность				прогноз	Мотивация	Самооценка	Человек дождя	Соц. ситуация	средняя
	сверхконтроль(Hs)	пессимистичность (D)	эмоц.лабильность (Hu)	импульсивность (Pd)	ригидность (Pa)	тревожность (Pt)	индивидуалистичность (Sc)	оптимистичность (Ma)	ЛАП	НПУ	КС	НМ						
ЭГ №1	64	60	56	51	77	60	68	53	76	48	17	12	40	5	73	27	8	48
ЭГ №2	55	60	60	63	73	67	71	60	73	42	17	13	42	5	80	27	8	48
КГ	62	61	58	53	75	69	67	54	75	51	18	13	43	5	73	26	8	48

Если же рассмотреть качественные характеристики сформированных групп (экспериментальных и контрольной), заметим: во всех из них превалирует количество новобранцев с завышенным профилем по шкале ригидность, у всех участников низкий уровень адаптационного потенциала и высокий показатель нервно-психической нестабильности, низкая самооценка и мотивация, направленная на неудачу. Так же, социально-демографические критерии новобранцев, отобранных для участия в формирующем эксперименте, были однородными.

Таблица 3.2 Соотношение средних показателей экспериментальной и контрольной групп командиров до начала формирующего эксперимента

	Стиль руководства			Поведение в конфликтных ситуациях					
	А.	Д.	Л.	Сор.	П.	К.	И.	Сот.	средняя
экспериментальная	7	5	5	6	4	6	7	7	6
контрольная	5	6	5	5	8	6	5	6	6

Экспериментальные и контрольные группы, как новобранцев, так и командиров были проверены по критерию гомогенности, результаты теста U- критерию Манна-Уитни, позволили сделать заключение о том, что вышеуказанные группы можно считать однородными и гомогенными (см. Приложение 3.). Результаты сравнения

экспериментальных и контрольной группы, новобранцев и их командиров, по U-критерию Манна-Уитни, до начала формирующего эксперимента, представлены ниже.

Таблица 3.3. Значимые изменения по U-критерию Манна-Уитни экспериментальной группы №1 и контрольной группы до начала формирующего эксперимента

	СМОЛ								Адаптивность				прогноз	Мотивация	Самооценка	Человек под дождем
	сверхконтроль (Hs)	пессимистичность (D)	эмоц.лабильность (Hu)	импульсивность (Pd)	ригидность (Pa)	тревожность (Pt)	индивидуалистичность (Sc)	оптимистичность (Ma)	ЛАП	НПУ	КС	НМ				
Статистика Манна-Уитни (U)	28,500	37,500	14,500	47,500	31,000	24,000	38,000	40,500	35,000	46,000	42,000	40,500	27,000	49,500	48,000	40,000
Уровень значимости (p)	,103	,340	,007	,850	,148	,048	,363	,471	,257	,762	,543	,469	,081	,968	,879	,443
Уровень значимости $p \leq 0,001$ значимые различия выделены полужирным шрифтом.																

Таблица 3.4. Значимые изменения по U-критерию Манна-Уитни экспериментальной группы №2 и контрольной группы до начала формирующего эксперимента

	СМОЛ								Адаптивность				Прогноз	Мотивация	Самооценка	Человек под дождем
	сверхконтроль (Hs)	пессимистичность (D)	эмоц.лабильность (Hu)	импульсивность (Pd)	ригидность (Pa)	тревожность (Pt)	индивидуалистичность (Sc)	оптимистичность (Ma)	ЛАП	НПУ	КС	НМ				
Статистика Манна-Уитни (U)	21,500	38,000	23,500	25,000	40,500	36,500	40,500	23,500	35,500	41,500	41,000	40,500	43,500	42,000	39,000	42,500
Уровень знач. (p)	,030	,363	,045	,058	,470	,306	,472	,045	,273	,520	,494	,466	,622	,522	,406	,559

Уровень значимости $p \leq 0,001$ значимые различия выделены полужирным шрифтом.

Таблица 3.5. Значимые изменения по U-критерию Манна-Уитни экспериментальной и контрольной групп командиров подразделений до начала формирующего эксперимента

	Стиль руководства			Поведение в конфликтных ситуациях				
	А.	Д.	Л.	Сор.	П.	К.	И.	Сог.
Статист Манна-Уитни (U)	9,500	11,500	16,500	16,000	18,000	15,000	10,000	14,000
Уровень значимости (p)	,170	,285	,808	,747	1,000	,607	,195	,512
Уровень значимости $p \leq 0,001$ значимые различия выделены полужирным шрифтом.								

Статистическое сравнение экспериментальных и контрольной группы новобранцев и их командиров, до начала формирующего эксперимента, показало их однородность согласно изучаемым конструктам - выраженности акцентуаций характера, нервно-психической стабильности, стрессоустойчивости, адаптивности, самооценки, мотивации, социальной ситуации у новобранцев, а так же стиля руководства и стратегии поведения в конфликтных ситуациях у командиров подразделений.

В итоге, учитывая методологию формирующего эксперимента и структуру разработанной нами программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, было решено реализовать эксперимент в рамках каждого подразделения. Таким образом, были сформированы экспериментальные и контрольная группа формирующего эксперимента:

1 группа – *экспериментальная группа №1*, I подразделение, где была применена программа по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих: участниками первого блока были новобранцы (10 человек), а участниками второго блока командиры (6 человек);

2 группа – *экспериментальная группа №2*, II подразделение, где разработанная нами программа первого блока была проведена только с категорией новобранцев (10 человек);

3 группа – *контрольная*, III подразделение, где ни новобранцы, ни их командиры не проходили программу по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих.

Для реализации формирующего эксперимента была проведена специальная программа по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих в формате психологического тренинга, который включал в себя ряд разнообразных занятий.

Всего было проведено 19 психологических тренинговых занятий, продолжительностью от 90 до 120 минут: с категорией новобранцев было проведено по 7 тренинговых занятий для каждой из экспериментальных групп (№1 и №2), а с категорией командиров подразделений экспериментальной группы, было проведено 5 тренинговых занятий. Занятия для новобранцев проводились с периодичностью 1 занятие через день, для каждой группы, занятия для командиров подразделений проводились каждый день в течении одной рабочей недели. Таким образом, для реализации нашей программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих нам потребовалось 3 недели (май-июнь 2018г.). После формирующего эксперимента был проведён контрольный срез (июнь-июль 2018г.) с экспериментальными и контрольными группами. Контрольный срез (ре-тест) с контрольными группами был проведён для определения сдвига в показателях, без учёта воздействия специально организованной работы.

Поскольку являлось необходимым разработать программу по развитию индивидуально-личностных особенностей, направленную на разные категории военнослужащих (военнослужащие срочной и контрактной службы) и преследующую разные цели (формирование адаптационного потенциала новобранцев и социально-личностной компетенции командиров), мы использовали модели различных видов тренинга.

Таким образом, мы использовали модели таких видов тренинга как: тренинга личностного роста и тренинга коммуникативных способностей, поскольку акцент делался на осознание и преодоление военнослужащими внутренних, личностных комплексов, ощущаемых как препятствия в преодолении жизненно важных задач.

В когнитивной области, тренинг помогал понять и эффективно применять сильные стороны своей личности, сформировать адекватную самооценку, мотивацию на успех, повысить внутренние ресурсы в преодолении трудных ситуаций и развить коммуникативные способности.

В аффективной сфере тренинг был направлен на актуализацию пережитых когда-то эмоциональных переживаний и выработку позитивного отношения к окружающим и к себе, в результате участники тренинговых занятий избавлялись от внутренних барьеров.

В поведенческом аспекте тренинг помогал сформировать поведенческие паттерны адаптивного военнослужащего, а так же навыки необходимые для конструктивного взаимодействия в условиях армейской среды, как по горизонтали – среди военнослужащих

срочной службы, так и по вертикали – учитывая четкую иерархию и субординацию в отношениях с командирами.

С целью формирования адаптационного потенциала у новобранцев и развития социально-личностных компетенций их руководителей применялась локально оптимальная стратегия (ЛОС) развития, где основной акцент ставился на формирование целевых установок для оптимизации деятельности военнослужащих в армейских условиях.

Целевые установки включали:

- развитие социально-психологической компетентности у военнослужащих: способности индивидов эффективно взаимодействовать с окружающими людьми, создание благоприятной психологической атмосферы и снижение эмоционального напряжения в коллективе;

- формирование навыков самопознания, развитие уверенности в себе и собственных силах, повышение самооценки, рост мышления, мотивации, развития личностного адаптационного потенциала.

- повышение коммуникативной компетентности и межличностного взаимодействия, обучение эффективным способам коммуникации в различных жизненных ситуациях;

- формирование навыков конструктивных способов выхода из конфликтных ситуаций.

Программа развития индивидуально-личностных особенностей военнослужащих включала как индивидуальные, так и групповые формы работы. Указанные формы работы предполагали применение следующих методов:

- упражнения: разминочные, медиативные;

- беседы: дискуссии, сообщения;

- игры: ролевые, стимуляционные, медиативные;

- ритуальные действия и др. (см. Приложение 3.).

При разработке нашей программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих мы чередовали различные методы и виды заданий в рамках каждого занятия. Каждая тренинговая встреча была тематическая и представляла собой целостную структуру, включающую в себя задания, которые подбирались нами из различных учебно - методических пособий [9; 10; 49; 51; 52; 68; 77; 109; 169; 189]. Некоторые задания модифицировались с учётом цели и задач проводимой нами формирующей работы.

Методика нашей тренинговой программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих предусматривала реализацию следующих этапов:

- обеспечения работоспособности группы;
- формирования мотивации участников;
- информационного;
- обучающего;
- личностного;
- завершающего.

Каждый этап имеет свою структуру и наполнен своим содержанием. Этап обеспечения работоспособности группы включал в себя процедуру знакомства, как со стороны тренера, так и со стороны группы. В самом начале занятий, тренер рассказывал о себе, о целях, задачах и некоторых важных принципах участия, а затем участники обменивались индивидуальной информацией друг о друге и выбирали себе тренинговое имя, которое действовало на протяжении тренинга. Далее были приняты правила группы, которые обеспечивали определенное поведение ее участников. Повышение работоспособности обеспечивалось за счет концентрации и устойчивости внимания, посредством проведения различных психогимнастических упражнений [104].

Этап формирования мотивации включал анализ поведения участников в различных ситуациях взаимодействия. Анализ происходил посредством дискуссий, ролевых игр, проигрывания ситуаций, где каждый участник мог увидеть себя со стороны и получить оценку своих действий другими участниками. В результате чего происходило осознание своих ошибок в процессе взаимодействия с другими и повышения желания что-то изменить в своем поведении, что будет вести к формированию уверенности в своих силах, адекватной самооценки, ориентации на успех в армейской деятельности. Данный этап вводил участников в состояние исследовательского поиска и осознания себя.

Информационный этап направлялся на получение конкретных знаний (о специфике возрастных этапов, о личностных особенностях, об адаптационном потенциале, о психологии общения, о армейских условиях и др.) и обеспечивался посредством включения в занятия небольших лекций и групповых дискуссий. Теоретические знания для участников тренинга довались дозированно в очень простой и доступной форме. Усвоенные знания помогают в формировании навыков (с инструментальной и мотивационной точек зрения).

Обучающий этап был направлен на формирование личностных особенностей новобранцев и адаптивных установок во взаимоотношениях с другими, развития умений и

навыков, необходимых для эффективного общения командиров подразделений. Например, мы обучали умению адекватного восприятия себя и других, оцениванию эмоциональных состояний и мотивов поведения других сослуживцев, создания благоприятного климата отношений и др.

Личностный этап проходил сквозь все предыдущие и последующие этапы тренинга и включал в себя осознание участниками направленности, ценностных ориентаций, установок, а также своих индивидуальных особенностей и их различного влияния на окружающих людей.

На завершающем этапе тренинговой программы происходило получение «обратной связи» (feed back) друг другу, где выделялись сильные стороны каждой личности новобранца, которые смогли бы помочь эффективно адаптироваться к условиям армейской среды, и каждой личности командира, которые смогли бы повысить их социально-личностные компетенции. Так же, участники говорили о полезных моментах работы в группе и о том, как отразилось участие в программе по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих на каждом из них.

Каждое занятие, в свою очередь, имело определенную структуру и включало в себя:

- ритуал приветствия;
- разминку;
- рефлекссию прошлого занятия;
- введение в тему занятия – теоретический блок;
- определенные упражнения, которые помогают усвоить главное назначение каждого занятия;
- рефлекссию настоящего занятия
- ритуал прощания.

Таким образом, структура занятия отражала основные этапы работы группы, при этом мы опирались на методы, описанные И.Вачковым (1999): метод операционализации; метод группового решения; метод конкретных ситуаций; дискуссии; обмен опытом; психогимнастические игры; имитации; медиативные техники; групповая рефлексия [83].

Каждое тренинговое занятие включало два ритуала: приветствие и прощание. Ритуальные действия становились частью группового сознания, способствовали развитию групповых традиций и выполняли функцию завершающего или начинающего работу действия. В процессе разминки задавалась мотивация, направлялась концентрация и устойчивость внимания, создавался позитивный эмоциональный настрой, и

доброжелательная атмосфера, а также ведущий формулировал цель занятия и знакомил с его ходом. Перед введением в теоретический блок, проводился обзор прошлого занятия, где основной акцент ставился на обсуждение ключевых моментов уже пройденной тематики и пережитых эмоций. Это своего рода тематическая разминка, выполняла функцию психологического запуска темы. Основная часть занятия включала конкретные упражнения, в результате которых происходило обучение необходимым умениям и навыкам. На каждом занятии мы использовали около 3-5 заданий. В занятия мы включали дискуссию, которая понималась как обмен мнениями среди участников.

В задачи ведущего входила обязанность переводить беседу в дискуссионное русло, поскольку в дискуссиях при столкновении разных точек зрения происходит осознание различных позиций, которые имеют место быть. В процессе дискуссий происходило раскрытие внутреннего мира участников, их проекций, жизненного опыта, которые, в свою очередь отслеживались и регулировались тренером (ведущим) посредством различных показателей: содержания высказываний, ход дискуссий, эмоциональных реакций на высказывания соучастников группы, степень включенности в общую деятельность группы.

В финальной части занятия участники проводили рефлексию и «обратную связь» как с участниками, так и с тренером группы. Каждое занятие вносило определенный вклад в реализацию основной цели разработанной нами программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих. Так же необходимо отметить, что структура и наполнение программы не являются жестко заданными и статичными, так как в зависимости от модификации и конкретизации цели можно изменить упражнения и ход всего занятия.

Программа по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих включала в себя два блока – первый блок посвящался развитию личности, ее адаптационного потенциала и был направлен на работу с категорией новобранцев, а второй блок посвящался развитию социально-личностных компетенций и был направлен на работу с категорией командиров.

Таким образом, первый блок, направленный на развитие личностных особенностей новобранцев, с целью формирования их адаптационного потенциала, включал в себя занятия направленные на осознание и осмысление участниками своих особенностей. В этой части программы участники, проговаривая информацию о себе, о своих слабых и сильных сторонах, учились смотреть на свое внутреннее содержание как бы со стороны, оценивали и получали обратную связь. Познавая свои личностные особенности, участники тренинга самораскрывались, взаимно влияли друг на друга, стимулируя принятие себя и доверие к

людям, что эффективно воздействовало на построение участниками сбалансированной самооценки и формированию мотивации успеха, все это создавало основу для оптимизации адаптационного потенциала новобранцев.

Представим основные задачи занятий по первому блоку:

Занятие 1. Формирования климата доверия в группе, раскрепощения участников тренинга, повышение уровня самооценки, развитие самопознания, определение жизненных ценностей.

Занятия 2. и 3. Выявление навыков саморефлексии, самопонимания и самокритики, осознание значимых личностных качеств.

Занятия 4. и 5. Развитие сплочения коллектива, организации личности, способствует дальнейшему углублению чувства принадлежности к военному сообществу, процессов самораскрытия и навыков самоанализа, провести глубокий анализ жизненных и военно-профессиональных установок участников группы, развитие сотрудничества и взаимопонимания в коллективе, организация успешного процесса совместной деятельности, формирование мотивационной направленности на совместную профессиональную деятельность.

Занятия 6. и 7. Развитие уверенности в себе и формирование адекватной самооценки. Эти занятия позволяют сформировать базисное чувство уверенности в себе и своих силах, а также повысить уровень самооценки.

Второй блок, направленный на развитие социально-личностных компетенций командиров включал в себя занятия направленные на формирование коммуникативных способностей: снятие барьеров в общении и восприятии других людей, расширение возможностей в установлении контактов и овладения навыками асертивного слушания, а так же активизации процесса самоактуализации. Формируя перечисленные навыки и умения, командиры, учились эффективным стратегиям поведения в конфликтных ситуациях.

Представим основные задачи занятий по второму блоку:

Занятие 1. Формирования климата доверия в группе, раскрепощения участников тренинга, развитие самопознания, определение жизненных ценностей.

Занятия 2. и 3. Восприятие другого в процессе профессионального общения командира подразделения, эффективность профессионального общения. Данные занятия направлены, главным образом, на формирование личностных компонентов.

Занятия 4. и 5. Управление конфликтами в коллективе. Способы разрешения конфликтных ситуаций. Занятия направлены на регуляцию эмоций и формирование стратегий и тактик поведения в конфликтных ситуациях.

Ниже описан алгоритм проведения занятий с новобранцами экспериментальной группы по первому блоку, а полное описание программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих представлено в приложении 3.2.

Блок I Занятие первое.

Цель: Формирования климата доверия в группе, раскрепощения участников, повышение уровня самооценки, развитие самопознания, определение жизненных ценностей.

Ход занятия:

I Вводная часть. Ритуал приветствия.

Ведущий приветствует участников, рассказывает о целях и задачах тренинга, побуждает группу к обсуждению правил совместной работы.

Упражнение «Выработка правил поведения на занятиях» – каждый из участников из коробки достает по одному правилу и зачитывает вслух. Каждое правило обсуждается.

Упражнение «Самопрезентация» -участникам предлагается по очереди (по кругу) сообщить остальным членам группы следующую информацию о себе.

II Этап основной – психологический запуск темы

Упражнение: «Ценности» - тренер делит группу на две равные части, каждая из которых образует круг (внешний и внутренний). Участники каждого из кругов должны находиться лицом друг к другу, образуя пары. Каждый из игроков получает лист с незаконченными предложениями. После этого партнеры из образовавшихся пар должны закончить первое предложение из списка, выслушать варианты друг друга и обсудить их. На эту беседу отводится 2–3 минуты. Затем игроки внешнего круга передвигаются на одного человека по часовой стрелке и уже с новым партнером продолжают второе предложение из списка и т.д.

Вопросы для обратной связи: Часто ли вы испытывали сходство с другими участниками? Часто ли испытывали различия? Удивил ли вас кто-нибудь? Когда совпадение мнений было для вас важным? Какие ценностные конфликты вы можете выделить в группе?

Рефлексия упражнения.

Упражнение: «Плохое/хорошее» - тренер раздает листы бумаги и ручки участникам. Каждый из участников подписывает свой лист. И ниже пишет на нём один какой-то свой

недостаток. Затем передает свой лист участникам, сидящим слева. Каждый по кругу пишет на его листе «но ты...» или «но у тебя...» далее какое-то положительное качество этого человека: все, что угодно (у тебя очень красивые глаза, ты лучше всех рассказываешь анекдоты и т.д.). В конце выполнения задания каждому участнику возвращается его лист. Затем участники зачитывают написанную информацию о себе.

Вопросы для обратной связи:

- Что вы чувствуете сейчас?
- Менялись ли ваши чувства и мысли в ходе упражнения?
- Какая часть упражнения показалась вам наиболее трудной?

Рефлексия упражнения.

III Этап заключительный. Закрепление и рефлексия занятия в целом. Участники отвечают на следующие вопросы ведущего: 1. Что больше всего Вам запомнилось из нашей совместной деятельности? 2. Чему Вы научились? 3. Над чем Вы задумались? 4. Если сделали выводы, то какие? 5. Какие ресурсы Вы обнаружили у себя? Далее занятие оканчивается на позитивной ноте.

Ритуал прощания. Упражнение «Я хочу поблагодарить тебя за...» - участники встают в круг. Ведущий бросает мяч одному из участников, говоря при этом: «Я хочу поблагодарить тебя за...» и участник тренинга называет причину. Участник, получивший мяч, бросает его другому человеку и называет свою причину благодарности. Мяч должен побывать у всех участников.

При проведении формирующего эксперимента ведущий оказывал помощь как в адаптации новобранцев к армейским условиям, так и в развитии коммуникативных способностей командиров, при этом мы отдавали себе отчет, что это комплексный и многоуровневый процесс.

В контексте этого положения для нас была важна проверка предположения о возможности исходного положительного влияния занятий на оптимизацию адаптационного потенциала новобранцев и формирования социально-личностных компетенций командиров в рамках проведения специально разработанной программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих.

3.2 Оценка эффективности программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих

Для определения эффективности программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, разработанной и апробированной в ходе формирующего эксперимента, были проведены контрольные срезы (ре-тесты), которые позволяли оценить эффективность проведённой работы.

Повторное исследование проводилось через месяц после окончания программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, с использованием тех же психодиагностических методик, которые были апробированы в констатирующем эксперименте. Поскольку целью формирующего эксперимента являлась оптимизация адаптационного потенциала новобранцев и развитие социально-личностных компетенций их командиров, мы проводили психодиагностику, как с категорией новобранцев, так и с категорией командиров экспериментальных и контрольных групп. Анализируя и сравнивая полученные данные, отдельно по каждой группе, мы пришли к определенным выводам и рекомендациям. Результаты полученных данных представлены в таблице и графически. Сопоставление замеров групп формирующего эксперимента проводилось с помощью T-критерия Вилкоксона (Wilcoxon) и U-критерия Манна – Уитни.

С целью установления направленности и выраженности психодиагностических изменений в зависимых группах (экспериментальных и контрольной) до и после проведения тренинга, мы использовали непараметрический, статистический W-критерий Вилкоксона. Он позволяет установить не только направленность изменений, но и их выраженность, а так же способен определить, является ли сдвиг показателей в одном направлении более интенсивным, чем в другом. Таким образом, данному критерию сравнения подвергались экспериментальные группы №1 и №2 до и после тренинговых занятий, а так же сравнивались первичные психодиагностические показатели контрольной группы, с теми которые были получены у новобранцев после месяца срочной службы.

Для начала рассмотрим полученные психодиагностические данные экспериментальной группы №1, где в тренинге участвовали и новобранцы, и командиры подразделений.

Таблица 3.6 Соотношение средних показателей экспериментальной группы №1

	СМОЛ	Адаптивность				
--	------	--------------	--	--	--	--

	сверхконтроль (Hs)	пессимистичность (D)	эмоц.лабильность (Hy)	импульсивность (Pd)	ригидность (Pa)	тревожность (Pt)	индивидуалистичность (Se)	оптимистичность (Ma)	ЛАП	НПУ	КС	НМ				
До тренинга	64	60	56	51	77	60	68	53	76	48	17	12	40	5	73	27
После тренинга	55	51	50	43	64	54	60	48	47	24	14	8	23	12	36	12

Таким образом, отмечаем, что средние показатели акцентуаций характера, выявленных при помощи опросника СМОЛ, значительно снижаются после проведения программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих. В результате, более всего снизились средние показатели по следующим шкалам: ригидность, сверхконтроль и пессимистичность. У испытуемых нервно-психическая устойчивость снизилась в два раза, улучшились коммуникативные способности, были повышены данные нормативной морали, следовательно, что привело к увеличению показателей адаптационного потенциала.

Мотивация на успех и самооценка у новобранцев, участвовавших в тренинговых занятиях, была повышена более чем в два раза. В проективной методике «Человек под дождем» отмечается снижение уровня тревожности и дезадаптивности, что ведет к адекватному восприятию неблагоприятных ситуаций и к стрессоустойчивости в условиях армейской среды.

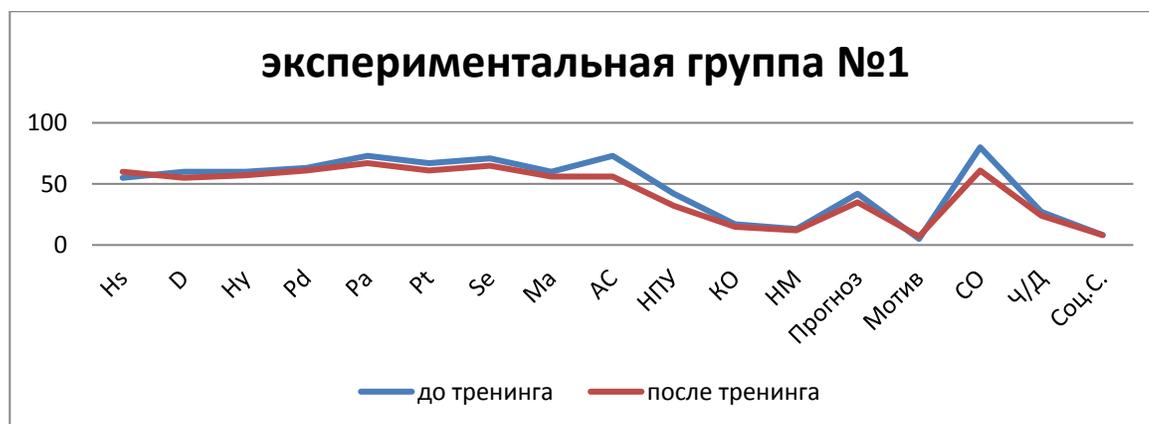


Рис. 3.1 Соотношение средних показателей экспериментальной группы №1 до и после тренинга.

Анализируя статистические данные, мы так же, приходим к выводу о том, что существуют значимые различия до и после тренинга экспериментальной группы №1 по всем диагностируемым шкалам. Сравнивая полученные показатели уровня значимости (уровень значимости $p \leq 0,05$) по всем личностным характеристикам новобранцев мы определяем, что наиболее выраженным изменениям подверглись: личностный адаптационный потенциал ($W = -2,803$ $p = 0,005$), нервно-психическая устойчивость ($W = -2,805$ $p = 0,005$), мотивация ($W = -2,814$ $p = 0,005$), самооценка ($W = -2,803$ $p = 0,005$) и восприятие неблагоприятной ситуации ($W = -2,919$ $p = 0,004$).

Таблица 3.7. Значимые изменения по критерию Вилкоксона в экспериментальной группе (ЭГ) №1

характеристики ЭГ №1 до и после тренинга	W-Критерий Вилкоксона	Уровень значимости
сверхконтроль	-2,668	0,008
пессимистичность	-2,670	0,008
эмоциональность	-2,521	0,012
импульсивность	-2,207	0,027
ригидность	-2,812	0,005
тревожность	-2,196	0,028
индивидуалистичность	-2,673	0,008
оптимистичность	-2,366	0,018
ЛАП	-2,803	0,005
НПУ	-2,805	0,029
КС	-2,178	0,007
НМ	-2,675	0,005
ПРОГНОЗ (НПН)	-2,805	0,005
мотивация	-2,814	0,005
самооценка	-2,803	0,005
восприятие неблаг. ситуации	-2,919	0,004

Уровень значимости $p \leq 0,05$ значимые различия выделены полужирным шрифтом.

Таким образом, мы получили данные о позитивных изменениях, индивидуально-личностных особенностей военнослужащих срочной службы, того подразделения где тренинговые занятия проходили и командиры этих подразделений. Наличие позитивных изменений позволили новобранцам эффективно адаптироваться в армейской среде.

Следующим шагом нашего исследования было сравнение результатов, до и после тренингов, экспериментальной группы №2, в которую вошли новобранцы тех подразделений, в которых их командиры не участвовали в тренинговых занятиях.

Таблица 3.8 Соотношение средних показателей экспериментальной группы №2 до и после тренинга

	ММРІ								Адаптивность				прогноз	Мотивация	Самооценка	Человек под
	сверхконтроль (Hs)	пессимистичность (D)	эмоц.лабильность (Hy)	Импulsiveность (Pd)	Ригидность (Pa)	Тревожность (Pt)	Индивидуалистичность (Se)	Оптимистичность (Ma)	ЛАП	НПУ	КС	НМ				
До	55	60	60	63	73	67	71	60	73	42	17	13	42	5	80	27
После	60	55	57	61	67	61	65	56	56	32	15	12	35	7	61	24

Рассматривая полученные результаты экспериментальной группы №2, мы отмечаем, что здесь так же, как и в группе №1, более всего изменились средние показатели методики СМОЛ по следующим шкалам: ригидность, индивидуалистичность и тревожность. Так же незначительно уменьшились показатели адаптационного потенциала и нервно-психической неустойчивости, увеличилась мотивация и поднялась самооценка.

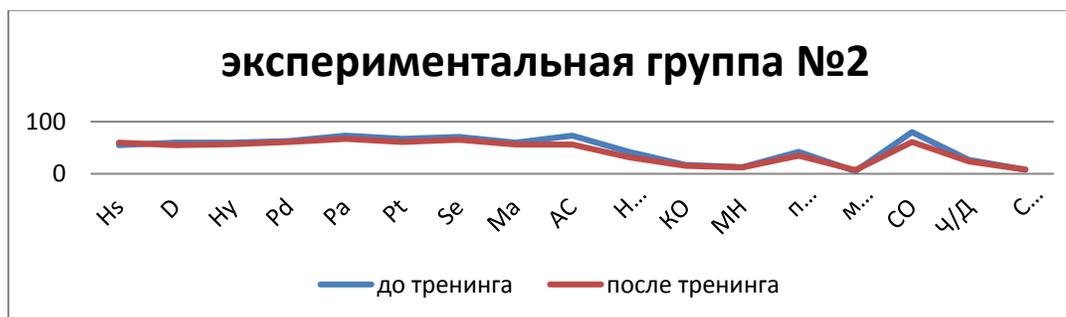


Рис. 3.2 Соотношение средних показателей экспериментальной группы №2 до и после тренинга.

Анализ статистических данных, свидетельствует о том, что значимые различия ($p \leq 0,05$), в экспериментальной группы №2 до и после проведения тренинга, существуют только по некоторым диагностируемым характеристикам. Так, в полученных результатах методики СМОЛ мы определили значимые изменения по следующим шкалам: ригидность ($W = -2,366$ $p = 0,018$), индивидуалистичность ($W = -2,384$ $p = 0,017$) и тревожность ($W = -2,524$ $p = 0,012$). Так же, более интенсивным является сдвиг показателей: личностного адаптационного потенциала ($W = -2,805$ $p = 0,005$), нервно-психической устойчивости ($W = -2,521$ $p = 0,012$), мотивации ($W = -2,859$ $p = 0,004$) и самооценки ($W = -2,499$ $p = 0,012$).

Таблица 3.9. Значимые изменения по критерию Вилкоксона в экспериментальной группе (ЭГ) №2

характеристики ЭГ №1 до и после тренинга	W-Критерий Вилкоксона	Уровень значимости
сверхконтроль	-0,943	0,345
пессимистичность	-1,841	0,066
эмоциональность	-1,826	0,068
импульсивность	-1,604	0,109
ригидность	-2,366	0,018
тревожность	-2,524	0,012
индивидуалистичность	-2,384	0,017
оптимистичность	-2,032	0,042
ЛАП	-2,805	0,005
НПУ	-2,521	0,012
КС	-1,604	0,109
НМ	-1,826	0,068
ПРОГНОЗ (НПН)	-2,807	0,005
мотивация	-2,859	0,004
самооценка	-2,499	0,012
восприятие неблаг. ситуации	-1,000	0,317

Уровень значимости $p \leq 0,05$ значимые различия выделены полужирным шрифтом.

Испытуемые экспериментальной группы №2, стали менее тревожными, уверенными в себе, у них заметно улучшилась самооценка и коммуникативные особенности, но успех их адаптации зависел от восприятия внешних факторов той ситуации, в которой они находились.

С целью выявления возможных характерологических изменений, без проведения формирующего эксперимента, через три недели после первичной психодиагностики с новобранцами контрольной группы была проведена повторная психодиагностика.

Таблица 3.10. Соотношение средних показателей первичной и вторичной психодиагностики контрольной группы

	СМОЛ								Адаптивность				прогноз	мотивация	самооценка	человек дождя под ложкам
	сверхконтроль (Hs)	пессимистич ность (D)	эмоц.лабильн ость (Hv)	импульсивно сть (Pd)	ригидность (Pa)	тревожность (Pt)	индивидуали стичность	оптимистичн ость (Ma)	ЛАП	НПУ	КС	НМ				
Контроль ная группа	62	61	58	53	75	69	67	54	75	51	18	13	43	5	73	26

Контроль ная группа (ре-тест)	61	63	59	54	70	72	67	48	80	49	17	13	44	4	71	27
-------------------------------------	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	----	----

Психодиагностические данные, которые были получены в результате первичного тестирования и ре-тестирования контрольной группы показывают нам, что не было выявлено значимых изменений в характерологических особенностях новобранцев, которые не участвовали в программе по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих.

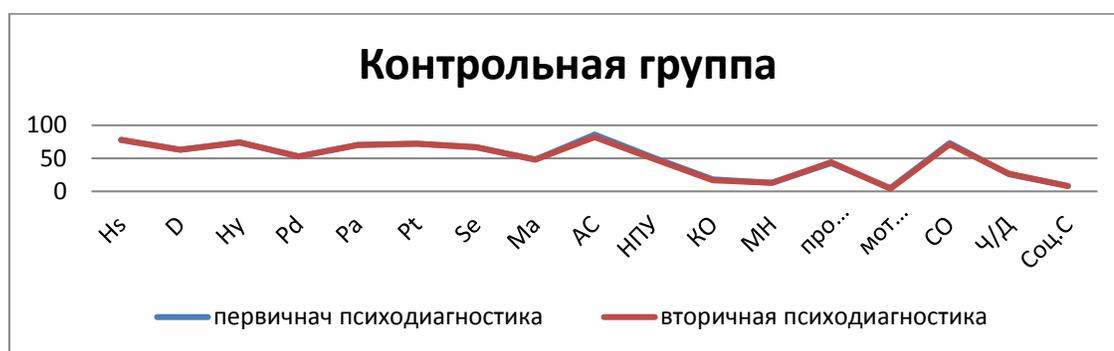


Рис. 3.3 Соотношение средних показателей первичной и вторичной психодиагностики контрольной группы

Анализ статистических данных, проведенный по W - критерию Вилкоксона контрольной группы, так же, свидетельствует о том, что значимых различий, в характеристике новобранцев не прошедших тренинговые занятия, нет. Отмечаются незначительные изменения у отдельных испытуемых по данной группе.

Таблица 3.11. Значимые изменения контрольной группы по критерию Вилкоксона

характеристики ЭГ №1 до и после тренинга	W-Критерий Вилкоксона	Уровень значимости
сверхконтроль	-0,680	0,496
пессимистичность	0,000	1,000
эмоциональность	-0,184	0,854
импульсивность	-0,365	0,715
ригидность	-0,135	0,893
тревожность	-0,535	0,593
индивидуалистичность	-0,365	0,715
оптимистичность	-1,069	0,285
ЛАП	-0,339	0,735

НПУ	0,000	1,000
КС	-0,962	0,336
НМ	0,000	1,000
ПРОГНОЗ (НПН)	-0,595	0,552
мотивация	-1,732	0,083
самооценка	0,000	1,000
восприятие неблаг.ситуации	-1,000	0,317

Уровень значимости $p \leq 0,05$ значимые различия выделены полужирным шрифтом.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что новобранцы, которые не участвовали в формирующем эксперименте, не смогли самостоятельно изменить свои индивидуально-личностные характеристики и эффективно адаптироваться к армейским условиям.

Следующим шагом нашего исследования было сравнение результатов экспериментальных и контрольной групп, которые были получены в результате повторной психодиагностики, после тренинговых занятий. Для выявления значимых изменений по каждому из полученных показателей, нами был применен статистический критерий Манна - Уитни, используемый для оценки различий между двумя независимыми выборками по уровню исследуемых признаков, измеренных количественно.

Анализируя и сравнивая результаты экспериментальной группы №1, где тренинговые занятия прошли две категории военнослужащих (новобранцы и их командиры) и экспериментальной группы №2, где занятия проходили только новобранцы, мы отмечаем, что средние показатели по шкалам профиля личности не выходят за пределы нормы и остаются в диапазоне 40-70 баллов, это говорит о том, что тренинговые занятия проведенные с новобранцами снизили проявления таких личностных акцентуаций как ригидность и индивидуальность в двух экспериментальных группах.

Таблица 3.12 Соотношение средних показателей экспериментальных групп №1 и №2

	СМОЛ							Адаптивность				прогноз	Мотивация	Самооценка	Человек под дождем	
	Сверхконтроль (Hs)	Пессимистичность (D)	Эмоц.лабильность (Hu)	Импulsiveивность (Pd)	Ригидность (Pa)	Тревожность (Pt)	Индивидуалистичность (Sc)	Оптимистичность (Ma)	ЛАП	НПУ	КС					НМ

Э.Г. № 1	55	51	50	43	64	54	60	48	47	24	14	8	23	12	36	12
Э.Г. № 2	60	55	57	61	67	61	65	56	56	32	15	12	35	7	61	24

В экспериментальной группе №1, средние показатели по данным характеристикам, по сравнению с группой №2, регистрируются намного ниже: так проявления импульсивности (18 единиц), оптимистичности (8 единиц), тревожности (7 единиц). Средние показатели личностного адаптационного потенциала у испытуемых экспериментальной группы №1 сместились с низких на средние показатели, чего не скажешь о испытуемых экспериментальной группы №2, где адаптационный потенциал так же немного повысился, но его результаты еще входят в диапазон низких показателей. Средние показатели нервно-психической устойчивости, выявленные при использовании психодиагностических методик «Адаптивность» и «Прогноз», так же выше у испытуемых экспериментальной группы №1. Мотивация на успех и самооценка почти в два раза превышает средние показатели испытуемых экспериментальной группы №2. Так же отмечаются высокие показатели умения адекватно действовать в армейских ситуациях.



Рис. 3.4 Соотношение средних показателей экспериментальных групп №1 и №2

Рассмотрим и проанализируем сравнительные характеристики экспериментальной группы №1, где обе категории военнослужащих контрактной и срочной службы прошли тренинговые занятия, с контрольной группой, где данная программа не была применена. Повторная психодиагностика, с обеими группами, проводилась через месяц пребывания на военной службе.

Таблица 3.13 Соотношение средних показателей экспериментальной группы №1 и контрольной группы

СМОЛ	Адаптивность	п	д	М	с	С	а	Ч	с
------	--------------	---	---	---	---	---	---	---	---

	Сверхконтроль (Hs)	эссимистичность (D)	эмоц.лабильность (Hy)	Импulsiveивность (Pd)	Ригидность (Pa)	Тревожность (Pt)	Индивидуалистичность (Sc)	Оптимистичность (Ma)	ЛАП	НПУ	КС	НМ				
Э.Г.№1	55	51	50	43	64	54	60	48	47	24	14	8	23	12	36	12
КГ	62	61	58	53	75	69	67	54	75	51	18	13	43	5	73	26

Таким образом, мы отмечаем значительную разницу в средних показателях по обеим группам по всем показателям психодиагностических методик.



Рис. 3.5 Соотношение средних показателей экспериментальной группы №1 и контрольной группы

В анализе статистических данных, проведенных по U-критерию Манна-Уитни экспериментальной группы №1 и контрольной группы, по уровню исследуемых признаков, измеренных количественно, отмечаются статистические различия по всем диагностируемым признакам (уровень значимости $p \leq 0,05$). Это говорит о том, что испытуемые контрольной группы, даже через месяц активного пребывания в армии, еще испытывают трудности, связанные с адаптацией к новым условиям быта, в то время как новобранцы, участники тренинговой программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, значительно повысили уровень своих характерологических особенностей, влияющий на успешность адаптации к армейским условиям.

Таблица 3.14. Значимые изменения по U-критерию Манна-Уитни экспериментальной группы №1 и контрольной группы

	СМОЛ								Адаптивность				прогноз	Мотивация	Самооценка	Человек дождя
	сверхконтроль (Hs)	эссимистичность (D)	эмоц.лабильность (Hu)	Импульсивность (Pd)	Ригидность (Pa)	Тревожность (Pt)	Индивидуалистичность (Sc)	Оптимистичность (Ma)	ЛАП	НПУ	КС	НМ				
Статист Манна-Уитни (U)	8,500	18,500	3,500	19,000	30,000	,000	30,500	44,000	6,500	18,000	22,000	4,000	,000	,000	,000	,000
Уровень значимости (p)	,002	,017	,000	,019	,126	,000	,139	,649	,001	,015	,031	,000	,000	,000	,000	,000

Уровень значимости $p \leq 0,001$ (значимые результаты выделены полужирным шрифтом)

Следующим шагом, нашего исследования явилось сравнение средних показателей экспериментальной группы №2, где тренинговые занятия прошли только категория военнослужащих срочной службы, с показателями вторичной психодиагностики контрольной группы.

Таблица 3.15. Соотношение средних показателей экспериментальной группы №2 и контрольной группы

	СМОЛ								Адаптивность				прогноз	Мотивация	Самооценка	Человек дождя
	Сверхконтроль	Пессимисти	Эмоц.лабильн	Импульсивно	Ригидность	Тревожность	Индивидуали	Оптимистичн	ЛАП	НПУ	КС	НМ				
Э.Г. № 2	60	55	57	61	67	61	65	56	56	32	15	12	35	7	61	24

К. Г.	62	61	58	53	75	69	67	54	75	51	18	13	43	5	73	26
-------	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	---	----	----

Анализируя средние показатели вышеперечисленных групп, мы отмечаем, что у испытуемых экспериментальной группы №2, по сравнению с контрольной, нет выраженных акцентуаций характера. Данные испытуемые психически устойчивы, нацелены на мотивацию достижения успеха и обладают адекватной самооценкой, но их адаптационный потенциал не достаточно сформирован для эффективной адаптации в условиях армейской среды.

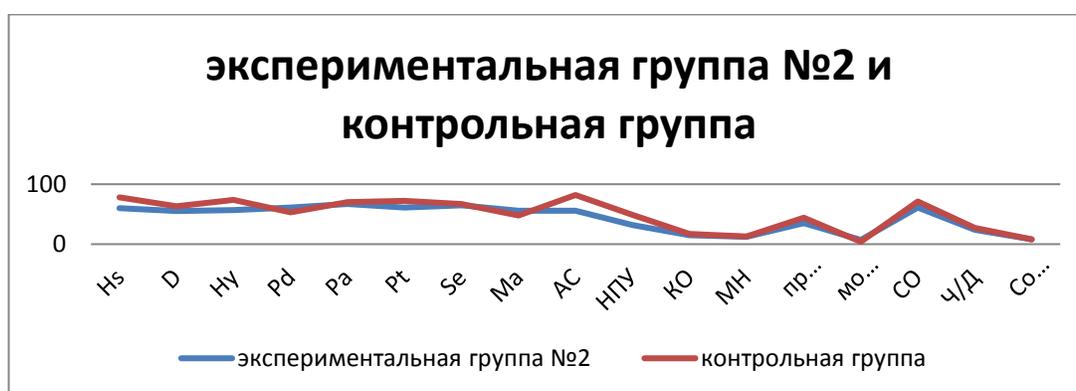


Рис. 3.6 Соотношение средних показателей экспериментальной группы №2 и контрольной группы

Анализ статистических данных по U-критерию Манна-Уитни экспериментальной группы №2 и контрольной группы, показывает, что значимые различия (уровень значимости $p \leq 0,05$) обнаруживаются не по всем, а только по некоторым шкалам: методики СМОЛ (сверхконтроль, эмоциональная лабильность и тревожность), личностного адаптационного потенциала, нервно-психической устойчивости, мотивации и восприятия неблагоприятной ситуации.

Таким образом, мы приходим к выводу о том, что в подразделении, где прошли разработанную трениговую программу по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих только новобранцы, есть изменения индивидуально-личностных характеристик, но для достижения поставленной цели, нам необходима дополнительная психологическая работа и с командирами тех подразделений, где проходят военную службу молодые солдаты срочной службы.

Таблица 3.16. Значимые изменения по U-критерию Манна-Уитни экспериментальной группы №2 и контрольной группы

	СМОЛ								Адаптивность				прогноз	Мотивация	Самооценка	Человек под дождем
	Сверхконтроль (Hs)	эссимистичность (D)	эмоц.лабильность (Hu)	Импульсивность (Pd)	Ригидность (Pa)	Тревожность (Pt)	Индивидуалистичность (Sc)	Оптимистичность (Ma)	ЛАП	НПУ	КС	НМ				
Статист Манна-Уитни (U)	12,000	29,500	21,500	32,500	41,000	16,000	43,000	28,500	16,500	33,500	31,500	36,000	16,500	8,000	37,500	10,000
Уровень значимости (p)	,004	,120	,031	,185	,494	,009	,596	,103	,011	,211	,154	,278	,011	,001	,344	,002

Уровень значимости $p \leq 0,001$ (значимые результаты выделены полужирным шрифтом)

С целью доказательства поставленной гипотезы нами было инициировано исследование стиля руководства и отличительного способа поведения в конфликтных ситуациях командиров подразделений. С экспериментальной группой № 1 командиров подразделений, были проведены занятия второго блока программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, направленные на формирование социально-личностной компетенции командиров посредством развития коммуникативных особенностей (см. Приложение). Через месяц активного взаимодействия новобранцев и их командиров, была проведена повторная психодиагностика с контрольной и экспериментальной группой командиров подразделений. Рассмотрим полученные результаты.

Таблица 3.17. Соотношение средних показателей экспериментальной группы командиров подразделений до и после тренинга

	Стиль руководства			Поведение в конфликтных ситуациях				
	А.	Д.	Л.	Сор.	П.	К.	И.	Сот.
до тренинга	7	5	5	6	4	6	7	7
после тренинга	5	8	3	3	6	6	5	10

Анализируя полученные результаты, мы видим, что у командиров подразделений, которые участвовали в программе по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, средние показатели стиля руководства сместились с авторитарного, на демократический стиль. Таким образом, командиры подразделений стали чаще применять в своем руководстве демократический стиль. Средние показатели методики определения способов регулирования конфликтов, определили, что командиры стали во многих случаях выбирать такую стратегию поведения как, сотрудничество.

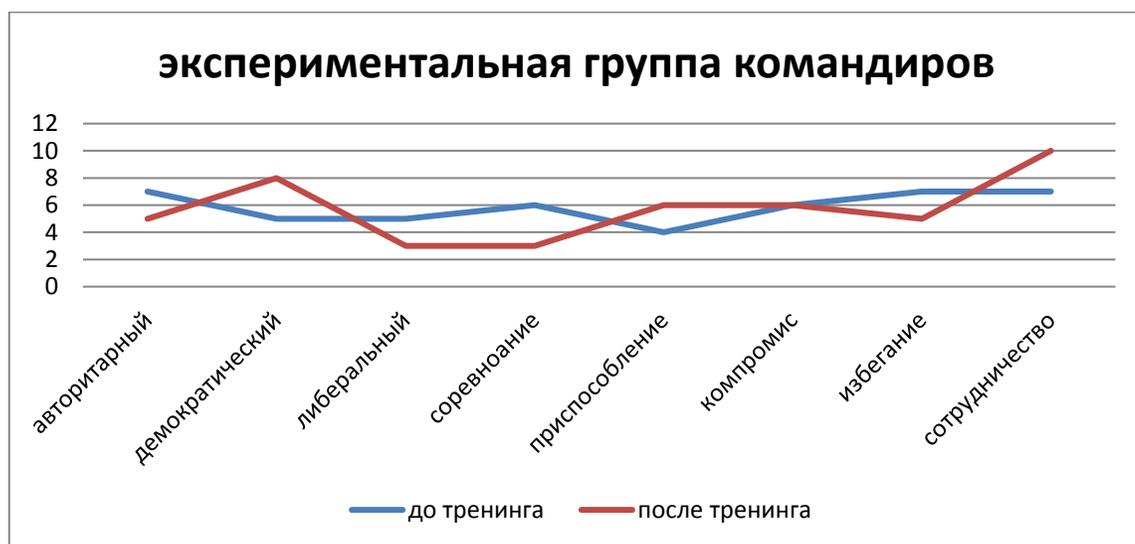


Рис. 3.7 Соотношение средних показателей экспериментальной группы командиров подразделений до и после тренинга

Анализируя статистические данные, мы так же, приходим к выводу о том, что существуют значимые различия до и после тренинга экспериментальной группы командиров №4 по некоторым диагностируемым шкалам. Сравнивая полученные показатели уровня значимости (уровень значимости $p \leq 0,05$) стиля руководства и поведение в конфликтных ситуациях командиров подразделений мы определяем, что наиболее выраженным изменениям подверглись такие стили руководства как авторитарный ($W = -2,030$ $p = 0,041$) и демократический ($W = -2,182$ $p = 0,026$), а так же сотрудничество ($W = -2,173$ $p = 0,023$), как одна из стратегий поведения в конфликтных ситуациях (см. Приложение 3.).

Таблица 3.18. Значимые изменения по критерию Вилкоксона в экспериментальной группе (ЭГ) №1 командиров подразделений

характеристики ЭГ №4 до и после тренинга		W-Критерий Вилкоксона	Уровень значимости
Стиль руководства	Авторитарный	-2,030	0,041
	Демократический	-2,182	0,026
	Либеральный	-1,841	0,066

Поведение в конфликтных ситуациях	Соревнование	-1,000	0,317
	Приспособление	-1,572	0,102
	Компромисс	-1,572	0,102
	Избегание	-1,801	0,063
	сотрудничество	-2,173	0,023

Уровень значимости $p \leq 0,05$ значимые результаты выделены полужирным шрифтом

Таким образом, командиры подразделений, прошедшие тренинг, в возникающих конфликтах, чаще будут выбирать сотрудничество как один из способов взаимодействия в данных ситуациях.

С контрольной группой командиров (К.Г.) №2, так же было проведено повторное тестирование (ре-тест), которое показало, что за период времени, между первичной и вторичной психодиагностики, не произошло никаких изменений.

Таблица 3.19. Соотношение средних показателей первичной и вторичной психодиагностики контрольной группы №2 командиров подразделений

	Стиль руководства			Поведение в конфликтных ситуациях				
	А.	Д.	Л.	Сор.	П.	К.	И.	Сот.
первичная психодиагностика	5	6	5	5	8	6	5	6
вторичная психодиагностика	5	6	5	5	8	6	5	6

Статистический анализ, проведенный с помощью W-критерия Вилкоксона, также нам показал, что в контрольной группе командиров нет никаких значимых изменений (см. Приложение 2.2).

Таблица 3.20. Значимые изменения по критерию Вилкоксона в контрольной группе (К.Г.) №2 командиров подразделений

характеристики К.Г. №2 первичного и вторичного тестирования	W-Критерий Вилкоксона	Уровень значимости	
Стиль руководства	Авторитарный	-1,732	0,083
	Демократический	0,000	1,000
	Либеральный	0,000	1,000
Стратегии поведение в конфликтных ситуациях	Соревнование	0,000	1,000
	Приспособление	0,000	1,000
	Компромисс	-1,000	0,317
	Избегание	-1,000	0,317
	сотрудничество	0,000	1,000

Уровень значимости $p \leq 0,05$ (значимые результаты выделены полужирным шрифтом)

Следующим шагом нашего исследования было сравнение результатов экспериментальной и контрольной групп командиров подразделений, которые были получены после повторной психодиагностики.

Таблица 3.21. Соотношение средних показателей экспериментальной и контрольной групп командиров подразделений полученных после повторной психодиагностики.

	Стиль руководства			Поведение в конфликтных ситуациях				
	А.	Д.	Л.	Соп.	П.	К.	И.	Сот.
Экспериментальная группа командиры	5	8	3	3	6	6	5	10
Контрольная группа командиры	5	6	5	5	8	6	5	6

Таким образом, мы получили данные о том, что результаты экспериментальной группы изменились по отношению к контрольной группе.

экспериментальная и контрольная группы командиров

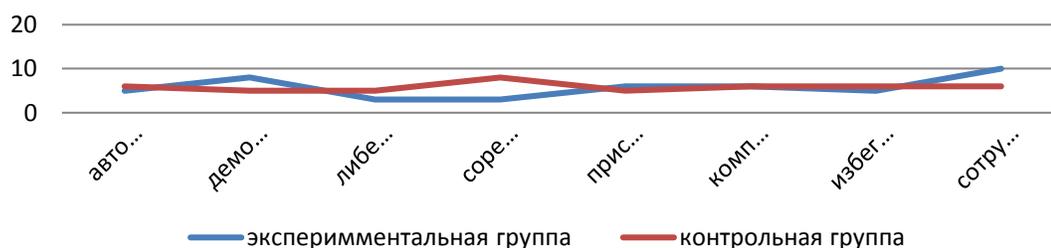


Рис. 3.8 Соотношение средних показателей экспериментальной и контрольной групп командиров подразделений

Анализируя значимые статистические различия по U-критерию Манна-Уитни экспериментальной и контрольной групп командиров подразделений по таким характеристикам как стиль руководства и стратегии поведения в конфликтных ситуациях, отмечаем, что наиболее значимые результаты (уровень значимости $p \leq 0,05$) обнаруживаются по шкале сотрудничество.

Таблица 3.22. Значимые изменения по U-критерию Манна-Уитни экспериментальной и контрольной групп командиров подразделений

	Стиль руководства	Поведение в конфликтных ситуациях
--	-------------------	-----------------------------------

	А.	Д.	Л.	Соп.	П.	К.	И.	Сот.
Статистический критерий Манна-Уитни (U)	16,500	8,000	8,500	14,000	9,500	12,500	17,000	,500
Уровень значимости (p)	,807	,101	,108	,516	,157	,371	,871	,005

Уровень значимости $p \leq 0,05$ (значимые результаты выделены полужирным шрифтом)

Таким образом, мы отмечаем, что программа по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, которая была проведена с командирами подразделений, благотворно повлияла на изменение способов поведения в конфликтных ситуациях. Так же, результатом апробации разработанной нами программы, было формирование социально-личностной компетенции командиров в установлении межличностных взаимоотношений с новобранцами в условиях армейской среды.

3.3 Выводы к главе 3

1. В подразделении, где была апробирована программа по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, как с военнослужащими контрактной службы, так и с военнослужащими срочной службы, отмечались существенные успехи с обеих сторон перечисленных категорий. Так, у командиров подразделений, прошедших тренинговые занятия, наблюдалась тенденция к изменению стиля руководства и выбора конструктивного способа поведения выхода из конфликтных ситуаций. При командовании личным составом офицеры стали опираться не только на военный устав, но и на методы межличностного взаимодействия, убеждения и доверия в организации и решении поставленных задач.

2. Исходя из данных, полученных в результате формирующего эксперимента, мы можем заключить, что в экспериментальной группе, в отличие от контрольной группы, произошли позитивные изменения показателей по всем изучаемым нами параметрам: нервно-психической устойчивости, коммуникативным способностям, нормативной морали, мотивацией на достижение успеха, адекватной самооценки, умением справляться со своим поведением в стрессовых ситуациях. Формирование вышеуказанных индивидуально-личностных особенностей новобранцев, входящих в основу их адаптационного потенциала, имели прямое отношение к успешности протекания процесса адаптации и помогли новобранцам эффективно адаптироваться к новым армейским условиям жизни.

3. Наиболее быстро, успешно и эффективно, процесс социально-психологической адаптации прошли новобранцы того подразделения, в котором была апробирована программа по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих,

состоящая из двух блоков и направленная как на категорию командиров, так и на категорию новобранцев. Новобранцы, не прошедшие тренинговые занятия намного труднее проходят период адаптации и нуждаются в психологическом сопровождении на всем периоде прохождения военной службы. Таким образом, для оптимизации адаптации новобранцев, необходимо проводить программу по развитию индивидуально-личностных особенностей со всеми категориями военнослужащих (срочной и контрактной службы).

Система тренинговых занятий согласно разработанной и апробированной программе по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, направленной на формирование адаптационного потенциала и социально-личностных компетенций командиров, валидна. Однако данная система занятий требует некоторой дальнейшей проработки для ее усовершенствования и адаптации к профессиональной деятельности военнослужащих. Гипотеза формирующего эксперимента (предположение о том, что успешность социально-психологической адаптации новобранцев возможна посредством использования программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, направленной на оптимизацию адаптационного потенциала новобранцев и формирование социально-личностных компетенций командиров), в целом, подтвердилась.

Общие выводы и рекомендации

В соответствии с темой докторской работы, основной гипотезой, целями и задачами исследования были получены следующие научные результаты:

1. В рамках анализа теоретико-методологических подходов к теме исследования установлено, что социально-психологическая адаптация это многогранное и сложное явление [101, с.13-134]. Адаптационные способности индивида, возможно, определить через оценку уровня развития психологических характеристик, наиболее значимых для регуляции функционального состояния организма и процесса адаптации в разнообразных условиях жизни и деятельности [24, с.78-86]. Чем выше уровень развития этих характеристик, тем выше вероятность успешной социально-психологической адаптации и тем значительнее диапазон факторов внешней среды, к которым индивид может приспособиться [102, с.241-247]. Формирование социально-психологической адаптации детерминируется как внешними (социальными), так и внутренними (личностными) факторами. Охарактеризовать все факторы, влияющие на социально-психологическую адаптацию невозможно, поэтому представляется аргументированным изучение их отдельной части, соответствующей актуализированным потребностям.

К изучаемым внешним, социальным факторам относим: демографические факторы - социокультурное пространство (место проживания), микросоциальное окружение (семья), возраст, и тип учебного заведения, а также факторы межличностного общения – социально-личностные компетенции командиров (стили руководства, используемые в подразделениях и стратегии поведения в возникающих конфликтных ситуациях).

К изучаемым внутренним факторам, относим уровень развития характерологических особенностей личности новобранцев (самооценка, нервно-психическая стабильность, мотивация, акцентуации характера, стрессоустойчивость) [103, с.200-206]. (глава1.) Характерологические особенности личности взаимосвязаны и составляют одну из интегральных характеристик психического развития личности - личностный адаптационный потенциал. Личностный адаптационный потенциал позволяет дифференцировать людей по степени устойчивости к воздействию психоэмоциональных стрессоров, что дает возможность с определенной степенью успешности решать задачи прогнозирования эффективности деятельности новобранцев в армейских условиях.

2. Социально – демографический профиль новобранцев за последние 11 лет помогает выстроить образ кадровых ресурсов обороноспособности государства в транзитивном обществе [98, с.102-110]. Исследование социально-демографических характеристик

новобранцев полностью отражает ситуацию в Республике Молдова и подтверждает статистические данные Национального Бюро Статистики за указанный период времени. Пик трудовой миграции населения Молдовы (1995-1997) привел к резкому увеличению количества молодежи, которая воспитывалась в неполных семьях, данный факт соответствует социальным характеристикам новобранцев ежегодных призывных периодов. Военнослужащие, проходящие срочную службу в армии, формируют боевой потенциал страны. В этом контексте возникает проблема соотнесения национальной безопасности и социально-демографического развития Республики Молдова. Поэтому, процесс обеспечения национальной системы обороны кадровыми ресурсами находится во взаимозависимости с финансовым обеспечением, и потому его следует рассматривать с демографической и, соответственно, с экономической точки зрения. (глава 2.)

3. Итоги опытно – экспериментальной работы доказали нам, что социальные и личностные факторы, влияющие на социально-психологическую адаптацию новобранцев к армейским условиям тесно взаимосвязаны друг с другом.

Во-первых, рассматривая влияние демографических факторов, отмечаем, что самый возрастной период юношеского возраста, в котором молодые люди призываются в армию, уже предполагает трудности в формировании адаптационного потенциала. Данный период характеризуется всеми присущими сложностями взросления и поиска самого себя: неуверенностью, тревожностью, нервно-психической нестабильностью, неадекватной самооценкой. Семья как социальный институт, где закладывается база почти всех психологических особенностей личности, теряет свои приоритеты. Так, согласно статистическим данным нашего исследования, наблюдается тенденция роста количества новобранцев воспитывающихся в неполных семьях, лишенных заботы и внимания. Основной призывной контингент Национальной Армии имеет гимназическое/профессионально-техническое образование и проживает в сельской местности, данный факт объясняется с одной стороны, низким финансово-экономическим положением сельских семей, а с другой, кризисом образовательной системы. Необходимость финансовой поддержки приводит к трудовой миграции членов семьи, и к стагнации уровня образования сельских юношей. В итоге, в армию призываются социально уязвимые и психологически незрелые граждане, социально-психологическая адаптация которых, еще не была сформирована.

Во-вторых, психологическое исследование личности новобранцев показывает что, большинство из них, на начальном этапе прохождения военной службы в армии, проявляют

трудности, при выполнении поставленных задач и переживанию негативных эмоций, которые оказывают влияние на проявление индивидуально – личностных особенностей [25, с.85-88]. Такие проявления характерологических особенностей личности репрезентативны для новобранцев с низким уровнем развития адаптационного потенциала. Поэтому каждый второй новобранец, попадая в незнакомую для него среду жизнедеятельности, наполненную новыми требованиями, испытывает трудности в адаптации к армейским условиям. В случаях дезадаптации, у новобранцев усиливаются проявления признаков психологической незрелости, и ведет к декомпенсации когнитивных и регулятивных механизмов в процессе их служебной деятельности, что приводит к росту количества молодых людей, признанных военно-врачебными комиссиями негодными, по состоянию психического здоровья, к военной службе в мирное и военное время [97; 98; 99].

В–третьих, успешная адаптация новобранцев во многом определяется внешними факторами межличностного общения посредством развития социально-личностных компетенций военных командиров: их способностью адекватного сотрудничества с подчиненными в рамках военных уставов, выбора необходимой стратегии поведения при решении конфликтных ситуаций, принятия нестандартных решений и настойчивостью в их выполнении (глава 2.).

4. В формирующей части исследования установлена позитивная динамика развития всех изучаемых переменных в специально созданных экспериментальных условиях. Итоги формирующей работы раскрыли возможность развития характерологических особенностей личности и доказали, что новобранцы эффективно адаптируются к новым условиям армейской жизни в тех подразделениях, где была проведена программа по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих. Так же было выявлено, что наиболее успешно, социально-психологическая адаптация реализовывается в тех подразделениях, где была проведена формирующая работа не только с новобранцами, но и с командирами их подразделений. Работа с командирами была направлена на развитие их социально личностных компетенций и отлично влияла на развитие их коммуникативных способностей и формирование групповой сплоченности в военном коллективе. Используя результативные стили взаимодействия с подчиненными, уважение к демократическому стилю управления, сочетающему в себе метод убеждения, сотрудничества и информированности, командиры, создавая благоприятный морально-психологический климат в подразделении, способствуют формированию адаптационного потенциала их подчиненных.

Деятельность психолога в армии должна представлять собой интегральную, комплексную модель, которая будет обеспечивать формирование адаптированной личности новобранца, и приводить к успешной профессиональной реализации командиров подразделений как субъектов активной служебной деятельности [104, с.110-114] (глава 3.).

Анализ научных результатов, полученных в докторской работе, позволяет сделать вывод о том, что **гипотеза исследования** подтвердилась, а именно успешность социально-психологической адаптации новобранцев к условиям военной службы, обусловлена как социальными, так и личностными факторами, и зависит от уровня адаптационного потенциала новобранцев и социально-личностных компетенций командиров, которые возможно оптимизировать посредством внедрения программы, направленной на развитие индивидуально-личностных особенностей военнослужащих.

Индивидуально-психологические особенности юноши развиты в незначительной степени, к тому же, в силу негативного влияния различных внешних и внутренних факторов социально-психологической адаптации, формируется личность, которой трудно адаптироваться в обществе. Любая смена социальной среды (призыв в армию), ведет к нарушению психологического баланса регулятивных механизмов и к дезадаптации новобранцев в условиях армейской среды.

В этой связи, проводимая работа с категорией дезадаптивных солдат по развитию их индивидуально-личностных особенностей способствует формированию у них адаптационного потенциала как основы эффективной адаптации.

Решение значимой научной проблемы осуществлялось в определении взаимосвязи между влиянием факторов социально-психологической адаптации на уровень сформированности индивидуально-личностных особенностей новобранцев, определяющих успешность их адаптации, что послужило основанием в разработке, апробировании и оценки эффективности программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих. Внедрение, на организационно-методическом уровне профессиональной деятельности психологических служб Национальной Армии подобной программы, приводит к развитию характерологических особенностей личности военнослужащих, которые приводят к успешной адаптации новобранцев в условиях армейской среды.

Научная новизна и оригинальность полученных результатов.

1) В настоящей работе впервые в Республике Молдова было проведено научное социально-демографическое лонгитюдное исследование в результате, которого был выявлен социально-демографический профиль среднестатистического молдавского новобранца,

призванного на срочную службу в ряды Вооруженных сил Республики Молдова в период 2010-2020;

2) проведено научное социально-психологическое исследование комплексной природы проблемы социально-психологической адаптации у лиц призывного возраста, проходящих срочную службу в Национальной Армии, в первые месяцы после призыва на службу;

3) разработана и апробирована социальная анкета, позволяющая выявлять и анализировать социально-демографические характеристики новобранцев, с целью выявления социальных факторов, влияющих на формирование адаптационного потенциала. Результаты анкетирования позволили составить базу данных солдат срочной службы и провести первичное прогнозирование успешности их адаптации к условиям армейской среды;

4) разработана шкала обработки результатов тестирования в балловом эквиваленте проективной методики «Человек под дождем»;

5) проведено комплексное исследование социальных и личностных факторов, влияющих на формирование социально-психологической адаптации новобранцев, с целью выявления основных причин дезадаптации, а также возможностью дальнейшего прогнозирования поведения и выявления группы риска среди молодых солдат;

6) определен профиль личности адаптированного и дезадаптированного новобранца;

7) апробирована и внедрена в армейскую среду программа по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, с целью оптимизации адаптационного потенциала новобранцев и формированию социально-личностных компетенций командиров.

Теоретическая значимость: на основе использования теоретических методов:

1) конкретизированы и систематизированы теоретические содержания понятий «адаптация», «адаптивность», «адаптационный потенциал», которые рассматриваются применительно к условиям армейской жизнедеятельности в транзитивный период развития общества;

2) определены факторы, влияющие на формирование социально-психологической адаптации новобранцев на первичном этапе освоения воинской деятельности;

3) установлены показатели успешной адаптации на этапе освоения воинской деятельности: показана взаимосвязь между социальными и личностными характеристиками с адаптивными возможностями молодых солдат.

4) выявлены характерологические особенности адаптированной и дезадаптированной личности

Практическая значимость:

1) выявленный социально-демографический профиль новобранца является одним из факторов определяющим обороноспособность нашего государства. Особенности, выявленного профиля позволяют сделать рекомендации в разработке стратегических программ по повышению боеспособности войск, способности быстрого реагирования и быстрого развертывания сил и средств в условиях мобилизации;

2) изучение взаимосвязи социальных и психологических факторов новобранцев позволяет выделить иерархию факторов, определяющих социально-психологическую адаптацию и выстроить систему индивидуализированного подхода по реализации психолого-педагогического воздействия и сохранить направленность на гармоничное развитие личности во время ее нахождения в рядах Вооруженных сил РФ;

3) учет выявленных личностных особенностей военнослужащих срочной службы позволит эффективно осуществлять их селекцию для распределения по соответствующим подразделениям, определять уровень психологической готовности для несения караульной службы, предотвращать ряд возможных чрезвычайных ситуаций и выявлять факторы риска для национальной системы обороны;

4) выводы и результаты исследования используются в работе военных психологов с целью оптимизации социально-психологической адаптации молодых солдат, а также ориентации командиров на корректный отбор новобранцев, рекомендованных для деятельности в экстремальных условиях;

5) на основе выявленных в работе психологических закономерностей разработаны практические рекомендации и методическое пособие - Психологический гид военного психолога, способствующие организации целенаправленной и эффективной подготовки призывного контингента к условиям армейской жизнедеятельности;

б) данное научное исследование в области обороны обеспечивает целостное видение в поиске мер для продвижения роли ученого-исследователя как представителя оборонных структур.

Рекомендации по организации процесса социально-психологической адаптации

По итогам исследования, рекомендации строились в соответствии с факторами (социальными и личностными), которые влияют на формирование адаптационного потенциала новобранцев. Таким образом, мы условно их разделили на 2 группы: в первую

группу вошли рекомендации, направленные на положительные изменения социального аспекта призывного контингента, а во вторую те, которые ориентированы на развитие личностных особенностей новобранцев в условиях армейской среды. Итак, мы предлагаем следующие практические рекомендации:

Рекомендации, направленные на оптимизацию социального аспекта.

➤ рассмотреть возможность введения в учебную программу дополнительного, специального курса по начальной военной подготовке, направленного на развитие патриотических чувств и формирования моральных принципов у подрастающего поколения. Организовать центры допризывной подготовки молодежи и военно-технические кружки;

➤ информировать население страны о престиже службы в армии посредством, пресс службы и информации Министерства обороны совместно с региональными и государственными источниками массовой коммуникации (создания патриотических видеороликов, обзор национальных и интернациональных учений, а так же миротворческих операций, где участвовали молдавские военные). Представление Вооруженных сил как той социальной сферы, где молодые люди могут раскрыть свои возможности и проявить способности, получить образование и интересную профессию;

➤ формировать профессионально-личностные компетенции кадровых ресурсов проходящих обучение в Военной Академии Вооруженных сил РМ «Александра чел Бун»;

➤ проводить занятия по командирской подготовке, направленные на психологическое просвещение и обучение командиров всех категорий, нацеленное на формирование потребности в получении психологических знаний и желания использовать их в построении своей деятельности;

➤ строго обеспечивать и улучшать средовые условия и деятельность новобранцев согласно уставам и директивам Вооруженных сил РМ (организация военной службы по призыву согласно распорядку дня, поддержание командирами здорового морально-психологического климата воинских коллективов, обеспечения материальными ресурсами и полноценным питанием);

Рекомендации, направленные на оптимизацию развития индивидуально-личностных особенностей новобранцев.

➤ усовершенствовать психологическое сопровождение новобранцев по следующим направлениям:

✓ *организационно-методическом* (планирование и организация деятельности психологических служб Национальной Армии);

✓ *исследовательском* (использование психодиагностического инструментария с целью изучения адаптационных возможностей молодых солдат и своевременного выявления дезадаптированных новобранцев);

✓ *консультативном* (использование современных методов психологической помощи в решении проблемных ситуаций военнослужащих);

✓ *коррекционно-развивающем* (развитие личностных особенностей новобранцев формирующих адаптационный потенциал).

➤ ориентировать деятельность военных психологов на разработку и проведение программ психологической поддержки как для военнослужащих контрактной, так и срочной службы, направленной на развитие ценностных и поведенческих эталонов, уверенности в себе, адекватной самооценки и самовосприятия, самоконтроля, коммуникативных особенностей, выбора стратегии поведения в конфликтных ситуациях. Обучение методам саморегуляции психоэмоциональных состояний и освоение стратегий поведения молодыми солдатами, с целью предотвращения негативных феноменов в период адаптации к армейским условиям жизнедеятельности.

Рекомендации, направленные на организацию процесса адаптации в воинском подразделении.

С целью организации процесса адаптации в воинском подразделении необходимо:

➤ формирование здорового морально-психологического климата в воинских коллективах;

➤ организация единства в действиях и согласованностью мероприятий проводимых командирам всех категорий, военными юристами, медицинской службой, а также военными психологами;

➤ организации военной службы по призыву, согласно установленному плану в соответствии с распорядком дня и внутренними уставами военной службы;

➤ формирование необходимого стиля руководства и готовности командиров к сотрудничеству с новобранцами в решении конфликтных ситуаций;

➤ психологическое просвещение командиров всех уровней, нацеленное на формирование потребности в получении психологических знаниях и желания использовать их в построении своей деятельности;

➤ информирование командиров подразделений об индивидуально-психологических особенностях призывного контингента и в целом всего личного состава, информирование о социально-психологических процессах и явлений в воинских

подразделениях и прогнозирование их развития. Данная информация позволяет командирам лучше познакомиться с каждым членом военного коллектива и выстроить благополучный социально-психологический климат в подразделениях;

➤ оптимизация деятельности психологической службы, сформированной в каждой военной части, направленной на эффективное использование в практике результатов психодиагностических методов исследований (наблюдения, анкетирования, собеседования, психологического тестирования) ориентированных на своевременное выявление акцентуаций характера, уровня нервно-психической устойчивости, стрессоустойчивости, адаптационного потенциала, коммуникативных особенностей, ценностных норм морали, мотивации и самооценки новобранцев;

➤ психологическое изучение вновь прибывающего пополнения с последующим составлением психологических характеристик и разработкой рекомендаций по рациональному распределению военнослужащих по военным подразделениям;

➤ проведение военными психологами индивидуальной и групповой психотерапии с военнослужащими, которые включены в группу риска и испытывают трудности адаптации к армейским условиям в начальном периоде прохождения военной службы;

➤ реализация программ по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих, способствующей успешной адаптации новобранцев к условиям армейской среды, а также повышению социально-личностных компетенций командного состава Национальной Армии. Программы психологического сопровождения, должны быть направлены на: предотвращение нервно-психических срывов, неадекватного реагирования на психотравмирующие факторы, на развитие коммуникативных навыков, на развитие эмоционального самоконтроля, повышение самооценки, а так же на формирование мотивации достижения успеха, нормативно-ценностных и поведенческих эталонов, способности гибкого реагирования и быстрого перестраивания стратегии своего поведения в зависимости от ситуации;

➤ обучение молодого пополнения психологическим методам и приемам с целью предотвращения негативных феноменов в период адаптации к армейским условиям;

➤ оптимизация межличностных взаимоотношений между военнослужащими и формирование благоприятного морально-психологического климата в воинских коллективах;

➤ формирование боевой слаженности, которая осуществляется в процессе боевой подготовки с целью достижения групповой сплоченности при постановке и выполнении боевых задач.

Данное исследование было определенным этапом в изучении проблемы социально-психологической адаптации новобранцев к армейским условиям. Сделанная нами попытка осветить все аспекты социально-психологической адаптации не претендует на полную завершенность. Так, были исследованы только некоторые факторы социально-психологической адаптации, определенной категории военнослужащих (новобранцев), в конкретных условиях. В дальнейшем необходимо рассмотреть адаптивные/дезадаптивные факторы социально – психологической адаптации военнослужащих контрактной службы, и студентов Военной Академии Александру чел Бун на начальном периоде военной карьеры.

Немаловажным исследованием, так же, будет являться выявление адаптивных/дезадаптивных механизмов социально-психологической адаптации военнослужащих, в периоды дислокации в зоны операций национальных и интернациональных миротворческих миссий, а так же реинтеграции военнослужащих к повседневной воинской службе.

Библиография:

1. ABABII, S. Regulamentul pregătirii psihologice a militarilor Armatei Naționale. Chișinău, 2002. p. 3-9. ISBN 978-9975-45-083-6
2. Abordarea fenomenului "adaptare" dimensiune psihologică și socială/Sergiu Toma
În: Materialele Conferinței științifice internaționale "Învățământul superior: valențe și oportunități educaționale, de cercetare și transfer inovațional" organizate cu prilejul aniversării a 70 de ani de la fondarea Universității de Stat din Moldova. - p. 400-405; coord. : Vladimir Guțu [et al.] ; com. șt. : Mihail Paiu [et al.] . — Chișinău[sn], 2016, 428 p (без данных)
3. AFANAS, D. Problematika psihologiei militare și integrarea în colectivul militar. In: Revista militară. Studii de executare și apărare. 2011, nr. 2(6), pp. 29-34. ISSN 1857-405X
4. ANDREESCU, A., LIȚĂ, Șt. și al. Managementul stresului profesional. București: MAI, 2006. 189 p. ISBN (10) 973-745-012-4.
5. ARĂDĂVOAICE, Gh. Stilul de conducere. București: Academia de Înalte Studii Militare, 1985., 314p. ISBN (10) 973-663-447-7
6. ALBU, N., COROPCEAN, I. Serviciul militar: repere conceptuale. In: Revista Militară. Studii de securitate și apărare. 2011, nr. 2(6), pp. 12-19. ISSN 1857-405X
7. ARĂDĂVOAICE, Gh. Comandantul (șeful) profil psiho-profesional. București: Academia de Înalte Studii Militare, 1994. 196 p. ISBN (10) 973-663-447-7
8. BULAT, V. Efectele lipsei intimității asupra personalității studenților pe parcursul îndeplinirii studiilor militare. In: Revista militară. Studii de executare și apărare. 2015, nr. 1 (13), pp. 77-84. ISSN 1857-405X.
9. BUCUN, N.; SÎRBU, A. Servicii complexe pentru adaptarea psihosocială a copiilor cu dizabilități. In: *Univers Pedagogic*. 2016, nr. 3(51), pp. 97-110. ISSN 1811-5470.
10. CALANCEA, A. Treningul de dezvoltare a competențelor afective. In: Ghid pentru formarea practică în consilierea psihologică. 2012. 272 p. ISSN 1812-2566
11. CALANCEA, V. Practicum la psihologia clinică/ Veronica Calancea. – Ch.: Cetatea de Sus, 2012. – 194p. ISBN 978-9975-4367-9-3
12. CALANCEA, V., MELNICIUC, A. Practicum la psihologia clinică. In: Cetatea de sus. 2012. 194 p. ISSN 1857-3266
13. CHIRILOV, M. Particularitățile psihosociale ale adaptării studenților în mediul militar instituțional. In: Revista Militară. Studii de securitate și apărare. 2014, nr. 1(11), pp. 76-84. ISSN 1857-405X.

14. CEAUȘU, V. Psihologia organizării. Relațiile dintre șefi și subordonați. București: Militară, 1970. 211 p. ISBN 973-85278-8-0.
15. CLIVADĂ, A. Evoluția factorilor de personalitate la ostași în mediul militar. In: Psihologie. Pedagogie Specială. Asistență Socială. 2011, nr. 24, pp. 62-67. ISSN 1857-0224
16. CLIVADĂ, A. Influența serviciului militar asupra profilului de personalitate a tânărului. In: Psihologie. Pedagogie Specială. Asistență Socială. 2006, nr. 4, pp. 28-34. ISSN 1857-0224
17. CLIVADĂ, A. Schimbarea elementelor cognitiv-axiologice ale conștiinței de sine la ostași sub influența mediului militar. In: Psihologie. Pedagogie Specială. Asistență Socială. 2011, nr. 24, pp. 36- 43. ISSN 1857-022
18. Coordonate psihosociale ale adaptării militarilor / Maria Chirilov În: Probleme actuale ale științelor umanistice. P. 121-130 . — Chișinău [sn], 2009, 308 p. (без данных)
19. COROPCEAN, I. Determinarea și analiza principiilor generale ale serviciului militar. In: Revista Militară. Studii de securitate și apărare. 2016, nr. 1(15), pp. 65-71. ISSN 1857-405X.
20. COROPCEAN, I. Rolul serviciului militar in societate. In: Revista Militară. Studii de securitate și apărare. 2016, nr. 1(15), pp. 72-75. ISSN 1857-405X
21. CRACSNER, C. Elemente de psihologie militară. București, 2003. ISBN 973-663-033-1.
22. DULEA G. Coordonate psihopedagogice ale educației ostășești. București: militară, 2008. 293p. ISBN 978-973-32-0767-2
23. DULEA, G. Sociodinamica grupului militar. București: Militară, 1991. 316 p. ISBN 973-32- 0222-3
- 24. DZÎC I. Dificultățile psihologiei militare și locul adaptării la mediul militar în această problematică/ In: Revista militară. Studii de executare și apărare. 2013, nr. 2 (12), pp. 78-86. ISSN 1857-405X**
- 25. DZÎC, I., STATI, U. Psihologia situațiilor de criză în mediul militar. In: Revista militară. Studii de executare și apărare. 2015, nr. 1 (13), pp. 85-88. ISSN 1857-405X**
26. GAICIUC, V., CIOBANU, V. Premisele apariției organismului militar al Republicii Moldova. In: Revista de Știință, Inovare, Cultură și Artă „Akademos”. 2015, nr. 4(39), pp. 114-117. ISSN 1857-0461
27. Ghidul activităților psihologice în Armata Națională. Chișinău, 2021. 150 p. Ord.MA nr.283/30.06.2021 (без данных)

28. GHIȚA (LAZAREC), M., PERJAN, C. Afectivitatea și importanța proceselor afective asociate conflictului în adolescență. In: *Psihologie. Pedagogie Specială. Asistență Socială* . 2020, nr. 4(61), pp. 117-126. ISSN 1857-0224
29. GOLU, M. *Dinamica personalității*. București: Geneze, 1993. 266 p. ISBN 9739099165
30. GONȚA, V. Formarea imaginii de sine la adolescenți: paradigme teoretice și aspecte ale cercetării empirice . In: *Psihologie. Pedagogie Specială. Asistență Socială* . 2006, nr. 2, pp. 64-72. ISSN 1857-0224
31. HAMMUD, S. RUSNAC, S. Exposure to violence and aggression in adolescence. In: *Preocupări contemporane ale științelor socio-umane*. Ediția a IX-a , 6-7 decembrie 2018, Chișinău. Chișinău, 2018: "Print-Caro" SRL, 2018, pp. 120-128. ISBN 978-9975-3277-5-6.
32. Hotărîrea de guvern Nr.1315 din 26.07.2002 cu privire la aprobarea Concepției reformei militare . In: *Monitorul oficial al Republicii Moldova*, nr.117 art. Nr: 975 (без данных)
33. Hotărîrea de guvern Nr.587 din 20.05.2003 aprobarea Regulamentului cu privire la activitatea catedrelor militare din cadrul instituțiilor de învățământ superior. In: *Monitorul oficial al Republicii Moldova*, nr.87-90 art.616 (без данных)
34. Hotărîrea de guvern Nr.HP 134/2018 din 19.07.2018 cu privire la Strategia națională de apărare și a Planului de acțiuni privind implementarea Strategiei naționale de apărare pentru anii 2018–2022. In: *Monitorul oficial al Republicii Moldova*, nr.285-294 art. Nr: 441 (без данных)
35. Legea Republicii Moldova cu privire la pregătirea cetățenilor pentru apărarea Patriei: nr.1245 din 18.07.2002. In: *Monitorul oficial al Republicii Moldova*, 2002, nr. 1054 (без данных)
36. JELESCU, P., JELESCU, D. Концепция результаты как вектор эффекта. În: *EcoSoEn, Scientific Journal Economics, Social and Engineering Sciences*, nr.3-4/2022, pp. 83-91. “B” Category. ISSN 2587-344X; E-ISSN 2587-425X
37. LOSÎI, E. Dezadaptarea psihosocială a preadolescenților dependenți de jocurile computerizate. In: *Psihologie. Pedagogie Specială. Asistență Socială* , 2007, nr. 9, pp. 18-23. ISSN 1857-0224.
38. MEREUȚĂ, Gh. Formarea și dezvoltarea morală și psihologică a militarilor. In: *Revista militară. Studii de executare și apărare*. 2011, nr. 2(6), pp. 35-45. ISSN 1857- 405X.
39. *Metodica pregătirii psihologice a militarilor Armatei Naționale*. Chișinău: Centrul Editorial, 2002. 411 p. ISSN 1583-1353.
40. MITROFAN, N. *Testarea psihologică. Aspecte teoretice și practice*. Iași: Polirom, 2008. 315 p. ISBN 973-46-1393-9

41. PALADI, O. Orientările valorice și adaptarea psihosocială la vârsta adolescenței: abordări teoretice. Chișinău: Print-Caro SRL, 2021. 261 p. ISBN 978-9975-48-190-8.
42. PLEȘCA, M. Profilurile psihologice ale studenților cu diferite mecanisme de adaptare la activitatea de învățare. In: Revistă de științe socioumane. 2012, nr. 2 (21), pp. 56-48. ISSN 1810-9551
43. PUZUR E. Caracteristicile procesului de adaptare psihosocială a studenților la mediul universitar. În Revista științifică a USM, Chișinău, 2008, nr.5 (15), p. 179-183. ISSN 1814-3199
44. PUZUR E. Maturitatea socială – indicator al adaptării psihosociale. În Revista „Univers Pedagogic”, Nr.3, 2014, p.45-49. ISSN 1811-5470
45. Profesia de psiholog: acte normative.- Ed.a 2-a, rev.- București: Monitorul oficial R.A.,2014. ISBN 978-973-567-868-5
46. RACU, Ig. Psihodiagnoza și statistica psihologică. In: U.P.S. «Ion Creangă». 2004. 244 p. ISSN 1857-4432
47. RACU, Ig. RACU, Iu. Psihologia dezvoltării. In: U.P.S. «Ion Creangă». 2007. 257 p. ISSN 1857-4432
48. RĂMUREANU, L. Modalități de adaptare la stres (COPING). In: Psihologie. Pedagogie Specială. Asistență Socială . 2008, nr. 13, pp. 57-63. ISSN 1857-0224
49. RUSNAC, S., GONȚA, V. Asistența psihologică a cazurilor de violență în familie, program de diagnostic și reabilitare a victimei și abuzatorului. In: ULIM. 2009. 293 p. ISSN1857-4076
50. SANDULEAC, S. STRATULAT, T. Inteligența emoțională – posibilități de dezvoltare. In: Perspectivele și Problemele Integrării în Spațiul European al Cercetării și Educației. Vol.2, 7 iunie 2016, Cahul. Cahul: Tipografia "Centrografic", 2016, pp. 262-264. ISBN 978-9975-914-90-1
51. SANDULEAC, S. Modalități de gestionare a stresului în condiții de luptă. In: Revista Militară. Studii de securitate și apărare. 2012, nr. 1(7), pp. 55-59. ISSN 1857-405X
52. STAMATIN, O., POIȚAN, L. Aspecte psihologice ale pregătirii tinerilor până și după încorporarea lor în armată. In: Revistă de științe socioumane. 2008, nr. 2 (9), pp. 27-33. ISSN1857-0119
53. STATI, U. Climatul psihosocial și coeziunea în dinamica colectivului militar. In: Revista militară. Studii de executare și apărare. 2013, nr. 1 (9), pp. 68-73. ISSN 1857-405X
54. STATI, U. Formarea încrederii în sine în contextul vieții militare. In: Revista militară. Studii de executare și apărare. 2014, nr. 1 (11), pp. 116-120. ISSN 1857-405X

55. TOMA, S. Fenomenologia adaptării psihosociale: abordare multidimensională. In: Integrare prin cercetare și inovare. Științe socio-umanistice. Vol.2, 28-29 septembrie 2016, Chișinău. Chișinău, Republica Moldova: CEP USM, 2016, pp. 57-60. ISBN 978-9975-71-818-9

56. VASILACHI, L. Funcționalitatea valorilor militare. In: Revista militară. Studii de executare și apărare. 2012, nr. 1 (7), pp. 34-37. ISBN 978-973-166-272-5

57. VERDEȘ, V., RUSNAC, S. Adaptabilitatea social-psihologică ca o condiție a depășirii crizei vârstei adulte. In: Preocupări contemporane ale științelor socio-umane. Ediția a VI-a / Vol.1, 11-12 decembrie 2015, Chișinău. Chișinău, Republica Moldova: Universitatea Liberă Internațională din Moldova, 2015, pp. 389-397. ISBN 978-9975-933-80-3

58. АБРАМОВ, В., КУТЬКО, И., НАПРИЕНКО, А. Диагностика состояний психической дезадаптации: Методические рекомендации. Донецк: МЗ Украины, 1992. 19 с. ISBN 978-966-526-140-7.

59. АБРАМОВА, М. Образование как фактор социокультурной адаптации ущейейся молодежи к условиям современных трансформаций/ Вопросы образования №3, 2010., С.- 195-212 ISSN 1814-9545

60. Адаптация биологических систем к естественным и экстремальным факторам среды : материалы Всерос. науч. конф., 11-15 окт., 2004 г. / [ред. кол.: Д. З. Шибкова, Е. И. Толстых, Ю. Г. Ламехов]. - Челябинск : Изд-во ЧГПУ, 2004. - 337 с. : ил., табл.; 20 см.; ISBN 5-85716-487-7

61. Адаптация личности в современном мире: Межвуз. сб. науч. тр. – Саратов: Изд-во «Научная книга», 2011. – Вып. 4. – 320 с.: ил. ISBN 978-5-9758-1353-4

62. АДЭСКЭЛИЦЭ, В. *Дискуссия как средство формирования толерантности* In: Psihologie. Pedagogie Specială. Asistență Socială. 2012, nr. 1 (26), pp. 24-29. ISSN1857-0550

63. Адаптация и резервы организма / Н. А. Агаджанян. - М. : Физкультура и спорт, 1983. – 176 с. (без данных)

64. АЛДАШЕВА, А. Психологическая адаптация специалистов ВМФ к условиям деятельности: диссертация ... доктора психологических наук : 19.00.03. - Бишкек, 1995. - 381 с. (без данных)

65. АЛЕКСАНДРОВИЧ П., МАЛЮТИН А., СЕНОКОСОВ Ж. Психологический анализ трудностей адаптации военнослужащих к армейской жизнедеятельности. - Рига: Рижское высшее военно-политическое училище им. Бирюзова С.С., 1991. - 89 с. ISBN 978-5-93165-224-5

66. АЛЕКСАНДРОВСКИЙ, Ю. Состояния психической дезадаптации и их компенсация. М.: Наука, 1976. 272 с. ISBN 5-250-00364-8
67. Алексеева, Е. А. Акцентуации характера : Учеб. пособие. - Челябинск : Изд-во ЮУрГУ, 2002 (УОП Изд-ва). - 47 с.; ISBN 5-696-02375
68. АНАНЬЕВ, Б. Избранные труды: в 2т/Акад.пед.наук СССР.-М.:Педагогика,1980 ISBN 978-5-459-01081-7
69. АНДРЕЕВА, Г. Социальная психология [Текст] : учеб. для высш. учеб. заведений/Г.М.Андреева.-5 изд., испр. и доп. – Москва: Аспект Пресс, 2002.- 362 с. ISBN 5-7567-0274-1
70. АНЦЫФЕРОВА, Л. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Псих. Журнал.-1994.-№1.-С.3-18 ISSN 0205-9592
71. БАЕВСКИЙ, Р. Прогнозирование состояний на грани нормы и патологии. М.: Медицина, 1979. 298 с. ISBN 078-5-458-39258
72. БАРАНОВ, Ю. Нервно-психическая неустойчивость и методы выявления у призывников. В: МО СССР. 1988. 239 с. ISSN 1857-2103
73. БЕРЕЗИН, Ф. Психологическая и психофизиологическая адаптация человека. Л., 2000. 270 с. ISBN 978-5-02-025742-9
74. БОГОМОЛОВ, А. Возрастная изменчивость адаптационного потенциала личности/Вестник Кем.ГУ., 2010. №3 (43), С. 15-20 ISSN 2078-8975
75. БОГОМОЛОВ, А. Личностный адаптационный потенциал в контексте системного анализа// Психологическая наука и образование. 2008. №1. С.67-73 ISSN 1814-2052
76. БОДРОВ, В. *Методы и средства повышения работоспособности летного состава.* В: Военный медицинский журнал. 1983, № 11, с. 40–44. ISSN 1994-4683
77. БУКУН Н., ДОНОГА Л. Психотехнические приемы содействия личностному развитию и самодетерминации старшеклассников/Univers pedagogic №4 (48), 2015, С.31-41 ISSN 1811-5470
78. БУЧУЧАНУ-ВРАБИЕ, М., ГАГАУЗ, О. «Молодёжь на рынке труда Республики Молдова: навыки истремления» Программа развития Организации Объединенных Наций (ПРООН) в Республике Молдова Ул. 31 августа 1989 г., 131, Кишинэу, MD-2012, Республика Молдова (без данных)

79. ВАРДАНЯН, Б. Механизмы регуляции эмоциональной устойчивости. Категории, принципы и методы психологии. Психические процессы. М.: Наукаб 1983, 680с. ISBN 5-87113-025-9

80. ВАРЗАКОВА, О. Проблемы дезадаптации военнослужащих/ О. С. Варзакова // Социальная работа: вклад молодых. — Екатеринбург : Уральский институт социального образования, 2006. — Вып. 1. — С. 19-21. (без данных)

81. ВАСИЛЬЕВ, Н. Тренинг преодоления конфликтов/ Н.Н. Васильев. — СПб.: Речь, 2002.-174 с. ISBN 5-9268-0104-4

82. ВАЧКОВ, И. Основы технологии группового тренинга. М.Ось-89, 1999. 120 с. ISBN 5-86894-274-4

83. ВАЧКОВ, И. Психология тренинговой работы: содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговых групп/ И.В. Вачков.- М.:ЭКСМО, 2007 - 416 с. ISBN 5-699-19699-4

84. ВЕНГЕР, А. Психологические рисуночные тесты: иллюстрированное руководство/ А.Л.Венгер. — М.:Изд-во ВЛАДОС-ПРЕС, 2003. — 160 с.: ил. — (Психология для всех) ISBN 5-305-00058-0

85. Военная педагогика: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2008. - 640с.: ил.-(Серия «Учебник для вузов») ISBN 978-5-388-00127-6

86. Военная психология/ под ред.А.Г.Маклакова.- Спб.: Питер, 2004. — 464с. ISBN 978-5-382-00134-3

87. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учеб. для студентов, обучающихся по пед. специальностям/ В. С. Мухина. - 7. изд., стер. - М. : Academia, 2002. — 452 с. ISBN 5-270-00167-5

88. ГЕОРГИЕВА, И. Социально-психологические факторы адаптации личности в коллективе : диссертация ... кандидата психологических наук : 19.00.05. Ленинград, 1985.- 216с.: ил. Социальная психология OD 61 86-19/133 (без данных)

89. ГЛОТОЧКИН, А. Общественное мнение, групповое настроение, традиции в воинском коллективе. М.: ВПА, 1971. 186 с. ISBN 5-8243-0084-4.

90. ГОНЦА, В., ДЗЫК, И. Взаимодействие между адаптационным потенциалом и локализацией субъективного контроля у военнослужащих/ Conferința științifică internațională „Asistența Psihologică. Psihopedagogică și Socială ca factor al dezvoltării societății”, 2 -2013, Ed. a 2-a/coord șt. Igor Racu (et. al.) – Ch.; S.n.,2011, C.132-141. ISBN 978-9975-45-86-1

91. Горфинкель Э., Клейников И. Ранняя диагностика психической дезадаптации малых групп // Межвуз. сб. Науч. Тр. – Саратов: изд-во « Научная книга», 2011. – Вып. 4- 320с. ISBN 978-5-9758-1353-4

92. ГРАФИЧЕСКИЕ ТЕСТЫ: Хрестоматия для студентов-психологов. – Ч.2. – Изд-е 2-е перераб. и доп. /Сост. И.А. Агеева. – Бишкек: КРСУ, 2007. – 329 с. ISBN 9967-21-109-1

93. ГРИГОРЬЕВА, М. Психологическое содержание понятия, виды и механизмы формирования адаптационной готовности личности. Адаптационная готовность личности в современных условиях развития общества. Саратов: Изд-во Сарат. ун-та, 2016, с. 6-13. ISBN 978-5-9999-0811-7

94. ГРИШИНА, Н. Психология конфликта. 2-е изд. — СПб.: Питер, 2008. — 544 с: ил. — (Серия «Мастера психологии»). ISBN 978-5-91180-895-2

95. ДЕНИСОВ, Р. Подготовка молодежи к военной службе : учеб.- метод. пособие / Р. А. Денисов, С. В. Михайлова ; Арзамас. гос. пед. ин-т им. А. П. Гайдара. – Арзамас : СГТ, 2010. – 161 с. ISSN 3058-7964

96. ДЗЫК, И. Взаимосвязь агрессии и нервно-психической устойчивости у военнослужащих с разным адаптационным потенциалом/*Asistența Psihologică, Psihopedagogică și Socială ca factor al dezvoltării societății: conf. șt. intern.: Ed. a 2-a, 16 dec. 2011 / Acad. de Științe a Rep. Moldova, Univ. Ped. de Stat "Ion Creangă", Fac. Psihologie și Psihopedagogie Specială. - Ch., 2011. – Vol. 1. – P. 178-186. – Bibliogr.: p. 187 ISBN 978-9975-101-95-0*

97. ДЗЫК, И. Особенности адаптации новобранцев в современном транзитивном периоде развития общества/ In: *Revista militară. Studii de executare și apărare. 2019, nr. 3 (13), pp. 102-110. ISSN 1857-405X*

98. ДЗЫК, И. Проективные методы исследования адаптационного потенциала новобранцев в условиях готовности обеспечения безопасности и обороны государства/ In: *Revista militară. Studii de executare și apărare. 2018, nr. 1 (4), pp. 53-60. ISSN 1857-405X*

99. ДЗЫК, И. Социально-психологические явления в русле военной психологии//*Dezvoltarea Armatei Naționale în contextul aprofundării reformelor democratice”, conferință interuniversitară (2019; Chișinău): Materialele conferinței interuniversitare 14 februarie 2019/col.red.:Marin Butuc. – Ed. a 4-a.- Chișinău: S.n.,2019. – С. 126-130 ISBN 978-9975-84-095-8*

100. ДЗЫК, И. Социально-психологическая адаптация в свете различных теорий и гипотез/*Dezvoltarea Armatei Naționale în contextul aprofundării reformelor democratice”,*

conferință interuniversitară (2019; Chișinău):. Materialele conferinței interuniversitare 14 februarie 2019/ col.red.: Marin Butuc– Ed. a 4-a.- Chișinău: S.n.,2019 – C. 130-134 ISBN 978-9975-84-095-8

101.ДЗЫК, И. Сущность, виды и факторы определяющие процесс социально-психологической адаптации/Dezvoltarea Armatei Naționale în contextul aprofundării reformelor democratice”, conferință interuniversitară (2018; Chișinău):. Materialele conferinței interuniversitare 1 martie 2018/col.red.:Igor Sofranescu. – Ed. a 3-a.- Chișinău: S.n.,2019. – C-241-247 ISBN 978-9975-84-082-8

102.ДЗЫК, И. Адаптационный потенциал и уровни его развития у новобранцев Dezvoltarea Armatei Naționale în contextul aprofundării reformelor democratice”, conferință interuniversitară (5; 2020; Chișinău):. Materialele conferinței științifice cu participarea internațională, Ed. A 5-a, 27 februarie 2020 - Chișinău: S.n.,2020. – C-200-206 ISBN 978-9975-3346-5-5

103.ДЗЫК, И. Оптимизация адаптационного потенциала посредством формирования характерологических особенностей личности новобранцев и компетенций их командиров/ Dezvoltarea Armatei Naționale în contextul aprofundării reformelor democratice”, conferință interuniversitară Materialele conferinței științifice cu participarea internațională 24.02.2022 – Chișinău: S.n.,2022. – C. 110-114 ISBN 978-9975 – 84-164-1

104.ДОБРЯК, С. Динамика психологической адаптации курсантов на первом и втором году обучения в военном вузе : автореферат дис. ... кандидата психологических наук : 19.00.07 / С.-Петерб. гос. ун-т. - Санкт-Петербург, 2004. - 21 с.

105.ДОРФМАН, Ю. Оценка и оптимизация адаптации военнослужащих, проходящих военную службу, к условиям военно-профессиональной деятельности : автореф. дис. ... канд. мед. наук / Ю.Р. Дорфман. – Саратов : СГМУ, 2008 (без данных)

106.ДУБОВСКАЯ, Е. Транзитивность общества как факторсоциализации личности //Психологические исследования, 2014., том 7, №36 С.- 7 ISSN 2075-7999

107.ДЪЯЧЕНКО, М. Психологический анализ боевой деятельности советских воинов. М.: ВПА, 1974. 107 с. ISBN 978-5-00077-683-4

108.ЕВТИХОВ, О. Практика психологического тренинга/ О.В. Евтихов – СПб.: Речь, 2005 – 256 с. ISBN 592-6802-482

109. ЖЕЛЕСКО П.С., М.С.Роговин Исследование отрицания в практической и познавательной деятельности, Ред.: В. А. Лекторский; Бельц. Гос. Пед. Ин-т им. А. Руссо. – К.: Штиинца, 1985. – 135 с. IBS 2811

110. ЗВЕЗДИНА, Г., ПРИЙМАК, Е. Служба в армии в системе ценностных ориентаций юношей призывного возраста//Российский психологический журнал.- 2013.-Т.10.-№4.- С.32-39 ISSN 1812-1853

111. Здоровьесберегающие технологии в социальной сфере: Учебно-методический комплекс. — СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2007. — 235 с. ISBN 978–5–8064–1286–8

112. ЗОТОВА, О., КРЯЖЕВА, И. Некоторые аспекты социально-психологической адаптации личности // Психологические механизмы регуляции социального поведения. М., 1979. 481 с. ISBN 5-85716-656

113. ЗУЕВ, Ю. *Уставные взаимоотношения: как они формируются*. М.: Воениздат, 1986. 155 с. ISBN 5-17-006610-4

114. ЗУЕВ, Ю. Мотивационно – личностные детерминанты профессиональной успешности командиров воинских подразделений Автореф. дис. канд. псих. наук. / ВАК РФ., 2006.- 40 с. (без данных)

115. ИЛЬИН, Е. Психология индивидуальных различий [Текст] : учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению и специальностям психологии / Е. П. Ильин. - Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2011. - 700 с. : ил., табл.; 24 см. - (Мастера психологии).; ISBN 978-5-4237-0032-4

116. ИЛЬИНСКИЙ, С. Психологические особенности военнослужащих по призыву из неполных семей // Вестник Самарской Гуманитарной Академии. – 2011. – № 2. – С. 3–13 ISSN 2305-9605

117. КАБЕЛЕ, С. Психолого-педагогическое исследование адаптации молодых солдат на пограничных заставах чехословацких пограничных войск: Автореф. дис. канд. пед. наук. / ВПА. М., 1975.- 18 с. (без данных)

118. Как быть родителями: (О психологии родит. любви) / А. С. Спиваковская. - М. : Педагогика, 1986, №6 - 157с. ISSN 0131-6826

119. Как строить себя и свою семью : [Пер. с англ.] / В. Сатир. - М.: Педагогика и просвещение, 2014, №2 (24), С.-35 ISSN 2306-434X

- 120.КАЛИТА, В. Адаптивность и акцентуации характера у военнослужащих срочной службы// Научные исследования: от теории к практике.- 2015.-№2 (3) С.-314-317 ISSN 2413-3957
- 121.КАНТОР, М. К проблеме социологических функций института образования//Вестник Южно-Уральского государственного университета. – 2006. № 3. - С.33-39 ISSN 1990-8466
- 122.КАРАЯНИ, А., СЫРОМЯТНИКОВ, И. Прикладная военная психология. – СПб.: Питер, 2006. – 480 с. ISBN 978-5-7695-3569-7
- 123.КАРАЯНИ, А., СЫРОМЯТНИКОВ, И. Введение в профессию военного психолога. – М.: Академия, 2007. – 208 с. ISBN 978-5-7695-3587-9
- 124.КАУНЕНКО, И. Социально-психологические проблемы культурных ценностей в транзитивном обществе. In: Psihologie, revista științifico-practică . 2020, nr. 3-4(37), pp. 74-81. ISSN 1857-2502
- 125.КАУНЕНКО, И. Психологические проблемы трансформации ценностной сферы в транзитивном обществе: теоретический аспект/Международная научно-практическая конференция «Наука, образование, культура» УДК:316.6 ISSN 1857-2502
- 126.КАЧАНОВ, М. *Состояние психического здоровья военнослужащих первого года срочной службы.* В: Сибирский вестник психиатрии и наркологии. 2008, № 2, с. 30—34. ISSN 1810-3111
- 127.КВАСОВ, С. Социально-психологические аспекты адаптации молодого пополнения к военной службе// Воен.-мед. журн. – , 1999. – № 1. – С. 10-17. ISSN 0026-9050
- 128.КИРИЦА, О. *Механизмы преодолевающего поведения солдат-карабинеров.* In: Psihologie, revista științifico-practică. 2015, nr. 1-2, pp. 81-88. ISSN 1857-2502
- 129.КИРШИН, Ю. *О научной организации воинского труда.* М: Воениздат, 1970. 120 с. ISBN 0-471-28835-7
- 130.КИСИН, К. Педагогические условия развития культуры межличностных отношений в воинских подразделениях : диссертация ... кандидата педагогических наук : 13.00.08. - Биробиджан, 2003. – С. - 28. (без данных)
- 131.КИСЛИЦИНА, А. Особенности личностного потенциала военнослужащих по призыву...канд. психол. наук./ А.С. Кислицина. - Казань, 2010. – 174с. (без данных)
- 132.КИСЛИЦЫНА, А. Сравнительный анализ субъективной оценки трудностей службы в армии. В: Отечество. 2009, с.18-27. ISSN 1857-1735

133.КОВАЛЕВ, О., АМЕЛИН, Э. Диагностика лжи. — Вестник восстановительной медицины, Москва, 2006, С. - 175 ISSN 2078-1962

134.КОЗИНА, Н., СКОРНЯКОВОЙ, А. Адаптационные характеристики военнослужащих срочной службы, симулирующие соматические симптомы//Медицинская психология в России №5 (34), 2015., С.-45 ISSN 2219-8245

135.КОЗЛОВА, Н. *Стрессогенность срочной службы в современной российской армии для военнослужащих по призыву*. В: Психология: традиции и инновации, материалы международной научной конференции, июнь-август, 2016, с. 93-102. ISBN 978-5-87308-127-1

136.КОЗЮЛЯ, В. Применение психологического теста СМОЛ для исследования подростков: Краткое руководство. — М.: Фолиум, 1994. — 64 с. — (Психодиагностика детей и подростков; Вып. 8). ISBN 5-900536-15-7

137.КОНОНОВ, В. Социально-психологическая адаптация молодых солдат в коллективах учебных и боевых подразделений: автореферат дис. ... кандидата психологических наук: / Воен.-полит. акад. им. В. И. Ленина. - Москва, 1999. - 196 с. (без данных)

138.КОНСТАНТИНОВ, В. Профессиональный психологический отбор в суворовские военные училища и кадетские корпуса Российской Федерации: Автореф. дис. . . . канд. психол. наук. 1998. 20 с. (без данных)

139.КОНСТАНТИНОВ, В. Социальная идентичность военнослужащих и их адаптация к воинской среде. В: Теория и практика общественного развития. 2014, №4, с. 39-42. ISSN 2312-7392

140.Концепция социальной адаптации / П.С. Кузнецов. - Саратов : Изд-во Сарат. ун-та, 2000. - 257 с. ISSN 2305-2937

141.КОРЧЕМНЫЙ, П. *Военная психология: методология, теория, практика*. М.: Воениздат. 2010. 340 с. ISBN 978-5-7695-3569-7

142.КРАСКОВСКАЯ, В. *Особенности нервно-психической устойчивости военнослужащих в армейских условиях*. In: Știință, Educație, Cultură, Conferința științifico-practică internațională, Vol.1, 10 februarie 2017. Comrat: Univ. de Stat, 2017, pp. 290-376. ISBN 978-9975-83-090-4

143.КРАСКОВСКАЯ, В. *Теоретические аспекты психологической адаптации военнослужащих*. In: Conferința științifică anuală a doctoranților, 2016. Chișinău: UPS «Creangă» 2016 (без данных)

144.КРАСКОВСКАЯ, В., РАКУ, Ж. *Адаптационные способности у военнослужащих в условиях прохождения срочной службы.* In: Revista recenzată Studia Universitatis Moldavia/Seria Științe ale educației. 2017, nr.9 (109), pp. 202-205. ISSN 1857-2103.

145.КРАСКОВСКАЯ, В., РАКУ, Ж. *Влияние личностных особенностей на социальную адаптацию военнослужащих.* In: Revista Psihologie, Pedagogie specială, Asistență socială. 2015, nr. 3 (40), pp. 115-121. ISSN 1857-0224

146.КРАСКОВСКАЯ, В., РАКУ, Ж. *Социально-психологическая адаптация новобранцев к военной службе.* In: Știința, educație, cultura, Conferința științifico-practică internațională, Vol. 1, 4 feb. 2016. Comrat: Universitatea de Stat, 2016, pp. 476-479. ISBN 978-9975-83-011-9

147.КРЯЖЕВА, И. *Социально-психологические факторы адаптированности личности:* Автореф. дис. канд. психол. наук.- М.,1980 (без данных)

148.КУЗЬМЕНКО, Б. *Социальные процессы в воинских коллективах: анализ, моделирование и управление.* М.: Военный университет, 1997. С. 12-15 ISSN 1999-2645

149.КУЛГАНОВ, В. *Адаптационный потенциал и его характеристика [Текст] / В.А. Кулганов, Л.С. Шенберг, И.А. Короткова// Мат.-лы конф СПб.: УГПС МЧС РФ, 2006. - С. 34-36. ISSN 2218-130X*

150.КУХАРЕВА, Т. *Адаптация молодых специалистов-инженеров : диссертация ... кандидата психологических наук : Ленинград, 1980. – 225с. (без данных)*

151.ЛАПТЕВ, Л. *Оптимизация управленческой деятельности военных кадров : диссертация ... доктора психологических наук : 19.00.13. - Москва, 1995. - 410 с*

152.ЛАРИОНОВА, С. *Социальнопсихологическая адаптация личности: теоретическая модель и диагностика / С.А. Ларионова. – Белгород, 2002. – 200 с., с. 93 ISBN 5-233-00299-X*

153.ЛЕНУАР, Р., МЕРЛЬЕ, Д., ПЭНТО, Л., ШАМПАНЬ, П. *Начало практической социологии. Перевод с французского. — Издание 2-е, исправленное и дополненное. — М.: Институт экспериментальной социологии; СПб.: Алетейя, 2001. — (Gallicinium), С.- 41-43. ISBN 5-89329-363-0*

154.ЛЕОНОВА, Е. *Проблема социально психологической адаптации детей и молодежи в условиях непрерывного образования/Е.В.Леонова//Мат.V Междунар.научно-практ. конф. «Человек-Образование-Профессия»: 6-8 июля 2009 года.- М.:ПИ РАО, МГППУ, 2009. - с. 24-27 (без данных)*

- 155.ЛЕОНТЬЕВ, В. Мотивация и психологические механизмы ее формирования/ «Новосибирский полиграфкомбинат», 2002,- 264 с. ISBN 5-94023-037-7
- 156.ЛИЧКО, А. *Психопатии и акцентуации характера у подростков*. Изд. 2-е доп. и перераб., Л.: Медицина, 1983. 236 с. ISBN 978-5-9268-0828-6.
- 157.Личность и ее взаимодействие с социальной средой / Н. И. Сарджвеладзе; АН ГССР, Ин-т психологии им. Д. Н. Узнадзе. - Тбилиси : Мецниереба, 1989. - 204 с. ISBN 5-520-00224-X
- 158.Личность, психическая адаптация и творчество / А. А. Налчаджян. - Ереван : Луйс, 1980. - 264 с. ISBN 5-88711-038-4
- 159.ЛОГУТОВА, Е., ТУНИНА, Л. Психологические особенности адаптации призывников к службе из полных и неполных семей/АНИ: педагогика и психология. 2017. Т. 6. №2 (19)., С.272-275. ISSN 2309-1754
- 160.ЛОСКУТОВ, В. Формирование психологической готовности школьников к службе в Вооруженных Силах СССР : Автореф. дис. канд. психол. наук. М., 1991.- 20 с. (без данных)
- 161.ЛУНЯКА, А. Особенности проблемы социально– психологической адаптации военнослужащих по контракту //Научный форум: Педагогика и психология: сб. ст. по материалам XXVI междунар. науч.-практ. конф. – № 2(26). – М.: Изд. «МЦНО», 2019. – 68 с. ISSN 2542-1263
- 162.МАКЛАКОВ, А. *Военная психология*. Питер, 2004. 463 с. ISBN 978-5-7695-3569-7
- 163.МАКЛАКОВ, А. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. Т. 22. 2001. №1. с. 16-24. ISSN 0205-9592
- 164.МАКЛАКОВ, А. *Общая психология : учебное пособие для студентов вузов и слушателей курсов психологических дисциплин / А. Г. Маклаков. - Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2017. - 582 с. : ил. - (Учебник для вузов) ISBN 978-5-496-00314-8*
- 165.МАКЛАКОВ, А. Основы психологического обеспечения профессионального здоровья военнослужащих// Автореф. Дис. ... д-ра психологических наук. СПб.: СПбГУ, 1996, 37с. (без данных)
- 166.МАКЛАКОВ, А., ЧЕРМЯНИН, С. Психологическое прогнозирование в экстремальных условиях деятельности/Вестник СПбГУ. Сер. 12, 2009, вып. 4., С.12-17. ISSN 2541-9668
- 167.МАЛКИНА-ПЫХ, И. *Возрастные кризисы. Справочник практического психолога*. М.: Эксмо, 2005. 896с. ISBN 5-699-09766-X

- 168.МАЛКИНА-ПЫХ, И. Справочник практического психолога. Издательство: Эксмо, 2010. 848 с. ISBN 5-699-01577-9
- 169.МАМОНТОВ, Ю. *Общественная ценность армии*. Армия и общество. М.: прогресс, 1990, с.213 -234. ISBN 5-7921-0630-4
- 170.МАРИЦУК, В. *Свойства личности и их характеристика в общей военной и спортивной психологии*. СПб.: ВИФК, 1996. 162 с. ISBN 985-6827-10-8
- 171.Методика многостороннего исследования личности [Текст] : структура, основы интерпретации, некоторые области применения / Ф. Б. Березин, М. П. Мирошников, Е. Д. Соколова. - 3-е изд. (испр. и доп.). – Москва., 2011. - 318 с. : ил., табл.; 22 см. ISBN 978-5-9903210-1-4
- 172.*Многоуровневый личностный опросник “Адаптивность” (МЛО-АМ) А.Г.Маклакова и С.В.Чермянина / Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. Ред. и сост. Райгородский Д.Я. – Самара: Бахрах-М, 2001. С. 549-558 ISBN 5-89570-005-5*
- 173.*Многоуровневый личностный опросник “Адаптивность” (МЛО-АМ) А.Г.Маклакова и С.В.Чермянина / Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности. Под ред. Г.С.Никифорова, М.А.Дмитриевой, В.М.Снеткова – СПб., 2001. С.127-129, 138-141. ISBN 5-9268-0161-3*
- 174.МУХАМЕТЖАНОВ, А. Оценка заболеваемости военнослужащих срочной службы // *Фундаментальные исследования*. – Караганда, Казахстан. – 2012. – № 1–8. – С. 11–115 ISSN 1812-7339
- 175.МУХАМЕТЖАНОВ, А., СМАГУЛОВ, Н., ЖАУТИКОВА С., УМЕР, Ф., ЖИЕНБАЕВА, К.М. Актуальные вопросы адаптации военнослужащих срочной службы к военно-профессиональной деятельности // *Фундаментальные исследования*. – Караганда, Казахстан. - 2013. – № 7-2. – С. 436-439 ISSN 1812-7339
- 176.НАЛЧАДЖЯН, А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии / А. А.Налчаджян. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Эксмо, 2010. — 368 с. — (Психологическое образование). С.33-87. ISBN 978-5-699-36228-8
- 177.НЕРОНОВА, О. Специфика адаптации военнослужащих к службе в армии // *Воронежский Гос.Универ.*, 2012 №4 С.159 ISSN 1680-5755
- 178.Общение с собой : начала психологии активности / Л. П. Гримак. М.: Либроком, 2009. — 233 с. — 3-е изд. ISBN 978-5-397-00772-6
- 179.Общение как фактор воспитания школьников [Текст] / А. В. Мудрик. - Москва : Педагогика, 1984, №4 - 111 с. ISSN 0131-6826

- 180.ОВДЕЙ, С. Проблемы социальной психологической и профессиональной адаптации молодых учителей: Автореф.дис. ..канд.наук Л., 1978. Опыт использования полиграфа в профилактике и раскрытии преступлений в ГУВД Краснодарского края. — Краснодар, 1998., 84с. (без данных)
- 181.ОСНИЦКИЙ, А. Проблемы психического здоровья и адаптации личности. М.: Серебряный век, 2004. 384с., с.125-129 ISBN 5-902238-06-4
- 182.Основные вызовы демографической безопасности: сходства и различия в Молдове и Беларуси/Acad.de Științe a Rep. Moldova – Ch.:1 E.P Știința, 2010. - 296р. ISSN 1857-0461
- 183.ПЕПЕЛЕВ, В.Проблемы становления личности в армейской среде /Развитие личности в культурно-образовательном пространстве: Сб. ст. по мат-лам регион, конф. (апрель 2000 г.). / Отв. ред. Н.А.Коваль. Тамбов: Изд-во Тамб. ун-та. ISBN 978-5- 238-02549-0
- 184.ПЕТРОВА, А., ШЕЛЕПОВА, М. Профессиональная адаптация молодых специалистов ОВД// Психопедагогика в правоохранительных органах, 2011, №3 (46), С.-29. ISSN 1999-6241
- 185.ПЕТРОВСКАЯ, Л. Теоретические и методические основы социально-психологического тренинга : диссертация ... доктора психологических наук : 19.00. - Москва, 1985. - 357 с. (без данных)
- 186.ПЕТРОВСКИЙ, В Психология неадаптивной активности/ Российский открытый университет. – М.: ТОО «Горбунок», 1992. – 224с. ISBN 5-88276-006-1
- 187.ПЕТРУШИН, С. Психологический тренинг в многочисленной группе/ С.В. Петрушин – М.; Екатеринбург: Деловая книга, 2000 – 256 с. ISBN 5-8291-0213-7
- 188.ПЛЯСКИНА, Т. Клинико-диагностические характеристики психических нарушений у военнослужащих срочной службы по призыву: Дисс.канд.мед.Наук. Москва., 2007., 220с. (без данных)
- 189.ПОДБОРСКИ, А. Современные тенденции исследования семьи в транзитивном обществе в социальной психологии. In: Preocupări contemporane ale științelor socioumane. Ediția a X-a , 5-6 decembrie 2019, Chișinău. Chișinău, 2019: "Print-Caro" SRL, 2019, pp. 108-114. ISBN 978-9975-3371-7-5
- 190.Подготовка старшеклассников к семейной жизни: тесты, опросники, ролевые игры : Кн. для учителя / С. В. Ковалев. - М. : Просвещение, 1991. - 143 с.; 20 см. - (ПНШ. Психол. наука - шк.) ISBN 5-09-001761-1

- 191.ПОРТНОВА, А. Возрастная динамика индивидуальных и личностных характеристик учащихся в связи с адаптацией Текст/А.Г.Портнова:дис. ...канд.психол.наук.: - СПб., 2001.- 191с. (без данных)
- 192.Практикум по социально-психологическому тренингу / Под ред. Б.Д. Парыгина. - 3. изд., испр. и доп. - СПб. : Изд-во Михайлова В.А., 2000. - 350 с. ISBN 985-13-0078-3
- 193.Профессиональная адаптация военнослужащих по призыву в воинских частях и подразделениях Воздушно-космических сил Вооруженных сил России : монография / А. В. Леопа, В. А. Корытков. – Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2016. – 254 с. ISBN 978-5-7638-3527-4
- 194.Профилактика дизадаптогенеза личности детей с ограниченными возможностями здоровья [Текст] / Н. Л. Коновалова ; Санкт-Петербургский гос. ун-т. - Санкт-Петербург : Изд-во С.-Петербургского ун-та, 2009. – 184 с. ISBN 5-288-02883- 4
- 195.Профессиональная психология личности/ Л.Н. Корнеева. – Москва// Психологические основы профессиональной деятельности : хрестоматия/ сост. В.А. Бодров. – Москва : Пер. Сэ: Логос, 2007. – 310 с. ISBN 5-89570-005-5
- 196.Психологическая адаптация : механизмы и стратегии / А. А. Налчаджян. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Эксмо, 2010. - 368 с. ISBN 978-5-699-36228-8
- 197.Психология адаптации личности. / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. — СПб.: Прайм-Еврознак, 2008. – 480 с. ISBN 978-5-93878-716-2
- 198.Психология адаптирующейся личности : Монография / С.Т. Посохова; Рос. гос. пед. ун-т им. А.И. Герцена. - СПб. : Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2001. - 240 с. : ил., табл.; 20 см.; ISBN 5-8064-0473-0
- 199.Психология в схемах и таблицах [Текст] : учебное пособие для студентов образовательных учреждений высшего образования, обучающихся по укрупненной группе направлений 39.00.00 "Социология и социальная работа", 44.00.00 "Образование и педагогические науки" / А. М. Руденко, Л. Э. Кузнецова, Л. А. Волкова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2018. - 379, [1] с. : ил., табл.; 20 см. - (Серия "Зачет и экзамен"). ISBN 978-5-222-30546-1
- 200.Психология воинского коллектива [Текст] / А. В. Барабанщиков, А. Д. Глоточкин, Н. Ф. Феденко, В. В. Шеляг. - Москва : Воениздат, 1967. - 252 с. (без данных)
- 201.САНДОМИРСКИЙ, М. Психосоматика и телесная психотерапия: практическое руководство М.: Независимая фирма «Класс», 2005, - 592 с.. ISBN 5-86375-059-6

202. Психология неадаптивной активности [Текст] / В. А. Петровский. - Москва : ТОО "Горбунок", 1992. - 223 с. ISBN 5-88276-006-1

203. Психология социализации и социальной адаптации человека : [теорет. и эмпирич. анализ ключевых проблем психологии социализации] / С. И. Розум. - Санкт-Петербург : Речь, 2006 (СПб. : Типография "Наука"). - 366 с. ISBN 5-01-001606-0.

204. Психология экстремальных ситуаций и состояний [Текст] : учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению подготовки (специальности) 37.05.01 "Клиническая психология" ФГОС ВО / Т. В. Рогачева, Г. В. Залевский, Т. Е. Левицкая ; М-во образования и науки Российской Федерации, Нац. исслед. Томский гос. ун-т. - Томск : Изд. дом Томского гос. ун-та, 2015. - 274 с. ISBN 978-5-94621-442-1

205. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия / Сост. А.Е. Тарас, К.В. Сельченко. - М.: АСТ, Мн.: Харвест, 2002, 480с. ISBN S-699-07805-3

206. Психосоциальная реабилитация в психиатрии и неврологии. Методологические и организационные аспекты / сост. Н. М. Залуцкая ; под общ. ред. Н. Г. Незнанова. — Санкт-Петербург : СпецЛит, 2017. — 600 с. ISBN 978-5-299-00911-8

207. РЕАН, А. Психология и психодиагностика личности : теория, методы, исслед., практикум : арсенал практического психолога / А. А. Реан. - Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак, 2006 (М.: ФГУПП Детская книга). - 255 с.: ил., табл.; 21 см. - (Психология - лучшее: проект). ISBN 5-93878-209-0

208. РЕМШМИДТ, Х. Подростковый и юношеский возраст : Пробл. становления личности / Х. Ремшмидт; Пер. с нем. Г. И. Лойдиной; Под ред. Т. А. Гудковой. - М. : Мир, 1994. - 319 с. : ил.; 21 см.; ISBN 5-03-002998-2

209. РОМАНОВА, Е., СЫТЬКО, Т. Проективные графические методики. Методические рекомендации. В 2-х частях. - С-Пб., 1992 (без данных)

210. Руководство практического психолога: психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте/ под ред. И.В.Дубровиной.- М.: Академия, 1997. – 128 с. ISBN 5-7695-0157-X

211. РУСНАК, С., АЛЛАЛИ, А. Обзор исследований роли эмоциональности в психосоциальной адаптации студентов к университетской среде. In: Preocupări contemporane ale științelor socio-umane. Ediția a VII-a , 8-9 decembrie 2016, Chișinău. Chișinău, 2017: "Print-Caro" SRL, 2016, pp. 317-324. ISBN 978-9975-108-27-0

212.РЫБАЛКО, Е. Возрастная и дифференциальная психология [Текст] Е.Ф.Рыбалко.- СПб.:Питер, 2001. - 224с. ISBN 5-318-00252-8.

213.СВИРИДОВ, Н. Социальная адаптация личности в трудовом коллективе : автореф. дис. ... канд. фил. наук / Н. А. Свиридов. – Л., 1974. – 19 с.

214.СВИРИДОВА, Н. Мотивационные детерминанты психологической активности субъекта профессионального самоопределения / Тезисы IV Съезда РПО, 2007

215.СЕЛИН, В., Соотношение операциональных и личностных показателей значимых для эффективности трудовой деятельности в условиях крайнего севера: Автореф.дис. ...канд. наук. М., 1990, 213с.

216.СЕМЯНИЦЕВА, П. Психологические ресурсы преодоления стресса в ситуации отраслевых организационных изменений (на контингенте военнослужащих) [Текст] /П.А. Семяничева// Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. – 2013. – № 1 – С. 123–135 ISSN 0137-0936

217.СЕНОКОСОВ, Ж. Социально-психологическая адаптация к воинской службе: автореф. дис.канд.психол.наук.-М.,1989.-22с.

218.СЕНОКОСОВ, Ж. *Социально-психологическая адаптация молодых солдат к воинской службе*: дис. канд-та психол-их наук. М.: ВПА, 1998. 264 с.

219.СИТМБЕТОВ, Д. Исследование и оптимизация адаптации военнослужащих, проходящих службу по призыву в течении одного года, к условиям военно-профессиональной деятельности: дис. ...канд. мед.наук. Саратов., 2011

220.Синдром выгорания: диагностика и профилактика/ Н. Водопьянова, Е. Старченкова.: Питер, 2008. - 336 с. ISBN 978-5-91180-891-4

221.СМИРНОВ, А. Установки допризывной молодежи на прохождение военной службы по призыву (по материалам Ивановской области)//Вестник Нижегородского ун-та им. Н.И.Лобачевского.Серия «соц.Науки».-2011.-№4 (24). – С.60-67 ISSN 2412-8953

222.СОБЧИК, Л. *СМИЛ. Стандартизированный многофакторный метод исследования личности*. СПб.: Речь, 2009.- 224 с. ISBN 5-9268-0033-1

223.СОБЧИК, Л. *Стандартизированный многофакторный метод исследования личности, СМИЛ*. СПб.: Речь, 2000. 219 с. ISBN 5-9268-0448-5

224.Современная военная психология: Хрестоматия/Сост. А.А. Урбанович. - Мн.: Харвест, 2003. – 576с. – (Библиотека практической психологии). ISBN 985-13-1771-3

225.СОРОКО С., АЛДАШЕВА А. Индивидуальные стратегии адаптации человека в экстремальных условиях // Физиология человека. 2012. Т. 38, № 6. С.5-6 ISSN 0131-1646

226. Социальная адаптация: теоретические и прикладные аспекты/ П.А.Чукреев, Вестник Бурятского Государственного Университета, 2010 №6 С.-172-177 ISSN 2307-3330
227. Социальная система [Текст] : [перевод с английского] / Талкотт Парсонс. - Москва: Акад. проект, 2018. - 529, [1] с. ISBN 978-5-8291-2255-3
228. Социальная психология [Текст]: учебное пособие / В. П. Каширин ; АНО ВО "Российский новый ун-т". - 2-е изд. - Москва: РосНОУ, 2016. - 200 с. ISBN: 978-5-4458-3613-1
229. Социально-психологическая адаптация личности: теоретическая модель и диагностика / С. А. Ларионова. - Белгород, 2002. – с. 11 ISBN 978-5-8064-1652-1
230. ТОЧИЛОВ, К. Физиологические основы трудового процесса [Текст]. - Ленинград : [б. и.], 1966. - 31 с. (без данных)
231. ГУЗОВА, О. Зависимость успешности адаптации к деятельности в особых условиях от социально-психологических характеристик личности военнослужащих. ... канд.психол.наук. Саратов, 2006. -187с.
232. УДАЛЬЦОВА, М. Транзитивное общество и его проблемы//Проблемы социального взаимодействия в транзитивном обществе. Новосибирск, 1999., С.3-10 ISBN 978-5-16011285
233. ФЕТИСКИН, Н., КОЗЛОВ, В., МАНУЙЛОВ, Г. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М. Изд-во Института Психотерапии. 2002., 490 с. ISBN: 5-89939-086-7
234. Формирование технических способностей у школьников : Кн. для учителя / Е. С. Рапацевич. - Минск : Нар. асвета, 1987. - 95, [1] с. ISBN 985- 6035-06-6:
235. Физиология развития ребенка : руководство по возрастной физиологии : учебное пособие / [М. М. Безруких и др.] ; под ред.: М. М. Безруких, Д. А. Фарбер. - Москва : Изд-во Московского психолого-социального ин-та ; Воронеж : МОДЭК, 2010. - 766, [1] с. ISBN 978-5-9770-0358-2
236. ЧАЙКА, В. Социально психологическая адаптация офицеров, увольняемых в запас, к трудовой деятельности; дис... канд.психол.наук.- М., 2000.-196с. (без данных)
237. ЧЕРВЯКОВА, В. Психологические особенности военнослужащих с нарушениями адаптации/ Владивосток: Тихоокеанский государственный медицинский университет, 2016. — Вып. 1. — С. 23-25. ISSN 1609-1175
238. ЧЕРНОРУЦКАЯ, В., НАУМЛЮК, А. Социальная, профессиональная и психологическая адаптация военнослужащих. Работа должностных лиц подразделения по

созданию условий для адаптации военнослужащих// Вольский военный институт материального обеспечения...канд.психол.наук. Вольск, 2015.

239.ЧИХАЧЕВ, М. Психологическая адаптация в исследованиях военных психологов/Сибирский педагогический журнал №3/2013. С.-269-272 ISSN: 1813-4718

240.ЧЫОНГ, Т. Военно-профессиональная направленность личности и ее формирование у курсантов военных училищ Вьетнамской Народной Армии : Автореф. дис. канд. психол. наук.- М.,1989.- 22 с.

241.ШАВЕРДЯН, Г. Основы психотерапии / Г.М. Шавердян. – Санкт-Петербург : Питер, 2007. – 208 с. ISBN 978-5-91181-823-4

242.ШАПЕЕВ, А. Становление субъектности в период перехода к юношескому возрасту как предмет содействия развитию старшеклассника [Текст] / А.С.Шапеев // Социально-психологические проблемы ментальности/менталитета. – 2014. – № 11. – С. 250-255 ISSN 2311-1283

243.ШЛЫКОВА, Д. Полнота семьи как фактор адаптации детей к школе/Вестник Нижегородского университета им. Н.И.Лобачевского. Серия: Социальные науки, 2017, №2(46) С.101-107 ISSN: 1811-5942

244.ШПАК, Л. Социокультурная адаптация: сущность, направление, механизмы реализации: Дис. ...д-ра социол. Наук. Кемерово, 1992., 398 с.

245.AYCOCK, W. *The Teller and the Tale: Aspects of the Short Story*. Lubbock: Texas Tech Press, 1982., 265 p. ISBN 0896721000.

246.BARNO D., BENSANEL N., *Adaptation under fire: How militaries change in wartime*, 2020., 407p. ISBN-13: 978-0190672058

247.BRET A. MOORE, A., JEFFREY A. BARNET, *Military Psychologist's desk reference* 1st edition, 2015., 321p. ISBN: 978-0199928262

248.BRET A., MOORE, A. JONGSMA Jr., *The Veterans and Active Duty Military Psychotherapy Treatment Planner, with DSM-5 Updates (Practice Planners)* 1st Edition, 2014. 268p. ISBN: 978-1119063087

249.CARRIE, H., KENNEDY, E., ZILLMER, A., *Military Psychology, Second edition: Clinical and operational applications* second edition, 2012. 391p. ISBN: 978-1462506491

250.CARVER, C., SCHEIER, M., WEINTRAUNB, J. *Assessing coping strategies; a theoretically based approach*. In: *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989, nr. 5. 156 p. ISSN 2077-1444

- 251.CAUNENCO, I. GAȘPER, L. The system of values and perception of time in the transitional society: socio-psychological issues and perspectives. In: *Economie și Sociologie*. 2019, nr. 2, pp. 94-103. ISSN 1857-4130
- 252.COOPER, C. *Well-being and occupational health in the 21- st century workplace*. In: *Journal of Occupational and Organizational Psychology*. 2001, vol.34, pp.67-77. ISBN 0-471-89276-9
- 253.DAVID, J., BERGHIUS, A., JONGSMA, A. Jr., *The Veterans and Active Duty Military Psychotherapy Progress Notes Planner 1st Edition*, 2010., 385p.ISBN: 978-0470440971
- 254.DAWIS, R., ENGLAND, G., LOFQUIST, L. *A Theory of Work Adjustment*. In: *Minnesota Studies in vocational rehabilitation*. XV, 1964., 244, pp. ISSN 0214-9877
- 255.EDSTROM, H., WESTBERG, J., *Military strategy of great powers: Managing power asymmetry and structural change in the 21st century*, 2021., 304p. ISBN 9780367743192
- 256.FRANKL, V. *Man's search for ultimate meaning*, 2000. 208 p. ISBN-10 0738203548
- 257.FREUD, A. *Das ich und die Abwehr mechanismen*. L.,1946.235 p.25
- 258.GREGORY, B. *Contemporary Studies in Combat Psychiatry*. New York: Greenwood Press, 1987., 156 p. ISBN 031325513X
- 259.HALL, C., LINDSEY, G. *Theories of Personality*. New York: John Wiley and Sons, 1970. 59 p. ISBN 0471303429
- 260.HOBFOLL, St., PEKRUN, R. *Anxiety, stress, and coping*. In: *International Journal*, Harwood Academic Publishers. 1999, vol. 12, nr. 2, pp. 36- 48. ISSN 1061-5806.
- 261.HUTCHEAN L., *A theory of adaptation*, 2012. 304p. ISBN 9780415539388
- 262.JOHN T. BENNET, *Think tank calls budget cuts an opportunity to military reform*, 2012
- 263.KINCANNON, I. *Prediction of standard MMPI scale scores from 71 items: The Mini-Mult. – J. Consult. Clin. Psychol.*, 1968., v. 32, p. 319-325.
264. KELLY, G., *A theory of personality*, Publisher: W. W. Norton, 1963.,202p.ISBN: 9780393001525
- 265.KOBASA, S., MADDI, S., KAHN, S. *Hardiness and health a prospective study*. In: *Journal of Personality and Social Psychology*. 1982., 42(1), pp.168-177. ISBN 1-55798-620-7.
- 266.LAZARUS, R. *Patterns of adjustment and human effectiveness*. N.Y.,1969., 680 p. ISBN 0070367957.
- 267.MASLOW, A. *Motivation and personality*. Harper, 1954., 165 p. ISBN 0060442417
- 268.MICHAEL, D. MATTHEWS *The Oxford Handbook of Military Psychology/ SAGE Publications Ltd; 1st edition*, 2011., 1496p. ISBN-10: 0857025201

- 269.MILKOVICI, G., BOUDREAU, J. *Human Resource Management*. Boston: Sixth Edition Irwin, 1991., 261 p. ISBN 9781503603912
- 270.PETERSON, C., SELIGMAN, M. *Character strengths and virtues: a handbook and classification*. Oxford University Press, 2004. 56 p. ISBN 978-0-19-516701-6
- 271.PHILIPS L. *Human adaptation and his failures*. Academic Press, N-Y&London, 1968
- 272.RAPHAEL D. MARCUS, *Israel's long war with Hezbollah: Military innovation and adaptation under fire* hardcover, 2018., 320p. ISBN: 1626166102
273. ROBERT R. SINCLAIR, THOMAS W. BRITT, *Building psychological resilience in military personnel: Theory and Practice*, 2013. 268p. ISBN: 978-1-4338-331-3
- 274.ROBU, V. RUSNAC, S. CARANFIL, N. *Academic Motivation Scale: Adaptation and psychometric analyses for Romanian high school students*. In: *Contemporary methodological guidelines and practices in social sciences*. Chişinău: "Print-Caro" SRL, 2019., pp. 17-18. ISBN 978-9975-56-693-3.
- 275.SELIGMAN, M. *Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York: Simon and Schuster, 2002., 275 p. ISBN 0743222989
- 276.STEPHEN V. BOWLES, PAUL T. BARTONE, *Handbook of Military Psychology: Clinical and Organizational Practice* 1st Edition, 2017. 591p. ISBN: 978-3319881911
- 277.TOMAS L. *The Oxford handbook of adaptation Studies*, 2017., 318 p. ISBN 978 0199331000
- 278.WILIAMS E. *Screen Adaptation: Beyond the Basics*, 2017. 302p. ISBN 9781315669410
- 279.WILIAMS, R., SMITH, B. *The American Soldier*. Princeton University Press, 1950., 965 p. ISBN 0891260358
- 280.WILLIAMSON, M. *Military Adaptation in War, with fear of change*, 2011. 340p. ISBN-13: 978-1107006591
- 281.https://uploads.habitat3.org/hb3/Raport_Habitat_III__rus.pdf _____Национальный доклад Республики Молдова для Конференции Организации Объединенных Наций НАВИТАТ III, 2016
- 282.<http://statbank.statistica.md/pxweb/ro/>

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1. Методики диагностики личностных характеристик

МНОГОФАКТОРНЫЙ ОПРОСНИК ДЛЯ ИССЛЕДОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ СМОЛ.

Опросник содержит 71 утверждение и 11 шкал: первые 3 оценочные шкалы измеряют искренность испытуемого, степень достоверности результатов тестирования и величину коррекции, вносимую чрезмерной осторожностью; остальные 8 шкал являются базисными и оценивают свойства личности.

Инструкция: Сейчас вы ознакомитесь с утверждениями, касающимися состояния вашего здоровья и вашего характера. Прочитайте каждое утверждение и решите, верно оно или неверно по отношению к вам. Не тратьте времени на раздумывание. Наиболее естественно то решение, которое первым приходит в голову.

Текст опросника.

1. У вас хороший аппетит?
2. По утрам вы обычно чувствуете, что выспались и отдохнули.
3. В вашей повседневной жизни масса интересного.
4. Вы работаете с большим напряжением.
5. Временами вам приходят в голову такие нехорошие мысли, что о них лучше не рассказывать.
6. У вас очень редко бывает запор.
7. Иногда вам очень хотелось навсегда уйти из дома.
8. Временами у вас бывают приступы неудержимого смеха или плача.
9. Временами вас беспокоит тошнота и позывы на рвоту.
10. У вас такое впечатление, что вас никто не понимает.
11. Иногда вам хочется выругаться.
12. Каждую неделю вам снятся кошмары.
13. Вам труднее сосредоточиться, чем большинству людей.
14. С вами происходили (или происходят) странные вещи.
15. Вы достигли бы в жизни гораздо большего, если бы люди не были настроены против вас.
16. В детстве вы одно время совершали кражи.
17. Бывало, что по несколько дней, недель или целых месяцев вы ничем не могли заняться, потому что трудно было заставить себя включиться в работу.

18. У вас прерывистый и беспокойный сон.
19. Когда вы находитесь среди людей, вам слышатся странные вещи.
20. Большинство знающих вас людей не считают вас неприятным человеком.
21. Вам часто приходилось подчиняться кому-нибудь, кто знал меньше вас.
22. Большинство людей довольны своей жизнью более, чем вы.
23. Очень многие преувеличивают свои несчастья, чтобы добиться сочувствия и помощи.
24. Иногда вы сердитесь.
25. Вам определенно не хватает уверенности в себе.
26. У вас часто бывает чувство, как будто вы сделали что-то неправильное или нехорошее.
27. У вас может ухудшиться самочувствие и здоровье, если люди критикуют вас, требуют от вас слишком многого.
28. Обычно вы удовлетворены своей судьбой.
29. Некоторые так любят командовать, что вам хочется все сделать наперекор, хотя вы знаете, что они правы.
30. Вы считаете, что против вас что-то замышляют.
31. Большинство людей способно добиваться выгоды не совсем честным путем.
32. Вас часто беспокоит желудок.
33. Часто вы не можете понять, почему накануне вы были в плохом настроении и раздражены.
34. Временами ваши мысли текли так быстро, что вы не успевали их высказывать.
35. Вы считаете, что ваша семейная жизнь не хуже, чем у большинства ваших знакомых.
36. Временами вы уверены в собственной бесполезности.
37. В последние годы ваше самочувствие было в основном хорошим.
38. У вас бывали периоды, во время которых вы что-то делали и потом не могли вспомнить, что именно.
39. Вы считаете, что вас часто незаслуженно наказывали,
40. Вы никогда не чувствовали себя лучше, чем теперь.
41. Вам безразлично, что думают о вас другие.
42. С памятью у вас все благополучно.

43. Вам трудно поддерживать разговор с человеком, с которым вы только что познакомились.

44. Большую часть времени вы чувствуете общую слабость.

45. У вас редко болит голова.

46. Иногда вам бывало трудно сохранить равновесие при ходьбе.

47. Не все ваши знакомые вам нравятся.

48. Есть люди, которые пытаются украсть ваши идеи и мысли.

49. Вы считаете, что совершали поступки, которые нельзя простить.

50. Вы считаете, что вы слишком застенчивы.

51. Вы почти всегда о чем-нибудь тревожитесь.

52. Ваши родители часто не одобряли ваших знакомств.

53. Иногда вы немного сплетничаете.

54. Временами вы чувствуете, что вам необыкновенно легко принимать решения.

55. У вас бывает сильное сердцебиение, и вы часто задыхаетесь.

56. Вы вспыльчивы, но отходчивы.

57. У вас бывают периоды такого беспокойства, что трудно усидеть на месте.

58. Ваши родители и другие члены семьи часто придираются к вам.

59. Ваша судьба никого особенно не интересует.

60. Вы не осуждаете человека, который не прочь воспользоваться в своих интересах ошибками другого.

61. Иногда вы полны энергии.

62. За последнее время у вас ухудшилось зрение.

63. Часто у вас звенит или шумит в ушах.

64. В вашей жизни были случаи (может быть, только один), когда вы чувствовали, что на вас действуют гипнозом.

65. У вас бывают периоды, когда вы необычно веселы без особой причины.

66. Даже находясь в обществе, вы обычно чувствуете себя одиноко.

67. Вы считаете, что почти каждый может солгать, чтобы избежать неприятностей.

68. Вы чувствуете острее, чем большинство других людей.

69. Временами ваша голова работает как бы медленнее, чем обычно.

70. Вы часто разочаровываетесь в людях.

71. Вы злоупотребляли спиртными напитками.

К методике прилагается бланк, где на одной стороне фиксируются ответы испытуемого. Если испытуемый согласен с утверждением, то в клетке с номером вопроса он ставит знак «+» («да», «верно»), если не согласен – знак «-» («нет», «неверно»). На обратной стороне бланка экспериментатор строит профиль личности испытуемого с учетом значения шкалы коррекций, добавляя к указанным в бланке шкалам соответствующее значение шкалы коррекции. Таблица этих значений приведена на бланке.

Значение шкалы К добавляется к базисным шкалам № 1,4, 7,8,9.

Например: если по шкале К получено 9 баллов, то к значению шкалы №1, исходя из таблицы, добавляют 5 баллов, к значению шкалы № 4 – 4 балла, к значениям шкал № 7 и № 8 по 9 баллов, к значению шкалы № 9 – 2 балла.

Описание шкал.

Шкала лжи (L) – оценивает искренность испытуемого.

Шкала достоверности (F) – выявляет недостоверные ответы: чем больше значение по этой шкале, тем менее достоверны результаты.

Шкала коррекции (K) – сглаживает искажения, вносимые чрезмерной осторожностью и контролем испытуемого во время тестирования. Высокие показатели по этой шкале говорят о неосознанном контроле поведения. Шкала (K) используется для коррекции базисных шкал, которые зависят от ее величины.

Базисные шкалы.

1-я шкала (Hs) — *«Сверхконтроль»*. Личностные особенности, выявляемые этой шкалой, связаны с подверженностью следованию определенным инструкциям, правилам, директивам, избыточным вниманием к функционированию своего организма;

2-я шкала (D) — *«Пессимистичность»*. Эта шкала выявляет ощущения тоски, неудовлетворенности, депрессии.

3-я шкала (Hu) — *«Эмоциональная лабильность»*. В рамках этой шкалы прослеживается неустойчивость эмоциональных состояний индивидов.

4-я шкала (Pd) — *«Импульсивность»*. Данная шкала характеризует высокую поисковую активность личности, тенденцию к противодействию внешнему давлению, склонность опираться на собственное мнение и побуждения.

6-я шкала (Pa) — *«Ригидность»*. Эта шкала отражает склонность к аккуратности, педантизму, прямолинейности и упорству в отстаивании своих позиций, соперничеству и застреванию на негативных переживаниях.

7-я шкала (Pt) — «Трещожность». Особенности, выявляемые по этой шкале, свидетельствуют о преобладании в личности пассивно-страдательной позиции, неуверенности в себе.

8-я шкала (Sc) — «Индивидуалистичность». Эта шкала выявляет обособленно-созерцательную личностную позицию, избирательность в контактах, субъективизм в оценках людей и явлений окружающей жизни.

9-я шкала (Ma) — «Оптимистичность». Выявление предриспозиции по данной шкале подчеркивает в личности, в первую очередь, активность позиции, высокий уровень оптимистичности и жизнелюбия, а также уверенность в себе.

Высокими оценками по всем шкалам, после построения профиля личности, являются оценки, превышающие 70. Низкими оценками считаются оценки ниже 40.

Опрос рекомендуется проводить индивидуально или в группе, при наличии у каждого испытуемого текста опросника и бланка для ответов, в присутствии экспериментатора, которому испытуемые могут задавать вопросы.

МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ «ПРОГНОЗ -1»

Инструкция: прочтите утверждение и дайте ответ «да» или «нет». На выполнение задания отводится 30 минут.

Тестовый материал:

1. Иногда мне в голову приходят такие нехорошие мысли, что лучше о них никому не рассказывать.
2. Запоры у меня бывают редко (или не бывают совсем).
3. Временами у меня бывают приступы смеха или плача, с которыми я никак не могу справиться.
4. Бывают случаи, что я не сдерживаю своих обещаний.
5. У меня часто болит голова.
6. Иногда я говорю неправду.
7. Раз в неделю или чаще я безо всякой видимой причины ощущаю жар во всем теле.
8. Бывало, что я говорил о вещах, в которых не разбираюсь.
9. Бывает, что я сержусь.
10. Теперь мне трудно надеяться на то, что я чего-нибудь добьюсь в жизни.
11. Бывает, что я откладываю на завтра то, что нужно сделать сегодня.

12. Я охотно принимаю участие в собраниях и других общественных мероприятиях.
13. Самая трудная борьба для меня – борьба с самим собой.
14. Мышечные судорога и подергивания у меня бывают редко (или не бывают совсем).
15. Иногда, когда я неважно себя чувствую, я бываю раздражительным.
16. Я довольно безразличен к тому, что со мной будет.
17. В гостях я держусь за столом лучше, чем дома.
18. Если мне не грозит штраф и машин поблизости нет, я могу перейти улицу там, где мне хочется, а не там, где положено.
19. Я считаю, что моя семейная жизнь такая же хорошая, как у большинства моих знакомых.
20. Мне часто говорят, что я вспыльчив.
21. В детстве у меня была такая компания, где все старались всегда и во всем стоять друг за друга.
22. В игре я предпочитаю выигрывать.
23. Последние несколько лет большую часть времени я чувствую себя хорошо.
24. Сейчас мой вес постоянен (я не полнею и не худею).
25. Мне приятно иметь среди своих знакомых значительных друзей, это как бы придает мне вес в собственных глазах.
26. Я был бы довольно спокоен, если бы у кого-нибудь из моей семьи были неприятности.
27. С моим рассудком творится что-то неладное.
28. Меня беспокоят сексуальные (половые) вопросы.
29. Когда я пытаюсь что-то сказать, то часто замечаю, что у меня дрожат руки.
30. Руки у меня такие же ловкие и проворные, как прежде.
31. Среди моих знакомых есть люди, которые мне не нравятся.
32. Думаю, что я человек обреченный.
33. Я ссорюсь с членами моей семьи очень редко.
34. Бывает, что я с кем-нибудь немного посплетничаю.
35. Часто я вижу сны, о которых лучше никому не рассказывать.
36. Бывает, что при обсуждении некоторых вопросов я особенно не задумываюсь, соглашаюсь с мнением других.
37. В школе я усваивал материал медленнее, чем другие.

38. Моя внешность меня в общем устраивает.
39. Я вполне уверен в себе.
40. Раз в неделю или чаще я бываю очень возбужденным или взволнованным.
41. Кто-то управляет моими мыслями.
42. Я ежедневно выпиваю необычно много воды.
43. Бывает, что неприличная или даже непристойная шутка вызывает у меня смех.
44. Счастливее всего я бываю, когда я один.
45. Кто-то пытается воздействовать на мои мысли.
46. Я люблю сказки Андерсена.
47. Даже среди людей я обычно чувствую себя одиноким.
48. Меня злит, когда меня торопят.
49. Меня легко привести в замешательство.
50. Я легко теряю терпение с людьми.
51. Часто мне хочется умереть.
52. Бывало, что я бросал начатое дело, так как боялся, что не справлюсь с ним.
53. Почти каждый день случается что-нибудь, что пугает меня.
54. К вопросам религии я отношусь равнодушно, она меня не занимает.
55. Приступы плохого настроения бывают у меня редко.
56. Я заслуживаю сурового наказания за свои поступки.
57. У меня были очень необычные мистические переживания.
58. Мои убеждения и взгляды непоколебимы.
59. У меня бывают периоды, когда из-за волнения я теряю сон.
60. Я человек нервный и легковозбудимый.
61. Мне кажется, что обоняние у меня такое же, как и у других (не хуже).
62. Все у меня получается плохо, не так, как надо.
63. Я почти всегда ощущаю сухость во рту.
64. Большую часть времени я чувствую себя усталым.
65. Иногда я чувствую, что близок к нервному срыву.
66. Меня очень раздражает, что я забываю, куда кладу вещи.
67. Я очень внимательно отношусь к тому, как я одеваюсь.
68. Приключенческие рассказы мне нравятся больше, чем рассказы о любви.
69. Мне очень трудно приспособиться к новым условиям жизни, работы, переход к любым новым условиям жизни, работы, учебы кажется невыносимо трудным.

70. Мне кажется, что по отношению именно ко мне особенно часто поступают несправедливо.

71. Я часто чувствую себя несправедливо обиженным.

72. Мое мнение часто не совпадает с мнением окружающих.

73. Я часто испытываю чувство усталости от жизни, и мне не хочется жить.

74. На меня обращают внимание чаще, чем на других.

75. У меня бывают головные боли и головокружения из-за переживаний.

76. Часто у меня бывают периоды, когда мне никого не хочется видеть.

77. Мне трудно проснуться в назначенный час.

78. Если в моих неудачах кто-то виноват, я не оставляю его безнаказанным.

79. В детстве я был капризным и раздражительным.

80. Мне известны случаи, когда мои родственники лечились у невропатологов, психиатров.

81. Иногда я принимаю валериану, элениум и другие успокаивающие средства.

82. Среди моих близких родственников есть лица, привлекавшиеся к уголовной ответственности.

83. У меня были приводы в милицию.

84. В школе я учился плохо, бывали случаи, когда меня хотели оставить (оставляли) на второй год.

Интерпретация результатов.

Нервно-психическая неустойчивость тем больше, чем больше получено баллов. Полученный балл надо соотнести с условной шкалой НПУ: она в интервале от 1 до 10 пунктов. Чем больше значение пункта условной шкалы, тем больше нервно-психическая устойчивость (см. таблицу).

МНОГОУРОВНЕВЫЙ ЛИЧНОСТНЫЙ ОПРОСНИК

"АДАПТИВНОСТЬ"(МЛО-АМ)

Инструкция "Сейчас вам будет предложено ответить на ряд вопросов, касающихся некоторых особенностей вашего самочувствия, поведения, характера. Будьте откровенны, долго не раздумывайте над содержанием вопросов, давайте естественный ответ, который первым придет вам в голову. Помните, что нет "хороших" или "плохих" ответов. Если вы отвечаете на вопрос "Да", поставьте в соответствующей клетке регистрационного бланка знак "+" (плюс), если вы выбрали ответ "Нет", поставьте знак "-" (минус). Внимательно

следите за тем, чтобы номер вопроса анкеты и номер клетки регистрационного бланка совпадали. Отвечать нужно на все вопросы подряд, ничего не пропуская. Если у вас возникнут вопросы - поднимите руку”.

Текст опросника.

1. Бывает, что я сержусь.
2. Обычно по утрам я просыпаюсь свежим и отдохнувшим.
3. Сейчас я, примерно, так же работоспособен, как и всегда.
4. Судьба определенно не справедлива ко мне.
5. Запоры у меня бывают редко.
6. Временами мне очень хотелось покинуть свой дом.
7. Временами у меня бывают приступы смеха или плача.
8. Мне кажется, что меня никто не понимает.
9. Считаю, что, если кто-то причинил мне зло, я должен ему ответить тем же.
10. Иногда мне в голову приходят такие нехорошие мысли, что лучше о них никому не рассказывать.
11. Мне бывает трудно сосредоточиться на какой-либо задаче или работе.
12. У меня бывают очень странные и необычные переживания.
13. У меня отсутствовали неприятности из-за моего поведения.
14. В детстве я одно время совершал мелкие кражи.
15. Иногда у меня появляется желание ломать или крушить все вокруг.
16. Бывало, что я целыми днями или даже неделями ничего не мог делать, потому что никак не мог заставить себя взяться за работу.
17. Сон у меня прерывистый и беспокойный.
18. Моя семья относится с неодобрением к той работе, которую я выбрал.
19. Бывали случаи, что я не сдерживал своих обещаний.
20. Голова у меня болит часто.
21. Раз в неделю или чаще я без всякой видимой причины внезапно ощущаю жар во всем теле.
22. Было бы хорошо, если бы почти все законы отменили.
23. Состояние моего здоровья почти такое же, как у большинства моих знакомых (не хуже).
24. Встречая на улице своих знакомых или школьных друзей, с которыми я давно не виделся, я предпочитаю проходить мимо, если они со мной не заговаривают первыми.

25. Большинству людей, которые меня знают, я нравлюсь.
26. Я человек общительный.
27. Иногда я так настаиваю на своем, что люди теряют терпение.
28. Большую часть времени настроение у меня подавленное.
29. Теперь мне трудно надеяться на то, что я чего-нибудь добьюсь в жизни.
30. У меня мало уверенности в себе.
31. Иногда я говорю неправду.
32. Обычно я считаю, что жизнь - стоящая штука.
33. Я считаю, что большинство людей способны солгать, чтобы продвинуться по службе.
34. Я охотно принимаю участие в собраниях и других общественных мероприятиях.
35. Я ссорюсь с членами моей семьи очень редко.
36. Иногда я сильно испытываю желание нарушить правила приличия или кому-нибудь навредить.
37. Самая трудная борьба для меня - это борьба с самим собой.
38. Мышечные судороги или подергивания у меня бывают крайне редко (или почти не бывают).
39. Я довольно безразличен к тому, что со мной будет.
40. Иногда, когда я себя неважно чувствую, я бываю раздражительным.
41. Большую часть времени у меня такое чувство, что я сделал что-то не то или даже плохое.
42. Некоторые люди до того любят командовать, что меня так и тянет делать все наперекор, даже если я знаю, что они правы.
43. Я часто считаю себя обязанным отстаивать то, что нахожу справедливым.
44. Моя речь сейчас такая же, как всегда (не быстрее и не медленнее), нет ни хрипоты, ни невнятности.
45. Я считаю, что моя семейная жизнь такая же хорошая, как и большинства моих знакомых.
46. Меня ужасно задевает, когда меня критикуют или ругают.
47. Иногда у меня бывает такое чувство, что я просто должен нанести повреждение себе или кому-нибудь другому.
48. Мое поведение в значительной мере определяется обычаями тех, кто меня окружает.

49. В детстве у меня была такая компания, где все старались стоять друг за друга.
50. Иногда меня так и подмывает с кем-нибудь затеять драку.
51. Бывало, что я говорил о вещах, в которых не разбираюсь.
52. Обычно я засыпаю спокойно и меня не тревожат никакие мысли.
53. Последние несколько лет я чувствую себя хорошо.
54. У меня никогда не было ни припадков, ни судорог.
55. Сейчас масса моего тела постоянная (я не худею и не полнею).
56. Я считаю, что меня часто наказывали незаслуженно.
57. Я легко могу заплакать.
58. Я мало устаю.
59. Я был бы довольно спокоен, если бы у кого-нибудь из моей семьи были неприятности из-за нарушения закона.
60. С моим рассудком творится что-то неладное.
61. Чтобы скрыть свою застенчивость, мне приходится затрачивать большие усилия.
62. Приступы головокружения у меня бывают очень редко (или почти не бывают).
63. Меня беспокоят сексуальные (половые) вопросы.
64. Мне трудно поддерживать разговор с людьми, с которыми я только что познакомился.
65. Когда я пытаюсь что-то сделать, то часто замечаю, что у меня дрожат руки.
66. Руки у меня такие же ловкие и проворные, как и прежде.
67. Большую часть времени я испытываю общую слабость.
68. Иногда, когда я смущен, я сильно потею, и меня это раздражает.
69. Бывает, что я откладываю на завтра то, что должен сделать сегодня.
70. Думаю, что я человек обреченный.
71. Бывали случаи, что мне было трудно удержаться от того, чтобы что-нибудь не стащить у кого-либо или где-нибудь, например в магазине.
72. Я злоупотреблял спиртными напитками.
73. Я часто о чем-нибудь тревожусь.
74. Мне бы хотелось быть членом нескольких кружков или обществ.
75. Я редко задыхаюсь, и у меня не бывает сильных сердцебиений.
76. Всю свою жизнь я строго следую принципам, основанным на чувстве долга.
77. Случалось, что я препятствовал или поступал наперекор людям просто из принципа, а не потому, что дело было действительно важным.

78. Если мне не грозит штраф и машин поблизости нет, я могу перейти улицу там, где хочется, а не там, где положено.

79. Я всегда был независимым и свободным от контроля со стороны семьи.

80. У меня бывали периоды такого сильного беспокойства, что я даже не мог усидеть на месте.

81. Зачастую мои поступки неправильно истолковывали.

82. Мои родители и (или) другие члены моей семьи придираются ко мне больше, чем надо.

83. Кто-то управляет моими мыслями.

84. Люди равнодушны и безразличны к тому, что с тобой случится.

85. Мне нравится быть в компании, где все подшучивают друг над другом.

86. В школе я усваивал материал медленнее, чем другие.

87. Я вполне уверен в себе.

88. Никому не доверять - самое безопасное.

89. Раз в неделю или чаще я бываю очень возбужденным и взволнованным.

90. Когда я нахожусь в компании, мне трудно найти подходящую тему для разговора.

91. Мне легко заставить других людей бояться меня и, иногда, я это делаю ради забавы.

92. В игре я предпочитаю выигрывать.

93. Глупо осуждать человека, обманувшего того, кто сам позволяет себя обманывать.

94. Кто-то пытается воздействовать на мои мысли.

95. Я ежедневно выпиваю необычно много воды.

96. Счастливее всего я бываю, когда остаюсь один.

97. Я возмущаюсь каждый раз, когда узнаю, что преступник по какой-либо причине остался безнаказанным.

98. В моей жизни был один или несколько случаев, когда я чувствовал, что кто-то посредством гипноза заставляет меня совершать те или иные поступки.

99. Я очень редко заговариваю с людьми первым.

100. У меня никогда не было столкновений с законом.

101. Мне приятно иметь среди своих знакомых значительных людей, это как бы придает мне вес в собственных глазах.

102. Иногда без всякой причины у меня вдруг наступают периоды необычной веселости.

103. Жизнь для меня почти всегда связана с напряжением.
104. В школе мне было очень трудно говорить перед классом.
105. Люди проявляют по отношению ко мне столько сочувствия и симпатии, сколько я заслуживаю.
106. Я отказываюсь играть в некоторые игры, потому, что это у меня плохо получается.
107. Мне кажется, что я завожу друзей с такой же легкостью как и другие.
108. Мне неприятно, когда вокруг меня люди.
109. Как правило, мне не везет.
110. Меня легко привести в замешательство.
111. Некоторые из членов моей семьи совершали поступки, которые меня пугали.
112. Иногда у меня бывают приступы смеха или плача, с которыми никак не могу справиться.
113. Мне бывает трудно приступить к выполнению нового задания ли начать новое дело.
114. Если бы люди не были настроены против меня, я достиг бы в жизни гораздо большего.
115. Мне кажется, что меня никто не понимает.
116. Среди моих знакомых есть люди, которые мне не нравятся.
117. Я легко теряю терпение с людьми.
118. Часто в новой обстановке я испытываю чувство тревоги.
119. Часто мне хочется умереть.
120. Иногда я бываю так возбужден, что мне бывает трудно заснуть.
121. Часто я перехожу на другую сторону улицы, чтобы избежать встречи с тем, кого я увидел.
122. Бывало, что я бросал начатое дело, так как боялся, что не справлюсь с ним.
123. Почти каждый день случается что-нибудь, что пугает меня.
124. Даже среди людей я обычно чувствую себя одиноким.
125. Я убежден, что существует лишь одно-единственное правильное понимание смысла жизни.
126. В гостях я чаще сижу где-нибудь в стороне или разговариваю с кем-нибудь одним, чем принимаю участие в общих развлечениях.
127. Мне часто говорят, что я вспыльчив.

128. Бывает, что я с кем-нибудь посплетничаю.
129. Часто мне бывает неприятно, когда я пытаюсь предостеречь кого-либо от ошибок, а меня понимают неправильно.
130. Я часто обращаюсь к людям за советом.
131. Часто, даже тогда, когда для меня складывается все хорошо, я чувствую, что для меня все безразлично.
132. Меня довольно трудно вывести из себя.
133. Когда я пытаюсь указать людям на их ошибки или помочь, они часто понимают меня неправильно.
134. Обычно я спокоен, и меня нелегко вывести из душевного равновесия.
135. Я заслуживаю сурового наказания за свои поступки.
136. Мне свойственно так сильно переживать свои разочарования, то я не могу заставить себя не думать о них.
137. Временами мне кажется, что я ни на что не пригоден.
138. Бывало, что при обсуждении некоторых вопросов я, особо не задумываясь, соглашался с мнением других.
139. Меня весьма беспокоят всевозможные несчастья.
140. Мои убеждения и взгляды непоколебимы.
141. Я думаю, что можно, не нарушая закона, попытаться найти в нем лазейку.
142. Есть люди, которые мне настолько неприятны, что я в глубине души радуюсь, когда они получают нагоняй за что-нибудь.
143. У меня бывали периоды, когда из-за волнения я терял сон.
144. Я посещаю всевозможные общественные мероприятия, потому что это позволяет мне бывать среди людей.
145. Можно простить людям нарушение тех правил, которые они считают неразумными.
146. У меня есть дурные привычки, которые настолько сильны, что бороться с ними просто бесполезно.
147. Я охотно знакомлюсь с новыми людьми.
148. Бывает, что неприличная или даже непристойная шутка у меня вызывает смех.
149. Если дело идет у меня плохо, то мне сразу хочется все бросить.
150. Я предпочитаю действовать согласно собственным планам, а следовать указаниям других.

151. Люблю, чтобы окружающие знали мою точку зрения.

152. Если я плохого мнения о человеке или даже презираю его, я мало стараюсь скрыть это от него.

153. Я человек нервный и легко и возбудимый.

154. Все у меня получается плохо, не так как надо.

155. Будущее мне кажется безнадежным.

156. Люди довольно легко могут изменить мое мнение, даже если до этого оно казалось мне непоколебимым.

157. Несколько раз в неделю у меня бывает такое чувство, что должно случиться что-то страшное.

158. Большую часть времени я чувствую себя усталым.

159. Я люблю бывать на вечерах и просто в компаниях.

160. Я стараюсь уклониться от конфликтов и затруднительных положений.

161. Меня очень раздражает то, что я забываю, куда кладу вещи.

162. Приключенческие рассказы мне нравятся больше, чем рассказы любви.

163. Если я захочу сделать что-то, но окружающие считают, что этого делать не стоит, я могу легко отказаться от своих намерений.

164. Глупо осуждать людей, которые стремятся ухватить от жизни все, что могут.

165. Мне безразлично, что обо мне думают другие.

Итоговую оценку по шкале "Личностный адаптивный потенциал" можно получить путем простого суммирования сырых баллов по трем шкалам "нервно-психическая устойчивость", "коммуникативные способности", "моральная нормативность" с последующим переводом полученной суммы по таблице.

Интерпретация адаптивных способностей по шкале методики "Адаптивность"

Уровень адаптивных способностей (стэны)	Интерпретация
5-10	Группы высокой и нормальной адаптации. Лица этих групп достаточно легко адаптируются к новым условиям деятельности, быстро входят в новый коллектив, достаточно легко и адекватно ориентируются в ситуации, быстро вырабатывают стратегию своего поведения. Как правило, не конфликтны, обладают высокой эмоциональной устойчивостью.
3-4	Группа удовлетворительной адаптации. Большинство лиц этой группы обладают признаками различных акцентуаций, которые в привычных условиях частично компенсированы и могут проявляться при смене деятельности. Поэтому успех адаптации зависит от внешних условий среды. Эти лица, как правило, обладают

	невысокой эмоциональной устойчивостью. Возможны асоциальные срывы, проявление агрессии и конфликтности. Лица этой группы требуют индивидуального подхода, постоянного наблюдения, коррекционных мероприятий.
1-2	Группа низкой адаптации. Лица этой группы обладают признаками явных акцентуаций характера и некоторыми признаками психопатий, а психическое состояние можно охарактеризовать, как пограничное. Возможны нервно-психические срывы. Лица этой группы обладают низкой нервно-психической устойчивостью, конфликтны, могут допускать асоциальные поступки. Требуют наблюдения психолога и врача (невропатолога, психиатра).

ОПРОСНИК ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ УРОВНЯ САМООЦЕНКИ

(С. В. КОВАЛЕВ)

Инструкция: Вам предлагаются 32 суждения и пять возможных вариантов ответов, каждый из которых соответствует определенному количеству баллов. Выражая степень своего согласия с суждениями, вы проставляете баллы:

4 – очень часто; 3 – часто; 2 – иногда; 1 – редко; 0 – никогда.

1. Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.
2. Постоянно чувствую свою ответственность за работу (учебу).
3. Я беспокоюсь о своем будущем.
4. Многие меня ненавидят.
5. Я обладаю меньшей инициативой, нежели другие.
6. Я беспокоюсь за свое психическое состояние.
7. Я боюсь выглядеть глупцом.
8. Внешний вид других куда лучше, чем мой.
9. Я боюсь выступать с речью перед незнакомыми людьми.
10. Я часто допускаю ошибки.
11. Как жаль, что я не умею говорить как следует с людьми.
12. Как жаль, что мне не хватает уверенности в себе.
13. Мне бы хотелось, чтобы мои действия ободрялись другими чаще.
14. Я слишком скромн.
15. Моя жизнь бесполезна.
16. Многие неправильного мнения обо мне.
17. Мне не с кем поделиться своими мыслями.
18. Люди ждут от меня многого.

19. Люди не особенно интересуются моими достижениями.
20. Я слегка смущаюсь.
21. Я чувствую, что многие люди не понимают меня.
22. Я не чувствую себя в безопасности.
23. Я часто понапрасну волнуюсь.
24. Я чувствую себя неловко, когда захожу в комнату, где уже сидят люди.
25. Я чувствую себя скованным.
26. Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной.
27. Я уверен, что люди почти все принимают легче, чем я.
28. Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность.
29. Меня волнует мысль о том, как люди относятся ко мне.
30. Как жаль, что я не так общителен.
31. В спорах я высказываюсь только тогда, когда уверен в своей правоте.
32. Я думаю о том, чего ждут от меня люди.

Обработка результатов проводится суммированием баллов по всем 32 суждениям.

Интерпретация результатов

– Сумма баллов **от 0 до 25** говорит о *высоком уровне самооценки*, при котором человек, как правило, не отягощен сомнениями, адекватно реагирует на замечания других и трезво оценивает свои действия;

– сумма баллов **от 26 до 45** свидетельствует о *среднем уровне самооценки*. Человек с таким уровнем самооценки время от времени ощущает необъяснимую неловкость во взаимоотношениях с другими людьми, нередко недооценивает себя и свои способности без достаточных на то оснований.

– сумма баллов **от 46 до 128** указывает на *низкий уровень самооценки*, при котором человек нередко болезненно переносит критические замечания в свой адрес, чаще старается подстроиться под мнение других людей, сильно страдает от избыточной застенчивости.

МЕТОДИКА "ЧЕЛОВЕК ПОД ДОЖДЕМ"

Инструкция: Нарисуйте человека под дождем.

В процессе тестирования важно наблюдать за ходом рисования и обращать внимание на все высказывания испытуемого. Когда рисунок готов, важно воспринять его целиком.

Интерпретация:

Симптомокомплекс	№	Элементы рисунка	Балл
Дезадаптация	1	Изображение смещено влево	1
	2	Маленькая фигура человека	1
	3	Какие-либо части тела пропущены	1
	4	Легкие линии	1
	5	Фигура человека уходящая, бегущая	1
	6	Отсутствие средств защиты от дождя (зонт, головной убор, плащ).	1
	7	Фигура человека стоит в луже или в грязи	1
	8	Деформированная или зачеркнутая фигура	1
Общая сумма			
Неустойчивость к стрессу	1	фигура человека изображена в верхней или в нижней части листа	1
	2	Неровный нажим	1
	3	Человек повернут спиной или в профиль	1
	4	Лицо спрятано или не прорисовано	1
	5	Неровный нажим	1
	6	Человек стоит неустойчиво	1
	7	Вытянутая фигура	1
	8	Очень большой зонт	1
Общая сумма			
Тревожность	1	Штриховые, множественные линии	1
	2	Увеличенный размер рисунка	1
	3	Рисунок выходит за край листа	1
	4	Слабый нажим	1
	5	Изображение дополнительных деталей	1
	6	однотипные детали	1
	7	Рисунок помещен в угол	1
	8	Беспорядочные штрихи, обозначающие дождь	1
Сумма баллов			
	1	Прорисованные капли дождя	1

Восприятие неблагоприятной ситуации	2	Дождь обозначен прерывистыми линиями	1
	3	Тучи	1
	4	Молния	1
	5	Лужи	1
	6	грязь	1
	7	солнце	0
	8	Радуга	0
Сумма баллов			
Общая сумма баллов			

МЕТОДИКА ОПРЕДЕЛЕНИЯ МОТИВАЦИИ УСПЕХА И БОЯЗНЬ

НЕУДАЧИ (опросник А.А. Реан)

Инструкция: Отвечая на нижеприведенные вопросы, необходимо выбрать ответ «да» или «нет». Если вы затрудняетесь с ответом, то вспомните, что «да» объединяет как явное «да», так и «скорее да, чем нет». То же относится и к ответу «нет»: он объединяет явное «нет» и «скорее нет, чем да». Отвечать на вопросы следует быстро, не задумываясь надолго. Ответ, который первый приходит в голову, как правило, является и наиболее точным.

Текст опросника

Включаясь в работу, как правило, оптимистично надеюсь на успех.

- В деятельности активен.
- Склонен к проявлению инициативности.
- При выполнении ответственных заданий стараюсь по возможности найти причины отказа от них.
- Часто выбираю крайности: либо занижено легкие задания, либо нереалистически высокие по трудности.
- При встрече с препятствиями, как правило, не отступаю, а ищу способы их преодоления.
- При чередовании успехов и неудач склонен к переоценке своих успехов.
- Продуктивность деятельности в основном зависит от моей собственной целеустремленности, а не от внешнего контроля.
- При выполнении достаточно трудных заданий, в условиях ограничения времени, результативность деятельности ухудшается.
- Склонен проявлять настойчивость в достижении цели.
- Склонен планировать свое будущее на достаточно отдаленную перспективу.

- Если рискую, то скорее с умом, а не бесшабашно.
- Не очень настойчив в достижении цели, особенно если отсутствует внешний контроль.
- Предпочитаю ставить перед собой средние по трудности или слегка завышенные, но достижимые цели, чем нереалистически высокие.
- В случае неудачи при выполнении какого-либо задания, его притягательность, как правило, снижается.
- При чередовании успехов и неудач склонен к переоценке своих неудач.
- Предпочитаю планировать свое будущее лишь на ближайшее время.
- При работе в условиях ограничения времени результативность деятельности улучшается, даже если задание достаточно трудное.
- В случае неудачи при выполнении какого-либо задания от поставленной цели, как правило, не отказываюсь.
- Если задание выбрал себе сам, то в случае неудачи его притягательность еще более возрастает.

ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

За каждое совпадение ответа с ключом испытуемому дается 1 балл. Подсчитывается общее количество набранных баллов.

Если количество набранных баллов от 1 до 7, то диагностируется мотивация на неудачу (боязнь неудачи).

Если количество набранных баллов от 14 до 20, то диагностируется мотивация на успех (надежда на успех).

Если количество набранных баллов от 8 до 13; то следует считать, что мотивационный полюс ярко не выражен. При этом можно иметь в виду, что если количество баллов 8,9, есть определенная тенденция метизации на неудачу, а если количество баллов 12,13, имеется определенная тенденция мотивации на успех.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ СПОСОБОВ РЕГУЛИРОВАНИЯ КОНФЛИКТОВ (KENNETH THOMAS) (адаптация Гришиной)

Инструкция: Перед вами ряд утверждений, которые помогут определить некоторые особенности вашего поведения. Здесь не может быть ответов «правильных» или «ошибочных». Люди различны, и каждый может высказать свое мнение.

Имеются два варианта, А и В, из которых вы должны выбрать один, в большей степени соответствующий вашим взглядам, вашему мнению о себе. В бланке для ответов поставьте отчетливый крестик соответственно одному из вариантов (А или В) для каждого утверждения. Отвечать надо как можно быстрее.

1. А. Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

В. Чем обсуждать, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, с чем мы оба согласны.

2.А. Я стараюсь найти компромиссное решение.

В. Я пытаюсь уладить дело с учетом всех интересов другого и моих собственных.

3.А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

В. Я стараюсь успокоить другого и сохранить наши отношения.

4.А. Я стараюсь найти компромиссное решение.

В. Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.

5.А. Улаживая спорную ситуацию, я все время стараюсь найти поддержку у другого.

В. Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

6.А. Я пытаюсь избежать неприятностей для себя.

В. Я стараюсь добиться своего.

7.А. Я стараюсь отложить решение спорного вопроса, с тем чтобы со временем решить его окончательно.

В. Я считаю возможным в чем-то уступить, чтобы добиться другого.

8.А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

В. Я первым делом стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы.

9.А. Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.

В. Я прилагаю усилия, чтобы добиться своего.

10.А. Я твердо стремлюсь достичь своего.

В. Я пытаюсь найти компромиссное решение.

11.А. Первым делом я стараюсь ясно определить, в чем состоят все затронутые спорные вопросы.

В. Я стараюсь успокоить другого и, главным образом, сохранить наши отношения.

12.А. Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.

В. Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он тоже идет навстречу мне.

13.А. Я предлагаю среднюю позицию.

В. Я настаиваю, чтобы было сделано по-моему.

14.А. Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах.

В. Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.

15.А. Я стараюсь успокоить другого и, главным образом, сохранить наши отношения.

В. Я стараюсь сделать так, чтобы избежать напряженности.

16.А. Я стараюсь не задеть чувств другого.

В. Я пытаюсь убедить другого в преимуществах моей позиции.

17.А. Обычно я настойчиво стараюсь добиться своего.

В. Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

18.А. Если это сделает другого счастливым, дам ему возможность настоять на своем.

В. Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет мне навстречу.

19.А. Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые вопросы и интересы.

В. Я стараюсь отложить решение спорного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.

20.А. Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия.

В. Я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для обеих сторон.

21.А. Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.

В. Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы и их совместному решению.

22.А. Я пытаюсь найти позицию, которая находится посередине между моей позицией и точкой зрения другого человека.

В. Я отстаиваю свои желания.

23.А. Как правило, я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.

В. Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

24.А. Если позиция другого кажется мне очень важной, я постараюсь пойти навстречу его желаниям.

В. Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу.

25.А. Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.

В. Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.

26.А. Я предлагаю среднюю позицию.

В. Я почти всегда озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.

27.А. Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.

В. Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.

28.А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

В. Улаживая ситуацию, я обычно стараюсь найти поддержку у другого.

29.А. Я предлагаю среднюю позицию.

В. Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.

30.А. Я стараюсь не задеть чувств другого.

В. Я всегда занимаю такую позицию в спорном вопросе, чтобы мы совместно с другим человеком могли добиться успеха.

Выделяется пять способов регулирования конфликтов, обозначенные в соответствии с двумя основополагающими измерениями (кооперация и напористость):

Соревнование (конкуренция) — стремление добиться своих интересов в ущерб другому.

- Приспособление — принесение в жертву собственных интересов ради другого.
- Компромисс — соглашение на основе взаимных уступок; предложение варианта, снимающего возникшее противоречие.
- Избегание — отсутствие стремления к кооперации и отсутствие тенденции к достижению собственных целей.
- Сотрудничество — участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

МЕТОДИКА «САМООЦЕНКА СТИЛЯ УПРАВЛЕНИЯ»

Инструкция: Перед вами ряд утверждений, которые помогут определить стиль вашего руководства с помощью самооценки.

- В работе с людьми я предпочитаю, чтобы они беспрекословно выполняли мои распоряжения.
- Меня легко увлечь новыми задачами, но я быстро охлаждаю к ним.
- Люди часто завидуют моему терпению и выдержке.
- В трудных ситуациях я всегда думаю о других, а потом о себе.

- Мои родители редко заставляли меня делать то, что я не хотел.
- Меня раздражает, когда кто-то проявляет слишком много инициативы.
- Я очень напряженно работаю, так как не могу положиться на своих помощников.
- Когда я чувствую, что меня не понимают, я отказываюсь от намерения доказать что-либо.
- Я умею объективно оценить своих подчиненных, выделив среди них сильных, средних и слабых.
- Мне приходится часто советоваться со своими помощниками, прежде чем отдать соответствующее распоряжение.
- Я редко настаиваю на своем, чтобы не вызывать у людей раздражения.
- Уверен, что мои оценки успехов и неудач подчиненных точны и справедливы.
- Я всегда требую от подчиненных неукоснительного соблюдения моих приказаний и распоряжений.
- Мне легче работать одному, чем кем-то руководить.
- Многие считают меня чутким и отзывчивым руководителем.
- Мне кажется, что от коллектива нельзя ничего скрывать - ни хорошего, ни плохого.
- Если я встречаю сопротивление, у меня пропадает интерес к работе с людьми.
- Я игнорирую коллективное руководство, чтобы обеспечить эффективность единоначалия.
- Чтобы не подорвать свой авторитет, я никогда не признаю своих ошибок.
- Мне часто для эффективной работы не хватает времени.
- На грубость подчиненного я стараюсь найти ответную реакцию, не вызывающую конфликта.
- Я делаю все, чтобы подчиненные охотно выполняли мои распоряжения.
- С подчиненными у меня очень тесные контакты и приятельские отношения.
- Я всегда стремлюсь любой ценой быть первым во всех начинаниях.
- Я пытаюсь выработать универсальный стиль управления, подходящий для большинства ситуаций.
- Мне легче подстроиться под мнение большинства коллектива, чем выступить против него.
- Мне кажется, что подчиненных надо хвалить за каждое, пусть даже самое незначительное достижение.
- Я не могу критиковать подчиненного в присутствии других людей.

- Мне приходится чаще просить, чем требовать.
- Я часто теряю от возбуждения контроль над своими чувствами, особенно когда мне надоедают.
- Если бы я имел возможность чаще бывать среди подчиненных, то эффективность моего руководства значительно бы повысилась.
- Я иногда проявляю спокойствие и равнодушие к интересам и увлечениям подчиненных.
- Я предоставляю более грамотным подчиненным больше самостоятельности в решении сложных задач, особо не контролируя их.
- Мне нравится анализировать и обсуждать с подчиненными их проблемы.
- Мои помощники справляются не только со своими, но и с моими функциональными обязанностями.
- Мне легче избежать конфликта с вышестоящим руководством, чем с подчиненными, которых всегда можно поставить на место.
- Я всегда добиваюсь выполнения своих распоряжений наперекор обстоятельствам.
- Самое трудное для меня - это вмешиваться в ход работы людей, требовать от них дополнительных усилий
- Чтобы лучше понять подчиненных, я стараюсь представить себя на их месте
- Я думаю, что управление людьми должно быть гибким - подчинённым нельзя демонстрировать ни железной непреклонности, ни панибратства.
- Меня больше волнуют собственные проблемы, чем интересы подчиненных.
- Мне приходится часто заниматься текущими делами и испытывать от этого большие эмоциональные и интеллектуальные нагрузки.
- Родители забавляли меня подчиняться даже тогда, когда я считал это неразумным.
- Работу с людьми я представляю себе как мучительное занятие.
- Я стараюсь развивать в коллективе взаимопомощь и сотрудничество.
- Я с благодарностью отношусь к предложениям и советам подчиненных.
- Главное в руководстве — распределить обязанности.
- Эффективность правления достигается тогда, когда подчиненные существуют лишь как исполнители воли руководителя.
- Подчиненные—безответственные люди. Поэтому их нужно постоянно контролировать.
- Лучше всего предоставить полную самостоятельность, коллективу и ни во что не вмешиваться.

- Для более качественного руководства нужно поощрять наиболее способных подчиненных и сурово взыскивать с нерадивых.
- Я всегда признаю свои ошибки и выбираю более правильное решение.
- Мне приходится часто объяснять неудачи в управлении объективными обстоятельствами.
- Нарушения дисциплины строго наказываю.
- В критике недостатков подчиненных я беспощаден.
- Иногда мне кажется, что в коллективе я лишний человек.
- Прежде чем упрекать подчиненного, я стараюсь его похвалить
- Я хорошо взаимодействую с коллективом и считаю с его мнением.
- Меня часто упрекают в чрезмерной мягкости к подчиненным.
- Если бы мои подчиненные делали так, как я требую, я бы достиг гораздо большего.

Обработка и интерпретация результатов теста

Подсчитав номера соответствующих утверждений и войдя в таблицу-«ключ», можно определить степень выраженности *авторитарного, либерального или демократического* стиля управления.

В зависимости от полученных сумм ответов степень выраженности стиля будет различной: *минимальная (0 – 7), средняя (8 – 13), высокая (14 – 20)*. Если оценки минимальны по всем трем показателям, стиль считается неустойчивым, неопределенным. У опытного руководителя наблюдается комбинация стилей управления. На наш взгляд, более предпочтительно сочетание авторитарного и демократического стилей управления, когда менеджер применяет гибкие методы работы с людьми и повседневно утверждает эффективный стиль управления.

Для более полной характеристики индивидуального стиля управления и его последующего совершенствования можно руководствоваться данными, представленными в таблице.

Характеристика индивидуального стиля управления

Сумма утвердительных ответов	Степень выраженности стиля управления
Авторитарный	
7	<i>Минимальная:</i> проявляется в слабом желании быть лидером, неустойчивых навыках менеджера, самоуверенности, упрямстве, стремлении доводить начатое дело до конца, критиковать отстающих и неспособных подчиненных.

13	8 –	<i>Средняя:</i> отражает хорошие лидерские качества, умение руководить действиями подчиненных, требовательность и настойчивость, стремление воздействовать на коллектив силой приказа и принуждением, целеустремленность и эгоизм, поверхностное отношение к запросам подчиненных, нежелание слушать предложения заместителей.
20	14–	<i>Высокая:</i> раскрывает ярко выраженные лидерские качества и стремление к единоличной власти, непреклонность и решительность в суждениях, энергичность и жесткость в требованиях, неумение учитывать инициативу подчиненных и предоставлять им самостоятельность, чрезмерно резкую критику и предвзятость в оценках, честолюбие и низкую совместимость с заместителями, злоупотребление наказаниями, пренебрежение общественным мнением.
Либеральный		
7	0 –	<i>Минимальная:</i> неустойчивое желание работать с людьми, неумение ставить перед подчиненными задачи и решать их совместно, неуверенность и нечеткость в распределении обязанностей, импульсивность в критике недостатков подчиненных, слабая требовательность и ответственность.
13	8 –	<i>Средняя:</i> стремление переложить свои обязанности на заместителей, пассивность в руководстве людьми, нетребовательность и доверчивость, страх перед необходимостью самостоятельно принимать решения, чрезмерная мягкость к нарушителям дисциплины, склонность к уговорам.
20	14–	<i>Высокая:</i> полное безразличие к интересам коллектива, нежелание брать на себя ответственность и принимать сложные решения, нетребовательность и самоустранение от управления, повышенная внушаемость и слабоволие, беспринципность и неумение отстаивать свою точку зрения, отсутствие целей деятельности и конкретных планов, попустительство, заигрывание, панибратство.
Демократический		
7	0 –	<i>Минимальная:</i> слабое стремление быть ближе к подчиненным, сотрудничать и выслушивать советы помощников, попытки направлять деятельность коллектива через заместителей и актив, некоторая неуверенность в своих распорядительных качествах.
13	8 –	<i>Средняя:</i> устойчивое стремление жить интересами коллектива, проявлять заботу о персонале, оказывать доверие заместителям и поощрять их инициативу, использовать убеждение и принуждение, прислушиваться к мнениям персонала.
20	14–	<i>Высокая:</i> умение координировать и направлять деятельность коллектива, предоставлять самостоятельность наиболее способным подчиненным, всемерно развивать инициативу и новые методы работы, убеждать и оказывать моральную поддержку, быть справедливым и тактичным в споре, изучать индивидуальные качества личности и социально-психологические процессы коллектива, развивать гласность и критику, предупреждать конфликты и создавать доброжелательную атмосферу.

СОЦИАЛЬНАЯ АНКЕТА

возраст	18-20	0	Фамилия _____ Имя _____ Отчество _____ Число, _____ мес. _____ год рож. _____
	21-25	1	
Национальность	молдованин	0	Какие увлечения более всего вас интересуют: _____ рисование _____ работа на компьютере _____ что-то другое _____ Женаты _____ имеете ли детей _____ есть ли девушка _____ где проживает. _____ _____ фамилия, _____ имя _____ тел _____
	украинец	1	
	русский	1	
	гагауз	1	
	болгарин	1	
Другая национальность	1		
Образование	высшее	0	Были ли у вас приводы в милицию, _____ причины _____ 5. Состояли ли вы на учете в инспекции по делам несовершеннолетних _____, причина _____ _____ 10. Имели ли черепно-мозговые травмы _____ при каких _____ обстоятельствах _____ 11. Отношение к наркотическим веществам: употреблял _____ пробовал _____ не употреблял _____ вид наркотического вещества _____ 12. Употребляли ли спиртные напитки: по праздникам _____ раз в неделю и чаще _____ раз в месяц и реже _____ не употреблял _____ 13. Совершали ли побеги из дома _____ причина _____ 14. Оставались ли в школе на второй год _____ причина _____ 16. Тяжело ли вам привыкать к новым условиям _____ 18. Было ли желание покончить жизнь самоубийством _____ (если да, то каким способом) _____ 15. Отношение к службе: пошел служить с желанием _____ без желания _____ без желания но с пониманием необходимости службы _____ 20. Чем занимаются (где работают) родители : мама _____ _____ отец _____ _____ 21. Адрес _____ родителей _____ (полный): _____ телефон (моб./стац. с кодам города или села) _____ телефон (моб. сестры или брата) _____ Дата _____ Подпись _____
	колледж	1	
	12 кл	2	
	9 кл. + СПТУ	2	
	9 кл.	3	
менее 9кл.	4		
Полнота семьи	полная семья (проживал с обоими родителями)	1	
	не полная (проживал с одним из родителей)	2	
	сирота (проживал в интернате, усыновлен, опека)	3	
Место проживания	город	1	
	село	2	

Уровень социально-демографических условий развития новобранцев

0-4 благополучный
5-7 дефицитный
8-11 неблагополучный

ПРИЛОЖЕНИЕ 2.2
Описательная статистика

Таблица П.2.1 Чистоты описательной статистики

	похон дрия	Депресс ия	Истерия	Психоп атия	Паранойя	Психастен ия	Шизоид	Прогноз	ЛАП	НПУ	КС	МН	Мотива ция	Самооце нка	человек под дождем	сооц.с итуац ия
Валидные	02	02	02	02	02	30 2	3 02	3 02	3 02	3 02	3 02	3 02	3 02	3 02	3 02	3 02
Пропущенные						0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Среднее	6,92	8,72	5,67	3,74	3,45	,66	7,12	5,52	3,62	,84	3,89	0,91	,84	3,82	7,12	,80
Стд. ошибка среднего	586	715	766	744	999	83	393	644	,280	239	442	201	239	,499	393	122
Медиана	5,00	8,00	4,50	3,00	1,00	,00	4,00	4,00	1,00	0,00	3,00	1,00	0,00	4,00	4,00	,00
Мода	9	6	3	4	4	58	0	9 ^a	0	0	1	0	0	4	0	
Стд. отклонение	0,190	2,424	3,311	2,935	7,363	,863	,821	1,185	2,241	,151	,678	,493	,151	6,051	,821	,113
Дисперсия	03,831	54,361	77,186	67,315	01,478	0,738	6,526	25,108	94,669	7,233	8,946	2,199	7,233	78,632	6,526	,463
Асимметрия	433	,313	455	121	161	,126	604	,038	635	037	,809	,370	037	,020	604	363
Стд. ошибка асимметрии	140	140	140	140	140	40	140	140	140	140	140	140	140	140	140	140
Экссесс	,423	456	124	,086	,744	66	1,166	2,581	,232	,880	17,068	,814	,880	,083	1,166	,362
Стд. ошибка экссесса	280	280	280	280	280	80	280	280	280	280	280	280	280	280	280	280
Максимум	5	9	8	7	6	97	0	15	21	9	19	5	9	20	0	4
Сумма	7191	4714	3792	3210	6143	110	171	707	6192	971	196	296	971	3234	171	753

Таблица П.2.2 Корреляции

		Г ипомани я	И похондр ия	Д ипресси я	И стерия	П сихопатия	П аранойя	П сихосте ния	П изоид	П рогноз	П АП	П ПУ	С	Н	М
ро Спирмена	Гипомания	1,000	0,153**	0,206**	0,237**	0,222**	0,471**	0,129*	0,409**	0,444**	0,321**	0,348**	0,272**	0,219**	
	Знч. (2-сторон)	.	008	000	000	000	000	025	000	000	000	000	000	000	000
	N	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302
	Ипохондрия	0,153**	1,000	0,577**	0,679**	0,235**	0,392**	0,572**	0,620**	0,414**	0,255**	0,284**	0,165**	0,018	
	Знч. (2-сторон)	008	.	000	000	000	000	000	000	000	000	000	004	759	
	N	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302
	Дипрессия	0,206**	0,577**	1,000	0,606**	0,441**	0,498**	0,490**	0,535**	0,547**	0,367**	0,386**	0,315**	0,137*	
	Знч. (2-сторон)	000	000	.	000	000	000	000	000	000	000	000	000	017	
	N	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302
	Истерия	0,237**	0,679**	0,606**	1,000	0,448**	0,467**	0,401**	0,503**	0,396**	0,296**	0,289**	0,181**	0,041	
	Знч. (2-сторон)	000	000	000	.	000	000	000	000	000	000	000	002	479	
	N	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302
	Психопатия	0,222**	0,235**	0,441**	0,448**	1,000	0,407**	0,216**	0,467**	0,355**	0,205**	0,167**	0,188**	0,168**	
	Знч. (2-сторон)	000	000	000	000	.	000	000	000	000	000	004	001	003	
	N	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302
Паранойя	0,471**	0,392**	0,498**	0,467**	0,407**	1,000	0,322**	0,630**	0,647**	0,496**	0,508**	0,352**	0,252**		
Знч. (2-сторон)	000	000	000	000	000	.	000	000	000	000	000	000	000	000	

я	Психостени	N	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	
		Коэффициент корреляции	,129*	,572**	,490**	,401**	,216**	,322**	,000	,717**	,357**	,223**	,193**	,113	,028
		Знч. (2-сторон)	,025	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,001	,050	,633	
		N	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	
	Шизоид	Коэффициент корреляции	,409**	,620**	,535**	,503**	,467**	,630**	,717**	,000	,550**	,383**	,374**	,251**	,071
		Знч. (2-сторон)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,219
	Прогноз	N	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	
		Коэффициент корреляции	,444**	,414**	,547**	,396**	,355**	,647**	,357**	,550**	,000	,482**	,549**	,394**	,245**
		Знч. (2-сторон)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
		N	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	
	ЛАП	Коэффициент корреляции	,321**	,255**	,367**	,296**	,205**	,496**	,223**	,383**	,482**	,000	,893**	,664**	,516**
		Знч. (2-сторон)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	НПУ	N	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	
		Коэффициент корреляции	,348**	,284**	,386**	,289**	,167**	,508**	,193**	,374**	,549**	,893**	,000	,618**	,447**
		Знч. (2-сторон)	,000	,000	,000	,000	,004	,000	,001	,000	,000	,000	,000	,000	,000
N		302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302		
КС	Коэффициент корреляции	,272**	,165**	,315**	,181**	,188**	,352**	,113	,251**	,394**	,664**	,618**	,000	,462**	
	Знч. (2-сторон)	,000	,004	,000	,002	,001	,000	,050	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302		

МН	Коэффициент корреляции	219**	,018	137*	041	168**	252**	,028	071	245**	516**	447**	462**	1
	Знч. (2-сторон)	000	759	017	479	003	000	633	219	000	000	000	000	.
	N	02	02	02	02	02	02	02	02	02	02	02	02	02

Таблица П.2.3 Чистоты описательной статистики

	похон дрия	епресси я	стерия	сихопат ия	аранойя	сихастени я	изоид	рогноз	АП	ПУ	С	Н	отиваци я	амооцен ка	еловек под дождем	оц.сит уация
Валидные	02	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302	302
Пропущенные		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Среднее	6,92	8,72	5,67	3,74	3,45	,66	7,12	5,52	3,62	,84	3,89	0,91	,84	3,82	7,12	,80
Стд. ошибка среднего	586	715	766	744	999	,83	393	644	,280	239	442	201	239	,499	393	122
Медиана	5,00	8,00	4,50	3,00	1,00	,00	4,00	4,00	1,00	0,00	3,00	1,00	0,00	4,00	4,00	,00
Мода	9	6	3	4	4	58	0	9 ^a	0	0	1	0	0	4	0	
Стд. отклонение	0,190	2,424	3,311	2,935	7,363	,863	,821	1,185	2,241	,151	,678	,493	,151	6,051	,821	,113
Дисперсия	03,831	54,361	77,186	67,315	01,478	0,738	6,526	25,108	94,669	7,233	8,946	2,199	7,233	78,632	6,526	,463
Асимметрия	433	,313	455	121	161	,126	604	,038	635	037	,809	,370	037	,020	604	363
Стд. ошибка асимметрии	140	140	140	140	140	40	140	140	140	140	140	140	140	140	140	140
Экссес	,423	456	124	,086	,744	66	1,166	2,581	,232	,880	17,068	,814	,880	,083	1,166	,362
Стд. ошибка экссеса	280	280	280	280	280	80	280	280	280	280	280	280	280	280	280	280
Максимум	5	9	8	7	6	97	0	15	21	9	19	5	9	20	0	4
Сумма	7191	4714	3792	3210	6143	110	171	707	6192	971	196	296	971	3234	171	753

Таблица П 2.4. Общая корреляция по Спирмену

		Л АП	Мотивац ия	Соц.с итуация	Человек под дождем	КС	МН	НПУ
ЛАП	Коэффициент корреляции	1,000	-,558**	,449**	,432**	,367**	,516**	,893**
	Знч. (2-сторон)	.	,000	,000	,000	,000	,000	,000
	N	302	302	302	302	302	302	302
Мотивация	Коэффициент корреляции	-,558**	1,000	-,662**	-,642**	-,438**	-,256**	-,559**
	Знч. (2-сторон)	,000	.	,000	,000	,000	,000	,000
	N	302	302	302	302	302	302	302
Соц.ситуация	Коэффициент корреляции	,449**	-,662**	1,000*	,642**	,417**	,201**	,452**
	Знч. (2-сторон)	,000	,000	.	,000	,000	,000	,000
	N	302	302	302	302	302	302	302
Человек под дождем	Коэффициент корреляции	,432**	-,642**	,642**	1,000	,398**	,145*	,403**
	Знч. (2-сторон)	,000	,000	,000	.	,000	,011	,000
	N	302	302	302	302	302	302	302
КС	Коэффициент корреляции	,367**	-,438**	,417**	,398**	1,000*	,137**	,386**
	Знч. (2-сторон)	,000	,000	,000	,000	.	,017	,000
	N	302	302	302	302	302	302	302
МН	Коэффициент корреляции	,516**	-,256**	,201**	,145*	,137**	1,000	,447**
	Знч. (2-сторон)	,000	,000	,000	,011	,017	.	,000
	N	302	302	302	302	302	302	302

	N	302	302	302	302	302	302	
	Коэффициент корреляции	,893**	-,559**	,452**	,403**	,386**	,447**	1,000
НПУ	Знч. (2-сторон)	,000	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	302	302	302	302	302	302	302

Таблица П 2.5. Значимые изменения по критерию W-Вилкоксона в экспериментальной группе (ЭГ) №1 (до и после тренинга) (P - уровень значимости)

№г.	MMPI								Адаптивность				прогноз	Мотиваци я	Самооцен ка	Чел овек под дождем	Соц. ситуация
	Ипо хондрия	дип рессия	Исте рия	псих опатия	пара ноия	псих астения	шиз оид	гипо мания	ЛА П	НП У	КС	НМ					
И	008	241	475	260	005	263	047	859	012	241	005	005	011	005	047	005	005
Д	022	008	386	959	005	086	021	677	022	005	358	005	005	007	005	005	005
Ис	016	036	012	508	005	102	032	444	005	386	005	005	024	005	017	005	005
Пс	005	005	032	027	005	007	007	059	005	646	005	005	326	005	009	007	005
Па	959	414	114	028	005	878	202	083	051	018	005	005	005	005	284	005	005
П	005	028	720	513	005	028	007	767	005	214	005	005	012	005	059	005	005
Ш	154	878	575	202	005	553	008	236	041	139	005	005	012	005	262	007	005
Г	014	005	139	541	005	036	011	018	005	646	005	005	065	005	009	007	005
Л	009	014	032	202	005	047	022	168	283	005	005	314	005	005	005	005	283

Н	005	005	005	009	005	007	007	007	005	005	007	005	005	005	005	106	005
К	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	029	036	005	005	005	005	004
Н	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	007	005	009	005	005	666
П	005	005	005	008	005	007	007	007	005	005	049	005	005	005	005	028	005
М	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	011	500	005	005	005	005	011
С	005	007	005	047	005	014	007	017	005	028	005	005	114	005	005	005	005
Ч	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	280	005	005	005	004	005
С о	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	011	005	005	005	005	1 ,000

Таблица П 2.6. Значимые изменения по критерию W-Вилкоксона в экспериментальной группе (ЭГ) №2 (до и после тренинга) (P - уровень значимости)

№г	MMPI								Адаптивность				прогноз	Мотивация	Самооценка	Человек под дождем	Восприятие неблагоприят.
	Ипохондрия	депрессия	Истерия	психопатия	параноидия	психастения	шизоид	гипомания	ЛАП	НПУ	КС	НМ					
И	496	017	759	012	799	507	286	005	092	028	005	005	005	005	858	005	005
Д	074	,00	168	139	445	074	475	091	041	386	005	005	005	005	314	005	005
Ис	,00	074	854	028	445	798	374	005	114	005	005	005	005	005	959	005	005
Пс	059	139	013	715	126	028	139	169	009	575	005	005	017	005	032	005	005
Па	799	262	799	083	893	919	444	022	103	066	005	005	013	005	799	005	005

П	878	028	646	011	333	593	169	005	126	038	005	005	005	005	878	005	,005
Ш	407	102	214	028	959	507	715	007	059	014	005	005	005	005	343	005	,005
Г	07	012	005	103	007	005	007	285	005	332	005	005	721	005	005	005	,005
Л	103	032	168	005	037	168	037	005	735	007	005	005	007	005	220	005	,005
Н	041	086	013	444	014	037	037	799	005	,00	005	005	444	005	007	032	,005
К	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	336	036	005	005	005	005	,005
Н	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	050	,00	005	005	005	005	,007
П	005	007	005	047	005	005	005	307	005	333	005	005	552	005	005	005	,005
М	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	083	005	005	,005
С	760	308	878	059	646	759	721	013	214	038	005	005	005	005	,00	005	,005
Ч	005	005	005	007	005	005	005	005	005	028	008	005	005	005	005	005	066
С о	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	007	005	005	005	005	1,000

Выводятся асимптотические значимости. Уровень значимости равен 0,05

**Таблица П 2.7. Значимые изменения по критерию W-Вилкоксона в экспериментальной группе (КГ)
(не проходили тренинг, повторное тестирование через 1 мес)
(P - уровень значимости)**

№.	MMPI								Адаптивность				прогноз	Мотивация	Самооценка	Общий балл	Восприятие негатив.
	Ипохондрия	депрессия	Истерия	психопатия	параноидия	психастения	шизоид	гипомания	ЛАП	НПУ	КС	НМ					
И	496	017	759	012	799	507	286	005	092	028	005	005	005	005	858	005	005
Д	074	,00	168	139	445	074	475	091	041	386	005	005	005	005	314	005	005
Ис	,00	074	854	028	445	798	374	005	114	005	005	005	005	005	959	005	005
Пс	059	139	013	715	126	028	139	169	009	575	005	005	017	005	032	005	005
Па	799	262	799	083	893	919	444	022	103	066	005	005	013	005	799	005	005
П	878	028	646	011	333	593	169	005	126	038	005	005	005	005	878	005	005
Ш	407	102	214	028	959	507	715	007	059	014	005	005	005	005	343	005	005
Г	007	012	005	103	007	005	007	285	005	332	005	005	721	005	005	005	005
Л	103	032	168	005	037	168	037	005	735	007	005	005	007	005	220	005	005
Н	041	086	013	444	014	037	037	799	005	,00	005	005	444	005	007	032	005
К	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	336	036	005	005	005	005	005
Н	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	050	,00	005	005	005	005	007
П	005	007	005	047	005	005	005	307	005	333	005	005	552	005	005	005	005
М	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	083	005	005	005

С	760	308	878	059	646	759	721	013	214	038	005	005	005	005	,00	005	005
О	005	005	005	007	005	005	005	005	005	028	008	005	005	005	005	066	005
С о	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	005	007	005	005	005	005	,000

Выводятся асимптотические значимости. Уровень значимости равен 0,05

**Таблица П 2.8. Значимые изменения по U-критерию Манна-Уитни экспериментальной группы №1 (ЭГ №1) и контрольной группы (КГ)
Критерий U- Манна Уитни для независимых выборок (уровень значимости)**

№.	ММРІ								Адаптивность				прогноз	Мотивация	Самооценка	Человек под дождем	
	Ипохондрия	депрессия	Истерия	психопатия	параноия	психастения	шизоид	гипомания	ЛАП	НПУ	КС	НМ				дезадаптивность	Общий балл
И	029	003	002	,000	075	035	971	003	,000	002	000	000	000	000	579	000	000
Д	971	353	143	,063	000	739	089	280	063	023	000	000	000	000	481	000	000
Ис	089	019	005	,002	739	063	529	007	,000	001	000	000	000	000	481	000	000
Пс	063	165	631	,853	002	165	043	796	003	436	000	000	023	000	035	000	000
Па	579	218	105	,035	165	280	795	063	436	011	000	000	002	000	853	000	000
П	035	000	004	000	043	052	579	005	971	001	000	000	000	000	579	000	000
Ш	579	165	089	,023	043	529	393	075	247	007	000	000	000	000	684	000	000
Г	007	043	315	,631	000	063	005	481	000	796	000	000	218	000	000	000	000
Л	029	015	007	,003	089	015	035	003	280	001	000	000	000	000	218	000	000

Н	280	684	796	1,000	004	481	063	912	029	796	000	000	393	000	105	105	000
К	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	573	002	000	000	000	000	000
Н	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	035	481	000	000	000	000	000
П	000	000	002	,089	000	002	002	123	000	684	000	000	089	000	000	000	000
М	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	971	000	000	000
С	739	579	063	,035	481	631	,000	123	436	015	000	000	000	000	912	000	000
ч	000	000	000	001	000	000	001	001	000	000	000	000	000	000	000	481	000
С о	000	000	000	001	000	000	000	000	000	001	000	005	000	000	000	000	684

Выводятся асимптотические значимости. Уровень значимости равен 0,05.

**Таблица П2.9. Значимые изменения по U-критерию Манна-Уитни экспериментальной группы №2 (ЭГ №2) и контрольной группы (КГ)
Критерий U- Манна Уитни для независимых выборок (уровень значимости)**

№г	ММРІ								Адаптивность				прогноз	Мотивация	Самооценка	Человек под дождем	
	Ипохон дрия	дипрес сия	Истери я	психоп атия	парано я	психаст ения	шизоид	гипома ния	ЛАП	НПУ	КС	НМ				дезадаптивност ь	Общий балл
И	029	043	075	,105	796	393	912	019	529	000	000	000	000	000	105	000	000
Д	165	393	853	,912	105	353	218	684	739	011	000	000	000	000	023	000	000
Ис	009	011	043	,063	912	247	579	035	529	001	000	000	000	000	247	000	000
Пс	912	165	218	,063	029	029	009	218	035	190	000	000	035	000	002	000	000

Па	143	165	353	,436	481	853	796	315	971	005	000	000	003	000	075	000	000
П	019	004	035	015	631	315	873	023	280	000	000	000	002	000	089	000	000
Ш	105	165	353	,481	315	912	481	247	912	000	000	000	000	000	043	000	000
Г	315	052	007	005	002	001	000	043	011	481	000	000	247	000	001	000	000
Л	007	015	011	029	143	023	075	007	280	000	000	000	000	000	353	000	000
Н	739	579	436	,043	165	065	063	481	143	529	000	000	353	000	005	105	000
К	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	529	019	000	000	000	000	000
Н	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	075	481	000	000	000	000	000
П	165	000	000	000	000	001	000	011	000	393	000	000	631	000	000	000	000
М	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	579	000	000	000
С	105	353	393	796	853	971	796	315	853	007	000	000	000	000	436	000	000
Ч	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	579	000
С о	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	003	000	000	000	000	739

Выводятся асимптотические значимости. Уровень значимости равен 0,05

**Таблица П2.10. Значимые изменения по U-критерию Манна-Уитни контрольных групп (КГ)
Критерий U- Манна Уитни для независимых выборок (уровень значимости)**

№г	ММРІ								Адаптивность				прогноз	Мотивация	Самооценка	Человек под дождем	
	Ипохондрия	депрессия	Истерия	психопатия	паранойя	психастения	шизоид	гипомания	ЛАП	НПУ	КС	НМ				дезадаптивность	Общий балл
И	001	000	000	000	000	001	003	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000
Д	105	015	009	,000	,000	052	853	005	000	000	000	000	000	000	000	000	000
Ис	003	000	000	000	043	001	023	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000
Пс	971	353	190	,019	063	971	190	247	019	000	000	000	000	000	000	000	000
Па	029	019	015	4,003	143	015	105	009	003	000	000	000	000	000	000	000	000
П	000	000	000	000	007	003	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000
Ш	023	002	002	и,000	315	009	143	002	000	000	000	000	000	000	000	000	000
Г	089	393	529	739	002	143	029	684	,000	000	000	000	000	000	218	000	000
Л	009	004	001	000	023	009	009	002	000	000	000	000	000	000	000	000	000
Н	739	912	739	,436	165	684	353	739	529	015	000	000	009	000	353	000	000
К	000	000	000	000	000	000	000	000	000	002	035	000	002	000	000	001	000
Н	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	393	000	000	218	000	912	000
П	011	035	143	912	000	007	007	280	971	000	000	000	000	000	007	000	000

М	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000
С	089	009	001	000	631	075	481	005	000	000	000	000	000	000	000	000	000
Ч	000	000	000	000	000	000	000	002	000	123	000	000	011	000	000	000	000
Со	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	912	000	001	000	000	684

Выводятся асимптотические значимости. Уровень значимости равен 0,05.

Таблица П2.11. Значимые изменения по U-критерию Манна-Уитни экспериментальной группы №2 (ЭГ №2) и контрольной группы (КГ №1)
Критерий U- Манна Уитни для независимых выборок (уровень значимости)

№г	ММРІ								Адаптивность				прогноз	Мотивация	Самооценка	Человек под дождем	
	Ипохондрия	депрессия	Истерия	психопатия	паранойя	психастения	шизоид	гипомания	ЛАП	НПУ	КС	НМ				дезадаптивность	общий балл
И	003	002	004	003	529	015	143	001	001	000	000	000	000	000	011	000	000
Д	353	123	631	,529	315	912	796	190	075	000	000	000	000	000	579	000	000
Ис	015	004	029	029	393	089	165	005	002	000	000	000	000	000	052	000	000
Пс	353	971	481	,190	105	165	105	,000	912	000	000	000	000	000	280	000	000
Па	075	035	063	4,105	529	123	393	043	075	000	000	000	000	000	218	000	000
П	002	000	003	000	579	009	218	000	001	000	000	000	000	000	019	000	000
Ш	123	035	123	и,089	971	436	631	015	035	000	000	000	000	000	247	000	000

Г	023	089	075	007	003	005	004	105	105	035	000	000	190	000	000	000	000
Л	015	005	005	019	023	015	029	004	009	000	000	000	000	000	015	000	000
Н	393	684	393	280	063	247	123	684	853	218	000	000	353	000	247	011	000
К	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	165	000	000	000	000	000	000
Н	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	247	315	000	000	000	000	000
П	000	035	000	002	003	000	105	005	000	000	000	000	000	000	001	000	000
М	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	001	000	000	000
С	280	043	280	353	912	481	739	075	035	000	000	000	000	000	353	000	000
Ч	000	000	001	000	000	000	000	000	000	005	000	000	002	000	000	002	000
С о	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	000	003	000	143	000	000	739

Выводятся асимптотические значимости. Уровень значимости равен 0,05.

Таблица П 2.12. Статистики критерия

	сверхконтроль (Hs)_до	эссимичность (D)_до	эмоц.лабильность (Hy)_до	Импульсивность (Pd)_до	Ригидность (Pa)_до	Тревожность (Pt)_до	Индивидуальность (Sc)_до	Оптимистичность (Ma)_до	ЛАП_до	НПУ_до	КС_до	НМ_до	прогноз_до	Мотивация_до	Самооценка_до	Человек под дождем Общий балл_до
Статистика U Манна-Уитни	28,500	37,500	14,500	47,500	31,000	24,000	38,000	40,500	35,000	46,000	42,000	40,500	27,000	49,500	48,000	40,000
Статистика W Уилкоксона	83,500	92,500	9,500	102,500	6,000	9,000	3,000	5,500	0,000	101,000	7,000	5,500	2,000	104,500	103,000	5,000
Z	1,630	,955	2,692	,189	1,445	1,975	,909	,721	1,134	,302	,608	,724	1,745	,040	,152	,768
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	103	340	007	850	148	048	363	471	257	762	543	469	081	968	879	443
Точная знч. [2*(1-сторонняя Знач.)]	105 ^a	353 ^a	005 ^a	853 ^a	165 ^a	052 ^a	393 ^a	481 ^a	280 ^a	796 ^a	579 ^a	481 ^a	089 ^a	971 ^a	912 ^a	481 ^a

Приложение 3. Программы по развитию индивидуально-личностных особенностей военнослужащих

I. Формирование адаптационного потенциала новобранцев

Блок I. Формирования климата доверия в группе, раскрепощения участников тренинга, повышение уровня самооценки, развитие самопознания, определение жизненных ценностей.

Занятие № 1

Упражнение: «Выработка правил поведения на занятиях».

Время: 20 минут

Цель упражнения: Принятие правил работы в группе

Материалы: сундук с пергаментом.

Инструкция: Для плодотворной работы и создания доверительной обстановки я предлагаю принять правила, по которым будет жить группа. Сейчас каждый из вас достанет по одному правилу, которому надо придерживаться, находясь в данной группе, также каждый из вас должен будет высказаться относительно этого правила. Передаем сундучок со сводом правил по кругу.

Мы равны в возможности высказываться.

- *Мы свободны в выборе своей точки зрения.*
- *Мы уважаем мнение другого и его право на свой выбор.*
- *Мы никогда не унижим своего товарища.*
- *Мы не будем рассказывать о личных тайнах за пределами группы.*
- *Мы уважаем мнение тренера и считаем его членом своей группы*
- *Мы будем активно принимать участие в этом тренинге (добровольно).*
- *Мы будем помогать друг другу.*
- *Обращаться друг к другу уважительно и по его выбранному имени.*
- *Не перебивать и дослушивать до конца собеседника*
- *Говорить только о том, что волнует меня именно сейчас, обсуждать то,*

что происходит со мной в группе.

- *Обязуюсь быть искренним и доверительным в общении в группе.*
- *Предложения должны звучать именно от себя (например, «Я думаю, что...»)*

- Недопустимость оценочных суждений членов группы. Например, вместо «Ты мне не нравишься!», следует сказать «Мне не нравится твоя манера поведения!»

- Правило «Стоп». Гласит, что каждый участник имеет право отказаться от участия в задании без объяснения причин. Если в какой-то момент тренинга участник не готов говорить об обсуждаемой проблеме, он также может сказать «стоп».

-Всех ли устраивают данные правила?

-согласны ли вы со всеми этими правилами и с их использованием в группе?

-можете ли вы дополнить какими-то дополнительными правилами этот список?

- Принцип «здесь и теперь». Общение в тренинге должно строиться вокруг актуальных для группы проблем, несмотря на то что для людей естественной является произвольная психологическая защита — стремление уйти в область общих высказываний, тезисов или давних событий, воспоминаний.

Упражнение «Самопрезентация»

Продолжительность: 10 минут

Цель: знакомство, создание благоприятной психологической атмосферы.

Материалы: не требуются.

Инструкция: Упражнение выполняется по кругу. Участникам предлагается по очереди (по кругу) сообщить остальным членам группы следующую информацию о себе:

- имя;
- место работы;
- две лучшие черты своего характера.

А также рассказать интересный эпизод или запоминающееся событие из своей жизни. Ведущий и другие члены группы могут задавать представляющемуся участнику дополнительные вопросы.

Упражнение «Имена»

Продолжительность: 10 минут

Цель: запоминание имен.

Материалы: не требуются.

Инструкция: Упражнение выполняется по кругу. Все участники по очереди (по кругу) называют свои имена. После завершения первого круга каждый человек называет сначала имя участника, сидящего слева, затем имя сидящего справа. Если ошибся, то группа ему помогает.

Упражнение «Ценности»

Время: 30 мин.

Цель: Упражнение направлено на сплочение группы, повышение уровня терпимости в группе к ее участникам.

Материалы: листы с написанными на них незаконченными предложениями для каждого участника.

Задание: Тренер делит группу на две равные части, каждая из которых образует круг (внешний и внутренний). Участники каждого из кругов должны находиться лицом друг к другу, образуя пары. Каждый из игроков получает лист с незаконченными предложениями. После этого партнеры из образовавшихся пар должны закончить первое предложение из списка, выслушать варианты друг друга и обсудить их. На эту беседу отводится 2–3 минуты. Затем игроки внешнего круга передвигаются на одного человека по часовой стрелке и уже с новым партнером продолжают второе предложение из списка и т.д.

Участники двигаются по кругу до тех пор, пока не пройдут его полностью.

Вопросы для обратной связи: Часто ли вы испытывали сходство с другими участниками? Часто ли испытывали различия? Удивил ли вас кто-нибудь? Когда совпадение мнений было для вас важным? Какие ценностные конфликты вы можете выделить в группе?

Лист с незаконченными предложениями:

- От хорошей команды я жду, что...
- Руководитель команды должен прежде всего...
- Я не выношу, когда кто-нибудь в группе...
- Я чувствую себя угнетенным, когда...
- В группе я прежде всего хочу...
- Я чувствую себя лучше всего, когда другие...
- От менеджера я жду...
- Я бы хотел, чтобы политики, наконец...
- Я никогда не...
- Родители обязаны...
- Я надеюсь, что мои дети...
- Мир был бы устроен лучше, если бы...
- Больше всего я опасюсь того, что...
- Мне совершенно все равно, когда...
- Еще бы я хотел в своей жизни...

- Мне нравятся люди, которые...
- Я злюсь, когда...
- Я нахожу ситуацию сложной, угнетающей, когда...
- Я требую от себя, чтобы я...
- Когда я совершаю ошибку, я...
- Перемена — это...
- Учиться — значит...
- Если бы я мог пожелать что-то одно, я пожелал бы...
- От мужчин я ожидаю...
- От женщин я ожидаю...
- Деньги значат для меня...
- Я считаю, что я достоин уважения, потому что я...
- Мне сложно простить человека, если...
- Я хотел бы, чтобы после моей смерти...
- Природа для меня значит...
- Никто не имеет права говорить обо мне, что я...
- Больше всего меня обязывает...
- Лучше всего я чувствую и понимаю людей, которые...

Упражнение «Я хочу поблагодарить тебя за...»

Время: 20 мин.

Задание: Участники встают в круг. Ведущий бросает мяч одному из участников, говоря при этом: «Я хочу поблагодарить тебя за...» и называет причину. Участник, получивший мяч, бросает его другому человеку и называет свою причину благодарности. Мяч должен побывать у всех участников.

Подведение итогов занятия.

II Блок День 2-3

Развитие коммуникативных навыков. Выявление навыков саморефлексии, самопонимания и самокритики, осознание значимых личностных и профессиональных качеств.

Занятие №2

Упражнение «Приветствие – живая волна».

Время: 7 мин.

Цель: разминка.

Инструкция: Участники тренинга сидят в кругу, один из них говорит своему соседу короткую приветственную фразу, например, «Доброе утро!» Сосед должен как можно быстрее встать, повторить эту фразу и снова сесть, а его сосед должен сделать то же самое, и волна вставаний и повторений побежит по кругу, как по трибунам во время первенства мира по футболу. Участников просят выполнить это задание с максимально возможной скоростью.

Упражнение «Снежный ком»

Время: 10 мин.

Цель: Упражнение на запоминание имен участников.

Задание: Каждый участник называет свое имя и придумывает прилагательное, начинающееся на ту же букву, что и его имя. Важно обозначить тот эпитет, который подчеркивает индивидуальность участника. Сначала участник называет имя и прилагательное того участника, который представился перед ним, затем свое. Задача следующего повторить уже два имени и два прилагательных, затем назвать свое и т. д. Последнему участнику приходится повторять имена и прилагательные всех участников.

Упражнение «Как разрешать конфликтные ситуации».

Время: 45 мин.

Цель: разрешение конфликтных ситуаций.

Инструкция: конфликты - это часть нашей жизни. Предлагаю вам подумать о том, как мы ведем себя в конфликте. Состязаемся, соревнуемся? Проигрываем? Какие чувства вызывает у нас соперник? Непреднамеренные конфликты приводят к обидам, потере дружбы, к вспышкам гнева, отчуждению. Поэтому важно знать, как вести себя в конфликтных ситуациях. Сегодня мы будем учиться разрешать конфликты.

Для начала давайте попробуем вместе подумать о том, как лучше всего поступать в определенной ситуации, чтобы уладить конфликт. Я буду называть ситуацию, а вы - обсуждать ее по следующим правилам».

Правила обсуждения: Рассказывайте о любых идеях, приходящих в голову. Не осуждайте чужие идеи.

Выдвигая свои идеи, используйте уже высказанные.

Предлагайте как можно больше идей.

Из следующего списка ситуаций выберите одну и предложите участникам обдумать все возможные варианты ее решения.

Психолог записывает ответы на доске, и после проигрывания ситуаций мы обсуждаем варианты, выбрав среди них; приемлемые.

Конфликтные ситуации:

- Кто-то дразнит или обзывает Вас.
- Начальник несправедливо обвиняет Вас в неисполнении приказа.
- Вас лишили денежной премии за то, что Вы пытались добиться справедливости в каком - либо вопросе.

- Ваш сослуживец у вас за спиной, рассказывает про вас неправдоподобные рассказы.

После того как ребята предложат все возможные варианты решения проблемы, обсудите, какие из них были бы наиболее эффективными. Подчеркните два лучших.

Дискуссия на тему занятия

Обсудите следующие вопросы:

В чем причины конфликтов?

Как можно предотвратить конфликт?

Что чувствуют в ситуации конфликта обиженный и обидчик?

Какое поведение помогает с достоинством выйти из конфликта или не допустить его разгорания?

Упражнение: «Пересядьте те, кто...»

Время: 25 мин.

Цель: помочь участникам ближе узнать друг друга, физическая разминка.

Инструкция: Стоящий в центре круга (для начала им буду я) предлагает поменяться местами (пересесть) всем тем, кто обладает общим признаком. Например, я скажу: "Пересядьте все те, кто родился весной" - и все, кто родился весной должны поменяться местами. При этом, тот, кто стоит в центре круга, должен постараться успеть занять одно из освободившихся мест, а кто останется в центре без места, продолжает игру.

После выполнения упражнения можно спросить у участников:

- Как вы себя чувствуете?

- Как ваше настроение?

- Не правда ли, общего в нас больше, чем различий?

Упражнение «Какое было занятие»

Время: 15 минут.

Цель: помочь участникам вспомнить то, что происходило на занятии, соединить в единое целое свои впечатления и полученную информацию. Данное упражнение помогает завершить занятие в живой, активной, запоминающейся и позитивной обстановке.

Инструкция: Все участники делятся на 4 мини-группы по 5 человек, каждая мини-группа получив бумагу должна за 5 минут придумать максимум прилагательных-определений, которые подходят к пройденному занятию. Например, активный, информативный и т.д. После чего они зачитывают полученный список прилагательных. Обсуждение и рефлексия упражнения не обязательны. Можно попросить группы прокомментировать интересные идеи, которые они высказали.

Знание №3

Упражнение «Шанхайцы»

Время: 20 мин.

Цель: Упражнение помогает участникам познакомиться друг с другом без смущения. После упражнения у игроков остается впечатление, что они решили общую проблему.

Материалы: веревка такой длины, чтобы можно было обмотать участников.

Задание: Тренер рассказывает историю о том, что в XIX веке капитаны кораблей пополняли свою команду матросами при помощи различных уловок, в том числе и обмана. Последним особенно славился шанхайский порт, поэтому матросов, завербованных помимо своей воли, называли «шанхайцами». Затем тренер просит всех участников выстроиться в шеренгу, взять друг друга за руки и закрутиться в спираль, после чего обвязывает участников веревкой на уровне бедер. Теперь участники в таком положении должны пройти некоторое расстояние, и по пути каждый рассказывает что-то о себе.

Упражнение «Ситуационный анализ».

Время: 45 мин.

Цель: нахождение оптимального способа решения задач

Инструкция: Используя предложенный алгоритм анализа дисциплинарно ситуации, выработайте и обоснуйте оптимальный способ решения задач (проблемы). Ситуации для анализа.

1. Вы командир подразделения. В вашем подчинении находится военнослужащий, который совершил самовольную отлучку. Ваши действия.

2. Ваш подчиненный в служебное время употребил спиртные напитки. Ваши действия

3. Ваш подчиненный постоянно имеет неряшливый внешний вид и систематически опаздывает в строй. Ваши действия.

4. Ваш подчиненный молодой офицер, не желая утруждать себя работой с личным составом, назначил своим заместителем сержанта, которого никто во взводе не уважает из-за его грубости, постоянных придировок, недалекого ума. Ваши действия.

5. В ходе несения службы в наряде Ваш подчиненный халатно исполнял свои обязанности. Ваши действия.

6. Ваш подчиненный постоянно перед полевым выходом, кроссом обращается в лазарет (медпункт) за оказанием помощи и берет на время «испытаний» освобождение. Ваши действия.

7. Вы стали свидетелем, как военнослужащий, более раннего призыва заставлял в наряде работать вместо себя военнослужащего более позднего призыва. Ваши действия.

8. Вы командир подразделения. Вам предлагают определить двух военнослужащих для поощрения по итогам обучения за период. Каковы будут критерии отбора?

Упражнение «Картина» (работа в парах).

Время: 25 мин.

Цель: определение умения участников регулировать процесс общения; отработка невербальных техник общения.

Инструкция: Участники разбиваются попарно. Каждой паре выдается лист бумаги и один карандаш. Держа карандаш вдвоем, без слов, за 5 минут они должны создать совместное произведение. Под рисунком написать название и поставить подписи.

После окончания процедуры ведущий может задать участникам следующие вопросы: Является ли эта картина действительно совместным произведением? Кто был инициатором создания именно этого сюжета? Кто являлся лидером, а кто подчиненным? Учитывались ли желания каждого участника? Понимали ли участники друг друга в процессе совместной работы, какие способы использовали для этого?

Упражнение «Компот»

Время: 10 мин.

Цель: Упражнение дает возможность повысить тонус группы.

Задание: Участники садятся в круг, ведущий стоит в центре круга и по порядку рассчитывает участников на вишни, сливы, яблоки, клубнику, абрикосы. После деления ведущий говорит: «Пусть поменяются местами те, кто клубника». «Клубнички» должны

Цель: снятие первоначального напряжения, развитие сплоченности, доверия, установление дружеских связей.

Инструкция: «Сейчас мы все будем разведчиками. Для этого в круге нужно связаться с кем-нибудь глазами без слов, кивков или каких-либо жестов». По сигналу ведущего «Свяжитесь с разведчиком!» участники ищут себе пару в течении 10 секунд. С первого раза связываются не все. Психолог просит тех, кто остался без пары, встать и в течении 5 секунд найти себе пару из числа оставшихся участников; и так до тех пор, пока вся группа не разобьется на пары. Далее психолог просит состоявшиеся пары обменяться местами, пожав руку друг другу в процессе обмена.

«А теперь помашите с места своему разведчику рукой и по команде ведущего свяжитесь с третьим» второй этап данного упражнения повторяет предыдущий алгоритм с условием связаться с новым «разведчиком», поменяться с ним местами. После этого психолог ходит по кругу, и тот человек, к которому он подходит, должен встать с места, а одновременно с ним - третий разведчик. Рефлексия: в ходе обсуждения упражнения участники делятся информацией об изменении своего состояния, возникших сложностях, делятся пожеланиями.

Упражнение «Потерпевшие в кораблекрушении»

Время: 60 мин.

Цель: сплочение команды, выработка единого плана действия, развитие способности быстрого реагирования и переключения на другой вид действий в экстремальной ситуации.

Инструкция: Вы дрейфуете на яхте в южной части Тихого океана. В результате пожара большая часть яхты и ее груза уничтожена. Яхта медленно тонет. Ваше местонахождение неясно из-за поломки основных навигационных приборов, но примерно вы находитесь на расстоянии тысячи миль к юго- западу от ближайшей земли. Ниже дан список 15 предметов, которые остались целыми и неповрежденными после пожара.

В дополнение к этим предметам вы располагаете прочным надувным спасательным плотом с веслами, достаточно большим, чтобы выдержать вас, экипаж и все перечисленные ниже предметы.

Имущество оставшихся в живых людей составляют пачка сигарет, несколько коробков

спичек и пять однодолларовых банкнот... Ваша задача — классифицировать 15 нижеперечисленных предметов в соответствии с их значением для выживания.

Поставьте цифру 1 у самого важного предмета, цифру 2 — у второго по значению и так далее до пятнадцатого, наименее важного для вас.

Список предметов

- Секстант- навигационный измерительный инструмент, используемый для измерения высоты светила над горизонтом с целью определения географических координат той местности, в которой производится измерение.

- Зеркало для бритья.
- Пятилитровая канистра с водой.
- Противомоскитная сетка.
- Одна коробка с армейским рационом.
- Карты Тихого океана.
- Подушка (плавательное средство, санкционированное береговой охраной).
- Двухлитровая канистра нефтегазовой смеси.
- Маленький транзисторный радиоприемник.
- Средство, отпугивающее акул.
- Двадцать квадратных метров непрозрачного пластика.
- Пять бутылок питьевого спирта.
- Девять метров нейлонового каната.
- Две коробки шоколада.
- Рыболовная снасть.

После того как завершена индивидуальная классификация, группе дается 45 минут для выполнения общего задания. При этом группе сообщается, что она должна, руководствуясь принципом достижения согласия при принятии совместного решения, прийти к единому мнению относительно места в классификации каждого из пятнадцати предметов, прежде чем оно станет частью группового решения. Достичь согласия трудно, поэтому не каждая оценка будет получать полное одобрение всех участников.

Группа старается каждую оценку дать так, чтобы все члены группы могли с ней согласиться хотя бы отчасти.

Комментарии: После того как группа проранжировала все предметы в зависимости от их важности, эти результаты, как и результаты индивидуального

ранжирования можно сравнить с порядком классификации, проведенным «экспертами». (Эти данные приведены далее.)

После этого следует провести обсуждение того, как группа выработывала общее решение. При этом можно рассмотреть следующие вопросы: Какие виды поведения помогали или мешали процессу достижения согласия? Как проявлялись лидеры? Кто участвовал в обсуждении, а кто нет и почему? Кто оказывал влияние? Почему? Ка_

кова была атмосфера в группе во время дискуссии? Оптимально ли использовались возможности группы? Какие действия предпринимались участниками группы для «протаскивания» своих мнений? Что мешало в разработке общего решения? Как следовало проводить дискуссию, чтобы ее результат был более успешным?

Экспертная оценка

Согласно «экспертам», основными вещами, необходимыми человеку, потерпевшему кораблекрушение в океане, являются предметы, служащие для привлечения внимания, и предметы, помогающие выжить до прибытия спасателей. Навигационные средства имеют сравнительно небольшое значение: если даже маленький спасательный плот

и в состоянии достичь земли, невозможно на нем запастись достаточно пищи и воды для жизни в течение этого периода. Следовательно, самыми важными являются зеркало для бритья и двухлитровая канистра нефтегазовой смеси. Эти предметы могут быть использованы для сигнализации воздушным и морским спасателям.

Вторыми по значению являются такие вещи, как пятилитровая канистра с водой и коробка с армейским рационом.

1. Зеркало для бритья. Важно для сигнализации воздушным и морским спасателям.
2. Двухлитровая канистра нефтегазовой смеси. Важна для сигнализации.

Нефтегазовая

смесь может быть зажжена (естественно вне плота) и будет плыть по воде, привлекая внимание спасателей.

3. Пятилитровая канистра с водой. Необходима для утоления жажды.
4. Одна коробка с армейским рационом. Обеспечивает основную пищу.
5. Двадцать квадратных метров непрозрачного полиэтилена. Используется для сбора дождевой воды, обеспечивает защиту от стихии.
6. Две коробки шоколада. Резервный запас пищи.
7. Рыболовная снасть. Оценивается ниже, чем шоколад, потому что в данной ситуации «синица в руке лучше журавля в небе». Нет уверенности, что вы поймаете рыбу.
8. Девять метров нейлонового каната. Можно использовать для связывания снаряжения,

чтобы оно не уплыло за борт.

9. Плавательная подушка. Если кто-то упадет за борт, она может послужить спасательным средством.

10. Средство, отпугивающее акул. Назначение очевидно.

11. Пять бутылок питьевого спирта. Можно использовать для растирания тела при охлаждении и в качестве антисептика при любых травмах. В других случаях имеет малую ценность, поскольку употребление может вызвать обезвоживание.

12. Маленький транзисторный приемник. Имеет незначительную ценность, так как нет

передатчика.

13. Карты Тихого океана. Они бесполезны без дополнительных навигационных приборов. Для вас важнее знать, не где находитесь вы, а где находятся спасатели.

14. Противомоскитная сетка. В Тихом океане нет moskitov.

15. Секстант. Без таблиц и хронометра относительно бесполезен.

Завершающее упражнение. “Аплодисменты по кругу”

Время: 15 минут

Цель: закрепление позитивного настроения после тренинга.

Инструкция: Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам игру, в ходе которой аплодисменты сначала звучат тихонько, а затем становятся все сильнее и сильнее.

Ведущий начинает тихонько хлопать в ладоши, глядя и постепенно подходя к одному из участников. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. последнему участнику аплодирует уже вся группа.

Занятие №5

Упражнение «Меня зовут... Я люблю себя за то, что...»

Время: 10 мин.

Цель: Упражнение на восстановление в памяти имен участников группы и создание рабочей атмосферы.

Задание: Упражнение проводится в кругу. Каждый поочередно говорит две фразы: «Меня зовут...» и «Я люблю себя за то, что...».

Упражнение «Что в нем нового?»

Время: 15 минут

Цель: развитие наблюдательности. Участники тренинга настраиваются на работу в команде.

Инструкция: Внимательно посмотрите друг на друга. Постарайтесь увидеть каждого, обратив внимание на то, как выглядит сегодня этот человек, в каком он состоянии, как он себя проявляет. Для этого у нас будет несколько минут.

Пауза.

А сейчас вы будете бросать мяч друг другу, сообщая при этом человеку, которому адресован мяч, что нового по сравнению со вчерашним днем вы в нем увидели. Будьте внимательны и старайтесь никого не пропустить".

Упражнение «Космическая скорость»

Время: 30 мин.

Цель: Упражнение показывает слаженность работы группы и задействует творческую энергию.

Материалы: мяч.

Задание: Участники образуют большой круг, стоя на расстоянии вытянутой руки друг от друга, и начинают перебрасывать мяч друг другу (у каждого он должен побывать в руках только один раз). Тренер просит игроков запоминать, от кого получен и кому передан мяч. Порядок передачи мяча впоследствии нельзя будет нарушать. Затем тренер просит сделать это упражнение еще быстрее. Участникам разрешается расцеплять руки, расходиться из круга и т.д.

Вопросы для обратной связи: Как развивалась идея, повлекшая за собой уменьшение времени? Какие еще идеи поступали? Руководил ли кто-нибудь процессом? Менялось ли руководство? Что можно извлечь из этого эксперимента?

Упражнение «Узкий мост».

Время: 27 минут

Цель: Развитие навыков понимания и умения уступать другим людям в затруднительных ситуациях

Инструкция: Я положила на пол две планки на некотором расстоянии друг от друга, обозначив таким образом «мост». Выбираются два участника, которые идут навстречу друг другу с разных сторон моста. Они торопятся. Вы должны сами выбрать способ прохождения моста.

Ход упражнения: Тренер кладет две планки на некотором расстоянии друг от друга, обозначая таким образом «мост». Выбираются два участника, которые идут навстречу друг

другу с разных сторон моста. Тренер обращает внимание участников, что они должны сами выбрать способ прохождения моста.

Вопросы для обсуждения: Сумели ли вы вежливо разойтись или столкнулись друг друга? О ком вы думали в первую очередь, когда нужно было сделать выбор: о себе или о партнере?

Выводы, к которым нужно подвести: У всех есть свои интересы, нужно уметь учитывать всё.

Упражнение «Сороконожка»

Время: 10 мин.

Цель: Упражнение направлено на командообразование, усиление доверия.

Задание: Тренер разбивает группу на подгруппы по 7–10 человек. В каждой команде один игрок берет себе стул и садится на него, плотно сдвинув колени и ступни, к нему на колени садится следующий участник, которого сидящий на стуле крепко держит за бедра, к этому участнику на колени садится следующий и т.д., при этом ноги всех сидящих должны доставать до пола. После этого каждая команда хором произносит слова: «Влево, вправо, влево, вправо...». На словах «влево» команда синхронно делает шаг левой ногой, на словах «вправо» — правой. Когда сделаны первые шаги, тренер убирает стул из-под последнего участника. Первый после этого действия должен дотянуться до последнего, чтобы он тоже сел на колени. После этого группа двигается по кругу в течение трех минут.

Вопросы для обратной связи: Что было самым сложным в упражнении?

Что помогло выполнить упражнение? Что помешало? Что помогло преодолеть возникавшие трудности?

IV Блок День 6-7.

Развитие уверенности в себе и формирование адекватной самооценки. Этот блок позволяет сформировать базисное чувство уверенности в себе и своих силах, а также повысить уровень самооценки.

Занятие № 6

Упражнение «Каким меня видят?»

Время: 35 мин.

Цель: организация активной обратной связи каждого участника группы и самовсприятие.

Инструкция: Выбирается доброволец, который выходит из комнаты. Перед выходом ему предлагается встать перед группой, и ведущий говорит: «По смотрите на этого

хорошего человека». *Это важный элемент процедуры, подчеркивающий, что необходимо отмечать только положительные качества. Критику можно осуществить отдельным упражнением, по окончании тренинга, если участники группы будут к ней готовы.*

Задача группы — коллегиально написать

10 ответов на вопрос «КАКОЙ ОН?», наиболее точно описывающих личные качества вышедшего человека.

Задача участника: за дверью подумать, как может охарактеризовать его эта группа.

После

того как группа готова, ведущий приглашает участника войти. Теперь его задача называть свои личные качества, являющиеся ответом на вопрос «КАКОЙ Я?» которые, как ему кажется, в нем видят окружающие. Важно угадать суть качества, а не конкретное написанное группой слово. При угадывании участником какого-либо качества группа сообщает ему об этом. Участник продолжает до тех пор, пока не «угадает» шесть характеристик.

Упражнение «Накачка уверенностью».

Время: 20 мин.

Цель: помочь участникам занятия вспомнить моменты уверенности в себе, помочь им определиться в понимании этого понятия.

В начале занятия, психолог поясняет участникам группы основную цель и регламент занятия.

Инструкция: Обсуждаются основные правила групповой работы: правило активности, правило контроля времени, правило организованной коммуникации, правило чуткости к себе и окружающим, правило закрытости информации и дисциплины. Проясняются ожидания участников группы. Далее психолог предлагает группе разобраться, что же из себя представляет понятие «уверенности в себе»? Участникам занятия дается возможность высказаться по поставленному вопросу, основные мысли из предложенных определений, записываются на маркерную доску.

Упражнение «Учимся ценить индивидуальность»

Время: 20 минут.

Цель: раскрытие собственной индивидуальности, повышение внутренней уверенности в себе, сплочение коллектива.

Вступление: если бы мы умели ценить собственную индивидуальность, нам было бы легче принимать индивидуальность окружающих людей.

"Мы часто хотим быть точно такими же, как остальные, и страдаем, чувствуя, что отличаемся от других. Иногда действительно хорошо, когда мы - как все, но не менее важна и наша индивидуальность. Ее можно и нужно ценить". Члены группы рассаживаются по кругу, у каждого заготовлены бумага и карандаш.

Инструкция: каждому игроку предлагается написать о каких-то трех признаках, которые отличают его от всех остальных членов группы. Это может быть признание своих очевидных достоинств или талантов, жизненных принципов, внешности и т. п. В любом случае информация должна носить позитивный характер. Приведите три примера из собственной жизни, чтобы участникам стало полностью понятно, что от них требуется. Для создания игровой атмосферы используйте свою фантазию и чувство юмора. Участники записывают свои характеристики и имена, выполняют задание (3 минуты). Группу предупреждают, что их записи соберутся и зачитаются, участники будут отгадывать, кто является автором тех или иных утверждений.

В конце упражнения психологом отмечаются положительные аспекты того, что люди не похожи друг на друга и в этом есть свои плюсы, мы становимся интереснее друг другу, можем найти нестандартное решение проблемы, дать друг другу импульсы к изменению, помочь в решении вопросов профессиональной деятельности.

В заключении занятия, психологом и участниками делаются общие выводы по всей проделанной работе. Проводится рефлексия, в которой участники могут высказать свое мнение, чувства и эмоции по поводу завершившейся групповой работы.

Упражнение «Назови сильные стороны»

Время: 15 минут.

Цель: формирование чувства внутренней устойчивости и доверия к самому себе; развитие умений думать о себе в позитивном ключе.

Инструкция: Каждый член группы в течение 3-4 минут должен рассказать о своих сильных сторонах – о том, что он любит, ценит и принимает в себе, о том, что дает ему чувство внутренней уверенности, и доверия к себе в разных ситуациях. Не обязательно говорить только о положительных чертах характера, важно стать точкой опоры в различные моменты жизни. Важно, чтобы говорящий не брал в кавычки свои слова, не отказывался от них, не умалял своих достоинств, чтобы он говорил прямо, без обиняков, безо всяких «ну» и «если» и т.п.

Упражнение «Связующая нить»

Время: 35 минут.

Цель: формирование чувства близости с другими людьми; принятие членами группы друг друга; формирование чувства собственной значимости.

Инструкция: Члены группы, сидя в кругу, передают друг другу клубок ниток, сопровождая это высказываниями, начинающимися со слов типа: «Я рад знакомству с тобой, потому что...» Когда клубок вернется к тому, кто начинал, членам группы следует натянуть нить, закрыть глаза и погрузиться в состояние, способствующее принятию себя, других людей, окружающего мира.

Оценить по 10-бальной шкале свою удовлетворенность итогами тренинга, потребность в дальнейшем самосовершенствовании, работу консультанта.

Упражнение «Подарок»

Время: 15 мин.

Цель: завершение занятия.

Инструкция: Процедура упражнения схожа с предыдущей, но в данном случае членам группы предлагается и не пожелать, а что-нибудь подарить каждому участнику (нематериальное!). Это может быть звезда на небе, восход солнца, удача, талант и т. п. То есть то, что нельзя положить в карман, но можно унести с собой в себе

Занятие № 7

Упражнение «Взаимопонимание»

Время: 35 мин.

Цель: релаксация, межличностная чувствительность и взаимопонимание.

Инструкция:

Вариант 1

Описание процедуры:

Упражнение выполняется в кругу. Ведущий называет любое число (но не больше, чем количество участников в группе). Одновременно с этим необходимо встать участникам в количестве равном названному числу.

Вариант 2

Ведущий называет число не больше, чем количество участников, и, выдержав паузу (1–3 с), подает команду: «Встали». По этой команде необходимо встать участникам в количестве равном названному числу.

Условия:

- участники должны встать точно по команде;
- должно встать ровно столько участников, сколько «заказывалось»;

- участникам нельзя разговаривать и соответственно вслух договариваться, кто именно будет выполнять задание.

Комментарии: Если установить время, в течение которого члены группы могут каким-то образом сообщать свои намерения и угадывать намерения других, то упражнение наполняется дополнительным содержанием. В данных условиях участники пытаются договариваться при помощи мимики и жестов.

Можно усложнить упражнение, запретив жестикуляцию. Но и при этом у них остаются такие параметры для анализа, как мимика и позы друг друга.

Упражнение «Повышение уверенности в себе»

Время: 25 минут

Цель: формировать самоуважение, доверие к самому себе, способствовать приобретению опыта выступления перед аудиторией, что в свою очередь эффективно влияет на повышение уверенности в себе.

Инструкция: Вызывается по очереди желающие участники, каждый в течении 5 минут сидит на стуле напротив остальных игроков. Суть игры в следующем: основной участник должен довериться группе настолько, насколько он считает нужным, раскрыть себя для остальных членов группы. Ему надо говорить о самом себе. Все, что он считает нужным. Основной участник может рассказать о своих приобретениях в ходе предыдущих занятий, о собственных переживаниях, впечатлениях, о том как он себя чувствовал в данной группе, на занятиях, что неприятно задевало его «Я», а что вдохновляло, и т.п. О своих способностях; планах на будущее. (Регламент рассказа 2-3 минуты).

По окончании рассказа основного участника остальные задают ему волнующие, интересующие их вопросы, относящиеся к участнику. После выступления всех желающих участников проводится рефлексия и общее обсуждение игры.

Упражнение «Конверты для добрых пожеланий»

Время: 15 мин.

Материалы: конверты, цветные маркеры, листы бумаги.

Задание: Участников просят написать свои имена на конвертах. Затем на листах бумаги участники пишут пожелания и благодарность для каждого члена группы, складывают листы в соответствующие конверты.

Упражнение «Рисуем общую картину»

Время: 20 минут

Цель: сплочение коллектива.

Задание: участников просят нарисовать на общем листе бумаги каждому по одному предмету, так чтобы в итоге получилась целостная картина.

Подведение итогов:

Заполнение анкеты участниками.

Анкета участника

Что я ожидал, начиная ходить на данный тренинг? _____

Насколько совпали мои ожидания в том, что я увидел? _____

В чем именно совпали? _____

В чем не совпали? _____

Что нового я узнал на занятиях? _____

В чем мне помогла группа? _____

Что мне больше всего понравилось? _____

Хотел бы я снова ходить на подобные занятия? _____

Что бы я хотел еще узнать на занятиях? _____

Что в ходе занятий на тренинге изменилось в моих представлениях? _____

Какие аргументы я бы привел, советуя знакомым посещать подобные занятия? _____

Как вы считаете отличаются ли занятия на тренинге, от тех обычных занятий в школе, чем

II. ФОРМИРОВАНИЕ КОМПЕТЕНЦИЙ КОМАНДИРОВ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ

Блок I.

Занятие № 1

Формирования климата доверия в группе, раскрепощения участников тренинга, развитие самопознания, определение жизненных ценностей.

Упражнение: «Выработка правил поведения на занятиях».

Время: 20 минут

Цель упражнения: Принятие правил работы в группе

Материалы: сундук с пергаментом.

Инструкция:

Для плодотворной работы и создания доверительной обстановки я предлагаю принять правила, по которым будет жить группа.

Сейчас каждый из вас достанет по одному правилу, которому надо придерживаться, находясь в данной группе, также каждый из вас должен будет высказаться относительно этого правила. Передаем сундучок со сводом правил по кругу.

- *Мы равны в возможности высказываться.*
- *Мы свободны в выборе своей точки зрения.*
- *Мы уважаем мнение другого и его право на свой выбор.*
- *Мы никогда не унижим своего товарища.*
- *Мы не будем рассказывать о личных тайнах за пределами группы.*
- *Мы уважаем мнение тренера и считаем его членом своей группы*
- *Мы будем активно принимать участие в этом тренинге (добровольно).*
- *Мы будем помогать друг другу.*
- *Обращаться друг к другу уважительно и по его выбранному имени.*
- *Не перебивать и дослушивать до конца собеседника*
- *Говорить только о том, что волнует меня именно сейчас, обсуждать то, что происходит со мной в группе.*
- *Обязуюсь быть искренним и доверительным в общении в группе.*
- *Предложения должны звучать именно от себя (например, «Я думаю, что...»)*
- *Недопустимость оценочных суждений членов группы. Например, вместо «Ты мне не нравишься!», следует сказать «Мне не нравится твоя манера поведения!»*
- *Правило «Стоп». Гласит, что каждый участник имеет право оказаться от участия в задании без объяснения причин. Если в какой-то момент тренинга участник не готов говорить об обсуждаемой проблеме, он также может сказать «стоп».*

-Всех ли устраивают данные правила?

-согласны ли вы со всеми этими правилами и с их использованием в группе?

-можете ли вы дополнить какими-то дополнительными правилами этот список?

Принцип «здесь и теперь». Общение в тренинге должно строиться вокруг актуальных для группы проблем, несмотря на то что для людей естественной является произвольная психологическая защита — стремление уйти в область общих высказываний, тезисов или давних событий, воспоминаний.

Упражнение «Самопрезентация»

Продолжительность: 10 минут

Цель: знакомство, создание благоприятной психологической атмосферы.

Материалы: не требуются.

Инструкция: Упражнение выполняется по кругу. Участникам предлагается по очереди (по кругу) сообщить остальным членам группы следующую информацию о себе:

- имя;
- место работы;
- две лучшие черты своего характера.

А также рассказать интересный эпизод или запоминающееся событие из своей жизни. Ведущий и другие члены группы могут задавать представляющемуся участнику дополнительные вопросы.

Упражнение «Имена»

Продолжительность: 10 минут

Цель: запоминание имен.

Материалы: не требуются.

Инструкция: Упражнение выполняется по кругу. Все участники по очереди (по кругу) называют свои имена. После завершения первого круга каждый человек называет сначала имя участника, сидящего слева, затем имя сидящего справа. Если ошибся, то группа ему помогает.

Упражнение «Ценности»

Время: 30 мин.

Цель: Упражнение направлено на сплочение группы, повышение уровня терпимости в группе к ее участникам.

Материалы: листы с написанными на них незаконченными предложениями для каждого участника.

Задание: Тренер делит группу на две равные части, каждая из которых образует круг (внешний и внутренний). Участники каждого из кругов должны находиться лицом друг к другу, образуя пары. Каждый из игроков получает лист с незаконченными предложениями. После этого партнеры из образовавшихся пар должны закончить первое предложение из списка, выслушать варианты друг друга и обсудить их. На эту беседу отводится 2–3 минуты. Затем игроки внешнего круга передвигаются на одного человека по часовой стрелке и уже с новым партнером продолжают второе предложение из списка и т.д.

Участники двигаются по кругу до тех пор, пока не пройдут его полностью.

Вопросы для обратной связи: Часто ли вы испытывали сходство с другими участниками? Часто ли испытывали различия? Удивил ли вас кто-нибудь? Когда совпадение мнений было для вас важным? Какие ценностные конфликты вы можете выделить в группе?

Лист с незаконченными предложениями:

- От хорошей команды я жду, что...
- Руководитель команды должен прежде всего...
- Я не выношу, когда кто-нибудь в группе...
- Я чувствую себя угнетенным, когда...
- В группе я прежде всего хочу...
- Я чувствую себя лучше всего, когда другие...
- От менеджера я жду...
- Я бы хотел, чтобы политики, наконец...
- Я никогда не...
- Родители обязаны...
- Я надеюсь, что мои дети...
- Мир был бы устроен лучше, если бы...
- Больше всего я опасюсь того, что...
- Мне совершенно все равно, когда...
- Еще бы я хотел в своей жизни...
- Мне нравятся люди, которые...
- Я злюсь, когда...
- Я нахожу ситуацию сложной, угнетающей, когда...
- Я требую от себя, чтобы я...
- Когда я совершаю ошибку, я...
- Перемена — это...
- Учиться — значит...
- Если бы я мог пожелать что-то одно, я пожелал бы...
- От мужчин я ожидаю...
- От женщин я ожидаю...
- Деньги значат для меня...
- Я считаю, что я достоин уважения, потому что я...
- Мне сложно простить человека, если...
- Я хотел бы, чтобы после моей смерти...

- Природа для меня значит...
- Никто не имеет права говорить обо мне, что я...
- Больше всего меня обязывает...
- Лучше всего я чувствую и понимаю людей, которые...

Упражнение «Я хочу поблагодарить тебя за...»

Время: 20 мин.

Задание: Участники встают в круг. Ведущий бросает мяч одному из участников, говоря при этом: «Я хочу поблагодарить тебя за...» и называет причину. Участник, получивший мяч, бросает его другому человеку и называет свою причину благодарности. Мяч должен побывать у всех участников.

Подведение итогов занятия.

II Блок День 2-3.

Восприятие другого в процессе профессионального общения командира подразделения, эффективность профессионального общения. Данный блок направлен, главным образом, на формирование личностных компонентов.

Занятие №2

Упражнение «Солнечная система»

Время: : 40 минут

Цель: создать благоприятную рабочую обстановку в группе.

Инструкция: Вы все по очереди будете Солнышком, а все остальные члены группы планетами-спутниками. Сначала Солнышко пытается развести планеты по орбитам. Чем орбита ближе, тем человек лучше относится к Солнышку. На орбите люди могут стоять боком, сзади, спереди, разбившись. Человеческие отношения чрезвычайно сложные и только расстоянием их не определишь. Ну а после того как Солнышко решило, что все сделано правильно, по его мнению, он отворачивается, и планеты сами распределяются по орбите в зависимости от того, как они относятся к Солнышку на самом деле.

Упражнение «Препятствия в учебе»

Цель: обучиться настраиваться на встречу с препятствиями и находить себе ресурсы для их преодоления.

Время: 30 минут

Инструкция: Закройте, пожалуйста, глаза, несколько раз глубоко вдохните и выдохните...

Представьте себе, что вы идете по узкой тропинке через густой лес и наталкиваетесь на какое-то препятствие. Постарайтесь увидеть внутренним взором, как именно выглядит этот барьер, мешающий вам двигаться, узнайте про него как можно больше...

Затем найдите способ преодолеть это препятствие...(1 минута)

Перебравшись через препятствие, вы сможете обнаружить, что у вас появилось нечто, в чем вы как раз нуждаетесь сейчас, что может дать подсказку в вашей нынешней ситуации. Спокойно осмотритесь вокруг, постарайтесь понять, что именно может помочь вам...Затем внимательно изучите вашу находку...(1 минута)

Сохраняя находку в памяти, возвращайтесь назад, обогащенные новым опытом... Когда будете готовы, откройте глаза.

Упражнение «Учимся на ошибках»

Цель: обучить мысленно, выстраивать альтернативы неудачным действиям и способам поведения.

Время: 30 минут

Инструкция: Вспомните сейчас какую-нибудь ситуацию, в которой вы сделали то, что представляется вам теперь типичной для вас ошибкой. Сначала конкретно, шаг за шагом, опишите, что именно вы сделали, что привело к отрицательному результату. И придумайте этому описанию какое-нибудь название.

Затем создайте версию номер два. Опишите в ней, как следует себя вести, если жизнь во второй раз столкнет вас с такой же ситуацией. Укажите, что именно вы будете делать на этот раз, как вы будете действовать, каким окажется результат. Дайте название и этому описанию.

Упражнение «Аплодисменты»

Цель: завершить занятие на эмоциональном уровне.

Время: 10 минут

Инструкция: Участникам предлагается встать в круг, один из желающих выходит в центр круга, а остальные ему бурно аплодируют. Они продолжают это делать ровно столько, сколько он захочет. Он благодарит группу (говорит «спасибо», кланяется и т.п.) и возвращается в круг. После этого выходит следующий участник.

Занятие №3

Упражнение «Синхронизация»

Время: 30 минут

Цель: сплочение группы.

Инструкция: Участникам предлагается по команде, не договариваясь, на счет три показать (выбросить) одинаковое количество пальцев. На счет «три» каждый участник выбрасывает какое-то количество пальцев. Ведущий считает, сколько человек показало один палец, сколько два и т.д., и при необходимости повторяет процедуру. Упражнение повторяется до тех пор, пока все участники не покажут по команде одинаковое количество пальцев. При этом нельзя разговаривать и как-то договариваться.

Упражнение «Письмо значимого человека»

Время: 25 минут

Цель: обучить воспринимать отношения с точки зрения партнера.

Инструкция: Представьте себе, что какой-то значимый для вас человек решил написать вам письмо. Решите, кто это будет, и как можно точнее и детальнее представьте его в своем воображении. Теперь у вас есть 15 минут для того, чтобы написать себе письмо от имени этого человека. Используйте все знания об этом человеке и о ваших взаимоотношениях, а также ту информацию, которую ваше внутренне Я извлекает из недоступного сознанию источника...

Упражнение «Письмо из будущего»

Время: 45 минут

Цель: выявление ресурсов для эффективного решения проблем.

Инструкция: Представьте себе, что ваше бессознательное перемещается на несколько лет в будущее, например, на пять, на десять лет или не два года, и из этой точки будущего комментирует вашу сегодняшнюю жизнь, ваши текущие обстоятельства и проблемы. Оно открывает вам, как ваша жизнь будет складываться дальше. Вы можете увидеть, как вы решили свои проблемы, когда это произошло, или же какой путь вы избрали для того, чтобы обойти не поддающуюся решению проблему.

Из какого-то момента в будущем напишите себе письмо, рисующее вам панораму вашей дальнейшей жизни, где сегодняшние тревоги давно превратились в твердую почву завтрашнего дня. Поставьте дату, не забудьте написать обращение и подписаться.

Упражнение «Рассмешь партнера»

Время: 20 минут

Цель: создать благоприятную психологическую атмосферу.

Инструкция: Выбирается первая пара игроков. Задача одного участника – любыми средствами рассмешить своего партнера. При этом свободен в выборе действий и может что-то говорить, корчить рожицы и т.д. Задача другого участника – постараться сохранить

самообладание и не улыбаться. Если первому участнику удастся рассмешить партнера или хотя бы вызвать ответную улыбку, то он выбирает другого из оставшихся игроков и пытается рассмешить его. Если никакими силами рассмешить не удастся, то на его роль выбирается другой участник. Во время обсуждения нужно дать возможность высказаться каждому участнику. Можно группе определить самого насмешливого и самого смешливого участника.

III Блок День 4 -5.

Управление конфликтами в коллективе. Способы разрешения конфликтных ситуаций. Блок направлен на регуляцию эмоций и формирование стратегий и тактик поведения в конфликтных ситуациях

Занятие №4

Упражнение «Рассмешь партнера»

Время: 20 минут

Цель: Упражнение позволяет участникам ближе узнать друг друга.

Инструкция: Ведущий делит группу на мини-группы по 4-5 участников. Предлагаю вам упражнение для знакомства. Но знакомиться мы будем особым методом. А именно. Каждая команда в течение пяти минут сочиняет о себе историю, используя реальные данные. Например: «Мы родились в Бельцах, Орхее и Кишиневе. Дома у нас 9 собак, 14 кошек, 2 попугая и 1 черепаха. Трех наших мам зовут Ольгами, а еще у нас два папы по имени Олег» и т.д. По истечении назначенного времени каждая команда выбирает рассказчика, и он представляет команду.

Упражнение «Выбор руководителя»

Цель: выявить структуру власти и влияния в группе

Время: 30 мин

Инструкция: Я хочу предложить вам разобраться в том, кого вы, не считая меня, готовы принять в качестве руководителя группы. Каждый из вас получит сейчас три одинаковые карточки. У вас будет 20 минут на выполнение задания. Задание состоит в следующем: свои карточки вам надо будет отдать тем членам группы, которых вы охотно приняли бы в качестве руководителя группы. При этом вы сами решаете, сколько карточек вы дадите тому или иному кандидату. Разумеется, вы можете выдвинуть в кандидаты и себя самого и предложить другим членам группы подкрепить ваши полномочия своими карточками. Приготовьтесь к тому, чтобы в ходе переговоров кратко обосновать то, что вы хотите от

руководителя, или же то, что вы сами готовы делать в качестве руководителя. Руководителем группы станет тот, у кого к концу игры будет больше всего карточек. В ходе игры вы, разумеется, можете свободно передвигаться по комнате.

Вопросы для обсуждения:

- Кто получил больше всего карточек?
- Как ему удалось этого достичь?
- Сколько участников не поддержали нового руководителя группы?
- Что они сделали для того, чтобы помешать его избранию?
- Выяснилось ли в ходе этого упражнения нечто новое?

Упражнение «Пять стульев»

Цель: помогает участникам тренинга определиться относительно уровня управления эмоциями.

Время: 45 мин

Инструкция: Перед вами — пять стульев, на каждом из которых лежит листок с описанием определенного уровня владения эмоциями. Эти пять стульев - пять ваших выборов.

Первый стул: выбравший его человек — «естественный» и внутренне, и внешне. Он не может управлять ни своим внутренним миром, ни внешним выражением своих эмоций; переживает то, что «пришло», и на лице при этом выражение — соответственное.

Не могу управлять ни внутренними переживаниями, ни внешним выражением: эмоции появляются в душе сами, запускаясь разными причинами: состоянием тела, событиями жизни и тем, что говорят и делают окружающие люди. Мои эмоции живут какой-то своей отдельной жизнью и выплескиваются наружу помимо моей воли. Я не отвечаю за свои эмоции.

Второй стул: выбравший его человек не может управлять своей внутренней погодой, но отчасти может контролировать внешние свои проявления.

Внутренние переживания вне моего контроля, при этом умею управлять внешним выражением эмоций, когда внутри относительный порядок. Внешнее "Хорошо" бывает не всегда, внутри тем более.

Третий стул: выбравший его человек может полностью контролировать внешнюю подачу себя, а внутренний мир — по-прежнему неуправляем.

Внутренние эмоции живут своей жизнью, внешне себя контролирую полностью. Полное внешнее Хорошо, внутри бывает по-разному.

Четвертый стул: выбравший его человек прекрасно контролирует внешние свои поведения, но внутренний мир подвластен ему частично.

Когда внутренние переживания не слишком сильны, внешне контролирую себя полностью, внутри быстро с собой разбираюсь и все улаживаю. Сильные эмоции внешне контролирую, внутренне нет: совладать с ними бывает трудно.

Пятый стул: выбравший его человек полностью контролирует как свой внутренний мир, так и свою внешнюю эмоциональную подачу.

Свободно управляю внешними проявлениями своих эмоций: на лице, в речи и интонациях всегда то, что нужно. Так же свободно управляю внутренними переживаниями: убираю ненужные, вызываю уместные и нужные. За свои эмоции отвечаю, это мой важнейший инструментарий. Я социально адекватен, обычно в бодром и прекрасном настроении, всегда могу позаботиться о тех людях, которые мне дороги.

Вопросы и задания:

На каком стуле ты сегодня? Встаньте за тем стулом, описание которого соответствует вашему уровню владения эмоциями.

На каком стуле ты хотел бы оказаться? Назовите тот уровень (покажите тот стул), который вас привлекает, достижение которого станет вашей целью.

Упражнение «Подарок»

Цель: завершить занятие.

Инструкция: Членам группы предлагается подарить каждому участнику что-нибудь нематериальное.

Продолжительность: 15 минут

Занятие №5

Упражнение «Приветствие – живая волна».

Время: 7 мин.

Цель: разминка.

Инструкция: Участники тренинга сидят в кругу, один из них говорит своему соседу короткую приветственную фразу, например, «Доброе утро!» Сосед должен как можно быстрее встать, повторить эту фразу и снова сесть, а его сосед должен сделать то же самое, и волна вставаний и повторений побежит по кругу, как по трибунам во время первенства мира по футболу. Участников просят выполнить это задание с максимально возможной скоростью.

Упражнение «Марионетки»

Время: 40 мин

Цель: Развивает качества: Уверенность. Раскрепощенность. Коммуникабельность

Инструкция: Игра основана на преднамеренных манипуляциях одними игроками других. Манипулируемый знает, что им манипулируют, и все присутствующие это тоже знают, у участника за счёт этого снимается неуверенность в своих поступках, чувство стеснительности. В раскрепощении он усваивает новые, незнакомые ему ещё формы общения.

Упражнение по сути близко к ролевым играм, но в отличие от них лишает пассивного участника свободы в действиях, оставляя при этом возможность побыть в незнакомой или даже чуждой ситуации.

Для игры требуется четыре участника. Выбор участников зависит от характера тренинга. Если тренинг в целом посвящён развитию чувства уверенности в межличностном общении, то можно вызывать игроков сугубо добровольно (при этом оставляя возможность всем по очереди принять участие). Если ведущий видит, что несколько человек из его группы испытывают проблемы в общении, то он может вставить эту игру в процесс тренинга с прицелом на то, чтобы именно эти участники приняли участие. В этом случае ведущий должен проявить своё искусство ненавязчиво подтолкнуть этих участников к игре. Итак, получены четыре участника. Ведущий распределяет их на две пары. В каждой паре есть активный игрок ("актёр", "кукловод" или "суфлёр") и пассивный ("марионетка" или "кукла"). Ведущий должен сам разбить игроков на пары. Ориентируясь на собственные представления, не сообщая мотивов своего выбора, ведущий сообщает каждому игроку его статус ("кукловод", "марионетка"). Это, на самом деле, довольно сложное решение: какой статус присвоить, активный или пассивный. Можно было бы, конечно, для "равновесия" позволить игроку побыть и в этом статусе, и в этом. Но это не рекомендуется для тех же самых пар (со временем игроки могут начать переигрывать и заигрывать, кто-то захочет отомстить своему бывшему "кукловоду"). Скорее всего, лучше довериться интуиции и распределить статусы согласно ей.

Ведущий объясняет правила игры:

1) даётся какая-то ситуация для проигрывания ситуация рассчитана на двух участников;

2) играют эти роли "марионетки", но ими управляют "кукловоды", которые и решают что и как сказать, какое действие изобразить;

3) "кукловоды" управляют своими "марионетками" только вербально (говорят примерно следующее: "Ответь ему, что тебе приятно было познакомиться");

4) ситуация, задаваемая изначально, носит несколько конфликтный характер (у противоборствующих сторон имеются противоположные инструкции (условия победы)), игра заканчивается, когда одна из сторон победила или же когда останавливает игру ведущий;

5) ведущий останавливает игру в тех случаях, когда она явно зашла в тупик или же когда "кукловоды" начинают подбивать своих "марионеток" на совершение неприличных поступков.

Примеры сценариев

1. Девушка сидит на скамейке и читает книгу. Парень хочет с ней познакомиться. Девушка стремится к тому, чтобы парень от неё отстал. Парень стремится к тому, чтобы девушка отложила книгу, взяла его под руку, и они вместе пошли гулять.

2. Преподаватель в театральном училище добивается от студента, чтобы он изобразил из себя мартышку. Студенту это неприятно, он отказывается и говорит, чтобы сам преподаватель изобразил мартышку. Условия победы: чтобы мартышку изобразила противоположная сторона.

3. Собеседование при приёме на работу. Работодатель заинтересован в соискателе, только хочет платить зарплату в два раза меньше того, что желает соискатель. Если работодатель и соискатель пожмут друг другу руки, то выиграет работодатель. Если соискателю удаётся уйти, то выигрывает он.

Упражнение "Тумба-Юмба"

Цель: Исследовать индивидуальные стратегии агрессивного поведения.

Время 30 мин

Организация: Для работы понадобятся покрывала. В помещении должно быть достаточно места. Предложите участникам разделиться на две группы и встать в линейку напротив друг друга. Все участники из покрывал делают скатки (скатать в валик).

Инструкция: Жили два первобытных племени - Тумба и Юмба. Неплохие, в целом были ребята, но дикари. И время от времени выходили они на поле битвы за раздел территории... Сейчас вы будите изображать эту битву. Биться можно тем, что у вас в руках, и при этом обязательно говорить. Представители племени Тумба будут говорить: "Вот тебе Юмба!" и наоборот. Бить можно противника по нижней части туловища. Нельзя наносить удары по лицу и голове. Готовы? Начали! "Битва" длится 1,5-2 минуты. За это время, как правило,

участники забывают, где свои, где чужие, и битва перерастает в массовую потасовку. Тренеру желательно наблюдать за поведением участников и запоминать, кто как действует. Подать сигнал "Стоп!" и задать вопросы: Что я чувствовал в процессе битвы? Как я себя вел?

- Выполнял ли инструкции? (не бить своих, бить противника по нижней части туловища, приговаривать во время удара) Все участники спонтанно делятся на пары и отвечают друг другу на вопросы, которые прозвучали.

Вопросы к участнику: Стратегии моего поведения? Какие выводы я сделал о себе и как это отражается на моей жизни? Где и с кем я веду себя по жизни подобным образом? Является ли это для меня проблемой? Обратите внимание участников, что в упражнении проявлялась физическая и вербальная агрессия. Проявления в жизни могут быть иными, но суть от этого меняется мало.

Упражнение «Пожелания в профессиональном плане»

Время: 15 минут

Цель: Завершение тренинга.

Инструкция: Участники тренинга встают в круг. Ведущий присоединяется к ним. Мы закончили тренинг. Надеюсь, что он был полезен для вас, и вы разглядели в себе какие-нибудь точки профессионального роста. Предлагаю вам упражнение, которое поможет вам закрепить эти открытия. У меня в руках мяч. Мы будем передавать его друг другу. Тот у кого он оказывается, громко произносит свое имя и говорит: «Я желаю себе в профессиональном плане...» и произносит, то, что он желает себе. Это довольно важный момент в тренинге и я прошу поддерживать стремление наших коллег аплодисментами.

ДЕКЛАРАЦИЯ ОБ ОТВЕТСТВЕННОСТИ

Нижеподписавшаяся, заявляю под личную ответственность, что материалы, представленные в докторской диссертации, являются результатом личных научных исследований и разработок. Осознаю, что в противном случае, буду нести ответственность в соответствии с действующим законодательством.

ДЗЫК ИЛОНА

Дата: _____ 2023

Curriculum vitae

Informații personale

Nume / Prenume

Adresă(e)

Telefon(oane)

E-mail(uri)

Naționalitate(-tăți)

Data nașterii

Sex

Dzîc Iona

str. Drumul Viilor or. Chișinău, Republica Moldova, MD

Mobil: 079918687

draganilona@yahoo.com

Republica Moldova

06.08.1975

feminin

Experiența profesională

Perioada Funcția sau postul ocupat

2002 – 2023 Psiholog militar în Armata Națională.

Educație și formare

Perioada Calificarea / diploma obținută Numele și tipul instituției de învățământ

2011- 2022 Studii de doctorat la Specialitatea 511.03 – Psihologia socială Universitatea Liberă Internațională din Moldova (ULIM)

Perioada Calificarea / diploma obținută Numele și tipul instituției de învățământ

2006 – 2007 Diplomă de master. Titul de master în Psihologie Universitatea Liberă Internațională din Moldova (ULIM)

Perioada Calificarea / diploma obținută Numele și tipul instituției de învățământ

1997 - 2002 Diplomă de licență, învățământ superior. Titlul de Licențiat în Psihologie Universitatea Pedagogică de Stat «Ion Creangă» din Chișinău

Alte formări / instruirii:

Domeniile de interes științific/ Participare în proiecte și foruri științifice naționale și internaționale: Rezultatele obținute pe parcursul desfășurării cercetării teoretice și empirice au fost discutate în cadrul seminarelor metodice la Catedra de Psihologie a Universității Pedagogice de Stat «Ion Creangă» și în cadrul Universității Libere Internaționale, dar și în cadrul conferințelor științifice naționale și internaționale: la conferințele științifice anuale de la UPS «Ion Creangă», în anii 2011-2021 Conferințe științifice

internaționale ” Mental Health combat stress mitigation” 2011;”Dificultăți de adaptare la mediul militar” 2012;”Paradigmele inteligenței în psihologia contemporană” 2012;”Psihologie: un pas spre viitor” 2012;”Practica psihologică modernă” 2013; „Adaptarea militarilor recent încorporați la mediul militar” –2013; „Fundamente psihopedagogice ale prevenirii și combaterii violenței în sistemul educațional” 2014;”Practica psihologică modernă 2014; „Metode și strategii eficiente de organizare a activității psihologice la diverse etape serviciului militar, cu diferite categorii de militari” 2014;”Sănătatea psihologică o prerogative a contemporanității” 2014; „Strategii Chișinău eficiente de adaptare la etapa instruirii” 2014; The mentalities of society in transformation 2015; „Practica psihologică modernă” 2016; „Dezvoltarea Armatei Naționale în contextul aprofundării reformelor democratice; „Dezvoltarea Armatei Naționale în contextul aprofundării reformelor democratice” 2019; „Life changing rehabilitation: the best practice, challenges and opportunities” 2019, Lithuania or. Draskuninkaite „Armata, statul și societatea – trecut, prezent, viitor” 2022; „Mental health in security sector”, George C. Marshall EuropeanCenter for Security Studies, Germania, 2023

1. DZÎC I. Dificultățile psihologiei militare și locul adaptării la mediul militar în această problematică/ In: Revista militară. Studii de executare și apărare. 2013, nr. 2 (12), pp. 78-86. ISSN 1857-405X
2. DZÎC, I., STATI, U. Psihologia situațiilor de criză în mediul militar. In: Revista militară. Studii de executare și apărare. 2015, nr. 1 (13), pp. 85-88. ISSN 1857-405X
3. ГОИЦА, В., ДЗЫК, И. Взаимодействие между адаптационным потенциалом и локализацией субъективного контроля у военнослужащих/ Conferința științifică internațională „Asistența Psihologică, Psihopedagogică și Socială ca factor al dezvoltării societății”, 2 -2013, Ed. a 2-a/coord șt. Igor Racu (et. al.) – Ch.; S.n.,2011, C.132-141. ISBN 978-9975-45-86-1
4. ДЗЫК, И. Взаимосвязь агрессии и нервно-психической устойчивости у военнослужащих с разным адаптационным потенциалом/Asistența Psihologică, Psihopedagogică și Socială ca factor al dezvoltării societății: conf. șt. intern.: Ed. a 2-a, 16 dec. 2011 / Acad. de Științe a Rep. Moldova, Univ. Ped. de Stat ”Ion Creangă”, Fac. Psihologie și Psihopedagogie Specială. - Ch., 2011. – Vol. 1. – P. 178-186. – Bibliogr.: p. 187 ISBN 978-9975-101-95-0
5. ДЗЫК, И. Особенности адаптации новобранцев в современном транзитивном периоде развития общества/ In: Revista militară. Studii de executare și apărare. 2019, nr. 3 (13), pp. 102-110. ISSN 1857-405X
6. ДЗЫК, И. Проективные методы исследования адаптационного потенциала новобранцев в условиях готовности обеспечения безопасности и обороны государства/ In: Revista militară. Studii de executare și apărare. 2018, nr. 1 (4), pp. 53-60. ISSN 1857-405X
7. ДЗЫК, И. Социально-психологические явления в русле военной психологии//Dezvoltarea Armatei Naționale în contextul aprofundării reformelor democratice”, conferință interuniversitară (2019; Chișinău).: Materialele conferinței interuniversitare 14 februarie 2019/col.red.:Marin Butuc. – Ed. a 4-a.- Chișinău: S.n.,2019. – C. 126-130 ISBN 978-9975-84-095-8
8. ДЗЫК, И. Социально-психологическая адаптация в свете различных теорий и гипотез/Dezvoltarea Armatei Naționale în contextul

Lucrări științifice și științificometodice publicate - numărul de monografii, articole, materiale ale comunicărilor științifice, brevete de invenții, manuale, ghiduri etc.

aprofundării reformelor democratice”, conferință interuniversitară (2019; Chișinău).: Materialele conferinței interuniversitare 14 februarie 2019/ col.red.: Marin Butuc– Ed. a 4-a.- Chișinău: S.n.,2019 – C. 130-134 ISBN 978-9975-84-095-8

9. ДЗЫК, И. Сущность, виды и факторы определяющие процесс социально-психологической адаптации/Dezvoltarea Armatei Naționale în contextul aprofundării reformelor democratice”, conferință interuniversitară (2018; Chișinău).: Materialele conferinței interuniversitare 1 martie 2018/col.red.:Igor Sofranescu. – Ed. a 3-a.- Chișinău: S.n.,2019. – C-241-247 ISBN 978-9975-84-082-8

10. ДЗЫК, И. Адаптационный потенциал и уровни его развития у новобранцев Dezvoltarea Armatei Naționale în contextul aprofundării reformelor democratice”, conferință interuniversitară (5; 2020; Chișinău).: Materialele conferinței științifice cu participarea internațională, Ed. A 5-a, 27 februarie 2020 - Chișinău: S.n.,2020. – C-200-206 ISBN 978-9975-3346-5-5

11. ДЗЫК, И. Оптимизация адаптационного потенциала посредством формирования характерологических особенностей личности новобранцев и компетенций их командиров/ Dezvoltarea Armatei Naționale în contextul aprofundării reformelor democratice”, conferință interuniversitară Materialele conferinței științifice cu participarea internațională 24.02.2022 – Chișinău: S.n.,2022. – C. 110-114 ISBN 978-9975 – 84-164-1

12. GHIDUL ACTIVITĂȚILOR PSIHOLOGICE DESFĂȘURATE ÎN ARMATA NAȚIONALĂ

Premii, mențiuni, distincții, titluri onorifice

- ✓ Medalia „Aniversarea XX-a a Armatei Naționale”
- ✓ Medalia crucea „Pentru Serviciul Impecabil” clasa III
- ✓ Medalia crucea „Pentru Serviciul Impecabil” clasa II
- ✓ Medalia crucea „Pentru merit”
- ✓ Medalia „Pentru dezvoltarea PSIHOLOGIEI MILITARE”
- ✓ Medalia „Pentru Serviciul Impecabil” clasa I
- ✓ Ordin RM ”Credința Patriei” clasa III

Limba(i) maternă(e)

Limba rusă

Limba(i) străină(e) cunoscută(e)

Limba română-bine, Limba engleză –intermediar STANAG 2222+

Competențe și aptitudini organizatorice

Punctualitate, Lucru în echipă, Planificare, Coordonare

Competențe și aptitudini PC

Windows, MS Office applications: Word, Excel, Power Point.

Date de contact de serviciu

Adresa: șos.Hîncești, 84, or. Chișinău, Republica Moldova, MD **tel.:** 022-25-24-01 **E-mail:** ilona.dzic@army.md