

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ЛИЧНОСТНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК И СТРЕССА  
У ВОЕННОСЛУЖАЩИХ В УСЛОВИЯХ СЛУЖЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
INTERRELATION BETWEEN PERSONAL CHARACTERISTICS AND STRESS  
AT THE MILITARY PERSONNEL IN THE CONDITIONS OF MILITARY SERVICE  
RELAȚIA DINTRE CARACTERISTICILE DE PERSONALITATE ȘI STRES LA  
PERSONALUL MILITAR ÎN CONDIȚIILE ÎNDEPLINIRII SERVICIULUI MILITAR**

**CZU 159.9**

*Красковская Валерия, докторант, КГПУ им. «И.Крянгэ»*

*Раку Жанна, доктор хабилитат психологии, профессор Молд. ГУ*

**Summary**

This article presents the results of study on the stress and personality characteristics of military personnel (adaptive abilities (neuropsychic stability, moral normality, communicative abilities), personality accentuation and depressive state). In the ascertaining experiment, it was found that military personnel with a high level of stress have a low level of adaptive abilities (neuropsychic stability, moral normality, communicative abilities), a manifestation of personal accentuation and the presence of a depressive state. For young soldiers with low levels of stress, a high level of adaptive abilities (neuropsychic resistance, moral normality, communicative abilities), absence of personal accentuation and depressive states is characteristic.

**Keywords:** stress, adaptive abilities, neuropsychic stability, moral normativity, communicative abilities, personality accentuation, depressive state.

**Аннотация**

В данной статье представлены результаты исследования о стрессе и личностных особенностях военнослужащих (адаптивные способности (нервно-психическая устойчивость, моральная нормативность, коммуникативные способности), акцентуации личности и депрессивное состояние). В констатирующем эксперименте было установлено, что у военнослужащих с *высоким уровнем стресса* наблюдается низкий уровень адаптивных способностей (нервно-психической устойчивости, моральной нормативности, коммуникативных способностей), проявление акцентуации личности и наличие депрессивного состояния. Для молодых солдат с *низким уровнем стресса* характерен высокий уровень адаптивных способностей (нервно-психической устойчивости, моральной нормативности, коммуникативных способностей), отсутствие акцентуации личности и депрессивных состояний.

**Ключевые слова:** стресс, адаптивные способности, нервно-психическая устойчивость (НПУ), моральная нормативность, коммуникативные способности, акцентуации личности, депрессивное состояние.

**Adnotare**

În acest articol sunt prezentate rezultatele unui studiu privind stresul și particularitățile de personalitate la militari (capacitate de adaptare, stabilitate neuro-psihică, normele morale, aptitudini de comunicare). În cadrul experimentului de constatare a fost demonstrat că la militari cu nivel ridicat al stresului se constată un nivel scăzut al aptitudinilor de adaptare, accentuări de personalitate și stări depresive. Pentru tinerii soldați cu nivel scăzut al stresului sau constatat un nivel ridicat al aptitudinilor de adaptare, lipsa accentuărilor de personalitate și stărilor depresive.

**Cuvinte cheie:** stres, aptitudini de adaptare, stabilitate neuropsihică, aptitudini de comunicare, accentuări de personalitate, stări depresive.

Последнее время перед военными психологами довольно остро стоит проблема повышенного стресса в армейских условиях. Нарастающие физические и психические нагрузки современного военнослужащего приводят к формированию эмоционального напряжения, которые выступают одним из факторов снижения психической устойчивости, адаптации, возникновению различных акцентуаций личности и депрессивных состояний. В настоящее время на первый план выходит забота о сохранении психического здоровья и снижении уровня стресса современного военнослужащего.

Пребывание в состоянии стресса существенно влияет на снижение успешности и качества выполнения молодыми солдатами профессиональной деятельности и требует использования дополнительных внутренних ресурсов для поддержания оптимального уровня психического и физического состояния. Подобная ситуация способствует возникновению ряда последствий, негативно сказывающихся как на самой служебной деятельности в целом, так и на взаимоотношения в военном коллективе [4].

Изложенные выше аргументы указывают и подчеркивают *актуальность* данной проблематики.

В рамках нашего исследования проверялась *гипотеза*, о том, что существует взаимосвязь между уровнем стресса у военнослужащих и адаптационным потенциалом, а также их личностными особенностями. В констатирующей части нашего экспериментального исследования были выдвинуты следующие рабочие гипотезы:

- У военнослужащих с *высоким уровнем стресса* наблюдается низкий уровень адаптационных способностей (моральной нормативности, коммуникативных способностей, НПУ), проявление акцентуации личности и наличие депрессивного состояния.

- Для молодых солдат с *низким уровнем стресса* характерен высокий уровень адаптационных способностей (моральной нормативности, коммуникативных способностей, НПУ), отсутствие акцентуации личности и депрессивных состояний.

Исходя из выдвинутых гипотез, поставлена следующая **задача**: определить уровень стресса и диагностировать личностные характеристики военнослужащих (адаптационные способности, НПУ, моральную нормативность, коммуникативные способности, акцентуации характера, состояние депрессии) и выявить их взаимосвязь.

Для анализа корреляции между переменными, был использован метод Спирмена, его применение позволяет выявить наличие взаимосвязи между уровнем стресса и

личностными характеристиками военнослужащих, для подтверждения или опровержения основной гипотезы исследования.

*Объектом* нашего исследования были 200 военнослужащих Национальной армии РМ.

В соответствии с задачей исследования, а также с выдвинутыми гипотезами была разработана программа констатирующего эксперимента, в рамках которой были применены следующие *методики*: Опросник «Оценка стресса» (Т. Хиндл «Как уменьшить стресс»), тест - опросник «Шкала депрессии Бека» (Beck Depression Inventory), Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» (МЛО) А. Г. Маклаков и С. В. Чермянин, Сокращенный многофакторный опросник для исследования личности «ММРІ» (СМОЛ) адаптация (Ф.В.Березина и М.П. Мирошникова), Методика оценки нервно-психической устойчивости («Прогноз») С.М. Кирова.

В продолжение представим описание и интерпретацию полученных результатов. Таким образом, при анализе количественных данных была установлена статистически *средняя* положительная связь ( $r = ,677$ ;  $p \leq 0,05$ ) между **высоким уровнем стресса и низким уровнем адаптационных способностей**. Адаптационные процессы тесно связаны с представлениями об эмоциональном напряжении и стрессе, в связи с этим адаптация, находится в зависимости от стресса, так как разнообразная субъективная реакция организма воздействует индивидуально на внешние условия социума. Следовательно, состояние стресса, подразумевает «согласование» между организмом и средой. Проявление значительного степени стресса осуществляется в том случае, когда типичная адаптационная реакция является недостаточной. Главным образом появление стресса у военнослужащего зависит от индивидуального восприятия им опасности, адаптацией молодого солдата и при определенных обстоятельствах способны возникать по различным индивидуальным причинам. Болезненно перенесенные стрессовые ситуации вызывают проблематичность, трудности процесса адаптации. В армейской деятельности стрессовые ситуации формируются динамичностью событий, необходимостью мгновенного принятия решения, рассогласованием между индивидуальными особенностями, ритмом и служебной деятельности. Условиями, способствующими появлению психологического стресса в данных ситуациях, могут являться неполноценность информации, её противоречивость, излишнее многообразие или монотонность, деятельность, превышающая возможности индивида по объему или степени сложности, двойственные или неопределенные требования, критические обстоятельства или риск при принятии решения. Подобным способом, у молодых военнослужащих, для которых свойственен высокий уровень стресса могут наблюдаться:

нарушения социальной адаптации, выраженная напряженность, импульсивность, неудовлетворенность. Вполне вероятно игнорирование общепризнанных законов и норм поведения, вспыльчивость и несдержанность в межличностных взаимоотношениях [1].

Установлена *средняя* положительная взаимосвязь между **сниженными показателями НПУ**, отражающими низкую устойчивость нервной системы индивида, и **высоким уровнем стресса** ( $r = 0,555$ ;  $p \leq 0,05$ ). Одним из факторов стресса является эмоциональная напряженность, которая физиологически выражается в изменениях эндокринной системы человека. Низкий уровень НПУ характеризуется вероятностью нарушений психической деятельности, низким уровнем социальной адаптации к новым условиям деятельности, возможностью появления нервно-психических срывов, склонностью к нарушениям психической деятельности при незначительных умственных и физических нагрузках, длительные нарушения функционального состояния. Более напряженное состояние организма военнослужащего, чем обычное мотивационное, провоцирует возникновение стресса при восприятии угрозы. Таким образом, низкий уровень устойчивости военнослужащего влияет на наличие стресса в служебной деятельности [1].

В продолжение анализа, нами были установлены следующие зависимости: преобладание *слабой* положительной связи между **высоким уровнем стресса и высоким уровнем депрессии**, как состояния ( $r = 0,312$ ;  $p \leq 0,01$ ), *средней* положительной связи между **низким уровнем стресса и низким уровнем депрессии**, как состояния ( $r = 0,675$ ;  $p \leq 0,05$ ), а также *средней* положительной связи, между **низким уровнем стресса и низким уровнем депрессией**, как акцентуацией личности ( $r = 0,666$ ;  $p \leq 0,05$ ). Стресс — это насыщенные эмоции отрицательного характера, его продолжительность способствует возникновению депрессивного состояния. Состояние депрессии и стресса непосредственно взаимосвязаны, так как перенесенный стресс может служить фактором затянувшейся депрессии. Присутствие ежедневных насыщенных переживаний стрессовых ситуаций, вынуждает практически непрерывно выделять организмом военнослужащего избыточное количество гормонов, которое влечёт отрицательные последствия для нервной системы, проявляя воздействие на самочувствие, что в следствии может стать предпосылкой депрессивного состояния [2].

К основным признакам депрессии относят угнетенное состояние, утомление, снижение или утрату возможности испытывать удовлетворение, высокую астеничность, тревогу, страх, смятение, головные боли, амнезию, трудности концентрации, сниженную самооценку, мысли о смерти, нарушение сна и аппетита, нерешительность и потерю чувства юмора. Военнослужащие с депрессивным настроением характеризуется

пониженным ограничением привычных интересов, желаний в некоторых случаях достигающим уровня тоски. Зачастую высказывают собственные пессимистические идеи в отношении протекающих событий, монотонно и негативно интерпретируют различные происшествия армейской жизни, осуждают себя и/или окружающих в невозможности воздействия на события, обладают чувством вины. Будущее представляется им исключительно в черных тонах. Для них свойственно интеллектуальное и физиологическое истощение, ухудшение памяти, всевозможная инициатива кажется неосуществимой, постоянно требуется волевое усилие, для того чтобы поддерживать повседневную служебную деятельность. Военнослужащие, как правило, осмысливают собственную несостоятельность, но стремятся её скрыть, приводя различные аргументы в оправдание своего бездействия [2].

Опираясь на результаты исследования, можно отметить незначительную связь депрессивного состояния, как акцентуации личности со стрессом. Данный результат может быть связан с тем, что главный признак депрессии – сниженное настроение (уныние), отрицаемый солдатом, не рассматривается им в роли вторичного симптома, связанного с соматической патологией. Следовательно, у данной испытуемой категории отсутствует депрессивный аффект, скрывающийся за дополнительными психологическими симптомами: раздражительностью, ипохондрическими идеями, беспокойством, волнением, фобическими симптомами [3].

Следовательно, опираясь на результаты исследования, низкий уровень стресса значительно влияет на уровень депрессии, что может быть связано с возрастом (угнетает пространство). Таким образом, депрессия в данном случае выступает как состояние, отражая степень пессимизма и неудовлетворенности в данный период, проявленная частым утомлением, хандрой, тоской, плохим сном, отсутствием аппетита, замкнутостью, пассивностью, осмотровым отношением к людям, при этом уступчивостью в сочетании с ранимостью [3].

Корреляционный анализ количественных показателей, полученных в констатирующем эксперименте, позволил установить наличие *слабой, но ближе к средней* положительной достоверной связи ( $r = 0,495$ ;  $p \leq 0,05$ ) между **низким уровнем стресса и низким уровнем ипохондрии**, как акцентуации личности. Таким образом, уровень стресса мало влияет на уровень ипохондрии, в армейских условиях, это может быть связано с тем фактором, что на развитие ипохондрии в большей степени воздействует пристальное внимание субъекта на нарушение автономности собственных физиологических функций организма. Вследствие этого, под суггестией психики могут возникать сбои в работе организма. На отсутствие ипохондрии наибольшее значение

воздействует тип личности человека (предрасположенность, склонности индивида) и действие психотравмирующих факторов, нежели низкий уровень стресса. В частности, отсутствие навязчивых идей о собственных страшных, фатальных, смертельных заболеваниях, которыми в действительности солдаты вовсе не больны или же страдают от каких-либо незначительных нарушений, может быть не связано с уровнем стресса [2].

Далее отметим, *среднюю* положительную корреляционную связь между **низким уровнем стресса и низким уровнем истерии**, как акцентуации личности ( $r = 0,586$ ;  $p \leq 0,01$ ). Непосредственно факторами истерического невроза считаются непредвиденные стрессовые ситуации, конфликты, трудности, с которыми молодой солдат не в силах самостоятельно справиться. Следовательно, низкий уровень стресса, тесно взаимосвязан с отсутствием истерических реакций, к которым предрасположены юные бойцы, выделяющиеся высокой внушаемостью, несамостоятельностью суждений, впечатлительностью, легкой возбудимостью, эмоциональными перепадами и эгоцентризмом [3].

Далее рассмотрим статистический корреляционный анализ, свидетельствующий о наличии *средней* положительной связи, между **низким уровнем стресса и низким уровнем гипомании**, как акцентуации личности ( $r = 0,685$ ;  $p \leq 0,05$ ). Низкий уровень стресса воздействует на низкий уровень гипомании, так как стабилизирует настроение, концентрирует внимание, снижает уровень беспокойства, увеличивает необходимость во сне и регулирует поведение. Данная взаимосвязь может быть сопряжена с разнообразным уровнем оптимизма и инициативности у военнослужащих, который отображает энергетический потенциал и общую активность личности. В данной выборке 8 испытуемых с пониженным оптимизмом и инициативностью обладают высоким уровнем стресса, что может, обуславливаться астенизацией в связи с искусственной изоляцией, т.е. может быть взаимосвязано с внезапной сменой деятельности, прохождением срочной службы в военной части [2].

Резюмируя проведённый анализ констатирующей части исследования, можно сделать основные *выводы*.

Для испытуемых с **высокими показателями стресса** характерны **низкие уровни: адаптационных способностей** ( $r = 0,677$ ;  $p \leq 0,05$ ), **НПУ** ( $r = 0,555$ ;  $p \leq 0,05$ ) и наличие слабой взаимосвязи с **высоким уровнем депрессии** ( $r = 0,312$ ;  $p \leq 0,01$ ).

Для испытуемых с **низкими показателями стресса** характерны **низкие уровни: депрессии**, как состояния ( $r = 0,675$ ;  $p \leq 0,05$ ) и **депрессии**, как акцентуации личности ( $r_s = 0,666$ ;  $p \leq 0,05$ ), **низким уровнем истерии**, как акцентуации личности ( $r = 0,586$ ;  $p \leq 0,01$ ),

**гипомании**, как акцентуации личности ( $r = 0,685$ ;  $p \leq 0,05$ ) и наличие слабой взаимосвязи с **ипохондрией**, как акцентуацией личности ( $r = 0,495$ ;  $p \leq 0,05$ ).

Отметим, *отсутствие взаимосвязи* между **проявлениями акцентуации личности** у военнослужащих и **высоким уровнем стресса**. Данные результаты могут свидетельствовать о характере, личности военнослужащих, находящихся в пределах нормы, отмечающих отсутствие психологических травм, не приводящих к хронической дезадаптации. Наличие определенных акцентуаций характера у испытуемых, то есть каких-либо заостренных индивидуальных особенностей, не переходят в последующее нарушение личности, социальную дезадаптацию, патологию, дисгармоничности формирования характера или уязвимости личности в целом. Возможно, акцентуация характера выражается исключительно на отдельных стадиях формирования личности, в обусловленных условиях, к примеру, в период армейской службы. При этом дезадаптация личности может отсутствовать, или носить кратковременный характер. Подобным способом, отсутствие акцентуаций, доказывает в целом успешность адаптации данного армейского коллектива, в котором проявление заостренных индивидуальных особенностей не находится в зависимости от высокого уровня стресса [2].

Выделим *отсутствие взаимосвязи* между **высоким уровнем адаптационных способностей** (*моральной нормативности, коммуникативных способностей, НПУ*) у молодых солдат с **низким уровнем стресса** и заметим *наличие корреляционной взаимосвязи* между **высокими показателями стресса и низким уровнем адаптационных способностей** (*моральной нормативности, коммуникативных способностей, НПУ*). В данных взаимосвязях, отметим большее влияние на армейский коллектив высокого уровня стресса, давления извне, которое негативно влияет на адаптацию, коммуникацию, отсутствие норм морали, развитию нервно – психической неустойчивости, нежели способствует адаптационному процессу, коммуникации, развитию психологической и физической устойчивости и принятию норм группы. Данные результаты могут быть связаны с тем, что военнослужащие испытывают затруднения в построении контактов в военном коллективе, проявляют агрессивность, конфликтность, в связи с влиянием высокого уровня стресса на их личность. Этот факт указывает на низкий уровень социализации и регуляции собственного поведения, неадекватную оценку своего места и роли в коллективе, отсутствие желания следовать общепризнанным нормам поведения [2].

Таким образом, рабочие гипотезы, которые проверялись в рамках данного этапа исследования, подтвердились, а теоретическая позиция, которая, была нами выбрана в ходе анализа научной литературы, нашла свое прикладное обоснование.

- У военнослужащих с высоким уровнем стресса наблюдается низкий уровень адаптационных способностей (моральной нормативности, коммуникативных способностей, НПУ), проявление акцентуации личности и наличие депрессивного состояния.

- Для молодых солдат с низким уровнем стресса характерен высокий уровень адаптационных способностей (моральной нормативности, коммуникативных способностей, НПУ), отсутствие акцентуации личности и депрессивных состояний.

Таким образом, подтвердилась основная гипотеза исследования, о том, что существует взаимосвязь между уровнем стресса у военнослужащих и адаптационным потенциалом, а также их личностными особенностями. Полученные результаты свидетельствуют, что необходима специальная коррекционная и профилактическая работа для повышения стрессустойчивости военнослужащих.

### **Библиография**

1. Сенокосов, Ж.Г. Социально-психологическая адаптация молодых солдат к воинской службе: Диссертация кандидата психологических наук. М.: ВПА, 1998. - 264 с.
2. Собчик Л. Н. СМИЛ. Стандартизированный многофакторный метод исследования личности. СПб.: Речь, 2009. - 224 с.
3. Собчик Л. Н. Стандартизированный многофакторный метод исследования личности, СМИЛ. – СПб.: Речь, 2000. – 219 с.
4. Судаков К. В. Системные механизмы эмоционального стресса М.: «Наука», 1981. – 232 с.