

УДК 159.9.07

DOI: 10.25688/2223-6872.2021.40.4.6

## СИСТЕМНАЯ ОЦЕНКА СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ КУРСАНТОВ ВОЕННЫХ ИНСТИТУТОВ

**Е. П. Васечко,**

НВИ войск национальной гвардии, Новосибирск,  
*Vasechko.1977@bk.ru,*

**Т. А. Кононова,**

НВИ войск национальной гвардии, Новосибирск,  
*Teka712@mail.ru*

Статья посвящена проблеме системной оценки стрессоустойчивости курсантов военных институтов с целью создания программы, направленной на формирование высокой стрессоустойчивости военнослужащих. Развивать и формировать стрессоустойчивость курсантов необходимо задолго до того, как военнослужащие попадут в реальную боевую обстановку. В настоящей работе приводится анализ данных, полученных на этапе диагностики такого профессионально важного качества, как стрессоустойчивость.

В исследовании приняли участие курсанты Новосибирского военного ордена Жукова института имени генерала армии И. К. Яковлева войск национальной гвардии в составе штатных подразделений. По результатам исследования было выявлено, что курсантов можно отнести к группе людей с хорошими и средними адаптационными способностями. Обследуемые оценивают свой уровень стрессоустойчивости чуть выше среднего. При этом, согласно показателям методик, у обследуемых выявлен высокий уровень стрессочувствительности, учебного стресса, а также преобладание деструктивных способов преодоления стрессов над конструктивными. Исходя из полученных данных, необходимо систематически развивать и формировать стрессоустойчивость курсантов в рамках специализированных программ повышения стрессоустойчивости.

*Ключевые слова:* стрессоустойчивость; системная оценка; адаптация; личность военнослужащего; психологическая подготовка; военно-профессиональная пригодность; курсанты военных вузов.

*Для цитаты:* Васечко Е. П., Кононова Т. А. Системная оценка стрессоустойчивости курсантов военных институтов // Системная психология и социология. 2021. № 4 (40). С. 68–74. DOI: 10.25688/2223-6872.2021.40.4.6

**Васечко Евгений Петрович**, преподаватель кафедры военной педагогики и психологии Новосибирского военного ордена Жукова института им. генерала армии И. К. Яковлева войск национальной гвардии Российской Федерации, Новосибирск.

E-mail: vasechko.1977@bk.ru

ORCID: 0000-0002-2132-6873

**Кононова Татьяна Александровна**, кандидат психологических наук, доцент, профессор кафедры военной педагогики и психологии Новосибирского военного ордена Жукова института им. генерала армии И. К. Яковлева войск национальной гвардии Российской Федерации, Новосибирск.

E-mail: teka712@mail.ru

ORCID: 0000-0001-9250-7359

## THE SYSTEM ASSESSMENT OF STRESS RESISTANCE OF MILITARY INSTITUTES CADETS

**E. P. Vasechko,**

NMI of the National Guard troops, Novosibirsk,  
*Vasechko.1977@bk.ru,*

**T. A. Kononova,**

NMI of the National Guard troops, Novosibirsk,  
*Teka712@mail.ru*

The article is devoted to the problem of system assessment of stress resistance of military institutes cadets in order to create a program aimed at the formation of high stress resistance of military personnel. It is necessary to develop and form the stress resistance of cadets long before the servicemen get into a real combat situation. This paper provides an analysis of the data obtained at the stage of diagnosis of such a professionally important quality as the stress resistance of cadets.

Cadets of Novosibirsk Military Order of Zhukov Institute named after General of the Army I. K. Yakovlev of the National Guard troops as part of regular units took part in the research. According to the results of the study, it was revealed that the cadets can be attributed to a group of people with good and average adaptive abilities. The subjects assess their level of stress tolerance slightly above average. At the same time, according to the indicators of the methods, the subjects revealed a high level of stress sensitivity a high level of educational stress, as well as the predominance of destructive ways of overcoming stress over constructive ones. Based on the data obtained, it is systematically necessary to develop and form the stress resistance of cadets within the framework of specialized programs of increasing stress resistance.

*Keywords:* stress resistance; systemic assessment; adaptation; personality of a serviceman; psychological training; military-professional fitness; cadets of military universities.

*For citation:* Vasechko E. P., Kononova T. A. The system assessment of stress resistance of military institutes cadets // Systems psychology and sociology. 2021. № 4 (40). P. 68–74. DOI: 10.25688/2223-6872.2021.40.4.6

**Vasechko Evgeny Petrovich**, teacher of the Department of Military Pedagogy and Psychology of the Novosibirsk Military Order of the Zhukov Institute named after Army General I.K. Yakovlev of the National Guard of the Russian Federation, Novosibirsk, Russia.

E-mail: vasechko.1977@bk.ru

ORCID: 0000-0002-2132-6873

**Kononova Tatyana Alexandrovna**, PhD in Philology, Associate Professor, Professor of the Department of Military Pedagogy and Psychology of the Novosibirsk Military Order of the Zhukov Institute named after Army General I. K. Yakovlev of the National Guard of the Russian Federation, Novosibirsk, Russia.

E-mail: teka712@mail.ru

ORCID: 0000-0001-9250-7359

### Введение

**П**рофессиональная подготовка будущих офицеров является психолого-педагогическим процессом, направленным на формирование и развитие профессионально важных качеств к предстоящей деятельности по обеспечению государственной безопасности. Одним из таких

качеств является стрессоустойчивость. Обучение в стенах военного института способствует формированию ответственности за принятые решения, а также повышению требований к моральным, боевым и психологическим качествам курсантов.

Будущих офицеров необходимо готовить в образовательной среде военного вуза не только с точки зрения формирования ряда

профессиональных компетенций, но и психологически. Психологическое обеспечение служебно-боевой деятельности — это комплекс мероприятий, направленный на изучение служебно-боевой деятельности, поддержание профессиональной пригодности военнослужащих посредством психологической диагностики профессионально необходимых и важных качеств, в частности стрессоустойчивости.

### Стрессоустойчивость военнослужащих

Боевые действия зачастую сопровождаются повышенным стрессовым влиянием на психику военнослужащего [3; 10]. Реакция участника боевых событий на стрессовые факторы зависит как от их значимости для военнослужащего, так и от возможностей саморегуляции поведения [2]. Существенность влияния на психику военнослужащего различных боевых условий определяется также психологическими характеристиками его личности [12]. Результативность совладающего со стрессом поведения военнослужащего зависит от уровня развития способности преодолевать дестабилизирующее влияние боевых стресс-факторов на его психику [7; 11].

Особую актуальность проблема формирования стрессоустойчивости в войсках приобрела в связи с политической обстановкой на территориях советских республик после распада Советского Союза, экономическая нестабильность спровоцировала возникновение вооруженных конфликтов. Наиболее ярким примером явился Северный Кавказ в начале 90-х годов прошлого столетия. Решение задачи обеспечения правопорядка и безопасности государства требует применения последовательного системного подхода [8: с. 216] к формированию профессионально важных качеств военнослужащих, важнейшим из которых является стрессоустойчивость [6].

Анализ войсковой практики в период выполнения задач в Грозном на Северном Кавказе свидетельствует о значительных проблемах и затруднениях, которые испытывают военнослужащие в стрессовых (боевых) ситуациях, показывает низкую стрессоустойчивость, отсутствие единого подхода в развитии

и формировании стрессоустойчивости в период обучения и подготовки будущих офицеров войск национальной гвардии [4].

Стрессоустойчивость — это качество, которое необходимо формировать в процессе обучения, включая элементы практики и тренировки, что в будущем позволит значительно повысить уровень успешности в решении задач военного специалиста и сохранить психическое здоровье [9]. Это процесс целенаправленный, систематический и непрерывный, в структуру которого входят такие качества, как самооценка, адаптивность, жизнестойкость, коммуникабельность, смысложизненные ориентации и т. д. [5].

Исходя из вышесказанного, стрессоустойчивость можно рассматривать, как профессионально важное качество личности военнослужащего войск национальной гвардии РФ. При этом стрессоустойчивость необходимо развивать в процессе обучения курсантов военных вузов [1]. Период обучения представляет интерес в целенаправленной работе по осмыслению и формированию характеристик стрессоустойчивости курсантов и является наиболее важным возрастным периодом для личностного развития будущих военных.

### Организация и методы исследования

В исследовании приняли участие курсанты Новосибирского военного ордена Жукова института имени генерала армии И. К. Яковлева войск национальной гвардии РФ (НВИ РФ) в составе штатных подразделений. Цель исследования — системная оценка специфики и основных компонентов стрессоустойчивости курсантов.

Настоящая работа представляет собой диагностический этап исследования с целью дальнейшей разработки и апробации программы формирования стрессоустойчивости курсантов.

Системная оценка уровня стрессоустойчивости у курсантов проводилась с использованием следующих методик: многоуровневый личностный опросник «Адаптивность» А. Г. Маклакова и С. В. Чермянина (МЛО-АМ), тест смысложизненных ориентаций в адаптации

Д. А. Леонтьева (СЖО), самооценка стрессоустойчивости личности Ю. В. Щербатых, тест на стрессоустойчивость Ю. В. Щербатых, тест на определение уровня учебного стресса Ю. В. Щербатых<sup>1</sup>.

Были собраны две группы в количестве 90 человек в каждой — экспериментальная (ЭГ-1, средний возраст — 19,1 года) и контрольная (КГ-1, средний возраст — 19,3 года). В состав обеих групп вошли курсанты с одинаковым базовым уровнем образования и качественным психологическим показателем, определенном при поступлении на военную службу. Все испытуемые — мужчины.

### Результаты оценки стрессоустойчивости

Результаты применения методики «Адаптивность» показали, что параметры «поведенческая регуляция», «коммуникативный

проходят серьезный отбор и лица с акцентуациями характера и признаками психопатий не допускаются к поступлению в военные институты.

Результаты применения методики определения смысложизненных ориентаций показали, что параметры «цели в жизни», «процесс жизни», «результативность жизни», «локус контроля — Я» и «общий показатель осмысленности жизни» выражены на среднем уровне. Это означает, что у курсантов есть цели на будущее, им нравится, как устроена их жизнь сейчас, они оценивают свою прошлую жизнь как продуктивную, они чувствуют себя в силах что-то частично менять в своей жизни, а жизнь в целом кажется им вполне осмысленной.

Параметр «локус контроля — жизнь» выражен на высоком уровне (табл. 1). Это означает: курсанты убеждены, что они могут полностью контролировать свою судьбу,

Таблица 1

Данные по результатам методики СЖО

Параметры	Средние значения		Уровень выраженности показателя
	ЭГ-1	КГ-1	
Цели в жизни	37,40	38,01	средний
Процесс жизни	32,71	32,60	средний
Результативность жизни	30,54	30,01	средний
Локус контроля — Я	25,09	24,91	средний
Локус контроля — жизнь	38,08	37,87	высокий
Общий показатель осмысленности жизни	110,43	110,35	средний

потенциал» и «моральная нормативность» выражены ниже статистической нормы. Это означает, что у курсантов могут проявляться следующие поведенческие особенности: склонность к нервно-психическим срывам, трудности в адаптации и принятии своей роли в коллективе, сложности в установлении новых коммуникаций, а также агрессия (скрытая или выраженная).

Показатель по параметру «личностный адаптационный потенциал» позволяет отнести курсантов к группе хороших адаптационных способностей. По всей видимости, это связано с тем, что обследуемые при поступлении

свободно принимать решения, ориентируясь на собственные желания и предпочтения.

Результаты применения методики самооценки стрессоустойчивости личности представлены в таблице 2. Учитывая полученные данные, можно заметить, что курсанты оценивают свой уровень стрессоустойчивости чуть выше среднего. Однако исходя из результатов других методик, обследуемые обладают повышенной самооценкой.

Результаты применения теста на стрессоустойчивость Ю. В. Щербатых приведены в таблице 3. Полученные данные показывают, что параметры «базовый уровень стрессочувствительности», «показатель динамической чувствительности к стрессам» и «общий уровень стрессочувствительности» имеют

<sup>1</sup> Щербатых Ю. В. Психология стресса и методы коррекции. СПб.: Питер, 2006. С. 44–67.

Таблица 2

## Данные по результатам методики самооценки стрессоустойчивости личности

Параметры	Средние значения		Уровень выраженности показателя
	ЭГ-1	КГ-1	
Самооценка стрессоустойчивости личности	33,97	34,13	выше среднего

Таблица 3

## Данные по результатам теста на стрессоустойчивость

Параметры	Средние значения		Уровень выраженности показателя
	ЭГ-1	КГ-1	
Базовый уровень стрессочувствительности	105,96	106,82	высокий
Показатель динамической чувствительности к стрессам	77,70	77,30	высокий
Общий уровень стрессочувствительности	86,77	87,12	повышенный
Повышенная реакция на обстоятельства	27,65	26,95	средний
Склонность все излишне усложнять	27,40	27,61	высокий
Предрасположенность к психосоматическим заболеваниям	24,32	24,01	средний
Деструктивные способы преодоления стрессов	27,78	27,50	высокий
Конструктивные способы преодоления стрессов	26,50	26,43	средний

высокий уровень выраженности, что может говорить о низком уровне стрессоустойчивости. Кроме того, обследование демонстрирует, что курсантам свойственна склонность все усложнять при высоком уровне деструктивного способа преодоления стрессовых ситуаций.

В таблице 4 представлены данные курсантов по результатам теста на определение уровня учебного стресса. Высокий уровень учебного стресса может говорить о низкой способности к саморегуляции поведения, в результате которого у курсантов возникает сильное психологическое напряжение во время учебной деятельности.

взаимодействия, агрессивность, проявление замкнутости, повышение психической напряженности, снижение психологической устойчивости.

Таким образом, стрессоустойчивость как профессионально важное качество военнослужащего, безусловно, оказывает влияние на эффективность и скорость выполнения учебных и служебных задач. При низком уровне развития стрессоустойчивости невозможно исключить невротические и психотические расстройства, что в конечном счете может привести к потере боеспособности воинского подразделения. В этой связи некоторым курсантам с низкой стрессоустойчивостью

Таблица 4

## Данные по результатам теста на определение уровня учебного стресса

Параметры	Средние значения		Уровень выраженности показателя
	ЭГ-1	КГ-1	
Уровень учебного стресса	85,76	86,68	высокий

Учебный стресс оказывает на курсантов высокую степень влияния, затрудняет деятельность как отдельно взятого военнослужащего, так и воинского коллектива. В стрессовых ситуациях наблюдается ухудшение дисциплины, снижение ценности нравственных форм поведения, нарушение межличностного

может потребоваться своевременная и квалифицированная психологическая помощь. Психологическая помощь может быть оказана военнослужащим как индивидуально, так и в группе посредством своевременной диагностики текущего состояния, проведения психологически-ориентированных бесед, анализа



независимых характеристик, а также терапевтических методик (когнитивно-поведенческая терапия, терапия посредством творческого самовыражения).

### Заключение

Системная оценка результатов исследования позволяет сделать следующее обобщение: несмотря на то что у курсантов выявлен низкий уровень поведенческой регуляции, коммуникативных способностей и моральной нормативности, их можно отнести к группе людей с хорошими и средними адаптационными

способностями. В целом обследуемые удовлетворены своей жизнью, хотя и не всегда уверены в своих силах. Курсанты оценивают свой уровень стрессоустойчивости чуть выше среднего. При этом, согласно показателям методик, у обследуемых выявлен высокий уровень стрессочувствительности, учебного стресса, а также преобладание деструктивных способов преодоления стрессов над конструктивными. Исходя из полученных данных, необходимо систематически развивать и формировать стрессоустойчивость курсантов в рамках специализированных программ повышения стрессоустойчивости.

### Литература

1. **Авдиенко Г. Ю., Гайворонский Г. О.** Стрессоустойчивость военнослужащих войск национальной гвардии и программа по ее повышению // Вестник Санкт-Петербургского военного института войск национальной гвардии. 2018. № 4 (5). С. 45–47.
2. **Аверьянов К. С., Митасова Е. В.** Влияние саморегуляции на уровень стрессоустойчивости у военнослужащих // Актуальные проблемы адаптации курсантов образовательных организаций МВД России к условиям профессиональной деятельности: сб. материалов Всероссийской научно-практической конференции (Москва, 26 февраля 2020 г.). М.: Моск. ун-т МВД РФ им. В. Я. Кикотя, 2020. С. 17–19.
3. **Ванесян А. С., Мокеев Г. И.** Формирование и повышение стрессоустойчивости — основа боеспособности военнослужащих Российской Федерации // Инновационная наука. 2020. № 9. С. 82–86.
4. **Васечко Е. П., Кононова Т. А.** Специфика учебного процесса в условиях военного института войск национальной гвардии Российской Федерации // Сибирский учитель. 2018. № 6. С. 14–18.
5. **Дербин П. А., Петровская М. В.** Развитие стрессоустойчивости военнослужащих как направление психологической работы в подразделении // Современные технологии обеспечения гражданской обороны и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций. 2012. № 1 (3). С. 215–217.
6. **Лемешева В. И., Солдатов Е. А.** Системные стрессы и способы формирования стрессоустойчивости военнослужащих // Известия Российской военно-медицинской академии. 2020. Т. 39. № S2. С. 146–147.
7. **Лямзин Е. Н., Саванин И. А.** Фактор стрессоустойчивости как совокупность психологической и физической подготовки военнослужащих // Психология и педагогика служебной деятельности. 2021. № 3. С. 211–214.
8. **Рыжов Б. Н.** Системная психология. М.: Т8 Издательские Технологии, 2017. 356 с.
9. **Хадарцев А. А., Стариков Н. Е., Грачев Р. В.** Профессиональный стресс у военнослужащих // Вестник новых медицинских технологий. 2020. Т. 27. № 2. С. 74–82.
10. **Mohammad A. A. A.** Resilience, burnout, and role stress among military personnel // Middle East Current Psychiatry. 2012. Vol. 19. Iss. 2. P. 123–129. DOI: 10.1097/01.xme.0000407820.80263.73
11. **Sudom K. A., Lee J. E. C., Zamorski M. A.** A longitudinal pilot study of resilience in Canadian military personnel // Stress and Health. 2014. Vol. 30. Iss. 5. P. 377–385. DOI: 10.1002/smi.2614
12. **Webb-Murphy J. A.** Operational stress and correlates of mental health among joint task force Guantanamo bay military personnel / J. A. Webb-Murphy et al. // Journal of Traumatic Stress. 2015. Vol. 28. Iss. 6. P. 499–504. DOI: 10.1002/jts.22057

### References

1. **Avdienko G. Yu., Gajvoronskij G. O.** Stressoustojchivost' voennosluzhashhix vojsk nacional'noj gvardii i programma po ee povu'sheniyu [Stress tolerance of the troops of the National Guard and the program

for its improvement] // Vestnik Sankt-Peterburgskogo voennogo instituta vojsk nacional'noj gvardii [Bulletin of the St. Petersburg Military Institute of the National Guard]. 2018. № 4 (5). P. 45–47.

2. **Aver'yanov K. S., Mitasova E. V.** Vliyaniye samoregulyacii na uroven' stressoustojchivosti u voennosluzhashhix [The influence of self-regulation on the level of stress tolerance in military personnel] // Aktual'ny'e problemy' adaptacii kursantov obrazovatel'ny'x organizacij MVD Rossii k usloviyam professional'noj deyatel'nosti: sbornik materialov Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferencii (Moskva, 26 fevralya 2020 g.) [Current problems of adapting cadets of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia to the conditions of professional activity. Collection of materials of the All-Russian Scientific and Practical Conference]. M.: Mosk. un-t MVD RF im. V. Ya. Kikoty, 2020. P. 17–19.

3. **Vanesyan A. S., Mokeev G. I.** Formirovaniye i povy'sheniye stressoustojchivosti — osnova boesposobnosti voennosluzhashhix Rossijskoj Federacii [The formation and increase of stress resistance is the basis of combat effectiveness of the military personnel of the Russian Federation] // Innovacionnaya nauka [Innovative science]. 2020. № 9. P. 82–86.

4. **Vasechko E. P., Kononova T. A.** Specifika uchebnogo processa v usloviyax voennogo instituta vojsk nacional'noj gvardii Rossijskoj Federacii [Specifics of the educational process in the conditions of the military institute of the National Guard of the Russian Federation] // Sibirskij uchitel' [Siberian teacher]. 2018. № 6. P. 14–18.

5. **Derbin P. A., Petrovskaya M. V.** Razvitiye stressoustojchivosti voennosluzhashhix kak napravleniye psixologicheskoy raboty v podrazdelenii [Development of stress tolerance of military personnel as a direction of psychological work in the unit] // Sovremennyye tekhnologii obespecheniya grazhdanskoj oborony i likvidacii posledstviy chrezvy'chajny'x situacij [Modern technologies for providing civil defense and eliminating the consequences of emergency situations]. 2012. № 1 (3). P. 215–217.

6. **Lemesheva V. I., Soldatov E. A.** Sistemny'e stressy i sposoby formirovaniya stressoustojchivosti voennosluzhashhix [Systemic stresses and methods of forming the stress tolerance of military personnel] // Izvestiya Rossijskoj Voenno-meditsinskoj akademii [News of the Russian Military Medical Academy]. 2020. Vol. 39. № S2. P. 146–147.

7. **Lyamzin E. N., Savanin I. A.** Faktor stressoustojchivosti kak sovokupnost' psixologicheskoy i fizicheskoy podgotovki voennosluzhashhix [Stress tolerance factor as a combination of psychological and physical training of military personnel] // Psixologiya i pedagogika sluzhebnoj deyatel'nosti [Psychology and pedagogy of official activity]. 2021. № 3. P. 211–214.

8. **Ry'zhov B. N.** Sistemnaya psixologiya [Systems psychology]. M.: T8 Izdatel'skie Tekhnologii, 2017. 356 p.

9. **Xadarcev A. A., Starikov N. E., Grachev R. V.** Professional'ny'j stress u voennosluzhashhix [Professional stress in military personnel] // Vestnik novy'x medicinskix tekhnologij [Bulletin of new medical technologies]. 2020. Vol. 27. № 2. P. 74–82.

10. **Mohammad A. A. A.** Resilience, burnout, and role stress among military personnel // Middle East Current Psychiatry. 2012. Vol. 19. Iss. 2. P. 123–129. DOI: 10.1097/01.xme.0000407820.80263.73

11. **Sudom K. A., Lee J. E. C., Zamorski M. A.** A longitudinal pilot study of resilience in Canadian military personnel // Stress and Health. 2014. Vol. 30. Iss. 5. P. 377–385. DOI: 10.1002/smi.2614

12. **Webb-Murphy J. A.** Operational stress and correlates of mental health among joint task force Guantanamo bay military personnel / J. A. Webb-Murphy et al. // Journal of Traumatic Stress. 2015. Vol. 28. Iss. 6. P. 499–504. DOI: 10.1002/jts.22057