
СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИИ

MODERN PROBLEMS OF PSYCHOLOGY

УДК 159.923

ББК 88.52

Б 81

М.М. Бондаренко

*Аспирант кафедры социальной психологии и социологии управления
Кубанского государственного университета; E-mail: 23gor@rambler.ru*

ВЗАИМОСВЯЗЬ СОСТОЯНИЙ ТРЕВОЖНОСТИ И СТИЛЕВЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПОВЕДЕНИЯ ЮНОШЕЙ, ПРОХОДЯЩИХ ДЕЙСТВИТЕЛЬНУЮ ВОИНСКУЮ СЛУЖБУ

(Рецензирована)

Аннотация. Рассмотрены основные стилевые характеристики саморегуляции поведения призывников, проявляющиеся в первые месяцы их пребывания на действительной воинской службе. Установлено, что личностная тревожность находится в отрицательной связи со свойством «Гибкость», а также с регуляторным процессом «Моделирование». Сниженная способность планирования непосредственно связана с высокой ситуативной тревожностью и со средним уровнем развития способностей моделирования и программирования действий, способствующих саморегуляции поведения.

Ключевые слова: саморегуляция поведения; процессы произвольной саморегуляции (планирование, программирование, моделирование, оценивание результатов); самостоятельность; гибкость; ситуативная, личностная тревожность.

M.M. Bondarenko

*Post-graduate student of Social Psychology and Management Sociology
Department, the Kuban State University; E-mail: 23gor@rambler.ru*

INTERRELATION OF THE STATE OF UNEASINESS AND STYLE FEATURES OF SELF-CONTROL OVER BEHAVIOUR OF THE YOUNG MEN DOING THEIR MILITARY SERVICE

Abstract. The paper discusses the basic style characteristics of self-control over behavior of the recruits, displayed during the first months of doing their military service. It is established that personal uneasiness is in negative relation with property “Flexibility”, as well as with the regulator process “Modelling”. The lowered ability of planning is directly connected with high situational uneasiness and with the average level of development of abilities of modelling and programming of the actions promoting self-control over behavior.

Keywords: self-control over behavior; processes of arbitrary self-control (planning, programming, modeling, estimation of results); independence; flexibility; situational, personal uneasiness.

Действительная служба в рядах Вооруженных сил Российской армии является конституционным долгом каждого молодого человека страны. Вместе с тем известно, что резкая смена жизненных условий, социального окружения, новый вид деятельности являются факторами, обуславливающими кризис адаптации молодого воина, который проявляется в растущей тревожности, в сложности установления новых социальных контактов, в формировании в отдельных случаях так называемого виктимного поведения [1, 2, 3 и др.]. Важной организационно-воспитательной задачей офицерского состава любого подразделения Российской армии является поиск наиболее оптимальных и эффективных средств минимизации последствий данного кризиса, создание условий для успешного прохождения воинской службы призывниками.

Изучая психологические аспекты кризиса идентичности юношей в период прохождения воинской службы, мы определили **целью** данного эпизода исследования определить, как взаимосвязаны между собой переживания тревожности, с одной стороны, и стили произвольной саморегуляции поведения — с другой, для определения «мишеней» психологического воздействия в процессе адаптационных мероприятий.

Гипотеза исследования состояла в предположении: существует взаимосвязь между переживанием повышенной тревожности как проявлением кризиса адаптации к воинской службе и сниженными ресурсами регуляторных процессов и регуляторно-личностными свойствами призывников.

Развитый механизм саморегуляции поведения является одним из психологических факторов преодоления жизненных кризисов [4, 5]. Осознанная саморегуляция произвольной активности — это целостная система психических средств, при помощи которой человек способен управлять своей целенаправленной активностью [6, с. 4]. Произвольная саморегуляция поведения всегда индивидуально и личностно окрашена. В исследованиях О.А. Ко-

нопкина, В.И. Моросановой, Е.А. Ароновой выделены основные процессы произвольной саморегуляции, а также личностные качества, непосредственно с ними связанные [4, 5, 7, 8, 9 и др.]. Это процессы планирования (*Пл*); моделирования (*М*); программирования (*Пр*); оценки результатов (*Ор*) и гибкость (*Г*), самостоятельность (*С*) как регуляторно-личностные свойства.

В концепции Ч. Спилбергера, сформировавшейся под влиянием психоанализа, тревога рассматривается как реакция на грозящую опасность, реальную или воображаемую. Это эмоциональное состояние диффузного, безобъектного страха, характеризующееся неопределенным ощущением угрозы. Ч. Спилбергер определяет это психическое состояние термином «А-state» («тревога-состояние») и отличает его от тревожности, как индивидуальной психологической особенности, состоящей в повышенной склонности испытывать беспокойство в различных жизненных ситуациях, в том числе и в тех, объективные характеристики которых к этому не предрасполагают. Автор концепции обозначает эту черту термином «А-trait» («тревога-черта») [10, с. 309-310]. Этот подход позволяет рассматривать психологические предикторы дезадаптивных, кризисных состояний, переживаемых личностью в затрудненных или переломных жизненных ситуациях.

Инфраструктура исследования.

Исследование проведено на базе одного из воинских подразделений Краснодарского края, где проходят действительную воинскую службу молодые люди. Эмпирическую выборку составили 50 юношей, призванных на воинскую службу в осенний период 2010 года. Средний возраст испытуемых — 19 лет.

Применены методики: Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) В.И. Моросановой [8] и Шкала ситуативной и личностной тревожности Ч. Спилбергера — Ю. Ханина [6, с. 214-218].

Опросник ССПМ состоит из 46 утверждений и работает как единая

шкала «Общий уровень саморегуляции» (*ОУ*), которая характеризует уровень сформированности индивидуальной системы саморегуляции произвольной активности человека. Утверждения опросника входят в состав шести шкал, выделенных в соответствии с основными регуляторными процессами. Это шкалы планирования (*Пл*); моделирования (*М*); программирования (*Пр*); оценки результатов (*Ор*). Кроме того, опросник предполагает диагностику двух регуляторно-личностных свойств: гибкости (*Г*) и самостоятельности (*С*). Обработка результатов обследования состоит в подсчете первичных результатов обследования по ключам. Соотнеся полученные баллы с нормативной таблицей [8, с. 23], определяем уровень развития по каждой шкале. Значения по шкалам *Пл*, *М*, *Пр*, *Ор*, *Г*, *С* колеблются в диапазоне от 0 до 9, а по шкале *ОУ* — от 0 до 46. Затем выполняется графический профиль саморегуляции.

Выделяют два класса индивидуальных типологических профилей: *гармоничный* и *акцентуированный*. Гармоничный (сглаженный) профиль характеризуется тем, что показатели саморегуляции по всем шкалам находятся примерно на одном уровне. Этот уровень может быть высоким, средним или низким. Гармоничный профиль высокого уровня является показателем развитых механизмов саморегуляции, что является предпосылкой высокой успешности в деятельности, предъявляющей повышенные требования к регуляции произвольной активности и поведения личности. Гармоничный профиль низкого уровня свидетельствует о слабой развитости механизмов саморегуляции, о неблагоприятном прогнозе поведения человека в психологически напряженных ситуациях жизни и деятельности [8, с. 23].

Акцентуированным считается профиль саморегуляции, при котором различия в показателях по отдельным шкалам превышают другие на 2 и более балла. Автор методики отмечает, что акцентуированный профиль обычно формируется у людей со средним и общим уровнем саморегуляции. Между

высоко и низко развитыми звеньями механизма саморегуляции складываются компенсаторные отношения: высоко развитые компоненты компенсируют низко развитые, что позволяет достигать успешности в деятельности.

Шкала Спилбергера-Ханина предназначена для исследования тревожности как личностного свойства («личностная тревожность») и как психического состояния, обусловленного определенной жизненной ситуацией («ситуативная или реактивная тревожность»).

Результаты и их обсуждение.

Анализ результатов обследований показал, что 54,0% юношей в начальный период воинской службы имеют высокий уровень ситуативной тревожности и 30,0% — устойчиво выраженную личностную тревожность.

Исследование профиля произвольной саморегуляции поведения в группе испытуемых обнаружило, что он имеет акцентированный вид, определяемый сниженными способностями способность осознанного *планирования* деятельности, при средних показателях по остальным регуляторным процессам (рис. 1).

Характеризуя данный тип «профиля» саморегуляции, В.И. Моросанова отмечает, что его обладатели мало задумываются о своем будущем, живут преимущественно сегодняшним днем. Их действия и поступки определяются требованиями ситуации, что проявляется в недостаточной последовательности и даже импульсивности поведения. Их больше интересуют конкретные задачи. Они небрежны, нарушают договоренности и сроки выполнения обязательств. Не умеют организовывать свое время и работу. Смотрят на жизнь легко, подвижны и энергичны. Жизненные цели малореалистичны и подвержены частой смене [8, с. 37].

Регуляторно-личностные свойства «гибкость» и «самостоятельность» имеют средний уровень развития ($M=5,46\pm 0,285$ и $5,24\pm 0,226$ соответственно), при этом по шкале «Самостоятельность» 16,0% (8 чел.) обследованных юношей имеют предельно низкие показатели, а 52,0% (26 чел.) — средние. По шкале «Гибкость» обладате-

лей низкого уровня развития данного психологического качества значительно больше — 42,0% (21 чел.); средний уровень имеют 24 человека (48,0%).

Проведенный корреляционный анализ показал, что имеет место достоверная взаимосвязь состояния ситуативной тревожности и тревожности как свойства личности, с одной стороны, и

компонентов профиля саморегуляции, с другой (табл. 1).

Установлено, что *личностная тревожность* находится в отрицательной связи со свойством «Гибкость» ($r=-0,199$; $p<0,05$), а также с регуляторным процессом «Моделирование», имеющим средний уровень развития ($r=-0,447$; $p<0,01$).

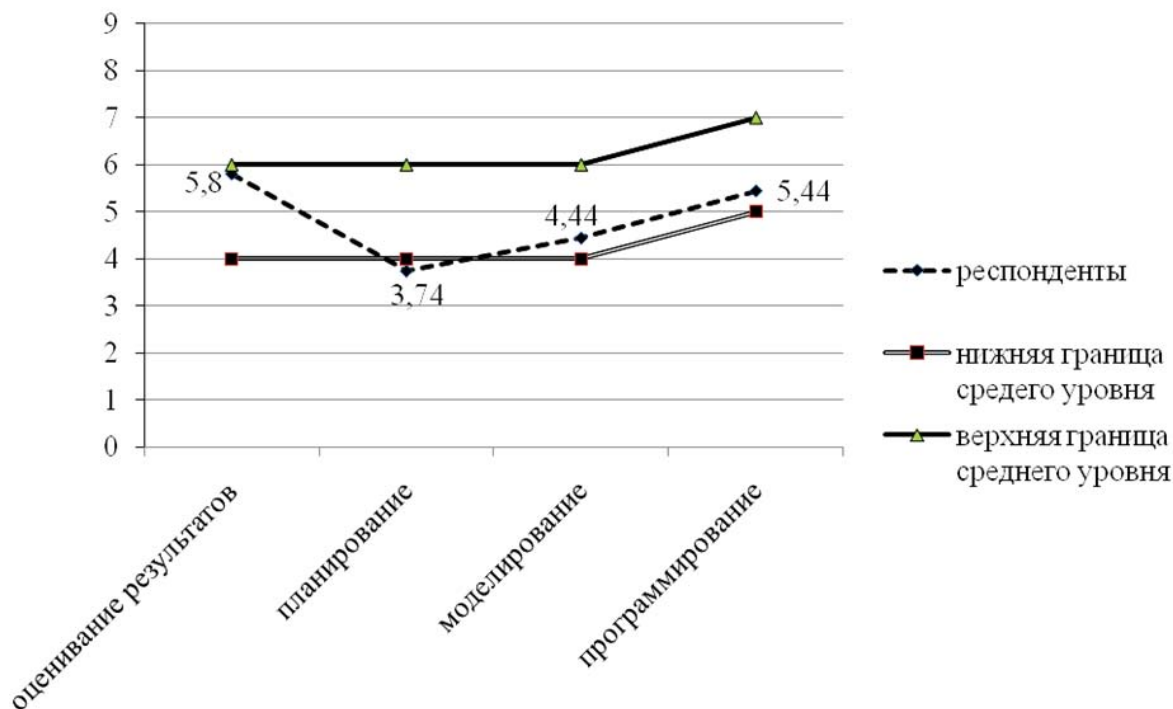


Рисунок 1. Профиль саморегуляции юношей, призванных на воинскую службу

Таблица 1.

Корреляционная матрица взаимосвязей показателей тревожности и компонентов саморегуляции поведения.

Тревожность	Шкалы ССПМ						
	С	Ор	Г	Пл	М	Пр	ОУ
СТ	-0,279	0,172	-0,044	-0,256	-0,211	-0,217	-0,125
ЛТ	-0,027	-0,027	-0,199	-0,081	-0,447	-0,112	-0,185

Сниженная способность планирования непосредственно связана с высокой *ситуативной тревожностью* ($r=-0,256$; $p<0,05$) и со средним уровнем развития способностей моделирования действий, способствующих саморегуляции поведения ($r=-0,211$; $p<0,05$), и программирования последовательности действий ($r=-0,217$; $p<0,05$), что обуславливает склонность к импульсивным действиям и поступкам.

Таким образом, экспериментальная гипотеза, сформулированная нами в начале исследования, нашла свое частичное подтверждение. Обосновано, что существует взаимосвязь между переживанием молодыми призывниками повышенной тревожности, как проявлением кризиса адаптации к воинской службе, и сниженным ресурсом регуляторного процесса «Планирование». Ситуативная тревожность обуславливается слабо развитой способностью регуляторной

автономности (самостоятельностью), а личностная тревожность находится под влиянием недостаточного ресурса способности перестраиваться, вносить коррекцию в систему саморегуляции при изменении внешних и внутренних условий (свойство «Гибкость»).

Полученные результаты позволяют сделать некоторые **выводы**.

1. Для значительной части юношей период адаптации к воинской службе обуславливает рост ситуативной тревожности при средневысоких показателях личностной тревожности.

2. Личностная и ситуативная тревожность находятся во взаимосвязи с отдельными психологическими компонентами произвольной саморегуляции (программированием, моделированием, гибкостью, самостоятельностью).

3. Выделенные феномены необходимо учитывать при определении как групповых, так и индивидуальных методов адаптационной работы с призванниками для сокращения периода адаптации и повышения эффективности прохождения воинской службы.

Примечания:

1. Бабаян Э.А. Проблема психической дезадаптации и механизмы психологической защиты у военнослужащих // 2-я Всероссийская научно-практическая конференция по экзистенциальной психологии: материалы сообщений / под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2004. С. 204-207.

2. Голубь М.С. Психолого-педагогические факторы возникновения виктимного поведения подростков и способы его предупреждения // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. Педагогика и психология. Майкоп: Изд-во АГУ. 2009. Вып. 4(51). С 21-25.

3. Столяренко А.М. Экстремальная психопедагогика: учеб. пособие для вузов. М: ЮНИТИ-ДАНА, 2002.

4. Конопкин О.А. Психологическая саморегуляция произвольной активности человека (структурно-функциональный аспект) // Вопросы психологии. 1995. №1. С. 5-12.

5. Конопкин О.А., Моросанова В.И. Стилиевые особенности саморегуляции деятельности // Вопросы психологии. 1989. №5. С. 18-26.

6. Елисеев О.П. Практикум по психологии личности. СПб.: Питер, 2001. С. 214-218.

7. Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции. М.: Наука, 2001.

8. Моросанова В.И. Стиль саморегуляции поведения (ССПМ): метод. пособие. М.: Когито-Центр, 2004.

9. Моросанова В.И., Аронова Е.А. Самосознание и саморегуляция поведения. М.: Изд-во Ин-та психологии РАН, 2007.

10. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психодиагностике. СПб.: Питер Ком, 1999. 528 с.

References:

1. Babayan E.A. The military men's problem of mental deadaptation and mechanisms of psychological protection // 2nd All-Russia scientific-practical conference on existential psychology: The materials of reports / Ed. D.A. Leontjev. M: Smysl, 2004. P. 204-207.

2. Golub M.S. Psychologic-pedagogical factors of origin of the teenagers victim behaviour and methods of its prevention // The Bulletin of the Adyghe State University. Series «Pedagogics and Psychology». Maikop: Publishing House ASU. Issue 4 (51). 2009. P. 21-25.

3. Stolyarenko A.M. Extreme psychopedagogics: manual for higher schools. M.: Unity-DANA, 2002.

4. Konopkin O.A. Psychological self-regulation of voluntary activity of a person (the aspect of structure and function) // Psychology Questions, 1995, №1, P. 5-12.

5. Konopkin O.A., Morosanova V.I. The style peculiarities of the activity self-regulation // Psychology Questions, 1989, №5, P. 18-26.

6. Eliseev O.P. Practical work on psychology of a person. SPb.: Peter, 2001. (Series « Practical work on psychology»). P.214-218.

7. Morosanova V.I. The individual style of self-regulation. M.: Nauka, 2001.

8. Morosanova V.I. The style of behaviour self-regulation (SSPM) // Methodical textbook. M.: the Kogito-Center, 2004.

9. Morosanova V.I., Aronova E.A. Consciousness and behaviour self-regulation. M.: Publishing House «Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences», 2007.

10. Burlachuk L.F., Morozov S.M. Reference Book on psychodiagnostics. SPb.: Peter Kom, 1999. 528 pp.