

Лебедева Елена Николаевна

магистрант

Научный руководитель

Парфенова Галина Леонидовна

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Алтайский государственный

педагогический университет»

г. Барнаул, Алтайский край

**ВЗАИМОСВЯЗЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ
И ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ ЛИЧНОСТИ
У ВОЕННОСЛУЖАЩИХ, ОБУЧАЮЩИХСЯ ВОЕННОМУ ДЕЛУ**

Аннотация: в статье представлены данные эмпирического исследования эмоционально-личностных качеств и временной перспективы личности военнослужащих срочной службы в начальный период их обучения военному делу на базе одной из войсковых частей РФ. Показан ряд результатов исследования агрессивности, тревожности, стрессоустойчивости и временной перспективы личности военнослужащих, выявляющих необходимость внедрения комплекса специальных психологических мероприятий, направленных на развитие у военнослужащих методов контроля и саморегуляции эмоций, способствующих эффективному обучению военному делу и формированию психологической готовности юношей к военной службе.

Ключевые слова: эмоциональная сфера, эмоционально-личностные качества, временная перспектива, военнослужащие, юноши.

2025 год объявлен Указом Президента РФ – В.В. Путина годом защитника Отечества [5]. Это выражение глубокой признательности тем, кто защищал и продолжает защищать суверенитет и безопасность нашей страны. Активно проводимая в нашей стране военная реформа приносит первые положительные плоды: совершенствуется боевая выучка войск, повышаются статус и благосо-

стояние военнослужащих. Вместе с тем, наряду с позитивными результатами остается широкий спектр нерешенных проблем. Одна из них – недостаточное внимание к начальному этапу нахождения личности в армейской среде, в том числе, к особенностям эмоциональной и, в целом, психологической готовности солдат молодого пополнения к военной службе.

Эмоциональный компонент психологической готовности к такой сложной сфере жизни и деятельности молодого человека как служба в вооруженных силах – один из приоритетных. Его значение обуславливается ролью эмоций в поведенческой и коммуникативной регуляции, их влиянием на познавательные и волевые процессы, качество и эффективность выполняемой деятельности, адаптацию к изменениям окружающей среды.

От того, как призванные военнослужащие в новых для них условиях будут распоряжаться временем, принимать своё прошлое, понимать настоящее, выстраивать планы на будущее, также зависит их эмоциональное и психическое состояние. Поведение, мобилизация своих усилий на достижение жизненных целей в значительной мере детерминируется не только положением дел в настоящем, но также событиями прошлого и будущего, представленными во временной перспективе субъекта [4, с. 355]. Временная перспектива в понимании К. Левина «существующая в настоящий момент целостность видения индивидом своего психологического будущего и своего психологического прошлого» [4, с. 359]. Анализ немногочисленно опубликованных научных источников [2; 4; 6] позволяет отметить недостаточную теоретическую и практическую разработку данной проблемы.

Регулирующая функция эмоций, временная перспектива и их роль в успешном обучении воинскому труду, его осуществлении, адаптации молодого пополнения к военной службе продолжает оставаться вне поля зрения исследователей данной проблемы. При изучении эмоциональной сферы личности военнослужащих, обучающихся военному делу, важно обратить внимание на такие компоненты эмоциональной сферы [3] – эмоционально-личностные качества как агрессивность, тревожность, стрессоустойчивость. По данной пробле-

матике психологических исследований нами не выявлено, опубликованной информации недостаточно.

Актуальность настоящего исследования определяется важной ролью эмоционального компонента и способности личности к выстраиванию временной перспективы для обучения молодого человека военному делу, повышения эффективности процесса адаптации к воинскому труду.

В нашем исследовании было выдвинуто предположение о том, что существует взаимосвязь между эмоционально-личностными качествами (агрессивностью, тревожностью, стрессоустойчивостью) и временной перспективой у военнослужащих, обучающихся военному делу на начальном этапе службы в ВС РФ. Выборкой респондентов явились 70 солдат срочной службы, в том числе, военнослужащие срочной службы, которые подписали контракт на прохождение службы. Возраст участников исследования – юношеский – 18–25 лет. Исследование проведено на базевойской части, располагающейся в Алтайском крае, в начальный период обучения военнослужащих военному делу.

Для исследования эмоционально-личностных качеств использовались 3 методики: опросник уровня агрессивности А. Басса и А. Дарки (стандартизирован А.А. Хваном, Ю.А. Зайцевым и Ю.А. Кузнецовой); опросник для исследования личностной и ситуативной тревожности Ч.Д. Стилбергера (в адаптации Ю.Л. Ханина); опросник «Профессиональное выгорание» русскоязычная версия Н. Водопьянова, Е. Старченкова [1, с. 144–153]. Для изучения временной перспективы использовался «Опросник временной перспективы личности» Ф. Зимбардо.

Представим ряд результатов исследования.

Анализ ответов респондентов по методике Басса и Дарки выявил высокий и очень высокий индексы агрессивности у 21 человека (30%). Индекс враждебности выше среднего у 30 (42,8%) опрошенных. Уровень вербальной агрессии выше среднего у 51 солдата (72,9%). Эти факты требуется учесть в коррекционно-развивающей и профилактической работе, так как совместно с враждебностью, раздражением, которые выше нормы у 29 человек (41,4%), в среде военнослужащих могут возникать драки, нарушение уставных правил взаимоотношений.

Уровень подозрительности выше среднего более чем у половины опрошенных – 40 (57,1%). Возможно, это связано с тем, что юноши попали в новую обстановку, резко отличающуюся от привычной, гражданской; не установили пока еще дружеские отношения, не имеют доверия к незнакомым людям.

Положительно то, что у большинства 46 (65,7%) респондентов выявлен негативизм на уровне ниже среднего и нет юношей с очень высоким уровнем негативизма. Негативизм выражается в упорном отказе выполнять указания, приказы, склонность выражать отрицательное отношение к инструкциям, это неблагоприятно влияло бы на прохождение службы в армии, которая на 100% состоит из подчинения вышестоящим по воинскому званию. Положительным также является то, что большинство солдат имеют низкий и умеренный уровни тревожности: ситуативной 60 (85,8%) человек и личностной 56 (80%) человек. Тем не менее, с юношами, которые имеют высокий уровень тревожности – ситуативной 10 (14,2%) солдат и личностной 14 (20%) солдат, необходима коррекционная работа.

По опроснику «Профессиональное выгорание» (Н.Е. Водопьяновой и Е. Старченковой) выявлено, что 22 юноши (31,4%) эмоционально истощены, имеют высокий и очень высокий уровень по шкале «эмоциональное истощение». Высокую и крайне высокую степень выгорания имеют 27 (38,6%) военнослужащих; они составляют группу риска, им требуется специальное сопровождение психолога по повышению стрессоустойчивости.

По методике «Опросник временной перспективы личности» Ф. Зимбардо выявлено, что небольшая часть солдат – 16 (22,9%) имеет высокий уровень по шкале «Негативное прошлое». Следовательно, лишь пятая часть военнослужащих показала отрицательное и пессимистическое отношение к прошлому, что связано с депрессией, тревогой, низкой самооценкой, агрессией и эмоциональной нестабильностью, проблемами в межличностных отношениях. В то же время, почти у половины респондентов 33 (47,1%) – низкий уровень по шкале «Гедонистическое настоящее». Это можно объяснить тем, что среда, в которой находятся солдаты в начальный период обучения военной службе, очень слож-

ная по психологическим и физическим нагрузкам; человеку в таких условиях трудно чувствовать удовольствия в настоящем моменте. По шкале «Будущее» низкий уровень у 11 (15,7%) респондентов; согласно мнению автора методики, эти юноши не видят целей, не планируют свою жизнь. По шкале «Фаталистическое настоящее» высокий уровень у каждого десятого юноши – 8 (11,4%); данные военнослужащие выражают беспомощное и безнадежное отношение к жизни и к будущему, ощущают неподконтрольность и направляемость своей жизни со стороны внешних сил. Необходима работа психолога с такими респондентами по обучению их постановке цели, выстраиванию жизненной перспективы, самостоятельному планированию собственного будущего.

Итак, результаты нашего исследования показали, что для развития у военнослужащих качеств, необходимых для эффективного осуществления профессиональной военной деятельности, возникает потребность в специальных профилактических и коррекционных мерах со стороны психолога ВС РФ. Они должны быть направлены на снижение уровня тревожности и агрессивности, повышение стрессоустойчивости военнослужащих, ответственности за собственные поступки и планы, за их реализацию, повышение мотивации и способности к достижению; развитие временной перспективы, формирование позитивных жизненных целей.

Далее в исследовании будет проведен корреляционный анализ для проверки существования взаимосвязи между временной перспективой личности военнослужащих и их эмоционально-личностными качествами (агressивностью, тревожностью, стрессоустойчивостью). По результатам исследования для военнослужащих, обучающихся военному делу, разработана программа тренинговых занятий «Контроль эмоций – победа над собой», направленная на развитие у военнослужащих эмоциональной саморегуляции как фактора снижения их отрицательного эмоционального состояния при обучении воинской службе; на сохранение психологического здоровья и оказание поддержки в процессе адаптации к службе в армии.

Таким образом, проведенное нами исследование вносит вклад в дальнейшее изучение эмоциональной сферы и временной перспективы личности военнослужащих, обучающихся военному делу; открывает новые факты о взаимосвязи агрессивности, стрессоустойчивости и тревожности с временной перспективой личности у военнослужащих; способствует планированию направлений и мер профилактики и коррекции качеств, необходимых для эффективного осуществления профессиональной военной деятельности.

Список литературы

1. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса / Н.Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://trening-stressoustojchivosti.ru/wp-content/uploads/2018/07/n-e-vodopyanova-psihodiagnostika-stressa.pdf> (дата обращения: 13.10.2025). EDN QXVSDN
2. Зимбардо Ф. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь / Ф. Зимбардо, Дж. Байд. – СПб.: Речь, 2010. – 352 с. EDN QXZLBN
3. Изард К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард; пер. с англ. В. Мисник, А. Татлыбаев. – М.: Питер, 2009. – 460 с. EDN QYDPVF
4. Нюттен Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего: учебное пособие / Ж. Нюттен; под ред. Д.А. Леонтьева; пер. с англ. Е.Ю. Патяевой. – М.: Смысл, 2004. – 607 с.
5. Указ о проведении в России Года защитника Отечества от 16.01.25 №28 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: www.kremlin.ru/acts/news/76120.pdf (дата обращения: 13.10.2025).
6. Zimbardo P.G. Putting time in perspective: a valid, reliable individual – differences metric / P.G. Zimbardo, J.N. Boyd // Journal of Personality and Social Psychology. – 1999. – №6. – P. 1271–1288. EDN GXUJBZ