

## **ОСОБЕННОСТИ ПСИХОДИАГНОСТИКИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ВОЕННОСЛУЖАЩЕГО**

Абдурахманова Регина Исамутдиновна

Национальный Университет Узбекистана Имени Мирзо

Улугбека Факультет Социальных Наук Кафедра Психологии

Regina3189@mail.ru

+998975347570

### **Аннотация**

В статье представлен психодиагностический комплекс, разработанный для исследования структурных компонентов психологической устойчивости военнослужащих. На основе предварительно выделенной структурной модели устойчивости были отобраны семь валидных и надежных психометрических методик, каждая из которых диагностирует определённый компонент данного феномена: жизнестойкость, гибкость и особенности саморегуляции, нервно-психическую адаптированность, волевые характеристики, стрессоустойчивость, способность к саморазвитию и коммуникативность. Детально рассматриваются цели, структура, особенности применения и интерпретационные возможности каждой методики. Обоснован выбор диагностического инструментария с позиции современных психометрических требований и целесообразности его использования в работе с военнослужащими. Представленный комплекс обеспечивает всестороннее изучение ключевых характеристик психологической устойчивости и может служить основой для дальнейших исследований, а также разработки программ психологического сопровождения.

**Ключевые слова:** психологическая устойчивость, военнослужащие, психодиагностика, жизнестойкость, гибкость, саморегуляция поведения, нервно-психическая адаптация, волевые качества, выдержка, целеустремлённость, стрессоустойчивость, способность к саморазвитию, коммуникативные способности, психометрический комплекс, психодиагностические методики.

### **Introduction**

В целях психодиагностики психологической устойчивости военнослужащего, основываясь на ранее выделенную структурную модель данного явления нами был подобран психометрический комплекс. При этом, выбор соответствующих диагностических методик осуществлялся с учётом следующих основных аспектов, принятых в психодиагностике:

цель психодиагностической методики, т.е. методика должна диагностировать соответствующий структурный компонент или ряд компонентов психологической устойчивости военнослужащего;

стимульный материал психодиагностической методики, т.е. методика должна содержать понятную разъяснительную инструкцию для обследуемого, приемлемый объем заданий, вопросов, утверждений и пр. занимающий относительно не продолжительное время; механизм обработки полученных психоdiagностических данных по методике, т.е. методика должна предусматривать понятный и относительно простой, удобный механизм обработки получаемых результатов;

механизм интерпретации полученных психоdiagностических данных по методике, т.е. методика должна предусматривать понятный, и относительно простой, удобный механизм интерпретации получаемых результатов психоdiagностического обследования;

сведения о фундаментальных характеристиках качества психоdiagностической методики, т.е. наличия информации о надежности, валидности методики.

Таким образом, с учётом вышеизложенных аспектов нами был подобран психоdiagностический комплекс, состоящий из следующих психометрических методик (рис. 1):

Тест жизнестойкости С. Мадди в адаптации Д. Леонтьев [5] для диагностики первого выделенного структурного компонента психологической устойчивости - жизнестойкость.



**Рис.1 Психометрический комплекс диагностики структурных компонентов психологической устойчивости военнослужащего**

Опросник стиля саморегуляции поведения В.И. Моросановой [6] для диагностики второго – гибкость, шестого - саморегуляция произвольной активности, седьмого - адекватность оценки себя и результатов своей деятельности, поведения и одиннадцатого - самостоятельность стиля саморегуляции поведения выделенных структурных компонентов психологической устойчивости;

Тест нервно-психической адаптации И.Н. Гурвича [3] для диагностики третьего выделенного структурного компонента психологической устойчивости - нервно-психическая адаптированность;

Опросник диагностики волевых особенностей личности М.В. Чумакова [10] для диагностики четвертого – выдержка, восьмого – целеустремленность и девятого - самостоятельность выделенных структурных компонентов психологической устойчивости;

Тест-опросник стрессоустойчивости С. Коухена и Г. Виллиансона [4] для диагностики пятого выделенного структурного компонента психологической устойчивости - стрессоустойчивость;

Опросник способности к саморазвитию И.В. Зверевой [2] для диагностики десятого выделенного структурного компонента психологической устойчивости - способности к саморазвитию;

Тест оценки коммуникативных и организаторских способностей личности В. Синявского и Б.А. Федоришина [9] для диагностики двенадцатого выделенного структурного компонента психологической устойчивости - коммуникативность.

Далее полагается целесообразным более подробно рассмотреть вышеупомянутые психодиагностические методики.

Так, первой выбранной нами методикой является Тест жизнестойкости С. Мадди в адаптации Д. Леонтьева. Методика предназначена для диагностики жизнестойкости человека. Согласно концептуальной позиции автора, жизнестойкость - это свойство отражающее устойчивость личности перед стрессами и трудностями. Она включает три основных компонента:

вовлеченность - способность активно участвовать в различных сферах жизни и находить в них смысл, даже в сложных ситуациях;

контроль - уверенность в своей способности влиять на события и управлять жизненными обстоятельствами;

принятие риска - готовность воспринимать изменения и новые ситуации как возможности для роста и обучения, а не как угрозы [1]

Эти компоненты помогают человеку справляться с трудностями, сохранять мотивацию и поддерживать психологическое благополучие.

Тест жизнестойкости С. Мадди в адаптации Д. Леонтьева широко применяется в современной практике для оценки психологической устойчивости и способности справляться с трудностями. Основными особенностями данной методики выступает трехкомпонентная структура, т.е. тест оценивает три ключевых компонента жизнестойкости: вовлеченность, контроль и принятие риска. Каждый из этих компонентов помогает определить, как человек справляется с жизненными вызовами.

Кроме того, по имеющимся данным методика отличается широкой сферой применения в современной практике, т.е. тест используется в различных областях, таких как психология, образование, менеджмент, для оценки жизнестойкости студентов, сотрудников и руководителей, а также специалистов экстремального профиля. В аспекте диагностической ценности, методика помогает выявить личностные ресурсы и зоны, требующие развития, что может быть полезно для подготовки индивидуальных программ развития, персонального роста, профессионального развития и пр. Кроме того, результаты диагностики могут стать основой для разработки программ психологической поддержки и тренингов, направленных на развитие жизнестойкости. При адаптации теста Д. Леонтьевым были повторно исследованы такие фундаментальные характеристики методики, как надежность, валидность, которые отвечают современным требованиям психодиагностики [8]

Сама методика состоит из вводной инструкции и 45 утверждений, на которые необходимо обследуемому ответить, выбрав один из четырех вариантов ответов. Обработка результатов проводится путем начисления баллов за соответствующие варианты ответов, их суммирования и интерпретации. Методика предусматривает несколько шкал, т.е. является многошкальной. При этом, в рамках настоящего диссертационного исследования была применена только одна шкала (общая) – жизнестойкость.

Второй выбранной нами методикой является Опросник стиля саморегуляции поведения В.И. Моросановой. Методика предназначена для диагностики индивидуальных особенностей стиля саморегуляции поведения. По мнению автора стиль саморегуляции поведения - это индивидуальная система навыков и умений, позволяющая человеку самостоятельно управлять своим поведением для достижения поставленных целей. Она включает:

планирование, т.е. способность ставить четкие цели и разрабатывать стратегии их достижения;

моделирование, т.е. представление и прогнозирование возможных сценариев и последствий своих действий;

программирование, т.е. разработка конкретных шагов и последовательности действий для реализации плана;

оценка результатов, т.е. анализ и контроль достигнутых результатов с внесением необходимых корректировок;

гибкость, т.е. способность адаптироваться к изменяющимся условиям и корректировать свои действия.

Данные компоненты помогают человеку эффективно организовывать свою деятельность и справляться с трудностями [6]

Исходя из практики применения данной методики можно выделить следующие её особенности:

теоретическая основа базируется на концепции системной организации деятельности, что делает его теоретически обоснованным инструментом;

опросник оценивает различные аспекты саморегуляции, такие как планирование, моделирование, программирование и оценка результатов; позволяет выявить сильные и слабые стороны в управлении своим поведением и адаптации к изменениям; результаты психодиагностики по методики могут быть использованы для разработки программ, направленных на улучшение навыков саморегуляции.

Кроме того, данная методика применяется в различных сферах, используется в образовательной практике, профессиональной деятельности, в том числе экстремальной и личностном развитии. По имеющимся данным по разработке опросника, а также его неоднократном апробировании были исследованы такие фундаментальные характеристики как надежность и валидность, которые отвечают современным требованиям психодиагностики.

Сам опросник состоит из разъяснительной инструкции и 46 высказываний относительно которых испытуемому необходимо выразить свое мнение выбрав один из четырех вариантов ответа. Обработка получаемых результатов проводится путем зачисления баллов за соответствующий вариант ответов, совпадший с ключом, суммирования и интерпретации.

Опросник много шкальный. При этом, в рамках настоящего диссертационного исследования нами использовались шкалы гибкость, саморегуляция произвольной активности, адекватность оценки себя и результатов своей деятельности, поведения и самостоятельность стиля саморегуляции поведения.

Третей подобранный методикой выступает Тест нервно-психической адаптации И.Н. Гурвича. Он предназначен для диагностики нервно-психической адаптации человека. По мнению автора методики, нервно-психическое состояние отражает уровень адаптации и устойчивости человека к стрессовым факторам. Он помогает выявить психологическое состояние, уровень тревожности, стресса и способность респондента адаптироваться к изменениям в окружающей среде.

В качестве основных особенностей этой методики можно выделить следующие:  
целостный подход, т.е. методика оценивает не только психическое состояние, но и физиологические реакции на стресс.

диагностика адаптационных возможностей, т.е. методика помогает определить, насколько эффективно человек может справляться с нагрузками и изменениями;  
индивидуальный подход, т.е. методика подходит для оценки как взрослых, так и подростков;

применение в различных сферах, т.е. методику можно применять в клинической психологии, психиатрии, а также в профессиональной ориентации и кадровых службах и др. направлениях.

При разработке опросника, а также его апробировании были исследованы такие фундаментальные характеристики как надежность и валидность, которые отвечают современным требованиям психодиагностики.

Сам тест состоит из пользовательской инструкции и 26 показателей, симптомов с которыми необходимо ознакомится обследуемому, а также оценить их применительно к себе используя следующую шкалу:

есть и было всегда – 4 балла;

отмечается уже длительное время – 3 балла;

появилось только в последнее время – 2 балла;

было в прошлом, но в настоящее время нет – 1 балл;

нет и не было никогда – 0 баллов.

Обработка результатов проводится путем суммирования полученных баллов и их интерпретации по пятиуровневой градации.

Четвёртым подобранным психометрическим инструментом выступает Опросник диагностики волевых особенностей личности М.В. Чумакова. Она предназначена для оценки и анализа различных аспектов волевой сферы обследуемого. По мнению автора, волевые особенности человека - это качества личности, которые определяют его способность к целенаправленной и устойчивой деятельности. В частности, волевые особенности человека включают в себя следующие основные качества:

настойчивость - способность продолжать движение к цели, несмотря на препятствия и трудности;

самоконтроль - умение управлять своими эмоциями и поведением в различных ситуациях;

целеустремленность - способность ставить и достигать долгосрочные цели;

решительность - способность быстро и уверенно принимать решения.

В качестве основных особенностей Опросника диагностики волевых особенностей личности М.В. Чумакова можно выделить следующие:

многомерность оценки - методика позволяет оценивать различные волевые качества, что дает возможность комплексного понимания волевой сферы личности;

структурированность - опросник предусматривает девять психодиагностических шкал, каждая из которых оценивает отдельный аспект волевой сферы;

применимость - опросник может использоваться в психологическом консультировании, профессиональной ориентации и личностном развитии и др. направлениях;

интерпретация результатов - психодиагностические результаты позволяют психологу определить сильные и слабые стороны воли человека и разработать рекомендации, программы для ее развития.

При разработке методики, а также её апробировании были исследованы такие фундаментальные характеристики как надежность и валидность, которые отвечают современным требованиям психодиагностики. Методика содержит инструкцию для обследуемых и 78 суждений, относительно которых необходимо дать один из четырех вариантов ответов. Обработка результатов обследования проводится путем начисления соответствующего балла за каждый ответ, совпадший с ключом, их суммирования, перевода в степенную шкалу и интерпретации по пятиуровневой градации.

В рамках настоящего исследования были использованы лишь некоторые шкалы данной методики, в частности шкала № 4 – самостоятельность, шкала № 5 – выдержка и шкала № 9 – целеустремленность.

Пятой подобранной методикой вступает Тест-опросник стрессоустойчивости С. Коухена и Г. Виллиансона. Данная методика предназначена для диагностики уровня стрессоустойчивости человека. Тест-опросник помогает выявить, как человек реагирует на стрессовые ситуации и насколько эффективно справляется с ними.

В аспекте особенностей этой методики можно выделить следующие основные:  
простота в использовании и возможность быстрого получения информации о стрессоустойчивости обследуемого;  
помогает определить сильные и слабые стороны в управлении стрессом, а также предлагает рекомендации по улучшению;  
может использоваться как в психологическом консультировании, так и в корпоративной среде для оценки сотрудников, подготовки тренинговых программ и пр.

При разработке методики, а также её неоднократным апробированием на различных выборках были исследованы такие фундаментальные характеристики как надежность и валидность, которые отвечают современным требованиям психодиагностики.

Методика содержит инструкцию для обследуемых и 10 вопросов, на которые необходимо ответить обследуемому выбрав один из пяти вариантов ответов. Обработка результатов осуществляется путем подсчета суммы баллов, набранных испытуемым и определения среднего значения с учетом ключа к методике. Уровень стрессоустойчивости определяется по предусмотренной таблице на основании набранного среднего значения с учетом возраста испытуемого.

Шестой подобранным психометрическим инструментарием вступает Опросник способности к саморазвитию И.В. Зверевой. Методика предназначена для оценки уровня готовности и способности человека к личностному и профессиональному развитию. Способность к саморазвитию согласно, представлениям автора, подразумевает активное стремление личности к улучшению своих навыков, знаний и качеств. Это включает в себя осознание своих сильных и слабых сторон, готовность к обучению и самосовершенствованию, а также умение адаптироваться к изменяющимся условиям и требованиям. При этом, И.В. Зверева акцентирует внимание на важности рефлексии, самоконтроля и целеустремленности в процессе саморазвития. Личность, обладающая такой способностью, активно использует различные методы и ресурсы для достижения своих целей, что способствует как личностному, так и профессиональному росту.

В качестве основных особенностей методики целесообразно выделить следующие:  
психодиагностика охватывает мотивационную сферу, навыки необходимые для эффективного саморазвития;

методика позволяет выявить области, требующие внимания и развития, а также сильные стороны, которые можно использовать в процессе саморазвития;

методика может применяться в образовательных и профессиональных средах, а также в личном консультировании для планирования карьерного роста, личностного прогресса, подготовки психологических тренингов.

В процессе разработке опросника, его последующего аprobирования на различных выборках были исследованы фундаментальные характеристики, отражающие качество методики, в частности надежность и валидность, которые отвечают современным требованиям психоdiagностики.

Сам опросник предусматривает инструкцию для обследованного, 15 утверждений касающихся различных аспектов саморазвития, таких как самодисциплина, стремление к новым знаниям и умение ставить цели. На каждое утверждение предусмотрено пять вариантов ответов, один из которых необходимо выбрать обследуемому.

Обработка полученных результатов осуществляется путем начисления и суммирования баллов за каждый полученный ответ:

5 баллов - вариант «а) полностью соответствует действительности»;

4 балла - вариант «б) скорее соответствует действительности, чем нет»;

3 балла - вариант «в) и да, и нет»;

2 балла - вариант «г) скорее не соответствует действительности»;

1 балл - вариант «д) не соответствует действительности».

Уровень развития способности к саморазвитию в целом определяется набранной суммой баллов с учётом трехуровневой градации.

Заключительным, седьмым психометрическим инструментарием был подобран Тест оценки коммуникативных и организаторских способностей личности В. Синявского и Б.А. Федоришина. Методика предназначена для диагностики и анализа уровней развития коммуникативных и организаторских способностей у индивидов. Эта методика особенно актуальна в контексте профессиональной деятельности, где коммуникативные и организаторские навыки играют ключевую роль в успешном взаимодействии и управлении. По мнению авторов, коммуникативные способности - это набор навыков и качеств, которые позволяют человеку эффективно взаимодействовать с другими людьми. Они включают в себя умения, необходимые для успешного общения, передачи информации, установления контактов и поддержания отношений. Коммуникативные способности играют ключевую роль в различных сферах жизни, включая личные отношения, учебу и профессиональную деятельность. Развитие этих навыков способствует улучшению взаимодействия, повышению продуктивности и созданию позитивной атмосферы в коллективе. Организаторские способности, по авторскому мнению, также предусматривают набор навыков и качеств, которые позволяют человеку эффективно планировать, координировать и управлять деятельностью группы людей или проектом. Эти способности важны в различных сферах, включая бизнес, образование, общественные организации и личные проекты. Хорошие организаторские способности помогают достигать результатов более эффективно и с меньшими затратами.

В качестве основных особенностей методики можно выделить следующие:

методика подходит как для работы с отдельными индивидами, так и для групповых исследований, что позволяет получить более полное представление о динамике взаимодействия в команде;

результаты могут быть использованы для создания рекомендаций по развитию коммуникативных и организаторских навыков, а также для профессиональной ориентации и тренинга.

методика является полезным инструментом для психологов, HR-специалистов и руководителей, которые стремятся развивать командные навыки и улучшать взаимодействие в коллективе.

При разработке методики, а также неоднократном апробировании исследовались такие важные показатели как надёжность и валидность теста, которые отвечают предъявляемым требованиям психоdiagностики в целом.

Тест оценки коммуникативных и организаторских способностей личности В. Синявского и Б.А. Федоришина предусматривает вводную инструкцию и 40 вопрос направленные на различные аспекты жизни и деятельности обследуемого. На каждый вопрос предусмотрено два варианта ответов, один из которых необходимо выбрать обследуемому. Обработка полученных результатов проводится путём начисления соответствующего балла за каждый ответ, совпавший с ключом к методике, суммирования всех набранных баллов и интерпретации по пятиуровневой градации.

Методика предусматривает две психоdiagностические шкалы (организаторские способности и коммуникативные способности). При этом, в рамках настоящего исследования нами примерялась лишь одна шкала - коммуникативные способности.

Таким образом, исходя из вышеизложенного полагается целесообразным заключить, что основываясь на подготовленную структурную модель, с учетом психометрических требований принятых в психологии нами подобран психоdiagностический комплекс направленный на исследования структурных компонентов психологической устойчивости военнослужащего. Данный психоdiagностический комплекс семи выше перечисленных методик, отличающиесякойсяальной надежностью, валидностью и хорошо зарекомендовавшие себя в психологической практике.

### **Список литературы**

1. Алфимова М.В., Голимбет В.Е. Русскоязычная версия краткой шкалы жизнестойкости. Социальная и клиническая психиатрия 2012, Т.22. - №4. - С. 10-15.
2. Гаранина Ж.Г. Структура и уровни личностно-профессионального саморазвития будущих специалистов. // Современные проблемы науки и образования. 2013. - №6. - С. 179-183.
3. Гурвич И.Н. Тест нервно-психической адаптации. // Вестник гипнологии и психотерапии. - 1992. - Т.3. – С. 46-53.
4. Куприянов Р.В., Кузьмина Ю.М. Психоdiagностика стресса: практикум. М-во образ. и науки РФ, Казан. гос. технол.ун-т. - Казань: КНИТУ, 2012. - 212 с.
5. Леонтьев Д., Рассказова Е. Жизнестойкость и её диагностика. М.: НПФ. Смысл. - 2016. - 162. с.
6. Моросанова В.И. Опросник «Стиль саморегуляции поведения». // Журнал практической психологии и психоанализа. - 2004. - №2. - С. 150-163.

- 
7. Моросанова В.И. Осознанная саморегуляция произвольной активности человека как психологический ресурс достижения целей. // Теоретическая и экспериментальная психология. - 2014. - Т.7. - №4. - С. 62-78.
  8. Осин Е.Н., Рассказова Е.И. Краткая версия теста жизнестойкости: психометрические характеристики и применение в организационном контексте. Вестник Московского университета. Серия № 14. Психология. 2013. - № 2. - С. 147-165; Осин Е.Н. Факторная структура краткой версии Теста жизнестойкости. Организационная психология. 2013. - Т.3. - №3. - С. 42-60.
  9. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. - М.: 2002. С. 263-265.
  10. Чумаков М.В. Эмоционально-волевая сфера личности подростков и ее диагностика. // Вестник практической психологии образования. - 2015. - Т.12. - №1. - С. 83-86.