

«Психическая устойчивость: прочность или гибкость?»: рецензия на книгу «Формирование психологической устойчивости у военнослужащих»¹

А.Г. Караяни

Военный университет Министерства обороны Российской Федерации, Москва, Россия.

Поступила 3 сентября 2016/ Принята к публикации: 12 сентября 2016.

“Mental Resilience: strength and flexibility?»: review of the book «Developing psychological stability in military men»¹

Aleksandr G. Karayani

Military University of the Ministry of Defense of the Russian Federation, Moscow, Russia.

Received September 3, 2016 / Accepted for publication: September 12, 2016.

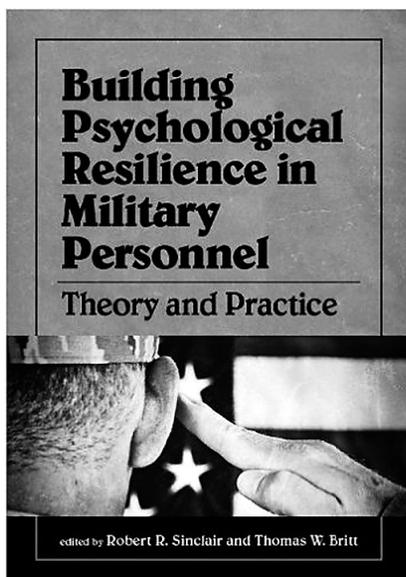
Статья представляет собой рецензию на книгу, подготовленную известными специалистами по военно-психологическим проблемам из США, Великобритании и Канады. В рецензии отмечается главное достоинство данной работы – удачное сочетание теоретического анализа проблемы психологической устойчивости и практических рекомендаций по ее формированию у военнослужащих. Приводятся конкретные статистические данные, свидетельствующие о важности и актуальности рассматриваемой проблемы. Отмечается, что читатели этого издания не только получат полное представление о психологической устойчивости и ее проявлениях, но и почерпнут сведения о сложившейся на сегодняшний день системе технологий формирования данного качества у военнослужащих. В рецензии подчеркивается, что материалы книги представляют большой интерес для российских военных и гражданских психологов, призванных повысить психологическую устойчивость специалистов, действующих в экстремальной обстановке.

Ключевые слова: военная психология, психологическая устойчивость, психология за рубежом.

The paper is a review of a book prepared by well-known experts in the military psychological issues of the US, UK and Canada. The review emphasizes the main advantage of this work, i.e. a combination of theoretical analysis of the psychological stability and practical recommendations for developing psychological stability in military men. There specific statistics data showing the importance and urgency of the issue. The readers will not only get a complete picture of the psychological stability and its manifestations, but also obtain information about the current system of technologies how to develop psychological stability in military men. The book is of great interest for the Russian military and civilian psychologists and is aimed at increasing psychological stability of those who work in the extreme conditions.

Keywords: military psychology, psychological stability, psychology abroad.

¹ *Building Psychological Resilience in Military Personnel: theory and practice / edited by Robert R. Sinclair and Thomas W. Britt. – Washington, 2013.*



Содержание книги «Формирование психологической устойчивости у военнослужащих» является прекрасным примером международной кооперации военных психологов в решении сложных военно-психологических проблем. В ее подготовке приняли участие специалисты из США, Британии и Канады. Редакторами книги выступили известные психологи: Роберт Р. Синклер – ассоциированный профессор индустриальной и организационной психологии и Томас В. Бритт – профессор социальной и организационной психологии Клемсонского университета.

Отличительной чертой данной книги является удачное сочетание теоретического анализа проблемы психологической устойчивости и практических рекомендаций по ее формированию у военнослужащих.

Авторы убедительно показывают, что условия современной войны и военной службы предъявляют высокие требования к психологическим качествам военнослужащих, оказывают мощное психо-

логическое воздействие на участников боевых действий. Около 30% военнослужащих, принимавших участие в боевых событиях в Ираке и Афганистане, имели выраженные психологические проблемы. В 2010 г. среди американцев этой категории был зафиксирован 281 подтвержденный случай самоубийства. Кроме этого, в Армии США было отмечено 413 суицидальных попыток. Между тем, лишь 14,3% из числа суицидентов имели непосредственный боевой опыт. Война драматически влияет и на семьи военнослужащих. У жен участников боевых действий отмечается рост общего дистресса, тревоги, депрессии, по сравнению с фоновыми показателями. У их детей на 11% возрастает риск оказаться пациентами системы здравоохранения в связи с проблемами психического здоровья и поведения, на 18% – в связи с детскими поведенческими проблемами и на 19% – в связи с детскими стрессовыми расстройствами. Все это обуславливает большое значение психологической устойчивости участников боевых действий и членов их семей.

В книге всестороннему анализу подвергаются существующие научные подходы к пониманию психологической устойчивости военнослужащих, связанные с целостными личностными характеристиками, отдельными личностными качествами, констелляциями различных личностных факторов, стилем поведения и пр. В результате психологическая устойчивость анализируется в системе, заданной следующими координатами:

- 1) требования событий;
- 2) стресс и копинг;
- 3) индивидуальные факторы;
- 4) организационные факторы;
- 5) результат.

Это дает возможность авторам рассматривать психологическую устойчивость как многомерный конструкт, включаю-

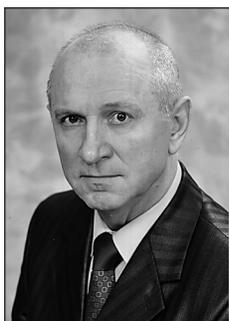
щий множество характеристик, отражающей способность военнослужащего или группы восстанавливать свое состояние или адаптационный процесс, позволяющий снижать напряжение боевой обстановки и хронических стрессов. То есть, психологическая устойчивость – это не способность сохранять неизменность своих кондиций, а способность «пружинить», «отскакивать», «приспосабливаться». Психологическая устойчивость солдата, по мнению авторов, проявляется в наличии у него:

- а) когнитивных ресурсов, позволяющих эффективно решать проблемы;
- б) эмоциональных умений противостоять стрессу;
- в) социальных и семейных ресурсов, которые могут быть привлечены в нужное время;
- г) способности находить цель и смысл своей службы;
- д) физической стойкости к продолжительным трудностям.

Авторы подробно описывают сложившуюся на сегодняшний день систему технологий формирования психологической устойчивости военнослужащих, включающую:

- Stress Management Training (тренинг управления стрессом, тренинг прививки стресса, медитации внимания и др.);
- Preparatory Education – предварительное обучение (программа формирования боевого сознания «Battlemind», предоставление военнослужащим необходимой информации о психологических явлениях боя);
- Stress-Related Cognitive Appraisals – формирование эффективных копинг-стратегий;
- Role modeling – использование поведенческих образцов для подражания, опыта бывалых воинов;
- Exposure/Mission Rehearsal Exercises – тренировка военнослужащих в выполнении задач в обстановке, приближенной к боевой, в том числе с использованием технологии виртуальной реальности;
- Exposure to Internal Stimuli – тренировка аппарата стрессового реагирования.

В боевой обстановке поддержанию психологической устойчивости военнослужащих способствуют командиры и специалисты по психическому здо-



Александр Григорьевич Караяни –

доктор психологических наук, профессор, член-корреспондент РАО, академик Академии военных наук, факультет психологии МГУ имени М.В. Ломоносова, Военный Университет Министерства обороны Российской Федерации.
E-mail: karayani@mail.ru

Для цитирования: Караяни А.Г. «Психическая устойчивость: прочность или гибкость?»: рецензия на книгу «Формирование психологической устойчивости у военнослужащих» // Национальный психологический журнал. – 2016. – №4(24). – С. 72–75 doi: 10.11621/npj.2016.0310

For citation: Karayani A.G. (2016) "Mental Resilience: strength and flexibility?": review of the book «Developing psychological stability in military men». *National Psychological Journal, [Natsional'nyy psikhologicheskii zhurnal]*, 4, 72–75. doi: 10.11621/npj.2016.0310

ISSN 2079-6617 Print | 2309-9828 Online
© Lomonosov Moscow State University, 2016
© Russian Psychological Society, 2016

ровью, которые находятся в следующих пропорциях по отношению к военно-служащим: в Британии – 1:2500–4000, в США – 1:700, в Канаде – 1:500–600. В процесс сохранения психологической устойчивости включается психологический актив – специально подготовленные военнослужащие. В Британской армии, например, действует Trauma Risk Management program – программа использования немедицинского персонала (актива) в интересах психологической поддержки сослуживцев.

По завершении боевых действий участники включаются в Third-Location Decompression Program – программу «декомпрессии», то есть, программу постепенного (от 36 часов в британской армии до 5 суток в канадской) психологического возвращения участников боевых действий в мирные условия жизнедеятельности. 95% ветеранов считают эту программу необходимой и эффективной.

В рецензируемой книге интересно представлена действующая ныне в США программа формирования всесторон-

ней готовности солдата – Comprehensive Soldier Fitness (CSF). На стратегическом уровне эта программа отвечает на вопрос: «Как сделать программу психологической подготовки воинов вооруженных сил такой же важной, как их физическую подготовку?». На оперативном уровне она показывает, как командирам тренировать своих подчиненных в частях и подразделениях. На тактическом уровне она нацелена на обучение солдат способам преодоления трудностей.

В книге подробно описываются четыре компонента CSF:

- 1) Global Assessment Tool (GAT) – программа оценки всесторонней готовности военнослужащего (опросник, насчитывающий 105 вопросов), позволяющая спланировать дальнейшее его развитие;
- 2) Comprehensive Resilience Modules – 24 различных онлайн-модуля, составляющих ядро психологической подготовки военнослужащего, соответствующих уровню исходной готовности, занимаемой должности и опыты;

3) Master Resilience Trainer Course (MRTs) – 10-дневный курс подготовки сержантов как ведущих тренинг;

4) Institutional Training – элементы тренинга, встроенные во все виды профессиональной подготовки и повышения квалификации военнослужащего.

Реализация этой мощной программы психологической подготовки должна, по мнению авторов книги, изменить мировосприятие, стиль мышления и поведения военнослужащих на основе позитивного мировоззрения.

Положения рецензируемой книги представляют большой интерес для российских военных и гражданских психологов, призванных повысить психологическую устойчивость специалистов, действующих в экстремальной обстановке. В определенной степени положения из рецензируемой книги созвучны тем, что излагаются в нашей военно-психологической литературе, однако имеется немало новых, оригинальных, достойных пристального внимания идей.

Литература:

Алехин И.А., Караяни А.Г., Гожилов В.Я. Инновационные ресурсы формирования компетенций курсантов военных вузов: психолого-дидактический контекст // Мир образования – образование в мире. – 2015. – № 3. – С. 179–188.

Караяни А.Г. Превентивно-адаптивные» технологии в психологической подготовке военнослужащих // Юридическая психология. – 2015. – № 3. – С. 11–15.

Караяни А.Г. Информационно-психологическое противоборство: новая реальность // Безопасность Евразии. – 2015. – № 1(49). – С. 241–243.

Караяни А.Г. Психологическая модель служебной деятельности как инструмент создания системы ее психологического обеспечения // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия Психология. – 2013. – Т. 6. – С. 92–98.

Караяни А.Г. Психологическая работа в боевой обстановке : практическое пособие. – Самара, 1997.

Караяни А.Г. Психологическое обеспечение боевых действий личного состава частей сухопутных войск в локальных военных конфликтах : монография. – Москва : ВУ, 1998.

Караяни А.Г. Страх на войне: деструктивный фактор или психологический ресурс // Российский психологический журнал. – 2015. Т. 12. – № 1. – С. 100–114.

Караяни А.Г. Теоретические основы психологического обеспечения служебной деятельности // Юридическая психология. – 2013. – № 3. – С. 22–26.

Караяни А.Г., Караяни Ю.М. Военная психология в годы первой мировой войны // Психологический журнал. – 2016. – Т. 37. – № 2. – С. 122–135.

Караяни А.Г., Караяни Ю.М. Военно-психологическое образование: между прошлым и будущим // Военный академический журнал. – 2014. – № 1. – С. 53–62.

Караяни А.Г., Караяни Ю.М. Психологические последствия войны и социально-психологическая реадaptация участников боевых действий // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия Психология. – 2014. – Т. 7. – С. 59–66.

Караяни А.Г., Караяни Ю.М., Зинченко Ю.П. Американская военная психология как область специальной практики // Национальный психологический журнал. – 2014. – № 1. – С. 65–73. doi: 10.11621/npj.2014.0107

Караяни А.Г., Корчемный П.А., Марченков В.И. Психологическая подготовка боевых действий войск : учебное пособие. – Москва : ВУ, 2011.

Караяни, А.Г., Корчемный, П.А. Психологическая помощь в кризисных ситуациях : учебное пособие. – Москва : ВУ, 2010.

Караяни, А.Г., Сыромятников, И.В. Военная психология : учебник для специалистов психологической работы Вооруженных сил Российской Федерации. – Москва : ВУ, 2016.

Королева И.Н., Караяни А.Г., Закревский Ю.Н. Влияние психологической групповой сплоченности у моряков-подводников на выполнение задач в повседневной учебно-боевой деятельности // Армия и общество. – 2015. – Т. 4. – № 47. – С. 16–19.

Building Psychological Resilience in Military Personnel : theory and practice / edited by Robert R. Sinclair and Thomas W. Britt. – Washington, 2013.
Karayani, A.G. (2015) The Power of Weakness: Review of the book by Mark Neville and Jamie Hacker Hughes «Battle Against Stigma». Psychology in Russia: State of the Art. Vol. 8, 3, 157-160. doi: 10.11621/pir.2015.0312

References:

- Alekhin, I.A., Karayani, A.G., & Gozhikov, V.Ya. (2015) Innovative resources for building competences of military cadets: psycho-didactic context. [Mir obrazovaniya – obrazovanie v mire]. 3, 179-188.
- Karayani, A.G. (2015) «Preventive-adaptive» technology in the psychological preparation of the soldiers. [Yuridicheskaya psikhologiya]. 3, 11-15.
- Karayani, A.G. (2015) The information psychological confrontation: a new reality. [Bezopasnost' Evrazii]. 1 (49), 241-243.
- Karayani, A.G. (2013) Psychological model of performance management as a tool for creating a system of its psychological support. [Vestnik Yuzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta]. Series Psychology. Vol. 6, 92-98.
- Karayani, A.G. (1997) Psychological work in a combat situation: practice book. Samara.
- Karayani, A.G. (1998) Psychological support of combat operations personnel units of ground forces in local military conflicts: monograph. Moscow, VU.
- Karayani, A.G. (2015) Fear of war: the destructive psychological factor or psychological resource. [Rossiyskiy psikhologicheskiy zhurnal]. Vol. 12, 1, 100-114.
- Karayani, A.G. (2013) Theoretical Foundations of psychological support performance. [Yuridicheskaya psikhologiya]. 3, 22-26.
- Karayani, A.G. (2015) The Power of Weakness: Review of the book by Mark Neville and Jamie Hacker Hughes «Battle Against Stigma». Psychology in Russia: State of the Art. Vol. 8, 3, 157-160. doi: 10.11621/pir.2015.0312
- Karayani, A.G., & Karayani, Yu.M. (2016) Military psychology during the First World War. [Psikhologicheskiy zhurnal]. Vol. 37, 2, 122-135.
- Karayani, A.G., & Karayani, Yu.M. (2014) Military psychological education: between past and future. [Voennyi akademicheskiy zhurnal]. 1, 53-62.
- Karayani, A.G., & Karayani, Yu.M. (2014) Psychological effects of war and socio-psychological readaptation of combatants. [Vestnik Yuzhno-Ural'skogo gosudarstvennogo universiteta]. Series Psychology. Vol. 7, 59-66.
- Karayani A.G., Karayani Yu.M., Zinchenko Yu.P. (2014) The american military psychology as area of special practice. National Psychological Journal. 1(13), 65-73. doi: 10.11621 / npj.2014.0107
- Karayani, A.G., Korchemnyy, P.A., & Marchenko, V.I. (2011) Psychological preparation of combat operations: manual. Moscow, VU.
- Karayani, A.G., & Korchemnyy, P.A. (2010) Psychological assistance in crisis situations: manual. Moscow, VU.
- Karayani, A.G., & Syromyatnikov, I.V. (2016) Military Psychology: textbook for psychologists of the Armed Forces of the Russian Federation. Moscow, VU.
- Koroleva, I.N., Karayani, A.G., & Zakrevskiy, Yu.N. (2015) The impact of psychological group cohesion in submariners to perform tasks in daily training and combat activities. [Armiya i obshchestvo]. Vol. 4, 47, 16-19.
- (Eds.) Sinclair, Robert R. & Britt, Thomas W. (2013) Building Psychological Resilience in Military Personnel: theory and practice. Washington.