

Луныка Анатолий Николаевич

преподаватель кафедры автомобилей,  
бронетанкового вооружения и техники  
Саратовского военного ордена Жукова  
Краснознаменный институт войск национальной  
гвардии Российской Федерации

## ПРОФИЛАКТИКА СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ДЕЗАДАПТАЦИИ КУРСАНТОВ

### *Аннотация:*

*В современном мире происходят изменения во всех сферах деятельности человека, в том числе и в военной. На этом фоне наблюдается рост требований к профессиональной подготовке офицеров, в связи с чем возникает необходимость в совершенствовании процессов воспитания и обучения курсантов. Актуализируется проблема их адаптации к специфике профессионально-служебной деятельности в военном вузе. В статье рассматриваются вопросы профилактики социально-психологической дезадаптации курсантов. С учетом полученных в ходе исследования данных разработаны рекомендации психолого-педагогического характера, определена методика работы с курсантами, имеющими низкий уровень развития социального и профессионального самоопределения. В рамках профилактической работы предложены три типа мероприятий: воспитательные, организационные и диагностико-коррекционные. Сделан вывод о том, что работа, направленная на профилактику дезадаптации, должна носить целостный и систематический характер, на первоначальном этапе включать в себя диагностику уровня адаптированности курсантов, а на втором – применение комплекса определенных мероприятий и методов, занятия профессионально-адаптационной физической подготовкой.*

### *Ключевые слова:*

*дезадаптация, адаптация, социализация, профессиональное самоопределение, социальное самоопределение, профилактика дезадаптации, курсанты*

Lunyaka Anatoliy Nikolayevich

Lecturer, Department of Automobiles,  
Armored Weapons and Equipment,  
Saratov Military Order of Zhukov Red Banner Institute  
of the National Guard of the Russian Federation

## PREVENTION OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL MALADJUSTMENT OF CADETS

### *Summary:*

*In the modern world, there are changes in all spheres of human activity, including the military. Against this background, there is an increase in the requirements for the professional training of officers, and therefore, there is a need to improve the processes of education and training of cadets. The problem of their adaptation to the specifics of professional and service activities in a military university is updated. The paper deals with the prevention of socio-psychological maladjustment of cadets. Taking into account the data obtained in the course of the study, recommendations of a psychological and pedagogical nature were developed and methods of working with cadets with a low level of development of social and professional self-determination were defined. Within the framework of preventive work, three types of measures are proposed: educational, organizational, diagnostic and correctional. It is concluded that the work aimed at the prevention of maladaptation should be holistic and systematic. At the initial stage it should include the diagnosis of the level of adaptation of cadets, while at the second stage, it is the use of a set of certain measures and methods, classes of professional and adaptive physical training.*

### *Keywords:*

*maladjustment, adaptation, socialization, professional self-determination, social self-determination, prevention of maladjustment, cadets*

Учеба в военном вузе является важной вехой в профессиональном становлении будущего офицера. Особый режим дня, большие физические и психофизиологические нагрузки могут стать причиной внутреннего напряжения, нарастания тревожности, ощущения непреодолимости трудностей курсантской жизни, что в дальнейшем грозит перерасти в дезадаптацию личности.

Вопросам социально-психологической адаптации и дезадаптации посвящено множество психологических исследований. Однако большая их часть в качестве объектов изучения рассматривает школьников или студентов вузов [1]. Работ, посвященных профилактике дезадаптации курсантов военных вузов, практически нет. Нам удалось обнаружить лишь несколько современных исследований, в которых речь идет о профилактике утраты способности приспосабливаться к условиям социальной среды курсантами младших курсов [2].

Цель статьи – дать рекомендации по недопущению социально-психологической дезадаптации курсантов с учетом выявленных в ходе эмпирического исследования особенностей их актуального психологического состояния.

Новизна предпринятого нами исследования заключается не только в систематизации уже имеющихся методик, но и в разработке рекомендаций по профилактике развития у курсантов признаков дезадаптации на протяжении всего периода обучения в вузе.

Эмпирическое исследование проводилось в Саратовском военном ордена Жукова Краснознаменном институте войск национальной гвардии Российской Федерации среди курсантов 1–5

курсов. Общий объем выборки – 291 человек в возрасте от 18 до 25 лет. В качестве инструментов исследования использовались шкалы, позволяющие выявить показатели профессионального и социального самоопределения, тест М. Куна «Кто я?», «Пятифакторный опросник личности», методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда, а также методика «Толерантность к неопределенности» С. Баднера в адаптации Г.У. Солдатовой.

В ходе исследования были обнаружены особенности социального и профессионального самоопределения курсантов, выполнена оценка уровня их адаптированности на разных этапах социализации. Необходимо отметить, что социальная и профессиональная неопределенность являются важнейшими факторами утраты способности приспосабливаться к условиям социальной среды, а в основе успешной адаптации курсантов лежит их социальное и профессиональное самоопределение [3]. На 1 и 3 курсах зафиксирован самый низкий уровень адаптации, что связано с особенностями социализации курсантов в целом. К 4 курсу обучающиеся достигают приемлемого уровня социально-психологической адаптированности, личностно определяются, осознают механизм комфортного приспособления к окружающей действительности военного вуза. В этом отношении значение имеет самоконтроль, а для 1 и 3 курса еще и эмоциональная устойчивость.

Д.А. Василенко и Е.В. Хулапа выделяют следующие причины дезадаптации у призывников Вооруженных Сил, которые можно применить и к курсантам-первокурсникам: слабая осведомленность об особенностях военной службы, резкая смена видов деятельности, плохая физическая подготовка, отсутствие свободного времени, вредные привычки или наличие склонности к аддиктивному поведению, проблемы личного характера (ссоры с товарищами, любимой девушкой, измена, болезнь родственников и т. д.) [4].

На наш взгляд, правомерно говорить о трех направлениях социальной адаптации курсантов-первокурсников: приспособление к новой социальной среде, установление внутригрупповых отношений, освоение новых форм обучения.

Как известно, одна из ключевых причин появления признаков дезадаптации – низкая самооценка, которая выступает следствием таких негативных факторов, как «эмоциональное потрясение, вызванное потерей родителей, дезадаптирующее влияние семьи, психологическое насилие, дисгармоничные отношения с окружающими, плохая способность к обучаемости, разбалансировка отношений. Дезадаптация личности может быть вызвана сменой окружения, одиночеством, замкнутостью, страхом общения и жизни. Следствием низкой самооценки может стать стеснение из-за внешнего вида» [5, с. 267]. В военном институте форменное обмундирование, с одной стороны, стирает индивидуальные различия обучающихся, с другой – приводит курсантов к социальному равенству, что в какой-то мере положительно влияет на их социальную адаптацию. Однако невозможность выражения собственной индивидуальности через внешний вид (одежду и прическу) может для отдельных личностей стать одним из факторов утраты способности приспосабливаться к условиям социальной среды.

Большинство исследователей, говоря об адаптации и дезадаптации курсантов, сосредотачивают свое внимание лишь на 1 курсе обучения, считая его наиболее сложным периодом в плане приспособления вчерашних школьников к новым суровым условиям повседневности. Однако нам представляется более вероятным то, что процесс адаптации в военном вузе проходит на протяжении всего учебного процесса, кроме того, состояние дезадаптации может возникнуть у любого из курсантов и на любом курсе.

Л.М. Баранова и Т.Р. Шамсутдинов говорят о двух «критических» точках адаптации курсантов: на 1 и 3 курсах обучения, которые характеризуются «как процессы профессионального самоопределения личности и начала адаптации личности к своей будущей специальности. Но оба эти процесса рассматриваются как составные компоненты процесса адаптации, находящиеся в логической последовательности» [6, с. 91].

Итак, в первые два года обучения для успешной адаптации курсантов очень важно социальное самоопределение, а начиная с 3 курса – профессиональное. Отсюда следует, что неопределенность является одним из важнейших факторов дезадаптации.

С учетом особенностей социализации и социального и профессионального самоопределения курсантов мы разработали рекомендации преподавателям и командирам по организации и проведению работы, направленной на снижение и минимизацию процессов утраты курсантами способности приспосабливаться к условиям социальной среды.

Для эффективного применения рекомендаций необходимо, в первую очередь, провести всестороннюю объективную диагностику адаптации курсантов, выявить уровень их социальной и профессиональной неопределенности, непосредственно влияющий на возникновение признаков дезадаптации, ведь диагностирование готовности личности к изменению дает возможность «быстро запускать адекватные ситуации адаптационные действия по приспособлению к новым условиям деятельности и жизни» [7, с. 73].

Целесообразно проводить диагностику по трем видам деятельности: учебной, внеучебной и служебной. Соответствующая методика подробно описана в статье О.В. Свиновой «Диагностика адаптации курсантов к образовательному процессу образовательной организации: современное состояние и перспективы» [8].

При проведении коррекционной, профилактической работы и работы, направленной на устранение факторов дезадаптации курсантов, кроме результатов диагностирования, необходимо учитывать особенности этапов социализации курсантов. Так, к примеру, на 1 курсе основное внимание следует уделять процессу первичной адаптации курсантов, на 3 курсе – выведению их из состояния кризиса, акцентируя профилактическую работу на вопросах профессионального самоопределения и развития патриотизма.

Для успешного преодоления всех этапов социализации необходимо соблюдение баланса между учебной, внеучебной и служебной деятельностью. У курсантов должна быть возможность самореализации хотя бы в одной из них (учебной, спортивной, творческой, профессионально-служебной и т. д.).

Дадим некоторые рекомендации. Так, к примеру, избежать социальной дезадаптации на 1 курсе курсанту помогут определенные личностные качества (коммуникабельность, открытость, эмоциональная устойчивость, самоконтроль и т. д.). Очень важно при этом, чтобы обучающийся не находился в состоянии социальной неопределенности, чтобы он понимал и принимал особенности военного социума, был готов стать его частью.

Для развития у курсантов профессионального самоопределения необходимо регулярно проводить воспитательные мероприятия патриотической направленности. Например, организовывать занятия (лекции, семинары, встречи, демонстрации документальных фильмов), где должное внимание будет уделяться мужественным и героическим поступкам курсантов-выпускников, действующих офицеров, ветеранов. Подобные мероприятия повышают военно-профессиональную мотивацию курсантов и нацеливают их на непростую, но почетную профессию офицера.

Нельзя забывать и о наглядной агитации обучающихся, о размещении в доступной видимости стендов, содержащих изображение государственной символики России (флаг, герб, текст гимна, портрет Президента РФ и т. д.), экспозиций с информацией о боевых подвигах, о силе духа офицеров, погибших при исполнении воинского долга, об истории вуза.

В рамках нравственно-патриотического воспитания следует организовывать экскурсии и походы по местам воинской славы и т. д.

Однообразные курсантские будни в казарме становятся своего рода испытанием для эмоционального экстраверта, предпочитающего интересную, насыщенную жизнь. Поэтому таким обучающимся необходимо создавать условия для эмоциональных выплесков, творческой самореализации, а интровертам – давать возможность побыть наедине с собой, так как повседневность военного вуза предполагает также высокий уровень коллективизма.

Творчески самореализоваться экстраверты могут в конкурсах самодеятельности, играх КВН, концертной деятельности, мероприятиях, посвященных памятным датам, в военно-спортивных мероприятиях и т. д.

Следует обратить внимание на то, что физические нагрузки влияют на самочувствие человека и его организм в целом, «правильно подобранные и грамотно дозированные физические упражнения развивают и совершенствуют физические качества человека, активно влияют на его внутренний мир, а в процессе массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий – и на взаимоотношения внутри коллектива, социальной группы. Но в то же время значительные физические нагрузки могут оказывать негативное влияние на деятельность и организм человека» [9, с. 10].

Н.А. Алексеев, Н.Б. Кутергин, А.В. Горбатенко, А.В. Апальков тестировали курсантов в ходе занятий по физической подготовке и пришли к выводу, что само ее качество, как правило, имеет достаточно высокий уровень, но из-за определенных учебных рамок нужный эффект не достигается [10, с. 10]. Для исправления ситуации исследователи предложили активно использовать такие мини-формы физической подготовки, как физкультминутки и физкультперерывы; проводить спортивно-массовые мероприятия по различным прикладным видам спорта, а также разнообразить занятия по физподготовке спортивными играми и другими привлекательными для молодежи видами физической активности.

Ученые пришли к заключению, что «снижение двигательной активности в вечернее время суток перед отходом ко сну одновременно с повышением этой активности в течение всего дня благотворно влияет не только на развитие и совершенствование физических качеств, но и на уровень адаптационных способностей индивида» [11, с. 10], что позволяет говорить о целесообразности замены традиционной физической подготовки профессионально-адаптационной.

Наше исследование показало, что позитивное отношение к себе, развитие самоуважения, принятие себя снижают уровень личной тревожности и тем самым благоприятно сказываются на социально-психологической адаптации курсантов.

Самоконтроль, предполагающий аккуратность, ответственность, предусмотрительность, а также чувство уверенности в себе, является мощным помощником в процессе адаптации обучающихся военного вуза. Кроме того, чем курсант эмоционально устойчивее, тем легче ему приспособиться к новой социальной среде и тем меньше негативных переживаний он испытывает.

Вышеперечисленные качества можно развить с помощью проведения комплекса воспитательных мероприятий (день самоуправления, коллективные творческие дела, семинарские занятия в виде ролевых игр и т. д.), а также на психологических тренингах (например, на занятиях по развитию саморегуляции). Овладение курсантами приемами самоконтроля будет способствовать повышению их профессионализма, поддержанию психического здоровья. Тренинги помогут развить психологическую устойчивость к стрессовым ситуациям, научат быстро брать себя в руки и находить эффективные решения в критических ситуациях.

Таким образом, работа, направленная на профилактику утраты способности приспособляться к условиям социальной среды у обучающихся военного вуза, представляет собой следующий комплекс мероприятий:

- своевременное диагностирование уровня адаптированности/ дезадаптированности курсантов;
- применение соответствующих актуальному состоянию обучающихся в военном вузе психологических тренингов;
- проведение комплекса воспитательных мероприятий патриотической и военно-спортивной направленности;
- регулярные занятия профессионально-адаптационной физической подготовкой.

#### Ссылки:

1. Белякова Е.И. Социально-педагогическая профилактика дезадаптации подростков из неполных семей // VI Машеровские чтения : материалы международной научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых. Витебск, 2012. С. 348 ; Небогаткина А.А. Способы профилактики формирования школьной дезадаптации // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2020. № 10-1 (49). С. 99–102. <https://doi.org/10.24411/2500-1000-2020-11084> ; Семенюкова А.И. Профилактика психологической дезадаптации студентов вуза // Молодой исследователь: от идеи к проекту : материалы III студенческой научно-практической конференции. Йошкар-Ола, 2019. С. 270–271.
2. Сергиенко Т.Н., Медвидь М.М., Рютин В.В. Модель социально-педагогической профилактики дезадаптации курсантов младших курсов высших военных учебных заведений и анализ результатов эксперимента по ее внедрению // Wschodnioeuropejskie Czasopismo Naukowe. 2018. № 3-5 (31). С. 29–38 ; Чурьбкин Н.Н., Плотникова Е.И. Психологическое сопровождение учебной дезадаптации курсантов младших курсов военных вузов // Вестник военного образования. 2019. № 3 (18). С. 74–77.
3. Григорьева М.В., Луняка А.Н. Профессиональное самоопределение курсантов военного института как фактор социально-психологической адаптации // Мир образования – образование в мире. 2019. № 4 (76). С. 211–218 ; Луняка А.Н. Проблема социальной и профессиональной неопределенности молодежи в современных условиях // Мир образования – образование в мире. 2018. № 1 (69). С. 244–246 ; Луняка А.Н. Социальное и профессиональное самоопределение на разных этапах социализации курсантов // Мир образования – образование в мире. 2019. № 3 (75). С. 272–278.
4. Василенко Д.А., Хулапа Е.В. Основные причины дезадаптации военнослужащих к воинской службе // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. 2019. № 3. С. 123–134.
5. Потехин А.А., Зубанов Д.Д. Организация исследования внутриличностных факторов, связанных с дезадаптацией молодежи // Сборник избранных статей научной сессии ТУСУР. 2018. Т. 1, № 1. С. 267–270.
6. Баранова Л.М., Шамсутдинов Т.Р. Современные проблемы адаптации курсантов к обучению в высшем военно-учебном заведении // Общественная безопасность, законность и правопорядок в III тысячелетии. 2016. № 1-3. С. 90–94.
7. Григорьева М.В. Психодиагностическая методика «Адаптационная готовность личности» // Общество: социология, психология, педагогика. 2017. № 10. С. 73–75. <https://doi.org/10.24158/spp.2017.10.13>.
8. Свинаярева О.В. Диагностика адаптации курсантов к образовательному процессу образовательной организации: современное состояние и перспективы // Вестник Московского университета МВД России. 2016. № 1. С. 232–236.
9. Адаптация курсантов средствами физической подготовки к учебному процессу в высших образовательных учреждениях системы МВД России / Н.А. Алексеев [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2016. № 1 (131). С. 9–13. <https://doi.org/10.5930/issn.1994-4683.2016.01.131.p9-13>.
10. Там же. С. 10.
11. Там же.

Редактор: Ситникова Ольга Валериевна  
Переводчик: Кочетова Дарья Андреевна