

## СИСТЕМА МЕРОПРИЯТИЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ВОЕННОСЛУЖАЩИМ В ИНТЕРЕСАХ УКРЕПЛЕНИЯ, СОХРАНЕНИЯ, ВОССТАНОВЛЕНИЯ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

УДК 159.9

### **Пашкин Сергей Борисович**

доктор педагогических наук, профессор  
профессор кафедры гуманитарных дисциплин  
Военный институт (инженерно-технический)  
Военной академии материально-технического обеспечения имени генерала армии А.В. Хрулева  
г. Санкт-Петербург, Российская Федерация  
sergejjpashkin@mail.ru

### **Турчин Анатолий Степанович**

доктор психологических наук  
профессор кафедры общей и прикладной психологии  
Санкт-Петербургский военный ордена Жукова институт войск национальной гвардии  
г. Санкт-Петербург, Российская Федерация  
ast55@mail.ru

### **Саркисова Екатерина Анатольевна**

преподаватель кафедры гуманитарных дисциплин  
Военный институт (инженерно-технический)  
Военной академии материально-технического обеспечения имени генерала армии А.В. Хрулева  
г. Санкт-Петербург, Российская Федерация  
ekaterishk@yandex.ru

#### **Для цитирования:**

Пашкин С.Б., Турчин А.С., Саркисова Е.А. Система мероприятий психологической помощи военнослужащим в интересах укрепления, сохранения, восстановления психического здоровья // Вестник Санкт-Петербургского военного института войск национальной гвардии. 2020. № 1 (10). С. 82–88. URL: <http://vestnik-spvi.ru/2020/03/019.pdf>

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема разработки и утверждения в практике современных войсковых подразделений форм психолого-педагогической помощи. Акцентируется внимание на психопрофилактической и психокоррекционной работе. При этом особая роль отводится офицерам и психологам, деятельность которых должна быть взаимно согласованной и ориентированной на максимальное раскрытие позитивных качеств и способностей личности военнослужащих.

**Ключевые слова:** психологическая служба, психопрофилактика, психодиагностика, личность, коллектив.

В организации психогигиены и психопрофилактики в 70-е годы XX века, в связи с поддержанием здоровья военнослужащих, ставились задачи общего плана, такие как борьба за здоровый быт и санитарно-гигиеническое просвещение, так и достаточно конкретные, направленные на недопущение к службе лиц, к военной службе негодных по состоянию нервно-психического здоровья; проведение исследований в войсках, направленных на выявление различных условий, которые могут вызвать нервно-психическую неустойчивость и, как следствие, адаптационные расстройства.

В 80-е годы эти взгляды получили дальнейшее развитие.

Во-первых, был отмечен сдвиг акцента в психопрофилактике с отбора непригодных к военной

службе по состоянию психического здоровья в первые годы Советской власти на изучение влияния современного военного труда на нервно-психическое здоровье.

Во-вторых, стали звучать идеи о том, что в этой работе активно участвуют психиатры, гигиенисты, физиологи военного труда, психологи, командно-воспитательный состав со своими аспектами деятельности в профилактике нервно-психической неустойчивости и что необходимо как совершенствование системы этой работы, так и усиление ее комплексности. К компетенции психологов стали относить разнообразную диагностику, анализ конфликтных ситуаций, воспитание терпимости к недостаткам характера недостаткам других, умению критически и трезво относиться к несправедливым замечаниям, мелким обидам, и т. д.

В-третьих, в числе вопросов первостепенной важности в психопрофилактической работе стали считать разработку организационных форм совместной работы специалистов с командно-воспитательным составом.

В настоящее время психопрофилактическая работа считается важным звеном системы морально-психологического обеспечения и психологической подготовки личного состава [7; 8]. Ведущая роль в организации и проведении психопрофилактических мероприятий принадлежит командно-воспитательному составу. Наиболее четко регламентирована в этом направлении деятельность медицинской службы, направленная на решение медицинских аспектов психогигиены и психопрофилактики:

- изучение причин и условий возникновения психических расстройств среди личного состава, разработка конкретных рекомендаций по предупреждению развития у военнослужащих нервно-

психической неустойчивости и психических расстройств в процессе службы, контроль за их выполнением;

- раннее выявление военнослужащих с нервно-психической неустойчивостью, диспансерное динамическое наблюдение за ними, проведение комплекса лечебно-оздоровительных мероприятий;

- своевременное выявление, обследование и лечение военнослужащих с психическими расстройствами, включая наркоманию и алкоголизм, проведение военно-врачебной экспертизы;

- санитарное просвещение по вопросам психогигиены и психопрофилактики, борьба за здоровый быт, против пьянства и алкоголизма;

- научная разработка проблем психогигиены и психопрофилактики.

Медицинская модель психопрофилактики нервно-психической неустойчивости в Российских Вооруженных Силах может быть представлена, на наш взгляд [6], следующей схемой (рисунок 1).

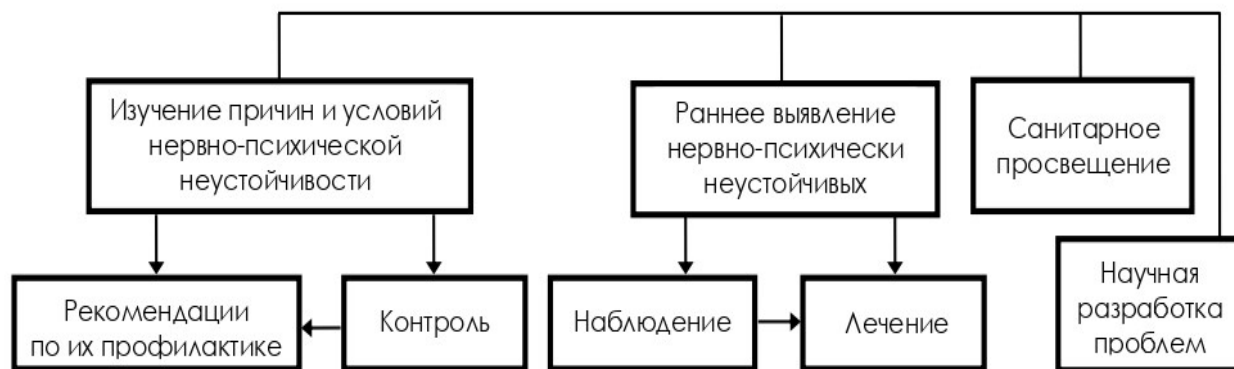


Рисунок 1 – Медицинская модель психопрофилактики нервно-психической неустойчивости военнослужащими

Вместе с тем, с конца 80-х годов стали появляться психологические исследования и разработки, посвященные профилактике (предупреждению) как различных негативных явлений в Вооруженных Силах, так и собственно нервно-психической неустойчивости военнослужащих. Так, В.М. Крук, исследуя проблему предупреждения неуставных взаимоотношений среди военнослужащих срочной службы в первичном воинском коллективе, рассматривал его как двуединый процесс [5]:

1) организации нравственно зрелой жизнедеятельности коллектива по обоснованным направлениям;

2) открытой, конкретной борьбы по пресечению прогнозируемых или проявляющихся фактов неуставных взаимоотношений, обеспечивающей психологическую защищенность воинов и побуждающей их к критической оценке фактов, привычек, жетрадиций неуставных взаимоотношений.

То есть профилактика (предупреждение) рассматривалась как процесс деятельностного опосредствования (изменения) негативного содержания явления.

Обозначенный подход получил дальнейшее развитие в исследовании М.С. Полянским особенностей проявлений в первичных воинских коллективах отрицательного лидерства [9]. Его предупреждение автор рассматривал как процесс двуединый, включающий выявление лидера и поддерживающих его лиц с целью изменения их ценностно-ориентационной основы, а также внутригруппового сплочения на позитивной основе с применением дифференцированного подхода, способствующего реализации ожиданий и потребностей различных категорий военнослужащих.

В 1992 г. В.Е. Попов выполнил интересное исследование, посвященное психологической реабилитации военнослужащих после экспериментальных воздействий [10]. По его мнению, основная задача организаторов психореабилитационных мероприятий состоит в осуществлении деятельности реадaptации, в сочетании с психогигиеническими, психопрофилактическими и психокоррекционными мероприятиями. Ситуационную психологическую реабилитацию предлагается осуществлять в условиях специально организу-

емого психологического карантина, способствующего постепенному выходу личности в не экстремальную среду. Предлагается также и отсроченная психологическая реабилитация, предназначение которой видится в реализации психологических механизмов защитной адаптации, играющей ведущую роль в реадaptации за счет достижения специальными средствами катарсиса и инсайта.

Нам представляется эта схема универсальной, переложимой на психопрофилактику, как процесс ситуационной и отсроченной (долговременной) адаптации [2; 12; 13].

Эта идея практически именно так звучит в исследовании А.В. Боенко – проблемы суицидального поведения военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, и его предупреждения [1]. В нем автор подчеркивает, что предупреждение должно достигаться системой мер социального, психологического, медицинского, правового и педагогического характера. Основными направлениями общей профилактики определены мероприятия, блокирующие и устраняющие основные причины, лежащие в основе такого вида отклоняющегося поведения: преодоление неуставных взаимоотношений, обеспечение правовой защиты военнослужащего, организация повседневной жизни воинов – их труда и отдыха, служебно-боевой и учебно-боевой деятельности в соответствии с требованиями психогигиены.

Результативность работы по профилактике зависит от комплекса специальных умений, характеризующих уровень психолого-педагогической компетентности офицера, в том числе, способности распознавать факторы группового и индивидуального риска, своевременно устранять их влияние на личность военнослужащего. Особая роль отводится умению выстраивать индивидуальную профилактическую работу с военнослужащими, находящимися в состоянии психологического кризиса [4].

В 1993 г. С.В. Захариком были выполнены важные, как нам кажется, исследования, которые могут быть использованы в рассматриваемой проблеме. Они посвящены формированию психологической устойчивости у воинов-десантников к действию факторов современного боя (с привлечением данных о боевых действиях в Афганистане). Среди прочего отмечается, что субъектно-психологическая устойчивость в боевых действиях (читай: трудных и экстремальных ситуациях) определяется военно-профессиональной подготовленностью военнослужащего. Объективно это также зависит от сплоченности и взаимной поддержки в воинском подразделении, степени доверия военнослужащих к командиру, специфическими качествами командира (умениями по управлению как подразделением, так и психическими состояниями военнослужащих в различные периоды боя, снабжением и обеспечением бое-

вых действий, обоснованностью мероприятий процесса реабилитации психического и физического здоровья военнослужащих) и учетом закономерностей динамики психологической устойчивости [3].

Соответственно, психологическая устойчивость может формироваться и укрепляться специальными и попутными тренировками в процессе учебно-боевой деятельности, а также собственно развития личности и обеспечения возможности реализации личностного психологического потенциала на основе вариативности поведения как признака профессионализма и понимания своих компенсаторно-адаптивных порогов. Ценность этого подхода в том, что на опыте боевой деятельности показана возможность психопрофилактики психологической неустойчивости (истощенности) за счет расширения порогов, формирования и поддержания психологической устойчивости военнослужащего.

Развивая эти идеи, А.Ю. Федотов предложил использовать как средство повышения эффективности деятельности воинов-десантников в трудных ситуациях индивидуальный психофизический тренинг [11]. Он исходит из положения о том, что профессиональная деятельность содержит в себе те или иные психологические затруднения. В их основе лежит недостаточная сформированность ряда качеств, составляющих целостную структуру обусловленных взаимодействием биодинимической и чувственной ткани сознания и взаимовлиянием бытийного и рефлексивного слоев сознания. Эти качества можно развивать, используя индивидуальный психофизический тренинг, в ходе которого воинами усваиваются двигательные инварианты и формируются соответствующих им чувственные образы профессионального действия. Они закрепляются на рефлексивном слое сознания в виде профессионально ориентированных интегральных образов и понятий. В этом исследовании также доказывается, что в экстремальных ситуациях резервы организма быстро истощаются, но быстро не восстанавливаются. Ценность предлагаемого тренинга, по нашему мнению, заключается еще и в том, что он позволяет в процессе формирования профессионального мышления и воображения создавать индивидуальный образ оптимального боевого состояния. То есть грамотно расходовать ресурсы психического здоровья (применительно к нашему исследованию).

Эти и другие психологические исследования, выполненные в Военном университете за последнее десятилетие, могут быть положены в основу модели психологической помощи военнослужащим в интересах укрепления, сохранения, восстановления психического здоровья, так как выступают целостным блоком, объединенным единым методологическим и теоретическим подходом.

Аналогичный взгляд на психологическую по-

мощь открывается и в войсковой практике. В учебном пособии для войсковых психологов ее сущностью определяется создание с помощью психолого-педагогических методов оптимальных условий для осуществления социальной адаптации военнослужащих, а также блокировки причин развития девиантного поведения, предупреждения невротизации у лиц, относимых к группе риска, повышения психологической устойчивости к воздействию психотравмирующих факторов, росту социально-психологических показателей благополучия воинского коллектива [11]. Вся профилактическая работа подразделяется на:

а) психопрофилактику воздействия объективных психотравмирующих факторов в условиях прохождения воинской службы;

б) психопрофилактику возможных отклонений от функциональной нормы в группе риска, прогнозируемых на основе психологического консультирования.

К объективным психотравмирующим факторам воинской службы при этом относятся:

- оторванность от дома;
- выключение человека из привычной обстановки;
- изменением режима жизнедеятельности;
- ограниченность в перемещении;
- информационная и эмоциональная ограниченность;
- изменение социальной роли;
- действие фактора угрозы для жизни;
- необходимость адаптации к новому коллективу (в некоторых случаях – действие фактора социальной изоляции).

В отношении группы риска задачи психопрофилактики определяются авторами пособия применительно к организация психолого-педагогическими методами условий, препятствующих возникновению прогнозируемых отклонений, а также оказание своевременной психологической помощи лицам с нервно-психической неустойчивостью, испытывающим трудности общения [11]. При этом психологическая помощь может быть групповой и индивидуальной.

На индивидуальном уровне актуальной задачей определено создание психолого-педагогическими средствами условий, препятствующих проявлению у лиц с нервно-психической неустойчивостью неадекватного реагирования, а также облегчающих социальную адаптацию лиц с коммуникативными затруднениями. Ее основными направлениями являются:

1. Рекомендательная работа:

- выработка психологом рекомендаций должностным лицам по учету индивидуально-психологических особенностей военнослужащих;
- объяснение их роли в овладении воинским мастерством;
- обоснование способов компенсации слабых сторон личности в ходе обучения и воспитания.

2. Просветительная работа.

3. Обучающая работа (способами аутотренинга, активизации их способности к самопознанию и рефлексии собственного состояния, планированию деятельности и поведения, преодолению влияния неконтролируемых побуждений).

На групповом уровне психологическая помощь должна быть направлена на обеспечение сплоченности воинского коллектива, балансировке взаимоотношений в подсистеме «коллектив – личность», обеспечении совпадения возможностей индивидов и их социальных ролей, предотвращении и разрешении конфликтов в воинском коллективе.

Таким образом, в психологии складывается достаточно целостный взгляд на проблему психологической помощи военнослужащим в интересах укрепления, сохранения, восстановления психического здоровья как профилактики разнообразных негативных явлений. Вместе с тем, сколько-нибудь устоявшегося, всесторонне обоснованного или экспериментально основательно проверенного подхода к психологической помощи пока нет. С учетом проведенного анализа и обосновываемого подхода нам представляется целесообразной следующая модель.

Психологическая помощь – система мероприятий командно-воспитательного состава, психологов, медиков и других причастных (привлекаемых) к этому специалистов, направленная на поддержание психического здоровья личного состава на возможном и приемлемом для Вооруженных Сил уровне.

Психологической сущностью (составляющей) психологической помощи военнослужащим является:

- комплексная оценка психического здоровья в различных ситуациях воинской жизнедеятельности;
- сохранение, укрепление, восстановление психического здоровья возможными и доступными командно-воспитательному составу, психологам и др. специалистам средствами, направленными на снижение субъективной трудности ситуаций воинской жизнедеятельности.

Психологическая помощь может рассматриваться и реализовываться в единстве двух подходов (сторон).

В широком смысле слова она состоит в поэтапно и последовательно реализуемой системе диагностики и учета психологических особенностей и состояния психического здоровья военнослужащих, оптимизации их жизнедеятельности, что снижает субъективную остроту переживания ее ситуаций.

В узком смысле слова она выражается в своевременном оказании им психологической помощи. Видами психологической помощи военнослужащим могут быть:

- психодиагностика психического здоровья на предмет раннего выявления и прогнозирования раз-

вития нервно-психической неустойчивости в различных ситуациях воинской жизнедеятельности;

- психологическое консультирование командно-воспитательного состава и военнослужащих срочной службы (а при необходимости и их близких) по вопросам психического здоровья и нервно-психической неустойчивости, приемов и способов ее предупреждения и проработки;

- психологическое просвещение всех этих лиц по вопросам психического здоровья человека в условиях воинской службы, его сохранения, укрепления, восстановления;

- мероприятия личностного роста военнослужащих, направленные на укрепление психического здоровья в условиях воинской жизнедеятельности;

- вооружение приемами, средствами самосохранения, самовосстановления психического здоровья;

- вооружение приемами, навыками само- и взаимопомощи при проявлении (развитии) нерв-

но-психической неустойчивости в неблагоприятных ситуациях жизнедеятельности;

- психологическая реабилитация (восстановление) психического здоровья военнослужащих, получивших нервно-психическую неустойчивость при выполнении специальных задач воинской службы (в результате психического травмирования или/и психического (психофизического) истощения);

- неврачебная (психологическая) психотерапия военнослужащих с нервно-психической неустойчивостью или/и склонных (предрасположенных) к ней.

Графическая модель психологической представлена ниже (рисунок 2).

Как видно, медицинская (существующая) и психологическая (предлагаемая) модели имеют как общее, так и особенное. Общее заключается в стратегии организации этой работы. Особенное проявляется себя в специфических средствах, приемах ее проведения. Поэтому принципиально, в са-

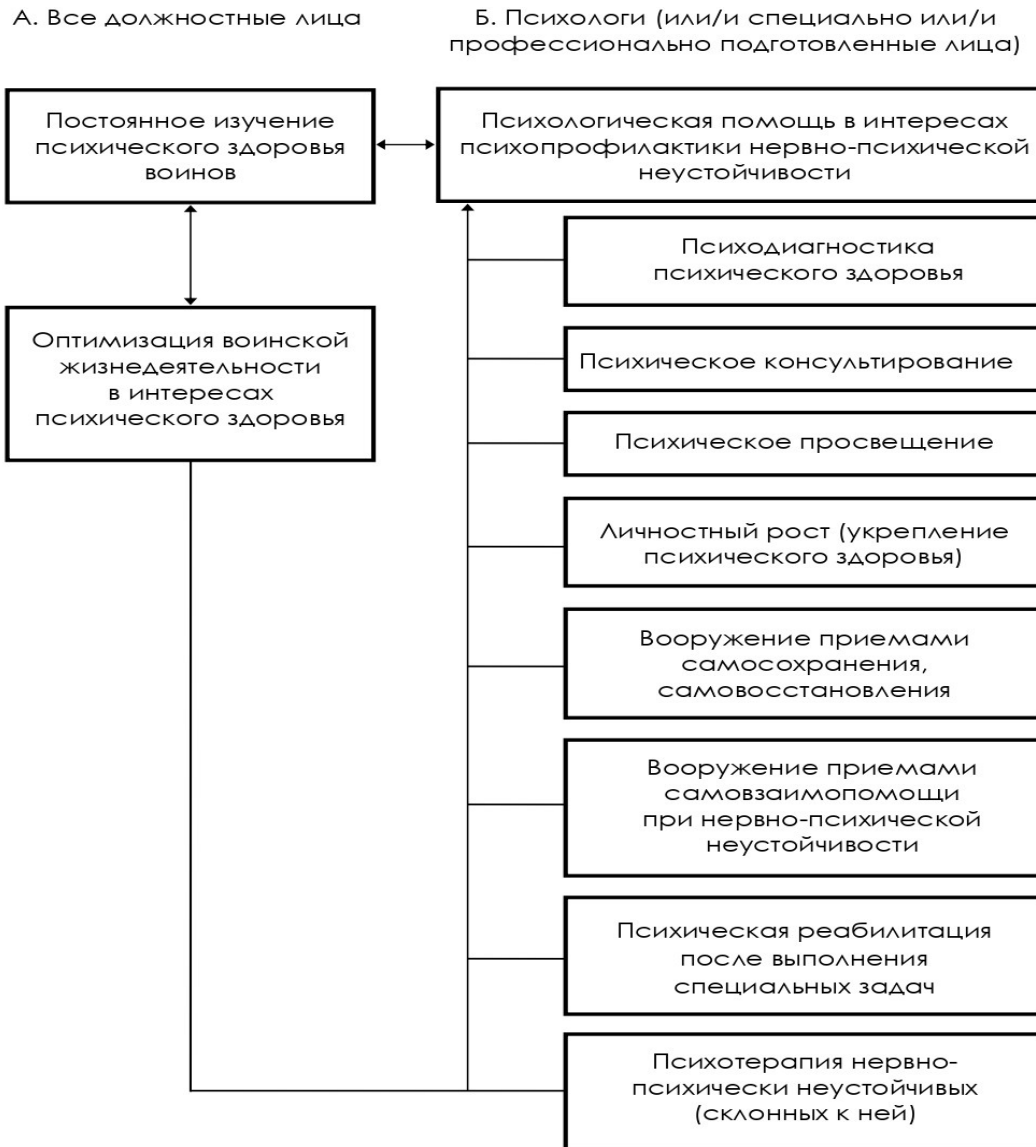


Рисунок 2 – Модель психологической помощи военнослужащим

мом общем виде, при всей внешней несхожести моделей, они неспецифичны, т. е. во многом подобны. Содержательно же, при всей схожести, они существенно различаются, т. е. специфичны.

С другой стороны, собственно психологическая модель также организационно неспецифична. То есть, если психологическую помощь военнослужащим в интересах укрепления, сохранения, восстановления психического здоровья заменить на любую другую проблему **нуждающегося человека** (психологической неустойчивости, предупреждения самоубийств, посттравматических стрессовых расстройств и т. д.), то принципиально организационная модель не изменится (может не измениться). Но содержательно она специфична в силу выраженной предметной ориентированности.

Наконец, каждый блок модели в принципе самодостаточен, но, по мере его реализации, неизбежно будет обозначаться целесообразность подключения и остальных. В том числе это относится и к блоку собственно психологической помощи (в совокупности его подблоков). Психологическая помощь может быть в принципе полезной даже за счет реализации только тех подблоков, которые целесообразны и возможны по разным основаниям в конкретных ситуациях воинской жизнедеятельности. Поэтому представленная модель в некотором смысле идеальна и

интернациональна. Соответственно, мы в своем исследовании остановимся преимущественно на тех составляющих модели, которые в настоящее время, как нам кажется, доступны для реализации в условиях современных Вооруженных Сил.

Кроме того, модель может наращиваться (дополняться) за счет комплексирования усилий с другими специалистами (службами): медиками, юристами и т. д. Это в предмет настоящего исследования не входит, поэтому нами не рассматривается.

Таким образом, анализ медицинского и психологического подходов к организации психологической помощи позволил выявить в их содержании общее и особенное, а также предложить модель психологической помощи военнослужащим в интересах укрепления, сохранения, восстановления психического здоровья. Она представлена как система мероприятий изучения психического здоровья и оптимизации воинской жизнедеятельности в его интересах всеми должностными лицами, в первую очередь, соответствующим командно-воспитательным составом. В узком смысле слова, она представляет систему психологической помощи специально (профессионально) подготовленных к этому специалистов, которая может быть построена по ряду направлений (видам) в зависимости от их востребованности и возможностей реализации.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Боечко А.В. Суицидальное поведение военнослужащих срочной службы и его предупреждение. М., 1993. 232 с.
2. Буянов В.И. Психологическая коррекция затруднений социально-психологической адаптации молодых офицеров к условиям службы в воинской части: дис... канд. психол. наук: 19.00.13 / Овчинников Олег Вячеславович. М.: ВА им. Ф.Э. Дзержинского, 1996. 254 с.
3. Захарик С.В. Формирование психологической устойчивости у воинов-десантников к влиянию факторов современного боя (на основе боевых действий в Афганистане): дис. ... канд. психол. наук: 19.00.14 / Захарик Сергей Викторович. М., 1993. 136 с.
4. Взаимодействие офицера и психолога в изучении индивидуально-психологических особенностей военнослужащих / Караяни А.Г., Бархаев Б.П., Перевалов В.Ф. [и др.]; под ред. Б.П. Бархаева // Психология и педагогика профессиональной деятельности офицера. М., 2006. С. 141–152.
5. Крук В.М. Предупреждение неуставных взаимоотношений военнослужащих срочной службы в первичном воинском коллективе: дис. ... канд. психол. наук / Крук Владимир Михайлович. М., 1988. 252 с.
6. Пашкин С.Б., Мозеров С.А., Мозерова Е.С. Актуальные аспекты оказания психологической помощи военнослужащим / под общ. ред. С.Б. Пашкина, Н.И. Минко // Культура педагогического общения как условие успешности профессиональной деятельности военного инженера. СПб.: ВИ (ИП) ВА МТО, 2016. 106 с.
7. О некоторых аспектах морально-психологического и медицинского обеспечения служебной деятельности / Пашкин С.Б., Мозеров С.А., Мозерова Е.С. [и др.]; под ред. В.Б. Коновалова // Актуальные проблемы военно-научных исследований: международная научно-практическая конференция (г. Пенза, 9 февраля 2020 г.). Уфа: OMEGA SCIENCE, 2020. С. 408–416.
8. Пашкин С.Б., Лисовская Н.Б. Психологические факторы успешности специалистов при исполнении служебных обязанностей // Профессиональное образование, наука и инновации в XXI веке: XIII Санкт-Петербургский конгресс (г. Санкт-Петербург, 20–22 ноября 2019 г.). СПб.: РИЦ Санкт-Петербургского горного университета, 2019. С. 341–353.
9. Полянский М.С. Предупреждение отрицательного лидерства в первичных воинских коллективах: (Социально-психологическое исследование): автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Полянский Михаил Семенович. М.: Военно-полит. академия им. В.И. Ленина, 1991. 19 с.
10. Попов В.Е. Психологическая реабилитация военнослужащих после экстремальных воздействий: на материале землетрясения в Ленинкане, межнационального конфликта в Фергане и боевых действий в Афганистане: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Попов Владимир Евгеньевич. М.: Гуманитарная академия Вооруженных Сил, 1992. 187 с.

11. Психодиагностическая оценка надежности сотрудника: учебное пособие / В.М. Крук, И.Н. Носс, А.Ю. Федотов; под ред. В.М. Крука. М.: «ЮНИТИ», 2017. 143 с.

12. Индивидуально-психологические особенности военнослужащих, влияющие на успешность адаптации / Султанмуратов Ю.М., Овчинников А.А., Султанова А.Н. [и др.] // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. 2017. № 3 (96). С. 50–56.

13. Турчин А.С. Ценности здорового образа жизни и противодействие наркокультуре как задачи психологического сопровождения в обучении и воспитании курсантов военной образовательной организации высшего образования войск национальной гвардии // Вестник Санкт-Петербургского военного института войск национальной гвардии. 2018. № 2 (3). URL: <http://vestnik-spvi.ru/2018/06/016.pdf>. С. 67–72.

## SYSTEM OF MEASURES OF PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE TO MILITARY PERSONNEL IN THE INTERESTS OF STRENGTHENING, PRESERVING AND RESTORING MENTAL HEALTH

### **Pashkin Sergey Borisovich**

Doctor of Pedagogical Sciences, professor  
Professor of the Department of Humanities  
Military Institute (Engineering)  
Military Academy of Logistics named after Army General A.V. Hruleva  
Saint-Petersburg, Russian Federation  
[sergejjpashkin@mail.ru](mailto:sergejjpashkin@mail.ru)

### **Turchin Anatoly Stepanovich**

Doctor of Psychological Sciences, associate professor  
professor of the Department of General and Applied Psychology  
Saint-Petersburg Military Order of Zhukov Institute of the National Guard Troops  
Saint-Petersburg, Russian Federation  
[ast55@mail.ru](mailto:ast55@mail.ru)

### **Sarkisova Ekaterina Anatolievna**

Lecturer of the Department of Humanities  
Military Institute (Engineering)  
Military Academy of Logistics named after Army General A.V. Hruleva  
Saint-Petersburg, Russian Federation  
[ekaterishk@yandex.ru](mailto:ekaterishk@yandex.ru)

**Abstract.** The article deals with the problem of developing and approving forms of psychological and pedagogical assistance in the practice of modern military units. Focuses on psycho-prophylactic and psycho-correction work. At the same time, a special role is assigned to officers and psychologists, whose activities should be mutually coordinated and focused on the maximum disclosure of positive qualities and abilities of the military personnel.

**Keywords:** psychological service, psychological prophylaxis, psychological testing, personality, team.