

УДК 153.9.03

## Емоційно-вольова регуляція як чинник успішної військово-професійної підготовки жінок-курсантів

Гулий Ю.І., Научитель О.Д., Лобанова Т.А.

У статті розглянуті основні чинники успішності військово-професійної підготовки жінок-курсантів. Окремо визначені психологічні чинники, що забезпечують ефективну емоційно-вольову саморегуляцію особистості при здійсненні військово-професійної діяльності. Детально розглянута значущість емоційно-вольової регуляції для професійної діяльності військовослужбовця.

Доведена доцільність комплексного й системного вивчення емоційно-вольової регуляції жінок-курсантів як значущого чинника успішності їх військово-професійної підготовки.

Ключові слова: емоційно-вольова сфера, емоційно-вольова регуляція, успішність, професійна діяльність військовослужбовця, військово-професійна підготовка жінок-курсантів.

В статье рассмотрены основные факторы успешности военно-профессиональной подготовки женщин-курсантов. Отдельно определены психологические факторы, которые обеспечивают эффективную эмоционально-волевую саморегуляцию личности при осуществлении военно-профессиональной деятельности. Детально рассмотрена значимость эмоционально-волевой регуляции для профессиональной деятельности военнослужащего.

Доказана целесообразность комплексного и системного изучения эмоционально-волевой регуляции девушек-курсантов как значимого фактора успешности их военно-профессиональной подготовки.

Ключевые слова: эмоционально-волевая сфера, эмоционально-волевая регуляция, успешность, профессиональная деятельность военнослужащего, военно-профессиональная подготовка женщин-курсантов.

The article describes the key factors of success of the military training of female cadets. Separately psychological factors that provide effective emotional and volitional self-regulation of the individual in the exercise of professional activity were identified. The importance of emotional and volitional regulation for professional soldier is considered in detail.

The expediency of a comprehensive and systematic study of emotional and volitional regulation of female cadets as a significant factor in the success of their military training is well-proven.

Keywords: emotional and volitional sphere, emotional and volitional regulation, success, professional activity of military person, military training of female cadets.

Постановка проблеми. Специфіка навчальної діяльності курсантів військового вузу обумовлена подвійністю його статусу. З одного боку, він є студентом вищого навчального закладу, а з іншого, він є військовослужбовцем, і всі питання, пов'язані з його навчанням і службою, строго регламентовані [7].

При цьому навчальна діяльність курсантів (у т. ч., жінок-курсантів) має ряд особливостей, до яких можна віднести:

- своєрідність цілей і результатів;
- планомірна підготовка до виконання службових обов'язків у якості офіцера Збройних Сил України;
- оволодіння професійними знаннями, навичками, вміннями;
- тісне поєднання навчання та служби;
- використання специфічних засобів діяльності, (зброї, бойової техніки та інших засобів майбутньої службової діяльності);
- інтенсивність функціонування психіки;
- високий інтелектуальний і фізичне напруження;
- ситуації, що викликають велику фізичну напруженість;
- наявність у навчальній діяльності цілого ряду специфічних для жінок дисциплін (стройова, вогнева підготовка, технічні заняття) [5, 7, 9].

Дані особливості навчальної діяльності курсантів свідчать про те, що одними з найважливіших чинників її успішності є психологічні чинники, тобто індивідуально-психологічні особливості особистості (здібності, рівень розвитку професійно важливих якостей, механізми психічної регуляції та ін.) [5, 9].

При дослідженні цих психологічних чинників у психології діяльності в особливих умовах велика увага приділяється емоційно-вольовій сфері особистості. Це пов'язано з впливом стресового стану на успішність виконання професійних обов'язків. Як відомо, стресовий стан супроводжується суб'єктивно неприємними і негативними переживаннями, які можуть дезорганізувати поведінку людини [8]. У зв'язку з цим в екстремальній психології вивчаються стресостійкість [8, 9], емоційно-вольова стійкість [3], копінг-поведінка [8] та ін.

Але недостатньо комплексно та системно дослідженою залишається емоційно-вольова сфера у жінок-курсантів (в контексті їх успішної військово-професійної підготовки).

Виклад основного матеріалу. За визначенням О.Ю. Приходька [4], успішність - це системне особистісне утворення фахівця, що проявляється на психологічному, професійному, соціальному й біологічному рівнях із виділенням основних критеріїв, які забезпечують ефективність і надійність діяльності протягом необхідного часу, стресостійкість, витривалість і відновлення функціональних систем організму людини [4].

У цьому контексті успішність військово-професійної підготовки курсантів обумовлює необхідність наявності у них таких професійно важливих якостей (ПВЯ):

1) Індивідуально-моральні: любов до професії офіцера (військово-професійна спрямованість), дисциплінованість, старанність, ініціативність, висока вимогливість до себе, відповідальність, здатність доводити почате до кінця, впевненість у собі, чесність.

2) Організаторсько-лідерські: діловитість, розпорядливість, енергійність та активність у діях, організованість, домінуючість, сміливість, вимогливість до підлеглих.

3) Інтелектуальні: гарний рівень інтелектуального розвитку, тверді різнобічні знання, здатність швидко навчатися, наполегливість в оволодінні навчальною програмою.

4) Фізичні: стійкість до емоційних і фізичних навантажень, висока працездатність, фізична витривалість [2, 5, 9].

Узагальнюючи цей перелік ПВЯ курсантів, можна зазначити, що в ньому присутні основні компоненти емоційно-вольової сфери особистості, тобто її сформованість (а саме: наявність розвиненої емоційно-вольової регуляції) може виступати важливим психологічним чинником успішної військово-професійної підготовки жінок-курсантів.

Розглянемо значущість емоційно-вольової регуляції для успішної підготовки жінок-курсантів.

На важливу мобілізаційну, інтегративно-захисну роль емоцій вказував відомий російський фізіолог П.К. Анохін [1]. Він, зокрема, писав: «Виконуючи майже моментальну інтеграцію (об'єднання в єдине ціле) усіх функцій організму, емоції самі по собі і в першу чергу можуть бути абсолютним початком корисного чи шкідливого впливу на організм, часто навіть раніше, ніж визначена локалізація впливу і конкретний механізм відповідної реакції організму» [1]. Зі сказаного видно, що «емоція» - це сама безпосередня, найпомітніша і сама загальна функція організму, яка відіграє життєво важливу роль в діяльності людини. Виникаючи в діяльності, емоції також здатні виконувати свою провідну функцію - функцію внутрішньої регуляції діяльності, яка, по суті, включає функції оцінки і спонукання.

Емоції не існують без діяльності, вони виникають у її процесі та суттєво впливають на неї. При цьому емоційні процеси забезпечують передусім енергетичну основу діяльності, є її мотивами. Емоції визначають якісну й кількісну характеристику поведінки [5, 6, 9].

У професійній діяльності емоції особливо грають важливу роль. Цілий ряд професій вимагає від людини вміння керувати своїми емоціями і адекватно визначати виразні рухи оточуючих його людей. Розуміння реакцій інших людей і правильне реагування на них в умовах спільної діяльності - невід'ємна частина успішності в багатьох професіях [6].

Професійна діяльність військовослужбовця вимагає ефективної емоційно-вольової регуляції, що припускає наявність емоційної стриманості; емоційної врівноваженості; дієвості як здатності захопити за собою інших, активізувати їх діяльність, знайти оптимальні засоби емоційно-вольових впливів і правильно вибрати момент їх застосування; комунікативних управлінських здібностей, що включають здатність керувати власними емоціями, розуміти емоції інших людей [5, 9]. Саме емоції, на думку Я. Рейковського [6], заважають впоратися з поставленим завданням, що також є актуальним для військової діяльності [6].

Емоції особливо впливають на жінок. На будь-якому рівні задоволення людських потреб жінка веде себе як цілісна особистість, чуйна до більшості аспектів, які мають емоційне значення для людини [7]. Будучи суб'єктивною формою вираження потреб, емоції передують діяльності щодо їх задоволення, спонукаючи і направляючи її. Емоції викликають зміни в діяльності органів дихання, залоз внутрішньої секреції, скелетної і гладкої мускулатури тощо [5].

У процесі здійснення навчальної діяльності емоції для жінки-курсанта є найважливішим чинником їх саморегуляції. Жінки інтенсивно переживають проблемні ситуації, пов'язані з роботою, досить довгий період часу (іноді тижнями і місяцями) залишаються у владі переживань конфліктної ситуації з керівником, яку їх військовий керівник давно забув [7].

Поряд з емоціями на успішність військово-професійної підготовки жінок-курсантів впливає і вольова регуляція.

Воля – це здатність військовослужбовців, що виявляється в самодетермінації та саморегуляції своєї діяльності та різних психічних процесів. Якщо емоції визначають направленість дії, то воля – це вже сама дія. Тому воля передбачає:

- регулювання людиною своєї поведінки відповідно до найбільш значущих для неї мотивів;
- гальмування інших мотивів, спонукань, намагань;
- організацію дій, вчинків згідно зі свідомо поставленими цілями [9].

Основний етап у вольовому акті – виконання ухваленого рішення. Всю свою поведінку людина реалізує таким чином, щоб здійснити задуми. Однак вона не тільки діє, контролює, коригує свої дії. Практичне досягнення мети завжди поєднується з подоланням різних перешкод і труднощів, а це потребує вольового зусилля, особливо у сфері військової діяльності. Вольове зусилля є тим психічним явищем, яке визначає специфіку волі, чинить вольові дії на всіх етапах – боротьби мотивів, ухвалення рішення, планування, виконання. У боротьбі з труднощами вивчаються і вдосконалюються вольові якості особистості військовослужбовця [5, 9].

Отже, воля виявляється і розвивається у діяльності. При цьому вона виконує три взаємозв'язані функції – збуджувальну, гальмівну і контрольну [9].

Основними особливостями волі є:

- зумовленість мотивами та індивідуально-психічними особливостями особистості;
- особистісний характер вольових дій [5,9].

Кожна людина має свій індивідуальний набір вольових якостей, від яких залежать не тільки дії, а й вчинки особистості. Гама вольових якостей військовослужбовця містить цілеспрямованість, самовладання, витримку, наполегливість, рішучість, сміливість тощо [2, 5, 9].

Цілеспрямованість – вияв волі, що характеризується чіткістю мети, завдань, неухильним прагненням до їх досягнення, незважаючи на труднощі військової служби.

Витримка та самовладання виявляються в умінні стримувати свої почуття, якщо це потрібно, гальмувати імпульсивні дії, підпорядковувати себе поставленій меті.

Наполегливість військовослужбовця дає йому змогу продовжувати діяльність у найскладніших умовах, незважаючи на тимчасові невдачі й перешкоди. Це одна з найважливіших його якостей, що сприяють йому в досягненні мети. Але не слід плутати наполегливість з упертістю (ригідністю). Впертий військовослужбовець практично завжди намагається наполягати на своєму, не оцінюючи критично своїх суджень, бажань або рішень.

Рішучість як вольова якість особистості дає змогу виконати ухвалені рішення без зайвих вагань. Військовослужбовці, позбавлені цієї якості, часто не можуть довести розпочату справу до кінця і невпевнені в правильності вибору засобу виконання рішення.

Важливою умовою рішучості є сміливість, тобто готовність військовослужбовця йти на оптимальний і виправданий ризик. Безумовно, рішучість має ґрунтуватися на глибокій розсудливості й лише тоді вступати в дію, коли військовослужбовець остаточно вирішує, як йому діяти.

Дисциплінованість – вияв волі, що характеризується усвідомленим, точним і своєчасним виконанням обов'язків. Вона виражається в умінні підпорядковувати свої дії потребам військової служби, завданням військового колективу. Усвідомлена дисциплінованість військовослужбовця припускає не сліпе підкорення за примусом, а добровільне, що ґрунтується на розумінні необхідності, усвідомленні свого військового обов'язку. Вона також включає ініціативу, творчість у розв'язанні задач, підвищене почуття відповідальності за результати вольових дій, самостійність та розвинений самоконтроль [9].

Справжня воля виявляється не тільки в досягненні мети, а й за відмови від неї, якщо мета хибна або людина не здатна розв'язати завдання. Самокритичний аналіз здійсненого – найважливіша передумова розвитку волі [5, 9].

Відповідальність завдань військової служби вимагає від особового складу постійного і цілеспрямованого розвитку волі. Воля військовослужбовця формується у військовій діяльності під впливом виховання і самовиховання [9].

Воля військовослужбовця формується і розвивається в процесі цілеспрямовано організованої, психологічно насиченої, змістовної, методично обґрунтованої бойової та гуманітарної підготовки; усвідомленого й самовідданого виконання бойових та інших суспільно значущих завдань військової діяльності; вироблення корисних звичок і вилучення при цьому шкідливих [5].

У формуванні вольових якостей особливо важлива роль військового колективу, в якому військовослужбовець відчувається більш відповідальним. Завдяки схваленню, допомозі він стає впевненим у своїх силах, відчуває задоволення від спільної діяльності з товаришами по службі [5, 9].

Узагальнюючи розгляд названих вище досліджень, треба відзначити, що емоції і воля – важливі складові психічної сфери військовослужбовця. Тому розуміння їх сутності та особливостей дає змогу якісно впливати на його професійну діяльність в інтересах ефективного виконання завдань, що стоять перед ним.

В свою чергу, формування емоційно-вольової сфери (зокрема: емоційно-вольової регуляції) є значущим чинником успішності військово-професійної підготовки жінок-курсантів. Їх емоційно-вольова регуляція має свої специфічні особливості, які потребують свого окремого вивчення.

Висновки. При дослідженні психологічних чинників успішності в психології діяльності в особливих умовах велика увага приділяється емоційно-вольовій сфері особистості. Це пов'язано з впливом стресового стану на успішність виконання професійних обов'язків. При цьому недостатньо комплексно та системно дослідженою залишається емоційно-вольова сфера у жінок-курсантів (в контексті їх успішної військово-професійної підготовки).

Особливий характер функціонування військового вузу висуває підвищені вимоги як до фізичної підготовки, так і до індивідуально-психологічних особливостей жінок-курсантів (необхідність наявності у них певних професійно важливих якостей (ПВЯ)). Аналіз ПВЯ, необхідних для успішної військово-професійної підготовки курсантів, показав, що вони містять у собі основні компоненти емоційно-вольової сфери особистості (зокрема: емоційно-вольової регуляції). Це свідчить про її особливу значущість у процесі військово-професійної підготовки жінок-курсантів.

Сформованість емоційно-вольової сфери (а саме: наявність розвиненої емоційно-вольової регуляції) є одним із найважливіших чинників успішності військово-професійної підготовки жінок-курсантів. Їх емоційно-вольова регуляція має свої специфічні особливості та потребує комплексного системного експериментального дослідження.

#### Literatura

1. Anohin P. K. Uzlovye voprosy teorii funkcional'noj sitemy / P. K. Anohin. – M.: Nauka, 1980. – 197 s.
2. Gorohovatskij L. Ju. Professonal'no vazhnye kachestva voennosluzhashhij kontraktnoj sluzhby / L. Ju. Gorohovatskij, V. A. Gubin, M. N. Ishimov // Aktual'nye psihologo-pedagogicheskie problemy podgotovki specialista: sb. nauch. tr. / Pod. red. R. M. Salimova. – Sterlitamak: SGPA im. Zajnab Biishevoj, 2008. S. 91-93.
3. Zlotnikov A. L. Osoblivosti emocijnoj stijkosti kursantiv v procesi pervinnoj vijs'kovo-profesijnoj pidgotovki: avtoref. dis... kand. psihol. nauk : spec. 19.00.09 / A.L. Zlotnikov. – H., 2004. – 23 s.
4. Prihod'ko Ju.O. Psihologichni chinniki uspishnoj profesijnoj dijal'nosti pozhezhnih-rjatuval'nikiv MNS Ukraini: avtoref. dis... kand. psihol. nauk : spec. 19.00.09 / Ju.O. Prihod'ko. – H., 2008. – 24 s.
5. Psihologija i pedagogika: Voennaja psihologija // Pod red. prof. A.G. Maklakova. – Spb.: Piter, 2004. – 464 s.
6. Rejkovskij Ja. Jeksperimental'naja psihologija jemocij / Ja. Rejkovskij. – M., 1979. S. 133-151.
7. Sinel'nik M.V. Osobennosti socializacii devushek-kursantov v sfere uchebnoj dejatel'nosti v voennom vuze. / M. V. Sinel'nik // Vyssee obrazovanie segodnja. – M., 2010. – №5. – S. 97-99.
8. Smirnov B. A. Psihologija dejatel'nosti v jekstremal'nyh situacijah / B. A. Smirnov, E.V. Dolgoplova. – H.: Gumanitarnyj centr, 2007. – 276 s.
9. Jagupov V. Vijs'kova psihologija / V. Jagupov. – K.: Tandem, 2004. – 656 s.