

УДК 159.9

**ЛИЧНОСТНОЕ РАЗВИТИЕ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ВОЙСК НАЦИОНАЛЬНОЙ  
ГВАРДИИ КАК РЕЗУЛЬТАТ САМОПОЗНАНИЯ И ДОСТИЖЕНИЯ  
ОПТИМАЛЬНОГО УРОВНЯ ВАРИАТИВНОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАЩИТ**

***Оспенников Сергей Валентинович,***

*кандидат психологических наук, заместитель начальника кафедры управления  
повседневной деятельностью*

*Санкт-Петербургский военный институт войск национальной гвардии*

*г. Санкт-Петербург*

[Ospennikov@inbox.ru](mailto:Ospennikov@inbox.ru)

***Курносков Станислав Сергеевич,***

*старший преподаватель кафедры управления повседневной деятельностью*

*Санкт-Петербургский военный институт войск национальной гвардии*

*г. Санкт-Петербург*

[ku.stanislaw2015@yandex.ru](mailto:ku.stanislaw2015@yandex.ru)

*Аннотация.* В статье рассмотрены вопросы личностного развития военнослужащих войск национальной гвардии РФ, снижения негативного влияния психологических защит, возникающих вследствие воздействия на военнослужащего неблагоприятных факторов служебно-боевой деятельности. Авторы отмечают, что немаловажное значение имеет психологическая готовность к выполнению служебно-боевых задач. Представлено, что механизмы психологической защиты могут достигать оптимального вариативного уровня при условии самопознания и социализации личности в деятельности. Обосновывается необходимость самопознания собственной личности в целях актуализации личностного развития военнослужащего. Утверждается, что позитивный опыт самопознания порождает соответствующую установку в отношении человека к миру и самому себе, снижает неблагоприятное влияние психологических защит и способствует личностному развитию человека.

*Ключевые слова:* военнослужащий, деятельность, личностное развитие, психологическая готовность, психологические защиты, самопознание.

**PERSONAL DEVELOPMENT OF MILITARY PERSONNEL OF NATIONAL GUARD  
TROOPS AS A RESULT OF SELF-KNOWLEDGE AND OPTIMAL LEVEL  
OF VARIABILITY OF PSYCHOLOGICAL DEFENSE**

***Ospennikov Sergey Valentinovich,***

*Candidate of Psychological Sciences, Deputy Head of the Department of Management  
day-to-day activities*

*St. Petersburg Military Institute of the Russian National Guard Troops*

*Saint-Petersburg*

[Ospennikov@inbox.ru](mailto:Ospennikov@inbox.ru)

***Kurnosov Stanislav Sergeevich,***

*Senior Lecturer in the Department of Management of Everyday Activities*

*St. Petersburg Military Institute of the Russian National Guard Troops*

*Saint-Petersburg*

[ku.stanislaw2015@yandex.ru](mailto:ku.stanislaw2015@yandex.ru)

*Annotation.* In the article the questions of personal development of military personnel of national guard troops of the Russian Federation, to reduce the negative impact of psychological defenses arising as a consequence of exposure to adverse factors of the serviceman of military service. The authors note that equally important is the psychological readiness to perform service-combat tasks. Presented that the psychological defense mechanisms can achieve the optimal level of variable under the condition of self-knowledge and socialization of the personality in activity. The necessity of self-knowledge of personality to promote the personal development of the military. It is argued that the positive experience of the self creates the appropriate setting in the relation of man to the world and to itself, reduces the adverse impact of psychological protection and personal development of the person.

*Keywords:* serviceman, activities, personal development, psychological readiness, psychological defenses, self-knowledge.

Причины возникновения психологической защиты у отдельного человека находятся в более широкой сфере, нежели сам человек. Это сфера отношений личности, сложившаяся в деятельности, что для военного человека определяется коллективными условиями ее выполнения, влиянием окружающего внешнего мира.

Но и сам человек при этом остается индивидуальностью, которая имеет потребности, желания и стремления. «Все несостоявшееся тянется за нами. А то, в чем можно состояться, – то единственное содержит масштаб и размерность для действительного человеческого бытия» – говорил М.К. Мамардашвили [7]. Нереализованные возможности могут вызывать напряжение жизни, разрядка которого возможна в результате поиска и реализации внутренних ресурсов человека для того чтобы «сбыться».

Так, К. Левин считает, что в предметной деятельности человека все, что его окружает, вызывает напряжение – условия в которых человек стремится к разрядке, т.е. к удовлетворению потребностей – «... человеку трудно игнорировать новые возможности развития, если он осознал, что они у него есть» (М. Чиксентмихайи). По мнению К. Гольдштейна для здорового человека нормальным считается «... формирование определенного уровня напряжения, который обеспечивает возможность дальнейшей упорядоченной активности» (Goldstein, 1939) [8].

Общая напряженность характерна и для общей совокупности психологиче-

ских защит. Р. Плутчик выделяет такие психологические защиты как «регрессия», «вытеснение», «проекция», «гиперкомпенсация», «замещение», «компенсация», «рационализация», «отрицание», каждая из которых имеет свои содержательные характеристики [2, 9].

Интересно проследить взаимосвязь психологических защит с механизмами самопознания личности, а заодно и понять насколько это важно и необходимо каждому человеку. Самопознание требует внутреннего диалога личности в поиске ответов на поставленные перед собой вопросы. Мы не задаем себе вопросов о том, почему человек поступает честно и благородно, говоря правду или жертвуя жизнью и спасая людей, поскольку он поступает так только потому, что он честный и благородный, но каждый раз спрашиваем о причине дурного поступка.

Эффективное самопознание строится на основе изучения личностью не самой себя, а путем познания себя через «другого» (А.А. Ухтомский) [14].

Понимая, что «другой» чувствует и испытывает также как и ты, то, что испытывается тобой самим, мы получаем отраженного самого себя. Но при этом наше отношение к другому становится по уровню нашего отношения к самому себе. Научившись понимать другого, мы переносим его состояние во внутренний корень собственного личного испытания, усложняя тем самым и развивая себя как личность, способную распознавать и отличать собственные мотивы и побужде-

ния от побуждений и мотивов среды, позволяет выделить и понять личные мотивы и смыслы. В дальнейшем эти изменения становятся результатом изменившегося отношения личности к миру и другим людям. В этом заключается психологический механизм самопознания, когда отношение к другому человеку предстает как максимальное выражение человеческого в самом себе.

Самопознание, «пройденное» через разглядывания самого себя со стороны, порождает лишь «двойника». Отраженный «другой» открывает возможность внутреннего диалога с собой, духовного подтверждения собственной самооценки. При этом неизбежно изменится вариативность психологических защит в результате позитивного отношения и принятия другого, как самого себя. Другой человек перестает быть источником опасности, соперником и значит уходит тревога человека за самого себя, нет опасности □ нет тревоги, нет тревоги □ нет защит, нет защит □ нет препятствий личностному развитию. Человек не может преодолеть те ограничения, которые сам наложил на себя и поэтому важное значение для него имеет полученный позитивный опыт самопознания, порождающий соответствующую установку в отношении человека к миру и самому себе.

Это снижает неблагоприятное влияние ряда психологических защит и способствует личностному развитию человека. И наоборот, негативный опыт усиливает механизмы психологических защит и замыкает человека в непродуктивном поведении.

Говоря о психологических защитах, возникающих в коллективной деятельности, обратимся к исследованиям динамики развития группы, проводившимся А.В. Занковским [4]. При возникновении психологических защит в группе на III стадии ее развития, характеризующейся формированием и упрочением в ней общности и ценностных ориентаций, члены группы (воинского коллектива) имеют достаточно ясное представление друг о друге, о нормах и правилах пове-

дения, когда необходимо следовать групповым правилам, а вот несогласие со своей ролью в воинском коллективе может выразиться в форме психологической защиты. Самоуважение членов группы зачастую подчиняется защитным механизмам компенсации и рационализации. Функционально они проявляются в форме замыкания в себе, безразличия, отсутствия вовлеченности в деятельность и др.

Так, например, гиперкомпенсация подразумевает преувеличение реальной или мнимой физической или психологической неполноценности человека и его стремление преодолеть ее за счет приложения чрезмерных усилий для доминирования в коллективе. Преодоление данной психологической защиты с опорой на внутреннее «Я» означает усиление социализации. Но при этом необходимо видеть и понимать свою безусловную ценность как личности, без оглядки на то, что кто-то прилагает к ней свою «мерку», ориентироваться на внутренние ресурсы, занимаясь самопродвижением, социализируясь в своем жизненном пространстве. Для военнослужащего это обуславливает важность постоянного совершенствования своей деятельности до степени возникновения потребности в актуализации себя в личностном развитии, которая не отчуждается развитием профессиональных компетенций, а наоборот – личностное и профессиональное взаимно дополняют друг друга [8]. В служебно-боевой деятельности немаловажное значение имеет психологическая готовность военнослужащего к выполнению поставленной боевой задачи. И, следовательно, военнослужащий должен быть психологически здоров, свободен от искажающего влияния психологических защит.

Вместе с тем наличие психологических защит может свидетельствовать о неустойчивом и противоречивом внутреннем мире личности, что, говорит о ее сложности и о возможности дальнейшей психологической разрядки путем преодоления неблагоприятных факторов военно-профессиональной деятельности, а

значит и об усилении жизнестойкости личности.

Таким образом, механизмы психологических защит выполняют не только отрицательную, но и позитивную роль. Психологические защиты не устраняют причину их появления, но помогают избежать неблагоприятного влияния отрицательных факторов служебно-боевой деятельности. Проблема заключается в достижении такой вариативности психологических защит, при которой их качественный характер улучшается и обеспе-

чивает необходимый психологический комфорт человеку.

Так, взаимозависимость психологических защит с ценностно-смысловой сферой жизни человека, тенденциями самоактуализации, самоотношением и жизнестойкостью можно продемонстрировать на примере контрольного измерения, проведенного с группой курсантов 2 курса Новосибирского военного института войск национальной гвардии Российской Федерации [5, 6, 9–12].

Таблица 1. Результаты корреляционного анализа связей психологических защит  
Тест-опросника «Индекс жизненного стиля» (Life Style Index)  
(Р. Плутчик, Г. Келлерман, Х. Конте) с параметрами психологических методик

<b>Методика «Иерархия жизненных ценностей» (Г. В. Резапкина).</b>		<b>(Life Style Index)</b>
«здоровье»	(rs= 0,410 при p<0,05)	«гиперкомпенсация»
«отдых»	(rs= 0,418 при p<0,05)	
«отдых»	(rs= 0,416 при p<0,05)	
«процесс жизни»	(rs= - 0,589 при p<0,01)	«замещение»
«результат жизни»	(rs= - 0,550 при p<0,01)	
«процесс жизни»	(rs= - 0,559 при p<0,01)	«регрессия»
«результат жизни»	(rs= - 0,515 при p<0,01)	
«процесс жизни»	(rs= - 0,522 при p<0,01)	«компенсация»
«процесс жизни»	(rs= - 0,548 при p<0,01)	«гиперкомпенсация»
«процесс жизни»	(rs= - 0,618 при p<0,01)	<b>«общая напряженность защит»</b>
<b>Тест смысло-жизненных ориентаций (СЖО) Джеймс Крамбо (Crumbaugh J., 1968) и Леонард Махолик, адаптация Д.А. Леонтьева</b>		<b>(Life Style Index)</b>
«локус контроля - Я»	(rs= - 0,536 при p<0,01)	«регрессия»
«локус контроля - жизнь»	(rs= - 0,526 при p<0,01)	
«общий показатель ож»	(rs= - 0,555 при p<0,01)	
«процесс жизни»	(rs= - 0,448 при p<0,05)	«вытеснение»
«процесс жизни»	(rs= - 0,481 при p<0,05)	«проекция»
«результат жизни»	(rs= - 0,417 при p<0,05)	«гиперкомпенсация»
«локус контроля - жизнь»	(rs= - 0,411 при p<0,05)	«замещение»
«общий показатель ож»	(rs= - 0,505 при p<0,05)	
«общий показатель ож»	(rs= - 0,428 при p<0,05)	«компенсация»
«локус контроля - Я»	(rs= - 0,445 при p<0,05)	
«общий показатель ож»	(rs= - 0,418 при p<0,05)	<b>«общая напряженность защит»</b>
<b>«Самоактуализационный тест» (САТ) (Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман)</b>		<b>(Life Style Index)</b>
«представление о природе человека»	(rs= 0,429 при p<0,05)	«рационализация»
«самоуважение»	(rs= - 0,530 при p<0,01)	«замещение»
«ориентация во времени»	(rs= - 0,509 при p<0,05)	
«принятие агрессии»	(rs= - 0,545 при p<0,01)	«отрицание»
«контактность»	(rs= - 0,578 при p<0,01)	
«представление о природе человека»	(rs= 0,409 при p<0,05)	
«ориентация во времени»	(rs= - 0,418 при p<0,05)	«регрессия»
«ориентация во времени»	(rs= - 0,438 при p<0,05)	«проекция»
«ориентация во времени»	(rs= - 0,416 при p<0,05)	<b>«общая напряженность защит»</b>
«самопринятие»	(rs= - 0,514 при p<0,05)	«компенсация»
<b>Опросник «Самоотношение» (В.В. Столин, С.Р. Пантелеев)</b>		<b>(Life Style Index)</b>
«самопринятие»	(rs= 0,520 при p<0,01)	«отрицание»

«интегральное чувство «за» или «против» собственного «Я»»	(rs= 0,465 при p<0,05)	
«аутосимпатия»	(rs= 0,477 при p<0,05)	
«самоуверенность»	(rs= 0,424 при p<0,05)	
«самоинтерес»	(rs= 0,433 при p<0,05)	
«интегральное чувство «за» или «против» собственного «Я»»	(rs= 0,435 при p<0,05)	«рационализация»
<b>Тест жизнестойкости (Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова, 2006)</b>		<b>(Life Style Index)</b>
«жизнестойкость»	(rs= - 0,532 при p<0,01)	«регрессия»
«вовлеченность»	(rs= - 0,500 при p<0,05)	
«контроль»	(rs= - 0,471 при p<0,05)	
«контроль»	(rs= - 0,451 при p<0,05)	«гиперкомпенсация»
«жизнестойкость»	(rs= - 0,443 при p<0,05)	

Так, например, выявлено, что чем выше гиперкомпенсация (опросник Life Style Index), тем меньше человек сосредоточен на процессе жизни (методика «Иерархия жизненных ценностей») (таблица 1.).

Жизненные силы человека затрачиваются на поддержание определенного статуса в коллективе □ внешне заданный ориентир. Источник оценки личности оказывается за пределами самого человека, и невольно он начинает смотреть на

себя сквозь призму нормативов среды, подстраиваясь под них, искажая представление о себе и отказывая собственным личностным ориентирам в угоду заданным. Таким образом, психологическая защита – это искажение мира и самого себя. И здесь, военнослужащему, как и любому человеку важно найти точку опоры на себя в преодолении искажающего влияния психологических защит (рисунок 1).



Рисунок 1. Преодоление искажающего влияния психологических защит

Любое преодоление связано с нарушением баланса и психологически здоровым считается тот человек, который неизбежно вступает в противоречия со

средой в значимых для самоотношения человека точках.

Американский психолог А. Маслоу сказал так: «Я отказываюсь признать

нормальным человека, хорошо приспособившегося к ненормальным условиям».

Приспособляемость можно определить по выраженности психологической защиты «Отрицание» [9]. Отрицание связано с параметрами опросника «Самоотношение» [12]. Чем выше «отрицание», тем ниже в данной группе параметры связанные с отношением личности к самой себе. Можно предположить, что очевидные для окружающих проявления внешнего мира, которые могут тревожить человека, не воспринимаются и не признаются им. Возникает ситуация внутреннего конфликта, когда человек отрицает информацию, противоречащую его внутренним установкам и которая несет в себе какую-либо угрозу для самоуважения личности или ее социального престижа.

С точки зрения представителей гуманистической психологии только полное и живое (пиковое) переживание является настоящим и может привести человека к разрешению внутреннего конфликта, к полному принятию себя и внешнего мира, в новую точку личностного развития.

Распространяя данное утверждение на необходимость самопознания, можно сказать о том, что познание при-

чин, препятствий на пути личностного развития открывает возможности такому.

В действительности же многие люди живут иллюзиями по поводу представлений о себе, навешанными социальными стереотипами и попытками отождествления себя с ними, желанием увидеть в себе мнимые достоинства, и наоборот, не замечать своих недостатков.

«Опасность в данном случае заключается в том, что ложное представление человека о себе уводит от его истинного пути», – говорит православный проповедник А. Лоргус (из интервью).

В познании человека следует исходить из признания неисчерпаемой тайны феномена человека, но эта работа «требует нового опыта, а не подправки старого» [3].

Таким образом, личностное развитие военнослужащего Росгвардии должно определяться новой формой мышления, новым ответственным отношением к делу, психологической устойчивостью, волей и характером, индивидуальными отличительными характеристиками человека, наделенного личной активностью, способностью решения жизненных задач.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: Переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. № 1. С 3–18.
2. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психодиагностике. 2-е изд., перераб. и доп. СПб.: Питер, 2001. 519 с.
3. Запорожец А.В. Избранные психологические труды: В 2-х т. Т. I. Психическое развитие ребенка. М.: Педагогика, 1986. 320 с., ил. (Труды д. чл. и чл.-кор. АПН СССР).
4. Занковский А.Н. Организационная психология: учебное пособие для вузов по специальности «Организационная психология». 2-е изд. М.: Флинта: МПСИ, 2002. 648 с.
5. Леонтьев Д.А. Тест смысло-жизненных ориентаций (СЖО). 2-е изд. М.: Смысл, 2000. 18 с.
6. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. М.: Смысл, 2006. 63 с.
7. Мамардашвили М.К. О Философии // Вопросы философии. 1991. № 5. С. 3–25.

8. Оспенников С.В. Психолого-педагогическое сопровождение личностного роста курсантов военно-образовательного учреждения войск национальной гвардии Российской Федерации: дис. ... канд. псих. наук. Специальность 19.00.07 – «Педагогическая психология». Новосибирск, 2017. 265 с.
9. Плутчик Р., Келлерман Г., Конте Х.Р. Тест-опросник механизмов психологической защиты «Индекс жизненного стиля», «Life Style Index», (LSI) (адаптация Е.С. Романова, Л.Р. Гребенников).
10. Резапкина Г.В. Мотивы и потребности подростков: от диагностики к развитию // Школьные технологии. 2012. № 6. С. 160–171.
11. Самоактуализационный тест / Л.Я. Гозман, М.В. Кроз, М.В. Латинская. М.: Рос. пед. агентство, 1995. 43 с.
12. Столин В.В., Пантлеев, С.Р. Опросник самоотношения // Практикум по психодиагностике: Психодиагностические материалы. М., 1988. С. 123–130.
13. Стоиков И.Д. Анализ защитных проявлений личности: дис. ... канд. псих. наук. Специальность 19.00.01 – «Общая психология, психология личности, история психологии». М., 1986. 160 с.
14. Ухтомский А.А. Доминанта. СПб.: Питер, 2002. 448 с.