

Научная статья

УДК 159.9:923:378.6

doi 10.46741/sjournal.2024.12.1.006

## **Связь коммуникативных качеств и стрессоустойчивости курсантов военных вузов**

**ИАНА ЭДУАРДОВНА БЕРЕЖНАЯ**

Белгородский государственный национальный исследовательский университет, Белгород, Россия, sofa.b2007@yandex.ru

**НАТАЛЬЯ НИКОЛАЕВНА ДОРОНИНА**

Белгородский государственный национальный исследовательский университет, Белгород, Россия, doronina@bsu.edu.ru

Аннотация. Приоритетным направлением деятельности Вооруженных сил Российской Федерации является повышение уровня боевой и психологической подготовки военнослужащих. В статье раскрываются результаты изучения связи коммуникативных качеств и стрессоустойчивости курсантов военных вузов. Проанализирован характер связи коммуникативных и организаторских способностей со стрессоустойчивостью. Установлено, что военная служба лишает солдат многих привилегий, подавляя их привычки и врожденные потребности, в силу строгого распорядка дня, режима и значительных физических нагрузок, тем самым оказывая психологическое воздействие на их личность. Доказано, что ключевую роль в достижении успеха в профессиональной и служебно-боевой деятельности военного играет общение, которое является одновременно основным инструментом и фактором стресса. Поэтому для повышения профессиональной стрессоустойчивости военнослужащих также необходимо акцентировать внимание на развитии коммуникативных качеств.

Ключевые слова: стрессоустойчивость; коммуникативные качества; организаторские способности; курсанты; социально-психологическая адаптация; фактор стресса; коммуникативный контроль.

5.3.5. Социальная психология, политическая и экономическая психология

Для цитирования: Бережная Д. Э., Доронина Н. Н. Связь коммуникативных качеств и стрессоустойчивости курсантов военных вузов // Всероссийский научно-практический журнал социальных и гуманитарных исследований. 2024. № 1 (12). С. 44–50. doi 10.46741/sjournal.2024.12.1.006.

Original article

## **Correlation between Communicative Qualities and Stress Resistance of Military University Cadets**

**DIANA E. BEREZHNYAYA**

Belgorod State National Research University, sofa.b2007@yandex.ru

## NATAL'YA N. DORONINA

Belgorod State National Research University, doronina@bsu.edu.ru

**Abstract.** The priority direction in the activities of the Armed Forces of the Russian Federation over the next five years is to increase the level of combat and psychological training of military personnel. The article reveals results of studying the relationship between communicative qualities and stress resistance of cadets of military universities. The nature of the relationship between communicative and organizational abilities and stress resistance is analyzed. It is established that military service deprives soldiers of many privileges, suppressing their habits and innate needs, due to the introduction of a strict daily routine, regime and physical activity, thereby having a psychological impact on their personality. It is proven that communication, which is both the main tool and a stress factor, plays a key role in achieving success in the professional and service-combat activities of military personnel. Therefore, to boost professional stress tolerance of military personnel, it is also required to focus on the development of communicative qualities.

**Key words:** stress resistance; communicative qualities; organizational skills; cadets; socio-psychological adaptation; stress factor; communicative control.

5.3.5. Social psychology, political and economic psychology.

For citation: Berezhnaya D.E., Doronina N.N. Correlation between communicative qualities and stress resistance of military university cadets. *All-Russian Research and Practice Journal of Studies in Social Sciences and Humanities*, 2024, no. 1 (12), pp. 44–50. doi 10.46741/sjjournal.2024.12.1.006.

Ввиду специфики военной деятельности, жесткая регламентация которой приводит к подавлению многих естественных потребностей, военная служба оказывает значительное психологическое воздействие. Это ограничения и физиологического (например ограничение сна, повышенная физическая нагрузка, воздействие неблагоприятных климатических условий и т. д.), и социально-психологического (ограничение личной свободы или возможности межличностного общения, риск для жизни и т. д.) характера. Все это может оказывать негативное влияние на здоровье, поэтому стрессоустойчивость является важным качеством для ведения успешной военной службы.

С. В. Чураков отмечает, что курсант, являясь ключевой фигурой в образовательном процессе, должен обладать глубокими познаниями, расширенным представлением, разнообразными навыками и комплексом профессиональных умений той сферы деятельности, которую выбрал при поступлении в военный вуз [1, с. 465]. «Курсант должен обладать системой знаний, которая будет служить основой его роста и развития в выбранной сфере деятельности» [2, с. 15]. Другими словами, он должен уметь распоряжаться определенным комплексом профессиональных компетенций, позволяющих ему успешно выполнять свою работу и быть эффективным в своей профессии, что, в свою очередь, способствует формированию тех навыков, которые неотъемлемы для его профессионального роста и карьерного успеха.

В жизни военнослужащего социальные связи играют не менее важную роль, помогая ему поддерживать психологическое равновесие, а также выстраивать благополучные социальные взаимоотношения с людьми [3, с. 55]. Поэтому курсанты военных вузов должны обладать не только определенной системой знаний, умений и навыков, но и теми личностными качествами, которые будут соответствовать запросам общества и вооруженных сил.

При оценке эффективности коммуникации между преподавателем и студентами С. С. Лопатина предлагает использовать модульно-рейтинговую систему. В своих исследованиях автор выделяет факторы, способствующие успешному процессу общения: «активное участие обеих сторон, позитивное настроение, стимулирование и постановка задач,

определение ближних и дальних целей, а также вовлечение в процесс моделирования» [4, с. 80].

Все это «оказывает особое воздействие на личность военного, поэтому значимой проблемой повышения эффективности подготовки военнослужащих к эмоционально тяжелым условиям» является необходимость уделить большое внимание исследованию развития коммуникативных навыков и стрессоустойчивости курсантов военных вузов, что в дальнейшем позволит оперативно выявлять проблемы и корректировать обучение [5, с. 59]. Это поможет создать более эффективную систему подготовки будущих военных и повысить их готовность к выполнению служебных задач, а также лучше понимать друг друга, предотвращать конфликты и быстрее решать проблемы [6, с. 67].

Цель статьи – раскрыть характер связи уровня стрессоустойчивости и коммуникативных навыков курсантов.

Мы предположили, что связь коммуникативных качеств и стрессоустойчивости курсантов военных вузов существует: высокий уровень стрессоустойчивости будет соответствовать высокой степени развития коммуникативных качеств; низкий уровень стрессоустойчивости, напротив, будет соответствовать низкому уровню развития коммуникативных качеств, таких как умение правильно и точно выражать свои мысли, слушать и понимать собеседника, грамотно использовать язык и знать культурные особенности коммуникации.

Исследование проводилось на базе военно-образовательного учреждения с участием 64 курсантов в возрасте от 18 до 23 лет. Были использованы следующие методики: «Диагностика коммуникативного контроля» (М. Шнайдер), «Тест на определение стрессоустойчивости личности» (Н. В. Киршев и Н. В. Рябчиков) и «Методика оценки коммуникативных и организаторских склонностей» (В. В. Синявский, В. А. Федорошин (КОС-1)).

В ходе нашего исследования мы обратили особое внимание на развитие и контроль коммуникативных навыков, которые являются ключевыми для повышения эффективности подготовки курсантов.

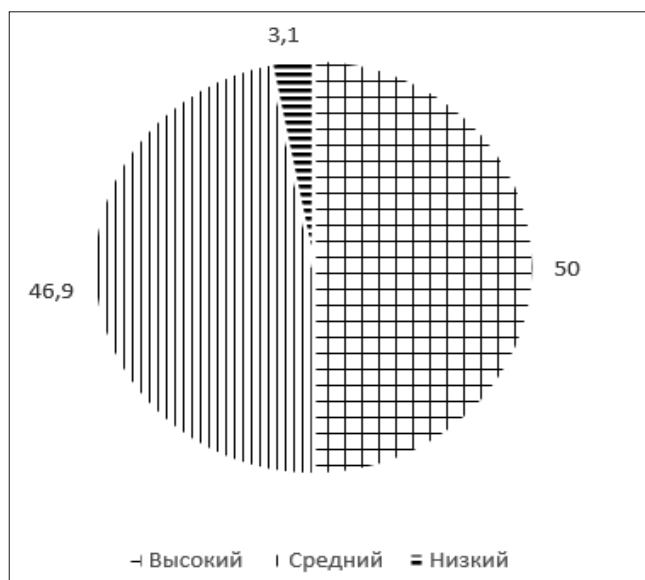


Рис. 1. Распределение курсантов военной академии по уровню выраженности коммуникативного контроля (%)

Как видно на рисунке 1, большинство военнослужащих (50 %) обладают высоким уровнем коммуникативного контроля, что делает их осведомленными о своем поведении и способными эффективно управлять своими эмоциональными проявлениями. Такие курсанты могут адаптировать свой стиль общения к различным ситуациям, что помогает им эффективно взаимодействовать с окружающими, способны внимательно воспринимать информацию от других людей, понимать их точку зрения и эмоциональное состояние. Однако у

них может возникать трудность в спонтанности самовыражения и реагировании на непредсказуемые ситуации.

Почти половина испытуемых (46,9 %) обладает средним уровнем коммуникативного контроля. Они учитывают интересы окружающих, гибки в общении, способны убеждать людей и вдохновлять их через свою коммуникацию, но при этом могут быть обидчивыми и иногда вступать в конфликты.

Лишь 3,1 % испытуемых демонстрируют низкий уровень коммуникативного контроля. Эти обучающиеся могут столкнуться с трудностями в планировании и организации своих дел, не обладают эффективными навыками решения проблем и урегулирования конфликтов, не учитывают интересы и потребности окружающих. Этим курсантам необходима дополнительная работа над своей коммуникативной и организационной составляющими.

При помощи теста Н. В. Киршева и Н. В. Рябчикова, данные которого представлены на рисунке 2, мы проанализировали уровень стрессоустойчивости курсантов.

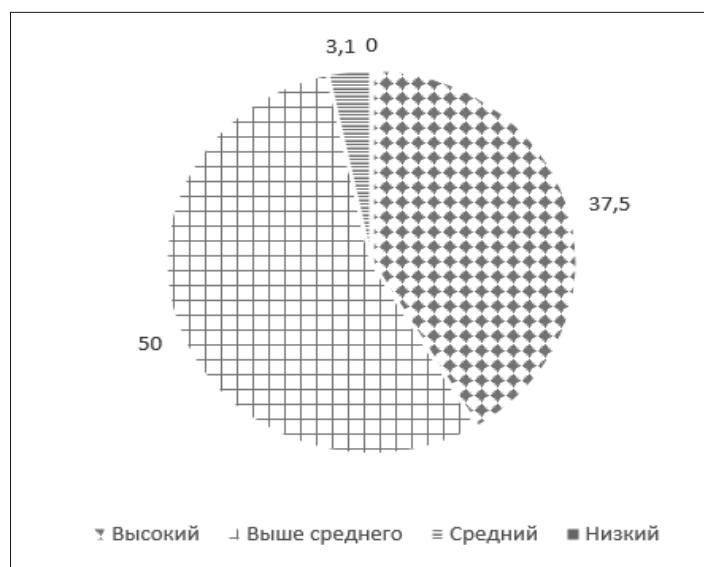


Рис. 2. Распределение курсантов военной академии по уровню стрессоустойчивости (%)

Большинство курсантов (50 %) обладают уровнем стрессоустойчивости выше среднего, что свидетельствует об их «способности абстрагироваться от лишних внешних факторов и успешно поддерживать активность в раздражающей обстановке» [7, с. 212]. Такие люди используют эффективные стратегии управления стрессом, поддерживают здоровый образ жизни, понимают, что стресс – неотъемлемая часть жизни, а значит, делегируют свои задачи и отказываются от дополнительных обязанностей, которые могут вызвать чрезмерную нагрузку и усилить стресс. Меньшинство (37,5 %) характеризуется высоким уровнем стрессоустойчивости, что позволяет им оперативно принимать решения в критических ситуациях, эффективно смягчать последствия шокирующих или неприятных событий, устанавливать достижимые цели, а также контролировать свои эмоции. Это важное качество, поскольку умение сохранять выдержку считается оптимальным путем к достижению успеха в поставленных целях и выполнению боевых задач.

Небольшая доля курсантов (3,1 %) обладает средней степенью стрессоустойчивости, что позволяет им рационально подходить к решению проблем, не впадая в панику и осуществляя поиск эффективных решений. Это свидетельствует о том, что каждый обучающийся обладает уникальной способностью находить выход из сложных ситуаций и всегда уверен в своей способности справиться с трудностями.

Проанализировав показатели коммуникативных и организаторских навыков военнослужащих, мы пришли к следующим выводам.

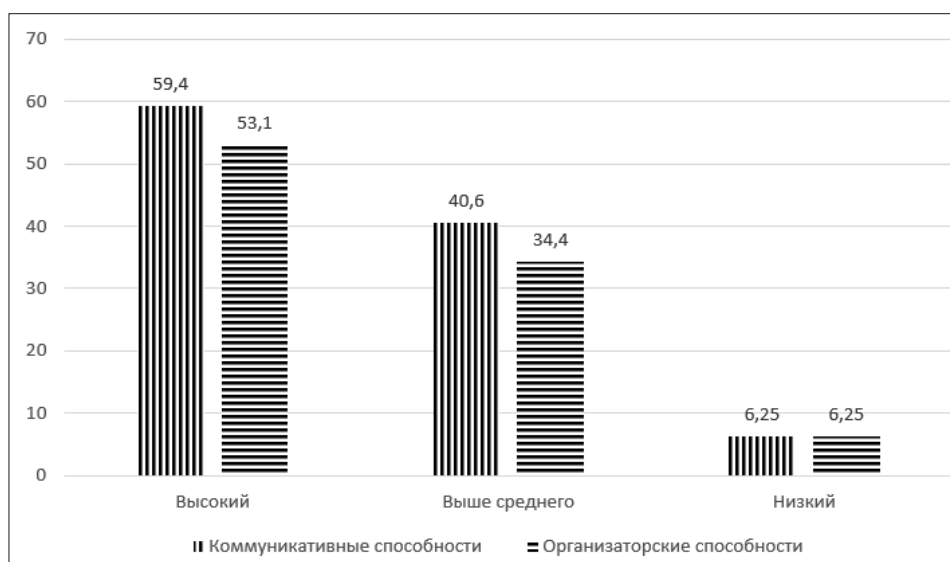


Рис. 3. Распределение курсантов по уровню выраженности коммуникативных и организаторских способностей (%)

Наибольшую выраженность имеют высокие показатели коммуникативных (59,4 %) и организаторских (53,1 %) склонностей (рис. 3). Эти курсанты демонстрируют осознанный интерес к процессу общения, стремятся установить доброжелательные отношения, легко обмениваются информацией, выражают свои взгляды и мысли. Они проявляют чуткость, открыты для нового опыта, искренни в общении, а также готовы преодолевать трудности через диалог и хорошую организацию. Эти личности умело распределяют обязанности, учитывают потребности, интересы, темперамент и характер всех участников общения.

Чуть меньшую выраженность имеют показатели коммуникативных (40,6 %) и организаторских (34,4 %) склонностей выше среднего. Это позволяет предположить, что курсанты в состоянии организовать общение, но имеют слабость в стратегическом планировании, что может мешать им достижению целей, настройке на собеседника, выражению эмоциональной поддержки и решению конфликтов. Они умеют эффективно управлять своим временем, устанавливать приоритеты, а также организовывать и успешно выполнять боевые задачи.

Крайне низкий уровень коммуникативных и организаторских навыков выражен лишь у малого процента испытуемых – 6,25 %. У этих курсантов почти отсутствует интерес к общению. Общение этих юношей происходит в основном интуитивно, ограниченно и нередко сопровождается импульсивностью.

Для выявления взаимосвязи между анализируемыми показателями применялся коэффициент ранговой корреляции  $r$ -Спирмена. В ходе проведенного анализа мы выявили, что существует прямая корреляция между коммуникативными навыками и уровнем стрессоустойчивости. Иными словами, чем выше коммуникативные качества у курсантов, тем лучше они справляются со стрессом. Кроме того, мы обнаружили и обратную корреляцию, которая указывает на то, что чем более требовательными к себе и окружающим становятся курсанты, тем ниже их стрессоустойчивость. Это может объясняться тем, что повышенные ожидания от себя и других могут создавать большую психологическую нагрузку, что ведет к снижению способности справляться с стрессом.

На высоком уровне значимости ( $r = 0,552$ ,  $p \leq 0,01$ ) обнаружена прямая корреляционная связь между переменными «Коммуникативные склонности» и «Стрессоустойчивость». Это говорит о том, что развитие коммуникативных навыков у курсантов имеет прямое влияние на их способность эффективно справляться со стрессовыми ситуациями. Чем более осознанным, точным и доступным будет их общение, тем выше будет их способность справляться с вызывающими стресс факторами, не причиняя вреда своему психическому

и физическому здоровью. Более того, они всегда будут открыты для новых возможностей в своей жизни.

Прямая корреляционная связь на высоком уровне значимости ( $r = 0,828$ ,  $p \leq 0,01$ ) переменных «Коммуникативный контроль» и «Стрессоустойчивость» свидетельствует о том, что выраженный коммуникативный контроль у курсантов способствует их успешной адаптации к негативным факторам, с которыми они сталкиваются во время службы. Курсанты, проявляющие гибкость в общении, умеющие вливаться в коллектив и устанавливать хорошие взаимоотношения, смогут легче приспособиться к изменчивым ситуациям и предугадывать, как возникающая ситуация повлияет на их окружение.

Обратная корреляционная связь на достоверном уровне статистической значимости ( $r = -0,240$ ;  $p \leq 0,05$ ) между переменными «Организаторские склонности» и «Стрессоустойчивость» означает, что чем более настойчивыми, требовательными и строгими являются курсанты к себе и другим, тем ниже будет их способность справляться со стрессом. Следует отметить, что респонденты, обладающие высоким авторитетом и предпочитающие контролировать все аспекты своей жизни, более подвержены трудностям в сохранении спокойствия при взаимодействии с другими людьми и в ситуациях, связанных с межличностными конфликтами.

Таким образом, изучение уровня коммуникативных и организаторских способностей, а также стрессоустойчивости военнослужащих является важным фактором для определения их профессиональной пригодности и успешности в службе. Эти данные могут быть использованы для разработки программ обучения и тренингов, направленных на улучшение этих способностей и повышение эффективности службы.

Выявлено, что большинство курсантов обладают средним уровнем коммуникативных способностей, но есть и те, кто испытывает трудности в общении и организации своей деятельности. Это может быть связано с недостаточной развитостью навыков социального взаимодействия и умений решать проблемы и конфликты.

Далее был проанализирован уровень стрессоустойчивости курсантов. Оказалось, что большинство из них обладают высокой устойчивостью к стрессу, что обосновывается тренировкой во время службы и привыканием к стрессовым ситуациям. Однако есть и те, кто испытывает трудности в управлении своими эмоциями и адаптации к новым условиям из-за постоянно меняющихся условий военной среды, а также неопределенности относительно своего будущего.

Было выявлено, что чем выше уровень стрессоустойчивости курсанта, тем выше его коммуникативные способности. И наоборот, при низком уровне стрессоустойчивости курсантов наблюдается низкий уровень развития их коммуникативных качеств.

Таким образом, в ходе нашего исследования гипотеза о связи коммуникативных качеств со стрессоустойчивостью курсантов военных вузов подтвердилась. На основе полученных данных можно сделать вывод о том, что коммуникативные и организаторские способности являются важными качествами для военнослужащих. Высокий уровень стрессоустойчивости также является необходимым для эффективного выполнения служебных задач. Однако не все курсанты обладают этими качествами на достаточно высоком уровне, что может привести к трудностям в процессе службы. Поэтому разработка программ обучения и тренингов, направленных на улучшение этих способностей, является необходимой задачей для повышения эффективности службы военнослужащих.

## СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Чураков С. В., Карпенко Е. В. Роль коммуникативной компетентности в процессе подготовки будущих офицеров в высшем военном образовательном учреждении // Управление персоналом: реалии настоящего и возможности будущего : материалы I Междунар. науч.-практ. конф. (Донецк, 20 апреля 2022 г.). Донецк, 2022. С. 463–469.

2. Андреева Е. Н. Стрессоустойчивость как фактор успешности обучения курсантов военных вузов // Вестник Московского университета МВД России. 2020. № 3 (73). С. 12–18.
3. Доронина Н. Н. Арт-технологии в профилактике психологического стресса в студенческом возрасте // Психология обучения. 2014. № 7. С. 51–55.
4. Лопатина С. С. Особенности формирования культуры делового общения студентов, будущих государственных служащих // Вестник НГУ. 2012. Т. 13, вып. 2. С. 78–85.
5. Васечко Е. П., Кононова Т. А. Системные особенности процесса формирования стрессоустойчивости у курсантов военных образовательных организаций // Системная психология и социология. 2022. № 4 (44). С. 59–67.
6. Алексеева Е. В. Коммуникативные качества курсантов военных вузов // Вестник Военно-воздушной академии имени профессора Н. Е. Жуковского и Ю. А. Гагарина. 2019. № 3 (27). С. 64–68.
7. Бурлуцкая Д. Э. Взаимосвязь коммуникативных качеств и стрессоустойчивости курсантов военной академии // Матрица научного познания. 2022. № 12–2. С. 209–219.

## REFERENCES

1. Churakov S.V., Karpenko E.V. The role of communicative competence in the process of training future officers in a higher military educational institution. In: *Upravlenie personalom: realii nastoyashchego i vozmozhnosti budushchego: materialy I Mezhdunar. nauch.-prakt. konf.* (Donetsk, 20 апреля 2022 г.) [Personnel management: realities of the present and possibilities of the future: proceedings of the I International scientific and practical conference (Donetsk, April 20, 2022)]. Donetsk, 2022. Pp. 463–469. (In Russ.).
2. Andreeva E.N. Art technologies in the prevention of psychological stress in student age. *Vestnik Moskovskogo universiteta MVD Rossii = Psychology of Learning*, 2020, no. 3 (73), pp. 12–18. (In Russ.).
3. Doronina N.N. Art technologies in the prevention of psychological stress in student age. *Psikhologiya obucheniya = Psychology of Learning*, 2014, no. 7, pp. 51–55. (In Russ.).
4. Lopatina S.S. Features of the formation of the culture of business communication of students, future civil servants. *Vestnik NGU = Bulletin of NSU*, 2012, vol. 13, no. 2, pp. 78–85. (In Russ.).
5. Vasechko E.P., Kononova T.A. System features of the process of stress resistance formation in cadets of military educational organizations. *Sistemnaya psikhologiya i sotsiologiya = Systemic Psychology and Sociology*, 2022, no. 4 (44), pp. 59–67. (In Russ.).
6. Alekseeva E.V. Communicative qualities of cadets of military universities. *Vestnik Voenno-vozdushnoi akademii imeni professora N.E. Zhukovskogo i Yu.A. Gagarina = Bulletin of the Military Air Academy*, 2019, no. 3 (27), pp. 64–68. (In Russ.).
7. Burlutskaya D.E. The relationship of communicative qualities and stress resistance of cadets of the military academy. *Matritsa nauchnogo poznaniya = Matrix of Scientific Cognition*, 2022, no. 12–2, pp. 209–219. (In Russ.).

## СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

**ДИАНА ЭДУАРДОВНА БЕРЕЖНАЯ** – студент 5 курса Белгородского государственного национального исследовательского университета, Белгород, Россия, sofa.b2007@yandex.ru  
**НАТАЛЬЯ НИКОЛАЕВНА ДОРОНИНА** – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры возрастной и социальной психологии Белгородского государственного национального исследовательского университета, Белгород, Россия, doronina@bsu.edu.ru

## INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

**DIANA E. BEREZHNYAYA** – 5th year student of the Belgorod State National Research University, Belgorod, Russia, sofa.b2007@yandex.ru  
**NATAL'YA N. DORONINA** – Candidate of Sciences (Psychology), Associate Professor, associate professor at the Department of Age and Social Psychology of the Belgorod State National Research University, Belgorod, Russia, doronina@bsu.edu.ru

Статья поступила 22.01.2024