

АСПИРАНТСКИЙ СЕМИНАР

АКСЮТА АННА ВЛАДИМИРОВНА

*аспирантка Северо-Западного института управления
Российской академии народного хозяйства и государственной службы,
beta83@mail.ru*

AKSYUTA ANNA

*Postgraduate Student, North-West Institute of Management of the Russian Federation Academy
of National Economy and Public Administration*

ВАСЮКОВА ЮЛИЯ АНАТОЛЬЕВНА

*аспирантка Санкт-Петербургского университета управления и экономики,
BelVI@yandex.ru*

VASYUCOVA YULIA

Postgraduate Student, St. Petersburg University of Management and Economics

УДК 159.9

ДИАГНОСТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ У ВОЕННОСЛУЖАЩИХ СРОЧНОЙ СЛУЖБЫ

DIAGNOSTICS OF PROFESSIONALLY IMPORTANT QUALITIES OF MILITARY CONSCRIPTS

Аннотация. В статье рассматриваются особенности диагностики профессионально важных качеств у военнослужащих срочной службы, принципы отбора на воинские специальности, связанные с опасностью для жизни, а также копинг-стратегии.

ABSTRACT. The article examines features of diagnostics of professionally important qualities in military conscripts, key directions in selection and appointment of military personnel to life-threatening positions, as well as features of coping strategies in military conscripts.

Ключевые слова: нервно-психическая устойчивость, копинг-стратегия, военнослужащие, психологическое обследование, боевое дежурство.

KEY WORDS: neuropsychological stability, coping strategy, military personnel, psychological examination, combat duty.

На современном этапе развития Вооруженных Сил Российской Федерации значительное внимание сосредоточено на проблеме надежной и эффективной деятельности человека в условиях воинской службы. Поскольку такая деятельность неизбежно сопровождается серьезными психическими и физическими нагрузками, на первый план выходят вопросы укрепления психологического здоровья, а также устойчивости личности, повышения способности и готовность личного состава к выполнению задач в любых ситуациях. Полноценное обеспечение соединений, воинских частей личным составом достигается путем тщательного изучения моральных и деловых качеств молодых людей, прибывающих на призывные пункты.

Изменение ритма жизни, разлука с домом и близкими людьми, уставной распорядок дня,

дисциплина, необходимость подчиняться, определенные бытовые неудобства, повышенная ответственность — все это предъявляет высокие требования к психическому и физическому здоровью военнослужащих. Вероятность неблагоприятной динамики психических состояний увеличивается тогда, когда у человека слабо сформированы навыки адекватной оценки напряженных ситуаций, а в личном опыте нет вариантов их преодоления. Более подвержены таким состояниям люди с признаками нервно-психической неустойчивости. Под нервно-психической неустойчивостью (НПН) понимают склонность к срывам нервной системы при значительных физических и психических нагрузках. Это довольно широкое понятие включает в себя различные предпатологические состояния (крайние варианты психической нормы) со скрытой

либо умеренно выраженной, но компенсированной формой течения, обусловленные дефектами функционирования нервной системы и снижающие приспособительные возможности организма [9, с. 116]. Противоположным по смыслу является термин нервно-психическая устойчивость (НПУ), характеризующаяся адаптационными способностями личности к деятельности в неблагоприятных условиях профессиональной среды. Исследованиями нервно-психической устойчивости занимались такие ученые, как Ю. А. Баранов, А. А. Боченков, Ж. Г. Сенокосов, В. С. Новиков и др. [1]

В разные годы задачи и направления работы психологов были различными. Например, в 1930-х годах основное внимание военной психологии было сосредоточено на изучении проблемы оптимального взаимодействия человека и военной техники, в том числе на путей приспособления воина к условиям боевой деятельности посредством совершенствования оборудования, снаряжения и т. п. В период Великой Отечественной войны исследования советских психологов были полностью подчинены потребностям фронта. Важнейшими направлениями были разработка специальных мер по укреплению психологической стойкости войск, преодолению страха и паники, воспитанию боевой выносливости. Есть основания отнести все это к исследованиям проблемы боевой адаптации (в современной терминологии). Командиры и политработники проводили большую практическую работу с поступающим пополнением, активно привлекали к ней опытных бойцов, помогали вновь прибывшим адаптироваться к обстановке, идти в бой с уверенностью в победе. В послевоенные годы (конец 1940-х) специальных исследований по изучению адаптации к военной службе не проводилось. Однако уже в начале 1950-х вновь возник интерес к данной проблеме. Связан он был, по-видимому, с теми реальными трудностями, которые испытывали командиры и политработники в войсках при пополнении их армейской молодежью, с периодом привыкания молодых воинов к условиям военной службы. Для объяснения явлений начального этапа воинской службы использовались термины «привыкание», «приспособление», «перестройка динамических стереотипов», «втягивание в воинскую жизнь» и т. п. В конце 1960-х годов М. И. Дьяченко употребил в своей докторской диссертации категорию «адаптация». Новый термин прочно вошел в научный оборот, в научную литературу. Это свидетельствует о том, что тема адаптации молодых солдат к воинской службе становится одной из важнейших в военно-психологических и смежных с ними исследованиях [10, с. 105].

Психологическое изучение военнослужащих представляет собой одно из основных направлений профессиональной деятельности военного психолога. На данный момент процесс адаптации молодых солдат занимает чуть ли не главное место в работе психологов и специалистов по профессиональному психологическому отбору, исключительно важная роль отводится оценке уровня нервно-психической устойчивости военнослужащих. Период адаптации является особенным в военной службе: происходит перестройка внутреннего мира личности,

приспособление к жизни, быту и требованиям воинской среды. От того, насколько успешно пройдет адаптационный период, будет зависеть и дальнейшее протекание службы. По итогам социально-психологического изучения военнослужащих разных призывов можно сделать вывод, что в последнее время большинство призывников не соответствуют высоким критериям физического, психического и социального развития, позволяющим безболезненно адаптироваться к новым условиям. Исследования показывают, что более половины юношей допризывного возраста имеют заболевания, препятствующие службе в армии. По данным Минздравсоцразвития РФ, психическими заболеваниями страдают до 25% подростков [6, с. 2]. В связи с этим на психологов и офицеров подразделений возлагается задача поиска оптимальных путей адаптации с учетом исходных качеств и возможностей личности, профессиональных знаний, умений и навыков.

Изучение индивидуально-психологических особенностей военнослужащих молодого поколения осуществляется в целях индивидуализации учебно-воспитательного процесса, повышения эффективности учебно-боевой и служебной подготовки, рационального комплектования воинских подразделений, формирования кадрового резерва, оптимизации адаптации военнослужащих к условиям военной службы, профилактики нервно-психических срывов и суицидального поведения. Предполагается решение следующих задач:

- оценка степени профессиональной пригодности человека, поступающего (призываемого) на военную службу;
- определение уровня психологической готовности военнослужащих к учебно-боевой деятельности;
- выявление лиц с низким уровнем нервно-психической устойчивости, склонных к различным формам девиантного поведения;
- оценка психологических качеств должностных лиц и военнослужащих на предмет их соответствия должности или возможности обучения;
- определение уровня психофизической надежности лиц, заступающих на боевое дежурство, допущенных к выполнению задач, требующих особой ответственности и длительного автономного функционирования и т. д.

Профессиональный отбор представляет собой систему мероприятий и средств, обеспечивающих прогностическую оценку соответствия человека профессии, выбор на этой основе из группы гражданских людей наиболее соответствующих по своим качествам определенной военной специальности и предупреждение поступления человека на контрактную службу, к которой он не способен, по возрасту, состоянию здоровья, образованию и психологическим качествам. Основными задачами профессионального психологического отбора (ППО) являются:

- 1) оценка психологических качеств и свойств личности, необходимых для успешного обучения в военном вузе и осуществления конкретного вида воинской деятельности, выявление лиц с нервно-психической неустойчивостью;

2) вынесение итогового заключения о профессиональной пригодности кандидата, отбор кандидатов для поступления в военно-учебные заведения, подготовки сержантов и старшин, а также рациональное распределение по профилям подготовки, воинским должностям и подразделениям, в том числе военнослужащих срочной службы на замещение вакантных должностей командиров отделений.

Проведение ППО включает оценку:

- уровня развития познавательных психических процессов;
- адаптационного потенциала личности и нервно-психической устойчивости;
- уровня развития специальных (профессионально важных) качеств;
- основных мотивов профессиональной деятельности и военно-профессиональной направленности [2, с. 95].

После проведения профессионального психологического отбора работа по психологическому изучению военнослужащих и воинских коллективов проводится непосредственно в воинской части. Ознакомление с личным составом происходит на пункте приема молодого пополнения всеми должностными лицами в целях получения первичной информации о военнослужащих, оценки адаптационных возможностей и выявления лиц с признаками нервно-психической неустойчивости, склонностью к различным формам девиантного поведения. Такое изучение должно учитывать результаты ППО, полученные из военных комиссариатов и в процессе следования пополнения к месту дислокации воинской части [9, с. 49].

В соответствии с правилами первичное исследование прибывших в воинскую часть военнослужащих срочной службы начинается с ознакомления с их документами, анкетирования, индивидуальной беседы. В первые трое суток проводится психологическое обследование военнослужащих срочной службы по методике «Прогноз-2», далее углубленное обследование до семи суток с начала прибытия по методике «НПН-А» и до 30 суток по методике «Адаптивность-200» (МЛО), а также дополнительно рекомендовано использовать методики: САН, «ИТО+», «16 ФЛО», опросник Томаса, «ОХЧ-В» с использованием автоматизированного рабочего места военного психолога (АРМ ВП 83т379). По итогам изучения прибывшего пополнения начальник группы психологической работы представляет командиру части:

- заключение о профессиональной пригодности и рациональном распределении прибывшего пополнения (при этом может быть определено понижение или повышение профессиональной пригодности на одну ступень);
- список военнослужащих с нервно-психической неустойчивостью и рекомендации командирам подразделений и их заместителям по воспитательной работе.

Военнослужащие с признаками неудовлетворительной нервно-психической устойчивости, а также отнесенные к четвертой категории профессиональной пригодности по всем классам воинских специальностей направляются на дополнительное

освидетельствование к психиатру (психоневрологу) и с учетом его рекомендаций подлежат динамическому наблюдению у психолога воинской части. При этом военнослужащие с резко выраженными признаками нервно-психической неустойчивости нуждаются в медицинском освидетельствовании на предмет годности к военной службе. В отношении военнослужащих с удовлетворительной нервно-психической устойчивостью принимается решение об ограниченном использовании их по отдельным специальностям либо в определенных ситуациях. Военнослужащие этой группы требуют индивидуальных психопрофилактических, коррекционных, воспитательных и организационных мер.

В таблице 1 приведены результаты авторских исследований социально-психологических характеристик военнослужащих срочной службы 2014 года.

По результатам видно, что одна треть военнослужащих воспитывались в неполных семьях, чуть больше половины высказывают желание служить, остальные призвались вследствие необходимости подчинения закону о службе в Вооруженных Силах Российской Федерации. Из всех обследуемых 38% имеют низкую нервно-психическую устойчивость, а 52 человека направлены на дополнительное медицинское обследование на предмет годности к военной службе. Анализ полученных данных дает основания предположить, что у некоторых военнослужащих могут возникнуть сложности в адаптации к воинской службе. Исследование индивидуальных психологических особенностей военнослужащих позволяет выявить лиц с теми или иными психологическими трудностями, следовательно, нуждающихся в оказании психологической помощи. А своевременная помощь должна снизить риск дезадаптации и поддержать психологическое здоровье молодого солдата.

По результатам изучения прибывшего пополнения и на основании представленных психологом данных командир части подводит итоги изучения молодого пополнения и издает приказы:

- о распределении прибывших военнослужащих по должностям и подразделениям;
- о допуске военнослужащих к несению боевого дежурства, караульной службе [9, с. 51].

Боевое дежурство и караульная служба — задачи, которые повседневно и повсеместно решают войска. Специфика здесь обусловлена целями и соответствующим характером содержания. Боевое дежурство — это деятельность военнослужащих по обеспечению высокой готовности боевой техники и оружия к внезапному началу военных действий. Караульная служба предназначена для надежной охраны и обороны боевых знамен, военных и государственных объектов (хранилища вооружения и боеприпасов, имущества, боевой техники и т. п.), а также лиц, содержащихся на гауптвахте и в дисциплинарном батальоне [2, с. 119].

Решение психологических задач, связанных с несением боевого дежурства и караульной службы, является важной предпосылкой и условием эффективного функционирования психики воинов в процессе их выполнения, предупреждения негативных

Статистические данные социально-психологических характеристик
молодого пополнения 2014 года

№	Качественные характеристики	Количество	Процент
1	поступило	964	100 %
2	по составу семьи		
2.1	воспитывались в полных семьях	640	66,3 %
2.2	воспитывались без отца	265	27,4 %
2.3	воспитывались без матери	19	1,9 %
2.4	воспитывались без родителей (сироты)	42	4,2 %
3	по отношению к службе:		
3.1	высказывают желание служить	545	56,4 %
3.2	будут служить, подчиняясь закону	364	37,7 %
3.3	высказывают нежелание служить	56	5,8 %
4	имеют низкий показатель НПУ		
4.1	3-я группа	316	32,7 %
4.2	4-я группа	58	6 %
4.3	требуют направления к психиатру	1	0,1 %
4.4	имели суицидные поступки	3	0,3 %
4.5	имели суициды ближайшие родственники	3	0,3 %
5	направлено на дополнительное медицинское обследование	52	5,3 %

психических процессов. Психологическое обеспечение как вид деятельности характеризуется комплексом мероприятий по формированию, укреплению и развитию у военнослужащих психологических качеств, влияющих на их высокую психологическую устойчивость и готовность выполнять боевую (учебно-боевую) задачу в любой обстановке. Психолог части проводит психологическое изучение военнослужащих, инструктивно-методические занятия с командирами и личным составом. Психологическое обследование личного состава на допуск к боевому дежурству проводится в период изучения молодого пополнения. Командиру части предоставляются списки военнослужащих, не рекомендованных для несения боевого дежурства и караульной службы. Основанием для включения в данный список является наличие у военнослужащего нервно-психической неустойчивости. С учетом рекомендаций психолога издается приказ по части «О составе дежурных боевых смен».

Главные задачи психологического обеспечения:

- всестороннее изучение социально-психологических условий боевой деятельности, выявление негативных психологических факторов, влияющих на психику военнослужащих, выработка практических рекомендаций по их профилактике и преодолению;

- выявление у военнослужащих психологических качеств и состояний, препятствующих несению ими службы, а также оценка психологической совместимости личного состава дежурных смен (боевых расчетов, караула);

- обучение военнослужащих приемам психической саморегуляции, позволяющим активизировать служебную деятельность и предупредить возникновение негативных состояний;

- восстановление психических и физических сил военнослужащих после смены с боевого дежурства, караула [2, с. 150].

Промежуточное психологическое обследование личного состава дежурных смен включает в себя изучение: индивидуальных психологических качеств военнослужащих, вновь назначенных в состав расчетов, смен, а также их межличностных отношений [7, с. 24].

Для данной задачи используются методики, рекомендованные нормативными документами и входящие в АРМ ВП 83т379.

На этапе подготовки к несению службы (который начинается за два-три дня до заступления на боевое дежурство) в первый день проводится психологическое обследование военнослужащих, по результатам которого оценивается реальная психологическая готовность и морально-психологическое состояние личного состава. Выявляются военнослужащие, требующие психокоррекционного и психопрофилактического воздействия. Этап несения службы на боевом дежурстве, в карауле включает в себя психопрофилактические меры (психологическая гимнастика, психотренинги, сеансы нервно-психического восстановления). Командирами ведется скрытое наблюдение за внешними проявлениями эмоциональных состояний военнослужащих с целью выявления случаев повышенной психической нагрузки [7, с. 30]. После смены с боевого дежурства, караула с личным составом проводятся мероприятия, направленные на психофизиологическое восстановление: групповые и индивидуальные тренинги с активной нервно-психической релаксацией, а также занятия по снятию нервно-психической нагрузки.

Таковы основные направления психологической работы с молодыми солдатами, позволяющие оптимизировать психологические характеристики военнослужащих, обеспечивающие их высокую психологическую готовность к выполнению различных задач воинской деятельности и поддерживающие их психологическое здоровье.

Специфика военной службы по сути является экстремальной, что, в свою очередь, обуславливает необходимость формирования жизнестойкости как некоего набора личностных свойств и поведенческих реакций, способствующих в непростых условиях мобилизации внутренних ресурсов военнослужащих и помогающих конструктивно преодолевать трудности во время службы. Частое нервно-эмоциональное напряжение, снижение работоспособности, истощение энергетических ресурсов приводит к эмоциональному стрессу. Под стрессом понимают неспецифический ответ организма на предъявляемые ему внешние или внутренние требования. Данное понятие предложено Г. Селье. Военными психологами на протяжении многих лет изучается указанная проблема. Так, А. Г. Караяни, И. В. Сыромятников рассматривают боевой стресс как многоуровневый процесс адаптационной активности человеческого организма в условиях боевой обстановки, сопровождаемый напряжением механизмов саморегуляции и формированием приспособительного поведения; происходит комплексная мобилизация организма для действий в опасных условиях [3].

Поведенческая линия развития концепции стресса впервые была предложена Р. Лазарусом и С. Фолкманом, а несколько позже переработана С. Хобфоллом (*Hobfoll*) и др. Они полагают, что стрессогенными являются не столько сами жизненные события (смена работы и т. д.), сколько связанная с этим утрата какой-либо жизненной позиции — потеря статуса, заработка, власти, изменение привычных средств труда, потеря самоуважения и т. д. Центральным в концепции С. Хобфолла становится понятие «копинг», введенное впервые Р. Лазарусом с целью снятия противоречия между физиологической неспецифичностью и психологической избирательностью стресса. Определяя содержательную сущность данного понятия, авторы концентрируются не только на основных положениях теории стресса, но и акцентируют внимание на различных формах поведения, приводящих к адаптации или дезадаптации личности. При этом Р. Лазарус подчеркивал широту возможностей преодоления стресса по сравнению с природой, величиной и частотой возникновения самого стрессорного воздействия. В работах современных психологов термин «копинг» был заменен русским словом «совладание», которое в большей мере отражает суть концепции, предложенной упомянутыми авторами. В соответствии с содержанием концепции «совладать с ситуацией» означает своевременно и точно распознать причины, вызвавшие затруднительную ситуацию, вовремя и адекватно отреагировать на те или иные обстоятельства жизненной среды [5].

Таким образом, копинг-поведение мы можем рассматривать как стратегии действий, предпринимаемые человеком в ситуации психологической угрозы физическому, личностному и социальному благополучию и ведущие к более или менее успешной адаптации. Перед военной психологией стоит задача анализа детерминант развития того или иного психического состояния для наилучшей адаптации военнослужащих. Анализ литературных источников и проведенных экспериментальных

исследований дает основание утверждать, что детерминантами психического состояния военнослужащего в условиях угрозы для жизни являются стратегии совладающего поведения.

Р. Лазарус выделяет два типа совладающего поведения: активное и пассивное. К активному он относит стратегию «разрешение проблем» как наиболее продуктивную, включающую все варианты поведения, направленного на разрешение проблемной ситуации, и стратегию «поиск социальной поддержки», подразумевающую поведение, ориентированное на получение социальной поддержки. К пассивному совладающему поведению относят варианты, основанные на избегании. По данным проведенного А. М. Резником исследования с участием военнослужащих, участников боевых действий, наиболее эффективным способом снижения боевого стресса, по мнению большинства, является поддержка товарищей. В процессе профессионализации и обретения опыта взаимодействия с ситуациями угрозы у военнослужащего изменяется характер психического состояния (психическое состояние тревоги сменяется на психическое состояние страха смерти). Изменение доминирующего психического состояния сопровождается развитием рациональных способов преодоления угрозы, а именно активной формы совладающего поведения. Значимым средовым ресурсом, влияющим на развитие механизмов совладающего поведения, оказывается позитивная атмосфера, позволяющая получить групповую поддержку в критической ситуации [4].

В теории копинг-поведения важное значение имеют механизмы преодоления стресса, определяющие развитие различных форм поведения, приводящих к адаптации или дезадаптации личности [8]. Высокий уровень напряженности профессиональной деятельности требует от субъекта больших резервов психики, самообладания, навыков саморегуляции. Копинг и стресс — два нераздельных для человека процесса. Стресс-факторы вызывают психическое напряжение, запускают механизмы копинг-поведения. При их недостаточности возникают социально-психологическая дезадаптация и, как следствие, кризисное состояние личности. В связи с вышеизложенным можно предположить, что военнослужащие, обладающие неудовлетворительным и удовлетворительным уровнем нервно-психической устойчивости, более склонны к кризисным состояниям, плохо справляются со стрессом, имеют дезадаптивные формы борьбы с психическим напряжением. Ключевыми методами изучения личного состава в целях профилактики и предупреждения дезадаптивного поведения остаются наблюдение, психодиагностика и индивидуальная беседа, а также проведение специальных мероприятий по формированию и развитию у военнослужащих психологических качеств, необходимых для продуктивного труда и способствующих преодолению трудных ситуаций, негативных состояний и нервных срывов. Необходимым является изучение совладающего поведения в каждом отдельном случае, важна и дальнейшая индивидуальная работа с военнослужащими, входящими в группы риска. Она должно быть направлена на самосовершенствование человека:

повышение эмоциональной устойчивости и способности к самоуправлению, саморегуляцию эмоционального состояния и поведения, включать

тренировку психофизиологических функций, обучение навыкам преодоления стресса и повышения уровня адаптивности.

1. Белов В. Г., Парфенов Ю. А. Психология кризисных ситуаций: учеб. пособие. СПб.: Невский институт управления и дизайна. 2010. 175 с.
2. Галанова И. С. Психологическое консультирование военнослужащих по контракту с проблемами нервно-психической устойчивости [Электронный ресурс] // Прикладная психология и психоанализ: электрон. науч. журн. 2014. №3 // Режим доступа: <http://ppip.idnk.ru/>. Дата обращения 20.10.2014.
3. Диагностика здоровья. Психологический практикум // под ред. Г. С. Никифорова. СПб.: Речь, 2013. 950 с.
4. Козлова И. Н. Стрессогенность срочной службы в современной российской армии для военнослужащих по призыву [Электронный ресурс] // Вестник Томского государственного педагогического университета. №6 (134), 2013. С. 38–44 // Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/stressogennost-srochnoy-sluzhby-v-sovremennoy-rossiyskoy-armii-dlya-voennosluzhaschih-po-prizyvu>. Дата обращения 16.12.2014.
5. Колмаков А. А. Связь стратегий совладающего поведения, ресурсов социальной среды с психическим состоянием военнослужащего в экстремальных условиях деятельности / А. А. Колмаков, А. В. Тишкевич // Идеологические аспекты военной безопасности. 2010. №3(10). С. 35–39.
6. Оконов Д. А. Общие предпосылки исследования понятия стресса в современной психологии [Электронный ресурс] // Журнал научных публикаций аспирантов и докторантов. №5, 2012. С. 55–63 // Режим доступа: <http://jurnal.org/>. Дата обращения 19.10.2014.
7. Прудских Г. И. Методические рекомендации по организации психологической работы в войсках Ленинградского военного округа. СПб., 2007. 96 с.
8. Рыбников В. Ю., Ашанина Е. Н. Психологические механизмы копинг-поведения специалистов экстремальных профессий [Электронный ресурс] // Психология человека. Научные труды по психологии // Режим доступа: <http://psibook.com/>. Дата обращения 19.10.2014.
9. Сыромятников И. С. Организация психологической работы в воинской части в мирное время. М.: ВУ, 2000. 152 с.
10. Утлик Э. Я., Феденко Н. Ф., Сенососов Ж. Г. Материалы третьей научной конференции по советской военной психологии. М.: ВПА, 1991. 136 с.

References

1. Belov V. G., Parfenov Yu. A. Psikhologiya krizisnykh situatsiy [Psychology of crisis]. St. Petersburg: Nevsky Institute for Management and Design Publ., 2010. 175 p. (In Russian).
2. Galanova I. S. Psikhologicheskoye konsultirovaniye voyennosluzhashchikh po kontraktu s problemami nervno-psikhicheskoy ustoychivosti [Psychological counseling of contract military personnel with problems of neuropsychological stability]. Prikladnaya psikhologiya i psikhoanaliz — Applied Psychology and Psychoanalysis, 2014, no 3. Available at: <http://ppip.idnk.ru/> (accessed 20.10.2014) (in Russian).
3. Nikiforov G. S. (ed.). Diagnostika zdorovya. Psikhologicheskii praktikum [Health diagnostics. Psychological practicum]. St. Petersburg: Rech Publ., 2013. 950 p. (In Russian).
4. Kozlova I. N. Stressogennost srochnoy sluzhby v sovremennoy rossiyskoy armii dlya voyennosluzhashchikh po prizyvu [Compulsory military service in the modern Russia as a potential source of stress in military conscripts]. Materialy mezhdunarodnoy nauchnoy konferentsii «Psikhologiya: traditsii i innovatsii» [Proc. of the International Scientific Conference «Psychology: Traditions and Innovations»]. Ufa: Leto Publ., 2012. pp. 93–102 (in Russian). Available at: <http://www.moluch.ru/conf/psy/archive/35/2629/> (accessed 20.10.2014).
5. Kolmakov A. A. Svyaz strategiy sovladayushchego povedeniya, resursov sotsialnoy sredy s psikhicheskim sostoyaniyem voyennosluzhashchego v ekstrimalnykh usloviyakh deyatel'nosti [Relationship between coping strategies, resources of social environment and mental health of military personnel in extreme conditions]. Ideologicheskiye aspekty voyennoy bezopasnosti — Ideological Aspects of Military Security, 2010, no. 3 (10). pp. 35–39 (in Russian).
6. Okonov D. A. Obshchiye predposylki issledovaniya ponyatiya stressa v sovremennoy psikhologii [General background for studying the concept of stress in modern psychology]. Zhurnal nauchnykh publikatsiy aspirantov i doktorantov — Journal of Postgraduate and Doctoral Scientific Publications. Available at: <http://jurnal.org/> (accessed 19.10.2014).
7. Prudskikh G. I. Metodicheskiye rekomendatsii po organizatsii psikhologicheskoy raboty v voyskakh Leningradskogo voyennogo okruga [Methodical recommendations on organization of psychological work in Leningrad military district armed forces]. St. Petersburg, 2007. 96 p. (In Russian)
8. Rybnikov V. Yu., Ashanina Ye. N. Psikhologicheskiye mekhanizmy koping povedeniya spetsialistov ekstremalnykh professiy [Psychological mechanisms of coping behavior in extreme professions] Pikhopedagogika v pravookhranitelnykh organakh — Psychopedagogy in Law Enforcement Agencies, 2009, no. 2 (37). pp. 46–50 (in Russian). Available at: <http://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-mekhanizmy-koping-povedeniya-spetsialistov-ekstremalnyh-professiy> (accessed 19.10.2014)
9. Syromyatnikov I. S. Organizatsiya psikhologicheskoy raboty v voinskoj chasti v mirnoye vremya [Organization of psychological work in military during peacetime]. Moscow: Military University, 2000. 152 p. (In Russian).
10. Utlick E. Ya., Fedenko N. F., Senososov Zh. G. Materialy tretyey nauchnoy konferentsii po sovetsoy voyennoy psikhologii [Proc. of the 3rd Scientific Conference on Soviet Military Psychology]. Moscow: VPA Publ., 1991. 136 p. (In Russian).