

ՀՏԴ 809.198.1

Հոգեբանություն

Վիտյա ՅԱՐԱՄԻՇՅԱՆ

ԱրՊՀ մանկ. և հոգեբանության ամբիոնի դոցենտ, հ.գ.թ.

ԶԻՆՎՈՐԱԿԱՆ ԾԱՌԱՅՈՒԹՅԱՆԸ ԴԺՎԱՐ ՀԱՐՄԱՐՎԵԼՈՒ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՊԱՏՃԱՌՆԵՐԸ

Սոցիալ-հոգեբանական հարմարման հիմնախնդիրը ռազմական հոգեբանության հիմնարար ուղղություններից մեկն է: Զինվորական ծառայությանը բնորոշ արտակարգ պայմաններին նորակոչիկների հարմարման դժվարությունների հոգեբանական պատճառականության բացահայտումը կարևոր է, մի կողմից, բանակի մարտունակության ապահովման, մյուս կողմից՝ տեսական և պրակտիկ հոգեբանության զարգացման առումով: Հոդվածում քննվում են զինծառայության պայմաններին նորակոչիկների հարմարման հոգեբանական պատճառականության հետ կապված որոշ հարցեր:

Բանալի բառեր՝ զինվորական ծառայություն, ադապտացիայի դժվարություններ, սպոնտան հարմարում, հոգեֆիզիոլոգիական հարմարում, սթրեսային խանգարումներ:

В.Ярамишян ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИЧИНЫ ТРУДНОЙ АДАПТАЦИИ К ВОЕННОЙ СЛУЖБЕ

Проблема социально-психологической адаптации является одним из основных направлений военной психологии. Выявление психологических причин трудной адаптации призывников к чрезвычайным условиям, характерным для военной службы, актуально, с одной стороны, с точки зрения обеспечения боеспособности армии, а с другой, развития теоретической и практической психологии. В статье рассматриваются некоторые вопросы, связанные с психологическими аспектами трудной адаптации призывников к условиям военной службы.

Ключевые слова: *военная служба, трудности адаптации, спонтанная адаптация, психофизиологическая адаптация, стрессовые расстройства.*

V.Yaramishyan

**PSYCHOLOGICAL REASONS FOR DIFFICULT ADAPTATION
TO MILITARY SERVICE**

The problem of social-psychological adaptation is one of the basic directions of military psychology. The identification of the psychological reasons for the adaptation of conscripts to emergency conditions typical of military service is important, on one hand, from the point of view of ensuring the combat capability of the army, and on the other hand, the development of theoretical and practical psychology. The article deals with some issues related to the psychological aspects of the adaptation of conscripts to the conditions of military service.

Key words: *military service, pregnancy adaptations, spontaneous adaptation, psychophysiological adaptation, stress disorders.*

Զինվորական ծառայությանը նորակոչիկների դժվար հարմարվելը հատուկ է աշխարհի բոլոր բանակներին: Ռազմական հոգեբան Ն.Քոուփլենդն իրավացիորեն նկատել է. «Զինված ուժերում ծառայության անցնելուց հետո մարդն իրեն զգում է այնպես, ինչպես ջրից դուրս նետված ձուկը» [1, էջ 101]: Հայ մասնագետները նույնպես նկատել են, որ գործունեության պայմանների կտրուկ փոփոխությունը նորակոչիկի մոտ առաջ է բերում բացասական հույզեր՝ տագնապայնություն, գերհոգնածություն, ընկճվածություն, տրամադրության անկումներ, ներքոներ, հարմարման խանգարումներ [2, 3, 4, 5]: Հետաքրքիր է, որ նույնիսկ ոչ մարտական իրավիճակում անձնակազմի դժվար հարմարմամբ պայմանավորված մարտունակության կորուստները կարող են հասնել մինչև 30-35 տոկոսի, իսկ մարտի պայմաններում՝ ընդհուպ մինչև 70 և ավելի տոկոսի [2, էջ 383]: Նման ոչ հազվադեպ դեպքերի ականատես եղանք նաև մենք՝ Արցախյան պատերազմների ժամանակ:

Ռազմական հոգեբանության մասնագետներն ավանդաբար մարտական իրավիճակների վերաբերյալ ավելի շատ են հետազոտություններ կատարում, քան սովորական ծառայողական պայմանների: Պատճառն այն է, որ պատերազմ վարելու ձևերն ու մեթոդները մշտապես փոփոխվում են, իսկ ծառայողական պայմանները՝ գրեթե մնում անփոփոխ: Իրականում նորակոչիկների դժվար հարմարման օբյեկտիվ պատճառներից մեկը հենց դրա՝ ծառայողական գործունեության արտասովոր բնույթն է: Կանոնակարգված կենսաձևին հետևելու, կոկիկ և մաքրակենցաղ լինելու, անկողինը հարդարելու, հատակն ավելելու, առանց թույլտվության ոչինչ չանելու, զինվորի և օրապահի պարտականությունները սերտելու պահանջները, որոնցով այնքան լեցուն է բանակային առօրյան, ընկճվածության և հիասթափության զգացումներ են

առաջացնում նորակոչիկի հոգեկանում, որը զինծառայությունը <<միամտաբար>> պատկերացնում էր որպես <<հայրենիքին անմնացորդ ծառայելու, արիության ու քաջության դպրոց>>:

Զինվորական ծառայության բնույթի մասին նորակոչիկը, անշուշտ, նախնական տեղեկություններ է հավաքագրում մինչև զորակոչվելը, սակայն լիարժեք պատկերացում կարող է կազմել՝ միայն անձնապես վերապրելով այն, հարմարվելով նոր պայմաններին: Հարմարումը բանակին բարդ գործընթաց է և ընթանում է մի քանի ուղղություններով.

1. **ռազմասանագիտական**՝ պարտականությունների յուրացում,
2. **խմբային**՝ դերային գործառույթների որոշակիացում,
3. **սոցիալ-հոգեբանական**՝ միջավայրի պայմանների յուրացում,
4. **պաշտոնական կամ ձևական**՝ պարտականությունների ստանձնում [3, էջ 41]:

Հենվելով մասնագիտական աղբյուրների վրա, ինչպես նաև անձնական փորձն ընդհանրացնելով փորձենք առանձնացնել այն տիպական դժվարություններից մի քանիսը, որոնք բնորոշ են ադապտացիայի նշված ուղղություններին.

- նախկին միջավայրից կտրվելու հետ կապված բացասական ապրումներ (պայմանականորեն անվանենք <<կորստի ցավ>>)¹,
- նոր, անծանոթ խմբում շփման ու հաղորդակցման անբավարար մակարդակ (անվանենք <<կոմունիկատիվ քաղց>>),
- հոգեբանական անբավարար պատրաստվածություն (<<ռեակտիվության համախտանիշ>>),
- տոտալ՝ համատարած վերահսկողություն և այդ պայմաններում սեփական վարքը կառավարելու անընդունակություն (<<հոգեբանական մամլիչ>>),
- անսովոր սնունդ, կենցաղային խնդիրներ (<<ֆիզիոլոգիական իներտություն>>),
- անորոշություն, ինքնուրույն աշխատելու անկարողություն, մասնագիտական անբավարար մակարդակ (<<բա հիմա ես ի՞նչ անեմ...>>),
- հրամաններին ենթարկվելու անհրաժեշտություն (<<...մեռնե՞մ օրենքին>>),
- կոմունիկատիվ բարդություններ (<<մեր փողոցից մարդ կա՞...>>),
- համահավասարեցում (<<հոգեբանական սափրում>>) և այլն:

Թվարկված բոլոր դժվարությունները նորակոչիկը պետք է հաղթահարի միայնակ և հնարավորինս արագ: Անշուշտ, ծառայողական ժամանակահատվածի աճին զուգընթաց այս դժվարությունների մի մասը ինքնաբերաբար կհաղթահարվի, և տեղի կունենա, այսպես կոչված, **սպոնտան հարմարում**, սակայն զգալի մասը կմնա և կշարունակի իր քայքայիչ ազդեցությունը նորակոչիկի հոգեկանի վրա:

¹ Պայմանական անվանումները մերն են և չեն հավակնում հոգեբանական հասկացություններ լինելուն, պարզապես տրված են պատկերավոր լինելու համար:

Այժմ անդրադարձ կատարենք և փորձենք պարզել զինվորական ծառայության պայմաններին դժվար հարմարվելու հոգեբանական ասպեկտները: Բանակը, որքան էլ լինի քաղաքացիական վերահսկողության տակ, միևնույն է, եղել և մնում է փակ կառույց, ուստի նորակոչիկների հարմարման դժվարությունների մի մասն առաջ գալիս հասարակական կառույցների և բանակի միջև ակտիվ շփումների սակավության, գործառնական կապերի անկայունության, առանձնահատուկ դեպքերում՝ նաև դրանց բացակայության հետևանքով: Անձի անցումը մի կառույցից մյուսին ուղեկցվում է կարգավիճակային, դերային, կենցաղային, հոգեբանական խոչընդոտներով: Եթե վերը նշված առաջին երեք գործընթացները բնութագրում են հարմարման սոսկ արտաքին, ձևական փոփոխությունների շղթան, ապա հոգեբանական հարմարումը արտահայտում է երևույթի ներքին, ներանձնային կողմը: Բանն այն է, որ քաղաքացիական առօրյա գործունեությունից զինվորական կենսաձևին անցումը կարող է ծանր ու երկարատև լինել: Պատանին ստիպված է լինում նախ նախապատրաստվել, իսկ հետո նաև հարմարվել նոր կարգավիճակին, մասնագիտությանը, կենսաձևին, սոցիալական խմբին, ներխմբային կապերին:

Հոգեբանական հարմարման հիմնախնդրում մասնագետները տեսնում են անձի խմբային նույնականացման խնդիրը [4, էջ 193]: Եթե պատանին մինչև գորակոչվելը ներգրավված է եղել անմիջական միջավայրում, որին հարմարված է եղել ու իրեն համարել է <<ինչպես մյուսները>>, ապա նոր խմբում ինտեգրվելու, իրեն զինվորական զգալու համար որոշակի ջանքեր ու ժամանակ է հարկավոր:

Անձի մասնակցությունը զինվորական ծառայությանը, ֆիզիոլոգիականից բացի, համապատասխան ներհոգեկան գործընթացներ է պահանջում: Տեսականորեն առանձնացված են [նույն տեղը] հարմարման գործընթացների մի քանի ընդհանուր բնութագրական հատկանիշներ, որոնք ներկայացված են ստորև.

ա) **սոցիալականացման հարկադրական բնույթը**, երբ անձը ստիպված է յուրացնել առկա սոցիալական հարաբերություններն այնպես, ինչպես որ կան, իսկ դա նշանակում է, որ բանակում նախատեսված և իրականացվող միջոցառումները նպատակաուղղված են նորակոչիկի պասիվ, հարկադրական հարմարեցմանը, այլ ոչ թե ակտիվ հարմարմանը:

բ) **հարմարման համընդհանուր՝ տոտալիտար բնույթը**, երբ համակարգն իր արժեքներն է թելադրում, պարտադրում բոլորին՝ ճնշում գործադրելով նրանց անձնային ու հոգեբանական առանձնահատկությունների ազատ դրսևորման հնարավորության վրա: Խորհրդային բանակից լավ հայտնի է հետևյալ սկզբունքը. <<Не можешь-научим, не хочешь-заставим>> (<<Չես կարողանում՝ կսովորեցնենք, չես ցանկանում՝ կստիպենք>>),

զ) ընդունված արժեքների փոփոխումը, անհատի համար նոր, երբեմն՝ անընդունելի, **արժեքների յուրացման պարտադրումը**, երբ, օրինակ, մարդասիրական արժեքների փոխարեն յուրացվում է թշնամուն ոչնչացնելու արժեքը,

դ) **սոցիալական փոխհարաբերությունների ակտիվացումը**, որը պայմանավորված է բանակային կյանքի առանձնահատկություններով, միասնաբար գործելու անհրաժեշտությամբ: Մարդը կարծես վեր է ածվում մեխանիզմի կառավարվող մասնիկի, վտանգվում է նրա անհատականությունը, սահմանափակվում՝ ազատությունը:

ե) **իրավիճակի հուզածին, հոգեխոցող գործոնները, սթրեսը**: Եթե պատերազմի վերսկսման հավանականությունը մինչև զորակոչվելը փոքր էր թվում, ապա բանակում պատերազմի թեման շոշափվում է մշտապես, և զորքն իրապես պատրաստվում է դրան: Ամենօրյա զորավարժությունները, մարտական հերթապահությունը, առաջնագծում՝ դիպուկահարները, զոհվելու, վիրավորվելու կամ հաշմանդամ դառնալու մեծ հավանականությունը, ավելի ճշգրիտ՝ դրանցով պայմանավորված իրադրային տագնապայնությունը, իրենց երիտասարդ տարիքի շնորհիվ երևակայության բարձր մակարդակ ունեցող անձի հոգեկանը դարձնում են փխրուն ու խոցելի: Հետևանքը լինում է այն, որ պատանու մոտ ուժեղանում է չզիտակցված ձգտումը դեպի խումբը, ակտիվանում է խմբային վարքագծի ու արժեքների արագ ու անգիտակցական յուրացումը:

Նորակոչիկը սոցիալական նոր պայմաններում ձեռք է բերում անլիարժեքության բարդույթ, իջնում է նրա ինքնագնահատականը, որը, ի դեպ, մինչ այդ աճել էր զորակոչվելու նախօրյակին, երբ ամեն կողմից խրախուսական և քաջալերիչ ազդակներ էր ստացել, կորցնում է ժամանակի ու տարածության իրական զգացումը, ապրում է վախ, անհանգստություն, ճնշվածություն: Լքվածության, միայնակության զգացումը հանգիստ չի տալիս ծնողներից ու հարազատներից հեռացած նորակոչիկին, որը հայտնվում է ընկճվածության հոգեվիճակում, խորատուգլուխ մտորումների մեջ, փորձում փորփրել իր ներաշխարհը, գտնել <<քավության նոխագին>>:

Բնական է, որ զինվորական ծառայության վերաբերյալ նորակոչիկի նախնական պատկերացումները չեն արտացոլում բանակային կյանքի ողջ բազմազանությունը: Հարմարման խնդիրը մնում է ակտուալ այնքան ժամանակ, մինչև պատանին անձնապես կվերապրի բոլոր ծառայողական <<հաճույքները>>, գործունեության պայմանները կընկալի իբրև սովորական, բնականոն պայմաններ:

Հատկանշական է, որ բանակային ողջ նիստուկացը կարծես հատուկ մշակված է այնպես, որ զորակոչված պատանին ստիպված լինի արմատապես փոխել կյանքի ու վարքի նախկին մոդելը, հրաժարվի սովորություններից, կատարի նոր դերեր: Բանակում ծառայություն անցած տղաներից շատերը կվկայեն, որ

զինվորական կանոնադրությունների մի շարք պահանջներ ու հրամաններ նորակոչիկին թվում են ավելորդ ու ձևական (օրինակ, ինչո՞ւ ասել <<ճի՛շտ այդպես>>, եթե կարելի է՝ <<այո՛>>, կամ ինչո՞ւ ասել <<լսո՛ւ եմ>>, երբ սովորաբար ասում ենք՝ <<եղավ>> և այլն): Այս հոդի վրա առաջանում են թյուրիմացություններ ու հակասություններ: Նորակոչիկին թվում է, թե հրամանատարները հատկապես ի՛ր հանդեպ են բժախնդիր, և նրանց բոլոր գործողությունները գնահատում է որպես ագրեսիա իր նկատմամբ: Շատերն էլ, եթե նույնիսկ ծառայության նկատմամբ ունենում են դրական կողմնորոշում, ձգտում են լինել կատարողական, սակայն անհաջողության են մատնվում, որովհետև դեռևս անվարժ են ու <<անտաշ>>: Անքնություն, վարժանքներ, զորավարություններ, զենքի խնամք, անվանականներ, ստուգումներ... կարգին հանգիստ չկա, ամենուրեք շա՛րք, շա՛րք: Ամեն քայլափոխի լսվում են արգելող ու սաստող հրահանգներ՝ <<չի՛ կարելի>>, <<սխա՛լ ես կատարում>>, <<ճիշտ չե՛ս դիմում>>, <<համազգեստդ ուղղի՛ր>> և այլն: Պատանիների մի մասն էլ կոնֆլիկտներ է ունենում՝ կանոնադրական պահանջները վատ յուրացնելու պատճառով: Առաջացած լարվածության հետևանքով շատերը թույլ են տալիս վրիպումներ ու զանցանքներ, դրսևորում շեղվող վարք: Այստեղ պետք է նկատել, որ երբեմն մեկը մյուսի նկատմամբ փոխադարձ պահանջներ են ներկայացնում անգամ իրենք՝ նորակոչիկները: Պատճառն այն է, որ նրանք դեռևս չեն հասցրել լիարժեք ներգրավվել խմբային դինամիկային, չեն ստանձնել իրենց հստակ դերակատարությունը խմբում, ուստի որոշակի ակտիվություն են հանդես բերում՝ կայանալու և ինքնահաստատվելու համար, ինչը կարող է տեղի ունենալ ծառայակից ընկերների շահերի հաշվին:

Գտնվելով լարվածության վիճակում՝ պատանին առաջին շաբաթներին ֆիզիկապես ու հոգեպես ուժասպառ է լինում: Նրանց միայն 20 տոկոսն է մերվում նոր խմբին, կայուն կապեր հաստատում: <<Կոմունիկատիվ քաղցր>>, երբ դեռևս չկան վստահելի ընկերներ, ստիպում է, որպեսզի նորակոչիկը սեփական մտքերի, տպավորությունների մասին կիսվի միայն հարազատների, նախկին ընկերների հետ: Ահա թե ինչու ծառայության առաջին մի քանի օրերին նորակոչիկը նոր միջավայրում փնտրում է իր համերկրացիներին, ձգտում կապեր հաստատել նրանց հետ: Միաժամանակ նա ուշադիր հետևում է <<հին, հեղինակավոր>> զինվորների վարքին՝ ձգտելով գտնել նմանակման սուբյեկտ, որին կրկնօրինակելով, իր կարծիքով, կարելի է լավ զինվոր դառնալ: Մինչդեռ <<հին ծառայողներին>> իրականում <<ձեռնտու է>> նորակոչիկներին որպես այդպիսին ընկալելը, քանի որ իրենց հարաբերական կարգավիճակը զգալիորեն բարձրանում է. նրանք թոթափում են <<նորակոչիկի խարանք>>:

Նորակոչիկներից շատերին թվում է, թե իրենց բախտը չի բերել, որովհետև ուրիշ զորամասերում ավելի լավ է: Նույնիսկ եթե տվյալ ստորաբաժանման հրամանատարը փորձառու է և հոգատար, միևնույն է, նորակոչիկին թվում է, թե այդ հոգատարությունը շինծու է, հատուկ մշակված՝ իրեն <<կոտրելու>> և

ենթարկելու նպատակով: Օրինակ, հրամանատարի կողմից կիրառվող միանգամայն անմեղ <<տղա ջան>>-ը նորակոչիկի կողմից կարող է դիտարկվել որպես վիրավորական ու նսեմացուցիչ արտահայտություն՝ ուղղված իր արժանապատվության ստորացմանը:

Չնայած սոցիալական գործոնների բազմազանությանը՝ այնուամենայնիվ, դժվար հարմարման իրական հիմքը **հոգեֆիզիոլոգիական** է՝ որպես սթրեսային հակազդեցություն: Սթրեսային խանգարումն անհատական վիճակ է՝ մակաձված այն պայմաններից, որոնք նորակոչիկի կողմից ընկալվում են որպես արտակարգ: Նրա ախտանիշների համակազմը նույնպես անհատական է և ունի արտահայտման բազմազան ձևեր: Ահա դրանց ոչ լրիվ ցանկը՝ ըստ ռուս հայտնի ռազմական հոգեբան Ժ. Սենկոտսովի [5].

- գրգռվածություն, ագրեսիվություն՝ չնչին առիթներով, օրինակ՝ բարձր ձայնից,
- հակակրանք, հետաքրքրության կորուստ, անտարբերություն,
- անհանգստություն, քնի խանգարում, սևեռուն մտքեր, վերահսկման կորուստ,
- անիմաստ գործողություններ, կենտրոնանալու անկարողություն,
- վերջույթների թուլություն, կատատոնիկ սինդրոմ,
- ախորժակի կորուստ, մարսողության խանգարումներ,
- գերհոգնածություն, ճնշվածություն (դեպրեսիա), հոռետեսություն,
- հիշողության վատթարացում,
- գիշերամիզություն (ենուրեզ),
- խոսքի խանգարումներ, մտածողության մակերեսայնություն,
- տրամադրության անկումներ կամ չպատճառաբանված էյֆորիա,
- ինքնամեղադրման հակում, սուիցիդալ մտքեր,
- ջերմաստիճանային ռեժիմի խանգարումներ,
- ինքնամեկուսացում, մտասնեռման վիճակ, հիվանդ երևակայություն,
- ալկոհոլ, թմրանյութեր օգտագործելու հակում:

Սթրեսային ախտանիշները կարող են տարածվել ողջ խմբում՝ առաջ բերելով դասալքություն, համագործակցելու անընդունակություն, հրամանների չկատարում, անփութություն, վիճաբանություններ, բարոյական դեգրադացիա:

Որքան էլ հրամանատարները ջանքեր գործադրեն, հարմարման հոգեբանական խնդիրը յուրաքանչյուր նորակոչիկ պետք է լուծի ինքնուրույն՝ ծառայության որոշակի ժամկետ ձեռք բերելուն զուգընթաց՝ իր հարմարվողական հնարավորությունների սահմաններում ու հավակնությունների մակարդակի համաձայն: Սակայն դա տեղի է ունենում ուշացումով և միայն այն ժամանակ, երբ հիմնախնդիրը էականորեն կորցնում է իր սրությունը:

Այսպիսով, հոգեբանական ասպեկտով զինվորական ծառայությանը դժվար հարմարվելու հիմքը փոփոխվող միջավայրի սթրեսածին գործոնների անխուսափելի ազդեցությունն է նորակոչիկի հոգեբանության վրա: Անձը զինծառայության պայմաններում որոշակիորեն զրկվում է յուրահատուկ

հատկանիշների ազատ դրսևորման հնարավորությունից: Ոչ կամավորականության հիմունքով բանակ գորակոչված նորակոչիկը հարմարման համընդհանուր-պարտադիր բնույթի, նրա սոցիալական բարձր արժեքի ու որպես դրա հետևանք՝ անձնային ազատությունների սահմանափակման, վարքային ձևերի, ընդունված արժեքների փոփոխման արդյունքում ներքուստ ընդդիմանում է միջավայրի արագ փոփոխման դեմ, գործարկվում է նրա անձի <<անհաջողությունից խուսափելու>> մոտիվացիոն ասպեկտը:

Գրականություն

1. **Քոուփլենդ Ն.**, Հոգեբանությունը և զինվորը: Եր., «Լուսակն» հրատ., 2007թ., 141 էջ:
2. Հայրենիք և ծառայություն. հեղ. կոլ.: Եր., «Ոսկան Երևանցի» հրատ., 2001թ., 576 էջ:
3. **Յարամիջյան Վ.** «Զինվորական ծառայությանը նորակոչիկների սոցիալ-հոգեբանական հարմարման դժվարությունները և դրանց հաղթահարման ուղիները». հոգեբ. գիտ. թեկնածուի գիտական աստիճանի հայցման ատենախոսություն, ԵՊՄՀ գրադարան, 2009թ., 157 էջ:
4. Ռազմական սոցիոլոգիա, հեղ. կոլ., Երևանի պետ. համալսարան, 2005թ., 232 էջ:
5. **Сенокосов Ж. Г.**, Социально-психологическая адаптация молодых солдат к военной службе. ВПА, 1990г., 264с.

Հոդվածը տպագրության է երաշխավորել
ԱրՊՀ մանկավարժության և հոգեբանության ամբիոնը: