





ХҒТАР 15.41.21
Ғылыми мақала

<https://doi.org/10.32523/3080-1893-2026-154-1-90-109>

Әскери борышын өтеп жүрген сарбаздардың әлеуметтік-психологиялық бейімделуіне мазасыздық деңгейінің әсері

Г.Ш. Ақымбек¹, А.А. Медетбекова^{*2}, Ж.К. Курманғалиева³,
З.Ж. Шахарбаева⁴

^{1,4}Астана халықаралық университеті, Қазақстан

^{2,3}Esil University, Астана, Қазақстан

(E-mail: ¹agulazira@gmail.ru, ^{*2}medetbekova.a@esil.edu.kz, ³shade82@mail.ru,
⁴zamashah21@mail.ru)

Аңдатпа. Әскери борышын өтеп жүрген сарбаздарда мазасыздық деңгейінің жоғары болуы әлеуметтік-психологиялық бейімделу үдерістерін едәуір қиындатып, стресске төзімділікті, тұлғааралық өзара әрекеттесуді және әскери міндеттерді тиімді орындаудың төмендеуіне әкеледі. Соның салдарынан сарбаздар арасында психологиялық-эмоционалдық тұрақсыздықтың күшеюі, тәртіптік бұзушылықтар мен қақтығыстардың жиілеуі жоғарылауы мүмкін. Осы мәселеге орай мақалада әскери борышын өтеп жүрген сарбаздардың әлеуметтік-психологиялық бейімделуіне мазасыздық деңгейінің әсері зерттелді. Зерттеу барысында Р. Спилбергер мен Ю. Ханниннің «Жағдайлық және тұлғалық мазасыздықты диагностикалау шкаласы» және Р. Даймонд пен К. Роджерстің әлеуметтік-психологиялық бейімделу сауалнамасы қолданылды. Эксперименталды зерттеу нәтижелері тұлғалық мазасыздық деңгейінің жоғары болуы сарбаздардың әлеуметтік-психологиялық бейімделуінің бұзылуымен ($r=0,502$; $p \leq 0,001$), эмоционалдық дискомфорттың күшеюімен ($r=0,413$; $p \leq 0,05$) және бейімделмейтін копинг-стратегиялардың (әсіресе, мәселеден қашу тактикасы) ($r=0,398$; $p \leq 0,05$) артуымен өзара байланысты екенін көрсетті. Сонымен қатар, мазасыздық деңгейі жоғарылаған сайын сарбаздар қоршаған ортаны артық бақылауға тырысып, бұл олардың ішкі сенімсіздігі мен психологиялық кернеуінің өсуіне әкеледі. Зерттеу нәтижелері тұлғалық мазасыздықтың сарбаздардың дезадаптациясын күшейтетін және олардың психологиялық тұрақтылығын әлсірететін маңызды фактор болып табылатынын дәлелдейді. Алынған мәліметтер әскери ортадағы психологиялық қолдау және бейімделу бағдарламаларын жетілдіру үшін тәжірибелік тұрғыдан маңызды.

Түсті: 19.12.2025; Жөнделді: 14.02.2026; Мақұлданды: 22.02.2026; Онлайн қолжетімді: 30.03.2026

*хат-хабар авторы

Түйін сөздер: әскери бейімделу, әскери борыш, тұлғалық мазасыздық, әлеуметтік-психологиялық бейімделу, эмоционалдық дискомфорт, психологиялық тұрақтылық, копинг стратегия.

Кіріспе

Әскери борыш – адамның өмірінде маңызды өзгерістерге алып келетін ерекше кезең. Әскери борышын өтеп жүрген сарбаздар қатаң тәртіпке бағыну, жоғары физикалық және эмоционалдық жүктемелерге бейімделу, белгісіздікке төтеп беру және жаңа ортаға бейімделу секілді көптеген қиындықтарды бастан өткереді. Бұл жағдайлар сарбаздардың психикалық денсаулығына айтарлықтай әсер етуі мүмкін. Әскердегі өмірдің ерекшелігі - күн тәртібінің өзгеруі, физикалық жүктемелердің артуы, жоғары талаптар мен күтпеген жағдайларға бейімделу қажеттілігі. Мұндай жағдайлар сарбаздардың психологиялық жай-күйін өзгертіп, олардың эмоционалды тұрақтылығы мен когнитивтік қабілеттеріне әсер етеді. Осы себепті әскери борышын өтеп жүрген сарбаздардың әлеуметтік-психологиялық бейімделу мәселесі өзекті болып табылады.

Әдебиеттерге шолу

1970-жылдардан бастап зерттеушілер әскери борышын өтеп жүрген сарбаздардың бейімделу үдерістерін белсенді түрде зерттей бастады. Бұл мәселеге Л.Г. Егорев (Егорев, 1975) пен М.И. Дьяченко (Дьяченко, 1974) еңбектері арналған. Аталған жұмыстар бейімделу үдерісінің табысты өтуіне ықпал ететін сыртқы ортаның әсер ету факторларын, себептері мен шарттарын, сондай-ақ ағзаның ішкі резервтерін көпқырлы және жан-жақты қарастырған ғалымдардың іргелі зерттеулеріне негізделген. Олардың қатарында ресейлік (Б.П. Бархаев, А.Г. Караяни, В.Ф. Перевалов, И.В. Сыромятников, А.Г. Караяни, Ю.Г. Сулимова және т.б.) және шетелдік (Г. Гартман, Ж. Пиаже, З. Фрейд, Э. Фромм, Э. Эриксон және т.б.) ғылым өкілдерін де атап өтуге болады.

Алайда әскер ортасындағы теріс көріністер, қазіргі зерттеу форматында әскери қызметкерлердің бейімделуін әлеуметтік-психологиялық тұрғыда сүйемелдеудің мәселесі неғұрлым тереңірек талдауды қажет ететінін көрсетеді. А.М. Мухаметжанов, Н.К. Смагулов, С.Б. Жаутикова, Ф.С. Абикенова, Р.Ж. Есимова, Л.К. Быстревская, С.М. Аринова, Г.Н. Иманбаева, С.Б. Кенжебекова, Ф.И. Умер (Mukhametzhanov et al., 2012), О.К. Белецкая (Белецкая, 2012), А.Ю. Бушуев және И.А. Федосеева (Бушуев және Федосеева, 2020), еңбектерін талдау нәтижесінде әскери қызметкерлердің бейімделуінің мәнін түсінуде олардың өмірі мен қызметінің өзгерген, стресстік жағдайлары маңызды рөл атқаратынын анықтады. Мұндай жағдайлар ағзаның функционалдық резервтерінің - физиологиялық, психологиялық және физикалық ресурстарының белсендірілуін талап етеді.

Кеше ғана жасөспірім болған жастар өз елін қорғауға тұрған жауынгерлерге айналған кезде, өз миссиясының маңыздылығын, сарбаз бен офицердің ел қауіпсіздігіндегі рөлін әрдайым толық түсіне бермейді. Сол себепті олар өздеріне тән мінез-құлық үлгілерін көрсете бастайды. Шетелдік зерттеушілер П.А. Белл, Х.Г. Грин, Дж.Д. Фишер және А.

Баум пікірінше, адамның бейімделуіндегі психологиялық қиындықтар кейіннен ауыр сырқаттардың туындауына себеп болуы мүмкін (Bell et al., 1996).

Бұл мәселе әртүрлі жастағы әскери борышын өтеп жүрген сарбаздардың әлеуметтік-психологиялық бейімделу факторларын әскер жағдайында зерттеу барысында да өзекті болып табылады.

Бейімделу мәселесі ерекше назар аударуға тұрарлық, себебі ол тұлғаның маңызды жеке-психологиялық сипаттамаларының бірі болып табылады (Березина, 2003).

Бұл тақырыпты зерттеумен О.К. Белецкая, М.Ф. Корехова (Корехова, 2013), Ф.К. Гемешлиев (Гемешлиев, 2011), Н.А. Позднякова (Митрахович, 2012) және басқа да ғалымдар айналысқан. Мәселен, О.К. Белецкая «әскери қызметкерлердің бейімделгіштігі» ұғымының мазмұнын нақтылап, оны адаптация үдерісінің нәтижесі ретінде қарастырады. Ол үйлестіруші, иерархиялық ішкі құрылымдар мен жалпы, ерекше және жекелей күйлердің өзара байланысын қамтиды.

М.Ф.Кореховаэкстремалдықызметтүрлеріменайналысатынмамандардыңпсихикалық дезадаптация факторларына назар аударады. Ол психикалық дезадаптацияның белгілерін анықтап, олардың қатарына жұмысқа қабілеттіліктің төмендігі, тұлғааралық қатынастардағы қиындықтар, отбасылық мәселелер, жүйке-психикалық бұзылыстар, мінез-құлық девиациялары, агрессивтіліктің артуы және т.б. жатқызады.

Л.В. Миллер жеке-психологиялық ерекшеліктер мен суицидтік мінез-құлық (дезадаптацияның шеткі түрі) арасындағы байланыстарды айқындаған. Мұндай ерекшеліктерге үрейленгіштік, депрессиялық күй, посттравмалық күйзеліс синдромының белгілері, бейімделгіштіктің төмен деңгейі, өзін және өзгені қабылдамау, эмоционалдық жайсыздық, сыртқы локус-бақылау, проблемадан қашу жатады. Сондай-ақ бұл жағдайда психологиялық қорғаныс механизмдерінің - регрессия, реактивті түзілім және алмастыру - көрініс табатыны атап өтеді (Миллер, 2014).

Н.А. Позднякова тұлғалық-психологиялық ерекшеліктер мен тұлғаның бейімделу әлеуетінің деңгейі арасындағы өзара байланыс бар екенін анықтаған. Оның эмпирикалық зерттеулері агрессивтілік деңгейі мен тұлғалық бейімделу әлеуеті арасындағы корреляцияның бар екенін көрсетті. Сондай ақ К.М. Кожогелдиева және А.С. Кожогелдиевның Қырғызтан жүргізген зерттеуінде өзгерген әлеуметтік орта жағдайында сарбаздарды бейімдеу үдерісінде олардың жеке мүмкіндіктерін ескеру қажеттігін көрсетті. Мәдени айырмашылықтар, тұлғалық-жеке ерекшеліктер, сондай-ақ эмоционалдық күйлер, әсіресе мазасыздық деңгейінің көрінуі жаңадан келген сарбаздардың бейімделу процесіне елеулі әсер ететінін дәйектейді (Кожогелдиева, К.М. және Кожогелдиев А.С., 2019).

Сао F. және оның әріптестерімен жүргізген зерттеуде жабық казармалық жағдайда сарбаздарқатаңкүн тәртібіне, қарқынды дене дайындығына және белгілі бір мінез-құлық нормаларына тез бейімделуге тура келетінін және бұл жағдайлар көбіне мазасыздық деңгейінің жоғарылауымен және бейімделу қиындықтарымен тығыз байланысты деп көрсетеді (Сао, et al., 2023). Басқа зерттеулер көрсеткендей, қытайлық әскери сарбаздар арасында жүргізілген деректер бойынша, бастапқы дайындық кезеңдері психологиялық бейімделу мәселелерінің пайда болуына әкеледі. Кейбір сарбаздарда айқын психологиялық стресс реакциялары байқалып, олар бейімделу бұзылыстарының клиникалық диагностикалық критерийлеріне сәйкес келуі мүмкін (Xiao et al., 2011).

АҚШ армиясының жаяу әскерлерінің бастапқы даярлығына арналған лонгитюдтік зерттеу нәтижелері оқу үдерісі барысында олардың мазасыздық деңгейі динамикалық түрде өзгертінін көрсетеді (Martin et al., 2006). АҚШ әскери сарбаздардың денсаулығын мониторингтеу деректері бойынша, әскери қызметке қабылданғаннан кейінгі алғашқы алты ай бейімделу бұзылыстарының жиілігі жоғары болатын кезеңмен ретінде сипаттайды. Әскери ортаның бастапқы кезеңінде бейімделу бұзылысы диагнозы қойылған сарбаздардың шамамен 60%-ы келесі екі жыл ішінде әскери қызметін мерзімінен бұрын аяқтайды, ал 24,3%-ында кейінгі бақылау барысында басқа да психикалық бұзылыстар анықталған (Morgan, et al., 2023).

Жалпы бұл зерттеулер нәтижелері әскери ортаның алғашқы кезеңі бейімделу тұрғысынан ерекше осал кезең болып табылатынын көрсетеді. Бұл жағдай жаңадан қабылданған әскери сарбаздардың бейімделуін қолдауға бағытталған шараларды тиімді жоспарлау үшін қорғаныстық психологиялық ресурстарды анықтау және нығайтудың маңыздылығын айқындайды.

Ал бұл мәселені Қазақстанда ғылыми тұрғыда қарастырған ашық жариялымдардағы зерттеулер өте аз. Тек жас ғалымдардың конференцияда жариялаған мақалаларын кездестіруге болады. Демек, қарастырылған зерттеулер жиынтығы әлеуметтік-психологиялық бейімделудің маңыздылығын және онымен байланысты мәселелерді әскери қызметкерлердің экстремалды жағдайларда қызметке дайындығын айқындайтын жеке-психологиялық фактор ретінде қарастыру қажеттігін дәлелдейді (Позднякова, 2015).

В.А. Корытков өзінің әскери қызметкерлердің кәсіби бейімделуіне арналған педагогикалық тұжырымдамасында бейімделудің негізгі мәселелерін жағдайды барабар қайта бағалау, жаңа талаптарға бағдарлану, әдеттерді өзгерту, бұйрықтар мен нұсқауларды мүлтіксіз орындау қабілеті, күн тәртібін қатаң сақтау, жинақылық, ұйымдасқандық, өзін-өзі қамтамасыз ету дағдылары, икемділік, төзімділік сияқты сапалармен байланыстырады. Мұның бәрі «Жарғыға» сәйкес әскери міндеттерді орындауды қамтамасыз етеді. Жаңа өмірлік және қызметтік жағдайларды меңгеру көбінесе сарбаздарда жүйкелік, агрессивтік және ішкі қарсылық деңгейінің артуына әкеледі, бұл өз кезегінде энергияның айтарлықтай шығынын, эмоционалды күйзелістерді және теріс эмоцияларды көрсету ниетін тудырып, тұлғааралық қатынастарда қақтығыстарға бейімділікті күшейтеді (Корытков, 2018).

И.В. Приступаның пікірінше, жас әскери қызметкерлердің тәрбиесіне жауапты командирлердің негізгі міндеті - оларды жаңа құндылықтық бағдарларға қайта бағыттау, борыш, жауапкершілік, әскери ерлік, абырой, мемлекеті үшін мақтаныш сезімдерін және оның мүдделерін халықаралық деңгейде қорғауға деген ұмтылысты қалыптастыруға жағдай жасау болып табылады деп көрсетеді (Приступа, 2012).

Материалдар мен зерттеу әдістері

Әскери борышын өтеп жүрген сарбаздардың әлеуметтік-психологиялық бейімделуіне мазасыздық деңгейінің әсерін зерттеу үшін № 44813 Ақмол, Жалтыркөл әскери бөлімдерінде борышын өтеп жүрген 100 сарбаз алынды. Психодиагностикалық әдістер ретінде сарбаздардың әлеуметтік-психологиялық бейімделу ерекшелігін

анықтау мақсатында Р. Даймонд-К.Роджерстің әлеуметтік-психологиялық бейімделу сауалнамасын, сарбаздардың мазасыздық деңгейін кешенді бағалау үшін «Спилбергер-Ханиннің жағдайлық және тұлғалық мазасыздықты диагностикалау» әдістемелері алынды.

Р. Даймонд пен К. Роджерстің сауалнамасы тұлғаның жаңа әлеуметтік ортаға (әскер қатарындағы ұжым, тәртіп, рөлдік құрылым) бейімделу деңгейін анықтауға бағытталған. Бұл әдістеме тұлғаның ішкі үйлесімділігін, өзін-өзі қабылдауын, топқа ену динамикасын және әлеуметтік қатынастарды қабылдау ерекшеліктерін айқындауға мүмкіндік береді. Әскери ортада бейімделу – психологиялық тұрақтылықтың және қызмет тиімділігінің негізгі көрсеткіші болғандықтан, әдістеменің осы қыры зерттеу мақсатына толық сәйкес келеді. Спилбергер–Ханин шкаласы мазасыздықтың екі түрін – жағдайлық және тұлғалық мазасыздықты ажырата отырып, сарбаздардың эмоционалдық реакцияларын кешенді бағалауға мүмкіндік береді. Жағдайлық мазасыздық нақты қызметтік жағдайларға жауап ретінде пайда болатын уақытша күйді сипаттайды, ал тұлғалық мазасыздық адамның тұрақты мінездік қасиетіне жатады. Осы екі компонентті өлшеу арқылы әскери бейімделу процесіндегі эмоционалдық тұрақтылық пен стресске төзімділіктің деңгейін айқындауға болады.

Екі әдістеменің үйлесімді қолданылуы зерттеу объектісін жан-жақты сипаттауға мүмкіндік береді: біріншісі – әлеуметтік бейімделудің когнитивтік-мінез-құлықтық аспектілерін, екіншісі – эмоционалдық-аффективтік компоненттерін өлшейді. Бұл интегративті тәсіл сарбаздардың әлеуметтік-психологиялық бейімделуін диагностикалауда жоғары валидтілік пен сенімділікті береді.

Нәтижелер және оларды талқылау

Зерттеудің мақсаты: Әскери борышын өтеп жүрген сарбаздардың әлеуметтік-психологиялық бейімделу деңгейі мен мазасыздық деңгейі арасындағы өзара байланысты эмпирикалық тұрғыда анықтау..

Зерттеу міндеттері:

1. Әскери борышын өтеп жүрген сарбаздардың әлеуметтік-психологиялық бейімделу деңгейін (өзіне және қоршаған ортаға қатынас, эмоционалдық тұрақтылық, ішкі үйлесім) анықтау.

2. Сарбаздардың тұлғалық және жағдайлық мазасыздық деңгейін Спилбергер-Ханин әдістемесі арқылы бағалау.

3. Әлеуметтік-психологиялық бейімделу көрсеткіштері мен мазасыздық деңгейі арасындағы өзара байланыстарды (корреляцияны) анықтау.

4. Зерттеу нәтижелеріне сүйене отырып, әскери ортада әлеуметтік-психологиялық бейімделуді арттыру мен мазасыздықты төмендетуге бағытталған психологиялық ұсыныстар әзірлеу.

Зерттеу болжамы:

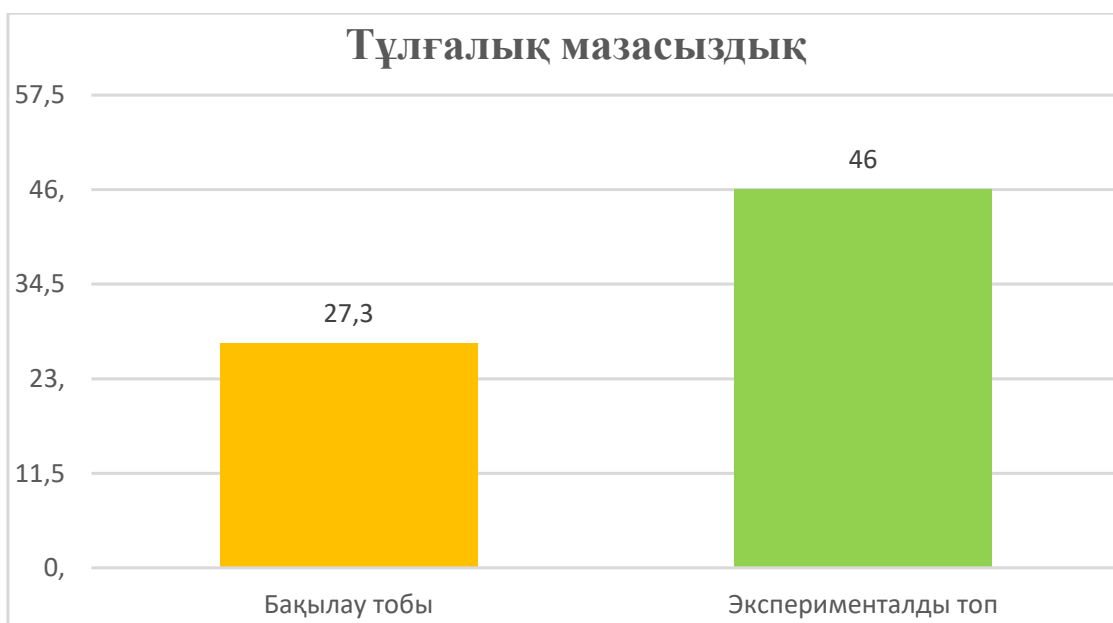
Тұлғалық мазасыздық деңгейінің жоғары болуы, әскери борышын өтеп жүрген сарбаздардың әлеуметтік-психологиялық бейімделуінің төмендеуіне әкелуі мүмкін.

Зерттеу нысаны: Әскерге келген алғашқы алты айдағы борышын өтеп жүрген сарбаздардың мазасыздық күйі.

Зерттеу жұмысының диагностикалық кезеңіне сәйкес зерттелушілерге ең алдымен «Спилбергер-Ханиннің жағдайлық және тұлғалық мазасыздықты диагностикалау» сауалнамасы өткізілді. Мазасыздық көріну деңгейіне қарай жоғарғы мазасыздық байқалған сарбаздар (42 сарбаз) эксперименталды топ, ал мазасыздық төмен деңгейде байқалған сарбаздар (58 сарбаз) бақылау тобы ретінде іріктелініп алынды.

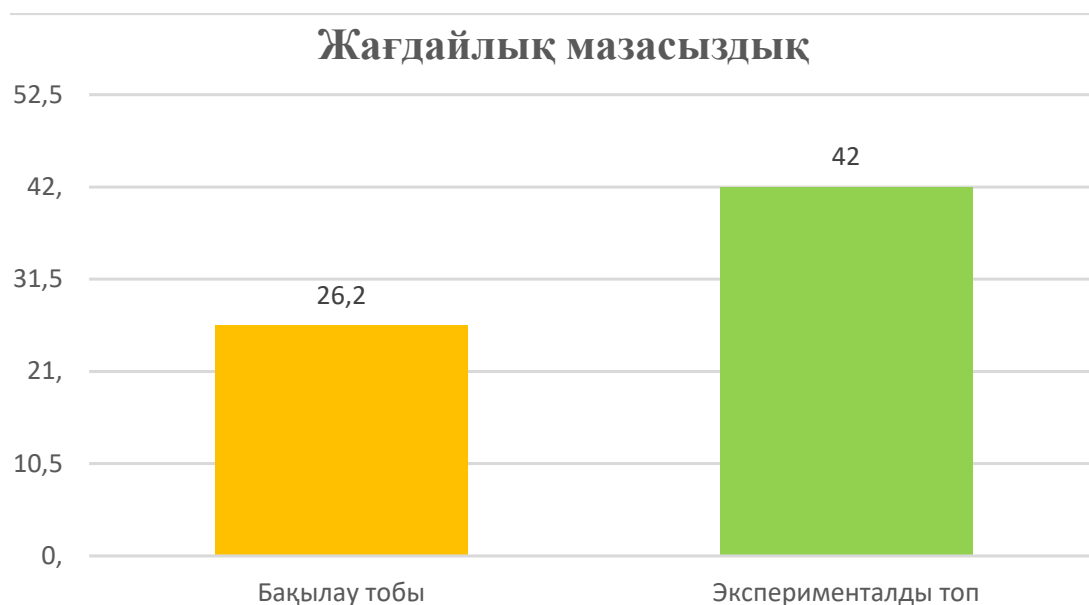
«Спилбергер-Ханиннің тұлғалық мазасыздықты диагностикалау» әдістемесін екі топқа жүргізуден алынған нәтижелері төмендегі суретте (1-сурет) ұсынылып отыр.

«Спилбергер-Ханиннің тұлғалық мазасыздықты диагностикалау» әдістемесінің нәтижесі бойынша эксперименталды топта-46 балл, ал бақылау тобында-27,3 балл. Бақылау тобына қарағанда эксперименталды топта тұлғалық мазасыздық жоғары екендігі байқалды. Бұл айырмашылық эксперименталды топтағы қатысушылардың психоэмоционалдық жағдайының тұрақсыздығын және стрессогендік факторларға бейімділігінің төмен екенін білдіреді. Бұл қатысушыларда тұрақты алаңдаушылық, эмоционалдық шиеленіс сезімдері жиі байқалуы мүмкін. Олар стресс жағдайларына аса сезімтал және сыртқы ортаның өзгерістеріне эмоционалды жауап беруі жоғары. Бақылау тобындағы қатысушылар өз эмоцияларын жалпы түрде тиімді басқара алады, алаңдаушылық пен ішкі шиеленісті жиі сезіне бермейді. Олардың психологиялық тұрақтылығы жеткілікті деңгейде сақталған. Келесі жағдайлық мазасыздықтың көріну деңгейі 1-суретте ұсынылып отыр.



Сурет 1. «Спилбергер-Ханиннің тұлғалық мазасыздықты диагностикалау» әдістемесінің нәтижесі

Ескерту: деректер Ч. Спилбергер – Ю. Ханиннің жағдайлық және тұлғалық мазасыздықты диагностикалау шкаласы (2025) негізінде құрастырылған.



Сурет 2. «Спилбергер-Ханиннің жағдайлық мазасыздықты диагностикалау» әдістемесінің нәтижесі

Ескерту: деректер Ч. Спилбергер – Ю. Ханиннің жағдайлық және тұлғалық мазасыздықты диагностикалау шкаласы (2025) негізінде құрастырылған.

«Спилбергер-Ханиннің жағдайлық мазасыздықты диагностикалау» әдістемесінің нәтижесі бойынша бақылау тобының (26,2 балл) көрсеткіштері олардың жағдаяттық күйзеліс пен алаңдаушылықты салыстырмалы түрде төмен деңгейде бастан кешіретіндігін көрсетеді. Бұл қатысушылар эмоционалды жағдайларды тиімді басқара алады және қысым жағдайында салыстырмалы түрде сабырлы қалады.

Эксперименталды топтың (42 балл) нәтижелері жоғарырақ, бұл олардың нақты стресс жағдайларында алаңдаушылық деңгейінің артатынын білдіреді. Мұндай жоғары көрсеткіш эмоционалды тұрақсыздықтың, стресстік жағдайларға сезімталдықтың және тез мазасыздануға бейімділіктің белгісі болып табылады.

«Спилбергер-Ханиннің жағдайлық және тұлғалық мазасыздықты диагностикалау» әдістемесінің нәтижесі бойынша мазасыздық деңгейі аз сарбаздарда жаңа ортаға бейімделу, әскери тәртіпке үйрену және бұйрықтарды орындау кезінде қобалжу аз мөлшерде байқалады. Ұрыстықдайындықтар, далалықжаттығулар, қауіпті тапсырмалар сияқты стресстік факторларды тудыратын жағдайларда сарбаздар өздерінің мінез-құлқын басқара алады. Ал мазасыздық деңгейі жоғары болған сарбаздардан ішкі қысым, торығу, шамадан тыс эмоционалды реакцияларды байқауға болады. Мазасыздық деңгейі өте жоғары болған сарбаздардың эмоционалдық тұрақсыздығы әскери тәртіпке, сарбаздың өзіне де кері әсерін беруі мүмкін.

Екі таңдау тобы бойынша суретте берілген нәтижелерге түсіндірме беріп өтетін болсақ.

Адаптация. Тест нәтижесі бойынша бейімделу шкаласындағы нормалық көрсеткіш (68-136 балл) аралығын құрайды. Диагностикалық нәтижелер бойынша бақылау тобында адаптация деңгейі өте жоғары (148 балл) екенін көруге болады, ал эксперименталды топта бұл көрсеткіш едәуір төмен (55 балл). Бұл бақылау тобының әскери орта жағдайына

бейімделу қабілетінің жоғары екенін, ал эксперименталды топта бейімделу қабілетінің төмен екенін көрсетеді.

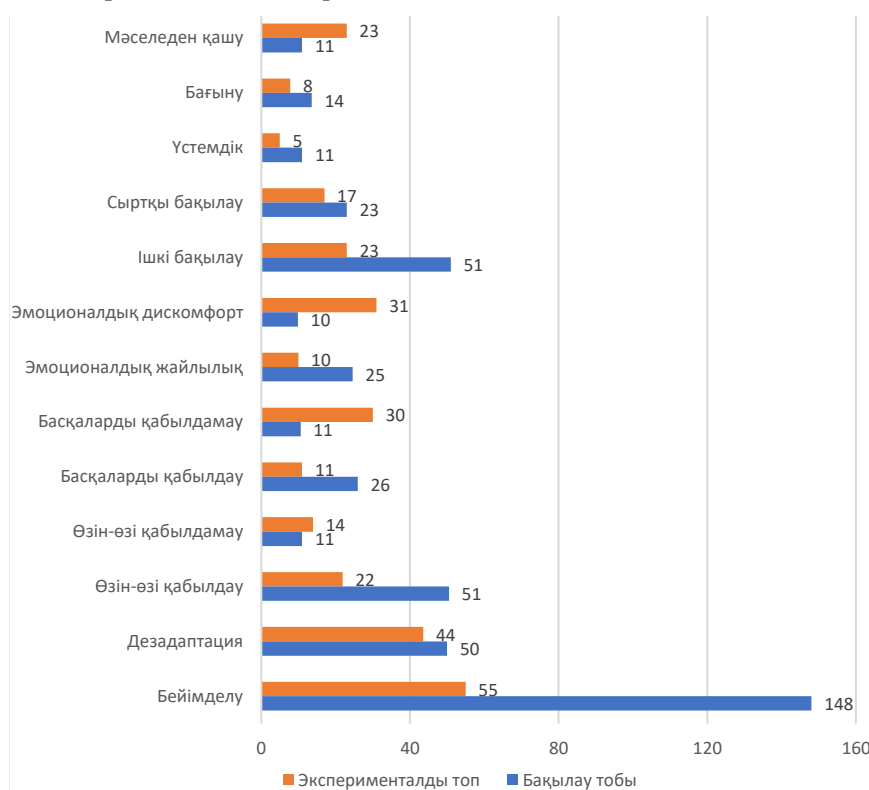
Деадаптация. Эксперименталды топта деадаптация деңгейі (43,6 балл) бақылау тобымен (50 балл) салыстырғанда төмен. Бұл эксперименталды топтағы сарбаздарда бейімделу барысында қиындықтарға жиі ұшырайтындығын көрсетеді.

Екі таңдау тобы бойынша суретте берілген нәтижелерге түсіндірме беріп өтетін болсақ.

Өзін-өзі қабылдау. Тест нәтижесі бойынша өзін-өзі қабылдау шкаласының нормалық көрсеткіші (22-42 балл) аралығы. Өзін-өзі қабылдау деңгейі бақылау тобында (50,5 балл) жоғарырақ, эксперименталды топта бұл көрсеткіш (21,9 балл) құрайды. Бұл бақылау тобындағы сарбаздардың өзіндік бағалауы мен ішкі үйлесімділігінің жақсы екенін, эксперименталды топтағы сарбаздардың өзін бағалауында мәселелер бар екенін көрсетеді.

Өзін-өзі қабылдау шкаласының нормалық көрсеткіші (14-28 балл) аралығы. Өзін-өзі қабылдау деңгейі бақылау тобында (11 балл) аз көрсеткішті көрсетіп тұр, демек бұл адамның өз мүмкіндіктерін, қабілеттерін, сыртқы келбетін және тұлғалық қасиеттерін қабылдай алатынын білдіреді. Эксперименталды топта бұл көрсеткіш (13,9 балл) құрайды, бақылау тобымен салыстырмалы түрде эксперименталды топ мүшелері аз мөлшерде өзінің тұлғалық қасиеттеріне сын көзбен қарауын, өзін бағалауда сенімсіздік пен қанағаттанбаушылық сезімдерінің бар екенін байқауға болады.

Сурет 3. Келесі Р. Даймонд - К. Роджерстің әлеуметтік-психологиялық бейімделу» сауалнама нәтижесі ұсынылып отыр.



Сурет 3 – «Р. Даймонд – К. Роджерстің әлеуметтік-психологиялық бейімделу» сауалнамасының нәтижесі

Ескерту: деректер Р. Даймонд пен К. Роджерстің әлеуметтік-психологиялық бейімделу сауалнамасы (2025) негізінде құрастырылған.

Басқаларды қабылдау шкаласының нормалық көрсеткіші (12-24 балл). Басқаларды қабылдау көрсеткіші бақылау тобында (26 балл) эксперименталды топқа (11 балл) қарағанда екі есе жоғары. Бұл көрсеткіш бақылау тобы адамдарының басқаларға деген сенімділігінің жоғары екенін, әлеуметтік қатынастарда ашық әрі бейімделгіш болатынын көрсетеді. Мұндай адамдар өзгелерді олардың ерекшеліктерімен қабылдайды, адамдар арасындағы айырмашылықтарды түсінеді және оларды оң қабылдай алады. Эксперименталды топ тұлғалық әлеуметтік қашықтықты ұстанатын, басқаларға сенімсіздікпен немесе күмәнмен қарайтынын білдіреді. Бұл жағдайда адам басқалармен қарым-қатынаста сақтық танытады немесе кейбір жағдайда оқшаулануға бейім болуы мүмкін.

Басқаларды қабылдамау. Нормалық көрсеткіш (14-28 балл) аралығы. Басқаларды қабылдамау көрсеткіші бақылау тобында (10,6 балл) құрайды. Бұл адамның басқаларға ашық, түсіністікпен қарайтынын, әлеуметтік өзара әрекеттесуге бейімді екенін білдіреді. Эксперименталды топ (30 балл). Салыстырмалы түрде эксперименталды топ мүшелері әлеуметтік өзара әрекеттесуге бейім, бірақ басқа адамдарға күдікпен қарайды, сенімсіздік танытады, олардың әрекеттеріне жиі теріс көзқараспен баға беруі мүмкін.

Эмоционалдық жайлылық. Тест нәтижесі бойынша эмоционалды жайлылық шкаласының нормалық көрсеткіші (14-28 балл) аралығы. Бақылау тобының (24,6 балл) көрсеткіші олардың эмоционалды фоны тұрақты, ішкі үйлесімділікке ие екенін көрсетеді. Бұл қатысушыларда күйзеліс деңгейі төмен, өзін-өзі қабылдау жоғары, эмоциялық реакциялар мен мінез-құлық қалыпты жағдайда сақталады. Олар әлеуметтік ортада еркін бейімделіп, ішкі жайлылықты сезіне алады. Керісінше, эксперименталды топтың (10 балл) көрсеткіші айтарлықтай төмен. Бұл тұлғаларда ішкі психологиялық жайсыздықтың жоғары екенін, мазасыздықтың жиі сезілетінін, эмоционалды тепе-теңдіктің бұзылғанын білдіреді. Мұндай тұлғаларда өзіне деген сенімсіздік, тұрақты уайым, эмоциялық шаршаңқылық байқалуы мүмкін, бұл олардың әлеуметтік ортаға бейімделуіне кері әсер етеді.

Эмоционалды дискомфорт. Нормалық көрсеткіш (14-28 балл) аралығы. Бақылау тобының (9,9 балл) төмен көрсеткіші олардың эмоционалды дискомфорт деңгейінің аз екенін көрсетеді. Бұл қатысушылар әдетте стресс жағдайларында өзін сенімді ұстайды, ішкі уайым мен эмоционалды шиеленісті сирек сезінеді. Олар әлеуметтік ортаға оңай бейімделіп, эмоционалды тұрғыдан тұрақты бола алады. Ал эксперименталды топтың (31 балл) көрсеткіші бақылау тобымен салыстырғанда сәл жоғары. Бұл олардың арасында эмоционалды дискомфорттың көбірек байқалатынын көрсетеді. Эксперименталды топтағы тұлғаларда мазасыздық, эмоциялық шиеленіс немесе әлеуметтік ортада өзін жайсыз сезіну белгілері басымырақ болуы мүмкін. Мұндай күй әлеуметтік байланыстардың сапасына және бейімделу деңгейіне кері әсер етеді.

Ішкі бақылау шкаласының нормалық көрсеткіші (26-52 балл) аралығы. Бақылау тобының (51 балл) көрсеткіші олардың ішкі бақылау деңгейінің жоғары екенін көрсетеді. Бұл тұлғалар өз өміріндегі өзгерістер мен жетістіктерді өзінің іс-әрекетінің нәтижесі ретінде қабылдайды. Олар жауапкершілікті өз мойнына алып, шешім

қабылдауда дербес әрі белсенді болып келеді. Мұндай қатысушыларда өмірге деген сенімділік және мақсаттылық айқын көрінеді. Ал эксперименталды топтың (23 балл) көрсеткіші едәуір төмен. Бұл олардың арасында ішкі бақылау деңгейінің төмен екенін, өз өміріндегі оқиғаларды көбінесе сыртқы факторлармен байланыстырып қабылдайтынын аңғартады. Эксперименталды топтағы тұлғалар өзіндік белсенділік танытуда қиындықтарға тап болуы мүмкін, олардың арасында өміріндегі қиындықтарға бейімделу деңгейі төмен, жауапкершілікті сыртқы жағдайларға арту жиі байқалады.

Сыртқы бақылау. Нормалық көрсеткіш (18-36 балл) аралығы. Бақылау тобының (13 балл) төмен көрсеткіші олардың сыртқы бақылауға тәуелділігінің төмен екенін көрсетеді. Бұл тұлғалар өз өмірлеріндегі оқиғаларды кездейсоқтықпен немесе сыртқы күштердің әсерімен түсіндірмейді. Керісінше, олар өз әрекеттеріне жауапты болып, дербес шешім қабылдайды және өз тағдырына саналы түрде ықпал ете алады. Эксперименталды топтың (23,5 балл) көрсеткіші жоғары болғандықтан, бұл топтағы қатысушылар өмірдегі түрлі жағдайларды көбінесе сыртқы факторлардың нәтижесі ретінде қабылдайды. Олар үшін өміріндегі сәтсіздіктер мен қиындықтардың себебі өздерінен гөрі сыртқы жағдайларға байланысты деп түсіндірілуі ықтимал. Мұндай бейімділік олардың бейімделуіне, жауапкершілікті сезінуіне және белсенді өмірлік ұстаным қалыптастыруына кедергі келтіруі мүмкін.

Үстемдік. Тест нәтижесі бойынша үстемдік шкаласының нормалық көрсеткіші (6-12 балл) аралығы. Бақылау тобының (11 балл) көрсеткіші қалыпты деңгейде. Бұл қатысушыларда өз ой-пікірлерін басқаларға жеткізу, қарым-қатынаста белгілі бір дәрежеде жетекшілік көрсету қабілеті қалыптасқанын көрсетеді. Олар әлеуметтік қатынастарда өз пікірін қорғап, белгілі бір дәрежеде ықпал ете алатын тұлғалар ретінде сипатталады. Ал эксперименталды топтың (5 балл) көрсеткіші бақылау тобымен салыстырғанда айтарлықтай төмен. Бұл олардың әлеуметтік ортада пассивті мінез-құлық көрсетуге бейім екенін, өз пікірін қорғау және басқаларға ықпал ету дағдыларының әлсіздігін аңғартады. Эксперименталды топтағы тұлғалар көбіне бағынушы рөлді таңдайды, ал бұл олардың әлеуметтік бейімделу процесіне кері әсер етуі мүмкін.

Бағыну. Нормалық көрсеткіш (12-24 балл) аралығы. Бақылау тобының (13,6 балл) көрсеткіші салыстырмалы түрде жоғары. Бұл бақылау тобындағы қатысушылар арасында басқалардың пікірі мен ықпалына белгілі бір дәрежеде тәуелділік байқалатынын көрсетеді. Олар кейбір жағдайларда өз ойынан гөрі әлеуметтік талаптар мен топтық пікірге икемделуге бейім болуы мүмкін. Бұл белгілі бір жағдайларда бейімделуді жеңілдетсе де, толық дербестікке кедергі келтіруі ықтимал. Эксперименталды топтың (7,8 балл) көрсеткіші бақылау тобымен салыстырғанда төмен. Бұл олардың басқалардың ықпалына тәуелді екенін және өз көзқарасын қорғауда дербестігі төмен екенін білдіреді. Эксперименталды топтағы қатысушылардың ішкі ұстанымдары мен шешім қабылдаудағы тәуелсіздік деңгейі бақылау тобына қарағанда төменірек.

Мәселеден қашу. Нормалық көрсеткіш (10-20 балл) аралығы. Бақылау тобының (11 балл) көрсеткіші қалыпты деңгейде болғандықтан, олардың арасында проблемалармен бетпе-бет келгенде көп жағдайда оны шешу немесе ығысу тактикасын қолдану бейімділігі байқалады. Бұл тұлғалар кей жағдайда қиындықтармен күресудің орнына олардан уақытша қашуға немесе мәселеден бойын аулақ салуға тырысуы мүмкін. Эксперименталды топтың (23 балл) көрсеткіші төменірек. Бұл сарбаздардың қиын

жағдайлардан қашудан гөрі мәселемен белсенді түрде күресуге ұмтылатынын көрсетеді. Эксперименталды топтағы сарбаздар қиындықтармен немесе күйзеліс жағдайларымен тікелей бетпе-бет келмей, оларды шешуден бас тартуға, кейінге қалдыруға бейім екеніндігін байқауға болады.

Әскери борышын өтеп жүрген сарбаздардың мазасыздық деңгейінің төмен болуына байланысты бөлініп алынған эксперименталды таңдау тобындағы әлеуметтік-психологиялық бейімелу көрсеткіштері арасындағы корреляциялық байланысты анықтау үшін r-Пирсонның рангтік корреляция коэффициенті қолданылды.

Кесте 1

Тұлғалық мазасыздық пен әлеуметтік-психологиялық бейімделу көрсеткіштері арасындағы корреляция коэффициенті

Корреляция							
		Деадапта- ция	Эмоцио- налдық дискомфорт	Сыртқы бақылау	Мәселеден қашу	Тұлғалық, мазасыздық	Жағдайлық мазасыздық
Деадаптация	Пирсон корреля- циясы	1	,413*	,588**	,398*	,502**	-0,137
	мән (екі жақты)		0,036	0,002	0,044	0,009	0,504
Эмоционал- дық дискомфорт	Пирсон корреля- циясы	,413*	1	,663**	0,213	,393**	-0,120
	мән (екі жақты)	0,036		0,000	0,297	0,275	0,558
Сыртқы бақылау	Пирсон корреля- циясы	,588**	,663**	1	,389*	-0,246	0,051
	мән (екі жақты)	0,002	0,000		0,049	0,226	0,806
Мәселеден қашу	Пирсон корреля- циясы	,398*	0,213	,389*	1	,410*	-,507**
	мән (екі жақты)	0,044	0,297	0,049		0,037	0,008
Тұлғалық, мазасыздық	Пирсон корреля- циясы	,502**	,393**	-0,246	,410*	1	0,344
	мән (екі жақты)	0,009	0,275	0,226	0,037		0,085
N		26	26	26	26	26	26
*. Корреляция 0,05 (екі жақты) деңгейінде маңызды.							
**. Корреляция 0,01 (екі жақты) деңгейінде маңызды.							

Ескерту: деректер Ч. Спилбергер – Ю. Ханиннің жағдайлық және тұлғалық мазасыздықты диагностикалау шкаласы және Р. Даймонд - К. Роджерстің әлеуметтік-психологиялық бейімделу сауалнамасы (2025) негізінде құрастырылған.

Кестеден көріп тұрғанымыздай эксперименталды топтағы зерттелушілердің тұлғалық мазасыздықтың жоғары болуы, сарбаздардың дезадаптацияның ($r=0,502$; $p \leq 0,01$), эмоционалды дискомфорттың ($r=0,413$; $p \leq 0,05$) жоғарлауына, мәселеден қашуына ($r=0,398$; $p \leq 0,05$), сыртқы ортаны бақылауының ($r=0,588$; $p \leq 0,01$) жоғарлауына әкеледі. Эксперименталды топтағы сарбаздар арасында тұлғалық мазасыздық деңгейінің жоғары болуы олардың әлеуметтік-психологиялық бейімделуінің төмендеуімен, эмоционалды дискомфорттың күшеюімен және бейімделмейтін копинг-стратегиялардың (мәселеден қашу) артуымен өзара байланысты.

Сонымен қатар, мазасыздық жоғарылаған сайын сарбаздар қоршаған ортаны артық бақылауға тырысады, бұл ішкі сенімсіздік пен кернеудің өсуін айқындайды. Демек, біздің зерттеуіміздің «Тұлғалық мазасыздық деңгейінің жоғары болуы, әскери борышын өтеп жүрген сарбаздардың әлеуметтік-психологиялық бейімделуінің төмендеуіне әкелуі мүмкін» деген болжамымыз дәлелденді. Тұлғалық мазасыздық-сарбаздардың дезадаптациясын күшейтетін және олардың психологиялық тұрақтылығын әлсірететін маңызды фактор болып табылады.

Бақылау тобы мен эксперименталды топ арасындағы әлеуметтік-психологиялық бейімделу көрсеткіштерінде айырмашылық бар екенін анықтау үшін Стюденттің t-критерийі қолданылды, нәтижелер төменгі кестеде көрсетілген.

«Р.Даймонд – К.Роджерстің әлеуметтік-психологиялық бейімделу» сауалнамасы бойынша эксперименталды және бақылау тобының бейімделу деңгейінде өзін-өзі қабылдау ($t=-3,577$; $p=0,001$) шкала бойынша айырмашылық бар. Алынған нәтижелер бақылау тобындағы сарбаздардың өзіндік бағалауының салыстырмалы түрде жоғары және тұрақты екенін, сондай-ақ олардың тұлғалық құрылымында ішкі үйлесімділік пен эмоционалды тепе-теңдіктің сақталғанын көрсетеді. Бұл олардың өзін тұлға ретінде адекватты қабылдайтынын, өз қабілеттеріне сенімді екенін және психологиялық бейімделу ресурстарының жеткілікті деңгейде екенін білдіреді. Сонымен қатар, эксперименталды топтағы сарбаздарда өзіндік бағалау көрсеткіштерінің төмендігі немесе тұрақсыздығы анықталды, бұл олардың өзін қабылдауындағы қиындықтарды, ішкі сенімсіздікті, тұлғалық дисгармонияны және психологиялық бейімделу үдерісіндегі белгілі бір қиындықтардың болуын көрсетуі мүмкін. Ал қалған шкалалар арасында айырмашылық анықталған жоқ.

Бақылау тобы мен эксперименталды топ арасындағы әлеуметтік-психологиялық бейімделу көрсеткіштеріндегі айырмашылық дәрежесі.

Тәуелсіз топтар үшін критерий										
	Ливин-нің теңдік дисперсия критерийі F	Орта шамалардың теңдігін анықтау t-критерийі							Айырмашылықтың 95% сенімді интервалы	
		мән	T	еркіндік дәрежесі	екі жақты мән	Орташа айырмашылық	Айырманың орта квадраттық қатесі			
								төмен	жоғары	
Адаптация	0,256	0,615	-16,359	53	0,000	-86,02653	5,25866	-96,57406	-75,47899	
			-16,318	51,741	0,000	-86,02653	5,27178	-96,60639	-75,44666	
Деадаптация	0,013	0,910	-1,264	53	0,212	-8,24668	6,52678	-21,33776	4,84439	
			-1,265	52,561	0,211	-8,24668	6,51955	-21,32579	4,83242	
Өзін-өзі қабылдау	11,401	0,001	-3,577	53	0,001	-14,10743	3,94378	-22,01765	-6,19720	
			-3,476	38,483	0,001	-14,10743	4,05901	-22,32108	-5,89378	
Басқаларды қабылдау	0,003	0,954	-8,441	53	0,000	-14,19496	1,68170	-17,56803	-10,82189	
			-8,513	52,897	0,000	-14,19496	1,66735	-17,53939	-10,85053	
Эмоционалды жайлылық	5,178	0,027	-8,225	53	0,000	-13,82493	1,68085	-17,19629	-10,45358	
			-8,042	42,186	0,000	-13,82493	1,71906	-17,29368	-10,35619	
Эмоционалдық дискомфорт	3,079	0,085	1,852	53	0,070	4,26127	2,30068	-0,35331	8,87586	
			1,817	44,068	0,076	4,26127	2,34534	-0,46524	8,98778	
Ішкі бақылау	0,860	0,358	-10,352	53	0,000	-27,35942	2,64292	-32,66045	-22,05838	
			-10,284	50,375	0,000	-27,35942	2,66029	-32,70178	-22,01705	
Сыртқы бақылау	2,543	0,117	3,437	53	0,001	10,85279	3,15799	4,51865	17,18692	
			3,399	48,471	0,001	10,85279	3,19271	4,43502	17,27055	
Үстемдік	0,875	0,354	-2,853	53	0,006	-6,02255	2,11107	-10,25682	-1,78827	
			-2,982	34,929	0,005	-6,02255	2,01977	-10,12320	-1,92189	
Бағыну	0,009	0,923	-3,989	53	0,000	-5,53316	1,38722	-8,31556	-2,75075	
			-3,988	52,320	0,000	-5,53316	1,38742	-8,31682	-2,74950	
Мәселеден қашу	0,021	0,885	-2,482	53	0,016	-3,89125	1,56780	-7,03587	-0,74663	
			-2,473	51,453	0,017	-3,89125	1,57325	-7,04900	-0,73349	

Ескерту: Р.Даймонд - К.Роджерстің әлеуметтік-психологиялық бейімделу сауалнамасы (2025) негізінде құрастырылған.

Ал эксперименталды топта адаптация деңгейінің төмен болуы сарбаздардың өзін-өзі және басқаларды қабылдауына кері әсерін тигізеді, сарбаздар өз қабілеттеріне сенімсіздікпен қарап, ұжым мүшелеріне сенім арту, серіктесті қабылдау деңгейі де төмен болады. Эксперименталды топтың сарбаздары өздерін жаңа ортада жайлы сезінбегендіктен, мазасыздық, ішкі кернеу немесе бейімделудегі қиындықтар эмоционалды комфортты да төмендетеді. Зерттеуден алынған нәтижелер әскери борышын өтеп жүрген сарбаздардың әлеуметтік-психологиялық бейімделу мәселесі өзекті екендігін көрсетеді. Әскери борышын өтеп жүрген сарбаздар міндеттерін табысты орындап, ұзақ мерзімді тұлғааралық және тұлғаішілік қақтығыстарға жол бермей, өзіне жеткілікті екенін сезініп, қызмет атқару барысында шығармашылық қабілеттерін танытқан жағдайда ғана, оны сәтті бейімделген деп санауға болады. Сарбаздардың «Әскери өмірге бейімделуі сәтті өту үшін шетелдерде арнайы бағдарламалар өңделген (Неронова, 2014).

Америка Құрама Штаттарында бейімделу мен психологиялық тұрақтылықты нығайтуға бағытталған бірнеше бағдарламалар бар. Мысалы, әскери қызметшілердің эмоционалды, физикалық және психологиялық жүктемелерге бейімделуін қамтамасыз ету мақсатында әзірленген «Comprehensive Soldier & Family Fitness» (Gottman et al., 2011), бағдарламасы және қызмет кезеңінде стресс жағдайларымен тиімді күресіп, психологиялық тұрақтылықты дамытуға бағытталған «Operational Stress Control and Readiness (OSCAR) бағдарламасы кеңінен қолданылады (Martin et al., 2006). Мұндай бағдарлар жалпы шетелде өте көп қарастырылған (Yu et al., 2016).

Сондай ақ әскери өмір салты әскери қызметкерлердің отбасылары үшін айтарлықтай қиындықтар туғызуы да мүмкін. АҚШ-та өңделген «Military Family Fitness Model – MFFM моделі – отбасының өмір бойы физикалық дайындық пен тұрақтылығын арттыруға бағытталған кешенді тұжырымдама болып табылады. Модельдің мақсаты – әскери қызметшілер мен олардың отбасы мүшелеріне, сондай-ақ басшылар мен медициналық мамандарға отбасы денсаулығын, төзімділігін және өмір сапасын сақтау мен нығайту бойынша әдістемелік негіз ұсыну. Сонымен қатар, бұл модель тек әскери отбасылармен шектелмей, жалпы кез келген отбасының физикалық және психологиялық әл-ауқатын арттыруда қолдануға болатын әмбебап құрал ретінде қарастырылады (Fei Cao et al., 2023).

Қорытынды

Зерттеу нәтижелері әскери борышын өтеп жүрген сарбаздардың әлеуметтік-психологиялық бейімделу процесінде мазасыздықтың маңызды рөл атқаратынын көрсетті. Эксперименталды топтағы қатысушылар арасында тұлғалық мазасыздық деңгейінің жоғары болуы олардың бейімделу тиімділігін төмендетіп, эмоционалды тұрақсыздық пен ішкі дискомфорттың күшеюіне әкеледі. Мұндай сарбаздар көбіне бейімделмейтін копинг-стратегияларды, әсіресе «мәселеден қашу» тәсілін қолдануға бейім келеді. Мазасыздық деңгейінің өсуі сарбаздардың қоршаған ортаны шамадан тыс бақылауға ұмтылуына, сенімсіздік пен психологиялық кернеудің артуына ықпал етеді. Бұл жағдайлар әскери ұжымдағы өзара қарым-қатынастың күрделенуіне, өзіндік бағалаудың төмендеуіне және әлеуметтік оқшаулануға алып келеді.

Демек, тұлғалық мазасыздық сарбаздардың психологиялық бейімделуін қиындататын, олардың эмоционалдық және әлеуметтік тұрақтылығын әлсірететін негізгі факторлардың бірі болып табылады. Бұл нәтижелер әскери қызметкерлердің психологиялық тұрақтылығын арттыру және бейімделу деңгейін жақсарту мақсатында мақсатты психопрофилактикалық және психокоррекциялық жұмыстарды ұйымдастырудың қажеттілігін айқындайды. Зерттеуден алынған нәтижелерге сүйене отырып әскери ортада әлеуметтік-психологиялық бейімделуді арттыру мен мазасыздықты төмендетуге бағытталған практикалық ұсыныстар әзірленді:

1. Әскери бөлімдерде сарбаздардың бейімделу кезеңінде тұлғалық және жағдайлық мазасыздық деңгейін анықтауға арналған психодиагностикалық тексерулер жүйелі түрде өткізілуі қажет. Бұл деректер тәуекел тобына жататын сарбаздарды ерте анықтауға мүмкіндік береді.

2. Мазасыздық деңгейі жоғары сарбаздар үшін психологиялық релаксация, өзін-өзі реттеу, тыныс алу және визуализация әдістерін қамтитын арнайы түзету бағдарламалары ұйымдастырылуы тиіс.

3. Әскери ортада өзара қолдау мен сенім атмосферасын қалыптастыруға бағытталған топтық тренингтер өткізу тиімді.

4. Командирлер сарбаздардың эмоционалдық жағдайын бақылап, мазасыздықтың белгілерін (жеке оқшаулану, шамадан тыс кернеу, қақтығыстардан қашу) уақтылы байқай білуі және тиісті психологиялық көмек көрсетуге бағытталуы тиіс.

5. Мазасыздық деңгейі жоғары сарбаздармен жеке және шағын топтар форматында жүйелі психологиялық кеңес беру жұмыстары жүргізілуі қажет.

Авторлардың қосқан үлесі:

Мақаланың түпнұсқалық алғашқы нұсқасын дайындау және шыққан нәтижелерге сипаттамалық талдау: Г.Ш. Ақымбек

Мәтін жазу, шолу және редакциялау: А.А. Медетбекова

Тұжырымдамалау, формалды талдау: Ж.К. Курмангалиева

Зерттеу деректерін жинау: З.Ж. Шахарбаева

Әдебиеттер тізімі

Bell P.A., Green T., Fisher J.D., Baum A. (1996). *Environmental Psychology*. Harcourt Brace College Publishers. – С. 101-128.

Fei Cao, Bingbing Wang and Juan Li et al. (2023). Resilience and anxiety of new recruits in the Chinese military during COVID-19: Social support as a mediator. *soc behav pers*. Vol. 51(9):1-11. DOI: 10.2224/sbp.12638.

Gottman J.M., Gottman J.S., Atkins C.L., (2011). The Comprehensive Soldier Fitness program: family skills component. *Am Psychol*. Jan; 66(1), pp. 50-52. doi: 10.1037/a0021706. PMID: 21219048.

Martin P.D., Williamson, D.A., Alfonso, A.J., Ryan D.H. (2006). Psychological adjustment during army basic training. *Military Medicine*, 171(2), pp. 157–160. <https://doi.org/10.7205/MILMED.171.2.157>.

Morgan, M. A., O’Gallagher, K., Kelber, M. S., Garvey Wilson, A. L., Belsher, B. E., & Evatt, D. P. (2023). Adjustment disorder in US service members: factors associated with early separation. *Military Medicine*, 188(7-8), e1501-e1507.

Nardi C, Lichtenberg P, Kaplan Z. (1994). Adjustment disorder of conscripts as a military phobia. *Mil Med*. Sep;159(9):612-6. PMID: 7800178. pp. 405-410.

Pamela Davis Martin, Donald A. (2006). Williamson, Anthony J. Alfonso, Donna H. Ryan, Psychological Adjustment during Army Basic Training, *Military Medicine*, Volume 171, Issue 2, February. - pp. 157-160, <https://doi.org/10.7205/MILMED.171.2.157>.

Xiao, L., Han, J., & Han, J. (2011). The adjustment of new recruits to military life in the Chinese army: The longitudinal predictive power of MMPI-2. *Journal of Career Assessment*, 19(4), 392-404.

Yu Y, Peng L, Liu B, Liu Y, Li M, Chen L, Xie J, Li J, Li J. (2016). The effects of anxiety and depression on stress-related growth among Chinese army recruits: Resilience and coping as mediators. *J Health Psychol*. Sep;21(9):1884-95. doi: 10.1177/1359105314567769. Epub 2015 Jan 28. PMID: 25631664.

Белецкая О.К. (2012). Психологические особенности адаптивности военнослужащих контрактной службы //Вестник Воронежского государственного технического университета. № 10-2. - С. 181-184.

Березина Т.Н. (2003). Пространственно-временные особенности внутреннего мира личности. Диссертация на соискание ученой степени доктора психологических наук / Москва. – С. 45-56.

Бушуев А.Ю., Федосеева И.А. (2020). Профессионально мотивационная адаптация военнослужащих в условиях учебного центра //Международный научно-исследовательский журнал. № 5 (95), ч. 3. - С. 78-81.

Гемешлиев Ф.К. Психологические модели и технология интегративной оценки копинг поведения специалистов экстремального профиля: дис. канд. психол. наук. - СПб.: С.-Петербург. гос. унт ГПС МЧС России. - С. 180-190.

Дьяченко М.И. (1974). Психологический анализ боевой деятельности советских воинов. М.: ВПА. – С.15-18.

Егоров Л.Г. (1975). Социальная адаптация молодежи в социалистических воинских коллективах: (Социологический анализ): [Автореферат кандидатской диссертации]. М. - С. 10-15.

Кожогелдиева, К. М., & Кожогелдиев, А. С. (2019). Социально-психологическая сущность адаптации молодого пополнения к военной службе. *Проблемы науки*, (8 (44)), 47-52.

Корехова М.Ф. (2013). Факторы психической дезадаптации специалистов экстремального профиля деятельности. – дис. кан. псих. наук. – СПб. - С. 15-28.

Корытков В.А. (2018). Педагогическая концепция профессиональной адаптации военнослужащих: композиционное построение //Сибирский педагогический журнал. №6. – С. 77-85.

Миллер Л.В. (2014). Взаимосвязь психологического благополучия и адаптации к вузу студентов с опытом психотравмирующего события //Психологическая наука и образование psyedu.ru, Т.6, №1. – С. 155-168.

Митрахович В.А. (2012). Педагогическая концепция формирования профессионализма военнослужащих контрактной службы в условиях воинского социума. – дис. докт. пед. наук. – Волгоград. - С. 205-210.

Мухаметжанов А.М., Смагулов Н.К., Жаутикова С.Б., Абикинова Ф.С., Есимова Р.Ж., Быстревская Л.К., Аринова С.М., Иманбаева Г.Н., Кенжебекова С.Б., (2012). Особенности адаптации военнослужащих в процессе прохождения воинской службы //Современные проблемы науки и образования. №3. – <https://science-education.ru/ru/article/view?id=6448>.

Неронова О. Э. (2014). Специфика адаптации военнослужащих к службе в армии //Вестник ВГТУ. №3. – С. 2-8.

Позднякова Н.А. (2015). Профилактика дезадаптированности военнослужащих по контракту //Педагогическое образование в России. - №11. – С. 120-124.

Приступа И.В. (2012). Факторы социально психологической адаптации военнослужащих по призыву различных возрастных групп в условиях армии //Вестник Бурятского государственного университета. Образование. Личность. Общество № 1. – С. 118-126.

Г.Ш. Акымбек¹, А.А. Медетбекова*², Ж.К. Курмангалиева³,
З.Ж. Шахарбаева⁴

^{1,4}Международный университет Астана, Казахстан

^{2,3}Esil University, Астана, Казахстан

Влияние уровня тревожности на социально-психологическую адаптацию солдат, проходящих воинскую службу

Аннотация. Высокий уровень тревожности у солдат, проходящих воинскую службу, значительно усложняет процессы социально-психологической адаптации, приводит к снижению стрессоустойчивости, ухудшению межличностного взаимодействия и снижению эффективности выполнения воинских обязанностей. Как следствие, среди солдат может усиливаться психоэмоциональная нестабильность, повыситься частота дисциплинарных нарушений и конфликтов. В связи с этим в статье исследуется влияние уровня тревожности на социально-психологическую адаптацию солдат, проходящих военную службу. В исследовании использовались «шкала диагностики ситуативной и личностной тревожности» Р. Спилбергера и Ю. Ханина, а также опросник социально-психологической адаптации Р. Даймонда и К. Роджерса. Результаты экспериментального исследования показали, что высокий уровень личностной тревожности коррелирует с нарушением социально-психологической адаптации солдат ($r=0,502$; $p=0,01$), усилением эмоционального дискомфорта ($r=0,413$; $p = 0,05$) и увеличением неадаптивных копинг-стратегий (особенно тактики побега от проблемы) ($r = 0,398$; $p = 0,05$). Кроме того, по мере повышения уровня тревожности солдаты пытаются чрезмерно контролировать окружающую среду, что приводит к росту их внутренней неуверенности и психологического напряжения. Результаты исследования доказывают, что личностная тревожность является важным фактором, усиливающим дезадаптацию солдат и ослабляющим их психологическую устойчивость. Полученные данные имеют экспериментальное значение для совершенствования программ психологической поддержки и адаптации в военной среде.

Ключевые слова: военная адаптация, военный долг, личностная тревожность, социально-психологическая адаптация, эмоциональный дискомфорт, психологическая устойчивость, копинг стратегия.

G.Sh. Akymbek¹, A.A. Medetbekova*², Zh.K. Kurmangalieva³,
Z.Zh. Shakharbayeva⁴

^{1,4}Astana International University, Kazakhstan

^{2,3}Esil University, Astana, Kazakhstan

The effect of anxiety levels on the socio-psychological adaptation of soldiers undergoing military service

Abstract. The high level of anxiety among soldiers undergoing military service significantly complicates the processes of socio-psychological adaptation, leading to a decrease in stress tolerance, interpersonal interaction, and effective performance of military duties. As a result, Psychoemotional instability may increase among soldiers, and the frequency of disciplinary violations and conflicts may increase. In this regard, the article examines the effect of anxiety levels on the socio-psychological adaptation of soldiers undergoing military service. In the study by R. Spielberger and Yu. The "scale of diagnosis of situational and personal anxiety" by Khanin and the questionnaire of socio-psychological

adaptation by R. Diamond and K. Rogers were used. The results of the experimental study showed that a high level of personal anxiety correlates with impaired socio-psychological adaptation of soldiers ($r=0.502$; $p=0.01$), increased emotional discomfort ($r=0.413$; $p = 0.05$), and an increase in maladaptive coping strategies (especially escape tactics) ($r = 0.398$; $p = 0.05$ - I do not know. In addition, as the level of anxiety increases, soldiers try to overly control the environment, which leads to an increase in their internal insecurity and psychological stress. The results of the study prove that personal anxiety is an important factor that enhances the maladaptation of soldiers and weakens their psychological stability. The data obtained have experimental significance for improving psychological support and adaptation programs in the military environment.

Keywords: military adaptation, military duty, personal anxiety, socio-psychological adaptation, emotional discomfort, psychological stability, coping strategy.

References

Beletskaya O.K. (2012). Psikhologicheskie osobennosti adaptivnosti voennosluzhashchikh kontraktnoi sluzhby. [Psychological features of the adaptability of military personnel in the contract service], Vestnik Voronezhskogo gosudarstvennogo tekhnicheskogo universiteta, No. 10-2. pp. 181-184. [in Russian].

Bell P.A., Greene T., Fisher J.D., Baum A. (1996). Environmental psychology. Fort Worth, TX: Harcourt Brace College Publishers. pp. 101-128.

Berezina T.N. (2003). Prostranstvenno-vremennye osobennosti vnutrennego mira lichnosti [Spatial and temporal features of the inner world of a personality], (Dissertatsiya doktora psikhologicheskikh nauk). M. – pp. 45-56.

Bushuev A.Yu., Fedoseeva I.A. (2020). Professional'no-motivatsionnaya adaptatsiya voennosluzhashchikh v usloviyakh uchebnogo tsentra. [Professional and motivational adaptation of military personnel in a training center], Mezhdunarodnyi nauchno-issledovatel'skii zhurnal, 5(95, Pt. 3). pp. 78-81. [in Russian].

Cao, F., Wang, B., Li, J., & Yang, Z. (2023). Resilience and anxiety of new recruits in the Chinese military during COVID-19: [Social support as a mediator], Social Behavior and Personality: an international journal, 51(9), 1-11. [in Russian].

Cao, F., Wang, B., Li, J., et al. (2023). Resilience and anxiety of new recruits in the Chinese military during COVID-19: Social support as a mediator. Social Behavior and Personality, 51(9), pp. 1-11. <https://doi.org/10.2224/sbp.12638>

Dyachenko, M.I. (1974). Psikhologicheskii analiz boevoi deyatel'nosti sovetskikh voinov. [Psychological analysis of the combat activity of Soviet soldiers], M: VPA. – pp. 15-18. [in Russian].

Egorov L.G. (1975). Sotsial'naya adaptatsiya molodezhi v sotsialisticheskikh voinskikh kolektivakh: Sotsiologicheskii analiz [Social adaptation of youth in socialist military collectives: (Sociological analysis)], (Avtoreferat dissertatsii kandidata sotsiologicheskikh nauk). M. – pp. 10-15. [in Russian].

Gemeshliev F.K. (2011). Psikhologicheskie modeli i tekhnologii integrativnoi otsenki koping-povedeniya spetsialistov ekstremal'nogo profilya (Dissertatsiya kandidata psikhologicheskikh nauk). [Psychological models and technology of integrative assessment of coping behavior of extreme specialists], Saint Petersburg: Sankt-Peterburgskii universitet GPS MChS Rossii. pp. 180-190. [in Russian].

Gottman J.M., Gottman, J.S., Atkins, C.L. (2011). The Comprehensive Soldier Fitness program: Family skills component. American Psychologist, 66(1), pp. 50-52. <https://doi.org/10.1037/a0021706>.

Korekhova M.F. (2013). Faktory psikhicheskoi dezadaptatsii spetsialistov ekstremal'nogo profilya deyatel'nosti (Dissertatsiya kandidata psikhologicheskikh nauk). [Factors of mental maladaptation of specialists of extreme activity profile], Saint Petersburg. No. 10. pp. 15-28. [in Russian].

Korytkov V.A. (2018). Pedagogicheskaya kontseptsiya professional'noi adaptatsii voennosluzhashchikh: Kompozitsionnoe postroyeniye. [Pedagogical concept of professional adaptation of military personnel: compositional structure], Sibirskii pedagogicheskii zhurnal, (6). pp. 77-85. [in Russian].

Kozhogeldieva, K. M., & Kozhogeldiev, A. S. (2019). Sotsialno-psikhologicheskaya sushchnost adaptatsii molodogo popolneniya k voennoy sluzhbe. [The socio-psychological essence of the adaptation of young recruits to military service], *Problemy nauki*, (8 (44)), 47–52. [in Kazakh].

Martin P.D., Williamson, D.A., Alfonso, A.J., Ryan D.H. (2006). Psychological adjustment during army basic training. *Military Medicine*, 171(2), pp. 157–160. <https://doi.org/10.7205/MILMED.171.2.157>

Miller, L.V. (2014). Vzaimosvyaz' psikhologicheskogo blagopoluchiya i adaptatsii k vuzu studentov s opytom psikhotravmiruyushchego sobytiya. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie*, [The relationship of psychological well-being and university adaptation of students with the experience of a traumatic event], 6(1). pp. 155–168.

Mitrakhovich V.A. (2012). Pedagogicheskaya kontsepsiya formirovaniya professionalizma voennosluzhashchikh kontraktnoi sluzhby v usloviyakh voinskogo sotsiuma [The pedagogical concept of forming the professionalism of contract servicemen in a military society], (Dissertatsiya doktora pedagogicheskikh nauk). Volgograd.- pp. 205-210. [in Russian].

Morgan, M. A., O'Gallagher, K., Kelber, M. S., Garvey Wilson, A. L., Belsher, B. E., & Evatt, D. P. (2023). Adjustment disorder in US service members: factors associated with early separation. *Military Medicine*, 188(7-8), e1501-e1507.

Mukhametzhannov A.M., Smagulov N.K., Zhautykova S.B., Abikenova F.S., Esimova R.Zh., Bystrevskaya L.K., Arinova S.M., Imanbaeva G.N., Kenzhebekova S.B. (2012). Osobennosti adaptatsii voennosluzhashchikh v protsesse prokhozheniya voinskoi sluzhby. [Peculiarities of adaptation of military personnel in the process of military service], *Sovremennye problemy nauki i obrazovaniya*, (3). Retrieved from <https://science-education.ru/ru/article/view?id=6448>. [in Kazakh].

Nardi C., Lichtenberg P., Kaplan Z. (1994). Adjustment disorder of conscripts as a military phobia. *Military Medicine*, 159(9), pp. 612–616.

Neronova O. E. (2014). Spetsifika adaptatsii voennosluzhashchikh k sluzhbe v armii. [The specifics of military personnel's adaptation to military service], *Vestnik Voronezhskogo gosudarstvennogo tekhnicheskogo universiteta*, (3), pp. 2–8.

Pozdnyakova N.A. (2015). Profilaktika dezadaptirovannosti voennosluzhashchikh po kontraktu. [Prevention of maladaptation of military personnel under contract], *Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii*, (11). pp. 120-124. [in Russian].

Pristupa I.V. (2012). Faktory sotsial'no-psikhologicheskoi adaptatsii voennosluzhashchikh po prizyvu razlichnykh vozrastnykh grupp v usloviyakh armii. *Vestnik Buryatskogo gosudarstvennogo universiteta*, [Factors of socio-psychological adaptation of conscripted military personnel of various age groups in the army], (1), pp. 118-126.

Xiao, L., Han, J., & Han, J. (2011). The adjustment of new recruits to military life in the Chinese army: The longitudinal predictive power of MMPI-2. *Journal of Career Assessment*, 19(4), 392-404

Yu Y., Peng L., Liu B., Liu Y., Li M., Chen L., Xie J., Li J. (2016). The effects of anxiety and depression on stress-related growth among Chinese army recruits: Resilience and coping as mediators. *Journal of Health Psychology*, 21(9), pp. 1884–1895. <https://doi.org/10.1177/1359105314567769>

Авторлар туралы мәлімет:

Ақымбек Г.Ш. – PhD докторант, аға оқытушы, Астана халықаралық университеті, Қабанбай батыр көшесі 8, Астана, Қазақстан. E-mail: agulazira@gmail.ru

Медетбекова А.А. – хат-хабар авторы, PhD докторант, аға оқытушы, Esil University, А.Жұбанов көшесі 7, Астана, Қазақстан. E-mail: medetbekova.a@esil.edu.kz

Құрманғалиева Ж.К. – PhD докторант, аға оқытушы, Esil University, А.Жұбанов көшесі, 7, Астана, Қазақстан. E-mail: shade82@mail.ru

Шахарбаева З.Ж. – п.ғ.кандидаты, доцент, Астана халықаралық университеті, Қабанбай батыр көшесі 8, Астана, Қазақстан. E-mail: zamashah21@mail.ru

Сведения об авторах:

Акымбек Г.Ш. – докторант PhD, старший преподаватель, Международный университет Астана, 010000, ул. Кabanбай батыра 8, Астана, Казахстан. E-mail: agulazira@gmail.ru

Медетбекова А.А. – автор для корреспонденции, докторант PhD, старший преподаватель, Esil University, 010005, ул. А.Жубанова 7, Астана, Казахстан. E-mail: medetbekova.a@esil.edu.kz

Курмангалиева Ж.К. – докторант PhD, старший преподаватель, Esil University, 010005, ул. А.Жубанова 7, Астана, Казахстан. E-mail: shade82@mail.ru

Шахарбаева З.Ж. – к.п.с.н., доцент, Международный университет Астана, 010000, улица Кabanбай батыра 8, Астана, Казахстан. E-mail: zamashah21@mail.ru

Information about authors:

Akymbek G.Sh. – PhD doctoral student, Senior lecturer, Astana International University, Republic of Kazakhstan, 010000 Astana, Kabanbai Batyr Street 8. E-mail: agulazira@gmail.ru

Medetbekova A.A. – corresponding author, PhD doctoral student, Senior lecturer, corresponding author, Esil University, 7 A. Zhubanova str., Astana, 010005, Republic of Kazakhstan. E-mail: medetbekova.a@esil.edu.kz

Kurmangalieva Zh.K. – PhD doctoral student, Senior lecturer, Department of Social Work and Tourism, Esil University, Astana, Kazakhstan; e-mail: shade82@mail.ru.

Shakharbayeva Z.Zh. – PhD, Associate Professor, Astana International University, Republic of Kazakhstan, 010000 Astana, Kabanbai Batyr Street 8. E-mail: zamashah21@mail.ru