

## АНТОЛОГИЯ НАУЧНЫХ РАБОТ СОТРУДНИКОВ ИНСТИТУТА ПСИХОЛОГИИ РАН

### ВЛИЯНИЕ ДЛИТЕЛЬНОГО АВТОНОМНОГО ПЛАВАНИЯ НА ИЗМЕНЕНИЯ ЛИЧНОСТНОГО ПРОФИЛЯ И ЕГО ВОССТАНОВЛЕНИЕ В ПЕРИОД ПОСЛЕПОХОДОВОГО ОТДЫХА <sup>1</sup>

© 2019 г. А. А. Алдашева

*Доктор психологических наук, ведущий научный сотрудник;  
Институт психологии РАН; г. Москва  
E-mail: aigulmata@mail.ru*

В статье рассматривалась проблема сохранения психологического здоровья и восстановления работоспособности плавсостава. Изучалась динамика психологического статуса судовых специалистов в период послепоходового отдыха. Показано, что при сравнении личностных профилей двух экипажей были получены различия по фактору «Эмоциональной устойчивости» в начале отдыха, в конце экипажи дискриминируются по показателю «Эмоциональной напряженности». Полученные результаты позволили сделать заключение о том, что треть судовых специалистов не нуждаются в реабилитационном отдыхе, примерно половина судовых специалистов восстанавливают функциональное состояние в процессе реабилитации, а 25% специалистов должны проходить реабилитацию и коррекцию функционального состояния по индивидуальной программе.

*Ключевые слова:* функциональные состояния, изолированные коллективы, восстановление, психологическое здоровье, реабилитация, плавсостав.

---

<sup>1</sup> Статья опубликована в сборнике научных трудов: Медико-физиологические аспекты реабилитации плавсостава : материалы ежегодной научно-практической конференции реабилитации плавсостава ; Латв. мор. пароходство. – Рига : [б. и.], 1990.-С. 40-43.

Специфика жизнедеятельности судовых специалистов заключается в длительном пребывании в условиях ограниченного пространства, однообразии межличностного взаимодействия, монотонности обстановки, а также в своеобразии физической среды обитания.

В доступной нам литературе по изучению различных профессиональных групп, работающих в экстремальных условиях внешней среды, показано, что моряки лишь 1/3 года живут на берегу, остальное время находятся в море, в дали от дома, привычной жизни, что сопровождается утратой человеком приобретённых психических связей. Динамика межличностного взаимодействия между членами изолированного коллектива имеет общие закономерности, а своеобразие каждой отдельной группы определяется ее организационной структурой и направленностью (Парохин, 1973; Лебедев, 1979; Широкова, 1982). Мы исходили из представления, что формирование и реализация индивидуальных программ поведения в малых группах корригируется обще групповой программой (Волков, 1978; Антипина, 1982). В тоже время личностные качества каждого члена коллектива вносят свой «вклад» в формирование группового сознания (Вичев, 1978).

Установлено, что у лиц, работающих в экстремальных условиях среды и частичной социальной изоляции, к концу экспедиции четко прослеживаются изменения функционального состояния (Василевский, Сороко, Богословский, 1978). В связи с этим в основу настоящего исследования положено изучение активационных компонентов, обуславливающих направленность и степень реализации потенциальных возможностей звеньев системного ответа функционального состояния (Медведев 1988). Наряду с рассмотрением эмоционально – волевых качеств личности, непосредственно задающих направленность в формировании

функционального состояния, мы считаем важным изучение коммуникативных свойств личности.

Известно, что общение всегда носит эмоциональное отношение (Ломов, 1984), оно может играть двоякую роль – организующую либо дезорганизующую – в изолированных коллективах (Китаев-Смык, 1983), что очень важно в понимании динамики функционального состояния людей, работающих в экстремальных условиях внешней среды.

Основной целью данного исследования явилось изучение динамики психологического статуса судовых специалистов в период послепоходового отдыха. В исследовании участвовали 55 высококвалифицированных специалистов. Первый экипаж условно обозначен 881 и состоял из 31 специалиста, второй – 892 и состоял из 24 человека. Исследования проводились в начале и в конце послепоходового отдыха. Свойства личности определялись по опроснику Кеттелла (форма С). Экспериментальный материал обрабатывали по программе сравнения средне групповых показателей, линейного корреляционного и дискриминантного анализа. Анализировали статистически достоверные показатели при  $p < 0.05$ . Рассмотрение психологического статуса судовых специалистов экипажа 881 в начале и в конце послепоходового отдыха показало, что в начале отдыха наблюдалась акцентуация в межличностном общении, психоэмоциональное напряжение, приводящее к стереотипизации поведения. В конце отдыха отмечалась тенденция к активному поиску взаимодействия, межличностных отношений, появилась включенность фактора эмоциональной чувствительности в корреляционные отношения между личностными показателями. Дискриминантный анализ показал, что между двумя измеряемыми функциональными состояниями в начале и в конце послепоходового отдыха имеются достоверные различия по четырем показателям. Наибольший удельный вес дискриминации получил показатель «Тревожность» ( $F=5,17$ ), вторым оказался фактор

«Конформность» ( $F=4,03$ ), третьим выделен фактор «Практический интеллект» ( $F=3,4$ ), наименьшее дискриминирующая функция у фактора «Эмоциональная устойчивость» ( $F=3,0$ ).

Индивидуальный анализ результатов дискриминантного анализа показал, что пять членов экипажа 881 уже вначале послепоходового отдыха имели личностный профиль, соответствующий концу реабилитации. Соответственно, дискриминантная функция идентифицировала их как принадлежащих ко второй группе. Напротив, других пять человек, данная процедура отнесла из второй группы в первую. Это свидетельствует о том, что у них не наблюдалось положительная динамика функционального состояния за период послепоходового отдыха.

Для экипажа 892 была характерна смелость и самостоятельность в личностном общении, независимость от групповых решений, формирования общения на формальной основе, а также эмоциональная напряженность.

Результаты дискриминантного анализа показали различия между исходным функциональным состоянием и его динамикой в конце реабилитации лишь по одному фактору «Эмоциональной устойчивости» ( $F=4,39$ ). Вероятность отнесения личностных профилей соответствующим функциональным состояниям равна 70%.

Сравнение личностных профилей двух экипажей показал, что они различаются в начале отдыха по фактору «Эмоциональной устойчивости» ( $F=3,4$ ) примерно с вероятностью 70%. В конце послепоходового отдыха экипажи дискриминируются по показателю «Эмоциональной напряженность» с вероятностью 75%. В конце отдыха всем судовым специалистам предлагалось ответить на два вопроса: 1. Предпочитаете ли Вы послепоходовый отдых с экипажем или вне его? 2. Отдых с семьей или без нее?

Анализ опроса показал, что лица в обоих экипажах, чьи профили в начале послепоходового отдыха соответствовали функциональному

состоянию конца реабилитационного отдыха, оценивали данное мероприятие как обязательное с экипажем и членами семьи. Напротив, лица, не имеющие положительной динамики функционального состояния в процессе послепоходового отдыха, предпочитают проводить его в условиях санаторно-курортного лечения и вне экипажа, а 50% этих людей считают, что семья мешает послепоходовому восстановлению.

Таким образом, результаты обследования показали, что 25 – 30% судовых специалистов не нуждаются в активной реабилитационной процедуре, примерно 40-50% лиц хорошо восстанавливают функциональное состояние в условиях базы отдыха, а 25 – 30% специалистов должны проходить реабилитацию и коррекцию функционального состояния по индивидуальной программе.

Необходимо разбить послепоходовый отдых на три этапа: первый – 5 дней для определения индивидуального маршрута реабилитации; второй – проведение общей индивидуальной коррекции; третий – 5 – 7 дней для продолжения коррекции и подготовки функционального состояния судовых специалистов к началу трудовой и профессиональной деятельности.

#### ЛИТЕРАТУРА

- Антипина Г. С.* Теоретико-методологические проблемы исследования малых социальных групп Л.: ЛГУ, 1982.
- Василевский Н. Н., Сороко С. И., Богословский М. М.* Психофизиологические аспекты адаптации человека в Антарктиде. Л., 1978.
- Вичев В.* Мораль и социальная психика. М.: Прогресс, 1978.
- Волков И. П.* Социальная психология малых групп и коллективов: автореф. дис. ... докт. психол. наук. Л., 1978.
- Китаев-Смык Л. А.* Психология стресса. М.: Наука, 1983.
- Лебедев В. И.* Психогенные факторы некоторых измененных условий существования // Вопросы психологии. 1979. № 5. С. 62-71.

Ломов Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Наука, 1984.

Медведев В. И. Функциональные состояния головного мозга человека // Механизмы деятельности человека. Л.: Наука, 1988. С. 300-357.

Парохин В. Н. Социально-психологическое исследование личности и группы в условиях отрыва от адаптивной социальной среды: дис. ... канд. психол. наук. Л., 1973.

Широкова И. К. Межличностное взаимодействие в изолированной группе (на примере экипажей транспортных судов морского флота): дис. ... канд. психол. наук. Л., 1982.

Статья поступила в редакцию: 05.06.2019. Статья опубликована: 30.06.2019.

## **THE EFFECT OF A LONG AUTONOMOUS SWIMMING ON CHANGES TO A PERSONAL PROFILE AND ITS RESTORATION DURING A POST-ANT REST**

**© 2019 Aigul A. Aldasheva**

*Doctor of Sciences (Psychology), Leading researcher;  
Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, Moscow  
E-mail: aigulmama@mail.ru*

The article addressed the problem of preserving psychological health and restoring the performance of the crew. The dynamics of the psychological status of the ship's specialists during the post-holiday rest was studied. It is shown that when comparing the personal profiles of the two crews, differences in the "Emotional Resilience" factor at the beginning of the rest were obtained, at the end, the crews were discriminated by the "Emotional Tension" indicator. The results obtained allowed to conclude that about a third of ship specialists do not need rehabilitation rest, about half of ship specialists restore their functional state during the rehabilitation process, and 25% of specialists should undergo rehabilitation and correction of the functional state according to an individual program.

*Keywords:* functional states, isolated teams, recovery, psychological health, rehabilitation, navigation personnel.

## REFERENCES

- Antipina, G.S. (1982). Teoretiko-metodologicheskie problemy issledovaniya malyx socialnyx grupp [Theoretical and methodological problems of research of small social groups]. Leningrad: LGU.
- Vasilevskij, N.N., Soroko S.I., Bogoslovskij, M. M. (1978). Psixofiziologicheskie aspekty` adaptacii cheloveka v Antarktide [Psychophysiological aspects of human adaptation in Antarctica.]. Leningrad.
- Vichev, V. (1978). Moral i socialnaya psixika [Moral and social psyche]. Moscow: Progress.
- Volkov, I.P. (1978). Socialnaya psixologiya malyx grupp i kollektivov. Avtoreferat dissertacii na soisk. uch. step, doktora psixologicheskix nauk [Social psychology of small groups and groups. Abstract of thesis on the application. uch. Step, Doctor of Psychological Sciences.]. Leningrad: LGU.
- Kitaev-Smyk, L.A. (1983). Psixologiya stressa [Stress of psychology]. Moscow: Nauka.
- Lebedev, V.I. (1979). Psixogenny`e faktory` nekotory`x izmenenny`x uslovij sushhestvovaniya [Psychogenic factors of some modified living conditions]. *Voprosy` psixologii [Psychology issues]*, 5, 62-71.
- Lomov, B.F. (1984). Metodologicheskie i teoreticheskie problemy` psixologii [Methodological and theoretical problems of psychology]. Moscow : Nauka.
- Medvedev, V.I. (1988). Funkcionalnye sostoyaniya golovного mozga cheloveka [Functional states of the human brain]. Mexanizmy deyatelности cheloveka [Mechanisms of human activity]. Leningrad: Nauka, p. 300-357.
- Paroxin, V.N. (1973). Socialno-psixologicheskoe issledovanie lichnosti i gruppy` v usloviyax otryva ot adaptivnoj socialnoj sredy: dis. kand. psixol. nauk [Socio-psychological study of personality and group in terms of separation from the adaptive social environment: dis. Cand. psychol. sciences].Leningrad.

Shirokova, I.K. (1982). *Mezhlichnostnoe vzaimodejstvie v izolirovannoj grupe (na primere e`kipazhej transportny`x sudov morskogo flota)*. Dis. ... kand.psichol.nauk [Interpersonal interaction in an isolated group (for example, the crews of transport vessels of the navy). Dis. Ph.D]. – Leningrad: LGU.

The article was received: 05.06.2019. Published online: 30.06.2019

Библиографическая ссылка на статью:

Алдашева А.А. Влияние длительного автономного плавания на изменения личностного профиля и его восстановление в период послепоходового отдыха // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. 2019. Т. 4. № 2. С. 203-210.

Aldasheva, A.A. (2019). *Vliyaniye dlitel'nogo avtonomnogo plavaniya na izmeneniya lichnostnogo profilya i yego vosstanovleniye v period poslepokhodovogo otdykha* [The effect of a long autonomous swimming on changes to a personal profile and its restoration during a post-ant rest]. *Institut Psikhologii Rossiyskoy Akademii Nauk. Organizatsionnaya Psikhologiya i Psikhologiya Truda* [Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. Organizational Psychology and Psychology of Labor], 4 (2), 203-210.

Адрес статьи: <http://work-org-psychology.ru/engine/documents/document470.pdf>