

РАЗОВ Павел Викторович — доктор социологических наук, профессор, профессор кафедры социологии факультета социальных наук и массовых коммуникаций Финансового университета при Правительстве РФ (125993, Россия, г. Москва, Ленинградский пр-кт, 49; PVRAZOV@fa.ru); ORCID 0000-0003-2714-8622, SPIN-код: 9488-2829; Индекс Хирша — 7

ТРУБИНА Юлия Александровна — кандидат социологических наук, доцент кафедры социологии факультета социальных наук и массовых коммуникаций Финансового университета при Правительстве РФ (125993, Россия, г. Москва, Ленинградский пр-кт, 49; YATrubina@fa.ru); SPIN-код: 1865–2785; Индекс Хирша — 9

СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАПРАВЛЕНИЯ АДАПТАЦИИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ, УВОЛЬНЯЮЩИХСЯ В ЗАПАС

Аннотация. В статье рассматриваются проблемы социальной адаптации военнослужащих, увольняющихся в запас. Автор подчеркивает социальную значимость данной проблемы: успешная адаптация способствует стабильности и безопасности общества в целом, поскольку эти военнослужащие активно участвуют в экономической и культурной жизни. Недостаточная адаптация может приводить к трудностям с трудоустройством, социальной изоляции и даже правонарушениям. В работе анализируется роль личной и государственной поддержки в адаптационном процессе. Автор показывает, что они должны дополнять друг друга, обеспечивая комплексный подход. Личная поддержка семьи и друзей влияет на эмоциональное состояние, а государственная – предоставляет стабильность и широкий спектр услуг. На основе теоретического анализа автор выявляет ключевые показатели успешности адаптации. Результаты показывают, что государственные программы поддержки не в полной мере обеспечивают высокий уровень по всем этим показателям. Кроме того, многие военнослужащие, не участвующие в таких программах, нуждаются в дополнительной помощи, особенно в доступе к психологической помощи и социальной интеграции. Статья призывает к более комплексному подходу в решении проблемы социальной адаптации военнослужащих, увольняющихся в запас, с учетом их психологических и социальных потребностей.

Ключевые слова: адаптация военнослужащих в запасе, психологическое благополучие, социальная интеграция, профессиональная переподготовка, личная поддержка

Введение. Постановка проблемы. Военная служба неизбежно накладывает свой отпечаток на личность, формируя специфические привычки, ценности и поведенческие реакции. Переход из военной среды в гражданскую несет в себе необходимость адаптации к новым социальным ролям, с чем бывают связаны различные психологические трудности и высокий уровень стресса.

Социальная значимость данной проблемы заключается в том, что успешная адаптация способствует стабильности и безопасности общества в целом. Ведь военнослужащие, увольняющиеся в запас, возвращаются к активной социальной жизни, внося свой вклад в развитие экономики и культуры. С другой стороны, неадаптированные индивиды регулярно сталкиваются с проблемами в трудоустройстве, социальной изоляцией или даже с правонарушениями, что негативно сказывается не только на их личной судьбе, но и на обществе в целом.

Психологическая актуальность темы адаптации военнослужащих, увольняющихся в запас, заключается в необходимости изучения индивидуальных особенностей процесса адаптации, а также влияния на него различных фак-

торов, таких как социальная поддержка, профессиональная переподготовка, личностные ресурсы и др. Исследование в этом направлении позволит разработать эффективные методы психологической поддержки и помощи военнослужащим, направленные на преодоление сложностей, с которыми они сталкиваются при переходе к гражданской жизни. Анализ личностных особенностей полезен для определения факторов риска и выявления защитных механизмов, влияющих на успешность адаптации. Некоторые военнослужащие могут иметь повышенную уязвимость при столкновении с психологическими проблемами и требовать дополнительной поддержки и вмешательства. Изучение психологических аспектов адаптации позволяет выявить риски и факторы, способствующие развитию психологических проблем, таких как депрессия, тревожность, ПТСР и другие расстройства.

Для изучения социально-психологических направлений адаптации военнослужащих необходим комплексный анализ различных аспектов, которые оказывают влияние на процесс адаптации. В первую очередь это изучение социальных аспектов адаптации, включая изменение социального статуса, переход к гражданским профессиям, а также взаимодействие с новыми социальными группами. Особое внимание следует уделять оценке психологических факторов, влияющих на адаптацию, таких как стресс, изменение личностных характеристик и развитие новых жизненных стратегий. Целью работ в данном направлении видится создание системы методов психологической поддержки для облегчения процесса адаптации, включая консультационные услуги, тренинги и программы социальной интеграции.

Обзор литературы. Данная тема является достаточно актуальной и релевантной в современном научном дискурсе, что подтверждается большим числом публикаций, посвященных этой проблеме. Ниже рассмотрены наиболее значимые и релевантные исследования, которые позволят более глубоко понять суть проблемы и определить основные направления ее решения.

Статья К. Вольфа и Е. Геронтьева исследует актуальные вопросы, связанные с профессиональной адаптацией военнослужащих после увольнения в запас. В рамках работы особое внимание уделяется роли профессиональной адаптации в процессе увольнения в запас, исследуется ее место и значение для военнослужащих. Авторы выделяют компоненты профессиональной адаптации, которые включают трудовые, социальные и психологические аспекты, исследуя их в контексте уволенных в запас военнослужащих. Анализ проявлений профессиональной адаптации помог выявить основные проблемы и вызовы, с которыми сталкиваются эти люди после завершения военной службы. Важно отметить, что военнослужащие не всегда полностью используют предлагаемые программы профессиональной переподготовки, несмотря на серьезное отношение к своему трудовому будущему. В связи с этим уровень удовлетворенности результатами профессиональной адаптации в определенной части исследуемой группы оказывается невысоким [Вольф, Геронтьев 2024].

В работе З. Деникиной и К. Дроконовой исследуются особенности социально-психологического состояния военнослужащих в контексте их увольнения в запас, включая аспекты самочувствия, самооценки и оценки будущих перспектив. На основе результатов исследования авторы формулируют рекомендации для поддержки социально-психологического состояния увольняющихся в запас военнослужащих, которые адресованы как государственным структурам, так и самим военнослужащим. Выводы статьи указывают на значительное влияние процесса увольнения в запас на социально-психологи-

ческое состояние военнослужащих, где они часто испытывают негативные эмоции, однако у многих также возникает желание заниматься новой деятельностью и иметь стабильное занятие [Деникина, Дроконова 2024].

Статья С. Евенко и И. Попова рассматривает различные подходы к государственному регулированию процесса социальной адаптации уволенных в запас военнослужащих России и их семей. Авторы основываются на концепции социального планирования, расширенной в рамках рискологического подхода, чтобы определить и рассмотреть различные стратегии и механизмы управления рисками в процессе адаптации. Проводится анализ эффективности существующих механизмов социальной поддержки данной группы военнослужащих и их семей. Авторы предлагают новые перспективные направления государственного регулирования процесса адаптации уволенных в запас военнослужащих и членов их семей. Это указывает на необходимость разработки и внедрения более эффективных стратегий и механизмов поддержки для улучшения социальной адаптации данной группы и уменьшения рисков, с ними связанных [Евенко, Попов 2020].

В работе М. Образцова, В. Исламова и В. Дергачева изучаются проблемы, связанные с адаптивной физической культурой и спортом для военнослужащих с ограниченными возможностями здоровья. Авторы предлагают ряд мер, включающих создание специализированных объектов, улучшение нормативно-правовой базы, разработку квалификационных требований, научно обоснованных программ занятий и профессиональную переподготовку специалистов в области адаптивной физической культуры и спорта. Они подчеркивают необходимость обеспечения доступности спортивных объектов и формирования мотивации к физической активности в рамках реабилитации. Для достижения этих целей предлагается применение унифицированного подхода и разработка согласованной государственной политики [Образцов, Исламов, Дергачев 2024].

Статья В. Щипакова посвящена исследованию особенностей профессиональной адаптации военнослужащих после увольнения в запас в контексте их ресоциализации. В статье рассмотрены основные компоненты профессиональной адаптации и сделан вывод о ее важности в рамках процесса ресоциализации военнослужащих после увольнения в запас. Выводы статьи указывают на недостаточную эффективность существующей системы поддержки профессиональной адаптации военнослужащих, в то время как существуют конкретные направления для ее улучшения. Важность развития таких мероприятий обусловлена тем, что большая часть уволенных в запас военнослужащих сталкивается с проблемами, связанными с недостатком информации, навыков и компетенций для успешного трудоустройства [Щипаков 2023].

Исследование А. Щеглова и И. Акулича посвящено компонентам и перспективным направлениям функционирования механизма управления социальной адаптацией граждан, которые были уволены с военной службы, и их семей. В статье особое внимание уделяется неоднозначности функционирования механизма социальной адаптации уволенных в запас военнослужащих, особенно в контексте формирования систем профессиональной переподготовки. Авторы анализируют сложности и противоречия, с которыми сталкиваются уволенные в запас военнослужащие при прохождении профессиональной переподготовки, и предлагают рекомендации для улучшения функционирования механизма социальной адаптации и обеспечения более эффективной поддержки данной группы и их семей [Щеглов, Акулич 2020].

Теоретическая часть. Адаптация военнослужащих к гражданской жизни после увольнения является многоаспектным процессом социальной и психологической интеграции личности в ткань гражданского общества. Этот процесс включает в себя переосмысление и перестройку личностных ценностей, социальных ролей и профессиональных ориентиров [Ивашенко, Ивашенко 2020]. Сущность адаптации заключается в достижении баланса между индивидуальными потребностями военнослужащего и требованиями общества.

Социальная адаптация, включающая в себя поиск нового места в социальной структуре, установление контактов с гражданскими институтами и формирование новых социальных связей, требует от военнослужащих развития новых социальных навыков и адаптации к гражданским нормам и ценностям [Комлев, Феоктистова 2021]. Профессиональная адаптация нуждающихся в переобучении или повышении квалификации, связанная с переходом к новой профессиональной деятельности, возможно, требует от военнослужащих адаптации к новым трудовым условиям и рынку труда. Наконец, психологическая адаптация, связанная с преодолением стресса от изменения образа жизни и разработкой новых стратегий поведения и саморегуляции, включает в себя работу над личностными изменениями, вызванными военной службой, и их интеграцию в новую жизненную ситуацию.

Социально-психологические факторы, влияющие на адаптацию военнослужащих к гражданской жизни, представляют собой комплексный набор взаимодействующих и пересекающихся переменных, создающих уникальный опыт адаптации для каждого индивидуума [Кифичак 2024]. Наличие сильной социальной поддержки, включая семью, друзей и сообщества, играет решающую роль в успешной адаптации. Личная готовность к изменениям и способность адаптироваться к новым условиям жизни также являются ключевыми факторами. Экономическая стабильность, финансовое положение и возможность найти работу с адекватной зарплатой существенно влияют на процесс адаптации. Понимание и принятие гражданских культурных норм и ценностей необходимы для интеграции в общество.

Механизмы адаптации военнослужащих к гражданской жизни представляют собой комплексный набор стратегий и процессов, которые помогают им не только справиться с вызовами перехода, но и успешно интегрироваться в гражданское общество, находя новое направление и смысл жизни после окончания службы [Бессонова 2023].

Один из ключевых механизмов адаптации — психологическая регуляция, которая включает в себя развитие стрессоустойчивости и эмоционального самоконтроля, помогающих справиться с изменениями в жизни. Социальная интеграция также играет важную роль в адаптации: активное участие в социальных сетях и сообществах способствует формированию новых социальных связей и укреплению чувства принадлежности. Реализация личных ценностей и интересов в гражданской профессии способствует удовлетворенности жизнью. Построение новой профессиональной идентичности через обучение и работу в гражданских организациях является еще одним важным механизмом адаптации. Когнитивная переоценка, которая включает в себя переосмысление военного опыта и его значение для гражданской жизни, помогает интегрировать прошлый опыт в новую жизнь. Поведенческая адаптация, которая включает в себя развитие новых повседневных привычек и рутин, соответствующих гражданскому образу жизни, также является важным механизмом адаптации [Иванников и др. 2020].

Адаптацию военнослужащих к гражданской жизни можно условно разделить на несколько этапов [Ивашенко, Кирилина 2016]. Каждому из этих этапов соответствуют свои особенности, и для каждого из них оптимальна та или иная стратегия поддержки. Этапы могут перекрываться и не всегда следуют строго последовательно.

Подготовительный этап включает в себя планирование жизни после увольнения, включая профессиональное обучение и поиск жилья. Он необходим для того, чтобы военнослужащий мог подготовиться к переходу к гражданской жизни и минимизировать стресс и неопределенность, которые возникают в первые месяцы после увольнения. Первоначальный этап непосредственно следует за увольнением из вооруженных сил и часто сопровождается стрессом и неопределенностью. Военнослужащие вынуждены приспосабливаться к новым условиям жизни, которые значительно отличаются от тех, к которым они привыкли во время службы.

На этапе стабилизации процесс адаптации продолжается, и военнослужащие начинают привыкать к новому образу жизни. Этот этап может продолжаться долгое время, в ходе которого бывшему военнослужащему придется приложить значительные усилия для того, чтобы достичь стабильности в жизни. Этап интеграции характеризуется активным включением военнослужащих в гражданское общество, налаживанием социальных связей и поиском новой работы. Он является ключевым для успешной адаптации, т.к. он позволяет военнослужащим найти новую роль в обществе и ощутить себя полноценными членами гражданского сообщества. Наконец, этап реализации означает осуществление долгосрочных планов и целей, достижение профессионального и личного удовлетворения. На этом этапе адаптация успешно заканчивается, когда военнослужащие находят свое место в гражданском обществе и достигают успеха в личной и профессиональной жизни.

В процессе адаптации военнослужащих, увольняющихся в запас, важную роль играют различные виды социально-психологической поддержки. Эмоциональная поддержка включает в себя сочувствие, понимание и внимание к личным переживаниям военнослужащего, которые помогают снизить уровень стресса и повысить самооценку. Информационная поддержка, т.е. предоставление информации о ресурсах, услугах и возможностях, доступных военнослужащим после увольнения, помогает им ориентироваться в новых условиях и принимать обоснованные решения. Практическая поддержка заключается в оказании конкретной помощи, например в поиске работы, жилья или в обучении новым навыкам [Кузьминенков 2021]. Социально-правовая поддержка связана с консультациями и помощью в вопросах законодательства и социальных гарантий. Социально-психологическое консультирование является профессиональной помощью психологов и социальных работников в решении личных и социальных проблем. Этот вид поддержки помогает военнослужащим справиться с эмоциональными и психологическими трудностями, связанными с переходом к гражданской жизни. Коммуникативная поддержка заключается в создании условий для общения и обмена опытом с другими военнослужащими, проходящими адаптацию, она помогает военнослужащим не чувствовать себя одинокими и изолированными, а также обмениваться полезными советами и рекомендациями.

Личная поддержка, оказываемая семьей и друзьями, имеет непосредственное влияние на эмоциональное состояние и самочувствие военнослужащего. Этот вид поддержки может быть более индивидуализированным и гибким, т.к. основан на личных отношениях и понимании. Государственная под-

держка, в свою очередь, обычно предоставляется в рамках определенных программ и инициатив. Она обеспечивает стабильность и предсказуемость благодаря законодательным гарантиям и может охватывать широкий спектр услуг – от образования до медицинской помощи. Личная и государственная поддержка должны дополнять друг друга, обеспечивая комплексный подход к адаптации.

Методология исследования. Для исследования социально-психологических направлений адаптации военнослужащих, увольняющихся в запас, мы опросили военнослужащих в запасе, чтобы собрать сведения об их опыте адаптации. Опрос проводился через сеть Интернет и по телефону для увеличения охвата респондентов. Для сбора информации использовались структурированные анкеты, разработанные для данного исследования. Общая выборка была разделена на подгруппы в соответствии с интересами исследования.

Для исследований на основе теоретического анализа был выбран ряд ключевых показателей, отображающих успешность адаптации военнослужащих к гражданской жизни. Психологическое благополучие влияет на общее состояние и качество жизни человека. Физическое здоровье связано с психическим здоровьем и также влияет на качество жизни. Социальная интеграция указывает на число и качество созданных социальных связей, необходимых для активной общественной жизни. Профессиональная адаптация отображает приобретение необходимых профессиональных навыков и устройство на новое место работы для построения гражданской карьеры после увольнения из вооруженных сил. Мотивация и целеустремленность помогают военнослужащим преодолеть трудности и препятствия, с которыми они сталкиваются во время перехода к гражданской жизни.

Важным результатом исследования были опросы военнослужащих, не участвующих в программах государственной поддержки. Эта достаточно широкая категория была разделена на несколько групп, для каждой из которых удалось получить интересующую нас информацию.

Результаты исследования и их обсуждение. В первом исследовании мы сравнивали воздействие личной (семейной и дружеской) и государственной поддержки на процесс адаптации военнослужащих, уволившихся в запас. Результаты приводятся в табл. 1.

Таблица 1

Влияние социальной поддержки на адаптацию военнослужащих в запасе

Военнослужащие в запасе, %	Психологическое благополучие	Физическое благополучие	Социальная интеграция	Профессиональная адаптация	Мотивация и целеустремленность
Нет поддержки	4,6	3,5	4,6	4,7	6,1
Личная поддержка от семьи и друзей	7,4	4,2	6,8	4,8	7,5
Государственная поддержка	6	5,7	5,2	7,2	3,6
Личная и государственная поддержка	7,4	4,8	6,6	7	6,7

Респонденты, не получающие существенной поддержки, испытывают определенные трудности в различных сферах жизни. В частности, их психологическое благополучие оценивается ниже, чем у получающих поддержку, что указывает на наличие некоторых проблем или стрессовых ситуаций, связанных с адаптацией после увольнения в запас, с которыми поддержка помогает справиться.

Физическое благополучие оценивается низко, что соответствует трудностям в поддержании физического здоровья и приспособлении к новым условиям после выхода в отставку. Здесь сразу же нужно заметить, что физическое благополучие не имеет достаточно высокую оценку ни в одном из исследований, проведенных в рамках данной работы. В данном направлении имеются возможности для развития государственных программ поддержки.

Социальная интеграция также не получила высокой оценки, что указывает на затруднения в установлении новых социальных связей и вхождении в общество после окончания службы. Аналогично выглядит и ситуация с профессиональной адаптацией, сигнализирующая о наличии трудностей в поиске работы или адаптации к новому месту работы.

Вместе с тем респонденты, не получающие существенной поддержки, проявляют достаточно высокую мотивацию и целеустремленность. Впрочем, до определенной степени это может быть источником проблемы, поскольку данным характеристикам соответствует высокий уровень гордости и самоуверенности, в т.ч. выражающийся в отказе от получения какой-либо внешней помощи и поддержки.

Важным оказалось сравнение результатов получения личной поддержки, т.е. взаимодействия с понимающей семьей и надежными друзьями, и государственной поддержки. Личная поддержка обеспечивает существенно более высокий уровень психологического благополучия, что указывает на недостаточно выраженную личностно-психологическую составляющую в программах государственной поддержки, рассчитанных в первую очередь на массовые и типовые решения. Разумеется, недостатки такого рода вызываются в т.ч. соображениями бюджетных ограничений, однако в этом направлении также имеются возможности для развития. В то же время физическое благополучие оказалось выше у военнослужащих в запасе, преимущественно полагающихся на государственную поддержку. Хотя она, как и говорилось выше, не обеспечивает достижения выдающихся значений по данному показателю, но все же это лучший результат. По всей видимости, социальная поддержка в лице семьи и друзей также имеет определенные недостатки.

Интересным получилось и дальнейшее сравнение двух типов поддержки. С социальной интеграцией лучше справляется личная поддержка, естественным образом формируя вокруг военнослужащего клубок социальных связей. Нужно заметить, что эффективность государственной поддержки в данном аспекте оказалась весьма низкой, не так уж сильно превосходящей значение для военнослужащих, вообще не получающих поддержку, т.е. данный аспект государственных программ почти не работает. Тем не менее в следующем показателе результаты оказались противоположными. Личная поддержка семьи и друзей бесполезна для профессиональной адаптации, в то время как государственные программы вполне успешно справляются с этой задачей.

Результаты по мотивации выявили очень хороший результат у личной поддержки и крайне низкий — у государственной. Здесь следует обратить внимание на то, что это вполне может быть не следствием «неправильно» работающей программы поддержки. Некоторые военнослужащие запаса, облада-

ющие низкой мотивацией и целеустремленностью, ищут государственную поддержку для эмуляции служебных условий, в которых им не приходится действовать во всех смыслах самостоятельно. Данную особенность следует учитывать, выявляя данный типаж военнослужащих запаса и делая дополнительный упор на развитие недостающих им качеств.

Вряд ли сюрпризом оказалась наиболее гармоничная ситуация, в которой военнослужащие получают достаточный уровень и личной, и государственной поддержки. За исключением небольшой просадки по физическому состоянию, во всех остальных показателях данная группа демонстрирует лучшие или близкие к таковым результаты, не имея ярко выраженных недостатков.

Следующий этап исследования был посвящен изучению того, как различные направления государственной поддержки влияют на адаптацию военнослужащих, увольняющихся в запас. Респонденты, принимавшие участие в исследовании, получали только государственную поддержку, что позволило оценить эффективность различных направлений поддержки со стороны государства. Результаты представлены в табл. 2.

Таблица 2

Влияние различных направлений социально-психологической поддержки

Военнослужащие, получающие государственную поддержку, %	Психологическое благополучие	Физическое благополучие	Социальная интеграция	Профессиональная адаптация	Мотивация и целеустремленность
Психологическая поддержка	6,5	3,5	5	3,7	4,2
Профессиональная переподготовка и образование	4,7	5,7	6,1	7	5,6
Поддержка в постановке целей и планов	4,8	3,7	4,7	5,2	7,6
Социально-экономическая поддержка	6,3	5,7	5,6	4,1	3,7
Комплексная поддержка	7,2	5,4	5	6,9	6,2

Каждая из разновидностей поддержки оказывает наибольшее позитивное влияние на свое направление, если оставить за скобками комплексную поддержку, т.е. получение двух и более разновидностей государственной поддержки. Например, психологическое благополучие оказалось самым высоким у тех военнослужащих запаса, которые получали именно эту разновидность поддержки. Более интересным оказалось проанализировать значения непрофильных показателей для каждого вида поддержки. И в таком ключе психологическая поддержка продемонстрировала весьма низкий результат по всем остальным направлениям. С одной стороны, возможно, от нее больше ничего и не требуется, кроме повышения психологического благополучия. С другой — возможно, целесообразно пересмотреть программы психологической поддержки, сделав их несколько более разноплановыми.

Профессиональная переподготовка и помощь в образовании, предоставляемые государством, имеют не одинаковое влияние на различные аспекты адаптации увольняющихся в запас военнослужащих. На психологическом благополучии они практически никак не сказываются, однако имеется довольно заметный пик физического благополучия. Анализ данного феномена позволил сделать предположение, что военнослужащие запаса, занятые вопросами поиска работы или адаптацией на новом месте, уделяют вопросам своего здоровья больше времени по сравнению с другими группами, потому что сами программы переподготовки никак напрямую не связаны со здоровьем. Интересно, что именно данное направление государственной поддержки оказывает наибольшее положительное влияние на социальную интеграцию, поскольку военнослужащий в процессе обучения естественным образом приобретает новые знакомства как среди других военнослужащих, проходящих обучение, так и, впоследствии, среди своих коллег на новом месте работы.

Сама профессиональная адаптация, конечно, достигает наивысшего значения у данного рода программ. А вот мотивация и целеустремленность демонстрируют среднее значение. Данная поддержка помогает увольняющимся в запас военнослужащим сохранять достаточно высокую мотивацию и направленность на достижение своих целей в новой профессиональной сфере, но не более того.

Поддержка в постановке целей и планов практически не оказывает существенное влияние на психологическое благополучие, физическое благополучие и социальную интеграцию. Но она действительно демонстрирует высокий уровень значения мотивации и целеустремленности, а также немного помогает в профессиональной адаптации. Это узкоспециализированная разновидность программ поддержки, которая справляется со своей задачей, однако представляется целесообразным ее интеграция с психологической поддержкой.

Социально-экономическая поддержка оказывает значительное влияние на психологическое благополучие военнослужащих в запасе, улучшая их эмоциональное состояние, самооценку и общее психологическое самочувствие. Также этой группе военнослужащих соответствует достаточно высокий уровень физического благополучия, такой же, как у тех, кто занят в программе переподготовки и образования. Социальная интеграция тоже находится на неплохом уровне, а на профессиональную адаптацию данные программы никак не влияют, что и понятно. У военнослужащих, обращающихся за такого рода поддержкой, самый низкий уровень мотивации и целеустремленности. Можно предложить возможность совмещения программ социально-экономической поддержки с методиками поддержки в постановке целей и планов, однако здесь нужно как минимум все не испортить, т.е. необходимо применять личностно-психологический подход, а не просто отправлять на курсы мотивации тех, кто пришел за льготной ипотекой.

Комплексной поддержке соответствуют самые высокие значения по большинству показателей, что соответствует ожидаемым результатам и является дополнительным подтверждением валидности исследования.

На заключительном этапе мы изучали, как военнослужащие, не получающие государственную поддержку, самостоятельно адаптируются к гражданской жизни. Фокус данного исследования был направлен на причины, по которым военнослужащие отказываются от получения государственной

поддержки, и на адаптацию респондентов, отнесенных к соответствующим группам. Результаты приведены в табл. 3.

Таблица 3

Адаптация военнослужащих, не получающих государственную поддержку

Военнослужащие, не получающие государственную поддержку, %	Психологическое благополучие	Физическое благополучие	Социальная интеграция	Профессиональная адаптация	Мотивация и целеустремленность
Не нуждаются в государственной поддержке	6,6	3,5	6,2	5,2	6,6
Не в курсе о возможности поддержки	3,7	3,8	4,7	4,4	5,8
Не нашли подходящую программу	4,5	4,1	3,9	6,2	5,8
Не участвуют по иным причинам	5,4	4,9	3,3	5,3	3,9

Респонденты, которые не нуждаются в государственной поддержке, и так обладают неплохим уровнем адаптации. Большинство их показателей находится на среднем уровне или превышают его, за исключением физического благополучия, по которому данная группа является самой неблагополучной из всех, рассмотренных на всех трех этапах исследования. Тем не менее у них хороший уровень мотивации, психологического благополучия и социальной интеграции, а профессиональная адаптация находится на среднем уровне, поэтому данную группу нельзя считать в целом неблагополучной. Действительно, определенная часть военнослужащих в запасе не имеет необходимости в государственной поддержке, успешно адаптируясь к гражданской жизни самостоятельно.

Военнослужащие, не знающие о программах поддержки, в свою очередь, представляются наиболее нуждающейся группой из всех выявленных в рамках исследования. В первую очередь опасение вызывает низкий уровень их психологического благополучия, который, вероятно, связан с отсутствием доступа к ресурсам и поддержке, способным помочь им справиться с возникающими эмоциональными и психологическими трудностями. Физическое благополучие этой группы респондентов также находится на низком уровне. Социальная интеграция почти дотягивает до среднего значения, однако с учетом обстоятельств возникают довольно мрачные предположения о качестве социальных кругов этих военнослужащих. С адаптацией к новой профессиональной среде также возникают затруднения. Мотивация и целеустремленность находятся на довольно высоком уровне. Образ коллективного респондента из данной категории наводит на весьма пессимистичные мысли. В связи с этим представляется важным донести до военнослужащих, уходящих в запас, знание о тех программах поддержки, на которые они могут рассчитывать.

Довольно похожая ситуация возникает у группы респондентов, которые не нашли подходящую для себя программу государственной поддержки. В рам-

ках исследования не был поставлен вопрос, насколько интенсивно они ее искали, но тем не менее аспект требует рассмотрения. У этих военнослужащих запаса психологическое благополучие ниже среднего, хотя и выше, чем у тех, кто вообще не в курсе о возможности поддержки. Социальная интеграция у них слабая, однако профессиональная адаптация очень даже неплохая. По всей видимости, данные военнослужащие действительно что-то искали, не разобрались, но успешно устроились на работу и, в целом, имеют шансы нормально адаптироваться к гражданской жизни. Наличие у них низкого уровня социальной интеграции указывает на возможные проблемы в социализации как таковой; вероятно, с этим связано в т.ч. то, что им не удалось подобрать для себя подходящую программу. Данная категория военнослужащих запаса, с нашей точки зрения, лишь ограниченно адаптирована. Нужно разработать методы выхода информации о государственных программах поддержки в т.ч. на военнослужащих со слабыми социальными навыками.

Последняя группа имеет несколько расплывчатое наименование, как и все, что связано с выбором ответа «другое». Ключевым моментом здесь является то, что они все же нуждаются в государственной поддержке, при этом они в курсе о ее существовании и даже, вероятно, нашли подходящую программу. Однако по причинам личного характера, общественного давления или еще каким-либо эти респонденты не могут воспользоваться государственной поддержкой.

У них не худшее значение психологического благополучия, а физическое вообще находится на лучшем уровне в данном исследовании. При этом они имеют значительные проблемы в связи с социальной интеграцией, а также очень низкий уровень мотивации и целеустремленности. Профессиональная адаптация при этом находится на неплохом уровне. Слабая мотивация вкупе с низким уровнем социальных навыков, вероятно, создают комплекс причин или, вернее, поводов не прибегать к государственной поддержке. Детальный анализ ответов данной группы демонстрирует довольно значительный разброс показателей, особенно по психологическому благополучию. Принимая все это во внимание, данную группу военнослужащих запаса также следует считать проблемной.

Заключение. Проведенное исследование подтверждает обнаруженные в ходе анализа научных работ по теме недостатки, связанные с системой адаптации военнослужащих в запасе. Выявлены некоторые специфические аспекты данной проблемы, на основании которых возможно проведение уточняющих исследований с целью оптимизации программ государственной поддержки.

1. И личная, и государственная поддержка оказывают положительное влияние на адаптацию военнослужащих, увольняющихся в запас. Оба типа поддержки имеют существенное значение, и каждый в своей степени способствует реализации существующих аспектов адаптации, включая психологическое благополучие, социальную интеграцию, профессиональную адаптацию, мотивацию и целеустремленность. Методы государственной поддержки, связанные с социальной интеграцией, должны учитывать данный аспект личной поддержки, в связи с чем их следует направить на раскрытие потенциала личной поддержки в тех случаях, когда это возможно.

2. Физическое благополучие оценивается респондентами ниже, чем другие аспекты адаптации. Здесь важны два аспекта. Первый связан с тем, что значительная доля военнослужащих уходит в запас по состоянию здоровья, поэтому их физическое благополучие не может быть на очень высоком уровне.

Второй заключается в том, что программы государственной поддержки, вероятно, действительно не уделяют достаточное внимание адаптации к гражданской жизни в таких аспектах, как здоровое питание или регулярные занятия физкультурой и спортом для поддержания физической формы, которая «не обязательна» для гражданской жизни.

3. Респонденты, получающие поддержку по двум и более направлениям, высоко оценивают свое психологическое благополучие и успешно адаптируются к гражданской профессиональной среде. Это подтверждает важность обеспечения комплексной поддержки для создания психологического комфорта и успешной профессиональной реинтеграции.

4. Многие военнослужащие, не участвующие в государственных программах поддержки, скорее нуждаются в ней, чем нет. Необходима дополнительная работа по обеспечению доступа к информации, позволяющей таким военнослужащим в запасе найти для себя подходящую программу. В частности, нужно обеспечить доступ к психологической помощи и условия для социальной интеграции, предлагая возможности для установления социальных связей и получения поддержки от окружающего общества. Кроме того, необходимо разработать программы и ресурсы, которые поддерживают мотивацию и целеустремленность военнослужащих, помогая им достичь своих целей и адаптироваться к новым условиям.

Список литературы

Бессонова Т.И. 2023. Психологическая адаптация военных пенсионеров к новым видам деятельности. — *Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета*. № 2(66). С. 324-334.

Вольф К.В., Геронтьев Е.А. 2024. Современные аспекты профессиональной адаптации военнослужащих, увольняемых в запас. — *Власть*. Т. 32. № 1. С. 153-158.

Деникина З.Д., Дроконова К.Е. 2024. Особенности социально-психологического состояния военнослужащих в процессе увольнения в запас. — *Власть*. Т. 32. № 1. С. 159-165.

Евенко С.Л., Попов И.А. 2020. Государственные стратегии управления рисками социальной адаптации российских военнослужащих, уволенных в запас. — *Власть*. Т. 28. № 3. С. 129-135.

Иванников В.А., Гусев А.Н., Барабанов Д.Д., Эйдман Е.В. 2020. Осмысленность жизни и ориентация на действие как предикторы самооценок волевых качеств. — *Вестник Московского университета*. Сер. 14. Психология. № 2. С. 3-25.

Иващенко М.В., Иващенко А.В. 2020. Роль дополнительного профессионального образования в процессе социальной интеграции в гражданское сообщество уволенных военных специалистов. — *Вестник Московского государственного лингвистического университета. Общественные науки*. № 1(838). С. 192-205.

Иващенко А.В., Кирилина Т.Ю. 2016. Социальная интеграция уволенных военнослужащих в условия гражданской жизни, ее этапы, механизмы, критерии и показатели. — *Наука. Культура. Общество*. № 1. С. 158-170.

Кифичак Т.Ю. 2024. Актуальное состояние и перспективы регулирования социального здоровья и социального самочувствия военнослужащих. — *Социально-гуманитарные знания*. № 1. С. 89-92.

Комлев В.А., Феоктистова Е.А. 2021. Мотивация как ключевой элемент психологического потенциала к предпринимательской деятельности среди

военнослужащих, увольняемых в запас. — *Вестник университета*. № 9. С. 166-172. DOI: 10.26425/1816-4277-2021-9-166-172.

Кузьминенков А.В. 2021. Военная ипотека как метод эффективной социально-экономической поддержки военнослужащих. — *Вестник евразийской науки*. Т. 13. № 6. Доступ: <https://esj.today/PDF/23ECVN621.pdf> (проверено 16.02.2024).

Образцов М.С., Исламов В.А., Дергачев В.Б. 2024. Интеграция в социальную среду военнослужащих с ограниченными возможностями здоровья. — *Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт*. № 3. С. 46-51. DOI: 10.24412/2305-8404-2024-3-46-51.

Щеглов А.Ф., Акулич И.А. 2020. Функционирование механизма управления социальной адаптацией военнослужащих, уволенных в запас, а также членов их семей. — *Власть*. Т. 28. № 1. С. 203-208.

Щипаков В.Э. 2023. Особенности профессиональной адаптации военнослужащих, уволенных в запас, как элемент ресоциализации. — *Теория и практика общественного развития*. № 11(187). С. 152-158. <https://doi.org/10.24158/tipor.2023.11.18>.

RAZOV Pavel Victorovich, Dr.Sci. (Soc.), Professor; Professor of the Chair of Sociology, Faculty of Social Sciences and Mass Communications, Financial University under the Government of the Russian Federation (49 Leningradsky Ave, Moscow, Russia, 125993; PV.Razov@fa.ru); ORCID 0000-0003-2714-8622, SPIN code: 9488-2829; Hirsch index – 7
TRUBINA Yulia Aleksandrovna, Cand.Sci. (Soc.), Associate Professor of the Chair of Sociology, Faculty of Social Sciences and Mass Communications, Financial University under the Government of the Russian Federation (49 Leningradsky Ave, Moscow, Russia, 125993; YATrubina@fa.ru); SPIN code: 1865-2785; Hirsch index – 9

SOCIO-PSYCHOLOGICAL DIRECTIONS OF ADAPTATION OF MILITARY PERSONNEL RETIRING TO THE RESERVE

Abstract. The article deals with the problems of social adaptation of military personnel retiring to the reserve. The author emphasizes the social significance of this problem: successful adaptation contributes to the stability and security of society as a whole, since these military personnel actively participate in economic and cultural life. Inadequate adaptation can lead to difficulties with employment, social isolation, and even offenses. The paper analyzes the role of personal and state support in the adaptation process and shows that they should complement each other, providing an integrated approach. Personal support from family and friends affects the emotional state, while state support provides stability and a wide range of services. On the base of the theoretical analysis, the author identifies the key indicators of adaptation success. The results show that government support programs do not fully ensure a high level in all these indicators. In addition, many military personnel who do not participate in such programs need additional assistance, especially the access to psychological care and social integration. The article calls for a more comprehensive approach to solving the problem of social adaptation of military personnel leaving to the reserve, taking into account their psychological and social needs.

Keywords: adaptation of military personnel in reserve, psychological well-being, social integration, professional retraining, personal support
