

TRẠNG THÁI CĂNG THẲNG TÂM LÝ CỦA BỘ ĐỘI CÔNG BINH TRONG KHI LÀM NHIỆM VỤ RÀ PHÁ BOM Mìn VÀ BIỆN PHÁP KHẮC PHỤC

Phạm Danh Quý

Học viện Chính trị Quân sự.

1. Đặt vấn đề

Hoạt động rà phá bom mìn (RPBM) còn lại sau chiến tranh cũng như bom mìn do bọn khủng bố có thể gây ra là một hoạt động đặc thù của bộ đội công binh (BĐCB) trong thời bình. Trong quá trình thực hiện nhiệm vụ, họ phải thường xuyên đối mặt với những gian nan, vất vả, độc hại và nguy hiểm, phải thực hiện các công việc kỹ thuật phức tạp, nhằm vô hiệu hoá vật liệu nổ như tháo kíp nổ, hạt nổ v.v... Việc thực hiện các công đoạn này đòi hỏi BĐCB phải có sự tập trung, di chuyển, phân phối chú ý cao, trách nhiệm công việc rất lớn, các thao tác phải tỉ mỉ, thận trọng, chính xác, đảm bảo an toàn cao về người và trang bị. Tất cả những yếu tố đó làm tăng thêm nguy cơ mất an toàn, dẫn đến sự căng thẳng tâm lý ở bộ đội luôn ở mức cao.

Trạng thái căng thẳng tâm lý có ảnh hưởng rất lớn đến mọi hoạt động của con người. Ảnh hưởng đó có thể tốt hay xấu tùy thuộc vào trình độ rèn luyện của con người và cường độ của sự căng thẳng mà họ phải chịu đựng. Khi sự căng thẳng bên trong của con người chưa vượt ra khỏi giới hạn chịu đựng về mặt cường độ, thì nó sẽ ảnh hưởng tốt đến những hành động như gây hưng phấn thần kinh, tăng trương lực cơ, tăng mức sẵn sàng tâm lý, và khả năng huy động các chức năng tâm lý, trí nhớ tốt, sự tập trung và phân phối chú ý hợp lý, tư duy sáng tạo, hành động được thực hiện một cách nhanh, gọn, chính xác, mau lẹ, hiệu quả hoạt động tăng lên đáng kể. Nhưng khi căng thẳng kéo dài, vượt quá sức chịu đựng của con người, sẽ làm cho các quá trình tư duy, chú ý di chuyển chậm; các hành động, kỹ xảo, kỹ năng cũng thực hiện chậm hơn, số lượng các thao tác sai sót tăng lên, dẫn đến hiệu suất lao động giảm.

Để đánh giá mức độ căng thẳng tâm lý và ảnh hưởng của nó đến hoạt động của BĐCB làm nhiệm vụ RPBM, trên cơ sở đó có những biện pháp giúp cho bộ đội

vượt qua được những căng thẳng trong khi làm nhiệm vụ, chúng tôi đã tiến hành nghiên cứu trạng thái tâm lý của BĐCB làm nhiệm vụ RPBM hiện nay.

2. Khách thể nghiên cứu

Gồm 446 cán bộ, chiến sĩ thuộc 3 đơn vị: Trung tâm công nghệ xử lý bom mìn, Tiểu đoàn 93 (D93) thuộc Bộ Tư lệnh Công binh và Lữ đoàn 543 thuộc Quân khu 2.

3. Phương pháp nghiên cứu

Chúng tôi sử dụng các phương pháp quan sát, trò chuyện; phương pháp điều tra và phương pháp trắc nghiệm.

Trong phương pháp trắc nghiệm chúng tôi sử dụng test của T.D. Spielberger để đo trạng thái căng thẳng tâm lý của bộ đội. Test đo này gồm 2 phần:

- Phần I: Gồm các câu hỏi từ 1 đến 20 đánh giá trạng thái tâm lý của bộ đội ở thời điểm hiện tại.

- Phần II: Gồm các câu từ 21 đến 40 đánh giá trạng thái căng thẳng tâm lý của bộ đội trong khi làm nhiệm vụ RPBM. Mức độ căng thẳng tâm lý được đánh giá theo thang điểm sau:

Bảng 1: Mức độ căng thẳng tâm lý theo T.D. Spielberger

Mức độ căng thẳng	Tổng số điểm
Thấp	30
Vừa	31 - 45
Cao	46 - 64
Có xu hướng bệnh lý	64

4. Kết quả nghiên cứu và bàn luận

Kết quả nghiên cứu về trạng thái căng thẳng tâm lý của bộ đội (theo thang điểm của Spielberger) cho thấy: tỷ lệ bộ đội có mức độ căng thẳng cao chiếm tới 31,39%. Mức độ căng thẳng của BĐCB trong khi làm nhiệm vụ RPBM cao hơn so với các trắc thủ làm việc trong các phương tiện quân sự có buồng kín như: bộ đội tăng - thiết giáp: 18,40%; bộ đội ra đa - tên lửa: 27,5%; phi công quân sự: 24,29%.

Như vậy, tính chất và điều kiện làm việc của BĐCB làm nhiệm vụ RPBM làm cho trạng thái căng thẳng của họ ở mức cao. Theo những tài liệu của kinh nghiệm chiến đấu và thí nghiệm khoa học cho thấy, ở mức độ căng thẳng cao sẽ làm cho bộ đội nhanh chóng bị mệt mỏi, chất lượng các hành động sẽ bị giảm sút. Sự căng thẳng vượt giới hạn càng nhiều bao nhiêu, thời gian lao động càng kéo dài bao nhiêu thì sai sót trong hành động càng nghiêm trọng bấy nhiêu và sự mất an toàn xảy ra là điều khó tránh khỏi.

Trong quá trình thực hiện nhiệm vụ có nhiều yếu tố bất lợi như địa hình, thời tiết, khí hậu, hơi khí độc, đồng thời đặc điểm hoạt động cũng có nhiều yếu tố khác với các dạng hoạt động thông thường. Chính vì vậy bộ đội phải chịu gánh nặng lớn về thể lực và tâm lý, gây ra sự căng thẳng tâm lý.

Bảng 2: Các yếu tố gây căng thẳng tâm lý trong khi RPB

Các yếu tố	Số lượng (n = 446)	Tỷ lệ (%)
Kỹ thuật phức tạp	224	50,22
Đe dọa an toàn	396	88,78
Trách nhiệm công việc cao	399	89,46
Chính sách chưa tốt	290	65,02
Cường độ lao động cao	384	86,09
Ảnh hưởng của tiêu cực xã hội	224	50,22
Tác động của các yếu tố tự nhiên, hoá học	304	68,16
Trang bị an toàn chưa đảm bảo	300	67,26

Có nhiều yếu tố gây căng thẳng tâm lý cho BDCB. Đa số quân nhân cho rằng sự đe dọa an toàn, cường độ lao động cao, trách nhiệm công việc lớn và đặc biệt là trang bị bảo đảm an toàn cho bộ đội trong khi làm nhiệm vụ chưa tốt là những yếu tố gây cho họ trạng thái căng thẳng tâm lý.

Căng thẳng tâm lý dẫn tới sự biến đổi nhiều chức năng của cơ thể như rối loạn giấc ngủ, uể oải, mệt mỏi, giảm trí nhớ v.v...

Bảng 3: Một số biểu hiện có liên quan đến trạng thái căng thẳng tâm lý của bộ đội

Các yếu tố	Số lượng (n = 446)	Tỷ lệ (%)
Lo âu, trầm cảm	20	4,48
Huyết áp dao động hoặc cao	56	12,55
Đau thắt vùng tim	16	3,58
Mất ngủ	160	35,87
Dễ bị kích thích	90	20,17
Mệt mỏi kéo dài	248	55,60
Giảm trí nhớ	117	26,23

Qua nghiên cứu cho thấy, bộ đội có triệu chứng mệt mỏi kéo dài chiếm tỷ lệ cao nhất: 55,60%; mất ngủ cũng chiếm tỷ lệ cao: 35,87%. Ngoài ra, còn thấy các dấu hiệu bệnh lý của hệ thống tim mạch như đau thắt vùng tim: 3,58%; huyết áp cao dao động: 12,55%; dễ bị kích thích: 20,17%; giảm trí nhớ: 26,23%.

Ngoài ra, có một số nguyên nhân gián tiếp gây ra căng thẳng tâm lý cho bộ đội. Đó chính là các yếu tố tâm lý.

Bảng 4: Các yếu tố tâm lý gây căng thẳng tâm lý của bộ đội

Nội dung điều tra	Mức độ	Số lượng (n = 446)	Tỷ lệ (%)
Chính sách đãi ngộ	Đã thoả đáng	28	6,27
	Chưa thoả đáng	256	57,39
	Khó nói	162	36,32
Không khí tâm lý trong đơn vị	Thoải mái	270	60,53
	Không thoải mái	34	7,62
	Khó nói	142	31,83
Yêu nghề	Có	254	56,95
	Không	94	21,07
	Khó nói	98	21,97

Yếu tố tâm lý là một trong những yếu tố tạo nên căng thẳng tâm lý của bộ đội. Các tác nhân này thường xuất phát từ các mối quan hệ xã hội như quan hệ công việc, quan hệ qua lại trong đơn vị, quan hệ gia đình, động cơ hoạt động v.v...

Qua điều tra chúng tôi thấy, số bộ đội cho rằng chính sách đãi ngộ chưa thoả đáng chiếm tỷ lệ khá cao: 57,39%; số quân nhân thấy không khí tâm lý tập thể chưa thoải mái: 7,62%; tỷ lệ không yêu nghề chiếm 21,07%.

Như vậy, tính chất công việc khó khăn, vất vả, nguy hiểm, độc hại và các yếu tố khác làm cho sự căng thẳng tâm lý của người lính tăng lên. Do đó, đòi hỏi những người lính làm nhiệm vụ RPBK phải có một tinh thần kiên định, một ý chí dũng cảm, trạng thái tâm lý vững vàng. Điều quan trọng là người lính phải được làm quen với những khó khăn và nguy hiểm ngay trong quá trình huấn luyện để cho họ có thời gian quen dần, thích nghi với môi trường làm việc thực tế. Làm được điều đó đòi hỏi lãnh đạo, chỉ huy đơn vị cần phải chuẩn bị thật tốt về mặt chính trị tư tưởng, tâm lý, trình độ chuyên môn nghiệp vụ và thể lực cho bộ đội trước khi bắt tay vào thực hiện nhiệm vụ. Đồng thời, trong và sau khi RPBK, công việc và cuộc sống của BĐCB cần phải được tổ chức một cách khoa học, tạo điều kiện cho họ được nghỉ ngơi một cách tích cực, hợp lý. Ngoài ra, việc tuyển chọn những cán bộ, chiến sĩ làm nhiệm vụ đặc biệt này cũng phải hết sức lưu tâm và cùng với nó là chế độ, chính sách, trang bị bảo đảm an toàn cũng nên dành sự ưu tiên đặc biệt đối với họ.