

РЕДАКЦІЯ:

Головний редактор – Василь Стасюк, доктор психологічних наук, заслужений працівник освіти України, професор, Національний університет оборони України, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-7943-8456>

Відповідальний секретар – Вадим Богайчук, кандидат політичних наук, доцент, Національний університет оборони України, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0003-4977-5870>

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Василь Осьодло, доктор психологічних наук, професор, заслужений працівник освіти України, лауреат Державної премії України в галузі науки і техніки, Національний університет оборони України, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0003-2893-4721>

Олег Хмільяр, доктор психологічних наук, професор, Національний університет оборони України, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0003-2693-1906>

Інгріда Баранаускіне, Ph.D. в соціальних науках, професор, кваліфікований доктор, завідувач кафедри соціальної роботи Клайпедського університету, Литва

<https://orcid.org/0000-0003-2158-4941>

Олена Бочарова, професор, Педагогічний університет комісії народної освіти в Кракові, Краків, Республіка Польща

<https://orcid.org/0000-0001-8415-3925>

Наталія Володарська, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник, Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної Академії педагогічних наук України, Київ, Україна

<http://orcid.org/0000-0003-1223-718X>

Наталія Волянчук, доктор психологічних наук, професор, Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», Київ, Україна

<http://orcid.org/0000-0001-6945-5984>

Галина Гандзілевська, доктор психологічних наук, професор, Національний університет «Острозька академія», Острог, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-6137-8344>

Тамара Говорун, доктор психологічних наук, професор, професор Інституту поведінкових наук Джіндаля (JIBS) Глобального університету О. П. Джіндаля (JGU), Сопінат, Хар'яна, Індія

<https://orcid.org/0000-0003-1520-9766>

Іван Данилюк, доктор психологічних наук, професор, Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-6522-5994>

Георгій Ложкін, доктор психологічних наук, професор, Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-6705-9344>

EDITORS OFFICE:

Editor in Chief – Vasil Stasuk, Doctor of Science (Psychology), , **honored worker of education of Ukraine** Professor, National Defence University of Ukraine, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-7943-8456>

Executive Secretary – Vadim Bohaichuk, candidate of political sciences, associate professor, National Defence University of Ukraine, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0003-4977-5870>

EDITORIAL BOARD:

Vasyl Osodlo, Doctor of Science (Psychology), Professor, honored worker of education of Ukraine, laureate of the State Prize of Ukraine in the field of science and technology, National Defence University of Ukraine, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0003-2893-4721>

Oleh Khmiliar, Doctor of Science (Psychology), Professor, National Defence University of Ukraine, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-7943-8456>

Ingrida Baranauskiene, Ph.D. in Social Sciences (Educology), Professor, Qualified doctor, Head at the Department of Social Work of Klaipeda University, Lithuania

<https://orcid.org/0000-0003-2158-4941>

Olena Bocharova, Professor, Uniwersytet Pedagogiczny im Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie, Krakow, Rzeczpospolita Polska

<https://orcid.org/0000-0001-8415-3925>

Natalia Volodarska, Candidates of Science (Psychology), Senior Research, G.S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv, Ukraine

<http://orcid.org/0000-0003-1223-718X>

Nataliia Volianiuk, Doctor of Science (Psychology), Professor, National Technical University of Ukraine «Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute» Kyiv, Ukraine

<http://orcid.org/0000-0001-6945-5984>

Halyna Handzilevska, Doctor of Science (Psychology), Professor, National University «Ostroh Academy», Ostroh, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-6137-8344>

Tamara Hovorun, Doctor of Psychology, Professor, Professor, Jindal Institute of Behavioural Sciences (JIBS) of O.P. Jindal Global University (JGU), Sopinat, Haryana, India

<https://orcid.org/0000-0003-1520-9766>

Ivan Danyliuk, Doctor of Science (Psychology), Professor, Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-6522-5994>

Georgii Lozhkin, Doctor of Science (Psychology), Professor, National Technical University of Ukraine «Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute», Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-6705-9344>

© Вісник Національного університету оборони України

Томас Матіок Ph.D. (аналіз та розв'язання конфліктів), майор Армії США (у відставці), професор Центру Джорджа Маршалла, старший лектор кафедри політології Державного Університету Середньої Джорджії США

<https://orcid.org/0000-0003-1828-7938>

Ксенія Максименко, доктор психологічних наук, доцент, Національна академія внутрішніх справ України, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0003-0354-628X>

Наталія Мілорадова, доктор психологічних наук, доцент, Харківський національний університет внутрішніх справ, Харків, Україна

<http://orcid.org/0000-0002-0716-9736>

Татьяна Перепелюк, кандидат психологічних наук, професор, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини Умань, Україна

<http://orcid.org/0000-0001-6313-2279>

Любовь Помиткіна, доктор психологічних наук, професор, Національний авіаційний університет, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-2148-9728>

Ігор Приходько, доктор психологічних наук, професор, Національна академія Національної гвардії України, Харків, Україна

<http://orcid.org/0000-0002-4484-9781>

Люда Радзевичене, доктор соціальних наук, Шяуляйская академия Вильнюсского университета, м. Шяуляй, Литва

<https://orcid.org/0000-0001-8468-3176>

Цезарій Смуневський, доктор філософії хабілітований доктор наук про безпеку, професор, факультет політології та міжнародних студій Варшавського університету, заступник директора Центру міждисциплінарних досліджень Варшавського університету» Ідентичність – Діалог – Безпека», Варшава, Республіка Польща

<https://orcid.org/0000-0002-8973-3539>

Іван Сулятицький кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри спеціальної освіти ЛНУ імені Івана Франка, Голова Українського центру психології безпеки (всеукраїнська громадська організація), Львів, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-3769-5630>

Татьяна Траверсе, доктор психологічних наук, професор, Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-9031-1173>

Микола Фомич, кандидат психологічних наук, доцент, Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля Національного університету цивільного захисту України, Черкаси, Україна

<https://orcid.org/0000-0003-1253-2656>

Tomas G. Matyok, Ph.D. (Conflict analysis and resolution), major of US Army (ret.), Professor at George C. Marshall Center, Senior Lecturer in Political Science at Middle Georgia State University, Georgia, USA

<https://orcid.org/0000-0003-1828-7938>

Ksenia Maksimenko, Doctor of Science (Psychology), Assistant Professor, National Academy of Internal Affairs, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0003-0354-628X>

Natalia Miloradova, Doctor of Science (Psychology), Assistant Professor Kharkiv National University of Internal Affairs, Kharkiv, Ukraine

<http://orcid.org/0000-0002-0716-9736>

Tetiana Perepeliuk, Candidates of Science (Psychology), Professor; Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

<http://orcid.org/0000-0001-6313-2279>

Lyubov Pomytkina, Doctor of Science (Psychology), Professor, National Aviation University, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-2148-9728>

Igor Prykhodko, Doctor of Science (Psychology), Professor, National Academy of the National Guard of Ukraine, Kharkiv, Ukraine

<http://orcid.org/0000-0002-4484-9781>

Liuda Radzeviciene, Doctor of Social Sciences, Vilnius University Šiauliai Academy, Siauliai, Lithuania

<https://orcid.org/0000-0001-8468-3176>

Cezary Smuniewski, Doctor of Philosophy, Doctor of Security Sciences, Professor, Faculty of Political Science and International Studies of the University of Warsaw, Deputy Director of the Center for Interdisciplinary Studies of the University of Warsaw "Identity - Dialogue - Security", University of Warsaw: Warsaw, Rzeczpospolita Polska

<https://orcid.org/0000-0002-8973-3539>

Ivan Sulyatytskyy I. candidate of psychological sciences, associate professor associate professor of the Department of Special Education of the Ivan Franko National University of Lviv, Head of the Ukrainian Center for Safety Psychology, Lviv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-3769-5630>

Tetiana Traverse, Doctor of Science (Psychology), Professor, Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-9031-1173>

Mykola Fomych, Candidates of Science (Psychology), Assistant Professor, Cherkasy Institute of Fire Safety named after Heroes of Chernobyl of the National University of Civil Defense of Ukraine, Cherkasy, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0003-1253-2656>

ЗМІСТ

Питання психології

Алещенко В. І. Соціально-психологічні аспекти формування іміджу ЗС України.....	7
Архангельська М. В. Потенціал когнітивно-поведінкового підходу в психотерапії розладів особистості.....	17
Березовська Л. І. Взаємозв'язок емоційної стійкості та професійного вигорання офіцерів...	27
Берташ М. І. Планування та реалізація професійно-психологічного відбору працівників державної митної служби.....	36
Вербицька Л. Ф. Психічні стани в структурі переживання професійної кризи.....	45
Грунтковський О. Л., Василенко С. В., Сидоров К. І. Сучасний стан впровадження системи психологічної підтримки персоналу в Збройних Силах України.....	53
Гуцол К. В. Чат GPT як засіб покращення доступу до психологічної підтримки українців в умовах війни.....	61
Калениченко Р. А., Сілаєв Ю. В., Телебенєва Є. О. Психологічний супровід професійного зростання майбутніх спеціалістів в кризових умовах.....	69
Капосльоз Г. В. Діяльність командирів щодо забезпечення психологічної стійкості підлеглих у бою.....	76
Костюченко Є. А. Саморегуляція поведінки як чинник формування феномену імпостора...	88
Кушніренко К. О., Мостова І. В. Мотивація молоді при обранні соціономічних професій..	96
Лізун А. В. Комплекс психодіагностичного інструментарію дослідження особистісно-професійних якостей військовослужбовців.....	101
Мороз Л. В. Формування готовності здобувачів вищої освіти до міжособистісної взаємодії.	109
Нікітіна О. П., Белова П. С. Діагностика рівня ПТСР серед учнів старшої школи прифронтового мегаполіса.....	118
Ніколаєв Л. О. Технології коучингу як інструмент підвищення ефективності діяльності фахівців соціономічних професій.....	126
Романишин А. М., Неурова А. Б. «Червоні команди» як засіб покращення процесу прийняття рішень органами воєнного управління.....	135
Свідерська О. І., Піхович І. А. Психологічна гнучкість та життєстійкість студентської молоді.....	143
Тютюнник Л. Л. Профілактика психогенних втрат у військових підрозділах Збройних Сил України.....	151
Фомич М. В. Особливості надання екстреної психологічної допомоги постраждалим в умовах масової загибелі населення внаслідок ракетного удару по житловому будинку в місті Умані.....	163
Холох О. І. Методологічні засади формування “образу ворога” у свідомості українських військовослужбовців під час відсічі російської збройної агресії.....	169
Чорний В. С., Романішин А. М., Остапчук О. П. Стійкість українських військовослужбовців в ході російсько-української війни: психологічні чинники.....	181
Чорний О. В. Наративна компетентність як предмет наукових досліджень.....	190
Ягупов В. В. Суб'єктний компонент професійної компетентності фахівців.....	200
ДО ВІДОМА АВТОРІВ.....	211

CONTENTS

Issues of psychology

Aleshchenko V. I. Socio-psychological aspects of the formation of the image of the armed forces of Ukraine.....	7
Arkhangelska M. V. The potential of cognitive-behavioral psychotherapy in the treatment of personality disorders.....	17
Berezovska L. I. The relationship between emotional stability and professional burnout of officers...	27
Bertash M. Planning and implementation of professional and psychological selection of employees of the state customs service.....	36
Verbytska L. Mental states in the structure of experiencing a professional crisis.....	45
Hruntkovskiy O., Vasilenko S., Sydorov K. Current state of implementation of the psychological support system for personnel in the armed forces of Ukraine.....	53
Hutsol K. Chat GPT as a tool for enhancing access to psychological support for Ukrainians during wartime.....	61
Kalenichenko R., Silaiev Iu., Telebenieva Y. Psychological support of professional growth of future specialists in crisis conditions.....	69
Kaposloz H. V. Activities of commanders regarding ensuring the psychological stability of subordinates in battle.....	76
Kostiuchenk Ye. Behavior self-regulation as a factor in the emergence of the impostor phenomenon.....	88
Kushnirenko K. O., Mostova I. V. Motivation of youth when choosing socioeconomic professions...	96
Lizun A. A set of psychodiagnostic tools for studying personal and professional traits of military personnel.....	101
Moroz L. V. Formation of higher education students' readiness for interpersonal interaction.....	109
Nikitina O., Belova P. S. Diagnostics of PTSD level among high school students in a front-line metropolis.....	118
Nikolaiev L. Coaching technologies as a tool for increasing the efficiency of activities of specialists in socio-economic professions.....	126
Romanishin A., Neurova A. "Red teams" as a means of improving the decision-making process by military administration bodies.....	135
Sviderska O. I., Pikhovych I. A. Psychological flexibility and resilience of student.....	143
Tiutiunnyk L. Prevention of psychogenic losses in the military units of the armed forces of Ukraine.....	151
Fomych M. V. The features of providing psychological first aid to the victims in the context of massive mortality as a result of a missile strike on a high-rise building in Uman.....	163
Kholokh O. I. Methodological principles of the formation of the "enemy image" in the consciousness of Ukrainian servicemen during against of russian armed aggression.....	169
Chorny V., Romanishin A., Ostapchuk O. The influence of social and psychological factors of the modern russian-ukrainian war on the stability of Ukrainian military servants.....	181
Chornii O. Narrative competence as a subject of scientific research.....	190
Yahupov V. Subjective component of subject matter experts' professional competence.....	200
INFORMATION FOR AUTHORS	211

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ
ІМІДЖУ ЗС УКРАЇНИ

*Алещенко В. І. доктор психологічних наук, професор,
заслужений працівник соціальної сфери України,
Національний університет оборони України
<https://orcid.org/0000-0003-1560-7318>*

У статті висвітлено соціально-психологічні аспекти формування іміджу Збройних Сил України, здійснено аналіз його сучасного стану, вплив на різні аспекти суспільного життя. Визначені функції іміджу силової структури, суб'єкти формування позитивного іміджу війська, основні напрямки. Охарактеризовано основні прийоми та психотехнології іміджування війська в медіапросторі. Зосереджено увагу на необхідності розробки Стратегії формування позитивного іміджу Збройних Сил України, відповідних рекомендацій для органів військового управління.

Ключові слова: імідж; функції іміджу; іміджмейкер; іміджування війська в медіапросторі; Стратегія позитивного іміджу Збройних Сил України; воєнно-іміджева політика; формування брендової стратегії.

Вступ. Армія – один з символів України. Історія становлення та звитяги українського війська у різні епохи невід'ємна від буття українського народу та його держави. Успішне виконання завдань захисту територіальної цілісності нашої державі і у теперішній час пов'язано із необхідністю формування позитивного іміджу Збройних Сил України (ЗС України) та привабливості військової служби. Позитивно сформований імідж ЗС України значно сприяє зміцненню обороноздатності та безпеки держави, її авторитету.

Досвід будівництва українського війська переконливо показує, що від ставлення держави, усіх верств суспільства до нього багато в чому залежить його боєготовність, морально-психологічний стан особового складу, ефективність виконання ними завдань у мирний і воєнний час щодо захисту територіальної цілісності країни. Однак цей процес ускладнюються низкою чинників об'єктивного та суб'єктивного порядку, у тому числі заперечливим іміджем військової служби, що склався серед окремих громадян.

Отже, питання формування позитивного іміджу ЗС України, сприятливих іміджевих характеристик набуває у теперішній час чітко вираженого політичного забарвлення та вагомого соціального значення. Цим і обумовлена актуальність обраної теми дослідження.

Мета статті полягає у визначенні основних соціально-психологічних аспектів формування іміджу ЗС України та розробки

необхідних рекомендацій щодо діяльності відповідних державних та військових структур Завдання дослідження:

1) здійснити теоретичний аналіз проблеми формування позитивного іміджу Збройних Сил;

2) визначити основні функції іміджу силової структури, суб'єкти його формування та основні соціально-психологічні аспекти;

3) з врахуванням набутого досвіду розробити Стратегію формування позитивного іміджу ЗС України та рекомендації.

Теоретичне підґрунтя. Проблема соціально-психологічних аспектів формування іміджу ЗС України є актуальною в умовах сьогодення. Її розгляду присвячені численні наукові розвідки. Так, психологічні засади вивчення іміджу держави, лідера, військового керівника, військовослужбовця, фірми, силових структур представлені у працях зарубіжних вчених: П. Берда, П. Дракера, Ж. Сегела, Г. Даулінга, В. Шепеля, Е. Галумова. Вивчення феномену «імідж» окреслено працями відомих вітчизняних авторів, як: О. Абдулліної, Л. Беліченка, І. Вікент'єва, Л. Водовіча, О. Газмана, Я. Дроздовського, І. Зарецької, Ф. Кузіна, Н. Кузьміної, Л. Мітіної, Е. Перелигіної, Г. Почепцова, Р. Ромашкіної, Л. Соколової, В. Тимошенко, І. Черемушнікової, Н. Чипиленко, М. Шишкіної, В. Яроша та інших.

Проте проблема формування іміджу ЗС України залишається недостатньо дослідженою. Серед доробку українських вчених, присвячених вивченню іміджу ЗС України вагоме місце займають праці В. Муляві, Л. Прудникова, У. Ільницької, В. Данілова та ін.

Загалом питання сучасного іміджу ЗС України, військовослужбовця, фахівця, у тому числі й безпекового профілю, розглядаються як в наукових публікаціях так і в навчальних посібниках. Попередні наші наукові розвідки (2010; 2016) ми проаналізували теоретичні та практичні аспекти формування іміджу армії, зарубіжний досвід цієї діяльності, у наукових статтях досліджується формування іміджу майбутнього офіцера ЗС України. Л. Беліченко (2023) вивчає міжнародний досвід формування іміджу офіцера, особливості його формування, Я. Дроздовський та В. Ярош (2022) актуалізують в своїх дослідженнях проблеми формування і розвитку бренду України на міжнародній арені, а М. Мухін (2023) – рейтингу армій світу. Професор Г. Почепцов, експерт з інформаційної політики та комунікаційних технологій, розглядає основні функції для іміджу силової структури.

У той же час подальшого пошуку і розробки потребують ефективні форми і методи формування позитивного іміджу українського війська.

Методи дослідження. Застосовувалися наступні методи: теоретичний аналіз, синтез, систематизація основних положень щодо соціально-психологічних аспектів формування позитивного іміджу ЗС України.

Результати і обговорення. В умовах всеохоплюючої оборони на перший план життя висуває завдання щодо пошуку дієвих механізмів підвищення престижу військової служби та позитивного образу Збройних Сил, військовослужбовців в суспільстві, а також налагодження взаємодії між громадськістю та силовими структурами.

Імідж є об'єктивним фактором, формою відображення інституту держави в масовій свідомості, узагальненим, емоційно-забарвленим образом, який в концентрованій формі передає суть структури та несе певне інформаційне навантаження.

Сприйняття та оцінювання Збройних Сил відбувається саме через імідж, який є

сполучною ланкою між громадськістю та ними, підкреслює особливо важливі характеристики цієї структури, чинить емоційно-психологічний вплив на населення що забезпечує позитивне сприйняття та визнання у суспільстві, легітимізує функціонування Збройних Сил в політичній системі, є необхідною передумовою створення нової, наближеної до євроатлантичних стандартів, моделі ЗС України. Слід зазначити, що за 33 роки незалежності вони пройшли складний шлях розбудови від створення основ нашого війська до випробовування їх стійкості у стримуванні та відсічі збройної агресії Російської Федерації.

Позитивний імідж Збройних Сил створюється певними суб'єктами і впроваджується за допомогою певних технологій з використанням засобів масової інформації. Його особливість полягає у засвоєнні масовою свідомістю емоційне-забарвлених образів на основі уявлень про армію.

Можна зробити висновок, що, імідж Збройних Сил з одного боку, є поняттям різноплановим, з іншого – має кілька соціально-психологічних загальних ознак:

імідж Збройних Сил є цілеспрямованим сконструйованим образом, який охоплює комплекс об'єктивно взаємопов'язаних між собою характеристик державного інституту, водночас він сформований на основі міфотворчості та стереотипів суспільної свідомості за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій;

формування іміджу відбувається під впливом таких факторів як історичне минуле (особливо війни, збройні конфлікти і участь в них Збройних Сил), діяльність органів державної влади як у внутрішній, так і в зовнішній політиці щодо формування образу війська;

досить значна соціально-психологічна, символічна компонента іміджу армії. Символ виконує важливі функції: виступає засобом єднання структури та громадськості; є засобом комунікації; стимулює психологічні феномени зараження та наслідування; сприяє відчуттю авторитету, сили; дає змогу розібратись в складних явищах та проблемах; має велику регуляторну силу.

Тобто імідж збройних сил є символічним образом, певним символічним

виразом уявлення про специфіку, особливості діяльності та функціонування силової структури, що сформувався в суспільній думці. Основним каналом формування, трансформації та тиражування іміджу армії є ЗМІ (В. Бугрим, 2013).

Отже, суб'єктами формування позитивного іміджу Збройних Сил будуть:

держава, яка здійснює іміджмейкерські функції через органи державної влади, в тому числі і через Міністерство оборони;

засоби масової інформації;

іміджмейкери – фахівці з формування іміджу, які формують як позитивний, так і негативний імідж, це залежить від вимог замовника послуги іміджмейкера;

власне військовослужбовці та працівники ЗС України.

Імідж Збройних Сил є певною системою взаємовідносин між військовиками і суспільством, елементами формування цієї системи є:

офіційна політика держави у сфері оборони і військового будівництва;

функції, які виконують Збройні Сили в державі і суспільстві;

інформаційна політика та пропагандистська діяльність держави у справі популяризації військової служби;

комунікація як на рівні держави, збройних сил, так і на рівні громад у цьому напрямі має бути системною та активною;

інформаційна та рекламна діяльність військових структур;

особиста і корпоративна культура військовослужбовців;

досвід спілкування громадян з армійськими структурами або їх представниками.

формування позитивного іміджу ЗС України як невід'ємна частина образу самої України, є складовою системи забезпечення національної безпеки.

Визначальними для іміджу силової структури, виступають функції:

1. Функція ідентифікації.

2. Функція створення певної системи оцінювальних координат.

3. Формування позитивного ставлення до збройних сил та сприяння визнанню структури як важливого інституту політичної системи.

4. Функція ідеалізації. Сформований позитивний імідж армії зумовлений

інтересами громадськості, адаптований до її уявлень про ідеальну структуру, пристосований до очікувань цільової аудиторії.

5. Протиставлення: передбачає відбудову від раніше створеного негативного іміджу або негативних характеристик. Контрастність дає можливість підкреслити вигідні позитивні риси (В. Алещенко, 2010, с. 16–17, 38–39).

На думку багатьох вчених, експертів основними напрямками формування позитивного іміджу ЗС України є:

ефективна і передбачувана для іноземних партнерів політика держави у сфері оборони;

діяльність органів державної влади щодо створення позитивного уявлення про Збройні Сили на державному рівні;

всебічне забезпечення Збройних Сил усім необхідним для виконання своїх функцій, перш за все оснащення новітньою зброєю і військовою технікою;

інформаційно-комунікативна діяльність Міністерства оборони України у сфері формування позитивного іміджу Збройних Сил;

діяльність ЗС України за межами держави, перш за все виконання миротворчих і гуманітарних місій;

соціальний захист військовослужбовців; формування системи відносин у військових частинах і підрозділах на основі загальнолюдських цінностей;

навчання і виховання військовослужбовців як професіоналів і патріотів своєї держави.

Для оптимізації процесу формування іміджу армії, на нашу думку, необхідна ефективна *Стратегія* формування позитивного іміджу війська – певний план, який поєднує пріоритетні завдання, засоби, форми, методи, ресурси, а також послідовність заходів для досягнення позитивних іміджевих характеристик Збройних Сил як державного інституту.

Ключовими елементами такої стратегії мають бути:

1. аналіз міжнародного і внутрішнього становища країни (політика, економіка, право, соціальна сфера, культура тощо);

2. визначення завдань щодо створення позитивного іміджу армії відповідно до

національних інтересів і пріоритетів держави;

3. структурування об'єктів впливу тобто ідентифікація відповідних цільових аудиторій;

4. визначення і розробка іміджевого образу Збройних Сил, а також форм його реалізації;

5. застосування методів, засобів і форм організації комунікативного впливу з метою „імплементатії” заданого іміджу в суспільну свідомість;

6. постійний контроль та оцінка ефективності реалізованих заходів, аналіз їх впливу на суспільну свідомість для виявлення негативних тенденцій і коригування стратегічного плану.

В іміджевій стратегії відбиваються найважливіші армійські риси, які „імплементуються” в суспільну свідомість, а саме:

необхідність (справедливість) призначення, цілей, функцій і завдань збройних сил;

високі моральні та бойові характеристики військовослужбовців;

перемоги при веденні бойових дій; володіння офіцерами новітніми військовими технологіями;

відповідність якості і кількості озброєння потребам забезпечення безпеки держави;

високі результати на навчаннях і маневрах;

порядок і дисципліна у військах; гідні взаємини серед військовослужбовців;

зразковий зовнішній вигляд військової людини;

високий рівень культури військовослужбовців;

героїчний зміст і дух символів, зовнішньої атрибутики (бойових прапорів, емблем, форми одягу).

Тобто в основу іміджевої стратегії кладуться найважливіші базові характеристики, що не піддаються щохвилинним змінам.

Практичним втіленням стратегії формування позитивного іміджу Збройних Сил держави є відповідна політика органів державної влади, тобто *воєнно-іміджева політика*. Під нею слід розуміти певний комплекс заходів державного і громадського

характеру, спрямований на формування в громадській думці, у керівництва держави та у самих військовослужбовців сучасного образу Збройних Сил. Для ефективної її реалізації органи державної влади повинні взаємодіяти з політичними партіями, громадськими рухами та організаціями.

Метою воєнно-іміджевої політики держави є формування в суспільстві розуміння необхідності та виправданості процесу утримання Збройних Сил, а також роз'яснення воєнної політики, яка здійснюється державою (Президентом, парламентом, урядом).

Практичними напрямками реалізації воєнно-іміджевої політики будуть:

військово-інформаційна політика держави;

зв'язки з громадськістю (PR-комунікації);

військово-патріотичне виховання населення держави;

рекламна діяльність Збройних Сил; інформаційно-пропагандистське забезпечення у Збройних Силах України.

До *засобів формування позитивного іміджу* Збройних Сил України відносяться ЗМІ, мережа Інтернет, література та мистецтво, система освіти, висловлювання відомих громадських та політичних діячів, наочна агітація, реклама, інформаційна діяльність Міністерства оборони, зв'язки з громадськістю (PR), заходи патріотичного виховання та ін.

Формами створення позитивного образу Збройних Сил України є комунікативна, візуальна, символічна, міфологічна та ін.

Серед *методів* формування позитивного іміджу Збройних Сил України слід відзначити позиціонування, переконання, навіювання тощо.

В розвинених демократичних країнах особливість формування іміджу армії полягає в тому, що армія виключена з процесу формування стратегії її створення. Збройні Сили мінімально впливають на вироблення політичних рішень стосовно того, яким має бути їх імідж, його формує влада.

Отже, *основним суб'єктом формування позитивного іміджу Збройних Сил є органи державної влади*. Вони здійснюють воєнно-іміджеву політику, спрямовану на формування в суспільстві позитивного образу воєнної організації. Однак ще одним

важливим напрямком діяльності органів влади є проведення соціально-правового забезпечення військовослужбовців як базової основи політики щодо формування іміджу.

Ефективність соціального і правового захисту значною мірою впливає на обрис Збройних Сил (2013).

У більшості провідних держав світу соціально-психологічним аспектам формування позитивного іміджу війська приділяється велика увага. Наприклад, керівництво США розглядає дотримання соціально-правового статусу військовослужбовців як обов'язкову умову, який сприяє тому, щоб служба в Збройних Силах вважалася найбільш престижною та привабливою діяльністю. Для нас є корисним також досвід таких європейських країн, як ФРН та Франція, які схожі з Україною за площею та кількістю населення. У цих країнах військовослужбовці мають високі соціальні стандарти та можливості для захисту своїх соціальних прав. Система їх матеріального забезпечення характеризується гнучкістю й пристосованістю до змін та інфляційних процесів. Політики та військові фахівці Заходу розглядають імідж збройних сил як складову їх бойової могутності, як важливу сторону підготовки та ведення військових операцій, досягнення перемоги у війні. На їх думку, збройні сили створюють високий імідж на полях битв переможними діями, «привабливим людським обличчям», професіоналізмом особового складу, його стійкістю й мужністю.

Ще одним напрямком діяльності органів державної влади є *військово-патріотичне виховання*. Удосконалення діяльності органів державної влади у сфері військово-патріотичного виховання необхідно проводити за такими напрямками:

політичний, що включає в себе діяльність вищих органів влади у сфері патріотичного виховання;

соціальний, що передбачає діяльність держави з питань створення соціальних передумов для формування військово-патріотичного світогляду населення;

правовий, що включає удосконалення нормативної-правової бази у сфері патріотичного виховання;

інформаційний, що передбачає активне використання засобів масової інформації;

зв'язки з громадськістю, що спрямовуються на консолідацію та координацію діяльності громадських об'єднань і організацій в інтересах патріотичного виховання;

організаційний, що включає створення постійних або тимчасових органів управління та координації військово-патріотичного виховання; Важливо забезпечити мотивацію, можливості для самореалізації, прозору кадрову політику як для військовослужбовців, так і для тих, хто ще не став до лав захисників.

науково-методичний, який передбачає розвиток теорії та практики військово-патріотичного виховання (В. Алещенко, 2010, с. 193–195).

В економічно розвинутих країнах органи державної влади та військові відомства йдуть шляхом посилення діяльності спеціалізованих військових органів (прес-служб, піар-структур та ін.) в інформаційному просторі. Крім того, військово-патріотичне виховання в розвинених країнах більшою мірою формується за рахунок опрацювання й активної реалізації широкомасштабної брендової стратегії. Створення низки брендів ЗС України може стати перспективним напрямом і вітчизняної воєнно-іміджевої політики (Field Manual, 2015).

Можна вирізнити наступні *принципи формування брендової стратегії*, покликаних підвищити привабливість ЗС України та військової служби:

1. Розвиток військового відомства має бути тісно пов'язаний з розвитком його бренду. Тобто необхідний чіткий план розвитку армії та її бренду, а не підтримання Збройних Сил у звичному стані.

2. Бренд Міністерства оборони повинен мати індивідуальні характеристики. При цьому філософія такого бренду має бути прозорою та зрозумілою як для військовослужбовців, так і для цивільного населення.

3. Постійна візуалізація брендів Збройних Сил. Необхідне посилення взаємодії військового відомства та його відповідних служб із різними ЗМІ. Метою такої взаємодії є збільшення кількості позитивної інформації про армію та її повсякденне життя.

4. Залучення цивільного населення до роботи по створенню брендів Збройних Сил. Мається на увазі те, що вирішення проблем оборони без широкого і багатоаспектного залучення суспільства і громадян є приреченим на провал.

5. Реалізація стратегії.

Отже, військовому відомству життєва необхідні декілька власних ефективних брендів, тобто Міністерству оборони в основу власної іміджевої діяльності слід покласти втілення у масову свідомість матеріалізованих, зрозумілих, знайомих, пов'язаних з військовою службою і армією образів, в яких у концентрованому вигляді яскраво поєднуються найкращі якості Збройних Сил та військової служби.

Оскільки більшість суспільства не має змоги безпосередньо спілкуватися з армійськими структурами, то зрозуміло, що найбільший вплив на розвиток військово-цивільних взаємовідносин справляють засоби масової інформації. Від рівня ефективності державної інформаційної політики і діяльності відповідних військових структур у взаємостосунках зі ЗМІ

залежатиме їх образ, який подається в телевізійних передачах, фільмах, на шпальтах газет і журналів, у радіопередачах, на сторінках Інтернету.

Мас-медіа сьогодні – це частина владної еліти будь-якого суспільства. За допомогою ЗМІ створюється система інформаційного співробітництва між державною владою, суспільством і Збройними Силами, висвітлюються питання, які непокоять армію, формується громадська думка, доносяться до суспільства ідеї інших чинників формування громадської думки (науковців, експертів тощо).

Основними чинниками зниження іміджу ЗС України через публікації в українських ЗМІ до 2014 року були катастрофи різного характеру, що призводили до загибелі людей і значних матеріальних втрат; корупція й хабарництво; нестатутні взаємовідносини; випадки загибелі та самогубства військовослужбовців. У висвітленні ж позитивного бракувало життєвої конкретики. Через це в суспільстві до 2014 року штучно підтримувався негативний образ Збройних Сил, формувалося хибне переконання, що за браком явних загроз суверенітету і територіальній цілісності держави

утримувати та озброювати власну армію – марна трата коштів. На теперішній час, проблеми у ЗС України загальновідомі. Безумовно, їх позитивний імідж формується на полі бою.

На сьогодні найвищим рівнем довіри в українців серед державних та суспільних інститутів користуються ЗС України. Про це свідчать результати опитування, проведеного соціологічною службою Центру Разумкова. «Серед державних та суспільних інститутів найчастіше довіра висловлюється до Збройних Сил України (їм довіряють 96% опитаних)», – йдеться в дослідженні. (Радіо свобода (2023))

Важливим засобом формування іміджу в інформаційному просторі є всесвітня інформаційна мережа Internet. Це динамічний і швидкозростаючий елемент інформаційно-комунікаційної системи держави, який зараз є головним джерелом інформації. Впродовж останніх років кількість користувачів Internet значно зросла. Отже, доцільність використання цього медіа-ресурсу в інтересах формування іміджу Збройних Сил – поза сумнівом. І в цьому не треба заощаджувати ні інтелектуальних, ні фінансових ресурсів. Потрібно залучати спеціалістів високого рівня як у сфері креативу іміджу (соціологів, політологів, психологів, журналістів), так і в галузі реклами (художників, веб-дизайнерів). Забезпечуючи безперервний потік інформації, працівники таких служб готують матеріали для ЗМІ, вміщують і систематично оновлюють на веб-сторінках Internet матеріали про функціонування структури, за заздалегідь оприлюдненим розкладом проводять прес-конференції та брифінги для представників мас-медіа. 22 березня 1999 р. було створено офіційний сайт Міністерства оборони України, який на теперішній час має сучасний привабливий вигляд. Постійно відбувається розширення внутрішнього наповнення сайту, проводиться висвітлення як важливих подій, так і окремих “робочих” епізодів з фронту, життєдіяльності війська, і що найбільш важливо – проводиться оперативне реагування та роз’яснення суспільству тих негативних моментів, які відбуваються. Усе це, безперечно, сприяє позитивним змінам у ставленні до ЗС України.

Суттєво сприяють налагодженню гармонійних відносин в системі “армія – громадськість” іміджеві технології. Рекламу для Збройних Сил є однією із технологій здійснення інформаційної та воєнно-іміджевої політики держави, ефективним інструментом соціально-психологічного впливу на відповідні цільові аудиторії і населення в цілому. Під рекламою розуміється оплачувана не персоналізована форма комунікації, яка реалізується засобами комунікації та спрямована на ознайомлення з предметом рекламування і формування позитивного ставлення до нього, а також на поширення відомостей про когось чи про щось для популяризації.

Рекламна діяльність Збройних Сил спрямовується на: інформування суспільства про завдання та практичну діяльність Міністерства оборони України, Головнокомандувача ЗС України, Генерального штабу, військових частин; зміцнення авторитету та поліпшення позитивного іміджу Збройних Сил у суспільстві; забезпечення, органів державної влади та органів місцевого самоврядування, діяльності ТЦК та СП в проведенні заходів, спрямованих на підготовку молоді до військової служби; інформування суспільства та іноземних партнерів про здобутки у вітчизняному оборонно-промисловому комплексі, рекламування зразків озброєння, техніки та ін. Проводячи вдалі рекламні (креативні) кампанії, можна досягти значних успіхів у створенні позитивного ставлення до військової служби (стосовно укладання контракту, вступу до вищих військових навчальних закладів тощо) та Збройних Сил.

Форми й засоби рекламної кампанії можуть бути різними. Це, зокрема, видання спеціальних журналів з військової тематики, публікація замовних позитивних статей про Збройні Сили в популярних засобах масової інформації, створення телевізійних програм, телевізійних і художніх фільмів відповідної спрямованості, залучення до співпраці провідних рекламних фірм тощо. Поряд з рекламуванням ЗС України та військової служби в загальнодержавному масштабі, доцільно для кожного виду й роду Збройних Сил, для кожної військової частини створювати свій неповторний образ з

урахуванням особливостей військової служби.

Отже, сучасна воєнна політика не може бути вдалою без ефективної воєнно-іміджевої політики, яка, в свою чергу, має бути постійною, науково обґрунтованою роботою, комплексом послідовних інформаційно-агітаційних та соціально-правових заходів, у яких зацікавлено керівництво як держави, так і Збройних Сил. Ці заходи мають плануватись у масштабі держави, погоджуватись зі всіма її суб'єктами та учасниками, а також забезпечувати необхідним матеріальним ресурсом.

Висновки. Таким чином, проведене дослідження засвідчило, формування позитивного іміджу ЗС України як невід'ємна частина образу самої України, є складовою системи забезпечення національної безпеки.

Соціально-психологічні аспекти формування позитивного іміджу ЗС України визначається їх природою та історією, військовою політикою й ідеологією держави. Він розробляється структурами законодавчої та виконавчої влади, політичними, військовими діячами та представниками науки, а потім через ЗМІ, засоби духовної культури й освіти, внутрішні комунікації у війську впроваджується в суспільну свідомість як на теоретичному, так і на практичному соціально-політичному рівні.

Імідж сучасних Збройних Сил України відображається у рівні їх бойової та мобілізаційної готовності, впливає на оснащеності новим озброєнням і військовою технікою, дисциплінованості та професійної підготовленості особового складу, його мотивації на сумлінне виконання військового обов'язку. Надважливим критерієм цього іміджу є упевненість суспільства в Збройних Силах, що зможуть протистояти зовнішній агресії й прийти на допомогу у разі стихійного лиха чи катастрофи.

Забезпечення високого іміджу можливо завдяки гідному статусу військовослужбовця в суспільстві, привабливості військової служби, мотивації молоді до наслідування героїчних традицій захисників України. Поняття іміджу має низку близьких по значенню слів: думка, рейтинг, репутація, образ, відношення, популярність, слава, престиж, авторитет і т. ін. Професійно створений позитивний імідж збройних сил

функціонує як оптимальний інформаційний об'єкт, що формує прихильність і визнання з боку громадськості та забезпечує адекватне сприйняття ЗС України як силовій державної інституції.

Соціально-психологічні аспекти формування позитивного іміджу війська виступають важливою складовою їх бойового та духовного потенціалу. Стаючи надбанням масової свідомості, як певний образ-уявлення, імідж методом асоціацій наділяє збройні сили, військову службу додатковими соціальними, психологічними, естетичними властивостями, які не завжди містяться в реальних властивостях самого об'єкта, але наділені соціальною значущістю для тих, хто такий образ сприймає. Це є основою для виховання громадянської

ідентичності та гідності молодих поколінь, у яких перед очима достойні приклади пращурів і сучасників захисників Батьківщини.

Інтереси зміцнення безпеки, міжнародного авторитету країни, укріплення віри народу та армії у власні сили вимагають поліпшення іміджу ЗС України. Можна спробувати кардинально змінити образ збройних сил за допомогою технологічних, політехнологічних, медіа-засобів. Проте досягти цього суто технологічними методами неможливо. Цей процес передбачає певну зміну суспільної свідомості, а також створення нових матеріальних і духовних можливостей для якісного вдосконалення ЗС України, спроможностей щодо захисту української держави.

Список використаних джерел

1. Алещенко, В. І. (2016). Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України: Психологічні умови формування іміджу майбутнього офіцера Збройних сил України. Серія: Психологічні науки. №1, 5–18. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpnarpn_2016_1_3.
2. Алещенко, В. І. (2010). Імідж Збройних Сил України: теорія і практика формування: монографія. НУОУ. Київ, Україна.
3. Розбудова іміджу інститутів сектору безпеки України: *viribus unitis* (2013): колект. монографія. Київ: Женева; Янтар. Україна.
4. Беліченко, Л. О. (2023). Міжнародний досвід формування іміджу офіцера. Вісник Національного університету оборони України. №1 (71), 32–40. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-71-1-32-40>
5. Бугрим, В. (2013). Іміджологія/Іміджмейкінг: навч. посіб. Київ: Нац. ун-т. ім. Т. Шевченко.
6. Дроздовский, Я. П., & Ярош, В. В. (2018). Проблеми формування і розвитку бренду України на міжнародній арені. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Міжнародні економічні відносини та світове господарство. № 22 (1). 106–109. http://www.visnyk-econom.uzhnu.uz.ua/archive/22_1_2018ua/24.pdf
7. Мухін, М. (2022). Рейтинг армій світу. Яка армія найсильніша та як це визначають? eSSUIR <https://chas.news/current/reiting-armii-svitu-yaka-armiya-naisilnisha-ta-yak-tse-viznachayut>.
8. Army Leader Development Strategy (2013). [electronic resurs]. – URL: <http://data.cape.army.mil/web/character-development-project/repository/alds-2013.pdf>.
9. Field Manual (2015). Leader Development. Headquarters. Departement of the Army. Washington DC, № 6–22. 188 p.
10. ЗСУ очолюють рейтинг довіри українців – опитування 15 березня 2023 (2023). <https://www.radiosvoboda.org/a/news-opytuvannia-dovira-zsu/32319880.html>

References

1. Aleshchenko, V. I. (2016). Psykholohichni umovy formuvannya imidzhu maybutn'oho ofitsera Zbroynykh syl Ukrayiny. [Psychological conditions of forming the image of a future officer of the Armed Forces of Ukraine] Zbirnyk naukovykh prats Natsionalnoi akademii Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy. Seriiia: Psykholohichni nauky. Vyp. 1, S. 5–18. (in Ukrainian)
2. Aleshchenko, V. I. (2010). Imidzh Zbroynykh Syl Ukrainy: teoriia i praktyka formuvannya [Image of the Armed Forces of Ukraine: theory and practice of formation] Visnyk Natsionalnoho universytetu obrony Ukrainy, Kyiv. (in Ukrainian)
3. Rozbudova imidzhu instytutiv sektoru bezpeky Ukrayiny viribus unitis (2013): [Building the image of security sector institutions of Ukraine] Kyiv. (in Ukrainian)
4. Belichenko, L. O. (2023). Mizhnarodnyi dosvid formuvannya imidzhu ofitsera [International experience of forming an officer's image] Visnyk Natsionalnoho universytetu obrony Ukrainy : zb. nauk. pr. Kyiv. Vyp. (71), S. 32–40 Kyiv. (in Ukrainian) <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-71-1-32-40>

5. Buhrym, V. (2013). Imidzholohiia/Imidzhmeikinh: navch. posib. [Imageology/Imagemaking] Kyiv: Nats. un-t. im. T. Shevchenko. (in Ukrainian)
6. Drozdovskyi, Ya. P., & Yarosh, V. V. (2018). Problemy formuvannya i rozvytku brendu Ukrainy na mizhnarodniy arena [Problems of formation and development of the brand of Ukraine in the international arena] Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriya: Mizhnarodni ekonomichni vidnosyny ta svitove hospodarstvo Vyp. 22 (1). S. 106–109. (in Ukrainian)
7. Mukhin, M. (2022). Reitynh armii svitu. Yaka armiia naisyl'nisha ta yak tse vyznachaiut? [Ranking of the armies of the world. Which army is the strongest and how is it determined?] eSSUIR <https://chas.news/current/reiting-armii-svitu-yaka-armiya-naishilnisha-ta-yak-tse-vyznachayut>. (in Ukrainian)
8. Army Leader Development Strategy (2013). [electronnyi resurs]. – URL: <http://data.cape.army.mil/web/character-development-project/repository/alds-2013.pdf>.
9. Field Manual (2015). Leader Development. Headquarters. Departement of the Army. Washington DC, № 6–22. 188 p.
10. ZSU ocholiuiut reitynh doviry ukrainsiv – opytuvannia 15 bereznia 2023 [The Armed Forces of Ukraine lead the rating of trust of Ukrainians – March 15, 2023 survey] (2023) <https://www.radiosvoboda.org/a/news-opytuvannia-dovira-zsu/32319880.html>

Summary

SOCIO-PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THE FORMATION OF THE IMAGE OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE

Aleshchenko V. I. Doctor of Psychological Sciences,
Professor, Honored Worker of the Social Sphere of Ukraine,
National Defense University of Ukraine

Introduction. In the current conditions of Russian aggression against Ukraine and the transformational processes taking place in society, the successful fulfillment of the tasks of protecting the territorial integrity of our state is associated with the necessity of forming a positive image of the Armed Forces of Ukraine (AFU) and the attractiveness of military service for the citizens of the country. A positively formed image of the AFU significantly contributes to strengthening the state's defense capability and security, as well as its authority. Historical experience convincingly shows that the combat readiness of the troops (forces), the moral and psychological state of the personnel, and their effectiveness in performing tasks in both peacetime and wartime largely depend on the attitude towards the armed forces by all segments of society. However, this process is complicated by a number of objective and subjective factors, including the negative image of military service that has developed among certain categories of the population. Thus, the problem of forming a positive image of the AFU acquires a distinctly political coloring and significant social importance. The aforementioned underlines the relevance of the chosen research topic.

Purpose. The purpose of the article is to identify the main socio-psychological aspects of forming the image of the AFU and to develop necessary recommendations for the activities of relevant state and military structures. The research tasks are:

- 1) to conduct a theoretical analysis of the problem of forming a positive image of the Armed Forces;
- 2) to identify the main functions of the image of a military structure, the subjects of its formation, and the main socio-psychological aspects;
- 3) based on the gained experience, to develop a Strategy for forming a positive image of the AFU and recommendations.

Methods. Theoretical analysis, synthesis, and systematization of the main principles of psychological-pedagogical science regarding the socio-psychological aspects of forming a positive image of the AFU were applied.

Originality. The process of reforming the national military sphere is complicated by a number of objective and subjective factors, including the negative image of military service that has formed among certain citizens of the state. Therefore, the problem of forming favorable image characteristics of the AFU acquires a distinctly social-political coloring and significant public importance. This determines the relevance of the chosen research topic.

Conclusion. Thus, the conducted research has shown that the socio-psychological aspects of forming a positive image of the AFU are determined by their nature and history, the military policy and ideology of the state. It is developed by legislative and executive authorities, political and military leaders, and representatives of science, and then through the media, means of spiritual culture and education, and internal communications in the military, it is introduced into public consciousness at both the theoretical and practical socio-political level. The image of the modern Armed Forces of Ukraine is reflected in their level of combat and mobilization readiness, equipment with new weapons and military equipment, the discipline and professional training of

personnel, and their motivation for conscientious performance of military duty. A crucial criterion for this image is society's confidence in the Armed Forces' ability to resist external aggression and come to aid in case of natural disasters or catastrophes.

Ensuring a high image is possible through the dignified status of military personnel in society, the attractiveness of military service, and the motivation of young people to follow the heroic traditions of Ukraine's defenders. An image is a certain value on which the success of any organization depends. The concept of image has a number of close meanings: opinion, rating, reputation, image, attitude, popularity, fame, prestige, authority, etc. A professionally created positive image of the armed forces functions as an optimal informational object, forming public favor and recognition and ensuring an adequate perception of the AFU as a state power institution. Socio-psychological aspects of forming a positive image of the military are an important component of their combat and spiritual potential. Becoming a part of mass consciousness as a certain image-representation, the image through associations endows the armed forces and military service with additional social, psychological, and aesthetic properties that are not always present in the real characteristics of the object itself but are socially significant for those who perceive such an image. It limits the rational knowledge of the armed forces and at the same time, through its influence, creates a specific socio-psychological attitude towards their perception. The interests of strengthening the security and international authority of the country, as well as the faith of the people and the army in their own strength, require improving the image of the AFU. It is possible to radically change the image of the armed forces with the help of technological, political-technological, and media means. However, achieving this purely through technological methods is not so simple. This process involves a certain change in public consciousness, as well as the creation of new material and spiritual opportunities for the qualitative improvement of the AFU's capabilities in defending the Ukrainian state.

Keywords: *image; functions of the image; image-maker; military image-making in the media space; strategy of the positive image of the army; military image policy; brand strategy formation.*

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 30.07.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 01.09.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**ПОТЕНЦІАЛ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОГО ПІДХОДУ
В ПСИХОТЕРАПІЇ РОЗЛАДІВ ОСОБИСТОСТІ**

Архангельська М. В. здобувач ступеню PhD
лабораторія когнітивної психології
Інститут психології ім. Г.С. Костюка
НАПН України
<https://orcid.org/0009-0004-7098-9894>

У статті розкриваються прийоми когнітивно-поведінкового підходу у психотерапії розладів особистості. Зазначено особливості психотерапії особистих розладів, розглянуто характеристики розладів особистості та труднощі в їх лікуванні. Визначено, що в міжнародній практиці когнітивно-поведінкову терапію застосовують в психотерапії особистих розладів як науково-обґрунтований підхід, проте більшість з розладів особистості важко піддається психотерапії, потребує тривалого курсу лікування з доповненням методів з інших напрямків психотерапії.

Ключові слова: розлади особистості; когнітивно-поведінкова терапія; когнітивна модель; дисфункціональні схеми.

Вступ. Психотерапія розладів особистості є однією з найважливіших проблем у галузі клінічної психології та психології особистості. За дослідницькими оцінками Всесвітньої Організації Охорони Здоров'я сьогодні близько 10% населення світу страждає від розладів особистості. Травматичний дитячий досвід, у тому числі жорстоке поводження та зневага, визнано факторами ризику, які можуть підвищити ймовірність розвитку у людини розладу особистості (Arntz, & Genderen, 2016).

Люди з розладами особистості зазвичай мають серйозні проблеми у відносинах, навчанні або роботі. У них сильно спотворені, жорсткі, надмірно узагальнені негативні переконання про себе, оточуючих і майбутнє. Вони привносять ці переконання практично у кожен ситуацію чи контекст, включаючи психотерапію. Дослідження в галузі розладів особистості дають важливу інформацію про поширеність, частоту супутніх станів, а також самошкодуючу та суїцидальну поведінку, терапію та прогноз одужання.

Мета дослідження є визначити особливості психотерапії розладів особистості, розглянути алгоритм когнітивно-поведінкового підходу психотерапевтичних інтервенцій, включити передбачувані фактори ризику розвитку розладів особистості, виявити загальну картину різних груп розладів особистості.

Теоретичне підґрунтя. Вивчення особистості почалося з епохи Гіппократа зі спроби з'ясувати, чим визначаються

індивідуальні розбіжності у поведінці людей. Наприкінці XIX початку XX століття німецький психіатр, основоположник нозологічної концепції у психіатрії, Е. Крепелін, виділив основні типи психопатичної особистості. Німецький психіатр та патопсихолог К. Шнайдер визначив одну з головних ознак психопатичної особистості: неможливість сформувати та підтримувати взаємини з людьми (Bonnet, & Bréjard, 2012). Відповідно до вітчизняного психіатра П. Ганнушкіну (1875-1933), психопатії характеризуються стабільністю в часі, тотальністю проявів, соціальною дезадаптацією, при цьому відхилення характеру від нормального типу у таких особистостей такі, що від них страждають вони самі, або їхнє оточення.

Як концептуальна основа для дослідження використана когнітивно-поведінкова психотерапія розладів особистості, яка запропонована Беком і Фріманом (Beck, & Freeman, 1990). У статті на основі даних зарубіжних досліджень складено огляд розладів особистості, визначено основні труднощі у терапії та психотерапевтичні прийоми.

Методи дослідження. Методи дослідження включають теоретичний аналіз, синтез, узагальнення дослідницьких даних, а також систематизацію та порівняння. Матеріал дослідження зібрано на підставі наукових даних із публікацій у галузі поведінкових наук та психіатрії.

Результати і обговорення. Одне з важливих питань, що обговорюються в

рамках психотерапії особистісних розладів, полягає у стратегії їхньої діагностики. У сучасній діагностиці особистісних розладів використовують Міннесотський багатоаспектний опитувальник MMPI, критерії DSM-5 Американської Психіатричної Асоціації, Міжнародну класифікацію хвороб МКХ-11. Американський психоаналітик М. Мак-Вільямс виділяє у діагностиці психічних розладів оцінку рівня розвитку особистісної організації, ступінь патології (психотичний, прикордонний, невротичний, нормальний), оцінку захисного стилю всередині цієї організації, або тип характеру людини (параноїдний, депресивний, шизоїдний та ін.) (N. Macwilliams, 2012).

Діагностика розладів особистості має низку недоліків, зокрема «навішування ярликів», за якими втрачається унікальна, неповторна особистість кожної людини, а також спрощується уявлення про людину, робить спілкування з нею формальним чи поверховим. Мілютіна К., Рудницька С., Котко Д., Бек Д. основну увагу в діагностиці акцентують на бесіді та взаємодії з клієнтом, приділяючи увагу самому першому контакту і формуванню взаємовідносин терапевта і клієнта.

У діагностичній моделі особистісних розладів Д. Бек виділяє такі критерії як самоідентичність, спрямованість, емпатія у міжособистісній взаємодії. Пацієнти з розладами особистості часто сприймають світ так, що не можуть надати об'єктивну інформацію терапевту, у таких випадках при можливості практикується отримання додаткової інформації залучаючи близьких з оточення пацієнта для участі в терапевтичній сесії (J. Beck, 2005).

У проведенні діагностичного обстеження особистісних розладів французький психіатр та когнітивно-поведінковий терапевт Ж. Котро пропонує розгляд структури особистості в таких рівнях: дезадаптивні схеми особистості (класифікація схем та режимів за Д. Янгом), режими (частки), обробка інформації на підтримку схем, когнітивні конструкти та стратегії адаптації (Cottraux, & Blackburn, 2006).

Люди з розладом особистості мають негнучкі та дисфункціональні міжособистісні поведінкові стратегії, що призводить до

проблем, які торкаються всіх сфер життя, включаючи сварки у взаєминах і на роботі. Часто люди з розладом особистості не звертаються за допомогою, при цьому більше дистресу можуть відчувати інші в їхньому оточенні, ніж вони самі. До ефективних методів у лікуванні розладів особистості Бек, Янг, Арнтц, Якоб відносять експериментальні, що включають уяву та повторне переживання подій дитинства. Основна мета полягає у зміні ригідних уявлень про себе, про навколишній світ, що впливає на когніції, емоції, соціальну взаємодію та поведінку. (Beck J., & Beck A., 2020).

У пацієнтів з особистісними розладами є деякі особливості, що може ускладнювати застосування когнітивно-поведінкової терапії через їхню відірваність від своїх думок та емоцій, не виконання домашніх завдань, уникнення. Стійкі дисфункціональні думки, а також самоушкоджуюча поведінка важко піддаються змінам лише застосовуючи когнітивно-поведінкові техніки.

Відмінна риса пацієнтів з розладом особистості - психологічна ригідність, що викликає труднощі заперечення доцільності їхньої саморуйнівної поведінки, або негативного сприйняття навколишнього світу (J. Bergeret, 1996). Терапія пацієнтів з розладом особистості часто довгострокова, такі пацієнти незадоволені своїм життям, неспроможні себе реалізувати у професії, або підтримувати тривалі відносини. Ці проблеми поширюються на всі сфери життя, що ускладнює постановку цілей терапії у рамках когнітивно-поведінкового підходу.

Взаємини терапевта та пацієнта ускладнені дисфункціональними схемами пацієнта, які замінюють адаптивні схеми, орієнтовані на реальність у обробці інформації. При тривожних розладах мобілізується стиль поведінки, який відповідає очікуванню катастрофи, при депресії часто самозаперечення. При нарцисичному розладі є чутливість до утисків почуття власної гідності, чутливість до втрати допомоги і любові має місце при залежному розладі особистості, отримання уваги за рахунок маніпуляції притаманно гістрійного розладу. Люди з розладом особистості виявляють паттерн поведінки, що часто повторюється, а дезадаптивні схеми не легко піддаються змінам. Часто пацієнти з

розладами особистості звертаються до психотерапевта лише для лікування симптомів, чи вирішення гострих проблем.

На думку Бека, Фримана (1990) серед труднощів пацієнтів із розладами особистості спілкування з іншими людьми, надмірна співзалежність, уникнення, заперечення проблем, неприйняття, недостатнє розуміння самої проблеми. У когнітивно-поведінковій терапії особлива увага приділяється спільній постановці мети психотерапевтом та пацієнтом, а в терапії велике значення має взаємна довіра. В когнітивній психотерапії особистісних розладів використовують рефлексію, розпізнавання, оцінку та перевірку об'єктивності інтерпретацій з метою розвитку гнучкості звичних схем та структур (Beck, & Freeman, 1990).

Виділяють три кластери розладів особистості на основі подібних характеристик та симптомів. Розлади особистості кластера А характеризуються незвичайним, ексцентричним мисленням чи поведінкою. Вони включають параноїдний, шизоїдний і шизотипічний розлади особистості. Параноїдний розлад особистості характеризується сильною підозрілістю до мотивів і поведінки людей. Людина з параноїдним розладом особистості надпильна, безпідставно очікує, що їй можуть нашкодити чи загрожувати. Параноїдні характеристики входять у шизофренію параноїдного типу, а також у маячний розлад. Пацієнти з параноїдними рисами чутливі, гнівливі, уразливі, мають тенденцію звинувачувати інших та знаходити виправдання своїм підозрам. У таких пацієнтів переважають емоції страху, тривоги, підозри можливого нападу, зради, бажання приховати ці відчуття, при цьому бути стриманим.

Когнітивно-поведінкова модель Колбі (1979) припускає, що людина з параноєю має ряд стратегій, спрямованих на попередження ганьби та приниження. На підставі комп'ютерного моделювання було виявлено шість кроків терапевтичних інтервенцій у роботі з передбачуванім параноїдальним пацієнтом. Перший крок включає роботу з дисфункціональними переконаннями, які враховують як соціалізувався пацієнт з дитинства і які взаємини у нього були зі старшими (переконання «я дурний, ненормальний, нікчемний, нечесний»).

Другий крок включає роботу з почуттям сорому, третій крок передбачає роботу з дистресом, який виникає через дисфункціональні переконання та появу сорому. Четвертий крок - пошук локусу, причин дистресу, п'ятий крок передбачає виявлення самої параноїдальної стратегії в інтерпретації того, що відбувається, у перенесенні причин дистресу на інших людей. Шостий крок передбачає роботу з стратегією параноїдального патерну мислення, що виникає автоматично. Колбі у своїй роботі зазначив, що необхідно далі розширити дослідження та провести його на реальних пацієнтах із параноїдальним розладом (Colby, Faught & Parkinson, 1979).

У когнітивно-поведінковому напрямку психотерапії розглядаються думки та емоції пацієнта, альтернативні можливі когніції, а труднощі в роботі складає раціоналізація людини з параноїдальним мисленням, яку він використовує для мінімізації суб'єктивного дискомфорту, наприклад «тримайся на сторожі, і ти впорасешся», «люди нечесні та світ несправедливий».

У дослідженні Макбет, Шванауер, Гамлей (2008) університетів Глазгоу та Единберга поставили завдання виявити зв'язок між стилем прихильності, соціальним менталітетом та параноїдальним мисленням. Вибірка становила двісті тринадцять осіб, які заповнили опитувальні дані про поточний стиль прихильності, міжособистісні проблеми, параної, марення, галюцинації, депресії і тривогу. В результаті було зроблено висновки, що показник прихильності та стратегія міжособистісного дистанціювання впливають на формування параної. Взаємодія теорії прихильності та соціального менталітету становить інтерес для вивчення аспектів розвитку психотичної феноменології (Macbeth, Schwannauer & Gumley, 2008).

Шизоїдний розлад особистості характеризується слабкою прихильністю до соціальних та інших контактів, схильністю до фантазій, відлюдькуватості, самоаналізу. У суспільстві шизоїдними прийнято вважати сором'язливих, замкнутих, хронічно нелюдимих і самотніх. До ознак цього розладу відносять обмежену здатність висловлювати почуття, відчувати задоволення, відсутність бажання встановлювати відносини з людьми.

Лікування шизоїдного розладу особистості є складним завданням для терапевтичного втручання. Бек, Фріман, Шульц та Дебрай (2005) відзначають, що це один з найменш вивчених розладів, і рекомендації щодо втручання залишаються неповними. У рамках КПТ протоколів лікування цього розладу включені етапи виявлення дисфункціональних переконань, робота з емоціями, когнітивна реструктуризація, формування альтернативних форм поведінки, робота зі схемами (Debray, Kindynis, Leclère, & Seigneurie, 2005).

Шизотиповий розлад особистості характеризується дивакуватою поведінкою, аномаліями мислення. На відміну від параноїдального та шизоїдного розладів, пацієнти з шизотипічним розладом особи не мають незвичайного, неорганізованого мислення та поведінки. Цю групу пацієнтів вважають у групі високого ризику розвитку шизофренії, оскільки є схожість у симптомах, за відсутністю психотичного компонента (галюцинаторно-маячного), а також при шизотиповому розладі не спостерігається апато-абулічний синдром.

Ж. Котро (2006) у клінічних випадках з пацієнтами з шизотипічним розладом описує такі труднощі, як дивні вірування пацієнтів: «світ - небезпечне місце, яке рухається темними силами, що виходить за межі логічного та наукового розуміння.» Крім того, у пацієнтів із шизотипічним розладом розвинені магічне мислення, занепокоєння паранормальними явищами, параноїдальне мислення, соціальна тривожність, відсутність близьких друзів. У лікуванні пацієнтів із шизотипічним розладом особистості успішно застосовуються когнітивні та поведінкові техніки, проводиться когнітивна реструктуризація та експозиція (Cottraux, & Blackburn, 2006).

Кластер В включає антисоціальний, межовий, істеричний і нарцисичний розлади особистості. Розлади особистості кластера В характеризуються театральністю, надмірною емоційністю, непередбачуваністю. Рівень смертності від самогубств серед людей з розладом кластеру В становить близько 20% (Tisseyre et al, 2022). Ризик суїцидальності збільшується внаслідок високої поширеності супутніх тривожно-депресивних захворювань, зловживання психоактивними

речовинами. Згідно з недавніми дослідженнями, хронічне безсоння також є фактором ризику суїциду в цій клінічній групі, а механізми, що пояснюють цей зв'язок, маловідомі (Alimoradi et al., 2022). Психопатологічні чинники, такі як емоційна дисрегуляція, імпульсивність, можуть виступати посередниками у зв'язку між безсонням і самогубством. У недавньому мета-аналізі, що включає 24 дослідження та 1977 учасників з 12 країн, було виявлено ефективність когнітивно-поведінкової терапії безсоння та її вплив на якість життя пацієнта. (Tisseyre et al., 2022).

Пацієнти з антисоціальним розладом особистості можуть ігнорувати права інших людей, вчиняти шахрайські, неправомірні дії з метою отримання власної вигоди, при цьому не відчуючи вини, можуть звинувачувати свою жертву, бути байдужими до своїх дій, які завдають шкоди іншим. Антисоціальний розлад особистості супроводжується залежністю від психоактивних речовин, розладом спонукань, тривожними розладами, потягом до азартних ігор, синдромом дефіциту уваги з гіперактивністю.

У когнітивній психотерапії антисоціального розладу особистості вивчаються дезадаптивні когнітивні стратегії пацієнта, терапевт допомагає пацієнтові розглядати ширше й об'єктивніше альтернативні переконання, благополучніші стратегії для себе та оточуючих. Клініцист проводить структуровані когнітивні вправи та поведінкові експерименти, вивчає особливості особистих пріоритетів пацієнта в контексті певних дій, вказує на наслідки вже вибраних пацієнтом стратегій та пропонує найбільш ефективні та благополучні. Завдання когнітивної психотерапії включає усвідомлення пацієнтом своїх думок, і навіть особистісних конфліктів, є основою дезадаптації у поведінці (Debray, Kindynis, Leclère & Seigneurie, 2005).

До діагностичних критеріїв межового розладу особистості (МРО) відносять емоційну дисрегуляцію, загрози суїцидальної поведінки, порушення самоїдентичності, хронічні почуття пустки, імпульсивність та інтенсивні нестабільні відносини. У когнітивній сфері у пацієнтів з МРО спостерігаються дисфункціональні схеми та спотворення обробки інформації, що

призводить до тривоги та підвищеної вразливості.

Психотерапевти прагнуть сприяти внутрішньому синтезу своїх клієнтів шляхом включення нових навичок у поведінковий репертуар клієнта, або шляхом направлення клієнта до інтеграції розрізнених часток особистості. Американський психолог Марша Лінехан відома як засновник діалектичної поведінкової терапії (ДПТ), спрямованої на роботу з людьми, які мають МРО та суїцидальний ризик. Її терапевтична програма включає модифікацію методів когнітивно-поведінкової терапії для МРО. Під «діалектикою» передбачається прийняття пацієнтів такими, які вони є під час їхнього навчання до змін. Марша Лінехан (1987) пише про необхідність діалектичної рівноваги, до якої необхідно прагнути терапевту, яке полягає у прийнятті, у визнанні розумності переживань та емоційної вразливості пацієнта з одного боку, об'єднання стратегій визнання та стратегій навчання навичкам з іншого боку (М. Linehan, 1987). У діалектичній поведінковій терапії акцент на спостереженні та створенні синтезу у процесі та змісті терапії перетворився на невід'ємну частину допомоги клієнтам у досягненні їх кінцевих цілей. М. Лінехан інтегрувала та адаптувала традиційні стратегії вирішення проблем та навчання навичкам для полегшення формування концептуалізації випадку та корективних втручань, а також для того, щоб упоратися зі складними поведінковими проявами МРО.

Пацієнтам з МРО важко впоратись з регуляцією всього комплексу реакцій, пов'язаних з певним емоційним станом. Основні переконання, які здаються центральними при МРО: «Я безсилий і вразливий», «Я по своїй суті неприйнятний» і «Світ небезпечний і зловмисний». Вважаючи світ небезпечним, себе відносно безсилим і неприйнятним, можна припустити, що межові пацієнти почуваються дітьми, залишеними наодинці у небезпечному місці. Дослідження коморбідності пацієнтів з МРО показують, що тривожні розлади та тривожні кластерні розлади особистості широко поширені при МРО. Більше того, багато пацієнтів з МРО повідомляють про дитячі травми в анамнезі (S. Martin, 2022).

Для гістрійного розладу особистості характерні надмірна емоційність, прагнення привернути до себе увагу, проявляється гіперкомпенсаторний режим пошуку уваги та похвали. Пацієнти з гістрійним розладом особистості діють провокаційним чином з метою привернення уваги інших. Депресивний розлад, дистимічний розлад та конверсійний розлад можуть бути супутніми цьому розладу особистості. Пацієнти з гістрійним розладом особистості мають надмірно драматичне уявлення про себе, демонстративність. Вони прагнуть змусити інших людей піклуватися про себе, оскільки самі не здатні виявити цю турботу, намагаються привернути увагу до своєї особистості (Bonnet, & Bréjard, 2012).

Психотерапія гістрійного розладу особистості передбачає навчання справлятися з емоційністю та імпульсивністю, формування адекватної та стійкої самооцінки, вміння соціалізуватися. У когнітивно-поведінковому підході терапевти працюють із переконаннями «Я не важливий і не потрібен», «Мене ігнорують», «Людям зі мною нецікаво, вони зі мною нудьгують» у результаті яких у пацієнтів з'являються вимоги привернути увагу за будь-яку ціну, що може проявлятися надмірною балакучістю, жартівливістю, яскравими показними емоціями страху, захопленням. Пацієнтам з гістрійним розладом особистості характерна надмірна драматизація, навіюваність, підвищена увага до своєї зовнішності. У дитинстві такі пацієнти ігнорувалися батьками, їх не помічали, або помічали, коли вони зробили щось погане, саме у дитячому та підлітковому віці формується розуміння «щоб отримати увагу, мені потрібно активно щось робити, інакше мене позбавлять кохання і я залишусь самотній та нещасний» (S. Rusinek, 2006).

У межах психотерапії опрацьовується дитинство, юність, стосунки у сім'ї, як і чому виникли такі стратегії поведінки. Основне завдання психотерапевта навчити людину з гістрійним розладом особистості будувати відносини з оточуючими та використовувати особливості свого сприйняття світу в правильному руслі, без шкоди іншим. Пацієнтам із гістрійним розладом особистості важко зосередитися на деталях. У межах когнітивно-поведінкового підходу психотерапії проводиться навчання

відстеження думок з допомогою запису дисфункціональних думок. Процес виявлення думок та емоцій є важливим кроком у зміні мислення гістрійонних пацієнтів. Увага приділяється таким технікам як рольова гра, складання списку переваг та недоліків, робота з поняттям «ідентичності», оскільки цей розлад розвивається ще з дитячих років, важливою є робота над покращенням міжособистісних відносин. Проводяться поведінкові експерименти заперечення, для тренування заперечення без відчуття порожнечі.

Нарцисичний розлад особистості характеризується патернами грандіозності у поведінці, перебільшеним почуттям своєї значущості, переваги, потребою у захопленні та відсутністю емпатії. Такі пацієнти переоцінюють свої здібності, перебільшують свої досягнення та схильні недооцінювати здібності інших, вимагати уваги за свої заслуги та досягнення. Люди з нарцисичним розладом особистості егоцентричні, їм не вистачає емпатії та уваги до інших, вони залежать від похвали та захоплень. Переконавання нарцисичних пацієнтів: «Я особливий», «Я краще, вище за всіх», «Люди не мають права критикувати мене», «Правила, що застосовуються до інших, не повинні стосуватися мене».

Пацієнти з нарцисичним розладом звертаються за допомогою внаслідок проблем у взаєминах та депресивного розладу. Депресія розвивається внаслідок розчарування чи утиску почуття грандіозності. Унікальність може виражатися через відчай, відбувається невідповідність між очікуваними фантазіями та дійсністю. Крім депресії, нарцисичний розлад особистості може супроводжуватися соціальною фобією, іпохондрією, зловживанням психоактивними речовинами.

У психотерапії такі пацієнти виявляють перебільшене, необґрунтоване почуття власної значущості та таланти, необхідність безумовного захоплення та зарозумілості. У схема-терапії підхід із застосуванням режимів дозволяє сформувати терапевту співпрацю з тими частинами особистості пацієнта, які прагнуть здоров'я та вступають у боротьбу з тими частинами, які спрямовані до ізоляції, саморуйнування, заподіяння шкоди. У когнітивно-поведінковому підході робота психотерапевта спрямована на

когнітивну реструктуризацію, виявлення автоматичних думок та поведінкових патернів, емоційних реакцій, формування нових поведінкових патернів за допомогою когнітивних та поведінкових технік. З нарцисичними пацієнтами широко застосовуються прийоми емпатичної конфронтації (Young, Klosko, & Weishaar, 2017).

Пацієнти кластера С часто мають підвищену тривожність, страхи. У цю групу включені тривожний (уникаючий) розлад особистості, залежний і обсесивно-компульсивний розлади особистості. Відповідно до DSM-5 для діагностики уникаючого розладу особистості, у пацієнтів повинен бути постійний характер уникнення соціального контакту, відчуття неадекватності та страх відторгнення. Уникаючий розлад особистості пов'язаний з високим рівнем порушень у багатьох областях функціонування, такими як тотальне уникнення в поведінці та в когнітивній сфері. Діагностичні критерії цього розладу перетинаються із шизоїдним розладом особистості, соціальною фобією, агорафобією.

Важливим критерієм для пацієнтів з тривожним розладом особистості є прагнення до встановлення дружніх стосунків та стурбованість критикою, їх характеризує стриманість, почуття неадекватності та гіперчутливість до негативних оцінок, при цьому основна стратегія подолання особистості передбачає уникнення ситуацій, у яких її можуть оцінити негативно. Згідно з дослідженням Ріс, Прітчард (2013) з університету Кертіна в Австралії короточасна когнітивна психотерапія показала ефективність за результатами 12 щотижневих занять з двома пацієнтами з уникаючим розладом особистості. Ряд діагностичних показників тяжкості симптомів, загального функціонування та самоозвітів проводився до лікування, після лікування та через 6 тижнів спостереження. Проводився регулярний моніторинг сили віри кожного учасника в чотири індивідуальні ідентифіковані когнітивні процеси, пов'язані з уникаючим розладом особистості. На етапах лікування та подальшого спостереження було відзначено зменшення симптомів, підвищення якості життя учасників. Результати показали, що

короткострокова когнітивно-поведінкова терапія може бути ефективним лікуванням тривожного розладу особистості, і що необхідні подальші дослідження з більшими вибірками (Rees, & Pritchard, 2013).

Залежний розлад особистості характеризується домінуючою та надмірною потребою у отриманні турботи, що призводить до покірності, надмірного послуху. Люди із залежним розладом особистості мають тривожний тип прихильності, яка з теорії Д. Боулбі виникає виходячи з сумнівів людини у доступності важливої особи, до якої вона прив'язана у дитинстві.

Пацієнти із залежним розладом особистості вважають себе нездатними піклуватися про себе та використовують покірність, щоб спробувати змусити інших людей піклуватися про них. Вони не здатні приймати звичайні повсякденні рішення без порад і підтримки, вразливі до критики та несхвалення. Переконавання про себе «я слабкий, я некомпетентний», «мені потрібні інші люди, щоб вижити», супроводжуються страхом покинутості, почуттям безпорадності. В умовах діагностики залежного розладу особистості, надмірна потреба людини в отриманні турботи, страх перед необхідністю піклуватися про себе. У психотерапії може бути корисним вивчення страху незалежності. Умовні припущення таких пацієнтів: «якщо я залежу від інших, зі мною все буде гаразд, але якщо я залежу від себе - ухвалюю рішення, намагаюся вирішити проблеми - у мене нічого не вийде»; «якщо я підкорюся іншим, вони подбають про мене, але якщо я їх засмучу, вони не піклуватимуться про мене» (Jacob, & Arntz, 2021).

Пацієнти із залежним розладом особистості вважають себе нездатними піклуватися про себе та використовують покірність, щоб спробувати змусити інших людей піклуватися про них. Вони не здатні приймати звичайні повсякденні рішення без порад і підтримки, вразливі до критики та несхвалення. Переконавання про себе "я слабкий", "я некомпетентний", "мені потрібні інші люди, щоб вижити", супроводжуються страхом покинутості, почуттям безпорадності. В умовах діагностики залежного розладу особистості, надмірна потреба людини в отриманні турботи, страх

перед необхідністю піклуватися про себе. У психотерапії може бути корисним вивчення страху незалежності.

Обсесивно-компульсивний розлад особистості характеризується постійним контролем, перфекціонізмом. Серед симптомів цього особистісного розладу стурбованість деталями, правилами, графіками, зосередження на виконанні якогось завдання досконало, що заважає виконати це завдання. Риси характеру людей з обсесивно-компульсивним розладом включають упертість, акуратність, нав'язливі ідеї та дії. Люди з цим розладом особистості часто відчують міжособистісні проблеми та потребу у контролі поведінки інших людей. Цей розлад може бути коморбідним з обсесивно-компульсивним розладом, а також розладами харчової поведінки, ігровою залежністю (Medeiros, & Grant, 2018).

У терапії застосовуються когнітивні та поведінкові методи, релаксація для того, щоб допомогти таким пацієнтам упоратися з нав'язливістю. Часто такі пацієнти вважають, що неспокій корисний і продуктивний. У схема-терапії при цьому особистісному розладі виявляють режим вразливої дитини, критика, гіперконтролера, перфекціоніста. Важливо допомогти пацієнту визначити схеми, що лежать у глибині і виходячи з яких виникають автоматичні думки, зрозуміти як сформувалася схема у взаємодії з важливими людьми, культурними нормами.

У терапії особистісних розладів є важливим зв'язок з дитячим досвідом, соціалізація в школі, формування типу прихильності та особистості пацієнта. Відповідно до Бек, Котро, у когнітивно-поведінковій психотерапії особистісних розладів ефективно застосовуються техніки з інших психотерапевтичних напрямів, такі як діалектична поведінкова терапія, терапія прийняття та відповідальності АСТ, інтерперсональна психотерапія, психодинамічна психотерапія, мотиваційне інтерв'ю.

Згідно з дослідженням предикторів формування та рецидивування саморуйнівної поведінки Національної медичної академії післядипломної освіти імені П.Л. Шупика у Києві, в якому брало участь 210 суїцидентів, особистісні розлади та хронічна алкоголізація, наркотизація мали значення як аутодеструктивний еквівалент та

рецидивування самоушкоджуючої поведінки (Пілягіна, & Чумак, 2014). У дослідженні автори наголошують, що такі пацієнти потребують тривалої терапії із застосуванням психофармакотерапії, а також психотерапевтичного втручання, переважно у вигляді міксту когнітивно-поведінкової, екзистенційної та сімейної психотерапії (Пілягіна, & Чумак, 2014).

У психотерапії особистісних розладів велика увага приділяється технікам емоційної регуляції та співчуття до себе. Особливе місце в роботі з особистісними розладами має робота з самокритикою. Завищені вимоги і стандарти часто формуються коли у дитинстві пред'являються завищені вимоги важливих дорослих. Методи роботи включають сократівські питання, аналіз вигод і витрат критики в порівнянні зі співчуттям до себе, поведінкові експерименти, експериментальні вправи (Taylor, Bee, & Haddock, 2016).

Особливе місце у психотерапії розладів особистості займає схема-терапія. Д. Янг вивчав схеми, які були вже відкриті А. Беком, проте приділяв увагу саме тим схемам, що виникли у пацієнтів у дитинстві. Він наголошував, що саме досвід, пережитий у дитинстві, може ставати ядром особистісних розладів, а також хронічних розладів Осі І (Jacob, & Arntz, 2021). Сам термін «схема» використовується в різних галузях науки, включаючи комп'ютерне програмування, геометрію, педагогіку, а у психології схема є патерн, який люди використовують, щоб пояснити своє сприйняття та реакції. Жан Піаже описав схеми на різних етапах розвитку дитини. Під схемою розуміється комплекс інформації, якийсь шаблон про себе та реальність, що складається з когніцій, спогадів, емоцій. Схеми формуються у ранньому дитинстві та у підлітковому віці, і доформовуються протягом життя. До людини може приходити почуття самотності, ізоляції, дефектності у разі стресу, який є неадекватним до поточної ситуації, з'являються переживання режиму «фаненої дитини», а сприйняття світу відбувається через дисфункціональні схеми.

У формуванні розладу особистості включено генетичні, біологічні, психологічні та соціальні фактори. Діти, що переживають травмуючу подію, можуть мати зміни у структурі та функціонуванні мозку. Сам досвід переживання не веде до формування розладу, а має вплив саме те значення, яке людина надає цьому досвіду в дитинстві та дорослому віці.

У схемі терапії робота зі схемами змістилася до роботи з частинами особистості, які називаються «режимами». Ранні дезадаптивні схеми показують, як людина бореться за виживання. Це те, як людина розуміє та знає як істину. Дослідження ефективності схема-терапії та роботи Джеффри Янга зробили схему-терапію однією з провідних у роботі з тяжкими розладами особистості (Farrell, & Shaw, 2021).

Висновки. Отже, когнітивно-поведінковий напрямок в психотерапії розладів особистості є гнучкою моделлю, оскільки включає науково-обґрунтовану теоретичну базу і використовується в різних аспектах психотерапевтичної та психологічної допомоги. Для того щоб когнітивно-поведінкова психотерапія була ефективною, необхідно враховувати особливості розладів особистості та розуміти, що робота зі схемами пред'являє певні вимоги до особистості психотерапевта, без яких робота може бути виконана недостатньо кваліфіковано та ефективно.

Важливо, що когнітивно-поведінкова терапія не ґрунтується на теорії прив'язаності, а проблеми пацієнтів можуть бути пов'язані саме з незадоволеними потребами дитинства та типом прив'язаності. Когнітивно-поведінковий підхід дозволяє адаптувати методи з широкого спектру науково обґрунтованих психотерапевтичних модальностей у контексті когнітивної моделі. Формування уявлення про пацієнта, формулювання стратегії терапії, підбір відповідних методів залежно від потреби пацієнта, дозволяє отримувати ефективні результати у психотерапії розладів особистості.

Список використаних джерел

1. Alimoradi, Z., Jafari, E., Brostro A., Maurice, M., Ohayon, M., Lin, C., and Pakpour, A. (2022). Effects of cognitive behavioral therapy for insomnia (CBT-I) on quality of life: A systematic review and meta-analysis. *Sleep medicine reviews*. Retrieved from <https://doi.org/10.1016/j.smrv.2022.101646>

2. Arntz, A., Genderen, H. (2016). *Thérapie des schémas et personnalité borderline*. Leuven-la-Neuve: De Boeck Supérieur.
3. Beck, J. S. (2005). *Cognitive therapy for challenging problems: What to do when the basics don't work*. New York: Guilford Press.
4. Beck, J. S., & Beck, A. T., (2020). *Cognitive behavior therapy: Basics and beyond* (3rd ed.). New York: Guilford Press.
5. Beck, A., Freeman, A. (1990). *Cognitive therapy of personality disorders*. New York: Guilford Press.
6. Bergeret, J. (1996). *La personnalité normale et pathologique: les structures mentales, le caractère, les symptômes*. Paris: Dunod.
7. Bonnet, A., Bréjard, V. (2012). *Les troubles de la personnalité*. Paris: Armand Colin.
8. Colby, K., Faught, W., Parkinson, R. (1979). *Cognitive Therapy of Paranoid Conditions: Heuristic Suggestions Based on a Computer Simulation Model*. *Cognitive Therapy and Research*, Vol. 3. No.1, p. 55-60.
9. Cottraux, J., Blackburn, I. (2006). *Psychothérapies cognitives des troubles de la personnalité*. Issy-les-Moulineaux: Masson.
10. Debray, Q., Kindynis, S., Leclère, M., Seigneurie A. (2005). *Protocoles de traitement des personnalités pathologiques. Approche cognitivo-comportementale*. Paris: Masson.
11. Farrell, J., Shaw I. (2021). *Expérimentez la thérapie des schémas*. Louvan-la-Neuve: De Boeck Supérieur.
12. Jacob, G., Arntz, A. (2021). *La thérapie des schémas en pratique. Principes et outils*. Leuven-la-Neuve: De Boeck Supérieur.
13. Linehan, M. (1987). *Dialectical behavior therapy for borderline personality disorder: Theory and method*. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 51(3). p. 261-276.
14. MacBeth, A., Schwannauer, M., Gumley, A. (2008). *The association between attachment style, social mentalities, and paranoid ideation: An analogue study*. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*. The British Psychological Society. doi:10.1348/147608307X246156
15. MacWilliams, N. (2012). *Beyond Traits: Personality as Intersubjective Themes*. *Journal of Personality Assessment*. Retrieved from doi:10.1080/00223891.2012.711790 https://www.researchgate.net/publication/230653849_Beyond_Traits_Personality_as_Intersubjective_Themes
16. Martin, S. (2022). *Le programme ECCLORE. Une nouvelle approche du trouble borderline*. Leuven-la-Neuve: De Boeck Supérieur.
17. Medeiros, G., Grant, J. (2018) *Gambling disorder and obsessive-compulsive personality disorder: A frequent but understudied comorbidity*. *Journal of Behavioral Addictions* 7(2), Retrieved from doi: 10.1556/2006.7.2018.50
18. Pilyagina, G., Chumak, S. (2014). *Predicative factors of recurrence process of the self-destructive factors of recurrence process of the self-destructive behaviour*. Shupyk National Medical Academy of Postgraduate Education. Retrieved from <https://www.researchgate.net/publication/299407651>
19. Rees, C., Pritchard, R. (2013). *Brief Cognitive Therapy for Avoidant Personality Disorder*. *American Psychological Association* Vol. 52, No. 1. Retrieved from doi: 10.1037/a0035158
20. Rusinek, S. (2006). *Soigner les schémas de pensée. Une approche de la restructuration cognitive*. Paris: Dunod.
21. Taylor, C., Bee, P., Haddock, G. (2016). *Does schema therapy change schemas and symptoms? A systematic review across mental health disorders*. *Psychol Psychother.* 90 (3) p.456-479 Retrieved from doi: 10.1111/papt.12112
22. Tisseyre, M., Hudon, A., Giguère C., Vallières A., Bastien C., Bérubé F., Cailho, L. (2022). *Insomnia and suicide risk in cluster B personality disorder: A comparative cross-sectional study*. *Santé mentale au Québec*, Volume 47, numéro 2, p. 113–139 Retrieved from <https://doi.org/10.7202/1098897ar>
23. Young, J., Klosko, J., Weishaar M. (2017). *La thérapie des schémas. Approche cognitive des troubles de la personnalité* (2^e éd.) Leuven-la-Neuve: De Boeck Supérieur.

Summary

THE POTENTIAL OF COGNITIVE-BEHAVIORAL PSYCHOTHERAPY IN THE TREATMENT OF PERSONALITY DISORDERS

*Arkhangelska M. V. PhD Candidate of Psychological
Sciences Laboratory of Cognitive Psychology
Institute of Psychology named after G.S.Kostyuk
NAES of Ukraine*

Introduction. *The treatment of personality disorders is of significant importance in the mental health care. Not only 10% of the population is estimated to have at least one personality disorder; there is also a high level of comorbidity of personality disorders with Axis I disorders, such as depression and anxiety. Still, the statistics and*

the research data on the treatment of personality disorders is scarce or limited. Patients with personality disorders experience significant difficulties since childhood or adolescence. They have challenges in their activities, in work and in relationships. They have rigid, entrenched negative beliefs about themselves and others, the world and the future.

Purpose. *The purpose of this article is to determine the potential for treatment of personality disorders with cognitive-behavioral therapy, to consider the algorithm of the cognitive-behavioral approach of psychotherapeutic interventions, to include the potential risk factors for the development of personality disorders, to outline the three clusters of personality disorders.*

Methods. *The methods include research analysis, synthesis, systematization.*

Originality. *The article provides with the review of the methods of cognitive-behavioral therapy in the treatment of personality disorders. Each of the personality disorders is reviewed, and the difficulties in the therapy of personality disorders are highlighted.*

Conclusion. *Cognitive-behavioral psychotherapy for personality disorders is a comprehensive model, which includes a scientifically grounded theoretical base and is explored in various aspects of psychotherapeutic and psychological assistance. Diagnostics, formulation of a therapy strategy, selecting appropriate methods depending on the patient's needs, schemas, allows to obtain effective results in the psychotherapy of personality disorders. Importantly, cognitive-behavioral therapy is not based on the attachment theory, and the personality disorder patients' problems often are related to unsatisfied needs in childhood and the type of attachment formed. The cognitive-behavioral approach allows to adapt methods from a wide range of scientifically based psychotherapeutic modalities in the context of the cognitive model.*

Key words: *personality disorders; cognitive behavioral therapy; cognitive model; dysfunctional schemas.*

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 22.05.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 27.07.24

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ТА ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ ОФІЦЕРІВ

Березовська Л. І. кандидат психологічних наук, доцент,
Український католицький університет.
<https://orcid.org/0000-0002-5972-7883>

У статті представлено огляд теоретичної літератури феноменів «емоційна стійкість» та «професійне вигорання» військовослужбовців. Проаналізовано поняття емоційної стійкості та професійного вигорання офіцерів. Емпірично розглянуто наполегливість та самовладання як характеристики емоційної стійкості; емоційне виснаження, деперсоналізація, редукція особистих досягнень як складові професійного вигорання.

Ключові слова: емоційна стійкість; наполегливість; самовладання; професійне вигорання; емоційне виснаження; деперсоналізація; редукція особистих досягнень; військовослужбовці.

Вступ. Емоційна стійкість є важливою складовою у структурі особистості офіцерів (З. Ковальчук, 2023), є основою розвитку толерантності до невизначеності, здатності виважено та швидко реагувати на виклики у професійній діяльності, здатності регулювати свої емоції та керувати емоціями інших та здатності стійко переносити тривалі та значні навантаження (В. Доценко, 2022). Розвинута емоційна стійкість, здатність справлятися з емоціями здатна попереджати професійне вигорання у військовослужбовців.

Метою та завданнями статті виступає теоретичний огляд наукових розвідок та емпіричне дослідження взаємозв'язку емоційної стійкості та професійного вигорання військовослужбовців.

Теоретичне підґрунтя.

Психологічний аналіз поняття «емоційна стійкість».

Для розкриття поняття емоційної стійкості насамперед зазначимо, що слово «стійкий» у багатьох мовах світу означає «стабільний, стійкий, твердий, міцний». Найбільш часто у сучасній психології зустрічаються поняття «емоційна стійкість», «емоційно-вольова стійкість», «психологічна стійкість», «стресостійкість», «життєстійкість». В той же час поняття «емоційна стійкість» є найбільш популярним у психологічній науці.

Насамперед представимо варіанти трактування терміну «емоційна стійкість» сучасними науковцями. Так, у монографії «Психологія стресостійкості особистості» В. Крайнюк (2007) цитує декілька визначень емоційної стійкості:

а) емоційна стійкість з одного боку розглядається як несприйнятливність до емоційних факторів, що негативно впливають на психічний стан людини, а з іншого – як здатність контролювати та стримувати астенічні емоції, забезпечуючи цим успішне виконання необхідних дій (визначення Є. Мілеряна);

б) емоційна стійкість є властивістю, яка характеризує індивіда у процесі напруженої діяльності, окремі механізми якої, через гармонійну взаємодію, сприяють успішному досягненню поставленої цілі (дефініція Л. Аболіна);

в) емоційна стійкість – стійка особистісна властивість, яка зумовлює ефективність діяльності в екстремальних умовах (визначення Л. Дикої).

Дослідники Т. Кочубей, А. Семенов (2013) зазначають, що емоційна стійкість є здатністю психіки долати стан надмірного емоційного тиску у процесі виконання складної діяльності, не піддаватися деструктивному емоційному навантаженню та мати при цьому стабільну позитивну спрямованість емоційних переживань.

Т. Плачинда (2011) визначає емоційну стійкість як властивість особистості, яка забезпечує стабільність емоцій та емоційного збудження в разі дії різних факторів.

Дослідниця І. Аршава (2007) звертає увагу на те, що емоційна стійкість характеризується певною взаємодією емоційних, вольових, інтелектуальних, мотиваційних компонентів психічної діяльності, що забезпечує успішне

досягнення мети в складних емотивних ситуаціях.

М. Кудінова (2016) узагальнює, що емоційна стійкість є інтегративною якістю, показниками якої є контроль над емоціями, стабільний емоційний стан та оптимальне використання резервів нервово-психічної енергії. Емоційна стійкість забезпечує здатність людини успішно досягати поставленої мети у складних емоціогенних обставинах, контролюючи власні емоції. Дослідницею виділено структуру емоційної стійкості, що складається з елементів: головний критерій, причини виникнення, особливості прояву, результат впливу на особистість і життєдіяльність.

Отже, зазначені трактування емоційної стійкості не є тотожними та не дають можливості єдиного тлумачення поняття. Частина з науковців емоційну стійкість розглядають як прояв волі, тому часто її називають емоційно-вольовою стійкістю. Інші емоційну стійкість розуміють як інтегральну якість або властивість особистості. Зазначаємо, що якість та властивість розглядаються як синонімічні поняття.

Оскільки розглядаємо взаємозв'язок емоційної стійкості та професійного вигорання, то у презентованому дослідженні опираємося на розуміння емоційної стійкості як здатності психіки долати стан надмірного емоційного тиску у процесі виконання складної діяльності, не піддаватися деструктивному емоційному навантаженню та мати при цьому стабільну позитивну спрямованість емоційних переживань.

Аналіз досліджень емоційної стійкості у контексті професійної діяльності.

На даний час накопичено значну кількість досліджень емоційної стійкості у процесі здійснення професійної діяльності, що пов'язана з екстремальними умовами праці.

Так, дослідниця В. Доценко (2022) вважає, що емоційна стійкість у структурі особистості фахівців Національної поліції України є основою розвитку толерантності до невизначеності, здатності виважено та швидко реагувати на виклики у професійній діяльності, здатності змінювати плани в умовах швидкого плину справ та подій, що є непередбачуваними, а також здатності регулювати свої емоції та керувати емоціями

інших та здатності стійко переносити тривалі та значні навантаження.

З. Ковальчук (2023) визначила, що емоційна стійкість є важливою складовою у структурі особистості офіцерів підрозділів Міністерства внутрішніх справ України. Достатній її рівень сприяє тривалому та ефективному виконанню службових обов'язків, позитивно впливатиме на міжособистісну взаємодію в колективі, а це дозволить розширити межі самотивації для професійного розвитку та успішної реалізації себе.

Наше дослідження у співавторстві з В. Богайчук (2022) показало, що емоційна стійкість в офіцерів проявляється через високий рівень загальної вольової саморегуляції, самовладання та наполегливості.

А. Окаєвич (2023) вважає, що емоційна стійкість є основою формування провідних компетентностей майбутнього офіцера – управлінця тактичної ланки.

В. Клочков (2023) визначив, що особливостями психічної стійкості майбутніх офіцерів виступають відкритість новому досвіду, внутрішній локус контролю, гнучкість у спілкуванні, толерантність до невизначеності, відсутність страху перед майбутнім, позитивне самоставлення та гуманітарна позиція особистості.

А. Taghva та колеги (2020) визначили, що емоційна стійкість, позитивні емоції та сильні сторони характеру негативно пов'язані зі стресом. А також стійкість, сміливість та негативні емоції можуть бути предикторами робочого стресу, що приводить до професійного вигорання.

By Lee, E.C. Jennifer та колеги (2013) визначили, що такі внутрішньоособистісні та міжособистісні змінні стійкості, як сумлінність, емоційна стабільність, позитивні соціальні взаємодії, мають захисний вплив на психічне здоров'я представників канадських збройних сил, які повертаються із закордонного розгортання.

Отже, емоційна стійкість є основою формування компетентності військових та впливає на психічне здоров'я, реагування на робочий стрес, роль якого є провідним у виникненні та формуванні професійного вигорання.

Психологічний аналіз поняття «професійне вигорання».

У психологічній літературі поняття «професійне вигорання», «емоційне вигорання», «синдром «вигорання»», «синдром емоційного вигорання» використовуються як синоніми та часто взаємозамінюються.

Професійне вигорання є реакцією організму та психіки людини, що виникає внаслідок тривалого впливу стресів середньої інтенсивності, зумовлені професійною діяльністю та є результатом її некерованого довготривалого стресу (Л., Березовська, 2013; О. Хайрулін, 2015). Термін «burn-out» (вигорання) використовують як самостійне суспільне життєве поняття і воно означає «стан, який характеризується надвисокою втомою або хворобливістю, зокрема фізичною або ментальною, внаслідок важкої праці» (Oxford Advanced, 2000). В 11-ий перегляд Міжнародної класифікації хвороб (2023) вигорання включено як професійне явище, тобто є синдромом, який формується в результаті хронічного стресу на робочому місці, з яким не вдалося успішно впоратися. У праці колективу авторів С. Максименко та інші (2004) професійне вигорання визначається як «реакція, яка виникає внаслідок довготривалих професійних стресів середньої інтенсивності» та є підсумком третьої стадії перебігу стресового процесу, для якої характерний стійкий і контрольований рівень збудження (Хайрулін, 2015).

Згідно концепції М. Burisch розвиток вигорання проходить через шість фаз: 1) попередження, 2) зниження рівня власної участі, 3) емоційні реакції, 4) деструктивна поведінка, 5) психосоматичні реакції, 6) розчарування. Отже, вигорання є загальним результатом-наслідком робочого стресу та певних видів криз, що виникають у процесі професійної діяльності. Професійне вигорання є динамічним процесом, що виникає та проходить відповідно дії механізму розвитку стресу: 1) нервова (тривожна) напруга виникає внаслідок хронічної несприятливої психоемоційної атмосфери, нестабільної напруженої обстановки, високого рівня відповідальності, ускладнень у взаємодії з іншими; 2) резистенція (опір) виявляється в тому, що людина прикладає зусилля для відгородження від неприємних вражень, зовнішніх впливів; 3) виснаження

виявляється у збідненні психічних ресурсів, зниженні психоемоційного тону, що виникає через неефективний опір.

Більшість науковців всі причини професійного вигорання об'єднують у три групи: а) професійні, б) організаційні та в) індивідуальні (особистісні). В основному професійні та організаційні причини виникнення вигорання залежать від умов професійної діяльності, від умов, які створено у певній організації. Щодо індивідуальних (особистісних) причини виникнення вигорання, то їх є дуже широкий спектр. Так, наприклад, до них належать витривалість, локус-контроль, стиль подолання фруструючої ситуації, продуктивність самооцінки, тривожність, тощо.

Отже, у даному дослідженні опираємося на трактування професійного вигорання як реакції організму та психіки людини, що виникає внаслідок некерованого тривалого впливу стресів середньої інтенсивності, що зумовлені професійною діяльністю.

Аналіз досліджень професійного вигорання військовослужбовців.

Аналіз психологічної літератури показав, що дослідження професійного вигорання військових в основному обмежені констатацією його наявності, інтенсивності прояву. Так, за даними Д. Кисленко (2023) третина військовослужбовців переживає високого рівня напруженості (виснаження), втратило інтерес до своєї роботи (деперсоналізація), відчують зниження своєї професійної самооцінки, втратило віри у свої здібності (редукція особистих досягнень). В. Деренько та колеги (2023) вказують на особистісні фактори, які сприяють професійному вигорання: інтроверсія, чутливість, низька самооцінка та самота, бажання домінувати; а також екзистенційні аспекти: незадоволеність досягнутими результатами і результатами діяльності, почуття фрустрації та самотності, втрата сенсу. В. Тицька та О. Грейліх (2020) зазначають, що до поведінкових симптомів професійного вигорання належать такі чинники та форми поведінки військовослужбовців: відчуття, що службова діяльність стає важкою та складною; постійна зміна робочого режиму дня; починає відмовлятися від прийняття рішення, висуваючи різні причини для пояснень та

перекладаючи обов'язки на інших; почуття непотрібності, зневіра, зниження ентузіазму, байдужість до результатів тощо. Питанням попередження вигорання присвячено працю О. Хайруліна (2015), що запропонував структурно-функціональну модель психологічної профілактики професійного вигорання військовослужбовців Державної прикордонної служби України.

Отже, професійне вигорання військовослужбовців, які виконують службові обов'язки в екстремальних ситуаціях характеризується проявом емоційного виснаження, деперсоналізації та редукції особистих досягнень.

Методи дослідження. Для дослідження взаємозв'язку емоційної стійкості та професійного вигорання у військовослужбовців-офіцерів використано теоретико-прикладний аналіз-огляд літератури з метою з'ясування стану

розробленості означеної проблеми на сучасному етапі. А також використано емпіричні методи дослідження: тест-опитувальник А. В. Зверькова і Е. В. Ейдмана для дослідження емоційно-вольової саморегуляції особистості як характеристики емоційної стійкості (Пашукова Т.І. та ін., 2006); методику «Синдром вигорання» в професіях системи «людина – людина» (Карамушка Л.М., 2005) для визначення прояву професійного вигорання у офіцерів.

Результати і обговорення. Емпіричне дослідження емоційної стійкості та професійного вигорання здійснено на базі військових частин м. Київ, м. Вінниця. В опитуванні взяло участь 70 військовослужбовців (молодші та старші офіцери).

Описові статистики за обома методиками надано в таблиці 1.

Таблиця 1

Описові статистики

	Тест-опитувальник емоційно-вольової регуляції А.В. Зверькова і Е.В.Ейдмана			Методика «Синдром вигорання» в професіях системи «людина – людина»		
	Загальна шкала	Наполегливість	Самовладання	Емоційне виснаження	Деперсоналізація	Редукція особистих досягнень
Середнє	17.46	12.11	8.29	17.00	8.26	33.94
Медіана	18.00	12.00	9.00	16.00	7.00	35.00
Мода	23.00	16.00	11.00	11.00	5.00	35.00
Стандартне відхилення	4.58	3.09	2.69	6.40	4.65	7.38
Асиметрія	-.405	-.347	-.490	.638	.534	.043
Експес	-.826	-.767	-.864	.296	-.703	-1.055

Згідно авторів тесту-опитувальника емоційно-вольової регуляції А.В. Зверькова і Е.В.Ейдмана за всіма шкалами показники знаходяться в основному в межах середнього та високого рівня. В той же час Мода (значення, яке найчастіше зустрічається) є вищою за середні значення, що вказує на зміщення даних до високого рівня та свідчить у значній кількості досліджуваних про високий рівень прояву емоційної стійкості. Високий рівень самовладання дає змогу психіці офіцерів долати стан надмірного емоційного тиску під час виконання бойових завдань. Попереджати деструктивний вплив

емоційного навантаження професійної діяльності. Наполегливість дозволяє емоційним переживанням надавати загалом стабільну позитивну спрямованість, переборювати труднощі військових завдань.

Середні значення шкал методики «Синдром вигорання» в професіях системи «людина – людина» вказують на середній рівень прояву професійного вигорання. Детальний аналіз показав, що за шкалами «емоційне виснаження», «деперсоналізація» Мода є нижчою за середнє значення, що вказує на зміщення даних до низького рівня. За шкалою (редукція особистих досягнень)

Мода є майже рівною із середнім значенням. У офіцерів розвивається емоційне виснаження, можливо знижений емоційний фон та байдужість. З'являються проблеми у стосунках з підлеглими: зростає негативізм, почуття та установки набувають цинічного змісту. А також розвивається редукція особистих досягнень, яка може проявлятися через тенденцію негативно оцінювати себе, свої професійні досягнення та успіхи, негативізм або ж через нівелювання особистої гідності, обмеження своїх можливостей, обов'язків у взаємовідносинах під час професійної діяльності.

Показники асиметрії шкал (загальна шкала, наполегливість, самовладання) тесту-

опитувальника емоційно-вольової регуляції А.В.Зверькова і Е.В.Ейдмана та шкал (емоційне виснаження, деперсоналізація) методики «Синдром вигорання» в професіях системи «людина – людина» вказують на тенденцію розподілу значень до нормального та дані шкали (редукція особистих досягнень) не є нормально розподіленими (таблиця 1). Що обґрунтовує вибір непараметричних статистичних методів для обробки даних – кореляційного аналізу Спірмена (таблиця 2).

Результати кореляційного аналізу надано в таблиці 2.

Таблиця 2

Кореляційний аналіз

	Емоційне виснаження	Деперсоналізація	Редукція особистих досягнень
Загальна шкала	-.698**	-.586**	.517**
	.000	.000	.000
Наполегливість	-.645**	-.498**	.389**
	.000	.000	.001
Самовладання	-.626**	-.636**	.592**
	.000	.000	.000

Як вказано в таблиці 2 між шкалами емоційно-вольової регуляції та шкалами професійного вигорання «емоційне виснаження», «деперсоналізація» визначено зворотні кореляційні зв'язки, між шкалами емоційної стійкості та редукцією особистих досягнень прямі взаємозв'язки, що вказує на наступну взаємозалежність: з підвищенням емоційної стійкості знижуються показники професійного вигорання. І, навпаки, з підвищенням показників професійного вигорання знижується емоційна стійкість у військових. Високі показники самовладання вказують на прагнення військового завершити розпочату справу, на шляху до мети перепони їх мобілізують, що знижує рівень емоційного виснаження. Вміння вільно контролювати емоційні реакції та стани попереджає розвиток професійного вигорання. Підвищення емоційної стійкості попереджає деформації, які можуть виникнути у стосунках з іншими людьми.

Отже, результати емпіричного дослідження вказали на взаємозалежність між емоційною стійкістю та професійним вигоранням. Чим вищою є стійкість емоцій у військових, тим менше у них проявляється професійне вигорання. Розвинута емоційна

стійкість дозволяє військовослужбовцям-офіцерам витримувати ситуації професійної діяльності, що є емоційно навантаженими, їх аналізувати і тим самим попереджати формування професійного вигорання.

Висновки. Результати огляду наукової літератури дозволяє зробити узагальнення:

- емоційна стійкість розглядається як прояв волі (тому часто її називають емоційно-вольовою стійкістю), як інтегральна якість або властивість особистості;

- емоційна стійкість – здатність психіки долати стан надмірного емоційного тиску у процесі виконання складної діяльності, не піддаватися деструктивному емоційному навантаженню та мати при цьому стабільну позитивну спрямованість емоційних переживань;

- емоційна стійкість є основою формування компетентності військових та впливає на психічне здоров'я, реагування на робочий стрес, роль якого є провідним у виникненні та формуванні професійного вигорання;

- професійне вигорання є реакцією організму та психіки людини на некерований тривалий вплив стресів середньої

інтенсивності, що зумовлені професійною діяльністю;

- професійне вигорання військовослужбовців, які виконують службові обов'язки в екстремальних ситуаціях характеризується проявом емоційного виснаження, деперсоналізації та редукції особистих досягнень.

Результати емпіричного дослідження показали, що у офіцерів розвинута емоційна

стійкість та середній рівень прояву професійного вигорання. Визначено взаємозалежності: чим більше підвищується рівень емоційної стійкості, тим нижчим є прояв професійного вигорання.

Подальші дослідження будуть спрямовані на розробку засобів профілактики професійного вигорання у офіцерів.

Список використаних джерел

1. Аршава І.Ф. (2006) Емоційна стійкість людини та її діагностика : монографія. Д.: Вид-во ДНУ, 336 с.
2. Березовська, Л., & Богайчук, В. (2022). Емоційна стійкість військовослужбовців-офіцерів: емпіричний ракурс. *Вісник Національного університету оборони України*, 67(3), 19–25. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-67-3-19-25>
3. Березовська Л. (2012) Теоретичні підходи до синдрому «професійного вигорання» вчителів: зб. наук. праць: філософія, соціологія, психологія. Вип. 17, Ч. 1. Івано-Франківськ : ДВНЗ «Прикарпат. нац. ун-т ім. В. Стефаника». 74–82.
4. Деренько В., Дмитрів Р., Пасічник Л. (2023) Психологічні аспекти професійного вигорання військовослужбовців. *Освітні обрії*. Т. 57. № 2.2. 55-58.
5. Доценко В.В. (2022) Розвиток психологічної стійкості поліцейських в умовах військової агресії: матеріали наук.-практ. конф. «Проблеми сучасної поліцейської» Харків, ХНУВС, 160-163.
6. Кисленко Д.П. (2023) Діагностика проявів психоемоційного та професійного вигорання у військовослужбовців. *Академічні візії*, (23). Режим доступу: <https://academy-vision.org/index.php/av/article/view/649>
7. Клочков В. (2022). Особливості формування психологічної стійкості майбутніх офіцерів збройних сил України. *Вісник Національного університету оборони України*, 70(6), 67–77. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-70-6-67-77>
8. Ковальчук З. (2023) Емпіричне дослідження емоційної стійкості офіцерського складу підрозділів Міністерства внутрішніх справ України. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи*. № 3(62). Т. 2. 114-125.
9. Кочубей Т., Семенов А. (2013) Наукові підходи до вивчення емоційної стійкості як особистісної лідерської якості. *Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету*. Ч.1. 117-124 – Режим доступу: <https://doi.org/10.31499/2307-4906.0.2013.197828>
10. Крайнюк В.М. (2007) Психологія стресостійкості особистості : монографія. К. : Ніка-Центр, 432.
11. Кудінова М.С. (2016) Порівняльний аналіз понять «стресостійкість» та «емоційна стійкість». *Теорія і практика сучасної психології*, 1, 22-28
12. МКХ-11. РОЗДІЛ 06: Психічні і поведінкові розлади та порушення нейророзвитку (статистична класифікація) (2023) / За заг. ред. В.Д. Мішиєва; уклад.: В.Д. Мішиєв, Б.В. Михайлов, Є.Г. Гриневич, В.Ю. Омелянович (Переклад з англійської Б.В. Михайлова). Київ: МОРІОН. 304.
13. Окаєвич А.В. (2023) Формування емоційної стійкості майбутніх офіцерів під час навчання у вищих військових навчальних закладах. / Роль соціального та емоційного інтелекту як найважливіших soft-skills XXI століття в освітньому процесі : матеріали всеукраїнського науково-педагогічного підвищення кваліфікації, 6 березня – 16 квітня 2023. Одеса : Видавничий дім «Гельветика». 311-315.
14. Пашукова Т.І., Допіра А.І., Дзяконов Г.В. (2006) Практикум із загальної психології: за ред.. Т.І. Пашукової. 2-ге вид., стер. К.: Т-во «Знання». 203.
15. Плачинда Т. (2011) Формування емоційної стійкості майбутніх пілотів засобами фізичної і психофізіологічної підготовки. *Професійна освіта: Вісник Національного авіаційного університету* №2. 172-175.
16. П'янківська, Л. (2020). Особливості прояву синдрому «емоційного вигорання» у курсантів. *Вісник Національного університету оборони України*, 49(1), 74–82. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2018-49-1-74-82>
17. Технології роботи організаційних психологів (2005) навч. посібн.: / За наук. ред. Л.М. Карамушки. К. Фірма «ІНКІС», 2005. 283-284.
18. Тицька В.А., Грейліх О.О. Особливості емоційного вигорання у військовослужбовців. *Перспективи розвитку сучасної психології: збірник наукових праць*. №7. 206-2013.

19. Хайрулін О.М. (2015) Психологія професійного вигорання військовослужбовців: [монографія]; за наук. ред. А.В. Фурмана. Тернопіль: THEU 220.
20. By Lee, Jennifer E.C., Sodom, Kerry A., Zamorski, Mark A. (2013) *Longitudinal analysis of psychological resilience and mental health in Canadian military personnel returning from overseas deployment*. Journal of Occupational Health Psychology, Vol 18(3), Jul 2013, 327-337
21. Learner's Dictionary of Current English (2000) Oxford University Press. Sixth edition. Oxford, 2000. 159 p.
22. Taghva A, Seyedi Asl ST, Rahnejat AM, Elikae M M. (2020) Resilience, Emotions, and Character Strengths as Predictors of Job Stress in Military Personnel. Iran J Psychiatry Behav Sci. Oxford Advanced 14(2):e86477. <https://doi.org/10.5812/ijpbs.86477>

References

1. Arshava I.F. (2006) Emotsiina stiiikist liudyny ta yii diahnostyka [Human emotional stability and its diagnosis]: monohrafiia. D.: Vyd-vo DNU, 336. (in Ukrainian).
2. Berezovska, L., & Bohachuk, V. (2022). Emotsiina stiiikist viiskovosluzhbovtiv-ofitseriv: empirychnyi rakurs. [Emotional stability of military officers: an empirical perspective] Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy, 67(3), 19–25. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-67-3-19-25> (in Ukrainian).
3. Berezovska L. (2012) Teoretychni pidkhody do syndromu «profesiinoho vyhoriannia» vchyteliv [Theoretical approaches to teachers' "professional burnout" syndrome]: zb. nauk. prats: filosofii, sotsiologii, psykholohii. Vyp. 17, Ch. 1. Ivano-Frankivsk : DVNZ «Prykarp. nats. un-t im. V. Stefanyka». 74–82. (in Ukrainian).
4. Derenko V., Dmytriv R., Pasichniak L. (2023) Psykholohichni aspekty profesiinoho vyhorannia viiskovosluzhbovtiv. [Psychological aspects of professional burnout of military personnel] Osvitni obrii. T. 57. № 2.2. 55-58. (in Ukrainian).
5. Dotsenko V.V. (2022) Rozvytok psykholohichnoi stiiikosti politseiskyykh v umovakh viiskovoi ahresii: materialy nauk.-prakt. [Development of Psychological Resilience of Police Officers in the Context of Military Aggression] Konf. «Problemy suchasnoi politseistyky» Kharkiv, KhNUVS, 160-163. (in Ukrainian).
6. Kyslenko D.P. (2023) Diahnostyka proiaviv psykhoemotsiinoho ta profesiinoho vyhorannia u viiskovosluzhbovtiv [Diagnosis of psycho-emotional and professional burnout in military personnel]. Akademichni vizii, (23). Rezhym dostupu: <https://academy-vision.org/index.php/av/article/view/649> (in Ukrainian).
7. Klochkov V. (2022). Osoblyvosti formuvannia psykholohichnoi stiiikosti maibutnikh ofitseriv zbroinykh syl Ukrainy [Peculiarities of Formation of Psychological Resilience of Future Officers of the Armed Forces of Ukraine]. Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy, 70(6), 67–77. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-70-6-67-77> (in Ukrainian).
8. Kovalchuk Z. (2023) Empirychnе doslidzhennia emotsiinoi stiiikosti ofitseriskoho skladu pidrozdiliv Ministerstva vnutrishnikh sprav Ukrainy [Empirical Study of Emotional Resilience of Officers of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine]. Teoretychni i prykladni problemy psykholohii ta sotsialnoi roboty. № 3(62). T. 2. 114-125. (in Ukrainian).
9. Kochubei T., Semenov A. (2013) Naukovi pidkhody do vyvchennia emotsiinoi stiiikosti yak osobystisnoi liderskoi yakosti [Scientific approaches to the study of emotional stability as a personal leadership quality]. Zbirnyk naukovykh prats Umanskoho derzhavnogo pedahohichnoho universytetu. Ch.1. 117-124 – Rezhym dostupu: <https://doi.org/10.31499/2307-4906.0.2013.197828> (in Ukrainian).
10. Krainiuk V.M. (2007) Psykholohiia stresostiikosti osobystosti [Psychology of personality stress resistance]: monohrafiia. K. : Nika-Tsentr, 432. (in Ukrainian).
11. Kudinova M.S. (2016) Porivnialnyi analiz poniat «stresostiikist» ta «emotsiina stiiikist» [Comparative analysis of the concepts of "stress resistance" and "emotional stability"]. Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii, 1, 22-28 (in Ukrainian).
12. МККН-11. РОЗДІЛ 06: Психічні і поведінкові розлади та порушення нейропсихічного розвитку (статистична класифікація) [ICD-11. SECTION 06: Mental and behavioral disorders and disorders of neuropsychological development (statistical classification)] (2023) / За заг. ред. V.D. Mishyieva; uklad.: V.D. Mishyiev, B.V. Mykhailov, Ye.H. Hrynevych, V.Iu. Omelianovych (Pereklad z anhliiskoi B.V. Mykhailova). Kyiv: MORION. 304. (in Ukrainian).
13. Okaievych A.V. (2023) Formuvannia emotsiinoi stiiikosti maibutnikh ofitseriv pid chas navchannia u vyshchyykh viiskovykh navchalnykh zakladakh [Formation of Emotional Resilience of Future Officers in Higher Military Educational Institutions]. / Rol sotsialnoho ta emotsiinoho intelektu yak naivazhlyvishykh soft-skills KhKhI stolittia v osvithomu protsesi : materialy vseukrainskoho naukovo-pedahohichnoho pidvyshchennia kvalifikatsii, 6 bereznia – 16 kvitnia 2023. Odesa : Vydavnychi dim «Helvetyka». 311-315. (in Ukrainian).

14. Pashukova T.I., Dopira A.I., Diakonov H.V. (2006) *Praktykum iz zahalnoi psykholohii* [Workshop on general psychology]: za red. T.I. Pashukovoi. 2-he vyd., ster. K.: T-vo «Znannia». 203. (in Ukrainian).
15. Plachynda T. (2011) *Formuvannia emotsiinoi stiiokosti maibutnikh pilotiv zasobamy fizychnoi i psykhofiziologichnoi pidhotovky* [Formation of emotional stability of future pilots by means of physical and psychophysiological training]. *Profesiina osvita: Visnyk Natsionalnoho aviatsiinoho universytetu* №2. 172-175. (in Ukrainian).
16. Piankivska, L. (2020). *Osoblyvosti proiavu syndromu «emotsiinoho vyhorannia» u kursantiv* [Peculiarities of “emotional burnout” syndrome in cadets]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, 49(1), 74–82. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2018-49-1-74-82> (in Ukrainian).
17. *Tekhnolohii roboty orhanizatsiinykh psykholohiv* (2005) [Technologies of work of organizational psychologists] navch. posibn.: / Za nauk. red. L.M. Karamushky. K. Firma «INKOS», 2005. 283-284. (in Ukrainian).
18. Titska V.A., Hreilikh O.O. *Osoblyvosti emotsiinoho vyhorannia u viiskovosluzhbovtiv* [Features of emotional burnout in military personnel]. *Perspektyvy rozvytku suchasnoi psykholohii: zbirnyk naukovykh prats.* №7. 206-213. (in Ukrainian).
19. Khairulin O.M. (2015) *Psykholohiia profesiinoho vyhorannia viiskovosluzhbovtiv* [Psychology of professional burnout of military personnel]: [monohrafiia]; za nauk. red. A.V. Furmana. Ternopil: TNEU 220 s. (in Ukrainian).
20. By Lee, Jennifer E.C., Sodom, Kerry A., Zamorski, Mark A. (2013) *Longitudinal analysis of psychological resilience and mental health in Canadian military personnel returning from overseas deployment.* *Journal of Occupational Health Psychology*, Vol 18(3), Jul 2013, 327-337
21. *Learner's Dictionary of Current English* (2000) Oxford University Press. Sixth edition. Oxford, 2000. 159 p.
22. Taghva A, Seyedi Asl ST, Rahnejat AM, Elikae M M. (2020) Resilience, Emotions, and Character Strengths as Predictors of Job Stress in Military Personnel. *Iran J Psychiatry Behav Sci.* Oxford Advanced 14(2):e86477. <https://doi.org/10.5812/ijpbs.86477>

Summary

THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL STABILITY AND PROFESSIONAL BURNOUT OF OFFICERS

Berezovska L. *Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor Ukrainian Catholic University*

Emotional stability is an important component in the structure of the personality of officers, it is the basis for the development of tolerance to uncertainty, the ability to respond to challenges in professional activities in a balanced and quick manner; the ability to regulate one's emotions and manage the emotions of others, and the ability to endure prolonged and significant stress. Developed emotional resilience and the ability to cope with emotions can prevent professional burnout in military personnel.

The purpose of the article is a theoretical review of scientific research and an empirical study of the relationship between emotional resilience and professional burnout in military personnel.

Methods. In the study of the relationship between emotional resilience and professional burnout in military officers, theoretical and applied analysis and literature review were used to determine the state of development of this problem at the present stage. The empirical methods of research were used: the test-questionnaire of A. V. Zverkov and E. V. Eidman to study the emotional and volitional self-regulation of the individual as a characteristic of emotional stability; the methodology “Burnout Syndrome” in the professions of the “person-to-person” system to determine the manifestation of professional burnout in military officers.

Results. The analysis of the concepts of “emotional stability” and “professional burnout” is presented. Emotional stability is considered as a manifestation of will (therefore it is often called emotional and volitional stability), as an integral quality or property of a personality. Emotional resilience is the basis for the formation of military competence and affects mental health, response to work stress, the role of which is leading in the emergence and formation of professional burnout. Occupational burnout is a reaction of the human body and psyche to uncontrolled prolonged exposure to moderate intensity stress caused by professional activities. The professional burnout of military personnel performing official duties in extreme situations is characterized by the manifestation of emotional exhaustion, depersonalization and reduction of personal achievements.

The results of an empirical study of emotional stability and professional burnout of military officers are analyzed. The interdependencies are determined: the more the level of emotional stability increases, the lower the manifestation of professional burnout.

Scientific novelty. The features of the interdependence of emotional stability and professional burnout in military officers are described.

Practical significance. *The article may be useful for psychologists working with the military to prevent professional burnout.*

Conclusions and Prospects for Further Research.

- *emotional stability is considered as a manifestation of the will (therefore it is often called emotional and volitional stability), as an integral quality or property of the personality;*
- *emotional resilience is the ability of the psyche to overcome the state of excessive emotional pressure in the process of performing complex activities, not to succumb to destructive emotional stress and to have a stable positive orientation of emotional experiences;*
- *emotional resilience is the basis for the formation of military competence and affects mental health, response to work stress, the role of which is leading in the emergence and formation of professional burnout;*
- *occupational burnout is a reaction of the human body and psyche to uncontrolled prolonged exposure to moderate intensity stress caused by professional activities;*
- *professional burnout of servicemen who perform their duties in extreme situations is characterized by the manifestation of emotional exhaustion, depersonalization and reduction of personal achievements.*
- *military officers have developed emotional stability and an average level of professional burnout. Interdependencies have been identified: the more the level of emotional stability increases, the lower the manifestation of professional burnout.*

Further research will be aimed at developing means of preventing professional burnout in military officers.

Keywords: *emotional stability; perseverance; self-control; professional burnout; emotional exhaustion; depersonalization; reduction of personal achievements; military officers.*

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 26.08.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 23.09.24

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ПЛАНУВАННЯ ТА РЕАЛІЗАЦІЯ ПРОФЕСІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ВІДБОРУ ПРАЦІВНИКІВ ДЕРЖАВНОЇ МИТНОЇ СЛУЖБИ

Берташ М. І. викладач кафедри психології, педагогіки та суспільних дисциплін, Державний податковий університет
<https://orcid.org/0000-0002-5554-2531>

У статті представлено науково-практичні рекомендації щодо планування та здійснення професійно-психологічного відбору працівників державної митної служби.

Ключові слова: професійний відбір; митна служба; професійно-психологічний відбір; професійна придатність.

Вступ. Професійно-психологічний відбір є важливою складовою управління персоналом та формування ефективного колективу в сучасних державних та приватних організаціях. Ця процедура має за мету визначення та відбір кандидатів, які найбільше відповідають вимогам конкретної посади та організаційної культури підприємства. У світлі зростаючих вимог до якості праці та конкуренції на ринку праці, усвідомлення ролі професійно-психологічного відбору та його належна організація стає критичним для успішного функціонування підприємства.

Професійний відбір – важлива складова професійного середовища митника. Відбір являє собою систему, що включає кадрові технології, зорієнтовані на встановлення, вивчення та оцінку професійної придатності претендента на посаду в митному органі та передбачення його можливостей щодо досягнення необхідного рівня майстерності й виконання покладених обов'язків.

Функціонуюча нині процедура відбору до митних органів має певні особливості. По-перше, оскільки митна служба є різновидом державної служби, існують певні умови та обмеження щодо вступу до неї:

1. на службу до митних органів, спеціалізованих митних установ та організацій приймаються громадяни України, які досягли 18-річного віку і здатні за своїми діловими та моральними якостями, освітнім рівнем і станом здоров'я виконувати завдання, покладені на Державну митну службу України;

2. не можуть бути прийнятими на службу до митних органів особи, які мають судимість за вчинення умисних злочинів;

3. особи, які вперше зараховуються на посади державної служби в митних органах,

приймають присягу державного службовця, у свою чергу працівники, яким уперше присвоюється спеціальне звання, приймають урочисте зобов'язання працівника митної служби України.

Стати митником України можна шляхом: призначення на певну посаду; розподілу з вищих навчальних закладів, перелік яких встановлено та затверджено в законодавстві з митної справи та за конкурсом (*Митний кодекс України, 2023*).

З огляду на функціонуючу нині процедуру відбору до митних органів можна зробити висновок про її тривалість та складність. Дана технологія відбору є системною та ґрунтовною, але дещо неефективною. Для того, щоб відповідати вимогам встановленим до державних службовців, претендент повинен мати також особливі морально-психологічні якості, наприклад: емоційна стійкість та витривалість, ініціативність, принциповість, чесність, вихованість, тактовність. У процедурі відбору не використовуються технології, що безпосередньо спрямовані на встановлення ціннісних орієнтирів претендента.

Вкрай важливим під час професійного відбору є врахування критеріїв, за якими він здійснюється. Так, доцільним є врахування, окрім професійного критерію, медичного, фізіологічного та психологічного критеріїв. На жаль, недостатня увага приділяється врахуванню психологічного критерію. Це значний недолік функціонуючої нині процедури відбору, який можна вирішити, застосовуючи такі кадрові технології: психологічна характеристика та індивідуальна діагностика, побудова професіональних діаграм, прогнозів успішності майбутнього митника.

Застосування перелічених технологій допоможе отримати інформацію про ціннісні орієнтації особи, її мотиви та інтереси, що, безперечно, важливо для посилення в майбутньому професійної мотивації.

Метою статті є: практичні заходи та рекомендації, які сприятимуть оптимізації процесу професійно-психологічного відбору працівників державної митної служби.

Теоретичне підґрунтя. Професійно-психологічний відбір став ключовим елементом стратегічного управління кадровими ресурсами, визначаючи успішність функціонування підприємств та організацій. Однією з ключових рис сучасного вітчизняного професійно-психологічного відбору є активне використання сучасних технологій та інновацій. Застосування онлайн-інструментів, віртуальних тестувань та аналізу даних сприяє ефективності та об'єктивності відбору. Комп'ютеризовані тести, аплікативні програми та штучний інтелект відкривають нові можливості для точного визначення ключових психометричних показників кандидатів. Іншим важливим аспектом є розвиток підходів, спрямованих на оцінку професійних навичок та особистісних якостей працівників. Розуміння того, що успішність на робочому місці не обмежується лише технічними знаннями, сприяє розширенню методології відбору. Використання інструментів для оцінки комунікабельності, лідерських якостей та адаптивності стає стандартом для вибіркових процесів.

Важливою у контексті формування науково-практичних рекомендацій щодо планування та реалізації професійно-психологічного відбору майбутніх митників є думка С. Корсуна (2020) про те, що організаційна система сучасного професійно-психологічного відбору включає ряд етапів. Прийняття рішення про непридатність кандидата на будь-якому етапі призводить до припинення його перевірки. Професійний відбір складається з чотирьох послідовних етапів: соціально-правового, медичного, психологічного та конкурсно-екзаменаційного. Крім того, використовується професійна проба або стажування, де остаточне рішення приймається після спостереження за роботою кандидата. На кожному етапі професійного відбору діють різні групи фахівців.

Адаптація професійно-психологічного

відбору до глобальних економічних та соціокультурних змін є необхідним етапом для відповіді на виклики, що виникають у зв'язку із швидкою динамікою світового професійного середовища. Глобалізація визначає нові умови для роботодавців та працівників, і вибір правильних методів відбору персоналу стає стратегічно важливим для успішної діяльності організацій. Однією з ключових траєкторій сучасного організаційного менеджменту є розширення географії відбору персоналу. Завдяки глобальному доступу до інформації та засобів комунікації, організації можуть привертати та оцінювати здобувачів з різних куточків країни, обираючи на державну службу найкращих. Це вимагає розробки нових стратегій для вибору кандидатів, які враховують культурні та мовні особливості.

Врахування міжкультурного аспекту також є ключовим у адаптації відбору до глобальних змін. Професійно-психологічні тести та інструменти відбору повинні бути адаптовані до різних культурних контекстів, забезпечуючи об'єктивну та справедливую оцінку кандидатів незалежно від їхнього етнічного походження чи мови. Зростання значення міжнародних команд вимагає нових підходів до оцінки комунікативних та колективних навичок. Професійно-психологічний відбір повинен визначати, наскільки ефективно працівник може взаємодіяти з колегами з різних культур та пристосовуватися до різноманітних комунікаційних стилів.

З урахуванням економічних змін, організації мають також звернути увагу на прогнозування майбутньої успішності кандидатів. Використання аналітики та автоматизації повторюваних операцій в процесі відбору дозволяє більш точно оцінювати потенціал працівників та пристосовувати стратегії відбору до динамічних ринкових умов.

На думку М. Корольчука та В. Корольчук, у системі психологічного відбору виділяють три групи критеріїв придатності: особи, які повною мірою відповідають вимогам конкретної діяльності (безумовно придатні), умовно придатні і непридатні. Перша група включає в себе індивідів, які можуть успішно опанувати конкретну галузь до встановлених термінів і ефективно виконувати свої професійні обов'язки в

подальшому. У цих осіб спостерігається повна відповідність психологічних властивостей та функціональних можливостей вимогам конкретної спеціальності. Друга категорія включає осіб, які можуть допускати невеликі помилки у своїй роботі, що несуттєво впливають на ефективність професійної діяльності. Ці помилки можуть виникати через зміни умов роботи, введення нових функцій тощо. Для них характерне певне зниження резервних можливостей організму. Третя категорія включає осіб, які повністю не відповідають психологічним і фізіологічним характеристикам і, відповідно, не можуть оволодіти конкретною галуззю протягом встановлених термінів. Результати заходів професійно-психологічного відбору повинні здійснювати ефективний відсів саме непридатних осіб (Корольчук, М. С., & Крайнюк, В. М., 2006, с. 29).

Методи дослідження. Для досягнення мети був використаний набір теоретичних методів: системний аналіз та інтерпретація даних, систематизація, моделювання, узагальнення отриманих результатів.

Результати і обговорення. Сучасним українським державним та недержавним організаціям варто активно впроваджувати методики, які враховують індивідуальні та культурні особливості. Адаптація інструментів до контексту українського ринку праці дозволяє більш точно визначати потенційні можливості працівників та їхню сумісність з організаційною культурою. З іншого боку, становлення етичних стандартів у сфері професійно-психологічного відбору виступає необхідною вимогою часу. Забезпечення конфіденційності та справедливості відбіркових процесів стає основою довіри працівників до цілісності системи. Сучасний стан системи вітчизняного професійно-психологічного відбору характеризується поєднанням традиційних та інноваційних підходів. Освоєння новітніх технологій, акцент на розвиток спеціальних навичок, що визначають високу кваліфікацію працівників, адаптація методик до культурних реалій та етичні стандарти формують різноманітний та комплексний підхід до відбору персоналу, що відповідає викликам сучасного професійного середовища в Україні.

Здійснене теоретико-емпіричне

дослідження дозволяє стверджувати, що саме психологічні характеристики кандидатів на посаду митника є ключовим аспектом у процесі відбору відповідних фахівців та визначають успішність їх інтеграції в організаційну культуру такої специфічної державної установи як митниця. У цьому контексті при плануванні та здійсненні професійно-психологічного відбору працівникам кадрових служб варто звертати прискіпливу увагу на ряд психологічних параметрів кандидатів.

Однією з ключових психологічних характеристик є емоційний інтелект кандидата. Здатність ефективно сприймати та розуміти емоції, які виникають у робочих ситуаціях, є важливою для побудови успішних відносин в колективі та взаємодії з платниками податків. Також важливою є саморегуляція та стресостійкість кандидата. Робоче середовище митниці є дуже вимогливим, стресогенним та емоційно складним, і здатність утримувати емоційну стабільність важлива для подолання труднощів та продуктивної роботи під тиском. Аналіз мотивації та цілей також є важливою частиною психологічного відбору. Розуміння того, що мотивує кандидата, дозволяє підприємству забезпечити оптимальні умови для його розвитку та задоволеності роботою. Іншим аспектом є когнітивні здібності кандидата, такі як аналітичні та творчі здібності. Здатність швидко розв'язувати проблеми та пристосовуватися до нових умов роботи дозволяє компанії ефективно реагувати на зміни в бізнес-середовищі.

На основі результатів реалізованого емпіричного дослідження можна стверджувати, що ефективний професійно-психологічний відбір базується на ґрунтовному розкритті та аналізі когнітивних, емоційних, саморегуляційних, мотиваційно-ціннісних, диспозиційно-характерологічних психологічних параметрів, конкретним вираженням яких є: розвинена інтелектуальна лабільність, відсутність тривожного та фрустраційного радикалу в структурі особистості, помірний рівень агресивності, низький рівень негативної афективності, сформований емоційний інтелект, зокрема, таких його складових як емоційна обізнаність, управління своїми емоціями, самомотивація,

емпатія, помірний рівень вираженості мотивації успіху, переважання мотивів, що визначають сформованість гармонійної професійної мотивації: реалістично-об'єктний мотив, мотив зростання, мотив самостійного вибору професії, мотив престижності (Н. А. Венець, 2009, с. 38). Необхідно зауважити, що оцінка цих психологічних характеристик відбувається в умовах динамічних технологічних змін, коли вимагається високий рівень адаптивності та здатність швидко навчатися.

Варто диференціювати науково-практичні рекомендації, що стосуються планування професійно-психологічного відбору майбутніх працівників державної митної служби та науково-практичні рекомендації, що стосуються його практичної реалізації.

Науково-практичні рекомендації щодо планування професійно-психологічного відбору працівників державної митної служби передбачають розробку комплексного підходу, що включає планові заходи, спрямовані на розкриття ключових психологічних характеристик, необхідних для ефективної роботи в митниці, а також запланованих стратегій використання сучасного психодіагностичного інструментарію для оцінки цих компетенцій. Основна мета такого відбору – забезпечення високої якості та професіоналізму кадрів, здатних виконувати свої обов'язки ефективно і з дотриманням високих моральних стандартів.

Планування заходів професійно-психологічного відбору має здійснюватись з урахуванням наступних рекомендацій:

1. Визначення бажаних професійних та психологічних компетенцій: аналіз робочих місць для ідентифікації ключових навичок, знань, вмінь та особистісних якостей, які необхідні для кожної позиції, розробка робочої моделі компетенцій, що включає як загальні (наприклад, комунікативні навички, вміння працювати в команді), так і специфічні для митної служби компетенції (наприклад, знання митного законодавства, вміння розпізнавати контрабандні товари). Аналіз робочих місць дозволяє визначити основні вимоги до працівників, включаючи як загальні компетенції, так і специфічні для митної служби. Загальні компетенції, такі як комунікативні навички, здатність працювати

в команді, стресостійкість та аналітичне мислення, є важливими для будь-якої професійної діяльності. Специфічні компетенції можуть включати знання митного законодавства, вміння використовувати спеціалізоване програмне забезпечення, знання іноземних мов та розуміння міжнародної торгівлі.

Наступним кроком є розробка робочої моделі компетенцій, що включає структуровану і систематизовану інформацію про всі необхідні компетенції. Така модель повинна охоплювати всі рівні професійних навичок та особистісних якостей, починаючи від базових знань і вмінь до вищих рівнів професійної майстерності. Це дозволяє створити чітке уявлення про ідеального кандидата для кожної посади, що значно полегшує процес відбору.

Крім того, важливо враховувати не лише поточні вимоги до посад, але й перспективи розвитку митної служби та можливі зміни в законодавстві та міжнародній практиці. Це дозволяє забезпечити відбір кандидатів, які не лише відповідають сьогоdnішнім вимогам, але й мають потенціал для професійного росту та адаптації до майбутніх змін.

2. Підбір комплексу методик відбору, що планується використовувати: психологічне тестування для оцінки інтелектуальних здібностей, професійних навичок, особистісних характеристик та стресостійкості; ситуаційні завдання, моделювання реальних ситуацій на митниці для оцінки прийняття рішень, аналітичних здібностей та поведінки в конфліктних ситуаціях, структуровані інтерв'ю з кандидатами, зосереджені на їх попередньому досвіді, професійних знаннях та мотивації.

Як було встановлено раніше психологічне тестування є одним з основних інструментів у цьому процесі. Воно включає використання стандартизованих тестів для оцінки інтелектуальних здібностей, що дозволяє визначити рівень логічного мислення, здатність до аналізу та синтезу інформації, інтелектуальну лабільність. Такі тести також можуть включати завдання на перевірку просторової уяви, вербальних навичок та числових здібностей, що є важливими для виконання специфічних обов'язків митних працівників. Крім інтелектуальних тестів, важливим

компонентом є оцінка професійних навичок, яка може проводитися за допомогою тестів, спрямованих на перевірку знань митного законодавства, процедур та використання спеціалізованого програмного забезпечення.

Особистісні характеристики кандидатів оцінюються за допомогою особистісних опитувальників, які дозволяють виявити риси характеру, що можуть впливати на професійну діяльність. За результатами проведеного емпіричного дослідження такі опитувальники мають визначити характеристики емоційності, емоційний інтелект, рівень самоконтролю у спілкуванні, рівень сформованості конструктивних мотивів професійної діяльності, добросовісність, емоційну стабільність, відкритість новому досвіду (Калениченко, Р., Коханець, А., & Бергаш, М., 2022, с. 67).

Ситуаційні завдання та моделювання реальних ситуацій на митниці є ефективними методами для оцінки прийняття рішень, аналітичних здібностей та поведінки кандидатів у конфліктних ситуаціях. Такі завдання можуть включати симуляції типових митних процедур, управління конфліктами з пасажиром або перевізниками, розв'язання проблемних ситуацій, пов'язаних з виявленням порушень митних правил. Використання цих методів дозволяє оцінити, як кандидати застосовують свої знання та навички на практиці, а також як вони реагують на непередбачувані обставини.

Структуровані інтерв'ю – дієвий інструмент, за допомогою якого інтерв'юери можуть більш детально дослідити професійний досвід, знання та мотивацію кандидатів. Структуровані інтерв'ю мають чітко визначену структуру та список питань, що дозволяє забезпечити однакові умови для всіх кандидатів та об'єктивність оцінки. Під час інтерв'ю важливо зосередитися на попередньому досвіді кандидатів, їхньому розумінні митних процесів, а також на мотивації та очікуваннях від роботи в митних органах. Це допомагає визначити, наскільки кандидат готовий до виконання завдань та чи має він достатньо мотивації для роботи в специфічних умовах митної служби.

3. Розробка графіка відбору, включаючи терміни проведення тестувань, інтерв'ю та прийняття рішень – цей процес вимагає ретельної організації та координації всіх

етапів, щоб забезпечити ефективність та своєчасність проведення всіх необхідних заходів. Графік відбору має включати чітко визначені терміни проведення тестувань, інтерв'ю та прийняття рішень, що дозволяє структуровано і безперебійно здійснювати весь процес.

На початковому етапі розробки графіка відбору необхідно визначити загальну тривалість всього процесу відбору, враховуючи всі етапи, від оголошення набору до остаточного прийняття рішення. Важливо передбачити достатньо часу для кожного етапу, щоб забезпечити якість та об'єктивність оцінки кандидатів. Першим етапом зазвичай є оголошення набору, яке включає публікацію вакансій та прийом заявок від кандидатів. Цей етап може тривати від двох до чотирьох тижнів, залежно від обсягу очікуваних заявок та специфіки позицій.

Після завершення прийому заявок, наступним етапом є попередній відбір кандидатів на основі поданих документів, що включає перевірку відповідності кваліфікаційним вимогам та попередній відбір для участі у подальших тестуваннях. Цей етап може зайняти один-два тижні. Потім слідує етап психологічного тестування, який може тривати від одного до двох тижнів, залежно від кількості кандидатів та обраних методик. Тестування може проводитися як очно, так і дистанційно, що також впливає на тривалість етапу.

Після проведення тестування слідує аналіз та інтерпретація результатів, що може зайняти від одного до двох тижнів. На основі результатів тестування формується список кандидатів для наступного етапу – ситуаційних завдань та моделювання реальних ситуацій на митниці. Цей етап зазвичай триває від одного до трьох тижнів, оскільки вимагає залучення фахівців та організації спеціальних тренінгів або симуляцій. Після проведення ситуаційних завдань проводиться аналіз результатів та відбір кандидатів для інтерв'ю.

Етап структурованих інтерв'ю є заключним і може тривати від одного до двох тижнів. Під час інтерв'ю оцінюються професійні знання, досвід та мотивація кандидатів. Після завершення інтерв'ю проводиться підсумкова оцінка всіх кандидатів та прийняття остаточних рішень.

Цей процес може зайняти від одного до двох тижнів, враховуючи необхідність узгодження рішень з керівництвом та підготовку відповідних документів.

4. Планування залучення експертів (психологів, митників, керівників підрозділів) – першим кроком у цьому процесі є визначення необхідного складу експертів для кожного етапу відбору. Психологи, зокрема, залучаються для розробки та проведення психологічного тестування, оцінки особистісних характеристик кандидатів. Вони також беруть участь у підготовці ситуаційних завдань та аналізі результатів тестування, надаючи професійні рекомендації щодо придатності кандидатів для роботи в митних органах. Психологи повинні мати відповідну кваліфікацію та досвід роботи з подібними відбірковими процесами.

Досвід митників та керівників підрозділів, а також їх глибокі знання про специфіку митної служби відіграють ключову роль при оцінці професійних навичок та знань кандидатів. Вони можуть залучатися до розробки ситуаційних завдань, що моделюють реальні робочі ситуації на митниці, і до проведення структурованих інтерв'ю. Їх участь дозволяє оцінити, наскільки кандидати розуміють митні процеси та готові до виконання службових обов'язків. Керівники підрозділів також можуть надати цінні поради щодо потенційної сумісності кандидатів з існуючими командами та робочим середовищем.

Планування залучення експертів включає визначення конкретних ролей та обов'язків кожного з них на різних етапах відбору. Це може включати підготовку детального розкладу, що визначає, коли і на яких етапах експерти будуть залучені. Важливо забезпечити, щоб усі експерти були поінформовані про свої завдання та мали достатньо часу для підготовки і виконання своїх обов'язків.

Важливим організаційним питанням є координація роботи усіх залучених експертів. Необхідно забезпечити, щоб всі залучені фахівці працювали в тісній співпраці та обмінювалися інформацією про результати оцінки кандидатів. Це дозволяє створити більш повну та об'єктивну картину про кожного кандидата. Регулярні наради та

обговорення між експертами допомагають узгодити підходи та критерії оцінки, що забезпечує узгодженість і справедливість відбору.

Професійно-психологічний відбір працівників державної митної служби відіграє ключову роль у формуванні ефективної та високопрофесійної команди.

Наступні науково-практичні рекомендації можуть бути корисними при здійсненні професійно-психологічного відбору кандидатів.

1. Використання професіограми та психограми працівників державної митної служби, яка побудована на основі концептуальної моделі психологічних детермінант професійно-психологічного відбору працівників митної служби та включає усі можливі психологічні характеристики, що впливають на результативність професійної діяльності цих працівників.

2. Вивчення переліку найбільш значущих психологічних детермінант, що виступають ключовими психологічними критеріями для здійснення психологічного відбору. Вони були визначені та згруповані наступним чином: когнітивні (логічне мислення, інтелектуальна лабільність), емоційні (скхильність до тривожності, фрустрації, агресії, ригідності, сххильність до позитивного або негативного афекту), саморегуляційні (емоційний інтелект, самоконтроль у спілкуванні), мотиваційно-ціннісні (професійна мотивація, мотивація успіху) диспозиційно-характерологічні психологічні детермінанти (добросовісність, емоційна стабільність та відкритість новому досвіду).

3. Використання психодіагностичного інструментарію, а саме: тест на логічне мислення М. Войнаровського, методика «Інтелектуальна лабільність», самооцінка психічних станів Г. Айзенка, опитувальник позитивного і негативного афекту ОПАНА М. Кліманської та І. Галецької, методика «Емоційний інтелект» Н. Холла, методика оцінювання самоконтролю в спілкуванні М. Снайдера, тест Райдаса для визначення самооцінки, методика діагностики мотивації успіху Т. Елерса, анкета вивчення професійної мотивації кандидатів на службу в органи внутрішніх справ А. Москаленка, короткий п'ятифакторний опитувальник

особистості TIPI (TIPI-UKR) (в адаптації М. Кліманської, І. Галецької).

4. Доповнення психодіагностичного інструментарію структурованим інтерв'ю – використання структурованих інтерв'ю дозволяє систематично оцінити відповідність кандидатів встановленим критеріям. Питання повинні бути спрямовані на виявлення досвіду, компетенцій та поведінкових реакцій, що є важливими для майбутньої роботи. Використання цього підходу дозволяє систематично оцінити відповідність кандидатів встановленим критеріям.

5. Багаторівнева оцінка – комбінація різних методів оцінки дозволяє отримати повне уявлення про кандидата. Важливо враховувати не тільки професійні навички та знання, але й особистісні якості, мотивацію та відповідність корпоративній культурі. Основні компоненти багаторівневої оцінки можуть включати психометричні тести, що охоплюють різні аспекти інтелектуальних здібностей і особистісних характеристик кандидатів, а також інтерв'ю, які дають змогу глибше зрозуміти мотивацію, поведінкові особливості та міжособистісні навички. Окрім цього, можуть використовуватися ситуаційні завдання, де кандидати мають демонструвати свої навички у вирішенні конкретних проблемних ситуацій, що виникають у професійній діяльності митника. Не менш важливими є аналіз професійного досвіду та попередніх досягнень кандидата, які дозволяють оцінити практичний досвід та успішність виконання подібних обов'язків у минулому. Таким чином, багаторівнева оцінка поєднує різні методи для отримання найбільш повного уявлення про кандидата, забезпечуючи більш об'єктивний і справедливий відбір на посади в митній службі. Таке всебічне оцінювання дозволяє мінімізувати ризики прийняття на роботу осіб, які можуть не відповідати вимогам митної служби або не адаптуватися до специфіки роботи.

6. Залучення фахівців – при відборі рекомендується залучати кваліфікованих психологів та фахівців з управління персоналом, які мають досвід в проведенні подібних процедур відбору.

7. Забезпечення прозорості та об'єктивності – весь процес відбору повинен бути максимально прозорим і об'єктивним. Важливо забезпечити однакові умови для

всіх кандидатів та виключити будь-які форми дискримінації. Рекомендація щодо забезпечення прозорості та об'єктивності у професійно-психологічному відборі працівників митної служби означає створення таких умов і процесів, які гарантують чесний та неупереджений відбір кандидатів. Прозорість передбачає відкритість процесу відбору для всіх зацікавлених сторін, включаючи кандидатів, керівництво та громадськість. Це означає, що критерії відбору, методи оцінки, результати тестування та рішення щодо прийому на роботу повинні бути чітко визначеними, зрозумілими та доступними для перегляду.

Об'єктивність означає, що відбір кандидатів здійснюється на основі чітких, об'єктивних та вимірюваних критеріїв, а не на основі суб'єктивних думок чи упереджень. Це включає використання стандартизованих тестів, об'єктивних показників професійної компетентності та інших науково обґрунтованих методів оцінки. Усі кандидати повинні мати рівні можливості та умови для проходження відбору, а їх результати мають оцінюватися неупереджено (А. М. Brewer, 2018, р. 198).

Забезпечення прозорості та об'єктивності сприяє довірі до процесу відбору, підвищує рівень задоволеності кандидатів та гарантує, що на роботу будуть прийняті найбільш підходящі та компетентні особи. Це також допомагає уникнути корупції та дискримінації, що є важливими аспектами для ефективного функціонування митної служби.

8. Електронне опрацювання та аналіз результатів – використання статистичних комп'ютерних програм для обробки результатів тестувань та автоматизації певних аспектів відбору.

9. Оцінка ефективності заходів професійно-психологічного відбору – регулярний моніторинг та оцінка ефективності відбору, включаючи зворотний зв'язок від керівників та аналіз успішності нових співробітників на робочому місці.

10. Надання зворотного зв'язку кандидатам, які пройшли процес відбору – це дозволяє кандидатам зрозуміти свої сильні та слабкі сторони, що сприяє їхньому професійному розвитку, навіть якщо вони не були обрані на посаду. Такий підхід підвищує рівень довіри до організації та залишає у

кандидатів позитивне враження від процесу відбору.

Висновки. Очікується, що дотримання розроблених науково-практичних рекомендацій дозволить підвищити мотивацію та залученість працівників, знизити рівень плинності кадрів, підвищити ефективність навчання та розвитку фахівців митної служби. Коли робота відповідає особистим інтересам, цінностям та мотивації працівника, це призводить до його більшої залученості та задоволеності. Такий фахівець схильний працювати з вищим рівнем віддачі та ентузіазму. Розуміння та задоволення індивідуальних потреб і мотивацій може знизити ймовірність швидкого звільнення працівника з державної митної служби, оскільки він бачить можливості для реалізації своїх потреб і бажань. Працівники, мотивація яких узгоджується з роботою, швидше

навчаються і більш відкриті до професійного розвитку, оскільки вони відчують, що розвиток їхніх навичок сприяє також досягненню особистих цілей.

Професійно-психологічний відбір є ключовим елементом процесу кадрового менеджменту, спрямованим на ідентифікацію кандидатів, які найкраще відповідають не тільки професійним вимогам митної, але й організаційній культурі державної установи, якою є сучасна митна служба. Інтеграція розуміння індивідуальних мотивацій та потреб кандидатів у цей процес відкриває додаткові можливості для вибору тих, хто зможе не просто виконувати свою роботу на високому рівні, але й знайде в ній особистісне задоволення та мотивацію для подальшого особистісного та професійного розвитку.

Список використаних джерел

1. Венець, Н. А. (2009). Емпіричне обґрунтування психограми успішного працівника митних органів. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (842), 37–42.
2. Калениченко, Р., Коханець, А., & Берташ, М. (2022). Особливості організації професійно-психологічного відбору спеціалістів до діяльності в складних та екстремальних умовах. *Вісник Національного університету оборони України*, 3(67), 63–71. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-67-3-63-70>
3. Корольчук, М. С., & Крайнюк, В. М. (2006) *Теорія і практика професійного психологічного відбору*. Ніка-Центр.
4. Корсун, С. І., & Якимишина, Л. І. (2020) Професіографічний опис діяльності детектива національного антикорупційного бюро України. *Габітус*, (14), 244–249. <http://habitus.od.ua/journals/2020/14-2020/43.pdf>. DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.14.41>
5. Кодекс України «Митний кодекс України» №4495-V (Редакція від 07.11.2023). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/4495-17#Text>
6. Brewer, A. M. (2018) *Encountering, Experiencing and Shaping Careers: Thinking About Careers in the 21st Century*. Newcastle. DOI:10.1007/978-3-319-96956-5

References

1. Venets, N. A. (2009). Empirychne obgruntuvannia psykhhohramy uspishnoho pratsivnyka mytnykh orhaniv. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu imeni V. N. Karazina. Seriiia «Psykhologhiia»*, (842), 37–42.
2. Kalenychenko, R., Kokhanets, A., & Bertash, M. (2022). Osoblyvosti orhanizatsii profesiino-psykholohichnoho vidboru spetsialistiv do diialnosti v skladnykh ta ekstremalnykh umovakh. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, 3(67), 63–71. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-67-3-63-70>
3. Korolchuk, M. S., & Krainiuk, V. M. (2006) *Teoriia i praktyka profesiinoho psykholohichnoho vidboru*. Nika-Tsentr.
4. Korsun, S. I., & Yakymyshyna, L. I. (2020) Profesiohrafichnyi opys diialnosti detektyva natsionalnoho antykoruptsiinoho biuro Ukrainy. *Habitus*, (14), 244–249. <http://habitus.od.ua/journals/2020/14-2020/43.pdf>. DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.14.41>
5. Kodeks Ukrainy «Mytnyi kodeks Ukrainy» №4495-V (Redaktsiia vid 07.11.2023). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/4495-17#Text>
6. Brewer, A. M. (2018) *Encountering, Experiencing and Shaping Careers: Thinking About Careers in the 21st Century*. Newcastle. DOI:10.1007/978-3-319-96956-5

Summary

PLANNING AND IMPLEMENTATION OF PROFESSIONAL AND PSYCHOLOGICAL
SELECTION OF EMPLOYEES OF THE STATE CUSTOMS SERVICE

*Bertash M. Lecturer at the Department Psychology,
Pedagogy and Sociology, State Tax University*

Introduction. Considering the current selection procedure for the customs authorities, we can conclude about its duration and complexity. This selection technique is systematic and thorough, but somewhat inefficient. In order to meet the requirements established for civil servants, the applicant must have special moral and psychological qualities, such as emotional stability and endurance, initiative, principles, honesty, education and tact. However, the selection procedure does not use technologies aimed directly at identifying the value orientations of the applicant.

Purpose. Practical measures and recommendations that will contribute to the optimization of the process of professional and psychological selection of employees of the state customs service.

Methods. To achieve the goal, a set of theoretical methods was used: systematic analysis and interpretation of data, systematization, modeling, generalization of the obtained results.

Originality. Scientific and practical recommendations for planning the professional and psychological selection of employees of the state customs service provide for the development of a comprehensive approach, which includes planned measures aimed at revealing key psychological characteristics necessary for effective work in customs, as well as planned strategies for using modern psychodiagnostic tools to assess these competencies. The main purpose of such selection is to ensure the high quality and professionalism of personnel capable of performing their duties effectively and in compliance with high moral standards. An equally promising direction of research within the framework of this problem is the creation and deployment of a detailed model of a customs service specialist and modeling of the psychological mechanisms of their influence on the effectiveness of the customs officer's professional activity.

Conclusions. It is expected that compliance with the developed scientific and practical recommendations will increase the motivation and involvement of employees, reduce the turnover rate, and increase the effectiveness of training and development of customs service specialists. When work matches an employee's personal interests, values, and motivations, it leads to greater employee engagement and satisfaction. Such a specialist tends to work with a higher level of commitment and enthusiasm. Understanding and meeting individual needs and motivations can reduce the likelihood of an employee being quickly dismissed from the state customs service, as he sees opportunities to realize his needs and desires. Employees whose motivation is aligned with their work learn faster and are more open to professional development because they feel that developing their skills also contributes to the achievement of personal goals.

Professional and psychological selection is a key element of the personnel management process aimed at identifying candidates who best meet not only the professional requirements of customs, but also the organizational culture of a state institution, which is the modern customs service. Integrating an understanding of individual motivations and needs of candidates into this process opens up additional opportunities for selecting those who will not only be able to perform their work at a high level, but will also find in it personal satisfaction and motivation for further personal and professional development.

Key words: professional selection; Customs Service; professional and psychological selection; professional suitability.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 04.07.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 25.08.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ПСИХІЧНІ СТАНИ В СТРУКТУРІ ПЕРЕЖИВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КРИЗИ

Вербицька Л. Ф. кандидат психологічних наук, доцент,
Державний торговельно-економічний університет
<https://orcid.org/0000-0001-5802-2200>

У статті розкрито теоретико-методологічні підходи різних авторів щодо розкриття сутнісних ознак поняття «професійна криза» та «психічних станів». Проаналізовано наслідки феномену професійної кризи та можливий негативний вплив на ефективність життєдіяльності особистості. Розглянуто психологічні особливості професійної кризи та негативні психічні стани. Розкрито фактори, що детермінують виникнення та перебіг криз професійного розвитку людини. За підсумками концепції професійного становлення особистості виділяються стадії професійних криз та можливі негативні наслідки перебігу кризових етапів та пропонуються конструктивні варіанти їх подолання. Розглянуто механізми формування та прояву криз професійного становлення особистості, особливості їх розвитку та перебігу.

Ключові слова: негативні психічні стани; професійна криза; професійне здоров'я; життєдіяльність людини; психологічні механізми; професійна діяльність; професійне становлення.

Вступ. Наше життя сповнене як негативними, так і позитивними подіями – в цьому й проявляється багатоплинність життя. І тільки та особистість, що готова долати кризовість, яку переживає на своєму шляху, може розраховувати на конструктив в особистісному розвитку.

На різних етапах професійного становлення та розвитку завдання самореалізації фахівця можуть бути вирішені по-різному, при цьому перехід від одного етапу становлення до іншого часто супроводжується професійними кризами, які характеризують зміни в поведінці фахівця, у його ставленні до роботи, у мотивації досягнення.

Розробка психологічних концепцій професійних криз має довгу історію та значні наукові напрацювання.

Метою статті є теоретичне обґрунтування психологічних особливостей психічних станів у перебігу професійної кризи.

Теоретичне підґрунтя. У наш час питанню розвитку особистості в процесі її професіоналізації приділяють увагу багато вітчизняних та зарубіжних психологів. До світової психології можна віднести нові динамічні теорії: мотиваційна (В. Врум), структурна (З. Гінзберг, С. Аксельрод, Д. Міллер), теорії індивідуальності (Л. Тайлер, Дж. Холланд). Проблему професійного розвитку особистості розглядали в наукових працях такі вітчизняні психологи, як Ю. Александрова, А. Борисюк, О. Байер, М. Полухіна, О. Кокун та інші.

Також, аналіз наукових джерел щодо психічних станів вчені виокремлюють у залежності від мети і завдань конкретного феномену дослідження, а саме за глибиною переживань: глибокі та поверхневі, на негативні та позитивні.

Методи дослідження. Сучасна психологія визнає важливий факт, що розуміння психологічних аспектів професійного становлення, а саме: процесів формування особистості співробітників, індивідуальних особливостей комунікативної сфери, врахування функціональних психологічних факторів (індивідуальні типологічні особливості, особливості емоційно-вольової сфери; особливості пізнавальних процесів та психічних властивостей). врахування особливостей мотиваційної компоненти, поведінкових аспектів особистості та їх використання в службовій діяльності – створюють умови ефективно вирішувати професійні завдання. У такій ситуації вкрай важливо вивчити особистісні характеристики, механізми роботи та професійну діяльність співробітника компанії.

Варто зазначити, що вивченням особистості в психології займається велика кількість науковців, які по-різному викладають теорії та трактують процес формування особистості.

Особистість у широкому розумінні цього слова – це те, що внутрішньо відрізняє одну людину від іншої, перелік усіх її психологічних особливостей.

О. Кокун зазначає, що «особистість – це людина, яка має певний набір психологічних властивостей, на яких ґрунтуються її вчинки і які є значущими для суспільства» (Кокун О., 2018).

Проблема професійного розвитку особистості поділяється на дві моделі.

Перша – заперечує вплив професії на особистість, вважаючи людину насамперед «професіоналом». Для того, щоб зробити правильний вибір професії, людина повинна чітко усвідомлювати себе та свої можливості для виконання професійних вимог. Остаточний вибір професії відбувається в той момент, коли професійні вимоги і здібності повністю відповідають діяльності людини. Ця модель демонструє примітивний спосіб вибору професії. Особистість сприймається як сукупність взаємозалежних здібностей і властивостей. Механізм вибору професії полягає у співвіднесенні характеристик особистості та необхідних професійних вимог. Якщо під час професійної діяльності ці складові не збігаються, особа повинна змінити професійну діяльність, оскільки якість виконуваної діяльності не відповідає професійним вимогам.

Друга модель визнає вплив професії на особистість і доводить її зміну в процесі професійного становлення. Процес професіоналізації складається з багатьох етапів. На етапі пошуку та вибору оптимальної професії провідним завданням особистості є формування знань, умінь, навичок і характеристик, що визначають загальну готовність до праці. Наступним етапом професіогенезу є етап здобуття спеціальності у відповідному закладі освіти. У процесі навчання відбувається оволодіння професійною мовою, спеціальною термінологією, інформаційною базою діяльності, професійними вміннями та навичками, набуття навичок професійного спілкування з іншими людьми, формування професійної спрямованості особистості тощо. Професійна адаптація сприймається як процес пізнання фахівцем умов праці, підвищення рівня професійної обізнаності та компетентності вже на етапі професійної адаптації.

На етапі професійної діяльності людина вдосконалює свою професійну майстерність, створює особливий підхід до вирішення професійних завдань. Свідченням прориву в

професійному розвитку особистості є низка авторських прийомів, правил, знахідок для найкращого виконання професійних завдань. На думку З. Становських, професіоналізація – це процес формування певного виду трудової діяльності, заснований на згрупованих і сформованих професійно орієнтованих особистісних характеристиках, необхідних для регуляції певного виду трудової діяльності, спілкування та пізнання на різних етапах професійний розвиток.

Таким чином, професіоналізм є частиною періоду професійного становлення фахівця як об'єкта праці, де він самостійно виконує роботу, долає періоди емоційного і фізичного виснаження і досягає професійних успіхів.

Професійний розвиток людини є основою процесу професіоналізму. Процес починається з вибору та освоєння професії і не закінчується до закінчення професійної діяльності, але він також може негативно впливати на особистість, призводячи до зниження професійної успішності та негативно впливаючи на повсякденне життя. Зарубіжні вчені причиною розвитку негативних психічних станів виокремлюють соціокультурні, професійні, біогенні, когнітивні чинники та окреслюють основні групи, що характеризують негативні стани: емоційні, когнітивні, мотиваційні, фізіологічні.

В. Кириченко розглядає висхідну (прогресивну) і спадну (регресивну) стадії професійного розвитку.

Поступовий етап професійного становлення особистості виявляє формування мотивів професійної діяльності та структури професійних умінь, знань та навичок. У процесі професіоналізації на особистість впливають суб'єктивні чинники, до яких відносяться зміст середовища, що безпосередньо впливає на якість виконуваної професійної діяльності (гігієна праці, зміст професійних завдань, матеріально-технічне забезпечення тощо), особистісні особливості, інтелектуальні та рухові здібності.

В. Кириченко вказує на рівень відображення людиною виробничої ситуації:

1. Когнітивний рівень. Людина сприймає всю інформацію ззовні, незалежно від її інформативного аспекту по відношенню до себе. Сприйняття відбувається тільки з

інформацією, яка зрозуміла і доступна людині.

2. Нормативний рівень. Людина фільтрує інформацію, яку отримує, і сприймає лише те, що може використовувати для управління нею у професійній діяльності.

На початковій фазі професіоналізації розвиток розглянутих рівнів відбувається паралельно. У міру професіоналізації когнітивний рівень продовжує зростати, а нормативний рівень починає знижуватися. Процес професіоналізації супроводжується перетворенням загальних здібностей у професійні, які проявляються лише тоді, коли загальні здібності наповнюються професійно важливими для конкретної професії сторонами.

На регресивній стадії професійного розвитку негативний вплив професії не враховується, поява професійної деформації та особливих станів, наприклад професійного вигорання.

Професійною деформацією вважається будь-яка зміна в особистості, що виникає в процесі професіоналізму і формує стійкий характер діяльності. Вона поділяється на духовний і фізичний аспекти життя. Як правило, професійна деформація негативно впливає на психологічний стан людини та викликає проблеми з повсякденною поведінкою, що може призвести до зниження ефективності праці. Початковою стадією деформації вважається поява тимчасових негативних психологічних станів, які стають постійними і знижують позитивні якості людини. Крім того, негативні якості повністю витісняють позитивні і змінюють особистісний профіль співробітника. Нарешті, відбувається стійка зміна особистісного профілю, що є професійною деформацією.

Яскравим прикладом негативного впливу професії на особистість є явище професійної кризи, яке зачіпає особистість у цілому та безпосередньо впливає на ефективність праці.

Рушійною силою професійного розвитку працівника можна назвати кризи професійного розвитку особистості, вирішення яких створює можливість нормалізації професійних потреб працівника щодо вимог конкретної професії. Результатом кризи вважається створення нового

соціального порядку, що сприяє розвитку працівника як суб'єкта праці.

Виходячи з концепції професійного розвитку особистості, кризи можна визначити як раптові зміни вектора її професійного розвитку. Вони короткочасні і найбільш яскраво проявляються при переході від одного етапу професійного розвитку до іншого. Перебудова смислових структур професійної свідомості, переорієнтація на нові цілі, корекція і перегляд соціально-професійної позиції готує до зміни способів діяльності, призводить до зміни відносин з оточуючими людьми, а в деяких випадках і до зміни професії (Вербицька Л., 2024).

Проаналізувавши наукову літературу, присвячену процесу професіоналізму людини, можна визначити чинники, що призводять до криз професійного розвитку. Вирішальними можуть бути поступові якісні зміни способів виконання діяльності. На етапі первинного професіоналізму настає вирішальний момент, коли подальший еволюційний розвиток діяльності та відтворення її індивідуального стилю неможливі без радикальної зміни нормативно затвердженої діяльності. Людина повинна здійснити професійний вчинок, проявити чи прийняти надзвичайну активність. Надприродна професійна діяльність може проявлятися у переході на новий освітній чи творчий рівень (Зарецька О., 2016).

О. Байєр зазначає, що ще одним чинником кризи професійного розвитку може бути підвищена соціально-професійна активність індивіда внаслідок його незадоволеності своїм соціальним, професійним та освітнім статусом. Соціально-психологічна спрямованість, професійна ініціатива, інтелектуальна та емоційна напруженість часто спонукають до пошуку нових форм професійної діяльності, до пошуку шляхів її вдосконалення, а також до зміни професії чи роботи. Факторами, що викликають професійну кризу, можуть бути соціально-економічні умови діяльності людини: ліквідація підприємства, скорочення робочих місць, незадовільна заробітна плата, переїзд на нове місце проживання тощо (Михайлова О., 2021).

О. Кокун звертає увагу на те, що одним із факторів, які спричиняють кризу професійного становлення, є вікові психофізіологічні зміни, а саме погіршення

самопочуття, зниження працездатності, ослаблення розумових процесів, втому від роботи, синдром емоційного вигорання, інтелектуальна безпорадність тощо.

Професійні кризи часто виникають при прийнятті на нову посаду, атестації спеціалістів, участі в конкурсі на заміщення вакантної посади і ціноутворенні (Кокун О., 2018).

Виходячи з концепції професійного розвитку особистості, О.Кокун визначає наступні етапи цього процесу: відбір, професійне виховання та навчання, професійна адаптація, набуття первинного та вторинного професіоналізму та майстерності (Кокун О., 2018).

Згідно з визначенням кризи, перехід від однієї стадії до іншої створює нормативні кризові прояви. Розглянемо їх психологічні особливості, дотримуючись логіки професійного розвитку.

Професійний розвиток людини починається на етапі відбору – формування професійних намірів. У 14-16 років, у ранній юності, оптанти починають професійно самовизначатися. До 14 років дівчата та хлопці вже мають глибокі знання професійного світу та уявлення про бажану професію. Їм потрібен твердий професійний план: продовжити навчання в середньому загальноосвітньому закладі, у закладі професійної освіти чи у закладі фахової передвищої освіти. Для одних усе вирішено, інші змушені зробити професійний вибір. На етапі відбору абітурієнти переоцінюють свою навчальну діяльність: мотивація змінюється залежно від професійного наміру. Навчання в загальноосвітній школі стає професійно-технічним, в професійному училищі чи у коледжі – це твердо визначена освітньо-професійна спрямованість. Є підстави вважати, що на етапі відбору управлінська діяльність змінюється з навчально-пізнавальної на навчально-професійну. Різко змінюється соціальна ситуація розвитку. При цьому бажане майбутнє неминуче стикається з реальним сьогоденням, що набуває форми кризи освіти та професійної орієнтації (Михайлова О., 2021).

Л. Вербицька зазначає, що старшокласники, які продовжили навчання в школі, явно відчують цю кризу в 16-17 років, перед закінченням шкільної освіти. Суть кризи полягає в необхідності вибору

варіанту отримання професійної освіти чи навчання. Слід підкреслити, що в цьому віці, як правило, обирається варіант подальшого навчання за певною, а не конкретною спеціальністю. Переживання кризи і роздуми про свої можливості призводить до корекції професійних намірів. Вносяться корективи і в сформовану в цьому віці «Я-концепцію» (Вербицька Л., 2024).

На етапі професійної підготовки більшість учнів і студентів відчують розчарування в професії, якій навчаються. Виникає незадоволеність окремими предметами, сумніви у правильності вибору професії, знижується інтерес до навчання. Настає криза професійного вибору. Як правило, це проявляється на першому та останньому курсах професійної освіти. За рідкісним винятком цю кризу можна подолати шляхом перетворення навчальної мотивації на соціально-професійну. З кожним роком зростає професійна спрямованість навчальних дисциплін, що зменшує незадоволеність.

На нашу думку, робота закладів освіти у цьому напрямку ще недостатня. Це один із найперспективніших напрямів досліджень у психології професійних криз.

Після завершення професійного навчання починається етап професійної адаптації. Молоді спеціалісти починають працювати самостійно. Принципово змінюється ситуація професійного становлення: новий колектив, нові соціально-професійні цінності, інша ієрархічна система трудових відносин, інша соціальна роль і, звичайно, принципово новий вид управлінської діяльності.

А. Борисюк наголошує, що при виборі професії юнак уже чітко уявляв свою подальшу роботу. У ЗПТО заробляв великі гроші. А тепер настав час власне виконання професійних завдань. В перші тижні і місяці роботи виникають великі труднощі. Але не вони є причиною кризи, а головна причина психологічна: розбіжність між реальним трудовим життям і сформованими уявленнями та очікуваннями.

І тут важлива роль закладів освіти, адже одним із їхніх завдань є формування адекватного уявлення про майбутню професію. Але, на жаль, вони дуже часто залишаються «відірваними від життя», що

призводить до поглиблення цієї кризи професійного розвитку.

Таким чином, розбіжність між професійною діяльністю та очікуваннями призводить до кризи професійних очікувань.

Наступна нормативна криза професійного становлення особистості виникає на завершальній фазі первинного професіоналізму, а саме після 3-5 років професійної діяльності. До цього часу фахівець набув і ефективно (якісно) виконував нормативно затверджену діяльність, визначив свій соціально-професійний статус в ієрархії трудових відносин. Динаміка минулого досвіду, інертність професійного розвитку та потреба в самоствердженні призводять до протесту та незадоволеності трудовим життям. Людина свідомо чи несвідомо починає відчувати потребу в подальшому професійному зростанні та розвитку її кар'єри. За відсутності реальних перспектив професійного розвитку людина відчуває дискомфорт, перебуває в психічній напрузі і думає про можливе звільнення або зміну роботи.

Подальший професійний розвиток веде до вторинної професіоналізації. Відмінною рисою цього етапу є якісне та високопродуктивне виконання професійної діяльності. Способи, як це зробити, досить індивідуальні. Спеціаліст стає професіоналом. Характеризується соціально-професійною позицією і стійкою професійною самооцінкою. Ґрунтовно перебудовуються соціально-професійні цінності та змінюються способи здійснення діяльності, що свідчить про перехід фахівця на принципово новий етап професійного розвитку, адже ці зміни призводять до істотної зміни як соціальної ситуації, так і провідної діяльності, що характеризується також індивідуальним стилем і елементами креативності. Можливими сценаріями виходу з кризи є звільнення, отримання нової спеціальності за тією ж професією та просування на вищу посаду. Одним із найпродуктивніших шляхів виходу з кризи є перехід до наступного етапу професійного розвитку – етапу майстерності (Кокун О., 2018).

Етап майстерності характеризується творчо-інноваційним рівнем професійної діяльності. Потреба в самореалізації та

самовдосконаленні стає рушійною силою подальшого професійного розвитку особистості. Професійна самореалізація людини призводить до невдоволення собою та іншими людьми. Криза нереалізованих можливостей, а точніше криза соціальної та професійної самореалізації – це душевна розгубленість, бунт проти самого себе. Продуктивним виходом з цього є інновації, винахідництво, швидка кар'єра, соціальна та професійна гіперактивність. Звільнення, професійний цинізм, конфлікти, алкоголізм, депресія, створення нової сім'ї є деструктивними способами вирішення цієї кризи.

Наступна нормативна криза професійного розвитку, визначена О. Байєром, пов'язана з відходом від трудового життя. Після досягнення певного граничного віку людина виходить на пенсію. Для багатьох працівників передпенсійний період перетворюється на кризу. Це пов'язано з необхідністю придбання нової соціальної ролі та поведінки. Вихід на пенсію означає звуження соціальної та професійної сфери і контактів, зниження фінансових можливостей. Тяжкість кризи втрати професійної діяльності залежить від характеру роботи (представники фізичної праці переживають її легше), сімейного стану та стану здоров'я працівника. Для того, щоб подолати цю кризу корисно було б проводити курси з підготовки до пенсії, тренінги соціально-економічної взаємодопомоги, організовувати клуби дозвілля для пенсіонерів, що є популярним в багатьох розвинених країнах (Вербицька Л., 2024).

Соціально-психологічне старіння починається після виходу на пенсію. Дослідники звертають увагу, що це проявляється в зниженні інтелектуальних процесів, посиленні або ослабленні емоційних переживань. Уповільнення темпу розумової діяльності, обережність до нововведень, всього нового, постійне занурення в минуле і зосередження на минулому досвіді. Також виникає бажання засуджувати поведінку молоді та суворо порівнювати своє покоління з поколінням, що йде за ним. Невдало прожите життя закінчується страхом смерті, постійними скаргами на здоров'я, близькими родичами та втраченими можливостями. Ця незадоволеність сучасним життям зумовлена

скороченою життєвою перспективою, аморфністю професійної ідентичності, самотністю та соціальною ізоляцією (Зарецька О., 2016).

Результати і обговорення. Таким чином, досліджуючи ключові нормативні кризи професійного розвитку, можна підкреслити, що кожна з них вирізняється специфікою ситуації професійного становлення та індивідуальним смаком способів ведення провідної діяльності. При виникненні криз на ранніх етапах професійного розвитку вирішальними є об'єктивні фактори: зміна управлінської діяльності, принципова зміна соціальної ситуації. На пізніх етапах все більшу роль відіграють суб'єктивні чинники: зміна самосприйняття, перебудова професійної свідомості, підвищення рівня вимог і самооцінки, потреби в самоствердженні. Окрім нормативних криз професійний розвиток супроводжується ненормативними кризами, зумовленими умовами життя. Такі події, як вимушене звільнення, перерви в роботі, пов'язані з появою в родині дитини, перенавчання, зміна місця проживання, непрацевдатність, викликають сильні стреси чи емоційні переживання і часто набувають характеру сильної кризи (Вербицька Л., 2024).

Більшість дослідників відзначає, що кризи професійного розвитку часто є результатом впровадження нових організацій праці, нових технологій, сертифікації, ціноутворення тощо. Однак вони не є предметом нашого поточного аналізу, а також не є кризами, викликаними великими життєвими труднощами та невдачами. Нестабільність роботи, трудові конфлікти та багато інших факторів можуть сприяти професійній кризі. Докорінно змінюється ставлення до себе і до своєї професійної діяльності. Насамперед це зневіра в собі як фахівцеві, зниження професійної самооцінки і, як наслідок, відчуття особистої некомпетентності та безглуздості своєї роботи (Михайлова О., 2021).

А. Борисюк зазначає, що на розвиток та прояв професійної кризи істотно впливають стать, вік, сімейний стан, рівень освіти, стаж роботи, індивідуальні характеристики, витривалість, самооцінка та тривожність. У психології їх називають індивідуальними факторами. Крім них, на кризу впливають

організаційні чинники, до яких належать: умови праці, перевантаження, тиск часу, робочий час, зміст роботи, участь у прийнятті рішень, спілкування з колегами та клієнтами (Кокун О., 2018).

Висновки. Отже, професійна криза – це своєрідна психологічна травма, яку отримує людина та може спричинити багато проблем. Після емоційної травми ніщо не лишається колишнім. Звичайний світ людини, відносини з оточуючими людьми, сім'я і робота буквально руйнуються на очах. Світ, який він вважав стабільним, стає непередбачуваним, а його уявлення про безпеку розсипаються на порох. Людина перестає контролювати своє життя і дії в цьому житті. Але водночас криза може розглядатися як можливість щось змінити, відкрити себе та інших. Криза «штовхає» людину розвиватися далі.

Таким чином, ми проаналізували основні нормативні кризи професійного становлення особистості, які мають специфічні етапи: відбір, професійне виховання і навчання, професійна адаптація, первинний і вторинний професіоналізм, майстерність. Усі ці етапи відрізняються особливостями ситуації професійного розвитку та індивідуально забарвленими способами ведення провідної діяльності. На пізніх етапах все вищу роль відіграють суб'єктивні чинники: зміна самосприйняття, перебудова професійної свідомості, підвищення рівня вимог і самооцінки, потреби в самоствердженні.

За теоретичним підґрунтям наукових підходів вивчення негативних психічних станів в кризових умовах встановлено, що спільним для усіх класифікацій є те, що в залежності від особливостей індивідуального сприйняття зовнішніх обставин і критичних життєвих ситуацій особистість переживає з різними рівнями інтенсивності і модальності де домінують окремі її структурні компоненти.

Важливим аспектом проблематики є фундаментальна перебудова особистості. Відповідно до визначення криз, перехід від однієї стадії до іншої створює нормативні кризові прояви, а саме в психічних станах особистості, вихід з яких може бути як конструктивним, так і деструктивним. Тому важливим завданням сучасної кризової психології є допомогти людині пережити кризовість в прогресивному руслі.

Список використаних джерел

1. Зарецька, О. О. (2016). Про особливості застосування наративного підходу у практиці кризового консультування. Особистість в умовах кризових викликів сучасності: Матеріали методологічного семінару НАПН України / за ред. академіка НАПН України С.Д. Максименка. Київ. 262–268. https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/704987/1/Mater_metodol_sem.pdf
2. Вербицька, Л. (2024). Професійне здоров'я особистості в воєнний час: теоретико-прикладний аспект. *Психологічний журнал*, (12), 94–101. <http://psyj.udpu.edu.ua/article/view/306792>
3. Кокун О. М. (2018) Життєве та професійне самоздійснення як предмет дослідження сучасної психології. *Практична психологія та соціальна робота*. № 9. С. 1–5. <https://core.ac.uk/download/pdf/19596094.pdf>
4. Михайлова, О.І. (2021). Усвідомлення переживання –індикатор формування стресостійкості особистості в умовах стресу. Психологічні проблеми особистості на сучасному етапі розвитку суспільства. Збірник матеріалів XI Міжнародної науково-практичної конференції / за ред. М.В. Папучі. Ніжин: НДУ імені М. Гоголя. 16–20. URL: http://www.ndu.edu.ua/storage/2021/11_conf_zbirn_psycho.pdf#page=17.
5. Lazarus R.S., Folkman S. (1994). *Stress, appraisal and coping*. N.Y.: Springer, 466 p.
6. Stone A.A. (1998). A comparison of coping assessed by ecological momentary assessment and retrospective recall / A.A. Stone, J.E. Schwartz, J.M. Neale et al. *J. of Person. and Soc. Psychol.* Vol. 74. No6 (Jun.). P. 1670-1680.
7. *The Technique and Practice of Psychoanalysis*. (2016)/ A Memorial Volume to Ralph R. Greenson. By Ralph R. Greenson. Copyright. 538 p.

References

1. Zaretska, O. O. (2016) Pro osoblyvosti zastosuvannya naratyvnoho pidkhodu u praktytsi kryzovoho konsultuvannya. *Osobystist v umovakh kryzovykh vyklykiv suchasnosti: Materialy metodolohichnoho seminaru NAPN Ukrainy* [About the peculiarities of using the narrative approach in the practice of crisis counseling. Personality in the conditions of crisis challenges of modernity: Materials of the methodological seminar of the National Academy of Sciences of Ukraine] / za red. akademika NAPN Ukrainy S.D. Maksymenka. Kyiv. 262–268. URL: http://lib.iitta.gov.ua/704987/1/Mater_metodol_sem.pdf (In Ukrainian).
2. Verbytska L. (2024). Professional personal health in war time: theoretical and practical aspect. [Psychological magazine] (12), 94–101. <http://psyj.udpu.edu.ua/article/view/306792> (In Ukrainian).
3. Kokun O. (2018). Life and professional self-realization as a subject of research in modern psychology. *Practical Psychology and Social Work*. [Practical psychology and social work] No. 9. P. 1–5. <https://core.ac.uk/download/pdf/19596094.pdf> (In Ukrainian).
4. Mykhailova, O.I. (2021) Usvidomlennia perezhyvannia –indykator formuvannia stresostiikosti osobystosti v umovakh stresu. *Psykhologichni problemy osobystosti na suchasnomu etapi rozvytku suspilstva. Zbirnyk materialiv XI Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii* [Awareness of the experience as an indicator of the formation of individual resistance in stress conditions. Psychological problems of individual at the current stage of the development of society. Proceedings of the 11th International Scientific and Practical Conference] / za red. M.V. Papuchi. Nizhyn: NDU imeni M. Hoholia. 16–20. URL: http://www.ndu.edu.ua/storage/2021/11_conf_zbirn_psycho.pdf#page=17 (In Ukrainian).
5. Lazarus, R.S., Folkman, S. (1994) *Stress, appraisal and coping*. N.Y.: Springer. 466 p.
6. Stone, A.A. (1998) A comparison of coping assessed by ecological momentary assessment and retrospective recall/ A.A. Stone, J.E. Schwartz, J.M. Neale et al. *J. of Person. and Soc. Psychol.* Vol. 74. No6 (Jun.). P. 1670-1680.
7. *The Technique and Practice of Psychoanalysis*. (2016) A Memorial Volume to Ralph R. Greenson. By Ralph R. Greenson. Copyright. 538 p.

Summary

MENTAL STATES IN THE STRUCTURE OF EXPERIENCING A PROFESSIONAL CRISIS

Verbytska L. PhD in Psychology, Associate Professor,
State University of Trade and Economics

Introduction. The article analyzes the main theoretical-methodological approaches of various authors to reveal the essential features of the concept of "professional crisis". The social consequences of the psychological phenomenon of the professional crisis and the possible negative impact on the effectiveness of the individual's work capacity are revealed. The psychological features of the professional crisis of the enterprise employee are considered. The factors that determine the occurrence and course of crises in a person's professional development are disclosed. Stages of professional crises and possible negative consequences of the course of

crisis stages are distinguished according to the results of the concept of professional formation of the individual, and constructive options for overcoming them are offered.

Purpose. *Theoretical substantiation of the psychological features of mental states in the course of a professional crisis*

Methods. *The mechanisms of the formation and manifestation of crises of the professional formation of the personality; the peculiarities of their development and course are considered. The facts regarding the psychological aspects of professional development, namely the processes of personality formation of company employees, the psychology of communication, the psychological techniques of people and their use in official activities to effectively solve professional tasks, are considered.*

Originality. *The main factors of professional development are disclosed, such as: all people are individually distinguished by psychological qualities and features; the success of professionalization is determined by the compliance of the individual and psychological characteristics of a person with the requirements of the profession; each person meets the requirements of several professions; the degree of correlation of individual characteristics with professional requirements determines the level of interest in the specialty, satisfaction with it, the desire for professional self-improvement, etc.; professionalization is implemented throughout the entire professional path of personal development; the professional development of the personality, its operational and psychological characteristics and structures does not occur evenly and at different times; the nature of managerial activity and its change is decisive in the professional development of an individual; the individual's attitude to his profession, its development and labor activity are determined and adjusted by professional, physiological, psychological and other factors that determine the peculiarities of a person's labor activity and his life.*

Conclusion. *An important aspect of the problem is the fundamental restructuring of the personality. According to the definition of crises, the transition from one stage to another creates normative crisis manifestations, namely in the mental states of the individual, the way out of which can be both constructive and destructive. Therefore, an important task of modern crisis psychology is to help a person survive a crisis in a progressive way*

Key words: *negative mental states; professional crisis; professional health; human activity; psychological mechanisms; professional activity; professional formation.*

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 01.07.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 01.08.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

СУЧАСНИЙ СТАН ВПРОВАДЖЕННЯ СИСТЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ
ПІДТРИМКИ ПЕРСОНАЛУ В ЗБРОЙНИХ СИЛАХ УКРАЇНИ

Грунтковський О. Л. радник Командувача Повітряних Сил
Збройних Сил України

Василенко С. В. кандидат психологічних наук, доцент,
старший науковий співробітник
<https://orcid.org/0000-0002-5318-9172>

Сидоров К. І. начальник відділу планування психологічної
підтримки - заступник начальника управління психологічної
підтримки персоналу Командування Повітряних Сил
Збройних Сил України
<https://orcid.org/0009-0009-4753-5292>

У статті автори висвітлюють проблемні питання, які виникли в ході трансформації структури морально-психологічного забезпечення та запровадження системи психологічної підтримки персоналу у військових частинах (підрозділах) та органах військового управління Збройних Сил України відповідних рівнів.

Ключові слова: психологічна підтримка персоналу; морально-психологічне забезпечення; органи військового управління.

Вступ. Аналіз формування та впровадження структури психологічної підтримки персоналу Збройних Сил України (далі - ППП) показує, що в складних умовах відбиття широкомасштабної агресії РФ проти України на дану структуру покладено формування, підтримання та відновлення психологічної готовності особового складу військ (сил) Збройних Сил України (далі-ЗС України). Це завдання успішно виконується за рахунок наявних сил і засобів, але водночас виникає велика кількість проблемних питань, які з'явилися під час процесу трансформації.

Метою статті є формулювання проблемних питань в процесі трансформації структури морально-психологічного забезпечення (далі-МПЗ) ЗС України, перерозподілу покладених на неї завдань та прогнозування ймовірних наслідків в умовах відбиття повномасштабної збройної агресії (далі-ПЗА).

Для досягнення визначеної мети доцільним є вирішення ряду **завдань**: окреслення проблемних питань, які виникли в процесі трансформації системи МПЗ та переходу на функціонування системи ППП в ЗС України й визначення прогнозованих наслідків реалізації відповідних управлінських рішень в сучасних умовах.

Теоретичне підґрунтя. Теоретико-методологічну базу дослідження становлять результати досліджень ряду провідних вітчизняних науковців у царині морально-

психологічного забезпечення у Збройних Силах України, а саме: Особливості організації морально-психологічного супроводу в арміях зарубіжних країн (Агаєв, Дикун & Стасюк, 2020); Морально-психологічне забезпечення у Збройних Силах України (Стасюк та ін., 2020); Психологія бою: діяльність командира щодо підтримання морально-психологічного стану особового складу в ході бойових дій (Романишин та ін., 2015); Військова психологія: методологія, теорія та практика (Ягупов, 2023).

Слід зазначити, що, на нашу думку, безпосередньо окреслена проблематика трансформації системи МПЗ ЗС України на теперішній час в наукових публікаціях висвітлена недостатньо.

Методи дослідження. Вибір методичних процедур зумовлений характером поставлених завдань та змістом військово-професійної діяльності офіцерів структури МПЗ ЗС України. Саме в цьому контексті виокремлені функції, що забезпечують їх діяльність.

Дослідження базується на методах спостереження, узагальнення незалежних характеристик та аналізу документів.

Результати і обговорення. Необхідною умовою для роботи системи ППП ЗС України є її швидка адаптація та ефективне функціонування в умовах дії воєнного стану та веденню Силами оборони України бойових дій щодо відбиття російської агресії проти України.

Отже, за результатами аналізу системи МПЗ ЗС України, що існувала станом на 2023 рік, встановлено, що вся вертикаль посадових осіб працювала за єдиним замислом та планом, мала визначене підпорядкування та охоплювала всі головні завдання щодо роботи з особовим складом (персоналом) військових частин (підрозділів), установ та органів військового управління ЗС України. Зокрема, за напрямком роботи з персоналом була затверджена та введена в дію Доктрина “Об’єднана підтримка персоналу” (Об’єднана підтримка, 2020).

В ході переходу на систему ППП ЗС України Головнокомандувачем Збройних Сил України були затверджені організаційно-методичні вказівки щодо організації психологічної підтримки персоналу Збройних Сил України до кінця 2024 року (Організаційно-методичні вказівки, 2024).

Під час трансформації та переходу на систему ППП ЗС України авторами були визначені певні проблеми.

По-перше, на нашу думку, досі не вирішено питання передачі завдань та функцій, які були раніше покладені на структуру МПЗ ЗС України (особливо, це стосується окремих родів і видів ЗС України). Тому наразі спостерігається процес нерозуміння багатьма керівниками органів військового управління, хто саме є виконавцем завдань за напрямком МПЗ у військах (інформаційно-пропагандистського забезпечення, військово-соціальної роботи, роботи з сім’ями військовослужбовців, обліку та аналізу стану військової дисципліни та правопорушень, облік та аналіз використання, поповнення та списання технічних засобів пропаганди, тощо).

Водночас залишаються чинними Настанова з МПЗ підготовки та застосування ЗС України, де визначено зміст, функції, складові, завдання даного виду всебічного забезпечення (Настанова з МПЗ, 2018) та Положення про структури МПЗ у ЗС України, що визначає організацію відповідних структурних підрозділів з даного виду всебічного забезпечення (Положення про структури, 2018).

Також слід зауважити, що органи військового управління всіх рівнів в першу чергу керуються чинними керівними документами (нормативно-правовими актами

та ін.), зокрема Доктриною з МПЗ військ (сил) в об’єднаних операціях (Доктрина МПЗ, 2020).

Відповідно, структурні підрозділи ППП продовжують відпрацювання документів за напрямком МПЗ внаслідок відсутності наказів та директив, які відміняють ці вимоги або роз’яснень, на кого цей функціонал перерозподілено. Слід врахувати, що в організаційно-штатній структурі органів військового управління окремих родів та видів ЗС України наразі відсутні підрозділи військової служби правопорядку, що спричиняє навантаження на структуру ППП щодо ведення обліку та аналізу стану військової дисципліни та правопорядку (за всі військові частини та підрозділи окремого виду ЗС України).

Тому, доцільно чітко визначити підрозділ, який буде виконувати цю функцію, а не залишати це на рішення командувачів видів ЗС України (покладання цього завдання на підрозділи ППП Командувань видів ЗС України спричинить зниження якості виконання поставлених завдань підрозділами ППП органів військового управління та підпорядкованих військових частин внаслідок нераціональної витрати значної кількості часу та відволікання людського ресурсу.

По-друге, відсутність комунікацій (координації) на рівні структурних підрозділів ЗС України щодо спільної роботи (діяльності) підрозділів (структур), які відповідають за комунікаційну сферу: стратегічні комунікації, зв’язки з громадськістю, внутрішні комунікації, цивільно-військове співробітництво, ППП, служба військового капеланства, підрозділи персоналу (кожне управління із вищеперерахованих відпрацьовує власні нормативні документи, які не є узгодженими за єдиним замислом і планом та не враховують діяльність інших суб’єктів, які працюють з особовим складом, або взагалі нівелюють роботу інших, що призводить до відсутності розуміння командувачами окремих родів і видів ЗС України та керівниками органів військового управління (штабами) всіх рівнів, необхідності утримання значної кількості посадових осіб, не залучених до виконання бойових (спеціальних) завдань, які не приймають

участі в процесі планування бойових дій тощо.

Як наслідок, у теперішній час спостерігається відсутність єдиних поглядів на роботу з особовим складом (персоналом) ЗС України та відповідальності за готовність особового складу до виконання завдань за призначенням (кожна окрема структура цивільно-військове співробітництво (далі – ЦВС), служба військового капеланства (далі – СВК), стратегічні комунікації (далі – СК), служба зв'язків з громадськістю (далі – СЗГ), управління персоналу (далі – УП), ППП підпорядковується відповідним керівникам за напрямком діяльності в ГШ ЗС України, Апараті Головнокомандувача ЗС України, Міністерстві оборони України і не може прийти до єдиної думки та взаємодії між собою), що вкрай негативно впливає на якість роботи та авторитет посадових осіб, які працюють з особовим складом та спричиняє доведення різноманітних не узгоджених між собою завдань до військ (сил).

У підсумку, зазвичай, основним організатором і водночас виконавцем зазначених завдань залишається одна посадова особа – заступника командира військової частини з МПЗ (ППП).

По-третє, неузгодженість у діяльності та відсутність єдиного замислу в діяльності вищезгаданих структур може призвести до втрати комплексного контролю та ефективного впливу з боку посадових осіб органів військового управління, установ, військових частин, вищих військових навчальних закладів (закладів вищої освіти), на свідомість і психіку та моральну готовність особового складу, що дозволяє успішно виконувати завдання за призначенням за будь-яких умов обстановки.

По-четверте, на теперішній час невизначена нормативна відповідальність посадових осіб за стан моральної готовності, рівень виконання заходів психологічної підтримки, соціального супроводу, стан військової дисципліни тощо.

На думку авторів, існує нагальна потреба внесення відповідних змін до Статутів ЗС України, Табелю термінових донесень та ряду інших нормативно-правових актів та керівних документів ЗС України.

Процес трансформації структур МПЗ має передбачати повне переопрацювання нормативно-правової бази, яка регламентуватиме даний напрямок роботи: законодавство України, Укази Президента України, накази та директиви МО України та ГШ ЗС України тощо, у максимально стислі терміни.

По-п'яте, в структурі ППП в штаті військової частини відсутні посадові особи ППП в ротах та рівних їм підрозділах, тобто ті, хто безпосередньо працює з особовим складом (на рівні рот, батарей). Особливо це актуально під час виконання завдань окремими (зведеними) підрозділами у відриві від основних сил військової частини.

Відповідно до Перспективної системи ППП викликає сумнів необхідність функціонування у військовій частині групи контролю бойового стресу (далі-ГКБС) та групи психологічного відновлення.

На теперішній час завдання з організації цих заходів виконує ГКБС, додаткове введення групи психологічного відновлення до штату бригади (полку) може призвести до розпорошення обов'язків та відповідальності за напрямком.

Крім того, за рахунок чисельності посад даної групи більш доцільним є введення посад заступників з ППП в ротах (батареях) та рівних їм підрозділах.

По-шосте, доцільно внесення змін до нормативно-правових актів, які регламентують виконання МПЗ “специфічних завдань” (несення бойового чергування, виконання польотів (МПЗ бойового чергування та МПЗ польотів визначено наказами Міністерства оборони України) та інших, порушення порядку виконання яких передбачає, зокрема, і настання кримінальної відповідальності), необхідно здійснити в максимально стислі терміни з метою недопущення зриву виконання визначених завдань.

З початку широкомасштабного вторгнення РФ на територію України роль і місце офіцерів структури МПЗ у військах (силах) та органах військового управління ЗС України постійно зростали.

Наразі в процесі трансформації структури МПЗ у військових підрозділах спостерігається певна невизначеність ролі та місця заступника командира з МПЗ (ППП) та перспектив його подальшого службового

використання. Це може призвести до відтоку підготовлених кадрів, послаблення (зниження якості) морально-психологічного впливу на особовий склад, і, як наслідок, до збільшення правопорушень, зниження контролю за діяльністю посадових осіб новостворених структур з боку відповідних керівників тощо.

На думку авторів, процес розпорошування повноважень та обов'язків посадових осіб МПЗ на віртуальних виконавців (підрозділи персоналу, ЦВС, СЗГ, ВВК, СВК тощо), може призвести до втрати розуміння командирами військових частин, хто саме працює з особовим складом, хто несе за це відповідальність (відповідно до Статуту Внутрішньої служби ЗС України заступник з МПЗ, функціонал якого при трансформації зазнає суттєвих змін, а новостворені підрозділи не є його ресурсом для виконання поставлених завдань).

В умовах високої динаміки виконання поставлених завдань, командири військових частин ведуть бойові дії, керують бойовою роботою підрозділів на пунктах управління, окрім виконання своїх функціональних обов'язків, визначених Статутом ЗС України та нормативними документами, що не дозволяє їм у повному обсязі аналізувати процеси, які відбуваються у військових колективах (малих соціальних групах), та особисто здійснювати аналіз соціальних потреб та оперативно вирішувати проблеми підпорядкованого особового складу.

Водночас, новостворені підрозділи цю задачу не виконують внаслідок нерозуміння свого функціоналу або його так званої “вузької спрямованості”, посиляючись на розпорядження ГШ ЗСУ, МОУ та ін.

Також, можна звернути увагу, що ефективність діяльності новостворених підрозділів знижується, через їх різний рівень підпорядкованості (ЦВС, персонал – структурні підрозділи штабу, СЗГ, СВК, ВВК, ГКБС безпосередньо підпорядковані командирі), через планування їх діяльності різними посадовими особами, ускладняється вироблення єдиного бачення їх узгодженої роботи навіть у військовій частині. Зазвичай, всі задачі за напрямком роботи з особовим складом командувачі (командири) покладають на заступників з ППП (МПЗ) (функціональні обов'язки яких, вже обмежені).

Окремо зупинимось на питанні захисту особового складу від негативного інформаційно-психологічного впливу противника (далі - ІПВ), що набуло вирішального значення в умовах ПЗА рф:

відсутній чіткий розподіл завдань та задач по захисту особового складу від негативного ІПВ в системах національної безпеки в цілому та інформаційної безпеки зокрема між структурами, залученими до комунікаційного процесу;

відсутність єдиних підходів до трактування понять “захист від негативного інформаційно-психологічного впливу”, “інформаційно-психологічна протидія” у керівних документах щодо організації МПЗ, (під час процесу планування саме структурний підрозділ МПЗ відповідає за організацію та планування заходів протидії негативному ІПВ противника, хоча штатних засобів протидії не передбачено);

відсутність єдиного керівництва силами та засобами, структурами, які фактично виконують завдання щодо протидії негативному ІПВ противника на оперативному та стратегічному рівнях та її ускладнене функціонування на тактичному рівні.

Доцільно застосовувати системний комплексний підхід з метою підвищення якості захисту особового складу від негативного ІПВ необхідно, який передбачає:

на основі постійного моніторингу, аналіз обстановки (військово-політичної, соціально-економічної та інформаційно-психологічної), прогнозування характеру та динаміки змін зовнішніх і внутрішніх загроз інформаційно-психологічної безпеки для військ (сил);

організацію та забезпечення повсякденної життєдіяльності особового складу військових частин (підрозділів) з максимальною нейтралізацією (пригніченням джерел) негативної інформації, небезпечних з точки зору деструктивного впливу на свідомість, психіку та поведінку особового складу військової частини;

вжиття заходів контрпропагандистського характеру з метою активної протидії негативному ІПВ противника (силами СЗГ, ВВК, СК);

в системі захисту особового складу від негативного ІПВ тісна взаємодія органів військового управління із засобами масової

інформації, громадськими, релігійними організаціями та об'єднаннями;

об'єднання структур, які працюють в системі стратегічних комунікацій: внутрішніх комунікацій та моральної підтримки, служби зв'язків з громадськістю та прес-служб, цивільно-військового співробітництва, в окремих питаннях також і служби військового капеланства та соціальної підтримки персоналу, окремих підрозділів моніторингу негативного ІПВ, до діяльності під керівництвом за єдиним замислом має створити синергетичну систему, яка зможе дієво нейтралізувати та дезавуувати деструктивну інформаційну кампанію, яку постійно здійснює рф.

Крім того, в сучасних умовах існує ряд напрямків роботи з особовим складом, що потребують унормування та чіткого визначення відповідальних за них посадових осіб (на теперішній час перебувають в сфері відповідальності структур МПЗ): діяльність Call-центрів; організація дозвілля військовослужбовців та членів їх сімей; культурологічне забезпечення військовослужбовців в районах виконання завдань і в ППД; облік та використання технічних засобів пропаганди; оцінювання СПО; підготовка та проведення інформувань з особовим складом, особливо тих, що стосуються соціальних та юридичних аспектів; проведення з особовим складом вечорів запитань і відповідей (як зворотній зв'язок з визначення потреб особового складу); підпорядкування ГКБС, які згідно штатного розкладу підпорядковані командирів військової частини, як і військові капелани, та планують свою діяльність окремо від заступника командира з МПЗ (ППП), що призводить до неузгодженості дій; відсутність комунікацій між начальником підрозділу ППП та начальником клубу військової частини (завідуючим бібліотеки) з питань оновлення клубних та музейних утворень, книжкового фонду та ін. Окремої уваги потребують вищі військові навчальні заклади (зклади вищої освіти) та військові навчальні підрозділи та систему підготовки структури психологічної підтримки персоналу ЗС України в цілому.

Станом на сьогодні підготовка офіцерів за освітньою програмою “Морально-психологічне забезпечення у підрозділах” здійснюється у ВВНЗ (ЗВО) на першому

(бакалаврському) рівні вищої освіти. До повномасштабного вторгнення рф проводилася підготовка фахівців тактичного рівня за цим напрямком як бакалаврів, так і магістрів.

Виходячи із завдань, які стоять перед ВВНЗ (ЗВО) щодо модифікації освітніх програм підготовки (перепідготовки) фахівців для структур психологічної підтримки персоналу в сучасних умовах, пропонуємо:

1. Переорієнтувати підготовку офіцерів за освітньою програмою “Морально-психологічне забезпечення у підрозділах ЗС України” на бакалаврському рівні освіти в підготовку офіцерів за освітньою програмою “Організація психологічної підтримки персоналу у підрозділах ЗС України”.

2. Запровадити підготовку фахівців за спеціальністю 053 “Психологія” за спеціалізацією “Воєнна психологія для підрозділів ЗС України” у видових ВВНЗ ЗС України.

3. Відновити у Національному університеті оборони України кафедри військової психології (військової психології та педагогіки) та морально-психологічного забезпечення діяльності військ (сил) з метою підготовки офіцерів оперативного рівня ЗС України за групами відповідних військово-облікових спеціальностей для подальшого проходження служби на посадах за напрямком ППП, що передбачають оперативний рівень військової освіти, у військах (силах) та ВВНЗ (ЗВО), а також фахівців оперативного та стратегічного рівнів підготовки за іншими військово-обліковими спеціальностями.

4. Підготовку (перепідготовку) фахівців на курсах підвищення кваліфікації та професійної військової освіти здійснювати за оновленими програмами на базі ВВНЗ тактичного рівня та НУОУ (для фахівців оперативного рівня підготовки).

Висновки. Отже, можна зробити висновок, що проведений аналіз, присвячений проблематиці переходу на функціонування психологічної підтримки персоналу ЗСУ, сприятиме удосконаленню нормативно-правової бази та концептуальних підходів до роботи з особовим складом.

В умовах повномасштабної збройної агресії рф проти України, що триває з

24 лютого 2022 року, визначальним для виконання підпорядкованим особовим складом військ (сил) завдань за призначенням в будь-яких умовах обстановки, залишається існування єдиної вертикалі управління за напрямком роботи з персоналом (особовим складом) та, відповідної посадової особи, яка несе відповідальність, бере участь у плануванні бойових дій, маючи відповідний рівень повноважень та професійної компетенції.

Зокрема, трансформація структури психологічної підтримки персоналу, в разі передачі повноважень іншим новоствореним структурним підрозділам в умовах ПЗА рф призведе до зниження готовності особового складу виконувати завдання за призначенням, як наслідок – загибелі військовослужбовців (збільшення бойових та небойових втрат).

Отже, ми пропонуємо ввести штатну посаду заступника командувача з психологічної підтримки персоналу окремого виду ЗС України (заступника командувача зі

стратегічних комунікацій), з додаванням обов'язкової функції контролю (та координації) за всіма підрозділами (структурами), які працюють з особовим складом з метою вироблення єдиного підходу щодо впливу на нього (та його спроможності ефективного виконання завдань за призначенням). Це значно збільшить якість (дієвість) роботи визначених структурних підрозділів.

Водночас, на думку авторів, відмова від морально-психологічного забезпечення, як виду всебічного забезпечення, та “розпорошення” покладених на нього функцій і завдань в сучасних умовах не є ефективним. Приклади героїчних вчинків військовослужбовців ЗС України переконливо свідчать про результативність роботи з особовим складом з боку фахівців структури МПЗ протягом 2014-2024 рр. (від початку російсько-української війни) та необхідність подальшого удосконалення цієї роботи.

Список використаних джерел

1. Агаєв, Н.А., Дикун, В.Г. & Стасюк, В.В. (2020). Особливості організації морально-психологічного супроводу в арміях зарубіжних країн : навч. посіб. Київ: НДЦ ГП ЗС України, 2020.
2. Доктрина “Морально-психологічне забезпечення військ (сил) в об'єднаних операціях”, затверджена начальником Генерального штабу Збройних Сил України 27.11.2020 року.
3. Доктрина “Об'єднана підтримка персоналу”, затверджена наказом Головнокомандувача Збройних Сил України від 02.07.2020 № 15846/С .
4. Стасюк, В.В. (Ред.). (2020). Морально-психологічне забезпечення у Збройних Силах України : підручник : у 2 ч. Ч. 1. Київ: ТОВ “7БІГ”, 2020.
5. “Настанова з морально-психологічного забезпечення підготовки та застосування Збройних Сил України”, затверджена наказом Генерального штабу Збройних Сил України від 27.04.2018 року № 173.
6. Організаційно-методичні вказівки щодо організації психологічної підтримки персоналу Збройних Сил України до кінця 2024 року. Київ, 2024.
7. “Положення про структури морально-психологічного забезпечення у Збройних Силах України”, затверджене наказом Генерального штабу Збройних Сил України від 22.05.2017 року № 183.
8. Романишин, А.М., Бойко, О.В., Богородицький, Д.В., Мацевко, Т.М., Кожевніков, В.М., Капінус, О.С...Гузенко, І.М. (2015). Психологія бою: діяльність командира підрозділу щодо підтримання морально-психологічного стану особового складу в ході бойових дій: навчально-методичний посібник. Львів: НАСВ.
9. Ягупов, В.В. (2023) Військова психологія: методологія, теорія та практика: підручник. Київ.: Psyhobook.

References

1. Agayev, N.A., Dikun, V.G. & Stasyuk, V.V. (2020). Osoblivosti organizatsiyi moralno-psihologichnogo suprovodu v armiyah zarubizhnih krayin [Peculiarities of the organization of moral and psychological support in the armies of foreign countries]: navch. posib. Kyiv: NDC GP ZS Ukrayini. (in Ukrainian).
2. Doktrina “Moralno-psihologichne zabezpechennya vijsk (sil) v ob'ednanih operaciyah”, [“Moral and psychological support of troops (forces) in joint operations”] zatverdzhena nachalnikom Generalnogo shtabu Zbrojnih Sil Ukrayini 27.11.2020 roku. Kyiv. (in Ukrainian).
3. Doktrina “Ob'ednana pidtrimka personalu” [“United personnel support”] zatverdzhena nakazom Golovnokomanduvacha Zbrojnih Sil Ukrayini vid 02.07.2020 № 15846/s. Kyiv. (in Ukrainian).
4. Stasyuk, V.V. (Ed.). (2020). Moralno-psihologichne zabezpechennya u Zbrojnih Silah Ukrayini: pidruchnik. [Moral and psychological support in the Armed Forces of Ukraine]. Kyiv. (in Ukrainian).

5. "Nastanova z moralno-psihologichnogo zabezpechennya pidgotovki ta zastosuvannya Zbrojnih Sil Ukrayini" ["Instructions on the moral and psychological support of the training and application of the Armed Forces of Ukraine"] zatverdzhena nakazom Generalnogo shtabu Zbrojnih Sil Ukrayini vid 27.04.2018 roku № 173, Kyiv. (in Ukrainian).

6. Organizacijno-metodichni vkazivki shodo organizaciyi psihologichnoyi pidtrimki personalu Zbrojnih Sil Ukrayini do kincy 2024 roku. Kyiv, 2024. (in Ukrainian).

7. "Polozhennya pro strukturi moralno-psihologichnogo zabezpechennya u Zbrojnih Silah Ukrayini" (2017). ["Regulations on the structures of moral and psychological support in the Armed Forces of Ukraine"] zatverdzhene nakazom Generalnogo shtabu Zbrojnih Sil Ukrayini vid 22.05.2017 roku № 183, Kyiv. (in Ukrainian).

8. Romanishin, A.M., Bojko, O.V., Bogorodickij, D.V., Macevko, T.M., Kozhevnikov, V.M., Kapinus, O.S. ... Guzenko, I.M. (2015). Psihologiya boyu: diyalnist komandira pidrozdilu shodo pidtrimannya moralno-psihologichnogo stanu osobovogo skladu v hodi bojovih dii (2015) [Combat psychology: activities of the unit commander in maintaining the moral and psychological state of the personnel during hostilities]: navchalno-metodichnij posibnik. Lviv: NASV. (in Ukrainian).

9. Yagupov, V.V. (2023). Vijskova psihologiya : metodologiya, teoriya ta praktika: pidruchnik [Military psychology : methodology, theory and practice]. – Kyiv: Psychobook, 2023. (in Ukrainian).

Summary

CURRENT STATE OF IMPLEMENTATION OF THE PSYCHOLOGICAL SUPPORT SYSTEM FOR PERSONNEL IN THE ARMED FORCES OF UKRAINE

Hrunkovskiy O. Advisor to the Commander of the Ukrainian Air Force Command

Vasilenko S. Candidate of psychological sciences, associate professor; senior researcher

Sydorov K. Head of psychological support planning division – deputy chief of psychological support directorate of the Ukrainian Air Force Command

Introduction. This scientific article illustrates the issues that have risen in the process of transformation of the structural units of moral and psychological support and implementation of the system of psychological support of personnel in the military units and military management authorities of the Armed Forces of Ukraine at respective levels in accordance with the experience of the Air Force of the Armed Forces of Ukraine.

The analysis of development and introduction of the structure of psychological support of personnel (PSP) in the Armed Forces of Ukraine indicates that it is responsible for the development, maintenance and restoration of psychological readiness of the personnel in the Armed Forces of Ukraine (AFU) under the complex conditions of the full-scale aggression of the Russian Federation against Ukraine. This task has been successfully accomplished at the expense of the available means and resources, but at the same time a great number of problems have appeared during the process of this transformation.

Purpose. The article is aimed at presenting the issues in the process of transformation of moral and psychological support (MPS) structure of the AFU, redistribution of tasks and to envisage possible consequences in the conditions of repulsion of the full-scale military aggression (FMA).

A number of tasks should be accomplished to achieve this goal: the first task is to outline the issues that evolve in the process of transformation of the MPS system and transition to the functioning of the system of PSP in the AFU and determination of envisaged consequences of the respective managerial decisions in the contemporary conditions.

Method. The choice of methodological procedures is due to the nature of the tasks set and the content of the military-professional activities of officers of the structure of the MPS of the Armed Forces of Ukraine. It is in this context that the functions that ensure their activities are highlighted.

The study is based on empirical methods of observation, generalization of independent characteristics and analysis of documents.

Conclusion. It can be concluded that the conducted analysis, which is focused on the topic of transition to the functioning of the psychological support of the personnel of the AFU, will facilitate improvement of normative and legal base, and conceptual approaches to the activities with the personnel.

Under the conditions of full-scale aggression of the Russian Federation against Ukraine, which continues from February 24th 2022, the defining condition for the implementation of tasks by the personnel under command is the existence of a single task management vertical while working with the personnel, and the respective responsible person, who takes part in the planning of combat actions, having the required level of duties and professional competence.

Specifically, the so called transformation of the structure of psychological support, in case of giving the authority to other newly created structural units under the conditions of FSA of the Russian Federation, may lead to the decrease of

the combat capacity of personnel to perform tasks, and as a result – death of military servicemen (increase of combat and non-combat casualties).

Thus, we suggest that the position of deputy commander of psychological support of personnel of a separate type of the AFU should be introduced (deputy commander of strategic communications), with additional function of control (under coordination) over all units (structures) that work with personnel with the aim to elaborate a single approach of influence on it (and its ability to effectively perform the assigned tasks).

This will substantially increase the quality (efficiency) of the performance of the structural units that work with personnel of the AFU.

At the same time, according to the opinion of the authors, the refusal from MPS as a type of multilateral support and “spraying” of its functions and tasks under the current conditions is unacceptable. The examples of heroic acts of military servicemen of the AFU persuasively testify to the effective work with the personnel of the experts of MPS structure during 2014-2024 (from the beginning of russian-Ukrainian war) and the necessity for further improvement of this work.

Key words: *psychological support of personnel, moral and psychological support, military management authorities.*

Концептуалізація – Грунтковський О. Л.

Методика – Василенко С.В.

Формальний аналіз – Сидоров К.І.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 28.07.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 25.08.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ЧАТ GPT ЯК ЗАСІБ ПОКРАЩЕННЯ ДОСТУПУ ДО ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

Гуцол К. В. PhD з психології, старший науковий співробітник лабораторії когнітивної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України <https://orcid.org/0000-0002-2820-2590>

Статтю присвячено проблемі застосування віртуальних способів психологічної підтримки українців. Обґрунтовано роль чату GPT як ресурсу підвищення доступності психологічної допомоги населенню небезпечних районів в умовах війни. Схарактеризовано основні переваги і недоліки його використання. Проілюстровано застосування чатом GPT інструментів КПТ з метою зниження рівня тривожності українців.

Ключові слова: психологічна підтримка; доступність психологічної допомоги; нетрадиційні методи психологічної допомоги; штучний інтелект; чат GPT; війна в Україні.

Вступ. Війна в Україні спричинила глибокі соціальні, економічні та психологічні наслідки для населення країни: призвела до втрат життя, руйнування інфраструктури, масової міграції, до численних фізичних та психологічних травм у дітей і дорослих. Психологічна допомога вочевидь постає критично важливою для підтримки ментального здоров'я та стабільності українців під час війни.

Особливо вразливими до психологічних розладів, таких як депресія, тривожні стани, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), виявляються люди, що проживають у небезпечних районах, прифронтових зонах та територіях, що зазнали окупації або значних обстрілів (Bickmore, & Picard, 2005; Murthy, & Lakshminarayana, 2006; Somasundaram, 2007).

Однак, доступ до кваліфікованих психологів та психотерапевтів у таких умовах часто обмежений через безпеку, порушення транспортних маршрутів та відсутність належної інфраструктури. І навіть можливості користування послугами он-лайн консультування можуть обмежуватися як матеріальними ресурсами людини, так і розбіжністю графіків відключення електропостачання в неї та в психолога. Отже, традиційні методи надання психологічної допомоги стають важкодоступними, що зумовлює потребу в застосуванні альтернативних технологічних рішень (Binz, & Schulz, 2023; Dhingra, Singh, Vaisakh, Malviya, & Gill, 2023; Inaba, Ukiyo, & Takamizo, 2024; Lu, Niu, J. Wang, Y Wang, Hu, Tang, ... & Shan, 2024).

У цьому контексті, технології штучного інтелекту, зокрема чат GPT, може відігравати важливу роль у підвищенні доступності психологічного супроводу населення небезпечних районів України. Чат GPT – це потужна мовленнєва модель, розроблена OpenAI, яка здатна генерувати текст на основі заданих запитів, та використовується для виконання різноманітних завдань, включаючи підтримку користувачів, навчання та надання консультацій. Основна перевага використання чату GPT постає в можливості надання негайної текстової і голосової підтримки, відповідаючи на запити користувачів у режимі реального часу. Це дозволяє забезпечити термінову первинну психологічну допомогу людям, які можуть відчувати ізольованість та страх і сприяє зниженню стигматизації, пов'язаної із неможливістю звернення за традиційною психологічною допомогою.

Узагальнення вищевикладеного вказує на надзвичайну актуальність проблеми можливостей застосування чату GPT для надання психологічної допомоги в умовах обмеженого доступу до фахівців, а її розв'язання відкриває перспективи підвищення доступності психологічної допомоги населенню небезпечних районів в умовах війни в Україні.

Мета статті: схарактеризувати основні переваги і недоліки застосування чату GPT як ресурсу підвищення доступності психологічної допомоги населенню небезпечних районів в умовах війни в Україні

Теоретичне підґрунтя. До важливих наробків з проблеми доцільно віднести

дослідження можливостей застосування методів когнітивно-поведінкової терапії за допомогою автоматизованого розмовного агента (Fitzpatrick, Darcy, & Vierhile, 2017); вербальних агентів на базі смартфонів у контексті розвитку психічного здоров'я та запобігання міжособистісного насильства; (Miner, Milstein, Schueller, Hegde, Mangurian, & Linos, 2016); особливостей застосування емпатійно орієнтованого вербального штучного інтелекту (Wysa) в руслі становлення психічного благополуччя особистості (Inkster, Sarda, & Subramanian, 2018); специфіки інтеграції технології смартфонів у поведінкові стратегії охорону здоров'я (Luxton, McCann, Bush, Mishkind, & Reger, 2011); доцільності використання синхронних текстових діалогових систем як засобів розвитку ментального здоров'я (Hoermann, McCabe, Milne, & Calvo, 2017) тощо.

Методи дослідження аналіз наукової літератури; порівняння, узагальнення й інтерпретація змісту прикладних розробок з проблеми дослідження; концептуалізація та ілюстрація положень щодо використання чату GPT як засобу покращення доступу до психологічної підтримки українців в умовах війни.

Результати і обговорення. Аналіз наукових публікацій із зазначеної проблеми (Jensen, Whyte, & Cuomo, 2020; Biliavska, Castanho, & Vulevic, 2022; Uludag, 2023; Biliavska, Castanho, & Vulevic, 2022; Kambur, & Akar, 2022; Kshetri, 2021; Sanyaolu, & Atsaboghena, 2022; Strohmeier, & Piazza, 2015) дозволив виділити ключові аспекти застосування чату GPT під час війни.

1. Негайна психологічна підтримка. Під час обстрілів або раптової атаки люди можуть відчувати паніку, страх і тривогу. У таких умовах важливо мати доступ до негайної підтримки, яка допоможе стабілізувати психічний стан і знизити рівень стресу. Чат GPT може бути інтегрований у мобільні додатки або веб-платформи, доступні на смартфонах і комп'ютерах. У разі екстреної ситуації користувачі можуть звернутися до чат-бота для отримання термінової емоційної підтримки. Чат GPT може надавати заспокійливі поради, техніки дихання і релаксації, а також допомагати людині зосередитися і зменшити паніку.

2. Доступ до інформації та ресурсів. У небезпечних районах люди можуть не знати, де шукати допомогу або які ресурси доступні для них. Інформація може бути обмеженою або важкодоступною через руйнування інфраструктури або відсутність зв'язку. Чат GPT може забезпечувати доступ до важливої інформації про доступні психологічні послуги, притулки, гарячі лінії підтримки та медичну допомогу. Використовуючи чат-бот, користувачі можуть швидко отримати необхідні контакти та рекомендації щодо подальших дій.

3. Тривала підтримка для людей з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР). Війна часто призводить до розвитку ПТСР, що вимагає тривалої психологічної підтримки та лікування. У небезпечних районах доступ до кваліфікованих психологів може бути обмеженим. Чат GPT може надавати регулярну психологічну підтримку людям з ПТСР. За допомогою автоматизованих діалогів, користувачі можуть проходити сеанси когнітивно-поведінкової терапії (КПТ), отримувати підтримку у виконанні завдань терапії та відслідковувати свій прогрес. Чат GPT може також допомагати визначати тригери і розробляти стратегії подолання стресових ситуацій.

4. Підтримка волонтерів та працівників гуманітарних організацій. Волонтери та працівники гуманітарних організацій, що працюють у небезпечних районах, також потребують психологічної підтримки через високу рівень стресу та емоційного вигорання. Чат GPT може забезпечувати психологічну підтримку для волонтерів, допомагаючи їм справлятися зі стресом і уникати вигорання. Чат-бот може надавати поради з управління стресом, техніки релаксації та можливості для анонімного спілкування про їхні емоційні переживання.

5. Анонімна підтримка для людей, що бояться соціального осуду. Деякі люди можуть відчувати сором або страх перед тим, щоб звернутися за психологічною допомогою через страх осуду або стигматизації. Чат GPT забезпечує анонімність, що може знизити бар'єр для звернення за допомогою. Користувачі можуть вільно говорити про свої проблеми і отримувати підтримку без страху перед негативною реакцією з боку оточуючих.

Отже, основними перевагами використання чату GPT є:

1. *Доступність 24/7.* Чат GPT доступний цілодобово, що дозволяє отримувати підтримку в будь-який час, незалежно від фізичних обмежень.

2. *Відсутність географічних обмежень.* Технологія може використовуватись у будь-якому місці з доступом до інтернету, що особливо важливо в умовах війни.

3. *Конфіденційність.* Взаємодія з Чатом GPT забезпечує високий рівень конфіденційності, що сприяє відкритості користувачів.

4. *Швидка адаптація та масштабування.* Модель може швидко адаптуватись до змінних умов та масштабується для обслуговування великої кількості користувачів одночасно.

З іншого боку можна виділити також характерні обмеження та ризики.

1. *Відсутність емоційної взаємодії.* Незважаючи на високу якість текстового спілкування, чат GPT не може повністю замінити живу емоційну підтримку.

2. *Ризик неправильного тлумачення.* Модель може іноді неправильно інтерпретувати запити або надавати невідповідні поради, що потребує додаткового контролю.

3. *Етичні проблеми.* Використання штучного інтелекту в психологічному консультуванні зумовлює важливі етичні питання, зокрема щодо відповідальності за надану допомогу (Alharthi, Guthier, & Saddik, 2018; Al-Imam, Motyka, & Jędrzejko, 2020).

Узагальнюючи вищенаведені переваги та обмеження, сформулюємо деякі рекомендації щодо використання чату GPT.

1. *Поєднання з людською підтримкою.* Чат GPT може бути ефективно використаний як доповнення до роботи професійних психологів, забезпечуючи первинну підтримку та направлення до фахівців.

2. *Навчання та підготовка.* Психологи та волонтери повинні бути навчені правильному використанню чату GPT, щоб мінімізувати ризики та підвищити ефективність взаємодії.

3. *Моніторинг та вдосконалення.* Необхідно постійно контролювати якість роботи моделі та вносити корективи на основі зворотного зв'язку від користувачів.

Наведемо приклади сесій користувачів (X) з чатом GPT з використанням інструментарію когнітивно-поведінкової терапії для вирішення проблеми високого рівня тривожності в умовах невизначеності під час війни в Україні.

Приклад 1.

X: Привіт. Я відчуваю постійну тривогу через невизначеність свого майбутнього. Я не знаю, де я буду жити, що буде з моєю роботою і як забезпечити свою сім'ю. Це дуже лякає і я не знаю, що робити.

GPT: Привіт! Я розумію, що Ви переживаєте важкий час. Давайте спробуємо використати елементи когнітивно-поведінкової терапії, щоб допомогти Вам справитися з тривогою. Спочатку давайте визначимо конкретні думки, які викликають у Вас тривогу. Які саме думки найбільше вас турбують?

X: Мене турбує, що я ніколи не знайду стабільну роботу і що моя сім'я буде жити в постійному страху і нестабільності.

GPT: Дякую за те, що поділилися. Тепер давайте спробуємо розглянути ці думки з іншого боку. Наприклад, наскільки ймовірно, що Ви ніколи не знайдете стабільну роботу? Чи є у Вас приклади з минулого, коли Ви змогли подолати важкі ситуації?

X: Зазвичай я знаходив роботу, але зараз ситуація здається набагато гіршою і невизначенішою.

GPT: Це зрозуміло. Важливим аспектом КПТ є оскарження автоматичних негативних думок. Давайте спробуємо знайти докази на підтримку і проти Вашої думки про те, що Ви ніколи не знайдете стабільну роботу. Які у Вас є докази за і проти цієї думки?

X: За – ситуація дійсно складна, багато компаній закрилися, і знайти роботу стало важче. Проти – я завжди знаходив роботу раніше, і зараз є багато організацій, які допомагають ВПО.

GPT: Чудово, Ви вже знайшли докази, які підтримують більш збалансований погляд. Тепер давайте сформулюємо більш реалістичну думку, базуючись на цих доказах. Як щодо такого формулювання: «Хоча ситуація зараз складна, я маю навички та досвід, і є організації, які можуть допомогти мені знайти роботу?»

X: Так, це звучить більш реалістично.

GPT: Чудово! Тепер давайте спробуємо розробити конкретний план дій для

вирішення Ваших поточних проблем. Наприклад, що Ви можете зробити зараз, щоб підвищити свої шанси знайти роботу? Можливо, звернутися до місцевих організацій, що допомагають ВПО, або оновити своє резюме?

Х: Так, дійсно, я можу звернутися до волонтерських організацій та оновити своє резюме. Також, можливо, варто пошукати онлайн-курси для підвищення кваліфікації.

GPT: Це чудова ідея! Давайте складемо конкретний план дій:

1. Знайдіть контакти місцевих організацій, що допомагають ВПО.
2. Оновіть своє резюме і почніть розсилати його.
3. Пошукайте онлайн-курси для підвищення кваліфікації.
4. Встановіть регулярні проміжки часу для відпочинку і релаксації, щоб знижувати рівень тривоги.

Х: Так, це хороший план. Дякую за допомогу.

GPT: Будь ласка! Пам'ятайте, що важливо діяти поступово і не вимагати від себе занадто багато одночасно. Якщо відчуваєте потребу в додатковій підтримці, обов'язково звертайтеся. Бажаю Вам успіху у виконанні Вашого плану і спокійного дня!

Приклад 2.

Х: Привіт! Я відчуваю сильну тривогу через війну в Україні. Постійно думаю про безпеку своєї родини і не можу зосередитися на роботі. Чи можете ви мені допомогти?

GPT: Привіт! Мені дуже сумно чути про Ваші переживання. Тривога в умовах війни – це природна реакція, і Ви не самотні у своїх почуттях. Я тут, щоб допомогти Вам знайти способи справлятися з цією тривогою. Давайте розглянемо Вашу ситуацію детальніше. Що саме викликає у Вас найбільше занепокоєння?

Х: Я постійно хвилююся, що щось трапиться з моєю родиною. Вони живуть у зоні бойових дій, і я не можу їх звідти вивести. Це мене дуже пригнічує і паралізує.

GPT: Це дійсно дуже важка ситуація, і Ваша тривога є абсолютно зрозумілою. Давайте спробуємо зрозуміти Ваші думки та почуття більш детально. Коли Ви переживаєте про свою родину в зоні бойових дій, які конкретні думки приходять Вам на думку?

Х: Я постійно думаю, що вони можуть постраждати або навіть загинути. Ці думки не дають мені спокою, вони постійно крутяться в моїй голові.

GPT: Це дійсно дуже тривожні та важкі думки. Давайте спробуємо одну техніку когнітивно-поведінкової терапії (КПТ), яка може допомогти Вам краще керувати цими думками. Вона називається «виявлення та зміна негативних думок». Спочатку Вам потрібно визначити конкретну негативну думку. Ви сказали, що думаєте про те, що ваша родина може постраждати або загинути. Як часто ці думки приходять Вам на думку?

Х: Майже постійно. Це перше, про що я думаю вранці, і останнє перед сном. Вони переслідують мене протягом усього дня.

GPT: Розумію. Тепер давайте спробуємо оцінити ці думки. Які докази є за те, що ці події дійсно можуть статися? І які докази є проти цього?

Х: Доказом за є те, що вони живуть у небезпечній зоні, де бойові дії можуть призвести до трагедії будь-якої миті. Доказом проти є те, що до цього часу з ними все було добре, і вони дотримуються всіх заходів безпеки, щоб захистити себе.

GPT: Це важливі спостереження. Тепер давайте спробуємо створити більш збалансоване висловлювання, враховуючи Ваші докази проти. Як Ви можете переформулювати свою думку, зважаючи на те, що Ваша родина досі була в безпеці і робить усе можливе, щоб залишатися в безпеці?

Х: Можливо, я можу думати так: «Хоча ситуація небезпечна, моя родина досі була в безпеці і робить усе можливе, щоб залишатися в безпеці».

GPT: Прекрасно! Спробуйте повторювати цю нову думку щоразу, коли у Вас з'являються тривожні думки про Вашу родину. Це може допомогти зменшити рівень тривоги. Крім того, чи є у Вас якісь заняття або хобі, які допомагають Вам розслабитися і відволіктися від тривожних думок?

Х: Я люблю малювати, але останнім часом не знаходжу на це часу через роботу і постійні думки про родину.

GPT: Малювання може бути чудовим способом розслабитися і відволіктися від тривожних думок. Спробуйте виділити час для малювання щодня, навіть якщо це буде лише 15-20 хвилин. Це може допомогти Вам

відчути себе краще. Як Ви думаєте, чи зможете знайти для цього час?

Х: Думаю, що так. Спробую виділити час на малювання.

GPT: Чудово. Також пам'ятайте, що підтримка зв'язку з Вашою родиною може допомогти зменшити тривогу. Регулярні дзвінки або повідомлення можуть нагадати Вам, що з ними все добре. Якщо у Вас виникнуть ще якісь питання або вам буде потрібна додаткова підтримка, завжди можете звернутися до мене. Бережіть себе і свою родину.

Х: Дякую за допомогу. Я спробую ваші поради.

GPT: Радий, що міг допомогти. До побачення і бережіть себе.

Наведені сесії демонструють, як віртуальний психолог за допомогою КІТ інструментів таких як оскарження автоматичних негативних думок, пошук доказів і розробки конкретних планів дій тощо, може допомогти знизити рівень

тривожності і зміцнити впевненість у майбутньому.

Висновки. Використання чату GPT може значно підвищити доступність психологічної допомоги для населення небезпечних регіонів в умовах війни в Україні. Хоча ця технологія і має певні обмеження, її переваги можуть суттєво покращити стан психологічного здоров'я людей, які перебувають у складних життєвих обставинах. Подальші дослідження та вдосконалення технологій ІІІ можуть зробити застосування чату GPT в контексті можливостей психологічного супроводу українців під час воєнного стану ще більш ефективним та безпечним. Розвиток зазначених технологій відкриває перспективи як для покращення ментального здоров'я та якості життя людей, які постраждали від війни, так і сприяння розвитку нових підходів у сфері психологічної допомоги в кризових ситуаціях.

Список використаних джерел

1. Войтко, В. В., Авраменко, О. В., Гордаш, А. Р., & Петрук, В. В. (2023). Особливості розробки програмного застосунку для психологічної підтримки. *Збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної Інтернет-конференції «Електронні інформаційні ресурси: створення, використання, доступ»*, 20-21 листопада. Суми-Вінниця. 56-58. URL: <http://surl.li/zvyzdd>
2. Словець, О., Арзубов, М., Челак, В., Підбучка, Н., & Панфілов, Ю. (2024). Mental health support application based on artificial intelligence. *Теорія і практика управління соціальними системами*, 1, 28-49. doi: <https://doi.org/10.20998/2078-7782.2024.1.03>
3. Alharthi, R., Guthier, B., & El Saddik, A. (2018). Recognizing human needs during critical events using machine learning powered psychology-based framework. *IEEE Access*, 6, 58737-58753. DOI: 10.1109/ACCESS.2018.2874032
4. Al-Imam, A., Motyka, M. A., & Jędrzejko, M. Z. (2020). Conflicting opinions in connection with digital superintelligence. *IAES International Journal of Artificial Intelligence*, 9(2), 336. DOI:10.11591/ijai.v9.i2.pp336-348
5. Bickmore, T. W., & Picard, R. W. (2005). Establishing and maintaining long-term human-computer relationships. *ACM Transactions on Computer-Human Interaction*, 12(2), 293-327. doi: <https://doi.org/10.1145/1067860.1067867>
6. Biliavska, V., Castanho, R. A., & Vulevic, A. (2022). Analysis of the impact of artificial intelligence in enhancing the human resource practices. *J. Intell. Manag. Decis*, 1, 128-136. <https://doi.org/10.56578/jimd010206>
7. Binz, M., & Schulz, E. (2023). Using cognitive psychology to understand GPT-3. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 120(6), doi: <https://doi.org/10.1073/pnas.2218523120>.
8. Dhingra, S., Singh, M., Vaisakh, S. B., Malviya, N., & Gill, S. S. (2023). Mind meets machine: Unravelling gpt-4's cognitive psychology. *BenchCouncil Transactions on Benchmarks, Standards and Evaluations*, 3(3), 100139. doi: <https://doi.org/10.48550/arXiv.2303.11436>
9. Fitzpatrick, K. K., Darcy, A., & Vierhile, M. (2017). Delivering cognitive behavior therapy to young adults with symptoms of depression and anxiety using a fully automated conversational agent (Woebot): A randomized controlled trial. *JMIR Mental Health*, 4(2). doi: <https://doi.org/10.2196/mental.7785>
10. Gado, S., Kempen, R., Lingelbach, K., & Bipp, T. (2022). Artificial intelligence in psychology: How can we enable psychology students to accept and use artificial intelligence?. *Psychology Learning & Teaching*, 21(1), 37-56. <https://doi.org/10.1177/14757257211037>

11. Hoermann, S., McCabe, K. L., Milne, D. N., & Calvo, R. A. (2017). Application of synchronous text-based dialogue systems in mental health interventions: Systematic review. *Journal of Medical Internet Research*, 19(8), e267. doi: <https://doi.org/10.2196/jmir.7023>
12. Inaba, M., Ukiyo, M., & Takamizo, K. (2024). Can large language models be used to provide psychological counselling? an analysis of gpt-4-generated responses using role-play dialogues. *arXiv preprint arXiv:2402.12738*. doi: <https://doi.org/10.48550/arXiv.2402.12738>
13. Inkster, B., Sarda, S., & Subramanian, V. (2018). An empathy-driven, conversational artificial intelligence agent (Wysa) for digital mental well-being: Real-world data evaluation mixed-methods study. *JMIR mHealth and uHealth*, 6(11), doi: <https://doi.org/10.2196/12106>
14. Jensen, B. M., Whyte, C., & Cuomo, S. (2020). Algorithms at war: the promise, peril, and limits of artificial intelligence. *International Studies Review*, 22(3), 526-550. DOI:10.1093/isr/viz025
15. Kambur, E., & Akar, C. (2022). Human resource developments with the touch of artificial intelligence: a scale development study. *International Journal of Manpower*, 43(1), 168-205. DOI:10.1108/IJM-04-2021-0216
16. Kostenko, O. M., Bieliakov, K. I., Tykhomyrov, O. O., & Aristova, I. V. (2023). "Legal personality" of artificial intelligence: methodological problems of scientific reasoning by Ukrainian and EU experts. *AI & SOCIETY*, 1-11. <https://doi.org/10.1007/s00146-023-01641-0>.
17. Kshetri, N. (2021). Evolving uses of artificial intelligence in human resource management in emerging economies in the global South: some preliminary evidence. *Management Research Review*, 44(7), 970-990. DOI:10.1108/mrr-03-2020-0168
18. Lu, H., Niu, X., Wang, J., Wang, Y., Hu, Q., Tang, J., ... & Shan, S. (2024). Gpt as psychologist? preliminary evaluations for gpt-4v on visual affective computing. In *Proceedings of the IEEE/CVF Conference on Computer Vision and Pattern Recognition* (pp. 322-331). doi: <https://doi.org/10.48550/arXiv.2403.05916>
19. Luxton, D. D., McCann, R. A., Bush, N. E., Mishkind, M. C., & Reger, G. M. (2011). mHealth for mental health: Integrating smartphone technology in behavioral healthcare. *Professional Psychology: Research and Practice*, 42(6), 505-512. doi: <https://doi.org/10.1037/a0024485>
20. Miner, A. S., Milstein, A., Schueller, S., Hegde, R., Mangurian, C., & Linos, E. (2016). Smartphone-based conversational agents and responses to questions about mental health, interpersonal violence, and physical health. *JAMA Internal Medicine*, 176(5), 619-625. doi: <https://doi.org/10.1001/jamainternmed.2016.0400>
21. Murthy, R. S., & Lakshminarayana, R. (2006). Mental health consequences of war: a brief review of research findings. *World Psychiatry*, 5(1), 25-30. doi: <https://doi.org/10.1002/j.2051-5545.2006.tb00079.x>
22. Sanyaolu, E., & Atsaboghena, R. (2022). Role of Artificial Intelligence in Human Resource Management: Overview of its benefits and challenges. *ResearchGate*, (December), 1-8. DOI:10.13140/RG.2.2.22297.29283
23. Somasundaram, D. (2007). Collective trauma in northern Sri Lanka: a qualitative psychosocial-ecological study. *International Journal of Mental Health Systems*, 1(1), 5. doi: <https://doi.org/10.1186/1752-4458-1-5>
24. Strohmeier, S., & Piazza, F. (2015). Artificial intelligence techniques in human resource management – a conceptual exploration. *Intelligent Techniques in Engineering Management: Theory and Applications*, 149-172. DOI:10.1007/978-3-319-17906-3_7
25. Uludag, K. (2023). The use of AI-supported Chatbot in Psychology. Available at SSRN 4331367. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.4331367>

References

1. Voitko, V. V., Avramenko, O. V., Hordash, A. R., & Petruk, V. V. (2023). Osoblyvosti rozrobky prohramnoho zastosunku dlia psykholohichnoi pidtrymky. [Peculiarities of developing a software application for psychological support]. *Zbirnyk materialiv Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi Internet-konferentsii «Elektronni informatsiini resursy: stvorennia, vykorystannia, dostup»*, 20-21 lystopada. – *Proceedings of the International Scientific and Practical Internet Conference "Electronic Information Resources: Creation, Use, Access"*, November 20-21, Sumy/Vinnytsia. 56-58. URL: <http://surl.li/zvyzdd> (in Ukrainian).
2. Ielovets, O., Arzubov, M., Chelak, V., Pidbutska, N., & Panfilov, Yu. (2024). Mental health support application based on artificial intelligence. [Mental health support application based on artificial intelligence]. *Teoriia i praktyka upravlinnia sotsialnymi systemamy – Theory and practice of social systems management*, 1, 28-49. doi: <https://doi.org/10.20998/2078-7782.2024.1.03> (in Ukrainian).
3. Alharthi, R., Guthier, B., & El Saddik, A. (2018). Recognizing human needs during critical events using machine learning powered psychology-based framework. *IEEE Access*, 6, 58737-58753. DOI: 10.1109/ACCESS.2018.2874032
4. Al-Imam, A., Motyka, M. A., & Jędrzejko, M. Z. (2020). Conflicting opinions in connection with digital superintelligence. *IAES International Journal of Artificial Intelligence*, 9(2), 336. DOI:10.11591/ijai.v9.i2.pp336-348

5. Bickmore, T. W., & Picard, R. W. (2005). Establishing and maintaining long-term human-computer relationships. *ACM Transactions on Computer-Human Interaction*, 12(2), 293-327. doi: <https://doi.org/10.1145/1067860.1067867>
6. Biliavska, V., Castanho, R. A., & Vulevic, A. (2022). Analysis of the impact of artificial intelligence in enhancing the human resource practices. *J. Intell. Manag. Decis*, 1, 128-136. <https://doi.org/10.56578/jimd010206>
7. Binz, M., & Schulz, E. (2023). Using cognitive psychology to understand GPT-3. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 120(6), doi: <https://doi.org/10.1073/pnas.2218523120>.
8. Dhingra, S., Singh, M., Vaisakh, S. B., Malviya, N., & Gill, S. S. (2023). Mind meets machine: Unravelling gpt-4's cognitive psychology. *BenchCouncil Transactions on Benchmarks, Standards and Evaluations*, 3(3), 100139. doi: <https://doi.org/10.48550/arXiv.2303.11436>
9. Fitzpatrick, K. K., Darcy, A., & Vierhile, M. (2017). Delivering cognitive behavior therapy to young adults with symptoms of depression and anxiety using a fully automated conversational agent (Woebot): A randomized controlled trial. *JMIR Mental Health*, 4(2). doi: <https://doi.org/10.2196/mental.7785>
10. Gado, S., Kempen, R., Lingelbach, K., & Bipp, T. (2022). Artificial intelligence in psychology: How can we enable psychology students to accept and use artificial intelligence?. *Psychology Learning & Teaching*, 21(1), 37-56. <https://doi.org/10.1177/14757257211037>
11. Hoermann, S., McCabe, K. L., Milne, D. N., & Calvo, R. A. (2017). Application of synchronous text-based dialogue systems in mental health interventions: Systematic review. *Journal of Medical Internet Research*, 19(8), e267. doi: <https://doi.org/10.2196/jmir.7023>
12. Inaba, M., Ukiyo, M., & Takamizo, K. (2024). Can large language models be used to provide psychological counselling? an analysis of gpt-4-generated responses using role-play dialogues. *arXiv preprint arXiv:2402.12738*. doi: <https://doi.org/10.48550/arXiv.2402.12738>
13. Inkster, B., Sarda, S., & Subramanian, V. (2018). An empathy-driven, conversational artificial intelligence agent (Wysa) for digital mental well-being: Real-world data evaluation mixed-methods study. *JMIR mHealth and uHealth*, 6(11), doi: <https://doi.org/10.2196/12106>
14. Jensen, B. M., Whyte, C., & Cuomo, S. (2020). Algorithms at war: the promise, peril, and limits of artificial intelligence. *International Studies Review*, 22(3), 526-550. DOI:10.1093/ist/viz025
15. Kambur, E., & Akar, C. (2022). Human resource developments with the touch of artificial intelligence: a scale development study. *International Journal of Manpower*, 43(1), 168-205. DOI:10.1108/IJM-04-2021-0216
16. Kostenko, O. M., Bieliakov, K. I., Tykhomirov, O. O., & Aristova, I. V. (2023). "Legal personality" of artificial intelligence: methodological problems of scientific reasoning by Ukrainian and EU experts. *AI & SOCIETY*, 1-11. <https://doi.org/10.1007/s00146-023-01641-0>.
17. Kshetri, N. (2021). Evolving uses of artificial intelligence in human resource management in emerging economies in the global South: some preliminary evidence. *Management Research Review*, 44(7), 970-990. DOI:10.1108/mrr-03-2020-0168
18. Lu, H., Niu, X., Wang, J., Wang, Y., Hu, Q., Tang, J., ... & Shan, S. (2024). Gpt as psychologist? preliminary evaluations for gpt-4v on visual affective computing. In *Proceedings of the IEEE/CVF Conference on Computer Vision and Pattern Recognition* (pp. 322-331). doi: <https://doi.org/10.48550/arXiv.2403.05916>
19. Luxton, D. D., McCann, R. A., Bush, N. E., Mishkind, M. C., & Reger, G. M. (2011). mHealth for mental health: Integrating smartphone technology in behavioral healthcare. *Professional Psychology: Research and Practice*, 42(6), 505-512. doi: <https://doi.org/10.1037/a0024485>
20. Miner, A. S., Milstein, A., Schueller, S., Hegde, R., Mangurian, C., & Linos, E. (2016). Smartphone-based conversational agents and responses to questions about mental health, interpersonal violence, and physical health. *JAMA Internal Medicine*, 176(5), 619-625. doi: <https://doi.org/10.1001/jamainternmed.2016.0400>
21. Murthy, R. S., & Lakshminarayana, R. (2006). Mental health consequences of war: a brief review of research findings. *World Psychiatry*, 5(1), 25-30. doi: <https://doi.org/10.1002/j.2051-5545.2006.tb00079.x>
22. Sanyaolu, E., & Atsaboghena, R. (2022). Role of Artificial Intelligence in Human Resource Management: Overview of its benefits and challenges. *ResearchGate*, (December), 1-8. DOI:10.13140/RG2.2.22297.29283
23. Somasundaram, D. (2007). Collective trauma in northern Sri Lanka: a qualitative psychosocial-ecological study. *International Journal of Mental Health Systems*, 1(1), 5. doi: <https://doi.org/10.1186/1752-4458-1-5>
24. Strohmeier, S., & Piazza, F. (2015). Artificial intelligence techniques in human resource management – a conceptual exploration. *Intelligent Techniques in Engineering Management: Theory and Applications*, 149-172. DOI:10.1007/978-3-319-17906-3_7
25. Uludag, K. (2023). The use of AI-supported Chatbot in Psychology. Available at SSRN 4331367. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.4331367>

Summary

CHAT GPT AS A TOOL FOR ENHANCING ACCESS TO PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR UKRAINIANS DURING WARTIME

Hutsol K. PhD in Psychology, Senior Researcher Officer of Laboratory of Cognitive Psychology G.S. Kostiyk Institute of Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine

Introduction. The article is dedicated to the issue of applying virtual methods of psychological support for Ukrainians. The war in Ukraine has caused profound social, economic, and psychological consequences for the country's population, leading to loss of life, destruction of infrastructure, mass migration, and numerous physical and psychological traumas among children and adults. Psychological assistance has become critically important for maintaining the mental health and stability of Ukrainians during the war. People living in dangerous areas, frontline zones, and territories that have experienced occupation or significant shelling are particularly vulnerable to psychological disorders. However, access to qualified psychologists and psychotherapists in such conditions is often limited due to danger, disruption of transportation routes, and lack of proper infrastructure. Even the possibility of using online counseling services can be restricted by a person's material resources and mismatched power outage schedules between the individual and the psychologist. In this context, artificial intelligence technologies, particularly GPT chat, can play an important role in increasing the accessibility of psychological support for the population in dangerous areas of Ukraine. The primary advantage of using GPT chat lies in its ability to provide immediate text and voice support, responding to users' requests in real time. This enables urgent initial psychological assistance to people who may feel isolated and afraid, helping to reduce the stigma associated with the inability to seek traditional psychological help.

Purpose. To characterize the main advantages and disadvantages of using GPT chat as a resource for enhancing the accessibility of psychological support for the population in dangerous areas during the war in Ukraine.

Methods. Analysis of scientific literature; comparison, generalization, and interpretation of the content of applied developments on the research problem; conceptualization and illustration of the provisions regarding the use of GPT chat as a means of improving access to psychological support for Ukrainians in wartime conditions.

Originality. The scientific novelty of the research results lies in substantiating the role of GPT chat as a resource for enhancing the accessibility of psychological support for the population in dangerous areas during the war. The main advantages of its use have been characterized: 24/7 availability, lack of geographical limitations, confidentiality, rapid adaptation, and scalability. The key drawbacks have been highlighted: lack of emotional interaction, risk of misinterpretation, and ethical issues. Certain recommendations for the use of GPT chat have been formulated, and the application of GPT chat tools for cognitive-behavioral therapy (CBT) to reduce the anxiety levels of Ukrainians has been illustrated.

Conclusion. The use of GPT chat can significantly enhance the accessibility of psychological support for the population in dangerous regions during the war in Ukraine. Although this technology has certain limitations, its advantages can substantially improve the psychological well-being of people in difficult life circumstances. Further research and advancements in AI technology could make the use of GPT chat in the context of psychological support for Ukrainians during wartime even more effective and safer. The development of these technologies offers prospects for both improving the mental health and quality of life of people affected by the war and fostering the development of new approaches in the field of psychological assistance in crisis situations.

Keywords: psychological support; accessibility of psychological help; unconventional psychological methods; artificial intelligence; GPT chat; war in Ukraine.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 28.07.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 31.08.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ПРОФЕСІЙНОГО ЗРОСТАННЯ МАЙБУТНІХ СПЕЦІАЛІСТІВ В КРИЗОВИХ УМОВАХ

Калениченко Р. А. кандидат психологічних наук,
доцент, Київський національний університет
будівництва і архітектури
<https://orcid.org/0000-0001-9222-317X>

Сілаєв Ю. В. здобувач, Державний податковий університет
<https://orcid.org/0009-0001-0892-2734>

Телебенєва Є. О. керівник з маркетингу і
стратегічного розвитку та співвласник
міжнародної Digital Marketing & PR агенції,
спеціаліст DMC з питань виходу бізнесу
на закордонний ринок, Нью-Йорк, США
<https://orcid.org/0009-0008-9187-7954>

У статті означено та проаналізовано основні функції психологічного супроводу, та його етапи і можливості використання технологій самозбереження та можливих форм самодопомоги для професійного зростання майбутніх спеціалістів в кризових умовах.

Ключові слова: психологічний супровід; технології самозбереження; форми самодопомоги; професійне зростання; кризові умови; стимулювання саморозвитку.

Вступ. Від початку кризових соціально-політичних подій, які нині переживає українське суспільство, працівники психологічної служби в системі освіти стали одними з перших, хто почав надавати психологічну допомогу постраждалим. До них зверталися як учасники подій, так і їхні діти, інші учні, їхні батьки, педагоги – всі ті, на чий долі вплинули військові дії. Лише деякі фахівці на той час були готові надавати кваліфіковану допомогу людям з гострим стресовим розладом або посттравматичним стресовим розладом. Виникла нагальна потреба в організації навчання для працівників психологічної служби з цих питань.

Зараз вже значна кількість психологів підвищила свою кваліфікацію щодо психологічного підтримки (супроводу, навчання технікам самодопомоги) учасників бойових дій, членів їхніх родин та роботи з дітьми, які зазнали психологічної травми. За останні чотири роки накопичено значний досвід роботи з цими категоріями осіб.

Аналіз світового досвіду організації психосоціальної допомоги постраждалим від травматичних подій свідчить про те, що травмуюча подія не завжди призводить до психічного розладу; у деяких випадках вона може стати поштовхом до позитивних змін, стимульованих життєвими випробуваннями. У наукових дослідженнях можна виділити

три основні напрями, які різняться за акцентом на різні наслідки травмуючих подій для особистості.

В Україні тема психологічної підтримки (супроводу, навчання технікам самодопомоги) професійного зростання майбутніх спеціалістів в кризових умовах ще не достатньо досліджена, тому є достатньо актуальною.

Метою статті вважаємо означення основних функцій психологічного супроводу, аналіз його етапів і можливостей використання технологій самозбереження та можливих форм самодопомоги для професійного зростання майбутніх спеціалістів в кризових умовах.

На виконання поставленої мети сформульовані завдання публікації:

- означити основні функції психологічного супроводу;
- провести аналіз етапів психологічного супроводу професійного зростання майбутніх спеціалістів в кризових умовах;
- розкрити можливостей використання різних технологій самозбереження та допустимих форм самодопомоги для вказаної категорії клієнтів.

Теоретичне підґрунтя. Вчені досліджували і досліджують різні аспекти психологічного супроводу, у тому числі і професійного зростання майбутніх спеціалістів в кризових умовах: виявлення

детермінант професіогенезу майбутніх спеціалістів на етапі фахової підготовки (В. Бочелюк (2019), виокремлення необхідних професійно значущих якостей працівника (Т. Гура (2021, 2022), О. Чуйко (2014)); визначення сутності професійного розвитку особистості (Г. Балл (2015), Н. Чепелева (2023), Т. Яценко (2021)); дослідження професійного становлення майбутніх фахівців (Р. Калениченко (2019, 2021)); визначення концептуальних положень психологічного супроводу як системи професійної діяльності психолога (Г. Кошонько (2015)).

Констатуємо, що всі сучасні підходи до розуміння сутності та змісту психологічного супроводу зосереджуються на певних його аспектах. Узагальнюючи їх, можна відзначити наступне:

Психологічний супровід представляє собою систему заходів, здійснюваних професійним психологом, що спрямовані на створення умов для успішного навчання, діяльності та розвитку особистості на різних етапах її життя Р. Калениченко, О. Льовкіна, Г. Мустафаєв (2019)).

Результатом психологічного супроводу є повне розкриття психологічного потенціалу особистості, формування психологічної компетентності в прийнятті рішень та подоланні труднощів у особистому та професійному житті.

Потреба у психологічному супроводі як специфічній технології психолога особливо зростає у вікові періоди, пов'язані зі зміною соціального статусу, перебудовою способу життя і діяльності, самовизначенням, а також у кризові періоди розвитку. У такі періоди ця технологія запускає механізми саморозвитку, активізує внутрішні ресурси людини та відкриває перспективи особистісного зростання.

Методи дослідження. Для досягнення мети та вирішення поставлених завдань у статті було застосовано комплекс теоретичних методів, зокрема аналіз літератури, систематизацію, структурування та узагальнення отриманих результатів.

Результати і обговорення. Теоретичні та емпіричні дані з цього питання дозволяють визначити поняття «психологічний супровід» як комплексний метод, який створює зовнішні умови для прийняття оптимальних рішень суб'єктом діяльності в різних

життєвих ситуаціях. Іншими словами, сенс соціально-психологічного супроводу полягає в навчанні людини самостійно вирішувати свої проблеми. Важливим аспектом цього процесу є стимулювання саморозвитку суб'єкта діяльності, що є необхідною умовою його професійного розвитку.

Основні завдання соціально-психологічного супроводу у закладах вищої освіти полягають у максимальному розкритті потенціалу викладачів та студентів, створенні умов для виявлення їхніх позитивних рис та збагачення професійного досвіду. Методи психологічного впливу охоплюють різноманітні способи взаємодії, такі як юридичні, економічні, ідеологічні, педагогічні та психологічні. У нашій статті розглядаються лише психологічні аспекти вказаного процесу.

Можемо стверджувати, що ефективним засобом супроводу є психологічний тренінг, однією з головних функцій якого є зменшення невизначеності та ентропії (втрати енергії, яка могла б бути використана для соціальних змін і прогресу). Сукупність теоретичних знань, практичних умінь і навичок, що складають зміст психологічного тренінгу, є важливим ресурсом для життєвого середовища особи, залученої до професійної або навчальної діяльності.

Основою психологічного супроводу є чотири функції: діагностика суті виниклої проблеми; надання інформації про природу проблеми та можливі шляхи її вирішення; консультація під час прийняття рішення і розробки стратегії вирішення проблеми; первинна допомога на етапі реалізації запланованих дій (О. Сковира, Р. Калениченко, М. Берташ (2021)).

Варто зазначити, що інформація, отримана під час моніторингу, слугує основою для прийняття рішень клієнтом. Крім того, зібрані та впорядковані дані є важливим джерелом для аналізу онтогенетичного розвитку клієнта. Це сприяє кращому усвідомленню клієнтом своїх психологічних ресурсів та професійних стратегій, що є корисним для подальшого професійного консультування та стимулювання професійного росту.

Наступний етап реалізації системи психологічного супроводу здобувача освіти передбачає використання техніки самофутурування в професію, яка є методом

створення уявлення про майбутнє. Ця техніка дозволяє активізувати роль суб'єкта в плануванні та реалізації можливих професійних сценаріїв, оскільки образ бажаного майбутнього стає стимулом для саморозвитку та самореалізації особистості.

Елементом техніки самофутурування є розробка життєвої програми для суб'єкта. Це своєрідний план майбутнього, який включає ідеальні та бажані образи, ключові цілі, життєві плани та способи їх реалізації в певних професійних сферах. Створення власної стратегії розвитку – це індивідуальний процес, який вимагає особистої зацікавленості та мотивації, без примусу чи формальності. Суб'єкт аналізує своє місце в різних соціальних контекстах, структурах і умовах життя, визначаючи власний шлях розвитку. Щоб план професійного становлення не перетворився на рутинний шаблон, важливо чітко розуміти не лише кінцеву мету, але й шляхи до її досягнення, а також ресурси, необхідні для цього як зовнішні, так і внутрішні.

Важливою частиною суб'єктивного бачення професійного шляху є розуміння суб'єктом зв'язків між подіями минулого, теперішнього та майбутнього. Проектування майбутнього відбувається через такі методи: аналіз емоційного стану, перегляд попередніх рішень, самофутурування, планування часу для майбутньої діяльності, а також рольові ігри для репетиції майбутніх ситуацій.

Професійна соціалізація випускників закладів вищої освіти стає можливою, коли вони успішно долають перехідний період від навчання до професійної діяльності. Вирішальну роль у цьому процесі відіграє високий рівень особистісної та професійної рефлексії, який проявляється через комунікацію. Саме розвиток комунікативної компетентності визначає, чи матиме рефлексія позитивний або негативний вплив на професійну соціалізацію. Однак, сам по собі високий рівень рефлексії не гарантує успішної соціалізації. Комунікативна компетентність виступає посередником, який забезпечує ефективне використання рефлексії у професійній діяльності. Тому висока рефлексивність у поєднанні з високою комунікативною компетентністю сприяє успішній професійній соціалізації, тоді як відсутність комунікативних навичок ускладнює цей процес. Отже, для успішної

професійної соціалізації необхідно забезпечити дві основні умови: розвиток особистісної та соціальної рефлексії, а також комунікативної компетентності.

Важливо також розуміти, що зусилля психологічної служби освітнього закладу спрямовані на всіх учасників освітнього процесу. Саме цілісна та збалансована система відносин і взаємодій в освітньому закладі, його сприятлива атмосфера є основою для ефективного розвитку особистості, формування її життєстійкості та соціальної компетентності.

Напочатку ми підкреслювали, що сенс психологічного супроводу полягає в навчанні людини самостійно вирішувати свої проблеми. Важливим аспектом цього процесу є стимулювання саморозвитку суб'єкта діяльності, що є необхідною умовою його професійного розвитку. Тому особливості психологічного супроводу професійного зростання майбутніх спеціалістів в сучасних кризових умовах не можна розглядати без вивчення технологій самозбереження та можливих форм самодопомоги, застосовувати які психолог має навчити клієнта.

Такі технології самозбереження та можливі форми самодопомоги запропоновано Т.М. Титаренко у монографії «Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації» (Т. Титаренко (2018)). Розглянемо ці техніки детальніше. Т.М. Титаренко підкреслює, що клієнт, який з допомогою професійного психолога успішно пройшов підготовчий і базисний етапи реабілітації, засвоїв навички самостійної підтримки бажаного стану власного психологічного здоров'я, працює самостійно. Найважливішими технологіями цього етапу реабілітації є технологія переінтерпретації травматичних спогадів і технологія вироблення нового ставлення до травми як до ресурсу.

Технологія самовідновлення – переінтерпретації історії життя полягає в постійному оновленні автонаративу як композиційно-сміслового стрижня життєтворення. Доречно використовувати послідовно техніку усвідомлення Я-чуттєвого і техніку стимулювання Я-рефлексивного, оскільки наш життєвий досвід по-різному переробляється цими

різними частинами особистості, як це підтвердив своїми експериментами Д. Канеман. “Я, що переживає” вибудовує зовсім коротенькі історії, відповідаючи на конкретні запитання: “Що відчув? Коли...?”, “Що робив? Коли стало страшно?”, “Як поводитися товариші?”. Ці маленькі історії майже ніяк не пов’язуються із загальною історією життя людини, з дуже значущими в минулому подіями, довоєнними планами. А от “Я, що інтерпретує” прагне докладно відповісти на запитання “Як змінилося і як змінюється моє життя після пережитого?”, “Чому можна сказати, що я став іншою людиною, ніби вдруге народився?”, “Як трансформувалися мої інтереси, наміри, уподобання?”.

Інша техніка самовідновлення полягає у розвитку толерантності, що включає прийняття інших людей з їхніми відмінними поглядами, а також формування більш гнучкого підходу до різноманітних, іноді протилежних думок щодо подій. Важливим аспектом для людини, яка зазнала травми, є також зміцнення життєздатності сімейного середовища. Життєздатна сім’я стає джерелом підтримки, зцілення та відновлення для постраждалого, якщо всі члени сім’ї готові приймати одне одного такими, якими вони є на даний момент, з їхніми різними досвідами, відмінними поглядами, цінностями та життєвими орієнтирами. Така сім’я має найкращі шанси адекватно реагувати на стреси різного походження, використовуючи власні ресурси та стратегії подолання, зберігаючи свою структуру, здатність до адаптації та розвитку.

Техніка наративізації власного життя допомагає нам відновити цілісність життя, відповідаючи на запитання “Хто? Що робив? Де? Коли? Чим усе скінчилося? Що буде далі?”. Переосмислення власного життя і своєї ролі в його побудові після травми зазвичай відбувається не лише у формі складання текстів-оповідань про те, що трапилося (вони мають назву наративних, сюжетно організованих). Крім таких розповідей, у яких діє головний герой (автор) та інші персонажі, усі ми вдаємось і до текстів-роздумів, які називаються ментативами. Техніка фрагментації наративу дає змогу перейти від режиму розповіді до режиму її осмислення, інтеграції задля глибшого розуміння пережитого і його ролі у

власному житті. Під час довільної, осмисленої зупинки у створенні власної життєвої історії людина мовчки переживає і переосмислює старі і нові події, зв’язок між якими ще не може передати словами.

Наступною технологією відновлення, рекомендованою Т.М. Титаренко, стає технологія вироблення нового ставлення до травматичних вражень і спогадів як до ресурсу (Т. Титаренко (2018)). Йдеться про техніку психоедукації, тобто інформування не лише про негативні наслідки травматизації, а й про можливості конструктивного самооновлення, про високу ймовірність посттравматичного зростання. Таке знання саме по собі стає ефективним профілактичним засобом перед загрозою можливих у подальшому житті нещасних випадків, стихійних лих. Посттравматичне зростання проявляється: 1) у налагодженні більш глибоких стосунків із значущими людьми; 2) у розумінні власного Я як не лише чутливого і вразливого, а й сильного і витривалого; 3) у здатності переживати вдячність долі, Богу, вищим силам за кожний прожитий день; 4) у потребі проявляти свої схильності, розвивати здібності, самореалізовуватися, а не лише заробляти гроші.

Через багато років ветерани війни часто розглядають цей досвід як важливий і вирішальний етап у своєму житті, який прискорив їхнє дорослішання, зробив їх більш самостійними та соціально незалежними, покращив стосунки з батьками та відкрив нові можливості для здобуття вищої освіти. Ізраїльські ветерани також відзначають, що війна сприяла їхньому особистісному зростанню, зміцненню самовпевненості, почуття власної гідності, формуванню більш позитивного погляду на життя, підвищенню задоволеності родинним життям та розвитку здатності розрізняти важливе від другорядного (Д. Зубовський, В. Осьодло 2017).

Серед найефективніших технік посттравматичного зростання слід назвати техніку позитивної переоцінки ситуації. Завдяки цій техніці людина навчається сприймати будь-які події свого життя, зосереджуючи увагу передусім на світлій стороні речей, вимальовуючи позитивну перспективу навіть дуже травматичного інциденту, а не занурюватися в страждання,

похмурі передчуття і негативні прогнози. Якщо людині вдається вчасно конструктивно переключити реєстр власних переживань, пов'язаних з травмою, її життєстійкість суттєво підвищується. Пережиті випробування загартовують людей, стаючи стимулом для особистісного зростання.

Нове ставлення до стресових реакцій як до ресурсу суттєво посилює імунітет до травматизації, на який впливає і техніка покращення контактування з оточенням. Вона передбачає пошук нових способів взаємодії, перегляд колишніх симпатій-антипатій.

Посттравматичному особистісному зростанню сприяють техніка відновлення здатності до сенсотворення. Війна вимагає від кожного розгорнутого, аргументованого, усвідомленого вирішення завдання на смисл, яке в мирні часи відбувається згорнуто, не досить усвідомлено, непомітно. Техніка поглиблення уваги до себе, що передбачає зміну ставлення до власного життя і своєї ролі в життєпобудові. Повернення людині втраченого психологічного здоров'я має стати її власним завданням. У вирішенні цього завдання можуть сприятити метод реконструкції дня та техніка «Східці щастя Кентрила». Вони допомагають досягти високого рівня реалізованості та самоефективності. Що виявляється в розгортанні внутрішнього потенціалу, віднайденні власного призначення.

Підсумовуючи вищезазначене, можна зробити наступні висновки:

В сучасних кризових умовах істотно зростає роль психологічного супроводу професійного становлення майбутніх фахівців, наданні соціально-педагогічної і психологічної допомоги всім учасникам освітнього процесу, збереженні їхнього соціального благополуччя і психічного здоров'я та забезпеченні реалізації завдань закладів освіти.

Супровід визначається як допомога особистості в ситуації вибору, що створює варіанти рішень, сприяючи формуванню орієнтаційного поля розвитку. Водночас відповідальність за прийняті рішення залишається на самій особистості.

Сенс психологічного супроводу полягає в навчанні людини самостійно вирішувати свої проблеми, стимулюванні саморозвитку. Тому важливим аспектом цього процесу є стимулювання саморозвитку суб'єкта діяльності. Цьому ефективно можуть сприяти такі технології самозбереження та можливі форми самодопомоги, як технологія переінтерпретації травматичних спогадів (самовідновлення) і технологія вироблення нового ставлення до травми як до ресурсу, техніки наративізації власного життя, вироблення нового ставлення до травматичних вражень і спогадів як до ресурсу, позитивної переоцінки ситуації, відновлення здатності до сенсотворення, поглиблення уваги до себе, методи реконструкції дня та техніка «Східці щастя Кентрила».

Список використаних джерел

1. Гура Т., Кузнецова О., Рома О. (2022). Готовність українських педагогів до впровадження діяльнісних методів навчання у шкільну освіту: психологічні передумови та особливості розвитку. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. Спецвипуск, 23–31. <http://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/uk/spec-2022>
2. Калениченко Р.А., Льовкіна О.Г., Мустафасв Г.Ю. (2019). Врахування сучасних тенденцій педагогічної освіти в соціально-психологічному супроводі професійного становлення майбутніх фахівців. Вісник Національного університету оборони України 1 (51), 36–43. <http://visnyk.nuou.org.ua/article/view/194968>
3. Сковира О., Калениченко Р., Берташ М. (2021) Соціально-психологічний супровід професійного становлення майбутніх фахівців в умовах пандемії. Вісник Національного університету оборони України 2 (60), 136–142. <http://visnyk.nuou.org.ua/article/view/229961>
4. Зубовський Д.С., Осьодло В.І., (2017). Посттравматичне зростання особистості учасників бойових дій: сучасний стан та перспективи. Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України, 184–188. https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/07_04_2017/pdf/58.pdf
5. Титаренко Т. М. (2018). Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації: монографія. Кропивницький, 123–146. https://pdf.lib.vntu.edu.ua/books/2023/Titarenko_2018_160.pdf

References

1. Hura T., Kuznietsova O., Roma O. (2022). Hotovnist ukrainskykh pedahohiv do vprovadzhennia diialnisnykh metodiv navchannia u shkilnu osvitu: psykholohichni peredumovy ta osoblyvosti rozvytku. [The readiness of Ukrainian teachers to implement activity-based learning methods in school education: psychological prerequisites and features of development.] Visnyk Lvivskoho universytetu. Seriya psykholohichni nauky. Spetsvypusk, 23–31. <http://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/uk/spec-2022> (in Ukrainian)
2. Kalenychenko R.A., Lovkina O.H., Mustafaiev H.Iu. (2019). Vrakhuvannia suchasnykh tendentsii pedahohichnoi osvity v sotsialno-psykholohichnomu suprovodi profesiinoho stanovlennia maibutnikh fakhivtsiv. [Taking into account modern trends in pedagogical education in the social and psychological support of the professional formation of future specialists.] Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy 1 (51), 36–43. <http://visnyk.nuou.org.ua/article/view/194968> (in Ukrainian)
3. Skovyra O., Kalenychenko R., Bertash M. (2021) Sotsialno-psykholohichniy suprovod profesiinoho stanovlennia maibutnikh fakhivtsiv v umovakh pandemii. [Socio-psychological support of the professional formation of future specialists in the conditions of the pandemic.] Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy 2 (60), 136–142. <http://visnyk.nuou.org.ua/article/view/229961> (in Ukrainian)
4. Zubovskiy D.S., Osodlo V.I., (2017). Posttravmatychnе zrostannia osobystosti uchashykh boiovykh dii: suchasnyi stan ta perspektyvy. [Post-traumatic personality growth of combatants: current state and prospects.] Psykholohichni ta pedahohichni problemy profesiinoy osvity ta patriotychnoho vykhovannia personalu systemy MVS Ukrainy, 184–188. https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/07_04_2017/pdf/58.pdf (in Ukrainian)
5. Tytarenko T. M. (2018). Psykholohichne zdorovia osobystosti: zasoby samodopomohy v umovakh tryvaloї travmatyzatsii: monohrafiia. [Psychological health of the individual: means of self-help in conditions of long-term traumatization: monograph.] Kropyvnytskyi, 123–146. https://pdf.lib.vntu.edu.ua/books/2023/Titarenko_2018_160.pdf (in Ukrainian)

Summary

PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PROFESSIONAL GROWTH OF FUTURE SPECIALISTS IN CRISIS CONDITIONS

Kalenichenko R. *Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Senior Lecturer of the Department of Professional Studies of Kyiv National University of Civil Engineering and Architecture*

Silaiev Iu. *the listener, State Tax University*

Telebenieva Y. *head of marketing and strategic development and co-owner of an international Digital Marketing & PR agency, DMC inc specialist in business entry into foreign markets, NY*

Introduction. Analysis of the global experience of organizing psychosocial assistance to victims of traumatic events shows that a traumatic event does not always lead to a mental disorder; in some cases, it can become an impetus for positive changes stimulated by life's trials. In scientific research, three main directions can be distinguished, which differ in their emphasis on the various consequences of traumatic events for the individual.

In Ukraine, the topic of psychological support (support, especially training in self-help techniques) of the professional growth of future specialists in crisis conditions has not yet been sufficiently researched, therefore it is quite relevant.

Purpose. The article is aimed at identifying the main functions of psychological support, analyzing its stages and the possibilities of using self-preservation technologies and possible forms of self-help for the professional growth of future specialists in crisis conditions.

Methods. To achieve the goal and solve the tasks set, the article used a set of theoretical methods, including literature analysis, systematization, structuring, and generalization of the obtained results.

Originality. Professional socialization of graduates of higher education institutions becomes possible thanks to successful overcoming of the crisis of transition from education to professional activity. A condition for overcoming this crisis is a high level of development of personal and professional reflection, which is manifested through means of communication. It is the development of communicative competence that determines whether reflection will have a constructive or destructive effect on the process of professional socialization.

the meaning of psychological support consists in teaching a person to independently solve his problems. An important aspect of this process is the stimulation of self-development of the subject of activity, which is a necessary condition for his professional development. Therefore, the features of psychological support for professional growth of future specialists in modern crisis conditions cannot be considered without studying self-preservation technologies and possible forms of self-help, which the psychologist should teach the client to use.

Psychological support is aimed at teaching a person to independently solve his problems and stimulate his self-development. An important element of this process is the stimulation of self-development of the subject of activity. Self-preservation techniques and forms of self-help, such as reinterpreting traumatic memories (self-recovery) and forming a new attitude towards trauma as a resource, can be useful for this. Techniques of narrativization of one's own life, positive reassessment of situations, restoration of the ability to create meaning, deepening attention to oneself, methods of reconstruction of the day, and the "Kentril's Stairway to Happiness" technique can also be effective..

Conclusions. *In today's crisis conditions, the role of psychological support for the professional development of future specialists, the provision of socio-pedagogical and psychological assistance to all participants in the educational process, the preservation of their social well-being and mental health, and ensuring the implementation of the tasks of educational institutions is significantly increasing.*

Support is defined as the help of an individual in a choice situation, which creates options for decisions, contributing to the formation of an orientation field of development. At the same time, the responsibility for the decisions made remains with the individual himself.

The meaning of psychological support consists in teaching a person to independently solve their problems, stimulating self-development. Therefore, an important aspect of this process is the stimulation of self-development of the subject of activity. Such technologies of self-preservation and possible forms of self-help can effectively contribute to this, such as the technology of reinterpreting traumatic memories (self-recovery) and the technology of developing a new attitude towards trauma as a resource, techniques of narrativization of one's life, developing a new attitude towards traumatic experiences and memories as a resource, positive reassessment situations, restoring the ability to create meaning, deepening attention to oneself, methods of reconstruction of the day and the technique "Kentril's Stairway to Happiness".

Key words: *psychological support; self-preservation technologies; forms of self-help; professional growth; crisis conditions; stimulation of self-development.*

Концептуалізація – Сілаєв Ю. В.

Методика – Калениченко Р. А.

Формальний аналіз – Телебенєва Є. О.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 09.08.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 11.09.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**ДІЯЛЬНІСТЬ КОМАНДИРІВ ЩОДО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ
ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ПІДЛЕГЛИХ У БОЮ**

Капосльоз Г. В. кандидат психологічних наук,
старший науковий співробітник,
Науково-дослідний центр гуманітарних проблем
Збройних Сил України
<https://orcid.org/0000-0001-7369-3977>

У статті акцентовано увагу на нових викликах та вимогах, які сформовані впровадженням системи психологічної підтримки персоналу Збройних Сил України, представлено результати теоретичного дослідження діяльності командирів щодо забезпечення стійкого функціонування психіки військовослужбовців на полі бою, запропоновано чітко визначений перелік заходів рекомендованих командирів для проведення на етапах підготовки частин і підрозділів та їх застосування за призначенням. Безпосередня, управлінська діяльність командирів розглянута крізь призму лідерства та її впливу на стійкість військовослужбовців у бою.

Реалізація запропонованих заходів дозволить організувати комплексну, постійну діяльність командирів, штабів, офіцерів психологів, кожного окремо взятого військовослужбовця щодо формування та підтримання соціально-психологічних ресурсів військовослужбовця необхідних для стійкого функціонування психіки та адекватних дій в екстремальних (загрози здоров'ю та життю особі та оточуючим, невизначеності, дефіциту часу на прийняття рішення, тощо) умовах.

Ключові слова: бій; діяльність командирів; стійкість особового складу; стресові реакції.

Вступ. Бойова діяльність викликає стресові реакції у військовослужбовців. Стресові реакції можуть негативно вплинути на здатність людини справлятися з обов'язками або зберігати психічне здоров'я. Протягом тривалого часу стрес та страх, що їх переживають воїни в бою трактувався військовими теоретиками та практиками як однозначно негативна емоція. Виходячи з такої позиції, пропонувалося “боротися” з боягузами, “перемагати” власний страх, “долати і припиняти” непокору різними способами. Як спосіб подолання страху смерті, забезпечення бойових дій Червоної армії у Другій світовій війні використовувалися: “фронтіві 100 грам”, агітація, обіцянка нагород, загрози покарань, а найбільш ефективним способом вважалося використання загороджувальних загонів НКВС (червоноармійці, які отримували наказ про наступ знали, що у разі спроби відступу їх чекає гарантована смерть від кулеметів загороджувальних загонів, а при наступі в них все ж залишається шанс залишитися живим).

Проте така позиція виявилася необґрунтованою, а спроби на її основі перемогти негативні наслідки впливу бойових стресорів на психіку військовослужбовців виявилися неспроможними. Страх смерті у більшості людей не може бути достатньо ефективно

витіснений страхом ганьби або покарання, оскільки він за своєю природою є суттєво сильнішим у порівнянні з цими двома страхами. У випадку загороджувальних загонів, сильний страх солдатів загинути під час наступу командування Червоної армії придушувало (але не витісняло, адже цей страх нікуди не дівався) ще більш сильним страхом, – гарантованої загибелі у разі відступу. За таких умов військовослужбовці “воюють” (скоріше бездумно гинуть) з відчаю, а кому пощастить вижити, гарантовано потраплять у так звані психогенні втрати. Також слід мати на увазі, що завжди наявний певний відсоток людей, в яких страх смерті на війні не вдається подолати жодним способом.

Слідування радянським способам подолання страху нівелює саму суть війни, яку веде український народ з російськими окупаційними військами. У демократичному суспільстві, в Україні, має реалізовуватися людино-центричний підхід. Завдання сучасної військової психології бачиться не в тому, щоб “прибити” стрес, страх, психологічну втому до стовпа ганьби, а в тому, щоб запропонувати бійцю реальні способи та засоби, що дозволяють ефективно діяти у небезпечній обстановці, перетворити страх із “кайданів” учасника бойових дій у його бойовий психологічний ресурс. Для

цього, перш за все, необхідно забезпечити ефективність діяльності командного складу щодо організації формування, розвитку, підтримання та відновлення ресурсів стійкого функціонування психіки військовослужбовців у бою.

Питання ролі та місця командира в забезпеченні стійкості особового складу на полі бою стало предметом уваги фахівців Армії оборони Ізраїлю (Фельдман, 2015), Командування ВМС України (П'ять основних функцій командира щодо психічного здоров'я особового складу, 2017), Командування Сил територіальної оборони ЗС України (Психологічна стійкість підрозділу. Порадник командирів, 2023). Волонтери психологи неодноразово здійснювали спроби розглянути аспекти профілактики бойової втоми та неправомірної поведінки під час бойових дій (Медсанбат, 2015), тактичної психології у війську (Пивоваренко, 2016) з позиції відпрацювання рекомендацій командному складу Збройних Сил України. Серед наукових досліджень за цією проблематикою за кордоном своєю системністю виділяються роботи щодо просування психологічної резильєнтності (Meredith et al., 2011), зміцнення психологічної стійкості під час підготовки до відправлення військ за кордон (Уотсон, Літц, Саусвік, & Кемерон Річі, 2017). В Україні проведено роботу зі збору та узагальнення інформації про діяльність командира підрозділу щодо підтримання морально-психологічного стану особового складу під час бойових дій (Грицевич, Капінус, Мацевко, & Романишин, 2022).

Проте, рівень дослідження та

систематизації завдань, функцій, заходів, які мають проводити командири з метою забезпечення стійкості особового складу на полі бою в Україні залишається вкрай низьким. Це може стати значною проблемою під час впровадження системи психологічної підтримки персоналу Збройних Сил України (Концепція створення системи психологічної підтримки персоналу Збройних Сил України, 2023), яка передбачає відмову від заступників з морально-психологічного забезпечення та покладання ключових функцій щодо організації розвитку, підтримання та відновлення психологічної стійкості на командирів та їх заступників. За відсутності єдиної вертикалі морально-психологічного забезпечення вся, без винятку, відповідальність за стійкість особового складу в бою покладається на командирів.

Саме тому **метою статті** є дослідження та систематизація завдань, функцій, заходів, які мають проводити командири щодо забезпечення стійкості особового складу на полі бою.

Теоретичне підґрунтя. У закордонних дослідженнях окремим питанням є вивчення факторів формування резильєнтності (психічної стійкості) та відповідних розвивальних заходів, які сприяють досягненню резильєнтності (стійкого функціонування психіки в екстремальних умовах). Е. О. Грішин (2021) спираючись на результати теоретичного аналізу факторів та психологічних умов досягнення резильєнтності особистості, що вперше опубліковані в статті І. Гельмрайха зі співавторами (Helmreich et al., 2017) наводить таблицю 1.

Таблиця 1

Психологічні фактори і засоби розвитку резильєнтності особистості

Психологічні фактори резильєнтності	Засоби розвитку	Автор
Цілі життя	Формування уявлення про переваги наявності цілі життя, допомога в ідентифікації важливих джерел цілей життя (наприклад, соціальних стосунків, роботи тощо), а також у встановленні пріоритетів та керівних цінностей життя	А. Суд та співавт.(Sood, 2011)
Почуття узгодженості (зрозумілість, осмисленість, керованість)	Сприяння розумінню зовнішніх життєвих викликів, особистих переконань та емоцій; заохочення учасників замислюватися над особистими (внутрішніми чи зовнішніми) ресурсами та до більш частого їх використання	А. Тан та співавт.(Tan, 2016)
Позитивні емоції	Тренінг емоційної саморегуляції, техніки розвитку усвідомленості, сприяння ідентифікації видів діяльності, що актуалізують позитивні емоції	П. Дженнінгс та співав. (Jennings, 2013)

Питання психології

Психологічні фактори резильєнтності	Засоби розвитку	Автор
Життестійкість (сприйняття викликів, включеність, контроль)	Ситуаційна реконструкція (уявлення наслідків стресу), фокусування (рефлексія тілесних відчуттів, погіршення настрою тощо)	С. Мадді (Maddi 1998; 2009)
Самооцінка	Підтримка у визначенні внутрішньої сили (ресурсів)	І. Гельмрайх та співав. (Helmreich, 2017).
Активні копінг (копінг розв'язання проблем, планування тощо)	Оволодіння моделями вирішення проблем та використання активних стратегій подолання стресових ситуацій (наприклад, складання планів дій)	Дж. Еббот, Дж. Беккі, О. Салер (Abbott, 2009; Bekki, 2013; Sahler, 2013)
Самоефективність	Підтримка в ідентифікації ресурсів само ефективности (наприклад, соціальні зв'язки), в усвідомленні попередніх успіхів	І. Гельмрайх та співав. (Helmreich, 2017).
Оптимізм, позитивний атрибутивний стиль	Сприяти розвитку більш позитивного атрибутивного стилю у стресових (тобто зовнішніх, нестабільних, специфічних) та приємних подіях (тобто внутрішніх, стабільних, глобальних); заохочення у набутті оптимістичного погляду на майбутнє, посилюючи увагу та відкриваючи позитивні сторони свого життя	К. Карвер, Д. Садоу, (Carver, 2010; Sadow, 1993)
Соціальна підтримка	Заохочення роздумів про актуальні соціальні зв'язки (тобто масштаби соціальної мережі, позитивні чи негативні сторони соціальних відносин); сприяти покращенню мережі підтримки клієнта, надавши йому засоби комунікації	М. Кент, Шахман, А. Суд, М. Стейнхард (Kent 2011; Schachman 2004; Sood 2011; Steinhardt 2008)
Когнітивна гнучкість (позитивна переоцінка, прийняття негативних ситуацій та емоцій)	Позитивна переоцінка: впровадження ABC (активізуюча подія, переконання, наслідок) техніка ірраціональних переконань, когнітивна терапія; тренінг з виявлення та оскарження дезадаптивних переконань та заміни їх більш позитивними, релаксація та техніки усвідомлення	А. Еліс, Дж. Еббот, М. Фарчі, В. Сонгпратун, М. Стейнхард (Ellis 1957 Abbott 2009; Farchi 2010; Songprakun 2012; Steinhardt 2008)
Релігійність, духовність, релігійні копінг	Духовні практики, такі як медитація або йога; сприяння формуванню релігійних копінг-стратегій (наприклад, молитва)	А. Суд та співавт. (Sood, 2011)

Джерело: розроблено Е. О. Грішин (2021)

Експерти RAND (Meredith et al., 2011) зробили висновок щодо потенційних доказових факторів просування (забезпечення та розвитку) психологічної стійкості військовослужбовців армії США:

1) *на індивідуальному рівні:*

позитивний копінг. Процес управління важкими обставинами, докладання зусиль для вирішення особистих і міжособистісних проблем і прагнення зменшити або терпіти стрес чи конфлікт, включаючи активні/прагматичні, зосереджені на проблемі та духовні підходи до подолання;

позитивний вплив. Почуття ентузіазму, активності та пильності, включаючи наявність позитивних емоцій, оптимізму, почуття гумору (здатність проявляти гумор під час стресу чи викликів), надії та гнучкості щодо змін;

позитивне мислення. Обробка інформації, застосування знань і зміна уподобань шляхом реструктуризації, позитивного рефреймінгу, осмислення ситуації, гнучкості, переоцінки, переорієнтації, позитивних очікувань результату, позитивного погляду та психологічної підготовки;

реалізм. Реалістичне володіння можливим, реалістичні очікування результатів, самооцінка та власна гідність, впевненість, самоефективність, відчуття контролю та прийняття того, що знаходиться поза контролем або не може бути змінено;

контроль поведінки. Процес моніторингу, оцінювання та модифікації емоційних реакцій для досягнення мети (тобто саморегуляція, самоконтроль, самопосилення);

фізична підготовка. Здатність організму ефективно й ефективно функціонувати в життєвих сферах;

альтруїзм. Безкорислива турбота про благополуччя інших, мотивація допомагати без винагороди;

2) *на сімейному рівні:*

емоційні зв'язки. Емоційний зв'язок між членами сім'ї, включаючи спільний відпочинок і дозвілля;

комунікація. Обмін думками, думками або інформацією, включаючи вирішення проблем і управління стосунками;

підтримка. Сприйняття того, що комфорт доступний (і може бути наданий) іншим, включаючи емоційну, матеріальну, інструментальну, інформаційну та духовну підтримку;

близькість. Любов, близькість, прихильність;

виховання. Батьківські навички;

адаптивність. Легкість адаптації до змін, пов'язаних із військовим життям, включаючи гнучкість ролей у сім'ї;

3) *на рівні підрозділу:*

позитивний командний клімат. Сприяння та виховання взаємодії всередині підрозділу, формування гордості/підтримки місії, лідерство, позитивне рольове моделювання, впровадження інституційної політики;

командна робота. Координація роботи між членами команди, включаючи гнучкість;

згуртованість. Здатність підрозділу виконувати комбіновані дії, об'єднання членів для підтримки відданості один одному та місії;

4) *на рівні громади:*

приналежність. Інтеграція, дружба, включаючи участь у духовних/конфесійних організаціях, протоколах, церемоніях, соціальних службах, школах тощо, а також впровадження інституційної політики;

згуртованість. Узи, які об'єднують людей у суспільстві, включаючи спільні цінності та міжособистісну приналежність;

зв'язаність. Якість і кількість зав'язків з іншими людьми в спільноті; містить зв'язки з місцем або людьми цього місця; аспекти включають зобов'язання, структуру, ролі, відповідальність і спілкування;

колективна ефективність. Сприйняття членами групи здатності групи працювати разом.

На думку експертів RAND (Meredith et al., 2011) за наявності різноманітних програм,

розроблених для різних цільових аудиторій, та які використовують різні стратегії та підходи, усі програми спрямовані на розвиток одного, декількох, чи комплексу факторів просування психологічної стійкості представлених у переліку.

Американські дослідники в сфері охорони психічного здоров'я в умовах війни (Уотсон, Літц, Саусвік, & Кемерон Річі, 2017, с. 110) одним із основних напрямів підготовки американських солдат до діяльності за потенційного впливу бойових дій та операцій, які не є війною, а також до стресів, пов'язаних із командиріванням за кордон вважають посилення навичок професійної та фізичної підготовки, навчання у школах виживання, ухиляння, опору та втечі (SERE).

Іншим напрямом забезпечення психологічної стійкості під час війни є згуртування підрозділу. Шпігель (Spiegel, 1973) висловив думку, що повага до товаришів та лідерів, турбота про репутацію групи і прагнення забезпечити успіх підрозділу – все це було тим, що підтримувало солдатів, які воювали у Другій світовій війні (Glass, 1973). Більше того, він визначив, що індивід часто відчуває порушення такої згуртованості після зміни взаємин із групою (Spiegel, 1973).

Під час війни у В'єтнамі було відзначено, що згуртованість підрозділу не пов'язана з альтруїзмом, породженим особистими симпатіями. Вона радше є усвідомленням того, що виживання солдата залежить від його здатності зробити так, щоб інші схотіли йому допомогти, коли в цьому виникне потреба (Kvitz, 1978).

Проведенні інтерв'ю з тими, хто вижив у екстремальних умовах (Ness, & Macaskill, 2003, с. 114) засвідчили, що стратегіями виживання (переживання травми, збереження відчуття самоефективності й контролю над загрозливими для життя ситуаціями) були:

пригадування і практичне застосування набутих раніше навичок щодо ситуації, в якій вони опинилися (приміром, безпека і дихання);

упевненість у тому, що друзі допоможуть;

вдумливий аналіз усього і вимога результатів;

відкидання думок про смерть як неконструктивних;

зосередження на тому, як заспокоїти людину, яка становить загрозу;
відчування контролю над ситуацією;
збереження спокою;
думки про близьких людей;
молитви;
зосередження на позитивних копінг-стратегіях (стратегіях подолання стресу);
уникнення відволікання на звуки або знаки.

В деяких сучасних арміях практичну користь підтвердили дихальні вправи, вправи прогресивної м'язової релаксації, техніки креативної візуалізації, автогенний тренінг та різноманітні медитативні техніки. Техніки дихання найлегше освоїти і практикувати, інші техніки вимагають більш тривалого навчання і більшого часу для практики (Комар, 2017).

У Збройних Силах України розроблені та широко використовуються:

стандарт психологічної підготовки СТП 000Г.22Л “Психологічна підготовка (навчальний курс)”, СТП 000А.22А “Психологічна підготовка (система індивідуальної підготовки)”, СТП 000Г.22К(И) “Психологічна підготовка (навчальний курс)”;

тактичні публікації ТКП 1-160(31)03.01 “Методичні рекомендації з психологічної підготовки військовослужбовців ЗС України щодо формування стресостійкості до дій в умовах різкої зміни бойової обстановки”;

військові публікації ВП 7-00(03).01 “Методичні рекомендації з психологічної підготовки військовослужбовців ЗС України до перебування в умовах примусової ізоляції”;

тренувальні військові навчально-методичні публікації: ТП 7-00(206)246.63 “Програма базової загальновійськової підготовки (для підготовки мобілізаційних ресурсів)”; ТП 7-01(40).03 “Програма суміщеного курсу підготовки командирів відділень для механізованих, мотопіхотних, гірсько-штурмових, десантноштурмових, аеромобільних, повітрянодесантних підрозділів та підрозділів морської піхоти”.

З метою якісної, з урахуванням стандартів НАТО (STANAG 2565, STANAG 7225, STANAG 7226, STANAG 7229) та набутого практичного досвіду у ході ведення російсько-української війни, організації та проведення занять з психологічної підготовки

Головним управлінням морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України розроблений Методичний посібник “Збірник стандартів психологічної підготовки у Збройних Силах України” (2023). Узагальненню та визначенню єдиних підходів щодо формування та розвитку індивідуальних спроможностей військовослужбовців до виконання конкретних завдань, визначення критеріїв їх оцінки також присвячено методичні посібники: Організація психологічної підготовки у Збройних Силах України (2023), Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій (Кокун, Клочков, Мороз, Пішко, & Лозінська, 2022), Теорія і практика управління страхом в умовах бойових дій (Кокун, Мороз, Пішко, & Лозінська, 2022).

У зазначених розробках відсутній акцент на діяльності командира (сержанта) щодо забезпечення стійкого функціонування психіки підлеглих у бою.

Методи дослідження. Визначення та систематизацію завдань, функцій, заходів, які мають проводити командири з метою забезпечення стійкості особового складу на полі бою здійснено шляхом теоретичного дослідження із застосуванням методів:

ідеалізації, абстрагування та порівняння підходів вітчизняних та закордонних дослідників щодо розвитку (просування) психологічної пружності (резильєнтності) військовослужбовців (див. огляд літератури);

морфологічного моделювання діяльності командирів щодо забезпечення стійкого функціонування психіки військовослужбовців на полі бою;

систематизації завдань, функцій командира щодо забезпечення стійкого функціонування психіки військовослужбовців на полі бою, заходів рекомендованих командирів для проведення на етапах формування частин (підрозділів), набуття ними спроможностей та їх застосування за призначенням.

Результати і обговорення. Безумовно, основа забезпечення стійкості військовослужбовців у бою – це дії солдата, їх забезпечує діяльність психологів та командирів. У цій статті увагу зосереджено на методичному та інструментальному забезпеченні діяльності командирів із розвитку соціально-психологічного

потенціалу стійкого функціонування психіки військовослужбовців у бою.

Для забезпечення стійкого функціонування психіки військовослужбовців на полі бою командири мають виконати основні завдання.

Одним із важливих завдань керівників підрозділів є проведення підготовки, що була б достатньо жорсткою та реалістичною для виховання стійкості, однак не такою жорсткою, щоб спричинити психологічні травми під час тренування.

Забезпечення злагодженої командної роботи як результат згуртованості підрозділу, формування та підтримання довіри до командирів на всіх рівнях. Солдати, які воюють, повинні довіряти своїм побратимам і командирам. Довіра є найбільшою цінністю для армії, коли ви хочете, щоб люди воювали з повною ефективністю і помирали, вони мають довіряти Вашим наказам. Довіра досягається та зберігається через двосторонню чесність та через таке командування, яке дослухається до потреб і реальності передової та діє відповідно до потреб фронту. Довіра зміцнюється реалістичними і адекватними наказами, особистим контактом командирів з тими, ким вони командують, і відкритою підтримкою.

Іншим завданням керівників підрозділу є формування взаємної довіри та взаємної підтримки серед сімей військовослужбовців: вони – не менш важлива частина підрозділу, аніж військовослужбовці кадрових військ у згуртованих підрозділах, однак часто мають набагато менші можливості розвивати соціальну згуртованість з іншими родинами.

Досягнення успіху в бойовій підготовці та діяльності найважливіше завдання командира, що з одного боку забезпечує формування впевненості у своїх силах, усвідомленості мети діяльності навіть за наявності втрат, з іншого, що є не менш важливим, попередження формування стигми у підрозділі. Стигма (негативна асоціація людини з чим-небудь ганебним) також може стати нездоланим бар'єром на шляху до визнання наявності стресу перед іншими, та успішної реабілітації після психологічної травми.

Основними функціями командира щодо психологічних аспектів забезпечення стійкого функціонування військовослужбовців на полі бою доцільно визначити:

моніторинг стресорів та зовнішніх ознак стресових реакцій травм та захворювань. Не всі ситуації й стресові фактори можуть контролюватися навіть хорошим лідером. Проте знання про фактори, які збільшують стрес і бойову втому, дозволять командирю компенсувати їх вплив;

оперування стресорами. Оскільки жоден військовослужбовець, яким би витривалим і добре підготовленим він не був, не має імунітету до стресу, запобігання дистресу (деструктивному переживанню стресу, психологічній травматизації) і захворюванням передбачає безперервне послаблення дії стресових чинників, що впливають на індивідів та підрозділи;

згуртування підрозділів. Психіатр Джонатан Шей (Jonathan Shay) неодноразово зазначав, що “людський мозок декодує соціальне визнання, підтримку та прив'язаність як фізичну безпеку”. Згуртованість бойового підрозділу, яку визначають як взаємну довіру та підтримку в соціальній групі, розвивається шляхом спільних випробувань у групі зі стабільним складом;

організація роботи щодо надання психологічної допомоги. Командир також повинен мати план надання належної допомоги постраждалим від бойового стресу і забезпечувати його виконання під час бою.

Для забезпечення виконання основних завдань та реалізації визначених функцій командирам рекомендується планувати та реалізовувати наступні заходи:

під час формування частин (підрозділів) та набуття ними спроможностей доцільно проводити наступні заходи:

1) безпосередні командири (сержанти) мають особисто вивчити всіх своїх підлеглих, їх психологічні особливості, сильні та слабкі сторони, характер завдань, які вони виконуватимуть, та особливості їх родинних відносин. Освоїти техніки моніторингу стресорів та зовнішніх ознак стресових реакцій, травм та захворювань. Тренувати їх застосування під час занять з бойової підготовки;

2) оперування стресорами під час організації життєдіяльності та проведення занять з бойової підготовки має передбачати балансування конкуруючих пріоритетів:

з одного боку – умисне моделювання бойових стресорів виконання поставлених

завдань у зоні бойових дій під час підготовки та загартування особового складу. Суворі, реалістична підготовка на межі фізичних та психологічних ресурсів підвищує витривалість й впевненість військовослужбовців у своїй здатності, як особистості й члену підрозділу, упоратися з поставленими завданнями, а також готує їх до протидії стресорам;

з іншого боку – зниження або усунення стресорів, що не є ключовими під час виконання завдань, а також відновлення біологічних, психологічних, соціальних і духовних сил, вичерпаних у процесі підготовки. Запас ресурсів витривалості кожної людини обмежений. Щоб не допустити повного спустошення, його слід постійно поповнювати здоровим сном, відпочинком, зміною типу діяльності чи іншими чином. Послаблення дії стресу – це профілактичний захід, спрямований на утримання військовослужбовців в зоні “готовності” в умовах виконання учбових завдань, повернення їх до зони “готовності” після реакцій на навантаження зони “реагування”.

Дотримання визначеного балансу забезпечить формування в підлеглих впевненості у спроможності командира контролювати ситуацію. Яким саме чином попередня підготовка підвищує стійкість функціонування психіки, остаточно не зрозуміло, але нові дані свідчать про те, що витривалість унаслідок пережитого стресу має як фізіологічний, так і біологічний компоненти.

Підготовлені військовослужбовці мають менший пульс і вищі рівні пептидів у мозку, що є ключовим для збереження спокою в умовах сильного стресу. Крім того, такі військовослужбовці вирішують знайомі їм завдання з більшою впевненістю та меншою втратою психологічної концентрації, пов’язаною з тривогою або розщепленням особистості;

3) для згуртування бойового підрозділу важливим є двостороння комунікація як у горизонтальній площині серед військовослужбовців, так і в вертикальній площині між командирами та підлеглими;

4) усі військовослужбовці повинні пройти хоча б базове навчання на тему бойового стресу та його попередження. Таке навчання повинні отримати всі: медики, бойові офіцери, капелани тощо. Варто

забезпечити підрозділи додатковими матеріалами на цю тему. Особисто переконавшись, що кожен військовослужбовець, який знаходиться у безпосередньому підпорядкуванні засвоїв принаймні три техніки: контролю стресу, страху та надання першої психологічної допомоги. Вимагати та створювати умови їх застосування під час занять з бойової підготовки. Організувати навчання персоналу пунктів першої психологічної допомоги, медперсоналу та психологів щодо порядку роботи з психотравмованими особами;

під час застосування військової частини (підрозділу) за призначенням доцільно проводити наступні заходи:

1) командири мають моніторити стресори (зміни керівництва; важкі завдання поставлені підрозділу; безпосередній вогневий контакт, перебування під обстрілами, бомбардуваннями, втрати у підрозділі; тощо) та зовнішні ознаки стресових реакцій травм та захворювань (втрата впевненості у собі; послаблення згуртованості підрозділу; зниження результативності чи порушення діяльності). Командир має знати, в якій зоні стресу кожного моменту та кожного дня перебуває той чи інший член підрозділу. Від військовослужбовців, особливо в зоні бойових дій, не слід очікувати, що вони самі розпізнають у себе деструктивну реакцію: стрес, травму чи захворювання. Концентрація уваги військовослужбовців на діях та заперечення дискомфорту, що потрібні для успішного виконання поставлених перед ними завдань, додатково ускладнюють процес розпізнання збоїв функціонування психіки пов’язаних із переживанням стресу;

2) з метою оперування (пом’якшення дії) бойовими стресорами командири підрозділів можуть використовувати наступні тактики:

забезпечення та контроль достатнього сну – 6 (мінімум 4) годин на добу для більшості людей;

забезпечення належної фізичної форми та відпочинку;

підтримка духовної форми та релігійної причетності;

встановлення етичних стандартів і “правил війни”;

ротація військ у тил для відпочинку та відновлення сил, за можливості;

ротація індивідуальних завдань для зменшення нудьги та недбалості;
захист військовослужбовців від споглядання сцен насилля, за можливості;

очікування та попередження надмірного самокатування (вини або сорому);

використання розгляду та аналізу результатів виконання завдань для надання цінності жертвам і втратам;

3) підтримання та розвиток рівня згуртованості бойового підрозділу. Більшість керівників знають, як побудувати згуртовані підрозділи за наявності достатнього часу та стабільності підрозділу. Проблеми виникають зі збереженням згуртованості бойового підрозділу за умов заміни особового складу, його переходу з підрозділу в підрозділ, у тому числі й втрати особового складу та поповнення втрат у бою. Звісно ж, політика ротації підрозділів, що практикується, є більш сприятливою для згуртованості, аніж індивідуальна заміна за необхідністю, оскільки військовослужбовці, що призначені для підсилення (заміни), з великою ймовірністю можуть не отримати переваг цього важливого компоненту забезпечення стійкого функціонування психіки в бою;

4) організація психологічної допомоги має створити умови застосування широкого асортименту інструментів, зокрема:

первинна самодопомога або допомога товаришів;

підтримка та додаткова допомога від товариша, командира, психолога, військового священика чи члена родини;

спеціалізоване психологічне чи медичне лікування.

Хоча деякі з цих методів психологічної допомоги можуть надаватися лише спеціально підготовленим персоналом із медичною та/або психологічною освітою, більшість форм потребують незначної спеціальної підготовки та можуть надаватися безпосередніми командирами, товаришами по службі або чоловіком/дружиною. Ключові функції регулювання простору бойового та оперативного стресу виконують бойові командири.

Для успішної реалізації окреслених заходів діяльність командира щодо забезпечення психологічної стійкості особового складу на полі бою має здійснюватися на базі лідерства. Лідерство –

поняття комплексне та багатостороннє, це основний спосіб підтримки військовослужбовців та їхніх сімей командирами, які навчають, надихають, допомагають сконцентруватися на виконанні завдання, вселяють довіру і надають модель етичної й моральної поведінки. **Для досягнення лідерства командира під час забезпечення психологічної стійкості особового складу на полі бою** рекомендується:

контролювати власний стрес та страх.

Вплив, що командири мають на своїх підлеглих, є інструментом, який діє у двосторонньому напрямку. Командири, які самі перебувають в дистресі, можуть завдати шкоди підлеглим підрозділам;

організовувати підготовку частин та підрозділів, акцентувати увагу на якості та результатах підготовки. Командири, які не володіють знаннями й вмінням проводити навчання підлеглих, витрачають навчальний час не за призначенням, вимагають необґрунтованих звітів не повинні бути командирами;

стимулювати психологічну витривалість військовослужбовців особистим прикладом. Підхід НАТО та український досвід полягають у тому, що безпосередні командири повинні здебільшого діяти на передньому краї зі своїми військами, а начальник штабу або старший командир повинен керувати командним пунктом і бути сполучною ланкою між командиром і військами та наступним вищим командним штабом. Така поведінка буде джерелом мужності та хоробрості, до якого військовослужбовці можуть звертатися у важкі моменти бою;

сприяти максимальному емоційному залученню військовослужбовців до виконання свого обов'язку. Командир підрозділу повинен: надихати, а не залякувати чи погрожувати; ініціювати і підтримувати заходи по управлінню стресом та страхом; інформувати про загрози, щоб солдати розуміли і адекватно реагували на ознаки бойового стресу;

віддавати накази, які співвідносяться з реальністю. Командири, які керують з командних пунктів, не можуть оцінити реальний психофізіологічний стан військовослужбовців, вони перевантажені власними уявленнями як можуть

розгортатися події та про їх переживання військовослужбовцями на полі бою. Небезпечно приймати рішення на таких засадах. Стандарт НАТО полягає в тому, що командир, який фактично фізично бере участь у бою (тобто в якого стріляють), є царем і Богом. Він може навіть бути сержантом або навіть рядовим, який був змушений прийняти командування через втрату командира. Всі інші старші за нього командири всіх рангів повинні підтримувати його. Саме йому доводиться приймати рішення життя чи смерті. Там, де це можливо, старші командири повинні надавати розвіддані, моральні та фізичні ресурси для перемоги командира на полі бою. Старші командири не повинні орієнтуватися виключно на свій план бою або намагатися віддавати накази, які не відповідають тому, як командир на полі бою бачить проблему. Необхідно орієнтуватися та довіряти оцінкам командирів, які перебувають в окопах;

мінімізувати втрати. Найважливішим завданням для командирів і штабу на кожному рівні має бути виявлення офіцерів і сержантів, які можуть досягти визначених цілей в бою з мінімальними втратами та створення сприятливих умов для їх просування по службі. А тих, хто не придатний до командування, потрібно усунути та замінити, перш ніж вони стануть причиною поразки та невиправданих втрат.

Представлений матеріал визначає ключові психологічні аспекти та особливості діяльності командира щодо забезпечення стійкості військовослужбовців у бою, дозволяє систематизувати підходи, технології, методики, заходи, рекомендації з метою забезпечення стійкості військовослужбовців у бою використавши розробки українських дослідників щодо:

професійного становлення офіцера (Осьодло, 2012; Ложкін, & Осьодло, 2014), формування авторитету та лідерських якостей як чинника ефективності управлінської діяльності (Осьодло, 2011; Лисенко, 2018);

удосконалення психолого-педагогічних аспектів діяльності командира (Осьодло, 2014);

реалізації професійного психологічного впливу військового керівника на підлеглих в

особливих умовах діяльності (Матеюк, 2006; Осьодло, Хміляр, & Красницька, 2017; Грицевич, Капінус, Мацевко, Неурова, & Романишин, 2022).

Висновок. У статті здійснено теоретичне узагальнення та запропоновано нове розв'язання важливого наукового завдання щодо визначення та систематизації завдань, функцій командирів та заходів, які вони мають проводити з метою забезпечення стійкого функціонування психіки військовослужбовців у бою та швидкого відновлення психоемоційних станів після відведення з “нуля”. Встановлено, що:

заходи формування та розвитку, підтримання та відновлення ресурсів стійкого функціонування психіки військовослужбовців в бою починаються на етапі формування підрозділів їх підготовки до застосування та не припиняються за будь-яких умов. Це тривалий і кропіткий процес, що потребує уваги та витрати значних ресурсів.

лідерство – це ключовий принцип діяльності командира щодо забезпечення психологічної стійкості особового складу на полі бою.

Викладені у статті результати дозволяють організувати комплексну, постійну діяльність командирів, штабів, офіцерів психологів, кожного окремо взятого військовослужбовця щодо формування та підтримання соціально-психологічних ресурсів військовослужбовця необхідних для стійкого функціонування психіки та адекватних дій в екстремальних (загрози здоров'ю та життю особі та оточуючим, невизначеності, дефіциту часу на прийняття рішення, тощо) умовах.

Запропоновані заходи, крім своєї безпосередньої мети – забезпечення стійкості військовослужбовців на полі бою (за умов невизначеності, дефіциту часу на прийняття рішення, загроз здоров'ю та життю особі та оточуючим), дозволяють підвищити боєздатність підрозділів загалом.

Перспективами подальших досліджень обраної теми є побудова алгоритмів діяльності командирів під час організації та проведення заходів забезпечення стійкого функціонування психіки військовослужбовців у бою.

Список використаних джерел

1. Грицевич Т. Л., Капінус О. С., Мацевко Т. М., Неурова А. Б., Романишин А. М. (2022). *Психологія бою*: посібник. А. М. Романишин (ред.). 3-є опрац. вид. Львів: Астролябія. 336.
2. Грішин Е. О. (2021). Резилієнтність особистості: сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди*. Психологія. Випуск 64. 62-81. <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.64.04>.
3. *Збірник стандартів психологічної підготовки у Збройних Силах України*: метод. посіб. (2023). В. Ключков (ред.). К.: НДЦ ГП ЗС України. 337.
4. Кокун, О. М., Ключков, В. В., Мороз, В. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С. (2022). *Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій*: метод. посібник. Київ-Одеса: Фенікс. 128 с. <https://lib.iitta.gov.ua/731412/>.
5. Кокун О. М., Мороз В. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С. (2022). *Теорія і практика управління страхом в умовах бойових дій*: метод. посібник. Київ-Одеса: Фенікс. 88.
6. Комар З. (2017). *Психологічна стійкість воїна: підручник для військових психологів*. 184.
7. *Концепція створення системи психологічної підтримки персоналу Збройних Сил України* (2023). Затверджена головнокомандувачем Збройних Сил України 18 листопада 2023 року. 12.
8. Лисенко Д. П. (2018). Командир як суб'єкт розвитку довіри в бойових умовах: зарубіжний досвід. *Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства: матеріали III Всеукр. наук.-практ. кругл. столу* (м. Ірпінь, 6 березня 2018 р.). Ірпінь: УДФС. 72-74.
9. Лисенко Д. П. (2018). Довіра до командира як фактор психологічної готовності військовослужбовців до виконання завдань за призначенням. *Теоретичні та практичні аспекти розвитку сучасної педагогіки та психології: збірник тез наукових робіт учасників Міжнар. наук.-практ. конф.* (м. Львів, 22-23 червня 2018 р.). Львів: Львівська педагогічна спільнота. 112-114.
10. Ложкін Г. В., Осьодло В. І. (2014). Психологічні особливості управлінської діяльності командира. *Вісник Національного університету оборони України: зб. наук. пр.* Київ, Вип. 1 (38). 242-246.
11. Матеюк О. А. (2006). *Професійний психологічний вплив військового керівника на підлеглих в особливих умовах діяльності: монографія*. Хмельницький: НАДПСУ ім. Б. Хмельницького. 347.
12. Медсанбат (2015). *Профілактика бойової втоми та неадекватної поведінки під час бойових дій*. 21 червня 2015. <https://www.medsanbat.info/medsanbat-profilaktika-boyovoyi-vtomi-ta-nepravomirnoyi-povedinki-pid-chas-boyovih-diy/>.
13. *Організація психологічної підготовки у Збройних Силах України*: навч.-метод. посіб. (2023). В. Ключков (ред.). К.: НДЦ ГП ЗС України. 325.
14. Осьодло В. І. (2012). *Психологія професійного становлення офіцера: монографія*. Київ: Золоті Ворота. 463.
15. Осьодло В. І. (2011). Авторитет офіцера як чинник ефективності управлінської діяльності. *Вісник Національного університету оборони України: зб. наук. пр.* Київ, Вип. 3 (22). 157-162.
16. Осьодло В. І. та ін. (2014). *Психолого-педагогічні аспекти діяльності військового керівника: підручник*. В. І. Осьодло (ред.). Київ: НУОУ імені Івана Черняхівського. 364 с.
17. Осьодло В. І., Хміляр О. Ф., Красницька О. В. (2017). *Військово-психологічний практикум офіцера*. Київ: НУОУ ім. Івана Черняхівського. 93.
18. Пивоваренко М. (2016). *Тактична психологія. Про допомогу військовим та цивільним*. (Олена Максименко ред.) 28 вересня 2016. <https://life.pravda.com.ua/society/2016/09/28/218405/>.
19. *Психологічна стійкість підрозділу. Порадник командирів: Посібник* (2023). *Командування Сил територіальної оборони ЗСУ*. 20.
20. П'ять основних функцій командира щодо психічного здоров'я особового складу (2017). *Сторінка ВМС*. 27 Лис 2017 ID:744. <https://navy.mil.gov.ua/pyat-osnovnykh-funktsiy-komandira-shchodo-psykhichnoho-zdorovya-osobovoho-skladu/>.
21. Уотсон П., Літц Б., Саусвік С., Кемерон Річі Е. (2017). Підготовка до відправлення військ за кордон: зміцнення психологічної стійкості. *Охорона психічного здоров'я в умовах війни*. (Тетяна Семигіна, Ірина Павленко, Євгенія Овсяннікова [та ін.] пер. з англ.). К.: Наш формат. 1068.
22. Фельдман А. (2015). Від надання психіатричної допомоги до охорони психічного здоров'я нації: доповідь // *Архів психіатрії* 2 (81). 9.
23. Glass A. J. (1973). Lessons learned. In: Mullens WS, ed. *Neuropsychiatry in World War II. Vol 2. Overseas Theaters*. Washington, DC: Government Printing Office. 989-1027.
24. Kviz F. J. (1978). Survival in combat as a collective exchange process. *J Polit Mil Sociol*. 219-232.
25. Meredith L., Sherbourne C., Sarah G. та ін. (2011). *Promoting Psychological Resilience in the U.S. Military*. Santa Monica: Center for Military Health Policy Research, RAND. 158.
26. Ness G J, Macaskill N. (2003). Preventing PTSD: the value of inner resourcefulness and a sense of personal control of a situation. Is it a matter of problem-solving or anxiety management? *Behav Cogn Psychother*. 463-486.
27. Spiegel H. X. (1973). Psychiatry with an infantry battalion in North Africa. In: Mullens WS, ed. *Neuropsychiatry in World War II. Vol 2. Overseas Theaters*. Washington, DC: Government Printing Office. 111-126.

References

1. Hrytsevykh T. L., Kapinus O. S., Matsevko T. M., Neurova A. B., Romanyshyn A. M. (2022). *Psykhohohiya boyu: posibnyk* [Battle psychology: a guide]. A. M. Romanyshyn (red.). 3-ye oprats. vyd. L'viv: Astrolyabiya. 336. (in Ukrainian)
2. Hrishyn E. O. (2021). Rezyliientnist osobystosti: sutnist fenomenu, psykhodiahnostyka ta zasoby rozvytku [Personality resilience: the essence of the phenomenon, psychodiagnostics and means of development]. *Visnyk KhNPU imeni H.S. Skovorody. Psykhohohiia. Vypusk 64.* 62-81. <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.64.04.11>. (in Ukrainian)
3. Zbirnyk standartiv psykhohohichnoi pidhotovky u Zbroinykh Sylakh Ukrainy: metod. posib. (2023) [Collection of standards of psychological training in the Armed Forces of Ukraine]. V. Klochkov (red.). K.: NDTs HP ZS Ukrainy. 337. (in Ukrainian)
4. Kokun, O. M., Klochkov, V. V., Moroz, V. M., Pishko I. O., Lozinska N. S. (2022). Zabezpechennia psykhohohichnoi stiikosti viiskovosluzhbovtiv v umovakh boiovykh dii [Ensuring the psychological stability of servicemen in combat conditions]: metod. posibnyk. Kyiv-Odesa : Feniks. 128 s. <https://lib.iitta.gov.ua/731412/>. (in Ukrainian)
5. Kokun O. M., Moroz V. M., Pishko I. O., Lozinska N. S. (2022). Teoriia i praktyka upravlinnia strakhom v umovakh boiovykh dii [Theory and practice of fear management in combat conditions]: metod. posibnyk. Kyiv-Odesa : Feniks. 88. (in Ukrainian)
6. Komar Z. (2017). *Psykhohohichna stiikist voina: pidruchnyk dlia viiskovykh psykhohohiv* [Psychological stability of the warrior: a textbook for military psychologists]. 184. (in Ukrainian)
7. Kontseptsiiia stvorennia systemy psykhohohichnoi pidtrymky personalu Zbroinykh Syl Ukrainy (2023) [The concept of creating a system of psychological support for the personnel of the Armed Forces of Ukraine]. Zatverdzhena holovnokomanduvachem Zbroinykh Syl Ukrainy 18 lystopada 2023 roku. 12. (in Ukrainian)
8. Lysenko D. P. (2018). Komandyr yak subiekt rozvytku doviry v boiovykh umovakh : zarubizhnyi dosvid [The commander as a subject of trust development in combat conditions: foreign experience]. Aktualni problemy psykhohohichnoi ta sotsialnoi adaptatsii v umovakh kryzovoho suspilstva: materialy III Vseukr. nauk.-prakt. kruhl. stolu (m. Irpin, 6 bereznia 2018 r.). Irpin : UDFS. 72–74. (in Ukrainian)
9. Lysenko D. P. (2018). Dovira do komandira yak faktor psykhohohichnoi hotovnosti viiskovosluzhbovtiv do vykonannia zavdan za pryznachenniam [Trust in the commander as a factor in the psychological readiness of servicemen to perform assigned tasks]. Teoretychni ta praktychni aspekty rozvytku suchasnoi pedahohiky ta psykhohohii : zbirnyk tez naukovykh robot uchastykiv Mizhnar. nauk.-prakt. konf. (m. Lviv, 22–23 chervnia 2018 r.). Lviv : Lvivska pedahohichna spilnota. 112–114. (in Ukrainian)
10. Lozhkin H. V., Osodlo V. I. (2014). Psykhohohichni osoblyvosti upravlinskoï diialnosti komandira [Psychological features of the commander's managerial activity]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy : zb. nauk. pr. Kyiv, Vyp. 1 (38).* 242–246. (in Ukrainian)
11. Mateiuk O. A. (2006). Profesiinyi psykhohohichnyi vplyv viiskovoho kerivnyka na pidlehykh v osoblyvykh umovakh diialnosti [Professional psychological influence of a military leader on subordinates in special conditions of activity]: monohrafiia. Khmelnytskyi : NADPSU im. B. Khmelnytskoho. 347. (in Ukrainian)
12. Medsanbat (2015). Profilaktyka boiovoi vtomy ta nepravomirnoi povedinky pid chas boiovykh dii [Prevention of combat fatigue and misconduct during hostilities]. 21 chervnia 2015. <https://www.medsanbat.info/medsanbat-profilaktika-boyovoyi-vtomy-ta-nepravomirnoyi-povedinki-pid-chas-boyovih-diy/>. (in Ukrainian)
13. Orhanizatsiia psykhohohichnoi pidhotovky u Zbroinykh Sylakh Ukrainy: navch.-metod. posib. (2023) [Organization of psychological training in the Armed Forces of Ukraine]. V. Klochkov (red.). K.: NDTs HP ZS Ukrainy. 325. (in Ukrainian)
14. Osodlo V. I. (2012). Psykhohohiia profesiinoho stanovlennia ofitsera [Psychology of the professional formation of an officer]: monohrafiia. Kyiv : Zoloti Vorota. 463. (in Ukrainian)
15. Osodlo V. I. (2011). Avtorytet ofitsera yak chynnnyk efektyvnosti upravlinskoï diialnosti [The authority of the officer as a factor in the effectiveness of managerial activity]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy : zb. nauk. pr. Kyiv, Vyp. 3 (22).* 157–162. (in Ukrainian)
16. Osodlo V. I. ta in. (2014). Psykhohohiia-pedahohichni aspekty diialnosti viiskovoho kerivnyka [Psychological-pedagogical aspects of the activity of a military leader]: pidruchnyk. V. I. Osodlo (red.). Kyiv : NUOU imeni Ivana Cherniakhovskoho. 364. (in Ukrainian)
17. Osodlo V. I., Khmiliar O. F., Krasnytska O. V. (2017). Viiskovo-psykhohohichni praktykum ofitsera [Officer's military psychological workshop]. Kyiv : NUOU im. Ivana Cherniakhovskoho. 93. (in Ukrainian)
18. Pyvovarenko M. (2016). Taktychna psykhohohiia. Pro dopomohu viiskovym ta tsyvilnym [Tactical psychology. About military and civilian assistance]. (Olena Maksymenko red.) 28 veresnia 2016. <https://life.pravda.com.ua/society/2016/09/28/218405/>. (in Ukrainian)
19. Psykhohohichna stiikist pidrozdilu. Poradnyk komandiru : Posibnyk (2023). [Psychological stability of the unit. Advisor to the commander: Manual] Komanduvannia Syl terytorialnoi oborony ZSU. 20. (in Ukrainian)
20. Piat osnovnykh funktsii komandira shchodo psykhichnoho zdorovia osobovoho skladu (2017) [Five basic functions of a commander in relation to the mental health of personnel]. Storinka VMS. 27 Lys 2017

ID:744. <https://navy.mil.gov.ua/pyat-osnovnykh-funktsiy-komandira-shchodo-psykhichnoho-zdorovya-osobovoho-skladu/>. (in Ukrainian)

21. Uotson P., Litts B., Sausvik S., Kameron Richi E. (2017). Pidhotovka do vidpravlennia viisk za kordon: zmitsnennia psykhologichnoi stiikosti [Preparation for sending troops abroad: strengthening psychological stability]. Okhorona psykhichnoho zdorovia v umovakh viiny. (Tetiana Semyhina, Iryna Pavlenko, Yevheniia Ovsianikova [ta in.]. per. z anhl.). K. : Nash format. 1068.

22. Feldman A. (2015). Vid nadannia psykhiatrychnoi dopomohy do okhorony psykhichnoho zdorovia natsii : dopovid [From providing psychiatric care to protecting the nation's mental health] // Arkhiv psykhii 2 (81). 9. (in Ukrainian)

23. Glass A. J. (1973). Lessons learned. In: Mullens WS, ed. *Neuropsychiatry in World War II. Vol 2. Overseas Theaters*. Washington, DC: Government Printing Office. 989–1027.

24. Kviz F. J. (1978). Survival in combat as a collective exchange process. *J Polit Mil Sociol*. 219–232.

25. Meredith L., Sherbourne C., Sarah G. та ін. (2011). *Promoting Psychological Resilience in the U.S. Military*. Santa Monica: Center for Military Health Policy Research, RAND. 158.

26. Ness G J, Macaskill N. (2003). Preventing PTSD: the value of inner resourcefulness and a sense of personal control of a situation. Is it a matter of problem-solving or anxiety management? *Behav Cogn Psychother*. 463–486.

27. Spiegel H. X. (1973). Psychiatry with an infantry battalion in North Africa. In: Mullens WS, ed. *Neuropsychiatry in World War II. Vol 2. Overseas Theaters*. Washington, DC: Government Printing Office. 111–126.

Summary

ACTIVITIES OF COMMANDERS REGARDING ENSURING THE PSYCHOLOGICAL STABILITY OF SUBORDINATES IN BATTLE

Kaposloz, H. V. *Candidate of Psychological Sciences, Senior Researcher, Research Center for Humanitarian Problems of the Armed Forces of Ukraine*

Introduction. Since the Armed Forces of Ukraine consist mainly of mobilized servicemen, called up for an indefinite period, and who have been engaged in combat for a long time and are exposed to combat stressors both on the body and on the mind, the issue of developing their ability to demonstrate the stability of mental functioning in battle is particularly relevant. And although the role of commanders in ensuring the stability of subordinates in battle cannot be overestimated, the level of their training to carry out the relevant work needs to be better. In addition, the refusal of deputies for moral and psychological support and assignment of key functions regarding the organization of development, maintenance and restoration of the psychological readiness of military personnel for commanders and their deputies can become a significant problem in ensuring the stability of personnel on the battlefield.

Purpose. Study and systematize the tasks, functions, measures that commanders should carry out to ensure the stability of personnel on the battlefield.

Methods: Idealization, abstraction, and comparison of methodological approaches; morphological modeling of the commander's activity; systematization of tasks, functions of the commander and recommended measures to ensure stability of subordinates in battle.

Originality. The article focuses on new challenges and requirements created by the implementation of the system of psychological support for the personnel of the Armed Forces of Ukraine, presents the results of a theoretical study of activities aimed at ensuring the stable functioning of the psyche of servicemen on the battlefield, offers a clearly defined list of measures recommended to the commander to be carried out at the stages of training units and subdivisions and their intended use. The direct, managerial activity of commanders is considered through the prism of leadership and its influence on the stability of servicemen in battle.

Conclusion. The implementation of the proposed measures will allow to organize complex, permanent activities of commanders, staffs, psychologist officers, each individual military serviceman regarding the formation and maintenance of social and psychological resources of a serviceman necessary for the stable functioning of the psyche and adequate actions in extreme (threats to the health and life of the person and others, uncertainty, lack of time to make a decision, etc.) conditions.

Keywords. Battle; activities of commanders; psychological stability of personnel; stress reactions.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 28.07.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 31.08.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

САМОРЕГУЛЯЦІЯ ПОВЕДІНКИ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ
ФЕНОМЕНУ ІМПОСТОРА

*Костюченко Є. А. асистент кафедри теоретичної та практичної психології,
Національний університет «Львівська політехніка»
<https://orcid.org/0000-0002-3223-718X>*

У статті представлено результати емпіричного дослідження, присвяченого вивченню саморегуляції поведінки як чинника формування феномену імпостора. Визначено, що відчуття безпорадності, виснаження, тривоги, перфекціонізм, гнучкість, моделювання та автономність виступають компонентами саморегуляції поведінки, які мають вплив на виникнення феномену імпостора в особистості. Саморегуляція поведінки в такому випадку характеризується браком гнучкості і адаптивності до ситуативних чинників та внутрішніх умов через труднощі моделювання діяльності, яке включає оцінювання ресурсів та умов досягнення поставленої мети.

Ключові слова: феномен імпостора; інтелектуальне шахрайство; перфекціонізм; емоційні стани; саморегуляція поведінки; психологічне благополуччя.

Вступ. Феномен імпостора пов'язаний з наявністю досвіду переживання особистістю переважно інтелектуального шахрайства попри наявність ґрунтовних і об'єктивних доказів заслуженого успіху та значною мірою передбачає унікаючу стратегію постановки й досягнення цілей (Diskin, 2024). Нині феномен активно досліджується з різних позицій. Зокрема, особливу цікавість викликає специфіка регуляції власної поведінки людьми, які переживають досвід імпосторизму. Мета цієї статті полягає у презентації результатів емпіричного дослідження саморегуляції поведінки та її компонентів як предиктора виникнення феномену імпостора.

Теоретичне підґрунтя. У ході аналізу наукових джерел було визначено, що розуміння явища залишається доволі неоднозначним. Ряд дослідників зробили особливий вклад у розвиток проблематики: визначення поняття і визначення його ключових характеристик (П. Кленс, С. Аймс, Дж. Гарві, С. Катс, М. О'Тул), виокремлення умовних типів імпосторів (М. Лірі, В. Янг), опис особливостей прояву феномену і коморбідних станів (Т. Томпсон, В. Янг), визначення ролі раннього досвіду у формуванні феномену (М. Кетс де Врі, К. Буссотті) та інші (Березовська, & Костюченко, 2021). Описуючи феномен імпостора, психолог П. Кленс виокремила декілька його ключових характеристик: потреба бути найкращим, ознаки комплексу супержінки чи суперчоловіка, страх невдачі, страх успіху, заперечення власної

компетентності й знецінення похвали, цикл імпостора (Clance, & O'Toole, 1987; Clance, Dingman, Reviere, & Stober, 1995).

В сутності, практично всі перелічені характеристики відсилають до особливостей саморегуляції людей, які переживають себе як інтелектуальних шахраїв. Вважається, що поведінка є цілеспрямованою і контролюється зворотним зв'язком, і що цілі, які лежать в основі поведінки, утворюють ієрархію абстрактності (Carver, & Scheier, 2000). Саморегуляція - це процес управління та зміни себе. Вона часто використовується для зміни реакцій, наприклад, щоб змінити свої думки, емоції, імпульси або поведінку при виконанні завдань порівняно з тим, як би вони розгорталися за відсутності контролю зверху вниз (Baumeister, Heatherton, & Tice, 1994).

Саморегуляція поведінки також розглядається як системно організований процес внутрішньої психічної активності людини з ініціації, побудови, підтримки та управління різними видами й формами довільної активності, який забезпечує досягнення поставлених цілей. Оскільки кожна особистість здійснює саморегуляцію в індивідуальному порядку, який визначається попереднім досвідом та особистісними характеристиками притаманними їй, виокремлюють також і стилі саморегуляції поведінки. Стилi саморегуляції – це своєрідний результат зосередження найтиповіших способів регуляції досягнення поставлених цілей суб'єктом діяльності. В деяких дослідженнях серед компонентів

саморегуляції поведінки виокремлюють: планування, моделювання, програмування, оцінювання результатів, гнучкість та самостійність (Твердохвалова, 2020).

Характерним для феномену імпостора, можна припускати, зниження здатності диференціювати діагностувати індивідуальну розвиненість уявлень про зовнішні і внутрішні значущі умови реалізації діяльності та досягнення цілей, ступінь їх усвідомленості, деталізованості і адекватності. Оскільки цикл актуалізації феномену імпостора передбачає когнітивну і афективну оцінку задачі, яка має бути виконана, ймовірно, важливими аспектами саморегуляції поведінки можна вважати як саме суб'єкт оцінює свій емоційний стан під час виконання діяльності, в межах якої феномен може виникати. Крім того, можна вважати доцільним урахування перфекціонізму, який є притаманним особам з частим досвідом імпосторизму.

Методи дослідження. Дослідження було здійснено за допомогою методик: шкала феномену імпостора П. Кленс (CIPS), «Самооцінка емоційного стану» Уесмана-Рікса, Багатовимірна шкала перфекціонізму Р. Фроста, «Стиль саморегуляції поведінки» В.І. Моросанової, «Шкала психологічного благополуччя» К. Ріфф (адаптація Л. В. Жуковської та Є. Г. Трошихіної). В дослідженні взяли участь 79 осіб у віковій категорії від 17 до 32 років. Для обробки результатів використано кореляційний аналіз за критерієм Спірмана, регресійний аналіз для побудови моделі впливу змінних і факторний аналіз для групування та узагальнення отриманих взаємозалежностей. Гіпотеза дослідження - саморегуляція поведінки є чинником формування і прояву феномену імпостора.

Результати і обговорення. За результатами кореляційного аналізу, здійсненого з метою з'ясування взаємодії змінних, що можуть вказувати на особливості саморегуляції поведінки при феномені імпостора, визначено, що між показником феномену імпостора існує помірний негативний зв'язок високого ступеню значущості ($p \leq 0,01$) з показниками спокою-тривоги ($r = -0,646$), енергійності-втомленості ($r = -0,589$) та впевненості в собі-безпорадності ($r = -0,678$). Відповідно, за умови підвищення показника феномену

імпостора, самооцінка особистістю власного емоційного стану стає більш негативною. Респонденти спостерігають підвищений рівень тривоги, втомлюваність та своєрідну безпорадність, яка може пов'язуватись з характерним для феномену відчуттям ізольованості через переконання в інтелектуальному шахрайстві.

Між показниками феномену імпостора та показниками перфекціонізму також було виявлено значущі взаємозв'язки, що узгоджується з наявними подібними дослідженнями (Dudău, 2014; Pannhausen, Klug, & Rohrmann, 2020) (занепокоєність помилками ($r = 0,517$), особистісні стандарти ($r = 0,439$), батьківські очікування ($r = 0,351$), батьківська критика ($r = 0,273$), сумніви у власних діях ($r = 0,384$) та загальний показник перфекціонізму ($r = 0,445$)).

Між показниками феномену імпостора та компонентів саморегуляції поведінки було виявлено помірний негативний зв'язок ($p \leq 0,01$) з механізмом моделювання ($r = -0,481$), характеристикою гнучкості ($r = -0,442$). Також існують помірні негативні зв'язки ($p \leq 0,01$) з компонентами психологічного благополуччя: компетентністю ($r = -0,567$), особистісним ростом ($r = -0,342$), позитивними стосунками ($r = -0,330$), життєвими цілями ($r = -0,425$), самоприйняттям ($r = -0,572$). Отримані результати надали підставу для подальшого аналізу можливого впливу змінних, пов'язаних з саморегуляцією на досвід імпосторизму. На їх основі можна було допустити припущення про те, що для актуалізації феномену імпостора визначним може бути зниження здатності суб'єкта до моделювання умов діяльності і відповідних результатів та гнучкості в ході переоцінки цих результатів. За результатами кореляційного аналізу нам вдалося підтвердити існування взаємозв'язків між феноменом імпостора та обраними незалежними змінними. Оскільки кореляційні зв'язки було виявлено зі значною кількістю показників, було висунуто припущення про те, що вони можуть бути об'єднані у фактори, пов'язані з певними аспектами саморегуляції поведінки.

За результатами використання факторного аналізу було встановлено певні особливості групування змінних, які пояснили особливості саморегуляції

поведінки при феномені імпостора на основі вже отриманих даних було використано факторний аналіз. В результаті використання критерію адекватності вибірки Кайзера-Мейєра-Олкіна було встановлено порівняно високий рівень адекватності застосування факторного аналізу до значень даної вибірки (значення критерію = 0,793). В результаті використання критерію сферичності Бартлетта було встановлено, що дані є прийнятними для проведення процедури факторного аналізу ($p \leq 0,001$), тобто отримані результати можна вважати статистично значущими.

Використавши критерій Кайзера було встановлено, що власні значення перших чотирьох факторів є більшими за одиницю (1 – 5,864; 2 – 2,138; 3 – 1,965; 4 – 1,100). Використовуючи критерій відсіювання Р. Кеттела було встановлено, що на графіку розподілу власних значень точка перегину знаходиться на значенні 4. Це підтвердило сформульований внаслідок використання критерію Кайзера висновок про виділення чотирьох факторів у структурі. Кореляційна матриця сімнадцяти змінних була піддана процедурі аналізу за методом основних компонентів, було вилучено 4 факторів з власними значеннями більше одиниці. Виокремлені фактори зазнали обертання за методом варімакс.

Фактори, отримані в результаті обертання за методом верімакс, пояснюють 65,1% від загальної дисперсії. При цьому, фактор 1 пояснює 34,49% від загальної дисперсії, фактор 2 пояснює 12,57% від загальної дисперсії, фактор 3 пояснює 11,55% від загальної дисперсії, фактор 4 пояснює 6,47% від загальної дисперсії. До структури першого фактору увійшли змінні з відповідними найвищими значеннями навантаження: енергійність-втомленість ($r = 0,586$), впевненість у собі-безпорадність ($r = 0,770$), спокій-тривога ($r = 0,742$), гнучкість ($r = 0,668$), моделювання ($r = 0,581$), компетентність ($r = 0,706$), особистісний ріст ($r = 0,696$), життєві цілі ($r = 0,759$) та самоприйняття ($r = 0,764$). Для другого фактору пов'язаними змінними з найвищими показниками навантаження виявилися: рівень перфекціонізму ($r = 0,942$), сумніви у власних діях ($r = 0,892$) та занепокоєність помилками ($r = 0,831$). До пов'язаних з третім фактором змінних з найвищими показниками

навантаження належать: самостійність ($r = 0,727$), планування ($r = 0,758$) та програмування ($r = 0,705$). До структури четвертого фактору увійшли наступні пов'язані змінні з найвищими показниками навантаження: автономність ($r = 0,780$) та оцінювання результатів ($r = 0,718$).

Факторний аналіз дозволив виокремити і об'єднати значущі чинники, що характеризують особливості саморегуляції поведінки особистості при феномені імпостора. Зокрема, було визначено такі фактори, як «емоційна саморегуляція», «перфекціонізм», «регуляторна самостійність», «оцінювання результатів».

Фактор «емоційна саморегуляція». Зазначені дихотомічні показники, що увійшли до структури фактору пояснюють оцінку власного емоційного стану при виконанні завдання і охоплюють уявлення суб'єкта про свою ініціативність, енергійність, готовність до виконання завдання та оцінку своєї здатності адаптуватися до змін у ході виконання задуманого. Показник гнучкості також вказує на здатність людини до коригування плану дій і можливості регулювати свій емоційний стан з метою досягнення оптимального результату. Показник моделювання у цій структурі дозволяє узагальнити попередньо згадані показники як критерії успішності диференціації й оцінки зовнішніх та внутрішніх умов виконання діяльності, здатність коректно оцінити необхідні та наявні умови успішного виконання завдання без зміни ставлення до задач. Цей фактор відображає позитивне самосприйняття, впевненість у собі, особистісне зростання та загальне психологічне благополуччя. Люди з високими показниками за цим фактором, швидше за все, відчують себе компетентними, мають чіткі життєві цілі та володіють почуттям самоприйняття і спокою.

Перше, що дає змогу виникнути відчуттю, що людина є шахраєм це її очікування від результату виконання завдання. Приймаючи відповідальність за його виконання суб'єкт опиняється у ситуації, де розгортається цикл імпостора на підставі своє тривоги щодо нездатності зробити як треба або необхідності виходу за межі зони комфорту. Вважається, що імпостори очікують, що якщо вони так чи інакше виконають завдання, ставлення до

них зміниться і навіть попри об'єктивні показники власної компетентності, тривога і невпевненість у власних силах стають ключовими переживаннями, що супроводжують цей досвід. Можна припустити, що тривога відіграє роль своєрідного бар'єру, який має на меті не дати людині повірити у свою успішність, щоб при можливій невдачі вона не відчула руйнування свого образу Я.

В межах цього фактору виокремлюються компоненти психологічного благополуччя, які вказують на спрямованість особистості на самоактуалізацію, прагнення до неї. Отже, ключовим аспектом саморегуляції поведінки при феномені імпостора можна вважати прагнення особистості до реалізації власного потенціалу попри страх бути викритим як шахрай за умови отримання визнання.

Втім, характерне для феномену переживання негативних аспектів характеристик, що увійшли до фактору, передбачає, що за підвищенням показника феномену імпостора підвищується тривога, психічні ресурси виснажуються, людина відчуває невпевненість у власному успіху і здатності його досягти, це призводить до зниження здатності до моделювання процесу і результатів діяльності, тобто до неадекватної оцінки внутрішніх і зовнішніх умов виконання діяльності, що призводить до відкладання діяльності, фантазування про можливу невдачу у виконанні завдання або ж викриття уявного шахрайства. Помилки моделювання призводять до труднощів у визначенні мети і алгоритму її досягнення, відповідних наявній ситуації, що може призводити до зайвих перепон у досягненні поставленої мети або невдачі.

Другий виокремлений фактор «перфекціонізм» об'єднав показники, які розкривають компоненти перфекціонізму, пов'язані з занепокоєнням викликаним установками, орієнтованими на досягнення ідеального результату. Фактор перфекціонізму проявляє налаштованість суб'єкта при феномені імпостора на надмірну підготовку й виснаження ресурсів під час виконання завдання або ж обрання стратегії прокрастинації. Ці сумніви при невеликій інтенсивності можуть бути рушійною силою розвитку, втім при нестачі орієнтирів для адекватної оцінки своїх зусиль і

компетентностей, призводять до надмірної інвестиції енергії в діяльність для підтримання образу «не-імпостора». С

Люди з високим рівнем інтенсивності феномену мають досить стійкі переконання про те, що результат має бути завжди найкращим, що бути посереднім чи не видатним рівнозначно тому, щоб бути «поганим». Подібні думки формують очікування імпостора стосовно себе і очікувань інших людей. Сумніви у власних діях і занепокоєність помилками представляють перфекціоністичні занепокоєння, які зазвичай є пов'язаними з сформованими у минулому досвіді уявленнями про себе, результат діяльності та очікування інших людей. Сукупність цих показників сприяє укоріненню установок, пов'язаних з очікуваннями ідеального та необхідності їм відповідати.

Третій виокремлений фактор «регуляторна самостійність» охопив значення компонентів самостійності, планування та програмування. Цей фактор відображає здатність людини до стратегічного мислення, планування та незалежності. При феномені імпостора характерним є висування людьми до себе надмірно високих стандартів або постановка нереалістичних цілей, що може призвести до відчуття неадекватності, коли ці цілі не досягаються. Вони також можуть применшувати свої досягнення, вважаючи, що не досягли своїх цілей або що їхній успіх не є заслуженим. Також характерною рисою саморегуляції поведінки при феномені імпостора може виступати надмірна підготовка до виконання завдання, щоб впоратися з невпевненістю у власній компетентності. Цей аспект саморегуляції поведінки носить характер гіперкомпенсації, що ініціюється переконанням у тому, що людям з відчуттям уявного шахрайства необхідно працювати більше, аніж іншим, аби досягти того ж рівня успіху, вважаючи, що вони повинні працювати більше, ніж інші, щоб досягти такого ж рівня успіху.

Четвертий фактор «оцінювання результатів» охоплює компоненти саморегуляції поведінки, пов'язані з автономністю та оцінкою результатів діяльності. Цей фактор відображає незалежність і здатність критично оцінювати свою роботу. Оскільки при феномені імпостора моделювання результатів

діяльності є проблемною зоною, адекватне оцінювання результатів також може бути ускладнене, що призводить до знецінення власних зусиль, атрибуції успіху зовнішнім факторам, які зумовлюють підкріплення переконань у можливості розкриття іншими інтелектуального шахрайства та зміни ставлення до людини.

Факторний аналіз дозволив визначити взаємодію змінних між собою в контексті досліджуваного феномена, однак не розкрив причинно-наслідкових зв'язків, які безпосередньо вказують на те, які саме змінні відіграють роль предикторів відносно феномену імпостора. На основі отриманих даних в результаті кореляційного й факторного аналізів, було висунуто припущення про те, що детермінуючий вплив на виникнення і прояв феномену імпостора можуть мати такі змінні, як безпорадність, виснаженість, тривожність,

перфекціонізм, гнучкість, моделювання та автономність.

Для перевірки цього припущення було використано лінійний регресійний аналіз. В результаті було створено сім моделей, в яких змінні, пов'язані з саморегуляцією поведінки, психологічним благополуччям, самооцінкою емоційного стану та перфекціонізмом виступали в якості предикторів феномену імпостора (таблиця 1). Загалом було побудовано сім статистично значущих моделей. Сьома модель пояснила найбільший відсоток дисперсії – 67.3% ($R^2 = 0.673$). Як можна бачити з таблиці, міра кореляційного зв'язку дорівнює 0,821. Відповідно, припущення про існування лінійного регресійного зв'язку підтвердилося для змінних впевненість у собі-безпорадність, енергійність-втома, спокій-тривога, перфекціонізм, гнучкість, моделювання, автономність ($F = 20.899$, $p < 0.01$).

Таблиця 1

Короткий опис моделей регресії

Модель	R	R^2	Скоригований R^2	Ст. похибка	Статистика змін				
					R^2 змін	F змін	df1	df2	Знач. F змін
1	,610 ^a	,372	,363	10,690	,372	45,531	1	77	,000
2	,705 ^b	,496	,483	9,632	,125	18,846	1	76	,000
3	,732 ^c	,536	,517	9,311	,039	6,334	1	75	,014
4	,776 ^d	,602	,581	8,678	,066	12,342	1	74	,001
5	,790 ^e	,624	,598	8,491	,022	4,292	1	73	,042
6	,807 ^f	,651	,622	8,233	,027	5,651	1	72	,020
7	,821 ^g	,673	,641	8,028	,022	4,730	1	71	,033
a. Predictors: (Constant), Впевненість у собі-безпорадність									
b. Predictors: (Constant), Впевненість у собі-безпорадність, енергійність-втома									
c. Predictors: (Constant), Впевненість у собі-безпорадність, енергійність-втома, спокій-тривога									
d. Predictors: (Constant), Впевненість у собі-безпорадність, енергійність-втома, спокій-тривога, перфекціонізм									
e. Predictors: (Constant), Впевненість у собі-безпорадність, енергійність-втома, спокій-тривога, перфекціонізм, гнучкість									
f. Predictors: (Constant), Впевненість у собі-безпорадність, енергійність-втома, спокій-тривога, перфекціонізм, гнучкість, моделювання									
g. Predictors: (Constant), Впевненість у собі-безпорадність, енергійність-втома, спокій-тривога, перфекціонізм, гнучкість, моделювання, автономність									
h. Dependent Variable: Феномен імпостора									

Ця модель дозволяє зробити висновок про те, що компоненти саморегуляції поведінки є предикторами виникнення феномену імпостора. Виявлено наступні кореляційні зв'язки для феномену імпостора та виокремлених змінних, зокрема: впевненість у собі-безпорадність ($\beta = -0.334$, $t = -2.949$, $p = 0.004$), що вказує на те, що вищий рівень впевненості (і нижчий рівень безпорадності) асоціюється з порівняно дещо

нижчими показниками феномену імпостора; енергійність-втома ($\beta = -0.287$, $t = -3.211$, $p = 0.002$), що вказує наявний зв'язок суб'єктивного відчуття виснаження з вищим рівнем феномену імпостора.

Показник зв'язку між феноменом імпостора та перфекціонізмом ($\beta = 0.261$, $t = 3.393$, $p = 0.001$) вказує на наявність зв'язку досить високого рівня значущості; показник зв'язку між феноменом імпостора та

гнучкістю вказує, що цікаво, на позитивний взаємозв'язок, тобто цей результат вказує на те, що люди, які є більш гнучкими, навпаки, можуть відчувати себе імпосторами частіше. Розбіжність показника з попередньо отриманим показником кореляції може свідчити про нелінійний регресійний зв'язок, що потребує детальнішого вивчення. Зв'язок з компонентом моделювання ($\beta = -0.216$, $t = -2.722$, $p = 0.008$) вказує на те, що для людей з частим досвідом феномену імпостора менш характерним є чітке розмежування і оцінювання зовнішніх та внутрішніх умов виконання завдань, що може проявлятися у фантазуванні чи катастрофізації та підкріплювати цикл імпостора. Показник автономності ($\beta = -0.162$, $t = -2.175$, $p = 0.033$) вказує на те, що переживання людиною себе як автономної пов'язується з нижчим рівнем феномену імпостора.

Отже, за результатами регресійного аналізу було визначено, що змінні, пов'язані з саморегуляцією поведінки, виступають предиктором актуалізації феномену імпостора. За допомогою регресійної моделі встановлено, що до таких змінних належать: відчуття безпорадності, виснаження, тривоги, перфекціонізм, гнучкість, моделювання та автономність.

Висновки. Вважається, що феномен в своїй сутності пов'язаний з наявністю досвіду переживання особистістю переважно інтелектуального шахрайства попри наявність ґрунтовних і об'єктивних доказів заслуженого успіху та значною мірою передбачає унікаючу стратегію постановки й

досягнення цілей. Оскільки феномен імпостора передбачає викривлене уявлення про власну компетентність у порівнянні з іншими та переконання у тому, що людина не заслуговує на досягнутий успіх чи визнання, саморегуляція поведінки матиме специфіку, що передбачає підтримання повторюваності циклу імпостора. Саморегуляція поведінки як чинник формування феномену імпостора характеризується певною ригідністю, переважно їй бракує гнучкості і адаптивності до ситуативних чинників та внутрішніх умов через труднощі моделювання діяльності, яке включає оцінювання ресурсів та умов досягнення поставленої мети.

Визначено фактори саморегуляції поведінки особистості при феномені імпостора: «емоційна саморегуляція», «перфекціонізм», «регуляторна самостійність», «оцінювання результатів». На основі регресійного аналізу було підтверджено гіпотезу про роль саморегуляції поведінки особистості як чинника формування й прояв феномену імпостора. Підтверджено наявність впливу на актуалізацію феномену таких предикторів, як відчуття безпорадності, виснаження, тривоги, перфекціонізм, гнучкість, моделювання та автономність.

Перспективою подальших досліджень є детальніше дослідження ролі саморегуляції поведінки в актуалізації феномену імпостора та розробка відповідних методів корекції задля покращення рівня саморегуляції поведінки осіб, що переживають негативні ефекти, пов'язані з явищем.

Список використаних джерел

1. Березовська Л. І., Костюченко Є. А. (2021). Психологія феномену імпостора: емпіричний ракурс. Український психологічний журнал : збірник наукових праць, 1 (15), С. 9–23.
2. Твердохвалова, Ю. Л. (2020). Саморегуляція поведінки як компонент підготовки майбутнього фахівця. Особистість, суспільство, закон: тези доп. учасників міжнар. наук.-практ. конф., присвяч. пам'яті проф. СП Бочарової (м. Харків, 24 квіт. 2020 р.). Харків, С. 100-104.
3. Aarts, H., Custers, R., & Holland, R. W. (2007). The nonconscious cessation of goal pursuit: When goals and negative affect are coactivated. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 165–178. <https://doi.org/10.1037/00223514.92.2.165>
4. Baumeister, R. F., Heatherton, T. F., & Tice, D. M. (1994). *Losing control: How and why people fail at self-regulation*. Academic Press.
5. Bernard, D. L., Jones, S. C. T., & Volpe, V. V. (2020). Impostor phenomenon and psychological well-being: The moderating roles of john henryism and school racial composition among black college students. *Journal of Black Psychology*, 46(2–3), 195–227. <https://doi.org/10.1177/0095798420924529>
6. Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2000). On the structure of behavioral self-regulation. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 41–84). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50032-9>

7. Clance, P. R., & Imes, S. A. (1978). The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 15(3), 241–247. <https://doi.org/10.1037/h0086006>
8. Clance, P. R., & Imes, S. A. (1978). The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 15(3), 241–247. <https://doi.org/10.1037/h0086006>
9. Clance, P. R., & O'Toole, M. A. (1987). The Imposter Phenomenon: An internal barrier to empowerment and achievement. *Women & Therapy*, 6(3), 51–64. https://doi.org/10.1300/j015v06n03_05
10. Clance, P. R., Dingman, D., Reviere, S. L., & Stober, D. R. (1995). Impostor Phenomenon in an Interpersonal/Social Context. *Women & Therapy*, 16(4), 79–96. https://doi.org/10.1300/j015v16n04_07
11. Diskin, E., & Karl, J. A. (2024). Do I Belong Here? Impostor Phenomenon, Well-Being and Purpose at Work: A Mediation Analysis. <https://doi.org/10.31234/osf.io/9xzte>
12. Frost, R. O., & Marten, P. A. (1990). Perfectionism and evaluative threat. *Cognitive Therapy and Research*, 14(6), 559–572. <https://doi.org/10.1007/bf01173364>
13. Henning, K., Ey, S., & Shaw, D. (1998). Perfectionism, the impostor phenomenon and psychological adjustment in medical, dental, nursing and pharmacy students. *Medical Education*, 32(5), 456–464. <https://doi.org/10.1046/j.13652923.1998.00234.x>
14. Kumar, S., & Jagacinski, C. M. (2006). Imposters have goals too: The imposter phenomenon and its relationship to achievement goal theory. *Personality and Individual Differences*, 40(1), 147–157. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.05.014>
15. Vaughn, A. R., Taasobshirazi, G., & Johnson, M. L. (2020). Impostor phenomenon and motivation: Women in higher education. *Studies in Higher Education*, 45(4), 780–795. <https://doi.org/10.1080/03075079.2019.1568976>
16. Vergauwe, J., Wille, B., Feys, M., De Fruyt, F., & Anseel, F. (2015). Fear of being exposed: The trait-relatedness of the impostor phenomenon and its relevance in the work context. *Journal of Business and Psychology*, 30(3), 565–581. <https://doi.org/10.1007/s10869-014-9382-5>

References

1. Berezovska L. I., Kostiuhenko Ye. A. (2021). Psykholohiia fenomenu impostora: empirychnyi rakurs. *Ukrainskyi psykholohichnyi zhurnal : zbirnyk naukovykh prats*, 1 (15), S. 9–23. [https://doi.org/10.17721/upj.2021.1\(15\).1](https://doi.org/10.17721/upj.2021.1(15).1) (in Ukrainian).
2. Tverdokhvalova, Yu. L. (2020). Samorehuliatyia povedinky yak komponent pidhotovky maibutnoho fakhivtsia. *Osobystist, suspilstvo, zakon: tezy dop. uchasnykiv mizhnar. nauk.-prakt. konf., prysviach. pamiaty prof. SP Bocharovoi (m. Kharkiv, 24 kvit. 2020 r.)*.–Kharkiv, 2020.–S. 100-104. (in Ukrainian).
3. Aarts, H., Custers, R., & Holland, R. W. (2007). The nonconscious cessation of goal pursuit: When goals and negative affect are coactivated. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 165–178. <https://doi.org/10.1037/00223514.92.2.165>
4. Baumeister, R. F., Heatherton, T. F., & Tice, D. M. (1994). *Losing control: How and why people fail at self-regulation*. Academic Press.
5. Bernard, D. L., Jones, S. C. T., & Volpe, V. V. (2020). Impostor phenomenon and psychological well-being: The moderating roles of john henryism and school racial composition among black college students. *Journal of Black Psychology*, 46(2–3), 195–227. <https://doi.org/10.1177/0095798420924529>
6. Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2000). On the structure of behavioral self-regulation. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 41–84). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50032-9>
7. Clance, P. R., & Imes, S. A. (1978). The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 15(3), 241–247. <https://doi.org/10.1037/h0086006>
8. Clance, P. R., & Imes, S. A. (1978). The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 15(3), 241–247. <https://doi.org/10.1037/h0086006>
9. Clance, P. R., & O'Toole, M. A. (1987). The Imposter Phenomenon: An internal barrier to empowerment and achievement. *Women & Therapy*, 6(3), 51–64. https://doi.org/10.1300/j015v06n03_05
10. Clance, P. R., Dingman, D., Reviere, S. L., & Stober, D. R. (1995). Impostor Phenomenon in an Interpersonal/Social Context. *Women & Therapy*, 16(4), 79–96. https://doi.org/10.1300/j015v16n04_07
11. Diskin, E., & Karl, J. A. (2024). Do I Belong Here? Impostor Phenomenon, Well-Being and Purpose at Work: A Mediation Analysis. <https://doi.org/10.31234/osf.io/9xzte>
12. Frost, R. O., & Marten, P. A. (1990). Perfectionism and evaluative threat. *Cognitive Therapy and Research*, 14(6), 559–572. <https://doi.org/10.1007/bf01173364>

13. Henning, K., Ey, S., & Shaw, D. (1998). Perfectionism, the impostor phenomenon and psychological adjustment in medical, dental, nursing and pharmacy students. *Medical Education*, 32(5), 456–464. <https://doi.org/10.1046/j.13652923.1998.00234.x>
14. Kumar, S., & Jagacinski, C. M. (2006). Imposters have goals too: The impostor phenomenon and its relationship to achievement goal theory. *Personality and Individual Differences*, 40(1), 147–157. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.05.014>
15. Vaughn, A. R., Taasoobshirazi, G., & Johnson, M. L. (2020). Impostor phenomenon and motivation: Women in higher education. *Studies in Higher Education*, 45(4), 780–795. <https://doi.org/10.1080/03075079.2019.1568976>
16. Vergauwe, J., Wille, B., Feys, M., De Fruyt, F., & Anseel, F. (2015). Fear of being exposed: The trait-relatedness of the impostor phenomenon and its relevance in the work context. *Journal of Business and Psychology*, 30(3), 565–581. <https://doi.org/10.1007/s10869-014-9382-5>

Summary

BEHAVIOR SELF-REGULATION AS A FACTOR IN THE EMERGENCE OF THE IMPOSTOR PHENOMENON

Kostiuchenk Ye. assistant of Department of Theoretical and Practical Psychology
Lviv Polytechnic National University

The article presents the results of an empirical study of behavioral self-regulation as a factor in the emergence of the impostor phenomenon. It has been determined that the feeling of helplessness, exhaustion, anxiety, perfectionism, flexibility, modeling and autonomy are components of self-regulation of behavior that have an impact on the emergence of the impostor phenomenon in a person. Self-regulation of behavior in this case is characterized by a lack of flexibility and adaptability to situational factors and internal conditions due to the difficulty of behavior modeling, which includes the assessment of resources and conditions for achieving the goal.

Introduction. The impostor phenomenon is associated with the experience of a person experiencing predominantly intellectual fraud despite the presence of solid and objective evidence of deserved success and largely involves an avoidant strategy of setting and achieving goals. Today, the phenomenon is being actively studied from different perspectives. In particular, the specifics of the regulation of their own behaviour by people who experience impostorism are of particular interest.

Purpose. The purpose of this article is to present the results of an empirical study of behavior self-regulation and its components as a predictor of the impostor phenomenon.

Methods. The research was conducted using the following methods: P. Clance's Impostor Phenomenon Scale (CIPS), Wesman-Ricks' Self-evaluation of Emotional State Scale, R. Frost's Multidimensional Perfectionism Scale, V. Morosanova's Style of Self-Regulation of Behavior questionnaire, and C. Riff's Psychological Well-Being Scale (adapted by L. Zhukovska and E. Troshikhina).

Originality. The results obtained allow us to expand the existing empirical knowledge about the behavior of individuals experiencing the impostor phenomenon and the methods of self-regulation they use. This information can be useful for the development of intervention measures.

Conclusion. In the framework of this study, it was hypothesized that self-regulation of behavior can be a significant factor in the formation and emergence of the impostor phenomenon in a person. As a result of the factor analysis, the variables characterizing the peculiarities of self-regulation of personality behavior in the impostor phenomenon were identified and combined. In particular, such factors as “emotional self-regulation”, “perfectionism”, “regulatory independence”, “evaluation of results” were identified. According to the results of the regression analysis, the hypothesis about the role of self-regulation of personality behavior as a factor in the formation and manifestation of the impostor phenomenon was confirmed. The presence of such predictors as a sense of helplessness, exhaustion, anxiety, perfectionism, flexibility, modeling, and autonomy on the actualization of the phenomenon was confirmed.

Key words: impostor phenomenon; intellectual fraudulence; perfectionism; emotional states; self-regulation of behavior; psychological well-being.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 02.08.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 03.09.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

МОТИВАЦІЯ МОЛОДІ ПРИ ОБРАННІ СОЦІОНОМІЧНИХ ПРОФЕСІЙ

Кушніренко К. О. кандидат психологічних наук, доцент
Державний торговельно-економічний університет
<https://orcid.org/0000-0003-3922-0388>

Мостова І. В. кандидат психологічних наук, доцент
Державний торговельно-економічний університет
<https://orcid.org/0000-0003-1418-3007>

Мета статті полягає у здійсненні теоретичного аналізу та проведенні емпіричного дослідження щодо проблеми мотивації молоді при обранні соціономічних професій. Для вирішення поставленої мети були використані наступні методи: аналіз наукової психологічної літератури, порівняння, узагальнення, систематизація отриманої інформації та її інтерпретація, методики «Діагностика особистості на мотивацію до успіху Т. Елерса» та «Діагностика особистості на мотивацію до уникнення невдач Т. Елерса». Досліджувану вибірку складало 40 студентів 2 курсу ДТЕУ факультету економіки, менеджменту та психології.

Ключові слова: мотивація; соціономічні професії; молодь; студенти; особистість.

Вступ. Сучасна молодь, сучасні студенти – це перспективне майбутнє для розвитку нашого суспільства. В нинішніх умовах важливих та значних змін у політичній, економічній, соціально-культурній сферах, а також у сфері інновацій та інформаційних технологій країни, особливо враховуючи воєнний стан, існує підвищена потреба у кваліфікованій психологічній допомозі населенню. З огляду на недостатню кількість фахівців у сфері соціономічних професій, дослідження мотивації молоді при обранні майбутньої кваліфікації є надзвичайно актуальною темою.

Мета статті: здійснити теоретичний аналіз та провести емпіричне дослідження щодо мотивації молоді при обранні соціономічних професій.

Сучасні умови розвитку та життєдіяльності нашого суспільства потребують докорінних змін традиційної системи професіогенезу у напрямку оптимального професійного самовизначення особистості з урахуванням внутрішніх механізмів її саморозвитку. Вибір професії – одне з найважливіших стратегічних рішень у житті людини, що є складною комплексною проблемою. Процес професійного самовизначення завершується досягненням стабільного становища у тій чи іншій професійній сфері соціального життя та формуванням відповідних переконань, принципів, ціннісних орієнтацій, мотивації та професійного спрямування (В. Бодров, Г. Костюк, Є. Мілерян, Л. Карамушка,

М. Савчин, О. Креденцер, С. Максименко, С. Миронець, К. Кушніренко, І. Мостова).

Теоретичне підґрунтя. На основі аналізу наукових джерел встановлено, що професійне самовизначення залежить від різних факторів. Серед них важливі такі аспекти, як система загальнолюдських цінностей, соціально-економічні умови, вплив “значущих інших” (сім’ї, друзів, вчителів), вікові та статеві характеристики особистості, спрямованість, самоактуалізація, рівень домагань, престижність професії, інформованість, професійні інтереси, схильності та здібності. Ці фактори взаємодіють і впливають на процес вибору професійного шляху (Корольчук, Дроздова, Корольчук, Осьодло&Сипливий, 2011, с.31).

У психологічному аспекті дослідження проблеми професійного самовизначення, основним напрямком є аналіз формування операціональної структури діяльності під час професіоналізації. Цей процес визначається індивідуальними та груповими особливостями особистісної сфери, а також розвитком мотивацій, інтересів, здібностей, емоційно-вольової сфери та інших професійно важливих якостей на різних етапах професійного розвитку та в різноманітних сферах трудової діяльності (Корольчук, Дроздова, Корольчук, Осьодло&Сипливий, 2011, с.19).

Найважливішим недоліком традиційного підходу, пов’язаного з професійним самовизначенням, був розгляд фахівця як набору константних функцій і психологічних якостей. Нині очевидно, що професійне

самовизначення – це утворення особистості, що формується, що розвивається. Під час професійного самовизначення спостерігаються постійні зміни його змісту, засобів, умов, які визначають усе нові і нові вимоги до одного і того ж, що стимулює його розвиток (Корольчук, Дроздова, Корольчук, Осьодло&Сипливий, 2011, с.20).

Психологічними механізмами у структурі професійного самовизначення особистості можуть виступати багаторівнева структура мотивів, цінностей, особистісних смислів та здібностей, що визначають професійно важливі якості (ПВЯ). Формування професійної спрямованості є центральним аспектом професійного самовизначення, необхідним для розвитку позитивного ставлення до обраної професії або її окремих аспектів. Це ставлення визначається внутрішніми і зовнішніми впливами, а також суб'єктивними і об'єктивними факторами, що відображають напрямок діяльності суб'єкта відносно предмета його активності. Передісторія виникнення професійного самовизначення зумовлена індивідуальними якостями, поглядами, переживаннями, прагненнями особистості, що склалися на даний момент. Становлення висококваліфікованого спеціаліста можливе лише за умови сформованої мотиваційно-ціннісної сфери фахівця, високого рівня професійного самовизначення особистості (Корольчук, Дроздова, Корольчук, Осьодло&Сипливий, 2011, с.23-26).

Детермінують поведінку індивіда і стимулюють його активність, тобто мотивують різні спонуки. Широта мотивів розкривається у різноманітності мотиваційних факторів: мотивів, потреб, цілей, значень тощо. Сфера мотивацій є гнучкою. Спонукальними причинами можуть бути певні стимули, від кількості яких залежить гнучкість структури мотивації. Характеризують мотиваційну змінну поведінки зусилля і наполегливість людини при подоланні перешкод, за якими визначають силу мотивації. Її також визначають за кількістю подоланих суб'єктом зовнішніх і внутрішніх перешкод у процесі виконання дій, спричинених певним мотивом та за дослідженням типології захисних механізмів, пов'язаних з мотивацією при подоланні перешкод (Галян, 2011).

Вивчення мотиваційного профілю стало предметом наукових досліджень багатьох вчених, зокрема Е. Шейна (методика «Якорі кар'єри»), Ш. Річі і П. Мартіна (методика діагностики мотиваційного профілю особистості), В.І. Герчикова (методика діагностики трудових мотивів), В.Е. Мільмана (методика діагностики мотиваційної структури особистості), Д. Барбуто і Р. Сколли (методика діагностики джерел мотивації), А.А. Меграбіана (методика вимірювання мотивації досягнення), Т. Елерса (методика оцінки мотивації досягнення успіху та уникнення невдач), а також багатьох інших (Гаркуша, Кайко, 2017).

Як вітчизняні, так і зарубіжні дослідники відзначають існування певного набору особистісних рис і професійно-значущих якостей, які визначають професійне самовизначення та спонукають особистість, відповідно до його внутрішніх прагнень, обирати певну сферу діяльності. Проте, складні соціально-економічні умови, суперечливі суб'єктивно значущі ціннісні орієнтації, амбівалентний вплив соціального середовища, домінування прагматичних потреб та формального спілкування над особистісним, а також сильний негативний вплив неструктурованої інформації значно ускладнюють процес вибору життєвого шляху (Корольчук, Дроздова, Корольчук, Осьодло&Сипливий, 2011, с.37).

Мотиваційні чинники, що керують особистістю при виборі професії, мають значний вплив на формування професійної ідентичності у майбутніх психологів. Багатьма вченими проводяться дискусії щодо часу формування професійної ідентичності та визначення того, кого можна вважати професійно ідентичним. Проте більшість дослідників схильні вважати, що професійна ідентичність починає формуватися ще в підлітковому віці, під час вибору майбутньої професії (оптації), і найбільш інтенсивно розвивається в період здобуття вищої освіти (Андрієвська-Семенюк, 2020).

Методи дослідження. Дослідження проводилось на базі Державного торговельно-економічного університету. Вибірку склали 40 студентів 2 курсу факультету економіки, менеджменту та психології.

В основу дослідження особливостей мотивації сучасної молоді соціономічних професій була покладена мета виявлення переважаючого стилю мотивації – мотивація на досягнення успіху, або мотивація на уникнення невдачі. За основу було взято дві методики:

1. Діагностика особистості на мотивацію до успіху Т. Елерса (*Учбові матеріали для школярів та студентів України*). Дана методика складається з 41 твердження на які необхідно відповісти «так» або «ні». За ключем відбувається підрахунок балів і отриманий результат аналізується в межах 4 шкал (1-10 балів – низька мотивація; 11-16 – середня мотивація; 17-20 – помірно висока мотивація та понад 21 – занадто висока мотивація).

2. Діагностика особистості на мотивацію до уникнення невдач Т. Елерса (*Персонал. Журнал інтелектуальної еліти*). Дана методика містить список із 30 слів, по три

слова в кожному рядку. У кожному рядку необхідно обрати одне, яке точно характеризує Вас як досліджуваного. За ключем відбувається підрахунок балів і отриманий результат аналізується в межах 4 шкал (1-10 балів – низька мотивація; 11-16 – середня мотивація; 17-20 – помірно висока мотивація та понад 21 – занадто висока мотивація).

Результати і обговорення. В емпіричному дослідженні приймали участь 40 студенти Державного торговельно-економічного університету 2 курсу навчання: 19 хлопців та 21 дівчина.

За результатами методики «Діагностика особистості на мотивацію до успіху Т. Елерса» отримані дані розподілились наступним чином: 2 студентів мають низький рівень мотивації, 13 – середня мотивація, 13 – помірно висока мотивація та 14 – занадто високу мотивацію (табл. 1).

Таблиця 1

Результати дослідження мотивації досягнення успіху за методикою Т. Елерса

Група досліджуваних	Рівень мотивації досягнення успіху			
	низький	середній	помірно високий	значно завищений
Студенти ДТЕУ	2 (2,5%)	13(32,5%)	13 (32,5%)	12 (30%)

За результатами методики «Діагностика особистості на мотивацію до уникнення невдачі Т. Елерса» отримані дані розподілились наступним чином: 2 студентів мають низький рівень мотивації, 10 – середня

мотивація, 16 – помірно висока мотивація та 12 – занадто високу мотивацію. За методикою Т. Елерса для дослідження до уникнення невдач ми отримали такі показники (табл. 2).

Таблиця 2

Результати дослідження мотивації до уникнення невдач за методикою Т. Елерса

Група досліджуваних	Рівень мотивації досягнення успіху			
	низький	середній	помірно високий	значно завищений
Студенти ДТЕУ	2(5%)	10(25%)	16(40%)	12(30%)

Висновки. Виходячи з отриманих даних, можемо зробити висновки, що сучасним студентам найбільше характерна помірно висока мотивація до успіху. Але одночасно мотивація до уникнення невдачі рівномірно виражена серед вибірки на 3-х рівнях (середня, помірно висока та занадто висока).

У цілому, дослідження показали, що люди з помірно високим рівнем мотивації на успіх, вважають за краще середній рівень ризику. Ті ж, хто боїться невдач, віддають перевагу малому або, навпаки, занадто великому рівню ризику. Чим вище мотивація людини до успіху - досягненню мети, тим нижче готовність до ризику. При цьому

мотивація до успіху впливає і на надію на успіх: при сильній мотивації до успіху, надії на успіх зазвичай скромніші, ніж при слабкій мотивації до успіху.

До того ж, людям, мотивованим на успіх і з великими надіями на нього, властиво уникати високого ризику. Слід зазначити, що мотивація досягнення успіху відноситься до позитивної мотивації: беручись за справу, людина прагне до досягнення мети, творення, сподівається отримати позитивні результати. В основі його активності лежить потреба в досягненні високих результатів і на підставі цього – високої самооцінки. Такі люди зазвичай упевнені в собі, своїх силах, відповідальні, ініціативні й активні. Їх відрізняють

цілеспрямованість і наполегливість у досягненні поставлених завдань.

Респонденти з достатньо розвиненим рівнем мотивації досягнення успіху безпосередньо відчують усі переваги, пов'язані з досягненнями. Адекватна

мотивація досягнення формується і реалізується у рамках системи відносин, які характеризуються рисами справжнього співробітництва: позитивного санкціонування за успіхи і неприпинної підтримки у разі невдачі.

Список використаних джерел

1. Андрієвська-Семенюк О.П. (2020) «Формування професійної ідентичності майбутніх психологів», Вісник ЛДУБЖД, №21, 2020. <https://media.neliti.com/media/publications/384175-none-b9f3351d.pdf> дата звернення 24.06.2024, С. 103-105.
2. Галія І.М. Психологія / Психодіагностика - <https://westudents.com.ua/glavy/79245-motivatsya-motivatsyn-zmnn-h-dagnostuvannya.html>. дата звернення 24.06.2024.
3. Гаркуша І.В., Кайко В.І., (2017). «Формування системи мотивів та мотиваційного профілю співробітників у сучасній науці». Вісник університету ім. Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія». Педагогічні науки. 2017. № 2 (14). С.148.
4. Кокур О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Копаниця О.В., Малхазов О.Р. (2011). Збірник методик для діагностики психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до діяльності у складі миротворчих підрозділів: Методичний посібник. К.: НДЦ ГП ЗСУ. 281 с.
5. М.С. Корольчук., Ю.В. Дроздова, В.М. Корольчук, В.І. Осодло, А.М. Сипливи (2018). Психологія професійного самовизначення особистості: монографія . Київ : Київ. нац. торг.-екон. ун-т., 280 с.
6. Учбові матеріали для школярів та студентів України. <http://um.co.ua/14/14-5/14-58142.html>
7. Персонал. Журнал інтелектуальної еліти. <http://personal.in.ua/article.php?ida=508>

References

1. Andrievska-Semeniuk O.P. (2020) «Formuvannia profesiinoi identychnosti maibutnikh psykholohiv», Visnyk LDUBZhd, №21, 2020. <https://media.neliti.com/media/publications/384175-none-b9f3351d.pdf> data zvernennia 24.06.2024, S. 103-105.
2. Halian I.M. Psykholohiia / Psykhodiahnostyka - <https://westudents.com.ua/glavy/79245-motivatsya-motivatsyn-zmnn-h-dagnostuvannya.html>. data zvernennia 24.06.2024.
3. Harkusha I.V., Kaiko V.I., (2017). «Formuvannia systemy motyviv ta motyvatsiinoho profilu spivrobitnykiv u suchasni nauki». Visnyk universytetu im. Alfreda Nobelia. Seriiia «Pedahohika i psykholohiia». Pedahohichni nauky. 2017. № 2 (14). S.148.
4. Kokun O.M., Pishko I.O., Lozinska N.S., Kopanytsia O.V., Malkhazov O.R. (2011). Zbirnyk metodyk dlia diahnostryky psykholohichnoi hotovnosti viiskovosluzhbovtiv viiskovoi sluzhby za kontraktom do diialnosti u skladi myrotvorchykh pidrozdiliv: Metodychnyi posibnyk. K.: NDTs HP ZSU. 281 s.
5. M.S. Korolchuk., Yu.V. Drozdova, V.M. Korolchuk, V.I. Osodlo, A.M. Syplyvyi (2018). Psykholohiia profesiinoho samovyznachennia osobystosti: monohrafiia . Kyiv : Kyiv. nats. torh.-ekon. un-t., 280 s.
6. Uchbovi materialy dlia shkoliariv ta studentiv Ukrainy. <http://um.co.ua/14/14-5/14-58142.html>
7. Personal. Zhurnal intelektualnoi elity. <http://personal.in.ua/article.php?ida=508>

Summary

MOTIVATION OF YOUTH WHEN CHOOSING SOCIONOMIC PROFESSIONS

Kushnirenko K. O. Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor State University of Trade and Economics
Mostova I. V. Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor State University of Trade and Economics

Introduction. Modern youth, modern students are a promising future for the development of our society. In the current conditions of important and significant changes in the political, economic, socio-cultural spheres, as well as in the sphere of innovations and information technologies of the country, especially taking into account the state of war; there is an increased need for qualified psychological assistance to the population. Given the insufficient number of specialists in the field of socionomic professions, the study of the motivation of young people when choosing a future qualification is an extremely relevant topic.

The modern conditions of development and vital activities of our society require fundamental changes in the traditional system of professional development in the direction of optimal professional self-determination of the individual, taking into account the internal mechanisms of his self-development. Choosing a profession is one of the most important strategic decisions in a person's life, which is a complex problem.

Purpose. To carry out a theoretical analysis and conduct an empirical study on the motivation of young people when choosing socioeconomic professions.

Methods. The research was conducted on the basis of the State University of Trade and Economics. The sample was consisted of 40 students of the 2nd year of the Faculty of Economics, Management and Psychology.

The purpose of identifying the predominant style of motivation - motivation to achieve success or motivation to avoid failure - was the basis of the study of the peculiarities of the motivation of modern youth in socioeconomic professions. Two methods were used as a basis:

1. Diagnosis of personality on the motivation for the success by T. Ehlers. This technique consists of 41 statements to which you must answer "yes" or "no". According to the key, points are calculated and the obtained result is analyzed within 4 scales (1-10 points - low motivation; 11-16 - average motivation; 17-20 - moderately high motivation and over 21 - too high motivation).

2. Diagnosis of personality motivation to avoid failure by T. Ehlers. This technique contains a list of 30 words, three words in each line. In each row, you need to choose one that accurately characterizes you as a research subject. According to the key, points are calculated and the obtained result is analyzed within 4 scales (1-10 points - low motivation; 11-16 - average motivation; 17-20 - moderately high motivation and over 21 - too high motivation).

Originality. The practical significance of this article lies in the possibility of using the obtained data in the further study of the specified topic.

Conclusion. As a result of the research conducted in the presented article, it can be concluded that modern psychology students of the 2nd year of study at SUTE are most characterized by a moderately high motivation for success. But at the same time, the motivation to avoid failure is equally expressed among the sample at 3 levels (average, moderately high and too high).

In general, the research has shown that people with a moderately high level of the motivation for the success prefer a medium level of risk. Those who are afraid of failure prefer a small or, on the contrary, too large a level of risk. The higher a person's motivation for success - the achievement of a goal, the lower the willingness to take risks. At the same time, motivation for success also affects hope for success: with strong motivation for success, hopes for success are usually more modest than with weak motivation for success.

Key words: motivation; socioeconomic professions; youth; students; personality.

Концептуалізація – Кушніренко К. О.

Методика – Мостова І. В.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 04.08.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 06.09.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**КОМПЛЕКС ПСИХОДІАГНОСТИЧНОГО ІНСТРУМЕНТАРІЮ
ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНИХ ЯКОСТЕЙ
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ**

*Лізун А. В. аспірантка, Київський інститут
сучасної психології та психотерапії
<https://orcid.org/0000-0001-6369-1345>*

Публікація присвячена аналізу та визначенню методів діагностування особистісно-професійних якостей військовослужбовців. Обґрунтовано доцільність, цілеспрямованість та практичну значимість їх застосування. Представлено підібраний психодіагностичний інструментарій дослідження, розкрито дію методик які дозволяють вивчити особистісно-професійні якості військовослужбовців, що впливають на ефективність військово-професійної діяльності.

Ключові слова: психодіагностичний інструментарій; методика; опитувальник; особистісно-професійні якості; професійна діяльність; військовослужбовець; мотивація професійної діяльності.

Вступ. Вивчення особистісних властивостей людини у професійній діяльності завжди були популярними серед науковців. Актуальність дослідження проблем особистісно-професійних якостей військовослужбовців та їх вплив на ефективність військово-професійної діяльності все більше зростає в умовах воєнного стану, а також зумовлена реформами в секторі безпеки і оборони України, пріоритетними напрямками економічної і соціальної політики держави.

Одним із найдієвіших засобів, вивчення особистісних властивостей виступає психологічне тестування. Наразі, підібраний українськомовний психодіагностичний інструментарій який надає можливість вивчити особистісно-професійні якості військовослужбовців з урахуванням умов нестабільності та стресу. Зібрані результати дозволяють виявити сприятливі та несприятливі чинники, які здатні впливати на успішність військово-професійної діяльності під час відбиття повномасштабної збройної агресії проти України.

Мета цієї наукової публікації спрямована на представлення й аналіз підбраного психодіагностичного інструментарію в рамках дослідження професійно-важливих індивідуальних властивостей військовослужбовців.

Завдання статті полягає у деталізованому викладенні інформації про набір методик включених до психодіагностичного інструментарію для дослідження та оцінки особистісно-професійних якостей військовослужбовців.

Теоретичне підґрунтя. Аналіз джерельної бази показав, що у наукових підходах до вивчення особистісно-професійних якостей існує велика кількість методик. Однак немає універсального комплексного методичного інструментарію, який всебічно охопить механізм визначення особистісних та професійних властивостей особистості. Матеріалом для аналізу послужили публікації, наукові статті, посібники, які надають розгорнуту інформацію про методики тестування.

Методи дослідження. Здійснено теоретичний аналіз науково-джерельної бази з метою підбору комплексного методичного інструментарію, який дає можливості забезпечення емпіричного наукового дослідження професійно-значущих особистісних властивостей військовослужбовців. Розкрито механізм дії та основного призначення кожної методики для емпіричного дослідження особистості.

Результати і обговорення. Передумовою успішного виконання військово-професійного обов'язку є високий рівень особистісних властивостей кожного військовослужбовця. З метою реалізації задуму наукового дослідження ми розробили структурну модель професійно-значущих особистісних властивостей. Враховуючи різносторонність спектра досліджуваного явища, до переліку її компонентів увійшли такі властивості: *ціннісно-мотиваційні; когнітивні; особистісні, емоційно-вольові та професійні*. Ці властивості можливо відстежити та оцінити завдяки психодіагностичному підходу.

Враховуючи специфіку вимог до особистісно-професійних якостей військовослужбовців, при підборі методик перевага віддавалась тим, які доцільно застосовувати для діагностики професійно-важливих якостей особистості починаючи від підбору кандидатів на військову службу, та у подальшому для дослідження під час військово-професійної діяльності (наприклад: при ротації для виконання військових завдань чи оцінки поведінки в конфліктних ситуаціях або екстремальних умовах).

Психодіагностичний підхід ґрунтується на комплексі відібраних методик, серед яких: «Мотивація професійної діяльності (методика К. Замфір у модифікації А. Реана)»; «Методика дослідження особливостей мислення (МДОМ-2)»; «Методика шкалової самооцінки психофізіологічного стану (О. Кокун)»; «Короткий п'ятифакторний опитувальник

особистості (ТІРІ-Укр) (в адаптації М. Кліманської, І. Галецької)»; «Методика діагностики схильності особи до конфліктної поведінки К. Томаса (адаптація Н.В. Грішиної)»; «Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2)»; «Опитувальник військово-професійної життєстійкості (О. Кокун)».

З огляду на більшість наукових поглядів, кожна окрема методика не є вичерпною, втім у сукупності належний набір психологічного інструментарію буде корисним у комплексному психологічному дослідженні для вирішення поставленої проблеми.

На підставі виділених компонентів дослідження особистісних властивостей та відібраних методик розроблено *«Комплекс методичного інструментарію дослідження особистісно-професійних якостей військовослужбовців»* до якого увійшли спеціалізовані адаптовані методики (табл. 1).

Таблиця 1

Комплекс методичного інструментарію дослідження особистісно-професійних якостей військовослужбовців

Компонент особистісних властивостей	Досліджувані параметри особистості	Методики діагностування
Ціннісно-мотиваційний	Професійні інтереси, домагання	Мотивація професійної діяльності (методика К. Замфір у модифікації А. Реана)
Когнітивний	Здатність до абстрагування і оперування вербальними поняттями	Методика дослідження особливостей мислення (МДОМ-2)
Емоційно-вольовий	Самопочуття, активність, настрої	Методика шкалової самооцінки психофізіологічного стану (О. Кокун)
Особистісний	Характеристики: екстраверсія, дружелюбність, емоційна стабільність та відкритість новому досвіду	Короткий п'ятифакторний опитувальник особистості (ТІРІ-Укр) (в адаптації М. Кліманської, І. Галецької)
Професійний, поведінковий	Стратегія поведінки в конфліктних ситуаціях	Методика діагностики схильності особи до конфліктної поведінки К. Томаса (адаптація Н. В. Грішиної)
	Розвиток комунікативних і організаторських схильностей	Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2)
	Військово-професійна життєстійкість (контроль, прийняття виклику)	Опитувальник військово-професійної життєстійкості (О. Кокун)

Як свідчать наукові дослідження, усі обрані методики пройшли багаторічну психодіагностичну практику й мають високу надійність і валідність у вирішенні завдань діагностики особистісних характеристик.

Підібраний психологічний інструментарій дає змогу оцінити особистісно-професійні властивості

військовослужбовців, які впливають на загальний рівень ефективності військово-професійної діяльності, використовуючи такі підходи:

1. Для оцінки *ціннісно-мотиваційного компонента* відібрано методику *«Мотивація професійної діяльності К. Замфір у*

модифікації А. Реана)» (О.М. Кокун, І.О. Пішко, Н.С. Лозінська, 2012).

В основу методики покладена концепція внутрішньої та зовнішньої мотивації до служби. *Внутрішній* тип мотивації виявляється у важливості для особистості самої діяльності. *Зовнішній* тип мотивації, натомість, ґрунтується на прагненні задовольнити інші потреби, які не пов'язані безпосередньо з самою сутністю діяльності (такі як мотиви соціального престижу, грошового забезпечення та ін.). Самі зовнішні мотиви поділяються на позитивні та негативні за своєю природою.

Завдяки цій методиці визначається, які саме процеси мотивації домінують в особистості (чи то зовнішні позитивні, чи зовнішні негативні), і визначити суть позитивного впливу цих мотивів на результативність військово-професійної діяльності. Зовнішні позитивні мотиви, безперечно, є більш ефективними та бажаними з усіх точок зору, порівняно з зовнішніми негативними мотивами. (О.М. Кокун, В.В. Клочков, В.М. Мороз, Н.С. Лозінська, І.О. Пішко, 2021).

Задоволеність професією має значиму співвіднесеність з оптимальністю мотиваційного комплексу особистості. Задоволеність особистості обраною професією тим вище, чим оптимальніше у неї мотиваційний комплекс: висока вага внутрішньої і зовнішньої позитивної мотивації і низька – зовнішньої негативної. Крім того, встановлена і негативна співвіднесена залежність між оптимальністю мотиваційного комплексу та рівнем емоційної нестабільності особистості. Чим більше активність особистості мотивована самим змістом її діяльності, прагненням досягти в ній певних позитивних результатів, тим нижче емоційна нестабільність. І навпаки, чим більше діяльність особистості обумовлена мотивами уникнення, осудження, бажанням “не потрапити в халепу” (які починають брати верх над мотивами, пов'язаними з цінністю самої діяльності), тим вище рівень емоційної нестабільності. (О.М. Кокун, В.М. Мороз, Н.С. Лозінська, І.О. Пішко, 2021).

Саме для дослідження структури ціннісно-мотиваційних властивостей доцільно використання опитувальника

«мотивації професійної діяльності» (О.В. Дробот, О.Б. Микитенко, 2023).

Цей інструментарій включає в себе сім завдань. Застосування методики дозволяє виділити основні «позитивні зони» характеру військовослужбовців, серед яких: висока внутрішня мотивація, задоволеність від процесу професійної діяльності та її результату, прагнення самореалізації.

2. Для вивчення *когнітивного компонента* оптимальною є «Методика дослідження особливостей мислення (МДОМ-2)», яка призначена для виявлення здатності військовослужбовців до абстрагування і оперування вербальними поняттями. В основу методики закладено оперативне та детальне визначення рівня пізнавальних процесів (О.М. Кокун, В.М. Мороз, Н.С. Лозінська, І.О. Пішко, 2021).

Методика складається з двадцяти завдань. У кожному завданні, респонденту необхідно виділити слово, що не асоціюється з іншими чотирма словами. Оцінка результатів проводиться з урахуванням гендерних характеристик. Військовослужбовці, які пройшли дослідження за цією методикою і показали “низький рівень” професійної придатності, можуть бути визнані такими, що не відповідають вимогам для зайняття певних військових посад (Порядок застосування психологічного інструментарію, визначеного для проведення професійно-психологічного відбору...ЗСУ, 2010).

Відповідно до висновків «Всеукраїнської психодіагностичної асоціації», методика використовується як психодіагностичний інструментарій при відборі кандидатів на військову службу (Л.Ф. Бурлачук, 2017). Підтверджується це тим, що дана методика запроваджена серед заходів професійно-психологічного відбору на військову службу в окремих складових сектору безпеки і оборони України (Інструкція з організації професійно-психологічного відбору у ЗСУ, 2022), що і стало перевагою до її обрання для нашого дослідження.

3. Показники *емоційно-вольового компонента* можна з'ясувати, провівши діагностику за допомогою «Методики шкалової самооцінки психофізіологічного

стану (О. Кокун)». (О.М. Кокун, В.М. Мороз, І.О. Пішко, Н.С. Лозінська, 2021).

Методика спрямована на самооцінювання респондентом різних параметрів свого психофізіологічного стану за допомогою зорово-аналогових шкал. Цей метод дозволяє швидко та точно діагностувати показники, що характеризують такі психофізіологічні стани особи, як: впевненість у своїх силах, активність, настрій, працездатність, зацікавленість до участі в бойових діях та бажання реалізовувати завдання за призначенням під час виконання військово-професійного обов'язку.

Перевагою цього інструментарію є його зручність, універсальність, інформативність, надійність, експрес-характер, а також можливість класифікації отриманих показників. Дана методика виступає однією з найбільш відповідних для оцінки емоційно-вольового стану військовослужбовців у період виконання конкретних аспектів військово-професійної діяльності.

Методика складається з семи неградуйованих горизонтальних «шкал», які мають довжину сто міліметрів. Процедура діагностики полягає в тому, що респондент визначає різні характеристики свого поточного стану за допомогою шкал. Для цього, на шкалі розміщується символічний «курсор» (тобто умовна вертикальна позначка у проміжку шкали від 1 до 100 мм), з урахуванням того, що ліва частина відповідає найнижчому результату, а права – найвищому, що на думку респондента відповідає його психофізіологічному стану.

Аналіз отриманих результатів проводиться шляхом визначення кількісних показників в межах шкали від лівого краю до місця позначеного респондентом. Результати розподіляються на п'ять категорій: високий, вище середнього, середній, нижче середнього та низький. (Н.А. Агаєв, О.М. Кокун, І.О. Пішко, Н.С. Лозінська, В.В. Остапчук, В.В. Ткаченко, 2016).

Методика є унікальною для кожного об'єкта дослідження, оскільки може використовуватись для фіксації лише індивідуальних показників (В.М. Духневич, 2023), це сприяє вивченню оперативного психофізіологічного стану військовослужбовців на різних відтинках військово-професійної діяльності.

4. Для діагностування «компонента особистісних властивостей» відібрано «Короткий п'ятифакторний опитувальник особистості (TIPI-Ukr)» (в адаптації М. Кліманської, І. Галецької). Методика спрямована на визначення глибинних психологічних рис особистості. (М. Klimanska & I. Haletska, 2019).

Методика містить максимально короткий опитувальник із десяти універсальних запитань, що дозволяє зібрати інформацію про п'ять фундаментальних вимірів (екстраверсія, дружелюбність, добросовісність, емоційна стабільність та відкритість новому досвіду) для опису і оцінки особистості.

Екстраверсія (інтроверсія) вказує міру відкритості у стосунках з оточуючими, переживання емоцій, надійність, активність в побудові соціальних контактів та зв'язків.

Дружелюбність стосується виявлення почуття чутливості до інших, зацікавленості у спілкуванні та побудові дружнього стосунку.

Добросовісність вимірюється залежно від того на якому рівні досліджуваний здатний витримувати фрустрацію рутинних завдань для досягнення відкладеної у часі життєвої мети, та наскільки ретельно та наполегливо виконує завдання.

Емоційна стабільність (невротизм) відображає здатність досліджуваного до саморегуляції при переживанні негативних емоцій та контролювання і долаття стресу.

Відкритість новому досвіду проявляє конструкт, що стосується того як респондент проявляє цікавість до пізнання нового досвіду, а також його життєву оцінку (О.М. Кокун, В.М. Мороз, Н.С. Лозінська, І.О. Пішко, 2021).

Методика діагностування визначає, що всі п'ять факторів є тривалими, які проявляються в моделях життєвої поведінки.

Зазначена методика використовується в секторі безпеки і оборони України для здійснення заходів професійно-психологічного відбору кандидатів для прийняття на військову службу (Інструкція з організації професійно-психологічного відбору у ЗСУ, 2022).

Визначені в опитувальнику показники рис особистості розуміються як універсальні, надкультуральні та наддемографічні, що

дозволяють отримати повні та всебічні характеристики військовослужбовців.

5. Для діагностики *«особистісних властивостей у професійній, поведінковій та соціальній сферах»* відібрано опитувальники, які дозволяють отримати інформацію щодо домінуючих способів особистої поведінки військовослужбовців та їх професійної життєстійкості.

Методика *«Діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки» К. Томаса (адаптація Н. В. Грішиної)* дає можливість визначити домінуючий спосіб особистісної поведінки людини в кризових ситуаціях (О. Степанюк, 2020).

Методика складається з тридцяти завдань за допомогою яких визначаються п'ять основних (суперництво, пристосування, компроміс, уникнення, співпраця) стратегій поведінки особистості в конфліктній ситуації:

- суперництво (змагання) – схильність до конкурентних стосунків, прагнення досягти своїх інтересів та бути першим серед інших, разом з тим ігнорування інтересів і думок інших людей;

- пристосування (поступливість) – принесення в жертву власних інтересів на користь іншої в конфлікті особи; власні прагнення пригнічуються, або людина реалізує їх з іншим колом оточення; або людину не хвилює, що відбувається навколо, і вона може дозволити обставинам розвиватися за їх течією;

- компроміс, це угода на основі взаємних поступок у якій кожен з партнерів у певній мірі знижує свої вимоги, щоб задовольнити їх хоча б частково; пропозиція варіанту, знімає виникле протиріччя, а кожна із сторін досягає часткового задоволення своїх умов і часткового виконання умов іншої сторони;

- уникнення (відхід від конфлікту), коли відсутнє як прагнення до відстоювання своїх прав та інтересів, так і відмова від взаємодії з іншими людьми в цілях досягнення вирішення проблеми; уникнення призводить до неусвідомленого пошуку партнера, на якого перекладається відповідальність за свої справи;

- співпраця (співробітництво), коли учасники відкрито обговорюють потреби і бажання кожного, що дає їм можливість знайти альтернативний вихід, який

задовольняє інтереси обох сторін (О.М. Кокун, І.О. Пішко, Н.С. Лозінська, 2012).

Методика дозволяє в роботі з військовослужбовцями, зосередити увагу на пошуку шляхів «розв'язання сутичок» та спрямувати зусилля на всебічне усвідомлення поведінки та досягнення безконфліктного «індивідуального» та «колективного» сценаріїв в різних професійних емоційно-напружених ситуаціях (Л.М. Карамушка, 2005).

Методика *«Діагностика комунікативних і організаторських схильностей» (КОС-2)* призначена для отримання оцінки рівня розвитку комунікативного і організаторського потенціалу особистості, зокрема: уміння встановлювати товариські та професійні стосунки, хист виявляти ініціативу та організаторські здібності, здатність відстоювати свою думку та переборювати невдачі, швидко орієнтуватись у новій обстановці, допомагати близьким, приймати рішення у складних екстремальних умовах.

Ця методика визначає п'ять рівнів комунікативних і організаторських схильностей від найнижчого до найвищого до дуже високого. *Перший* рівень характеризує “найнижчий рівень” прояву у особи комунікативних і організаторських схильностей. *Другий* рівень вважається “нижче середнього” коли у обстежуваних відсутнє прагнення спілкування, здебільшого перевага надається перебуванню на самоті. Такі особи почуваються скuto у товаристві чи колективі, мають труднощі в налагодженні контактів із оточенням, майже не проявляють ініціативу, уникають прийняття самостійних рішень, не відстоюють своєї думки, важко переживають образи. *Третій* рівень є “середнім”, при якому характерно прагнення особи до контакту з людьми, відстоювання своєї думки. Проте потенціал їхніх можливостей не відрізняється високою стійкістю. Потрібна подальша робота з формування й розвитку у них таких якостей. *Четвертий* “високий рівень” – базується на тому, що особи не почуваються розгубленими в новій обстановці, швидко знаходять друзів, прагнуть розширяти коло знайомих, допомагають близьким і друзям, виявляють ініціативу у спілкуванні, здатні приймати

рішення у складних, нестандартних ситуаціях. П'ятий "найвищий рівень" – свідчить про сформовану потребу в комунікативній і організаторській діяльності. Вони швидко орієнтуються в складних ситуаціях, невимушено поведуться в новому колективі, ініціативні, приймають самостійні рішення. Відстоюють свою думку і добиваються прийняття своїх рішень, легко організовують різні заходи. Наполегливі і завзяті в діяльності (О.М. Кокун, В.М. Мороз, Н.С. Лозінська, І.О. Пішко, 2021).

Методика дає змогу констатувати рівень комунікативних та організаторських схильностей у військовослужбовців, які є одним з компонентів професійно-значущих особистісних властивостей. Особливого значення методика набуває у разі, коли результати дослідження виявилися невисокими, що може негативно вплинути на призначення на певні військові посади. Однак, це зовсім не означає, що цих схильностей потенційно немає, можливо відсутні відповідні умови для їх виявлення та розвитку або ще не було нагальної потреби отримати відповідні вміння.

«Опитувальник військово-професійної життєстійкості» (О. Кокун), призначений для діагностування загального рівня та ключових показників професійної життєстійкості.

У опитувальнику під життєстійкістю розуміється система переконань особи про себе, про світ відносини зі світом, що сформувалися впродовж професійного життя.

Завдяки методиці визначається ступінь вираженості трьох складових професійної життєстійкості: включеність, контроль за подіями та прийняття виклику. Також, чотирьох її компонентів, а саме: емоційний, мотиваційний, соціальний та професійний (О.М. Кокун, 2021). Міра кожної складової і життєстійкість загалом перешкоджають виникненню внутрішньої напруги в

стресових ситуаціях та сприйняттю екстремальних подій як менш значущих.

Методика складається з двадцяти чотирьох запитань, до яких пропонується п'ять варіантів відповіді для вибору, що розташовані за зростаючою шкалою, де з кожним наступним варіантом відповіді зростає індикатор вираженості ознаки. Всі ці показники об'єднує один інтегральний показник означений як «життєстійкість». Він вказує міру здатності досліджуваного зберегти ефективно професійне функціонування в несприятливих обставинах у професійній діяльності.

Оскільки процес формування професійних якостей є частиною системи професійного розвитку, то тест спрямований на виявлення включеності у професійне життя, професійної життєстійкості, впевненості у собі військовослужбовців, їх зібраності, організованості, сміливості, рішучості, самоконтролю, витримки, готовності до викликів (О.М. Кокун, В.М. Мороз, І.О. Пішко, Н.С. Лозінська, 2021).

З огляду на легкість адаптування опитувальника для користувачів різних галузей життєдіяльності, в тому числі специфічних спрямованостей, він рекомендований автором методики для проведення психологічних досліджень в різних професійних сферах (О.М. Кокун, 2021).

Висновки. Аналіз сучасних наукових підходів до вивчення особистісних характеристик, дозволив визначити валідні психологічні методики для дослідження окремих складових особистісно-професійних якостей військовослужбовців.

Представлений психодіагностичний інструментарій є релевантним для реалізації визначеного завдання емпіричного дослідження. Кожна методика характеризується достовірністю, надійністю та вірогідністю збору, обробки та отримання достовірних інформативних результатів.

Список використаних джерел

1. Агаєв Н.А., Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Остапчук В.В., Ткаченко В.В. (2016). *Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: метод. посіб.* Київ: НДЦ ГП ЗСУ.
2. Бурлачук Л.Ф. (2017). *Аналіз Всеукраїнської психодіагностичної асоціації на запит Управління морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України.* Київ.
3. Дробот О.В., Микитенко О.Б. (2023). Особливості психологічної готовності працівника поліції до професійної діяльності. *Вчені записки ТНУ імені В.І.Вернадського. Серія: Психологія.* 6. Т. 34 (76). Київ.

4. Духневич В.М. (2023). Готовність до надзвичайних ситуацій: формуємо безпечне середовище. *Проблеми політичної психології. Збірник наукових праць*. 13. <https://politpsy.org/index.php/popp/article/view/128>.
5. Карамушка Л.М. (2005). Технології роботи організаційних психологів: посіб. Київ. ІНКOS. <http://www.info-library.com.ua/books-text-7602.html>.
6. Кокун, О. М. (2021). Опитувальник професійної життєстійкості (українська версія). *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 1. Харків. НУЦЗУ.
7. Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Копаниця О.В., Герасименко М.В., Ткаченко В.В. (2012). *Збірник методик діагностики лідерських якостей курсантського, сержантського та офіцерського складу* : посіб. К. : НДЦ ГП ЗСУ.
8. Кокун О.М., Мороз В.М., Лозінська Н.С., Пішко І.О. (2021). *Збірник психодіагностичних методик для професійно-психологічного відбору кандидатів на військову службу за контрактом у Збройних Силах України* : посіб. К. : ВД “Освіта України”.
9. Кокун О.М., Мороз В.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С. (2021). *Формування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до виконання завдань за призначенням під час бойового загодоження* : метод. посіб. К.: 7БЦ.
10. *Організація професійно-психологічного відбору у Збройних Силах України та Державній спеціальній службі транспорту*. (2022). [Organization of professional and psychological selection in the Armed Forces of Ukraine and the State Special Transport Service] Інструкція № 272. Київ. МОУ.
11. *Порядок застосування психологічного інструментарію, визначеного для проведення професійно-психологічного відбору з кандидатами на військову службу за контрактом* (2010). Київ : ГУВСПР ЗСУ.
12. Степанюк О. (2020). *Методичний посібник для фахівців, які впроваджують типову програму для кривдників: Збірник практичних матеріалів*. Київ. Вид. Мельниченко.
13. Klimanska M. & Haletska, I. (2019). Ukrainain adaptation of the short five factor personality questionnaire TIPI (tipi-ukr). *Psychological journal*, 5 (9). <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.9.4/>.

References

1. Agayev, N.A., Kokun, O.M., Pishko, I.O., Lozinska, N.S., Ostapchuk, V.V., Tkachenko, V.V. (2016). Collection of methods for the diagnosis of negative mental states of servicemen: guidance. [Collection of methods for the diagnosis of negative mental states of servicemen: guidance.] Kyiv: Research Center for Humanitarian Issues in the Armed Forces of Ukraine (in Ukrainian).
2. Burlachuk, L.F. (2017). Analiz Vseukrayins'koyi psykhotodiahnostychnoyi asotsiatsiyi na zapyt Upravlinnya moral'no-psykholohichnoho zabezpechennya Zbroynykh Syl Ukrayiny [Analysis conducted by the National Ukrainian Psychodiagnostic Association at the request of the Department of Moral and Psychological Support of the Armed Forces of Ukraine.] Kyiv (in Ukrainian).
3. Drobot, O.V., Mykytenko, O.B., (2023). Features of psychological readiness of a police officer for professional activity. [Features of psychological readiness of a police officer for professional activity] Scientific notes of V.I. Vernadsky Taurida National University. Series: Psychology, Vol. 34 (73) No. 6, Kyiv (in Ukrainian).
4. Dukhnevich, V.M., (2023). Preparedness for emergency situations: forming a safe environment. [Preparedness for emergency situations: forming a safe environment.] Political Psychology Studies, Issue 13 (27). Collection of scientific works. <https://politpsy.org/index.php/popp/article/view/128>. (in Ukrainian).
5. Karamushka, L.M., (2005). Techniques of organizational psychologists' work: handbook, [Techniques of organizational psychologists' work: handbook] Kyiv, INKOS. <http://www.info-library.com.ua/books-text-7602.html>. (in Ukrainian).
6. Kokun, O. M., (2021). Professional resilience questionnaire (Ukrainian version). [Professional resilience questionnaire (Ukrainian version)]. Extreme and Crisis Psychology Studies, Issue 1, Kharkiv, National University of Civil Defence of Ukraine (in Ukrainian).
7. Kokun, O.M., Pishko, I.O., Lozinska, N.S., Kopanitsa, O.V., Gerasymenko, M.V., Tkachenko, V.V. (2012). Collection of methods for diagnosing the leadership qualities of cadets, non-commissioned officers and officers: handbook, [Collection of methods for diagnosing the leadership qualities of cadets, non-commissioned officers and officers: handbook] Kyiv, Research Center for Humanitarian Issues in the Armed Forces of Ukraine (in Ukrainian).
8. Kokun, O.M., Moroz, V.M., Lozinska, N.S., Pishko, I.O., (2021). Collection of psychodiagnostic methods for the professional and psychological selection of candidates for contract military service in the Armed Forces of Ukraine: handbook, Collection of psychodiagnostic methods for the professional and psychological selection of candidates for contract military service in the Armed Forces of Ukraine: handbook] Kyiv, Publishing house “Osvita Ukrainy” (in Ukrainian).

9. Kokun, O.M., Moroz, V.M., Pishko, I.O., Lozinska, N.S., (2021). Formation of psychological readiness of contract servicemen to perform assigned tasks during combat cohesion: guidance, [Formation of psychological readiness of contract servicemen to perform assigned tasks during combat cohesion: guidance] Kyiv, Publishing house "7BC" (in Ukrainian).

10. Organization of professional and psychological selection in the Armed Forces of Ukraine and the State Special Transport Service (2022), Instruction No. 272, [Policy on the use of psychological tools for conducting professional and psychological selection of candidates for contract military service (2010)] Kyiv, Ministry of Defense of Ukraine (in Ukrainian).

11. Policy on the use of psychological tools for conducting professional and psychological selection of candidates for contract military service (2010). [Guidance for professionals implementing a model program for offenders: A collection of practical materials] Kyiv: Main Directorate of Military Cooperation of the Armed Forces of Ukraine (in Ukrainian).

12. Stepanyuk, O. (2020). Guidance for professionals implementing a model program for offenders: A collection of practical materials, Kyiv, Melnychenko Publishing House (in Ukrainian).

13. Klimanska, M., Haletska, I. (2019). Ukrainain adaptation of the short five factor personality questionnaire TIPI ((TIPI-UKR). Psychological journal, Vol. 5, Issue 9, <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.9.4/>.

Summary

A SET OF PSYCHODIAGNOSTIC TOOLS FOR STUDYING PERSONAL AND PROFESSIONAL TRAITS OF MILITARY PERSONNEL

Lizun A. postgraduate of the Kyiv Institute of Modern Psychology and Psychotherapy, PhD candidate in specialty 053 Psychology, Ukraine

Introduction. The publication deals with the analysis and identification of methods for diagnosing personal and professional traits of military personnel. It substantiates the expediency, purposefulness and practical significance of their application presenting a variety of psychodiagnostic research tools and disclosing how they can be used to study personal and professional qualities of servicemen in terms of their effectiveness in military and professional activities.

Purpose. The work discusses a selected psychodiagnostic toolkit related to examination of personality traits that are pivotal for military personnel.

Methods. The publication offers a theoretical analysis of the scientific source base with the aim of selecting a comprehensive methodological toolkit that provides opportunities for empirical scientific examination of personality characteristics of military personnel. Each of the methods for empirical study of personality is described in terms of its basic purpose and procedure.

Originality. The article presents a structural model of personality traits comprising values, motivations, cognitive abilities, personality-related, emotional, volitional and professional characteristics that have a significant role for military careers. Such psychodiagnostic approach is based on a set of selected methods, which include "Motivation of professional activity (K. Zamfir's method in A. Rean's modification)", "Methods of studying the peculiarities of thinking (MDOM-2)", "Methods of scaled self-assessment of psychophysiological state (O. Kokun)", "Short five-factor personality questionnaire (TIPI-Ukr)" as adapted by M. Klimanska and I. Galetska", "Methods for diagnosing a person's tendency to conflict behavior by K. Thomas as adapted by N.V. Grishina", "Diagnosis of communicative and organizational tendencies (KOS-2)", "Questionnaire of military and professional resilience (O. Kokun)".

Each individual methodology is not exhaustive, but in the aggregate a proper set of psychological tools will be helpful in a comprehensive psychological study.

Conclusion. The analysis of modern scientific approaches to the examination of personality characteristics allowed to identify valid psychological methods for the study of individual components of personal and professional qualities of military personnel.

The presented psychodiagnostic tools are relevant to the implementation of a particular empirical study. Each methodology is characterized by validity, reliability, and probability of collecting, processing, and obtaining credible meaningful results.

Key words: psychodiagnostic tools, methods, questionnaire, personality and professional qualities, professional activity, military personnel, motivation for professional activity.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 04.06.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 28.07.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ
ДО МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ**

Мороз Л. В. кандидат педагогічних наук,
доцент, Національна академія СБ України
<https://orcid.org/0000-0001-5648-0128>

Стаття присвячена дослідженню ефективних форм і методів роботи, критеріїв та рівнів сформованості міжособистісної взаємодії.

На основі вивчення та узагальнення підходів щодо систематизації інтерактивних методів, досвіду викладання розроблено програму тренінгу «Психологія міжособистісного спілкування». Використання інтерактивних технологій окреслюють нові можливості, пов'язані з підвищенням ефективності за рахунок посилення пізнавального інтересу та міжособистісної взаємодії шляхом зовнішнього діалогу в процесі тренінгу. Інтерактивна діяльність забезпечує високий рівень професійної компетентності через включення учасників в осмислене переживання індивідуальної й колективної діяльності для нагромадження досвіду.

Ключові слова: міжособистісна взаємодія; міжособистісне спілкування; рівень сформованості міжособистісної взаємодії; умови формування міжособистісної взаємодії.

Вступ. Підготовка фахівців для професійної діяльності в умовах війни та готовність до повоєнної відбудови вимагає від науково-педагогічних колективів закладів вищої освіти пошуку ефективних форм і методів роботи із здобувачами вищої освіти. У цьому контексті актуалізуються питання формування особистості, яка є конкурентоспроможною на ринку праці, здатна вирішувати складні професійні завдання, ефективно діяти в команді. Серед завдань закладів вищої освіти важливим є формування готовності майбутніх фахівців до міжособистісної взаємодії як під час освоєння освітніх компонент, передбачених освітньою програмою підготовки фахівця, так і в позааудиторний час. Майбутня професійна діяльність здобувачів вищої освіти вимагає розвитку мовленнєвих навичок, навичок роботи в команді, умінь вирішувати спірні питання. Тому проблема формування готовності здобувачів освіти до міжособистісної взаємодії є актуальною і потребує подальшого вивчення та аналізу ефективних форм і методів роботи в умовах вишу.

Метою статті є дослідження ефективних форм і методів формування міжособистісної взаємодії здобувачів першого курсу, вивчення рівня міжособистісного спілкування в закладі вищої освіти та обґрунтування умов, що сприяють підвищенню рівня сформованості, зокрема розробка та запровадження в освітню діяльність тренінгу «Психологія міжособистісного спілкування».

Теоретичне підґрунтя. Методологічною основою дослідження є положення гуманістичної парадигми філософії освіти; методологічні підходи (системний, гуманістичний, комунікативний, діяльнісний, компетентнісний); положення про єдність пізнавальної теоретичної та практичної діяльності, активність суб'єкта в навчальній і мовленнєвій діяльності; психолого-педагогічні теорії інтерактивного, особистісного орієнтованого навчання, розвитку та саморозвитку мовленнєвої міжособистісної компетентності; специфічні принципи формування міжособистісної взаємодії першокурсників вишу.

У роботах науковців О. Булгакової (2017), І. Цимбалюк (2007), С. Ситніки (2021) досліджено феноменологічні та структурно-динамічні характеристики процесів взаємодії й спілкування. У психологічній науці теорія соціальної взаємодії представлена працями В. Середи (2017), В. Ананьїна (2021), В. Горлинського (2021), О. Пучкова (2021), О. Уваркіної (2021), Т. Коломієць (2015) та ін.

Дослідженню готовності до соціальної взаємодії присвячені праці О. Булгакової (2017). Готовність курсантів до соціальної взаємодії в умовах їх майбутньої професійної діяльності на кордоні досліджував О. Шинкарук (2019), Л. Кузьменко (2021) – готовність до партнерської взаємодії майбутніх вчителів початкових класів, Т. Кожушкіна (2018) – міжособистісну взаємодію як складник «soft skills», Чистяков, С. (2016), Франчук, Ю. (2016) – особливості

міжособистісної взаємодії у колективах прикордонних підрозділів.

Готовність до діяльності виступає як системна характеристика конкурентоспроможного фахівця і може бути використана як інтегральний критерій оцінки прогнозування конкурентоспроможності майбутнього фахівця.

Водночас аналіз наукових праць із порушеної проблеми дає підстави для висновку, що залишаються поза увагою науковців дослідження та обґрунтування ефективних форм та методів формування готовності до міжособистісної взаємодії та критеріїв їх сформованості у здобувачів вищої освіти першого курсу.

Методи дослідження. Для розв'язання поставлених цілей використано комплекс методів: теоретичні – вивчення й аналіз наукової літератури – для обґрунтування основних теоретичних положень, систематизації та узагальнення результатів теоретичних здобутків з проблеми дослідження; емпіричні – тестування, вивчення документації, ранжування, цілеспрямоване спостереження, опитування, бесіди – дозволили виділити основні форми та методи формування міжособистісної взаємодії; експериментальні – дали змогу дослідити реальний стан рівня сформованості навичок міжособистісного спілкування у здобувачів вищої освіти першого курсу. В основу оцінки ефективності дослідження був покладений порівняльний принцип, що дозволив оцінити рівень міжособистісної взаємодії в групах здобувачів вищої освіти.

Результати і обговорення. Аналіз та узагальнення наукових досліджень засвідчив, що міжособистісна взаємодія охоплює взаєморозуміння, взаємовплив, взаємовідношення, міжособистісне спілкування та інтегративні феномени сумісності та спрацьованості.

Дослідник І. М. Цимбалюк (2007) визначає взаємодію як «аспект спілкування, що виявляється в організації людьми взаємних дій, спрямованих на реалізацію спільної діяльності, досягнення певної спільної мети».

Науковець Булгакова О. (2017) аналізує загальну теорію соціальної взаємодії та узагальнює концептуальні підходи Дж. Хоманса, Т. Парсонса, П. Сорокіна, П.М. Блау, Дж.Ролза, Дж.С. Адамса, в яких

звертають увагу на такі ознаки, як: а) підпорядкованість культурі та соціальному контексту; б) існування суб'єктів ситуації; в) прагнення учасників до певних винагород; г) очікування учасників відносно повернення наданих послуг; д) діалог між учасниками взаємодії.

Для нашого дослідження актуальним є підходи до визначення концептуальних особливостей міжособистісної взаємодії дослідниці Ситнік С.В. (2015), яка визначає міжособистісну взаємодію як особистісний контакт, обумовлений просторово-часовою близькістю суб'єктів. Взаємодія опосередкована спілкуванням і сумісною діяльністю, на основі яких відбувається вплив суб'єктів один на одного та будуються певні взаємовідношення.

Для здобувачів вищої освіти, які тільки починають освітню діяльність у виші, готовність до міжособистісної взаємодії має актуальне значення, оскільки розглядається як «...особистісний контакт, обумовлений взаємозалежністю суб'єктів на шляху досягнення цілей, як правило, опосередкований спілкуванням і спільною діяльністю, на основі якого відбувається вплив суб'єктів один на одного та складаються певні взаємини, які характеризуються сутністю, динамікою, видом, специфікою; напруженим характером, внаслідок орієнтування співробітників здебільшого на реалізацію контрольно-наглядової та адміністративно-юрисдикційної функцій» (Цимбалюк, І.М., 2007, с. 205).

Входження молодшої людини в новий освітній колектив пов'язане з рішенням декількох проблем, які обов'язково супроводжують цей процес. По-перше, це адаптація здобувачів першого курсу до нового оточення, яка не завжди відбувається успішно і успіх якої залежить від правильної взаємодії обох сторін: здобувача вищої освіти і освітнього середовища. По-друге, це зміна поведінки людини, без цього у багатьох випадках здобувач вищої освіти не може успішно пройти адаптаційний період. По-третє, це зміни і модифікації освітнього середовища, які впливають і на успішну адаптацію першокурсника, і на функціонування, взаємодію з оточенням.

Соціальна взаємодія є процесом спільного задоволення потреб двох чи більше активних індивідів, що виявляється через зацікавлення у

міжособистісних контактах між ними через дію мотиваційних, емоційних, когнітивних факторів внаслідок співпраці чи конкуренції. Тому цей процес у своїй основі має мотиваційну основу, що визначає всі інші аспекти соціальної взаємодії, оскільки чітко простежується намагання задовольнити власну потребу учасника взаємодії. Її головною умовою є перспектива результативного компоненту, а саме передбачення особистості отримання чогось для себе (матеріальні блага, необхідні емоції, знання, вміння, нові контакти чи перспективи). Й що більша кількість мотивів сприяє спільному задоволенню потреби контактуючих сторін, то більшим буде рівень взаємодії.

Соціальна взаємодія в умовах закладу вищої освіти спонукає студентів до виконання відповідних ролей у співпраці, спільній діяльності, міжособистісному, діловому спілкуванні викладачів та студентів. «...соціальна взаємодія у всіх її проявах залежить, з одного боку, від міри оптимальності її причинно-наслідкових відношень в її об'єктивній організації, а з другого – від психологічних властивостей діячів, які забезпечують їм можливість знаходити оптимальне спільне рішення, способи його виконання шляхом поєднання індивідуальних зусиль у спільній дії.» (Булгакова, 2017).

Соціально-психологічним явищем спілкування і комунікативної взаємодії є соціально-психологічний вплив, за яким розуміється процес взаємодії людей, в якому поведінка однієї людини або групи людей має метою або наслідком зміну поведінки, почуттів чи думок іншої людини чи групи людей з приводу певного явища, об'єкта, події. Соціальні впливи класифікують за чотирма напрямками інтерактивної взаємодії: вплив однієї людини на іншу, вплив багатьох людей на одного індивіда, вплив однієї людини на багатьох та вплив багатьох на багатьох. Здатність впливати на інших людей є однією з ключових якостей у різних сферах діяльності (Ананьїн В. О. та ін., 2021).

Спілкування розглядається як процес взаємодії між людьми, що полягає в обміні інформацією, сприйнятті і порозумінні один одного, зумовлений потребами спільної життєдіяльності (Ананьїн В. О. та ін., 2021).

У нашому дослідженні будемо дотримуватися підходу до обґрунтування

міжособистісної взаємодії та міжособистісного спілкування дослідниці Коломієць Т.В. (2015, с. 13): «У «Великому тлумачному словнику сучасної української мови» (2005) поняття «взаємодія» визначається як «...взаємний зв'язок між предметами у дії, а також погоджена дія між ким-, чим-небудь» (с. 85). Виходячи із цього визначення, можна стверджувати, що будь-яка погоджена дія двох чи більше людей є взаємодією. Таким чином, будь-який акт спілкування є актом взаємодії. При цьому не кожен акт взаємодії є актом спілкування». Таким чином, можна стверджувати, що поняття «міжособистісна взаємодія» є ширшим від поняття «міжособистісне спілкування» та включає його.

На думку дослідниці О. Булгакової (2017), у практиці сучасного ЗВО ідея підготовки студентів до соціальної взаємодії представлена у вигляді: а) підготовки до ділового спілкування, соціального партнерства, соціального виховання, соціального проектування; б) врахування значущості соціального мікросередовища ВНЗ, студентської групи, особистості сучасного студента, міжособистісних стосунків; в) апелювання до механізмів адаптації, саморегуляції, самооцінки, самовизначення, рефлексії; г) розвитку – особистісний та професійний розвиток, професійне зростання; д) типовості, яка зорієнтована на типову лінію поведінки особи, типи життєвих стратегій.

Організація цілеспрямованого, комплексного процесу поетапного формування і розвитку готовності до діяльності у межах освітнього середовища забезпечує актуалізацію потреби студентів у підвищенні рівня своєї готовності до майбутньої професійної кар'єри. Тому було розроблено програму тренінгу «Психологія міжособистісного спілкування», мета якого поетапне формування готовності здобувачів першого курсу до міжособистісної взаємодії.

Вивчення наукових досліджень дали підґрунтя визначити ряд труднощів, що пов'язані з міжособистісним спілкуванням та необхідність розробки заходів щодо підвищення рівня готовності до міжособистісної взаємодії в період адаптації до нового освітнього середовища.

Адаптація є критичним періодом у загальному та професійному розвитку

здобувачів вищої освіти. Від успішності проходження цього етапу багато в чому залежить подальше професійне становлення особистості, входження в нову соціальну ситуацію розвитку.

Науковці Лесовий В. Ю. (2017), Петрук В. А. (2017) виокремлюють такі види адаптації в умовах вищого навчального закладу: фізіологічну (готовність до зміни в рівні фізичних навантажень), соціально-психологічну (інтеграції індивіда у суспільство, процес його активного пристосування до соціального середовища), професійну (пристосування людини до вимог професії, засвоєння нею виробничо-технічних і соціальних норм поведінки, необхідних для виконання трудових функцій), дидактичну (пристосування студентів до нових для них умов навчання у ЗВО).

В умовах вищого закладу освіти здобувачі першого року навчання, які демонструють добру виконавську дисципліну, достатній, або навіть високий рівень успішності, можуть відчувати незадоволеність характером навчання, високу тривожність, пов'язану із спілкуванням з однолітками та викладачами, а також мати низький рівень організаційних здібностей і свідомої регуляції своєї поведінки. Тому головна функція соціальної адаптації студента полягає у адекватному розумінні та прийнятті норм і цінностей нового студентського колективу, які нададуть значні можливості реалізації власного потенціалу в умовах навчання у вищій школі, а також отримання потенційних можливостей для майбутньої соціальної реалізації (Лесовий, & Петрук, 2017).

Тренінг «Психологія міжособистісного спілкування» спрямований на розвиток навичок міжособистісного спілкування з одногрупниками, здатності ефективно взаємодіяти з оточуючими, розвиток умінь підтримувати спілкування, психологічно стимулювати активність партнера; розвиток соціально-перцептивної чутливості, соціального уявлення про людину, розуміння й аналіз своєї установки під час сприймання різних людей; здатності швидко і правильно оцінити їхні психологічні особливості, сильні та слабкі сторони; виховання доброзичливості, поваги до інших, такту.

Тренінг є навчальною технологією, орієнтованою на використання активних

методів групової роботи. У процесі тренінгу використовуються ігрові методи, групові дискусії, аналіз конкретних ситуацій, рольові та ділові ігри, вербальні та невербальні техніки, які спрямовані на розвиток соціальної перцепції, засвоєння теоретичних знань у безпосередньому їх відпрацюванні на практиці.

Заняття складаються з взаємопов'язаних етапів: діагностичного, інформаційного та рефлексивного.

Під час діагностичного етапу тренінгу виконуються такі завдання: пізнання своїх особистісних якостей, комунікативних особливостей, інформації про сприймання кожного учасника тренінгу як особистості, його вміння спілкуватися з людьми.

У дослідженні використані такі психодіагностичні методики: методика «Чи комунікабельні Ви?», тест на асертивність, тест «Сприйняття індивідом групи», самодіагностика «Наскільки я володію навичками міжособистісного спілкування (за Девідом В. Джонсоном), діагностика «Здатність керувати зовнішніми проявами своїх емоцій», методика «Вивчення емоційних оцінок взаємин з однокурсниками» (за В.В. Власенком), тест «Чи вмієте Ви слухати?».

На інформаційному етапі вивчається теоретичний аспект теми заняття через формування знань, положень, визначень.

Програма тренінгу складається з таких тем:

Тема 1. Знайомство. Спілкування – найбільша розкіш на світі!

Мета: розвиток умінь презентувати себе, розпочинати комунікацію; усвідомлення своєї позиції у спілкуванні; розвиток умінь прогнозувати можливі шляхи розвитку комунікативної ситуації, в рамках якої розгортається спілкування

Тема 2. Словесний прояв почуттів

Мета: розвиток умінь висловлювати почуття, збагачення словникового запасу; розвиток здатності розумітися в людях: здатність швидко і правильно оцінити їхні психологічні особливості, сильні та слабкі сторони; розвиток емпатії, умінь помічати в людях позитивне.

Тема 3. Зворотній зв'язок і його роль у спілкуванні. Види та техніки слухання і його роль у міжособистісному спілкуванні

Мета: розвиток умінь підтримувати спілкування, психологічно стимулювати активність партнера; використовувати соціально-психологічні характеристики комунікативної ситуації для реалізації своєї стратегічної лінії; прогнозувати можливі шляхи розвитку комунікативної ситуації, в рамках якої розгортається спілкування; психологічно налаштовуватись на емоційний тон партнерів зі спілкування; розуміти настрої, думки, почуття людей.

Тема 4. Мистецтво переконувати

Мета: розвиток умінь бути переконливим, висловлюватися логічно; структуровано будувати висловлювання; психологічно стимулювати активність партнера; використовувати соціально-психологічні характеристики комунікативної ситуації для реалізації своєї стратегічної лінії; прогнозувати можливі шляхи розвитку комунікативної ситуації, в рамках якої розгортається спілкування; психологічно налаштовуватись на емоційний тон партнерів зі спілкування; розуміти настрої, думки, почуття людей.

Тема 5. Як говорити, щоб Вас слухали!?

Мета: розвиток умінь володіти аудиторією під час виступу, психологічно стимулювати активність партнера; використовувати соціально-психологічні характеристики комунікативної ситуації для реалізації своєї стратегічної лінії; прогнозувати можливі шляхи розвитку

комунікативної ситуації, в рамках якої розгортається спілкування; психологічно налаштовуватись на емоційний тон партнерів зі спілкування; розуміти настрої, думки, почуття людей.

Така тематика сприяє ефективному перебігу адаптації здобувачів освіти до умов освітнього середовища, створенню в групі сприятливого соціально-психологічного клімату, актуалізації міжособистісної взаємодії, а також є необхідною передумовою консолідації ціннісних орієнтацій першокурсників.

У тренінгу з психології міжособистісного спілкування акцентовано увагу на формах і методах інтерактивної роботи, які створюють такий рівень відкритості, відвертості, довіри, емоційної свободи, згуртованості, тобто сприяють генезі таких психостанів кожного учасника, які б дали змогу успішно комунікувати, працювати, ефективно взаємодіяти на різних рівнях освітньої діяльності.

У відборі змісту практичних завдань та вправ враховували інформативність, вікові особливості здобувачів вищої освіти; орієнтацію на доступність та сприймання аудиторією з різними рівнями актуальної готовності; спрямованість на розвиток подальшої самоосвітньої діяльності та використання знань та умінь в їх практичній діяльності (Таблиця 1).

Таблиця 1

Практичні завдання та вправи за змістом тренінгу

Назва теми заняття	Назви завдань та вправ
Тема 1. Знайомство. Спілкування – найбільша розкіш на світі!	1. Гра-фантазія "Магія Вашого імені" 2. Вправа на активізацію „Пошук спільного” 3. Вправа „Ніхто з вас не знає, що я...” 4. Вправа "Категорії"
Тема 2. Словесний прояв почуттів	1. Вправа «Привіт» (передати різні емоції) 2. Вправа “Мікрофон” 3. Вправа “Я-повідомлення” 4. Вправа «Способи, якими можна описати почуття словами» 5. Вправа “ Подарунок”, 6. Вправа „Мені в тобі подобається...” 7. Вправа «Комплімент»
Тема 3. Зворотній зв'язок і його роль у спілкуванні. Види та техніки слухання і його роль у міжособистісному спілкуванні	1. Вправа. «Хочу про тебе дізнатися» 2. Вправа. Постав запитання та впізнай одногрупника» 3. Завдання « Розробити діалог з елементами комунікативного саботажу» 4. Завдання « Розробити діалог, використовуючи продуктивні способи активного слухання (професійна тематика)»

Питання психології

Тема 4. Мистецтво переконувати	1. Вправа «Зайняти позицію щодо...» 2. Вправа «Віддай шоколадку» 3. Вправа «Сніданок з героєм», 4. Завдання «Зайняти позицію щодо... Уточніть свою думку... Висловіть сумнів, невпевненість або невизначеність... Погодьтеся з висловлюванням... Заперечте співбесіднику...» 5. Вправа: «Поважний стільчик»
Тема 5. Як говорити, щоб Вас слухали!?	1. Завдання «Напишіть зворушливу розповідь з 6 слів» 2. Виступ «Мое захоплення» або «Мій герой/ моя героїня» 3. Вправа. Підготуйте три варіанти короткої розповіді про цікаву подію з Вашого життя, що орієнтовані на різні типи слухачів

Під час рефлексивного етапу тренінгу відбувається рефлексія власного спілкування та поведінки; окреслюються шляхи удосконалення психологічної компетентності, вироблення в учасників певних якостей, що закріплюють їхній статус у системі міжособистісних стосунків, сприяє професійному зростанню, розвитку психологічної і життєвої компетентності.

Результати проведеного нами кореляційного аналізу дозволили зробити висновок про зв'язок готовності здобувачів першого курсу академії до міжособистісної

взаємодії з їхніми комунікативними властивостями: комунікабельність, асертивність; навички міжособистісного спілкування – довіра, відкритість, емпатійність, безконфліктність, безбар'єрність; здатність керувати зовнішніми проявами своїх емоцій; уміння слухати.

Для визначення рівня готовності здобувачів вищої освіти до міжособистісної взаємодії були визначені відповідні критерії, показники та рівні готовності (Таблиця 2).

Таблиця 2

Критерії, показники та рівні готовності до міжособистісної взаємодії

Критерії	Показники	Рівень сформованості
Комунікабельність	– Балакучість – Товариськість – Допитливість	Високий (3-13 б.) Середній (14-24 б.) Низький (25-30 б.)
Асертивність	Здібності не завдавати шкоди когось, небудь і поважати права інших людей, одночасно усвідомлюючи власні права, уміти говорити «ні», звертатися з проханнями і висувати вимоги, виявляти позитивні і негативні почуття, розпочинати, підтримувати і завершувати розмову	Високий (найвищий показник Б) Середній (найвищий показник А) Низький (найвищий показник В)
Сприйняття індивідом групи	Індивідуалістський - індивід ставить нейтрально до групи, ухиляється від колективних форм діяльності і обмежує контакти в спілкуванні. Прагматичний - індивід оцінює групу з точки зору користі і віддає перевагу контактам лише з найбільш компетентними джерелами інформації і здатним надати допомогу. Колективістський - індивід сприймає групу як самостійну цінність, при цьому спостерігається зацікавленість успіхами кожного члена групи і прагнення зробити свій внесок в життєдіяльність групи.	Високий – колективістський тип Середній – прагматичний тип Низький – індивідуалістський тип

Питання психології

Навички міжособистісного спілкування	– довіра, відкритість, емпатійність, безконфліктність, безбар'єрність	Високий (50-40 б.) Середній (39-20 б.) Низький (19-0 б.)
Здатність керувати зовнішніми проявами своїх емоцій	– щирість – вміння стримувати зовнішні прояви емоцій – гнучко реагувати на зміну ситуацій – вміння передбачати враження, яке ви можете справляти на навколишніх	Високий (7-10 б.) Середній (4-6 б.) Низький (0-3 б.)
Емоційні оцінки взаємин з однокурсниками	– Невміння управляти емоціями, дозувати їх – Неадекватний прояв емоцій – Негнучкість, нерозвиненість, невиразність емоцій – Домінування негативних емоцій – Небажання зблизитися з людьми на емоційній основі	Високий (0-5 б.) Середній (6-12 б.) Низький (13-25 б.)
Уміння слухати	– уміння не керуватися упередженнями стосовно співрозмовника – уміння звертати увагу на головне в монолозі співрозмовника – стриманість	Високий (11-12 б.) Середній (9-10 б.) Низький (0-3 б.)

У дослідженні поняття “критерій” розглядаємо як підставу для оцінки рівня готовності до міжособистісної взаємодії. Критеріями є дослідження рівня сформованості індивідуальних властивостей особистості, розвитку яких може слугувати підвищення їх рівня в процесі участі в інтерактивних формах міжособистісної взаємодії під час тренінгових занять. Кожний критерій має показники – найсуттєвіші та необхідні ознаки критеріїв, що досліджуються.

Висновки

У ході дослідження готовності здобувачів вищої освіти до міжособистісної взаємодії з'ясовано такі питання:

1. Доведено, що рівень сформованості готовності до міжособистісної взаємодії залежить від рівня особистісних характеристик, формування яких досягається

в процесі входження особистості в освітнє середовище вишу.

2. У ході порівняння результатів діагностування рівня готовності здобувачів до міжособистісного спілкування з'ясовано, що суттєвий вплив на рівень готовності до міжособистісної взаємодії мало запровадження тренінгу з психології міжособистісного спілкування в освітній процес.

3. У ході реалізації тренінгової програми «Психологія міжособистісного спілкування» простежується динаміка рівня готовності здобувачів до міжособистісної взаємодії.

Перспективи подальших розвідок спрямовані на вдосконалення змісту тренінгу та використання інноваційних інтерактивних технологій для підвищення рівня готовності здобувачів вищої освіти до міжособистісної взаємодії.

Список використаних джерел

1. Булгакова, О. (2017) Взаємовідносини у вищій школі як детермінанта психологічної готовності студентів до соціальної взаємодії. Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України, Випуск 4. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadpn_2017_4_4
2. Великий тлумачний словник сучасної української мови (з дод. і допов.) / Уклад. і голов. ред. В.Т. Бусел. К.; Ірпінь: ВТФ «Перун», 2005. 1728 с. ISBN 966-569-013-2 <https://archive.org/details/velykyislovnnyk/page/886/mode/2up>
3. Кожушкіна, Т. Л. Міжособистісна взаємодія як складова частина «soft skills» студентів педагогічного коледжу. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. 2018. Вип. 63. С. 77-81.
4. Коломієць, Т. В. (2015) Особливості емпатійної міжособистісної взаємодії в юнацькому віці. [Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук 19.00.07 Педагогічна та вікова психологія]. Житомир.

5. Куземко, Л. В. (2021) Досвід формування готовності до партнерської взаємодії у майбутніх учителів початкових класів. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах, 2021, №78. <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2021.78.35>
6. Лесовий, В. Ю., & Петрук, В. А. Адаптація першокурсників до навчання у вищих технічних закладах освіти : монографія. Вінниця : ВНТУ, 2017. 129 с.
7. Психологія і педагогіка військових колективів: навчальний посібник. / В. О. Ананьїн, В. В. Горлинський, О. О. Пучков, О. В. Уваркіна; за ред. В. О. Ананьїна ;: ІСЗІ КПІ ім. Ігоря Сікорського, Київ Вид-во «Політехніка», 2021. 274 с.
8. Ситнік, С. В. (2015) Концептуальні особливості міжособистісної взаємодії. Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology, III(36), Issue: 74, 2015. www.seanewdim.com
9. Теоретико-прикладні засади конструктивної взаємодії поліції і населення в соціумі: монографія / В. В. Серeda, Р. І. Благути, О. М. Балинська, З. Я. Ковальчук, О. М. Ковбич, Л. Й. Гуменюк та ін.; за заг. ред. З. Р. Кісіль. Львів: ЛьвДУВС, 2017. 600 с
10. Чистяков, С. (2016) & Франчук, Ю. (2016) Особливості міжособистісної взаємодії у колективах прикордонних підрозділів. Збірник наукових праць Національної академії державної прикордонної служби України. 2016. №3(5). С. 244-256.
11. Шинкарук, О. (2019) Готовність курсантів-прикордонників до соціальної взаємодії. Science and Education, 2019, Issue 3. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2019-3-2>
12. Цимбалюк, І. М. (2007) Психологія спілкування: навч. посібник. К.: Професіонал.

References

1. Bulhakova, O. (2017) Vzaiemovidnosyny u vysshchii shkoli yak determinanta psykholohichnoi hotovnosti studentiv do sotsialnoi vzaiemodii. [Relationships in Higher Education as a Determinant of Students' Psychological Readiness for Social Interaction]. Visnyk Natsionalnoi akademii Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy, Vypusk 4. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadpn_2017_4_4 (in Ukrainian)
2. Velykyi tumachnyi slovnyk suchasnoi ukrainskoi movy (z dod. i dopov.). [The Great Explanatory Dictionary of the Modern Ukrainian Language (with addendum and supplement)]. / Uklad. i holov. red. V.T. Busel. K.; Irpin: VTF «Perun», 2005. 1728 s. ISBN966-569-013-2 <https://archive.org/details/velykyslovnyk/page/886/mode/2up> (in Ukrainian)
3. Kozhushkina, T. L. Mizhosobystisna vzaiemodiia yak skladova chastyna «soft skills» studentiv pedahohichnoho koledzhu. [Interpersonal Interaction as an Integral Part of "Soft Skills" of Students of Pedagogical College]. Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova. 2018. Vyp. 63. S. 77-81. (in Ukrainian)
4. Kolomiiets, T. V. (2015) Osoblyvosti empatiinoi mizhosobystisnoi vzaiemodii v yunatskomu vitsi. [Dysertatsiia na zdobuttia naukovooho stupenia kandydata psykholohichnykh nauk 19.00.07 Pedahohichna ta vikova psykholohiia]. [Specificities of Empathic Interpersonal Interaction in Adolescence. [Dissertation for the Degree of Candidate of Psychological Sciences 19.00.07 Pedagogical and Developmental Psychology]]. Zhytomyr. (in Ukrainian)
5. Kuzemko, L. V. (2021) Dosvid formuvannia hotovnosti do partnerskoi vzaiemodii u maibutnikh uchyteliv pochatkovykh klasiv. [Experience of Forming Readiness for Partnership Interaction in Future Primary School Teachers]. Pedahohika formuvannia tvorchoi osobystosti u vysshchii i zahalnoosvitnii shkolakh, 2021, №78. <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2021.78.35>. (in Ukrainian)
6. Liesovyi, V. Yu., & Petruk, V. A. Adaptatsiia pershokursnykiv do navchannia u vysshchykh tekhnichnykh zakladakh osvity : monohrafiia. [Adaptation of Freshmen to Studying in Higher Technical Educational Institutions : Monograph]. Vinnytsia : VNTU, 2017. 129 s. (in Ukrainian)
7. Psykholohiia i pedahohika viiskovykh kolektyviv: navchalnyi posibnyk. . [Psychology and Pedagogy of Military Teams: A Study Guide]. / V. O. Ananin, V. V. Horlynskyi, O. O. Puchkov, O. V. Uvarkina; za red. V. O. Ananina ;: ISZZI KPI im. Ihoria Sikorskoho, Kyiv Vyd-vo «Politehnika», 2021. 274 s. (in Ukrainian)
8. Sytnik, S. V. (2015) Kontseptualni osoblyvosti mizhosobystisnoi vzaiemodii. . [Conceptual Features of Interpersonal Interaction]. Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology, III(36), Issue: 74, 2015. www.seanewdim.com. (in Ukrainian)
9. Teoretyko-prykladni zasady konstruktyvnoi vzaiemodii politsii i naselennia v sotsiumi: monohrafiia . [Theoretical and Practical Principles of Constructive Interaction between the Police and Public in the Society: Monograph]. / V. V. Sereda, R. I. Blahuta, O. M. Balynska, Z. Ya. Kovalchuk, O. M. Kovbych, L. Y. Humeniuk ta in.; za zah. red. Z. R. Kisil. Lviv: LvDUVS, 2017. 600 s. (in Ukrainian)
10. Chystiakov, S. (2016) & Franchuk, Yu. (2016) Osoblyvosti mizhosobystisnoi vzaiemodii u kolektyvakh prykordonnykh pidrozdiliv. [Peculiarities of Interpersonal Interaction in the Teams of Border Guard Units]. Zbirnyk naukovykh prats Natsionalnoi akademii derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy. 2016. №3(5). S. 244-256. (in Ukrainian)

11. Shynkaruk, O. (2019) Hotovnist kursantiv-prykordonnykiv do sotsialnoi vzaiemodii. . [Readiness of Border Guard Cadets for Social Interaction]. Science and Education, 2019, Issue 3. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2019-3-2>. (in Ukrainian)

12. Tsymbaliuk, I. M. (2007) Psykholohiia spilkuvannia: navch. posibnyk. . [Psychology of Communication: Textbook]. K.: Profesional. (in Ukrainian)

Summary

FORMATION OF HIGHER EDUCATION STUDENTS' READINESS FOR INTERPERSONAL INTERACTION

Moroz L. V. Candidate of Pedagogical Sciences,
Associate Professor, National Academy of the
Security Service of Ukraine

Purpose. The purpose of the study is to determine the effective forms and methods of work, criteria and levels of interpersonal interaction in a higher education institution. The methodological basis of the study is humanistic paradigm of philosophy of education; methodological approaches (systemic, humanistic, communicative, activity- and competence-based); unity of cognitive theoretical and practical activity; activity of the subject in educational and speech developing activities; psychological and pedagogical theories of interactive, personality-oriented learning, development and self-development of speech interpersonal competence; specific principles of formation of interpersonal interaction of first-year students of higher education institution.

Methods. To achieve the identified goals, a variety of methods was used including theoretical methods - study and analysis of scientific literature - to substantiate the basic theoretical positions, systematize and summarize the results of theoretical achievements on the research problem; empirical methods- testing, documentation study, ranking, targeted observation, surveys, interviews – enabling identification of the main forms and methods of shaping interpersonal interaction. Experimental methods allowed to analyze real level of interpersonal skills development. Comparative principle was employed as the basis for evaluating effectiveness of the study and enabled assessment of the level of interpersonal interaction in groups of higher education institution students.

Originality. Training program "Psychology of Interpersonal Communication" has been developed on the bases of the analysis and generalization of approaches to the systematization of interactive methods and teaching experience. Its practical tasks and exercises have been selected considering their information value, age of higher education students, whether the tasks are accomplishable and how they are perceived by students with different levels of actual readiness, with the focus being on further development and self-education as well as use of acquired knowledge and skills in students' practical activities.

Use of interactive technologies opens new opportunities by improving efficiency through reinforcing cognitive interest and enhancing interpersonal interaction through external dialogue in the training process.

Conclusions. The training program "Psychology of Interpersonal Communication" promotes and facilitates interactive activities of participants through active engagement in meaningful individual and collective activities to enhance their respective experience.

Prospects for further research are aimed at improving the content of the training and use of innovative interactive technologies to increase level of readiness of higher education students for interpersonal interaction.

Keywords: interpersonal interaction; interpersonal communication; level of formation of interpersonal interaction; conditions for the formation of interpersonal interaction.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 30.05.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 28.07.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ДІАГНОСТИКА РІВНЯ ПТСР СЕРЕД УЧНІВ СТАРШОЇ ШКОЛИ
ПРИФРОНТОВОГО МЕГАПОЛІСА

Нікітіна О. П. кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології, педагогіки і мовної
підготовки, Харківський національний університет
міського господарства імені О.М. Бекетова
<https://orcid.org/0000-0003-4028-1321>

Бєлова П. С. здобувач вищої освіти першого
(бакалаврського) рівня спеціальності 053 Психологія,
Харківський національний університет
міського господарства імені О.М. Бекетова
<https://orcid.org/0009-0007-9051-3502>

Метою роботи є дослідження психологічних особливостей впливу травматичного досвіду на психіку учнівської молоді, яка стала свідком воєнних дій, перебуваючи у прифронтовому мегаполісі. Емпірично перевірено припущення, висунуті на основі теоретичного аналізу специфіки прояву ПТСР у дітей: 1) рівень посттравматичного стресового розладу у дівчат буде вищий, аніж у хлопців; 2) у підлітків, які виїхали із прифронтового мегаполіса, є вищим рівень розладу у порівнянні з тими учнями старшої школи, хто залишився.

Ключові слова: війна; свідок воєнних дій; емоційне переживання; травматичний досвід; ПТСР; учень старшої школи.

Вступ. Збройні конфлікти мають руйнівний вплив на психічне здоров'я постраждалого населення. Здійснений країною-агресором широкомасштабний напад на українську державу призвів до виникнення численних травм у мільйонів українців: втрати майна, доходів, бізнесу, будинків, інфраструктури, і найголовніше – здоров'я. Таким чином, існує актуальна потреба досліджувати питання, пов'язані з травмою в Україні, зокрема, прояви посттравматичного стресового розладу (ПТСР).

За даними МОЗ, кількість хворих на ПТСР в Україні стрімко зростає – показник зріс у 2023 році майже вчетверо порівняно з 2021 роком (до широкомасштабного нападу). На додаток, лише за перші два місяці 2024 року зафіксовано понад 3000 нових випадків (UNN, 2024, March 18).

Діти, які потрапили в зону бойових дій в українських містах, можуть пережити або стати свідками жаклих подій, включаючи смерть, поранення, бомбардування, відсутність продовольчої безпеки, насильство, термінове переселення та розлуку з родиною, друзями та коханими.

У цій статті метою є висвітлення результатів дослідження рівня вираженості ознак ПТСР учнів старшої школи прифронтового мегаполіса, в яких

передбачаємо розгортання травматизації як «свідків війни».

Завданнями нашої роботи є теоретичний аналіз та емпірична діагностика психологічних особливостей впливу травматичного досвіду на психіку учнівської молоді.

Теоретичне підґрунтя. Війна в Україні значно підриває відчуття безпеки та призводить до серйозного стресу, який може мати небезпечні психологічні наслідки як для дорослих, так і для дітей. Травматичний досвід може спричинити розвиток посттравматичного стресового розладу (ПТСР). ПТСР є поширеним психічним розладом, який може виникнути після травматичної події. Він має широку клінічну картину, але характеризується симптомами, що порушують когнітивні функції, настрої, тілесні переживання та поведінку. ПТСР може викликати хронічні порушення, призвести до супутніх психічних захворювань і до підвищеного ризику самогубства (Miao, Chen, Wie, Tao, & Lu, 2018).

У МКБ-10 дається одне визначення ПТСР (код F43.1) як розлад, що розгортається під впливом загрозливих подій з типовими ознаками (повторного переживання подій, уникнення нагадувань про неї, сприйняття підвищеної загрози в моменті тощо (ICD-10 Version, 2019). В МКБ-11 ПТСР зустрічається з кодом 6B40 і кодом

6B41 (у значенні «ускладнений ПТСР») з характерними труднощами та проблемами.

Початкова реакція на травму безпосередньо пов'язана з патофізіологією ПТСР. Відповідь характеризується викидом адреналіну від стимуляції симпатичної нервової системи. J. E. Sherin, C. B. Nemeroff підкреслюють, що з фізіологічного погляду це може призвести до тахікардії, підвищення артеріального тиску та подальших нейроендокринних реакцій, таких як вивільнення кортизолу та інших катехоламінів (Sherin, & Nemeroff, 2011). Коли подразник травми подовжується або повторюється, може виникнути умовна поведінкова реакція, що призводить до гострого стресового розладу з посттравматичним стресовим розладом або без нього.

Z. Steel, T. Chey, D. Silove, C. Marnane, R. A. Bryant, M. van Ommeren наголошують, що ПТСР і депресія є найпоширенішими психічними розладами після війни як у дорослих, так і у дітей (Steel, Chey, Silove, Marnane, Bryant, & van Ommeren, 2009). Вони виникають у третини людей, які безпосередньо зазнали травмивного досвіду війни. Вплив травмивних подій є найважливішим фактором ризику в цьому контексті. Р. П. Іванців, І. С. Іванців-Гріга підкреслюють, що «найбільш вразливими є люди у віці до 22 або старше 30 років» (Іванців, & Іванців-Гріга, 2022, с.123).

T. J. Torricco, B. A. Mikes підкреслюють, що ПТСР у дітей часто проявляється інакше, ніж у дорослих, і вимагає особливої уваги при лікуванні, водночас він може виникнути навіть у малюків у віці до 1 року (Torricco, & Mikes, 2024). При цьому, у разі тривалої дії стресора (наприклад, перебування на окупованій території, постійні обстріли або повітряні тривоги), ризик швидкого розвитку ПТСР збільшується (Unicef, 2024).

Однак, особливо для дітей, згубні наслідки воєнної травми не обмежуються конкретними діагнозами психічного здоров'я, а включають широкий і багатогранний набір результатів розвитку, які компрометують стосунки з сім'єю та однолітками, а також успішність у школі та загальну задоволеність життям (Steel, Chey, Silove, Marnane, Bryant, & van Ommeren, 2009).

Реакція на травмивний стрес у зоні

бойових дій («war-zone traumatic stress») передбачає зміни в когнітивному, емоційному, моральному, поведінковому та психофізіологічному функціонуванні дитини, при цьому критеріями ПТСР для дітей старше 6 років постають стресор, симптом вторгнення, уникнення, негативні зміни у настрої, зміни збудження та реактивності тощо (Parson, 2000; Torricco, & Mikes, 2024).

Травмивний стрес має універсальний вплив на функціонування мозку молоді, який не залежить від конкретної культури чи контексту травми, і, таким чином, підтримується універсальна концептуалізація посттравматичного стресового розладу, заснована на порушеннях обробки страху та регуляції емоцій. Симптоми повторного переживання та втрати є центральними для молодих людей, які живуть у зонах безперервного конфлікту або поблизу них, де нагадування про травмивний досвід можуть бути повсюдними (Scharpf et al., 2022).

Наявність або відсутність підтримки після травми може збільшити або зменшити ризик ПТСР. Діти, які мають добре налагоджену систему підтримки, менш схильні до розвитку ПТСР після травмивної події. Подібним чином діти, які відчувають себе ізольованими після травми (погана соціальна підтримка), мають більшу ймовірність розвитку гострого стресового розладу з ПТСР або без нього (Calhoun et al., 2022).

Ризик посттравматичних стресових розладів після травмивної події додатково підвищується через фізичну травму (включаючи черепно-мозкову травму) і початкову тяжкість реакції на травму, нижчий соціально-економічний статус, інші негаразди в дитинстві, а також стать (Van Ameringen, Mancini, Patterson, & Boyle, 2008).

Так, дослідниками підкреслюється, що існує все більше визнання гендерних відмінностей у посттравматичному стресовому розладі, причому у жінок показники цього розладу подвоюються порівняно з чоловіками. Ці статеві відмінності в симптомах і нейробіологія, що лежить в їх основі, з'являються в підлітковому віці, зокрема, на думку K. Garza, T. Jovanovic, естроген видається значущим компонентом, що відіграє ключову роль у підвищенні ризику ПТСР у дівчаток-підлітків (Garza, & Jovanovic, 2017).

Значущим постає й осмислення сильного впливу ПТСР батьків-ветеранів війни на психічний стан їхніх дітей. Z. Selimbašić (2020) вказує, що існує міцна асоціація з поведінковими проблемами, емоційними труднощами, дистресом і стресовими реакціями, невротизмом у молоді.

Методи дослідження. Діагностика рівня ПТСР серед учнів старшої школи прифронтового мегаполіса здійснювалась за допомогою опитувальників «Місісіпська шкала оцінювання посттравматичного стресового розладу (для цивільних) (The Mississippi scale for civilian PTSD)» та «Шкала самооцінювання щодо наявності ПТСР (PCL-C) (цивільна версія)» (Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи, 2018).

Характеристика вибірки. В дослідженні взяли участь 33 учні, які навчаються в 9-11 класах м. Харкова. 42% вибірки склали хлопці, а 58% – дівчата. Вік учасників дослідження від 14 до 17 років, з них 27% – 14 років, 30% – 15 років, 21,5% – 16 років, 21,5% – 17 років. Середній вік учасників дослідження – 15,8 років.

Більша частина підлітків, які взяли участь (63,7%), на момент опитування перебували у своєму рідному, хоч і не дуже безпечному місті Харків. Ще 15,1% змінили

локацію, але залишилися в країні, тобто мовні та культурні умови перебування змінилися не суттєво.

21,1% школярів, які взяли участь в дослідженні кардинально змінили умови існування, переїхали до іншої країни, й згідно з обов'язковими умовами країн перебування (Англія, Німеччина, Польща, Чехія) поєднують навчання в українській школі та у школі іншої країни, що додатково може підвищувати ризики розвитку ПТСР.

Гіпотези. Концептуальна гіпотеза: підлітки, які навчаються в старшій школі в умовах воєнного стану мають високий ризик розвитку посттравматичного стресового розладу.

Емпірична гіпотеза 1: рівень посттравматичного стресового розладу у дівчат буде вищий, аніж у хлопців.

Емпірична гіпотеза 2: у підлітків, які виїхали із прифронтового мегаполіса, є вищим рівень розладу у порівнянні з тими учнями старшої школи, хто залишився.

Враховуючи воєнний стан та різні місця перебування, дослідження проводилось в онлайн форматі з використанням Google form.

Результати і обговорення. Бали, які отримали учасники дослідження за окремими шкалами представлено в таблиці 1.

Таблиця 1

Бали учасників дослідження за окремими шкалами опитувальника (методика «Місісіпська шкала оцінювання посттравматичного стресового розладу (для цивільних) (The Mississippi scale for civilian PTSD)»)

Шкала	Кількість учасників, %	
	Нормативні показники	Показники вище за норму
Симптоми вторгнення	22 (66,7%)	11 (33,3%)
Симптоми уникнення	23 (70%)	10 (30%)
Фізіологічні прояви	21 (63,5%)	12 (36,5%)
Суїцидальні схильності	27 (81,2%)	5 (18,8%)

Як видно з таблиці, третина респондентів має високі показники за шкалою вторгнення, 30% намагаються уникати спогадів й усього, що може нагадувати про травмівну ситуацію, 36,5% мають фізіологічні прояви, характерні для ПТСР (серцебиття, біль в різних частинах тіла, оніміння кінцівок, спітнілі долоні тощо). Особливої уваги заслуговують 18,8% підлітків, які отримали високий бал за шкалою «суїцидальні схильності».

Було визначено, що 70% хлопців та 61%

дівчат мають нормативні показники за шкалами й не мають проявів ПТСР (Рис. 1). 30% хлопців та 26% дівчат мають окремі ознаки ПТСР. Особливу увагу варто звернути на 1 дівчину 15 років й 1 хлопця 16 років, в яких виявлені високі бали за шкалою суїцидальних схильностей. Також, особливою уваги потребують 13% дівчат, в яких визначені ознаки клінічного варіанту ПТСР (високі показники за майже всіма шкалами).

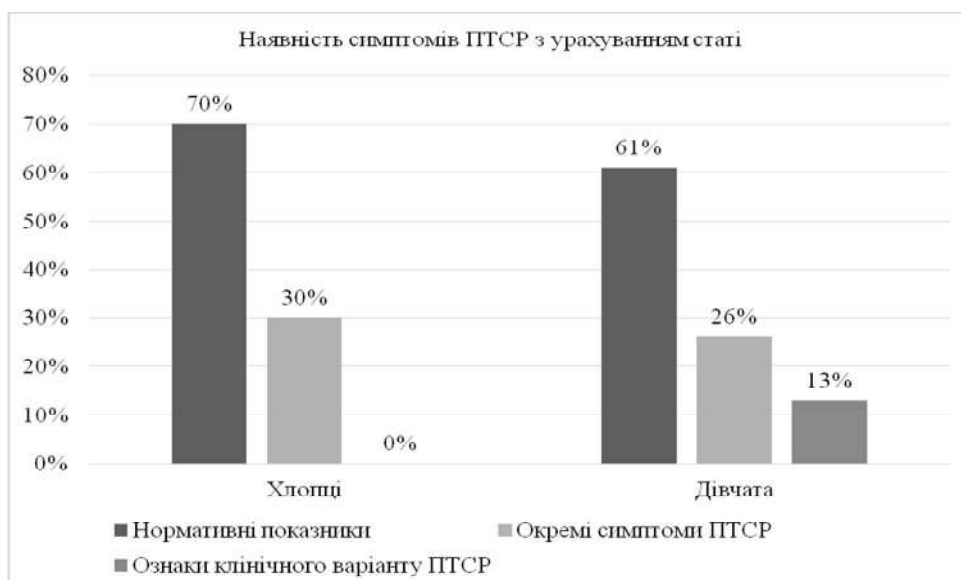


Рис. 1 – Наявність симптомів ПТСР з урахуванням статі (за методикою «Місісіпська шкала оцінювання посттравматичного стресового розладу (для цивільних)»).

Як можна бачити, існують відмінності між проявами ПТСР у хлопців й дівчат, при чому відмінності є статистично достовірними, що було перевірено з використанням U– критерію Манна-Уїтні ($p < 0,05$).

Наявність симптомів залежно від місця перебування на момент опитування представлено на Рис. 2.



Рис. 2 – Наявність симптомів ПТСР залежно від місця перебування на момент опитування (за методикою «Місісіпська шкала оцінювання посттравматичного стресового розладу (для цивільних)»).

Використання опитувальника «Шкала самооцінювання щодо наявності ПТСР (PCL-C) (цивільна версія)» дозволило визначити, що 30% хлопців та 43,5% дівчат мають симптоми ПТСР. Як і було зазначено в теоретичній частині аналізу, в осіб жіночої статі ПТСР виникає частіше ніж в осіб чоловічої статі.

В нашому дослідженні встановлено, що серед підлітків, які навчаються в умовах

воєнного стану більший відсоток дівчат мають симптоми ПТСР, ніж хлопців, при чому, ці розбіжності є статистично достовірними, що було перевірено з використанням U– критерію Манна-Уїтні ($p < 0,05$).

Наявність ПТСР залежно від місця перебування на момент опитування представлено на Рис. 3.



Рис. 3 – Наявність симптомів ПТСР у респондентів (за опитувальником «Шкала самооцінювання щодо наявності ПТСР (PCL-C) (цивільна версія)») залежно від місця перебування на момент опитування.

Спираючись на отримані результати були розроблені методичні рекомендації для підлітків, які допоможуть їм врегулювати психологічний стан: піклування про віднаходження внутрішніх і зовнішніх ресурсів.

Разом з тим, підліткам було запропоновано доєднатись до просвітницького каналу Психологічної служби ХНУМГ імені О. М. Бекетова, а також взяти участь у практичному онлайн-класі «Профілактика стресу: розвиток навичок стрес-серфінгу» (спікер: О. П. Нікітіна).

Визначено, що третина підлітків, які навчаються в старшій школі в умовах воєнного стану мають ПТСР.

Результати скринінгового дослідження майже збігаються з результатами іншої методики.

Як видно, у тих підлітків, які поїхали з Харкова частіше виникає ПТСР, ніж у тих, хто залишився в рідному місці. Проте, ці відмінності не мають статистичного підтвердження, що було перевірено з використанням U- критерію Манна-Уїтні ($p > 0,05$).

В результаті дослідження не було виявлено значущого зв'язку між фактором переїзду людини з рідного міста в інші міста чи країни та рівнем прояву посттравматичного стресового розладу (ПТСР).

Попри те, що показники у дітей, які залишили Харків, були дещо вищими, різниця виявилася надто малою, щоб робити остаточні висновки.

Висновки. Слідом за вченими визначаємо, що діти та сім'ї, які живуть або

втікають з регіонів війни, мають високу ймовірність страждати від проблем з психічним здоров'ям. Це тому, що вони стикаються з накопиченням факторів ризику на різних соціально-екологічних рівнях. Поєднання страху, горя, розлуки з близькими, перебування в укриттях, вибухи від обстрілів, споглядання смерті та розрухи справляє величезний вплив на дітей, оскільки війна триває.

Концептуальна гіпотеза здійсненого емпіричного вивчення: підлітки, які навчаються в старшій школі в умовах воєнного стану мають високий ризик розвитку посттравматичного стресового розладу. За отриманими даними в цілому визначаємо, що третина респондентів має високі показники за шкалою вторгнення, 30% намагаються уникати спогадів й усього, що може нагадувати про травмівну ситуацію, 36,5% мають фізіологічні прояви, характерні для ПТСР (серцебиття, біль в різних частинах тіла, оніміння кінцівок, спітнілі долоні тощо). Особливої уваги заслуговують 18,8% підлітків, які отримали високий бал за шкалою «суїцидальні схильності».

Згідно з отриманими даними, 70% хлопців та 61% дівчат мають нормативні показники за шкалами й не мають проявів ПТСР. Натомість 30% хлопців та 26% дівчат мають окремі ознаки ПТСР. При цьому, у 13% дівчат визначені ознаки клінічного варіанту ПТСР (високі показники за майже всіма шкалами).

За допомогою скринінгового методу виявлено 30% хлопців та 43,5% дівчат, які мають симптоми ПТСР. З використанням U-

критерію Манна-Уїтні визначено, що відмінності між проявами ПТСР у хлопців й дівчат є статистично достовірними ($p < 0,05$), відтак, емпірична гіпотеза про те, що рівень посттравматичного стресового розладу у дівчат буде вищий, аніж у хлопців, віднайшла підтвердження. Означені емпіричні здобутки збігаються з припущеннями, висунутими у межах інших досліджень (зокрема, напрацювання К. Garza, Т. Jovanovic).

В результаті дослідження не було виявлено значущого зв'язку між фактором переїзду людини з рідного міста в інші міста чи країни та рівнем прояву посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Попри те, що показники у дітей, які залишили Харків, були дещо вищими, різниця виявилася надто малою, щоб робити остаточні висновки,

відтак, наша друга емпірична гіпотеза не віднайшла підтвердження.

Враховуючи отримані результати, були розроблені відповідні методичні рекомендації для підлітків (для врегулювання психологічного стану через піклування про віднаходження внутрішніх і зовнішніх ресурсів), а також підліткам було запропоновано доєднатись до просвітницького каналу Психологічної служби ХНУМГ імені О. М. Бекетова, і взяти участь у практичному онлайн-класі «Профілактика стресу: розвиток навичок стрес-серфінгу» (спікер: О. П. Нікітіна).

Перспективу нашої роботи складає перевірка ефективності здійсненого супроводу, і продовження вивчення означеної тематики серед студентської молоді.

Список використаних джерел

1. Іванців, Р. П., & Іванців-Гріга, І. С. (2022). Посттравматичний стресовий розлад: війна у свідомостях. Українські медичні вісті. Т. 14, № 3–4 (92–93), 123. <https://umv.com.ua/index.php/journal/issue/view/2/2>
2. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. (2018). Т. 1.
3. Calhoun, C. D., Stone, K. J., Cobb, A. R., Patterson, M. W., Danielson, C. K., & Bendezu, J. J. (2022). The Role of Social Support in Coping with Psychological Trauma: An Integrated Biopsychosocial Model for Posttraumatic Stress Recovery. *Psychiatr Q.* Dec, 93(4), 949–970. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9534006/>
4. Garza, K., & Jovanovic, T. (2017). Impact of Gender on Child and Adolescent PTSD. *Current Psychiatry Reports*. 19. 10.1007/s11920-017-0830-6. https://www.researchgate.net/publication/320133165_Impact_of_Gender_on_Child_and_Adolescent_PTSD
5. ICD-10 Version: International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems 10th Revision. (2019). <https://icd.who.int/browse10/2019/en>
6. Miao, X. R., Chen, Q. B., Wie, K., Tao, K. M., & Lu, Z. J. (2018). Posttraumatic stress disorder: from diagnosis to prevention. *Mil Med Res.* Sep 28, 5(1), 32. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30261912/>
7. Parson, E. R. (2000). Understanding Children with War-Zone Traumatic Stress Exposed to the World's Violent Environments. *Journal of Contemporary Psychotherapy*. 30, 325–340. <https://link.springer.com/article/10.1023/A:1010281818958>
8. Scharpf, F., Saupe, L., Crombach, A., Haer, R., Ibrahim, H., Neuner, F., Peltonen, K., Qouta, S., Saile, R., & Hecker, T. (2022). The network structure of posttraumatic stress symptoms in war-affected children and adolescents. *JCPP Adv.* 2022 Dec 28, 3(1), e12124. doi: 10.1002/jcv2.12124. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10241473/>
9. Selimbašić, Z. (2020). The Influence of Posttraumatic Stress Disorder of War Veterans on the Mental Status of Children and Younger Adolescents. *Psychiatr Danub.* 32(Suppl 3), 364–366. PMID: 33030454. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33030454/>
10. Sherin, J. E., & Nemeroff, C. B. (2011). Post-traumatic stress disorder: the neurobiological impact of psychological trauma. *Dialogues Clin Neurosci.* 13(3), 263–78. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3182008/>
11. Steel, Z., Chev, T., Silove, D., Marnane, C., Bryant, R. A., & van Ommeren, M. (2009). Association of torture and other potentially traumatic events with mental health outcomes among populations exposed to mass conflict and displacement: a systematic review and meta-analysis. *JAMA.* Aug 5, 302(5), 537–49.
12. Torrico, T. J., & Mikes, B. A. (2024). Posttraumatic Stress Disorder in Children. In: StatPearls. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing. PMID: 32644566.
13. Van Ameringen, M., Mancini, C., Patterson, B., & Boyle, M. H. (2008). Post-traumatic stress disorder in Canada. *CNS Neurosci Ther.* 14(3), 171–81. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18801110/>
14. Unicef. (2024). Що треба знати про посттравматичний стресовий розлад (ПТСР): інформація для батьків. <https://www.unicef.org/ukraine/stories/about-post-traumatic-stress-disorder>
15. UNN. (2024, March 18). Significant increase in PTSD cases in Ukraine: almost 4-fold increase in 2023 compared to pre-war levels. <https://unn.ua/en/news/significant-increase-in-ptsd-cases-in-ukraine-almost-4-fold-increase-in-2023-compared-to-pre-war-levels>

References

1. Іванців, П. П., & Іванців-Гіра, І. С. (2022). Post-traumatic stress disorder: a war of minds [Posttravmatychnyy stresovyy rozlad: viyna u svidomostyakh]. *Ukrayins'ki medychni visti*. T. 14, № 3–4 (92–93), 123. <https://umv.com.ua/index.php/journal/issue/view/2/2> (in Ukrainian).
2. Basics of rehabilitation psychology: overcoming the consequences of the crisis [Posttravmatychnyy stresovyy rozlad: viyna u svidomostyakh]. (2018). T. 1. (in Ukrainian).
3. Calhoun, C. D., Stone, K. J., Cobb, A. R., Patterson, M. W., Danielson, C. K., & Bendezú, J. J. (2022). The Role of Social Support in Coping with Psychological Trauma: An Integrated Biopsychosocial Model for Posttraumatic Stress Recovery. *Psychiatr Q*. Dec, 93(4), 949–970. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9534006/>
4. Garza, K., & Jovanovic, T. (2017). Impact of Gender on Child and Adolescent PTSD. *Current Psychiatry Reports*. 19, 10.1007/s11920-017-0830-6. https://www.researchgate.net/publication/320133165_Impact_of_Gender_on_Child_and_Adolescent_PTSD
5. ICD-10 Version: International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems 10th Revision. (2019). <https://icd.who.int/browse10/2019/en>
6. Miao, X. R., Chen, Q. B., Wie, K., Tao, K. M., & Lu, Z. J. (2018). Posttraumatic stress disorder: from diagnosis to prevention. *Mil Med Res*. Sep 28, 5(1), 32. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30261912/>
7. Parson, E. R. (2000). Understanding Children with War-Zone Traumatic Stress Exposed to the World's Violent Environments. *Journal of Contemporary Psychotherapy*. 30, 325–340. <https://link.springer.com/article/10.1023/A:1010281818958>
8. Scharpf, F., Saupe, L., Crombach, A., Haer, R., Ibrahim, H., Neuner, F., Peltonen, K., Qouta, S., Saile, R., & Hecker, T. (2022). The network structure of posttraumatic stress symptoms in war-affected children and adolescents. *JCPP Adv*. 2022 Dec 28, 3(1), e12124. doi: 10.1002/jcv.12124. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10241473/>
9. Selimbašić, Z. (2020). The Influence of Posttraumatic Stress Disorder of War Veterans on the Mental Status of Children and Younger Adolescents. *Psychiatr Danub*. 32(Suppl 3), 364–366. PMID: 33030454. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33030454/>
10. Sherin, J. E., & Nemeroff, C. B. (2011). Post-traumatic stress disorder: the neurobiological impact of psychological trauma. *Dialogues Clin Neurosci*. 13(3), 263–78. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3182008/>
11. Steel, Z., Chev, T., Silove, D., Marnane, C., Bryant, R. A., & van Ommeren, M. (2009). Association of torture and other potentially traumatic events with mental health outcomes among populations exposed to mass conflict and displacement: a systematic review and meta-analysis. *JAMA*. Aug 5, 302(5), 537–49.
12. Torrico, T. J., & Mikes, B. A. (2024). Posttraumatic Stress Disorder in Children. In: StatPearls. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing. PMID: 32644566.
13. Van Ameringen, M., Mancini, C., Patterson, B., & Boyle, M. H. (2008). Post-traumatic stress disorder in Canada. *CNS Neurosci Ther*. 14(3), 171–81. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18801110/>
14. Unicef. (2024). What you need to know about post-traumatic stress disorder (PTSD): information for parents [Shcho treba znaty pro posttravmatychnyy stresovyy rozlad (PT-SR): informatsiya dlya bat'kiv]. <https://www.unicef.org/ukraine/stories/about-post-traumatic-stress-disorder> (in Ukrainian).
15. UNN. (2024, March 18). Significant increase in PTSD cases in Ukraine: almost 4-fold increase in 2023 compared to pre-war levels. <https://unn.ua/en/news/significant-increase-in-ptsd-cases-in-ukraine-almost-4-fold-increase-in-2023-compared-to-pre-war-levels>

Summary

DIAGNOSTICS OF PTSD LEVEL AMONG HIGH SCHOOL STUDENTS
IN A FRONT-LINE METROPOLIS

Nikitina O. candidate of psychological sciences,
associate professor of the department of psychology,
pedagogy and language training,

O.M. Beketov National University of Urban Economy in Kharkiv

Belova P. S. student of higher education of the first (bachelor) level
specialty 053 Psychology,

O.M. Beketov National University of Urban Economy in Kharkiv

Introduction. Armed conflicts have a devastating effect on the mental health of the affected population. The large-scale attack on the Ukrainian state carried out by the aggressor country resulted in numerous injuries to millions of Ukrainians: loss of property, income, business, homes, infrastructure, and most importantly, health. Thus, there is an urgent need to investigate issues related to trauma in Ukraine, in particular, post-traumatic stress disorder (PTSD). Children caught in war zones in Ukrainian cities may experience or witness horrific events, including death, injury, bombings, food insecurity, violence, etc.

Purpose. The purpose of this article is to highlight the results of a study of the level of severity of signs of PTSD among high school students in a front-line metropolis, who are expected to develop traumatization as

«witnesses of war». The objectives of our work are theoretical analysis and empirical diagnosis of the psychological characteristics of the influence of traumatic experience on the psyche of students.

Methods. Diagnosis of the level of PTSD among high school students in a front-line metropolis was carried out using the questionnaires «The Mississippi scale for civilian PTSD» and «Self-esteem scale regarding the presence of PTSD (PCL-C) (civilian version)».

Characteristics of the sample. The study involved 33 students studying in grades 9-11 in Kharkiv. 42% of the sample were boys, and 58% were girls. The age of the study participants was from 14 to 17 years, of which 27% were 14 years old, 30% were 15 years old, 21.5% were 16 years old, 21.5% were 17 years old. The average age of study participants was 15.8 years.

Most of the teenagers who took part (63.7%) were in their hometown, although not very safe, – of Kharkiv at the time of the survey. Another 15.1% changed their place of residence, but remained in the country; that is, the linguistic and cultural conditions of their stay did not change significantly. 21.1% of schoolchildren who took part in the study radically changed their living conditions, moved to another country, and according to the mandatory conditions of the host countries (England, Germany, Poland, Czech Republic), they combine education in a Ukrainian school and in a school in another country, which can additionally increase risks of developing PTSD.

Originality. Our study reveals current experiences, the influence of traumatic experience through the study of signs of PTSD in an empirical subgroup of high school students in a front-line metropolis, which can improve the efficiency of the psychological service of the institution with its contingent.

Conclusion. Following scientists, we determine that children and families living in or fleeing war regions have a high likelihood of suffering from mental health problems. This is because they face an accumulation of risk factors at different socio-ecological levels. The combination of fear, grief, separation from loved ones, sheltering in place, explosions from gunfire, and witnessing death and destruction has a huge impact on children as the war in Ukraine continues.

Conceptual Hypothesis for Empirical Study: Adolescents attending high school in a military environment are at high risk for developing PTSD. Based on the data obtained, we generally determine that a third of respondents have high scores on the intrusion scale, 30% try to avoid memories and anything that may remind of a traumatic situation, 36.5% have physiological manifestations characteristic of PTSD (heart palpitations, pain in various parts of the body, numbness of the limbs, sweaty palms, etc.). 18.8% of teenagers who received a high score on the «suicidal tendencies» scale deserve special attention.

According to the data obtained, 70% of boys and 61% of girls have normative indicators on the scales and do not have manifestations of PTSD. 30% of boys and 26% of girls have some signs of PTSD. At the same time, 13% of girls showed signs of a clinical variant of PTSD (high rates on almost all scales).

Using the screening method, 30% of boys and 43.5% of girls with symptoms of PTSD were identified. Using the Mann-Whitney U test, it was determined that the differences between the manifestations of PTSD in boys and girls are statistically significant ($p < 0.05$), therefore, the empirical hypothesis that the level of post-traumatic stress disorder in girls will be higher than in boys found confirmation. The indicated empirical achievements coincide with the assumptions made in the framework of other studies (in particular, the work of K. Garza, T. Jovanovic).

The study did not reveal a significant connection between the factor of a person moving from his hometown to other cities or countries and the level of manifestation of post-traumatic stress disorder (PTSD). Despite the fact that the scores for children who left Kharkiv were slightly higher, the difference was too small to draw definitive conclusions, so our second empirical hypothesis was not confirmed.

Taking into account the obtained results, appropriate methodological recommendations were developed for adolescents (to regulate the psychological state through concern for finding internal and external resources), and adolescents were invited to join the educational channel of the Psychological Service of the O.M. Beketov National University of Urban Economy in Kharkiv and take part in practical online-class «Prevention of stress: development of stress surfing skills» (speaker: O. P. Nikitina).

The prospect of our work is to check the effectiveness of support and continue the study of this topic among students of higher educational institutions.

Key words: war; evidence of military actions; emotional experience; traumatic experience; PTSD; a high school student.

Концептуалізація – Нікітіна О. П.

Методика – Белова П. С.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 04.06.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 29.07.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ТЕХНОЛОГІЇ КОУЧИНГУ ЯК ІНСТРУМЕНТ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦІВ СОЦІОНОМІЧНИХ ПРОФЕСІЙ

Ніколаєв Л. О. кандидат психологічних наук,
доцент, доцент кафедри психології, завідувач
навчально-методичної лабораторії психології
групової роботи
Університет Григорія Сковороди в Переяславі
<https://orcid.org/0000-0001-6506-4871>

У статті здійснено теоретико-методологічний аналіз потенціалу технологій коучингу як інструменту підвищення ефективності діяльності фахівців соціономічних професій. Висвітлено моделі SUCCESS, ПРАПДА, GROW, VALOR та розкрито їх змістове наповнення. Запропоновано авторську систему критеріїв для оцінки успішності імплементації коучингових технологій у професійну діяльність фахівців соціономічної сфери.

Ключові слова: діяльність; інструменти; ефективність; коуч; коучинг; критерії; технології коучингу; фахівці соціономічних професій.

Вступ. За останні десятиліття коучинг сформував власну методологію і вважається одним із найефективніших напрямків у консалтингу, активно застосовується в бізнесі. Сьогодні коуч – це особлива професія, що поєднує функції професійного консультанта та бізнес-тренера. Коуч володіє знаннями у сфері бізнес-процесів та методологією ведення тренінгів, що дозволяє проводити індивідуальні консультації для досягнення конкретних цілей, таких як розвиток лідерських якостей, вирішення конфліктів, покращення особистих продаж, навчання делегуванню та інші аспекти особистісного та професійного розвитку. І. Житарюк та В. Лучко (2024) наголошують, що «сенсом коучингу є рух до мети, використовуючи його людина досягає своїх цілей набагато швидше й ефективніше, набуває впевненості, що обраний нею вектор розвитку є насправді саме те, що їй потрібно» (Лучко & Житарюк, 2024, с. 58). Сучасне соціально-економічне середовище вимагає від фахівців соціономічних професій зростаючої адаптивності та гнучкості у вирішенні проблем. Різноманіття соціальних, економічних та політичних викликів потребує не лише глибоких знань, але й навичок ефективної взаємодії з різноманітними стейкхолдерами, розуміння їхніх потреб та вміння знаходити оптимальні рішення. У цьому контексті технології та підходи коучингу можуть стати цінним ресурсом для розвитку особистісних якостей, таких як лідерство, комунікаційні навички, емпатія, толерантність тощо. Поява нових

технологій та зростання конкуренції на ринку праці піднімає питання про необхідність постійного професійного самовдосконалення та розвитку. Фахівці соціономічних професій повинні бути готові до постійних змін, а також вміти працювати в умовах невизначеності та стресу. Коучинг може надати їм підтримку та направлення у процесі вирішення проблем, сприяючи розвитку рефлексії та здатності до самоаналізу. Отже, технології коучингу є дієвим допоміжним інструментом для фахівців соціономічних професій у досягненні своїх кар'єрних цілей, підвищенні ефективності роботи та розвитку особистості.

Мета статті – проаналізувати та розкрити технології коучингу, які сприятимуть підвищенню ефективності діяльності фахівців соціономічних професій; розробити критерії для вимірювання успішності професійної діяльності фахівців соціономічних професій.

Завдання статті:

1. Здійснити теоретико-методологічний аналіз концептуальних засад використання технологій коучингу в контексті підвищення ефективності професійної діяльності фахівців соціономічних професій.

2. Проаналізувати та розкрити змістові та процесуальні особливості низки технологій коучингу (зокрема, SUCCESS, ПРАПДА, GROW, VALOR), висвітлити їхній потенціал як інструменту оптимізації професійного функціонування фахівців соціономічних професій та

продемонструвати можливості їхнього застосування на матеріалі конкретних кейсів з авторської практики коучингової діяльності.

3. Розробити та обґрунтувати систему валідних критеріїв для вимірювання успішності імплементації технологій коучингу в професійну діяльність фахівців соціономічних професій, яка дозволить здійснювати моніторинг та оцінку ефективності використання означених технологій з метою подальшої оптимізації їхнього застосування в практиці роботи фахівців соціономічного профілю та створення надійного емпіричного підґрунтя для подальших наукових досліджень у вказаному напрямі.

Теоретичне підґрунтя. Проблематика імплементації технологій коучингу з метою підвищення ефективності професійної діяльності фахівців соціономічної сфери привертає дедалі більшу увагу науковців, які працюють на перетині психології, педагогіки, соціології та управлінських наук. Зокрема, ґрунтовне дослідження Є. Балабушки та Н. Шульги (2023) присвячене висвітленню особливостей застосування коучингових технологій як інструменту профілактики криз професійного розвитку особистості. Автори акцентують увагу на необхідності розробки валідного та надійного інструментарію для оцінки ефективності цих технологій з метою їх подальшої оптимізації та широкого впровадження у практику роботи фахівців соціономічних професій.

Ґрунтовний аналіз психологічних аспектів саморозвитку та самореалізації викладачів вищої школи в країнах Європейського Союзу крізь призму коучингового підходу здійснює у своїх фундаментальних дослідженнях український психолог В. Зеленін (2023, 2024). Науковець наголошує на виключній значущості коучингу як каталізатора особистісного та професійного зростання педагогів в умовах трансформації освітньої парадигми та зростання вимог до якості викладання у закладах вищої освіти. Водночас, дослідник ґрунтовно висвітлює світоглядно-методологічні витоки концепції коучингу та здійснює глибокий компаративний аналіз історичної ретроспективи її становлення у світовому та вітчизняному науковому дискурсі. В. Зеленін виокремлює спільні закономірності та національну специфіку

генези коучингу в різних соціокультурних контекстах, що дозволяє сформулювати цілісне бачення методологічного підґрунтя сучасних коучингових практик та окреслити евристичні перспективи їх подальшого розвитку.

Потенціал коучинг-технологій як інноваційного інструменту підвищення ефективності освітнього процесу в сучасному закладі освіти розкривають у своїй науковій праці І. Житарюк та В. Лучко (2024). Дослідники здійснюють всебічний аналіз специфіки імплементації коучингового підходу в умовах докорінної перебудови освітньої системи, зумовленої викликами інформаційного суспільства та необхідністю формування у здобувачів освіти навичок ХХІ століття.

Українські вчені-практики О. Нежинська та В. Тищенко (2017), зробили вичерпний виклад теоретико-методологічних основ коучингу та прикладних аспектів його застосування у широкому спектрі галузей – від бізнесу та управління персоналом до освіти і психотерапії.

Проблему активізації особистісних ресурсів засобами коучингових технологій на теоретичному та емпіричному рівнях ґрунтовно досліджують Л. Ніколаєв та І. Горбоконь (2022). Автори доводять виняткову значущість коучингового інструментарію для розкриття внутрішнього потенціалу особистості, подолання нею самообмежувальних переконань та досягнення амбітних цілей в умовах мінливого та висококонкурентного середовища.

Дослідження С. Романової (2010) присвячене обґрунтуванню концептуальних засад коучингу як інноваційної технології професійної підготовки фахівців. Авторка здійснює глибокий аналіз сутнісних характеристик коучингу, його відмінностей від інших підходів та методів навчання, а також висвітлює практичні аспекти його впровадження в освітній процес закладів професійної освіти з метою підвищення його результативності та забезпечення особистісно-професійного становлення майбутніх фахівців.

Водночас, попри наявність окремих досліджень, присвячених проблематиці використання коучингових технологій у професійній діяльності фахівців

соціономічної сфери, відчувається гострий дефіцит комплексних наукових студій, спрямованих на цілісне осмислення потенціалу цих технологій для оптимізації діяльності представників соціономічних професій. Зокрема, недостатньо розробленими лишаються питання концептуального обґрунтування доцільності застосування тих чи інших коучингових моделей та технік з урахуванням специфічних функцій та вимог до компетентності фахівців цього профілю. Крім того, вкрай бракує масштабних емпіричних досліджень, спрямованих на перевірку ефективності конкретних коучингових інструментів в умовах наростання викликів та ризиків, з якими стикаються фахівці соціономічних професій у своїй щоденній праці.

Методи дослідження. Використані при написанні наукової статті підходи, репрезентують комплексний методологічний підхід, який дозволяє здійснити всебічний та ґрунтовний аналіз досліджуваної проблеми.

Було застосовано метод теоретичного аналізу релевантних наукових джерел, що передбачає критичне осмислення та узагальнення наявних у науковому дискурсі концептуальних підходів, емпіричних даних та теоретичних моделей, дотичних до проблематики дослідження, що дало змогу сформулювати цілісне бачення проблемного поля дослідження, виявити наявні збіги та суперечності в наукових уявленнях про предмет дослідження, а також окреслити теоретико-методологічні засади авторської дослідницької стратегії.

Метод узагальнення практичного досвіду, набутого в процесі власної професійної діяльності у якості коуча, передбачає рефлексивне осмислення та концептуалізацію емпіричного матеріалу, акумульованого в ході практичної роботи з клієнтами, що дозволяє верифікувати теоретичні положення та забезпечує формування прикладних рекомендацій щодо оптимізації використання технологій коучингу фахівцями соціономічних професій.

Для розробки системи критеріїв успішності впровадження технологій коучингу в діяльність фахівців соціономічних професій було застосовано аксіоматичний метод, що передбачає використання фундаментальних теоретичних положень

сучасної психологічної науки як відправної точки при конструюванні емпіричних індикаторів досліджуваного феномену.

Результати і обговорення. Коучинг є сучасною технологією, яку, «створили для розвитку потенціалу людей і команд, задля досягнення заздалегідь узгоджених цілей та докорінної зміни моделей поведінки, що призводить до розкриття внутрішнього потенціалу особистості» (Нежинська & Тименко, 2017, с. 5). Сучасний коучинг як особливий напрямок консалтингу активно застосовується в управлінні. До коуча звертаються за індивідуальними консультаціями для досягнення конкретних цілей, таких як розвиток лідерських якостей, вирішення конфліктних ситуацій, покращення особистих продаж тощо. Методологія коучингу також ефективно використовується в роботі з групами. На думку засновника і генерального директора міжнародного холдингу «Коучинг-Центр» М. Дернаковського, завдяки своєму цілеспрямованому підходу, який враховує індивідуальні особливості клієнта, коучинг вважається більш ефективним порівняно зі звичайними тренінговими та навчальними програмами (Міжнародна асоціація Коучів (ICU), 2024). О. Нежинська та В. Тименко наголошують, що «коучинг – це унікальний підхід, що увібрав у себе найкорисніше з інших систем допомоги людині: з психотерапії – запозичені прийняття клієнта таким, який він є, створення безпечного простору для нього, відсутність внесення коучем власного розуміння ситуації, моделей, шаблонів та рецептів, допомога клієнтові в усвідомленні його картини світу, його цінностей; з тренерства – стимулювання активних змін; підтримка ініціативи, дії, допомога у створенні внутрішніх і зовнішніх стимулів; виклик, спільна діяльність («давай разом!»). Усе це робить коучинг абсолютно особливим, надзвичайно продуктивним і дуже привабливим для тих, кому важливо управляти власним життям, повністю реалізуючи свої таланти та здібності» (Нежинська & Тименко, 2017, с. 16-17). Сам термін «коуч» походить від англійського «coach» і означає тренера, коучинг (англ. coaching) – тренерство. В 2011 році в Чехії була створена Міжнародна Асоціація Коучів та Тренерів (ICTA, International Coach & trainer Association), головна мета якої –

підтримка високих стандартів у навчанні та постійний розвиток бізнес-психології. Асоціація базує своє розуміння коучингу на основних поняттях, розроблених засновниками коучингу – Т. Голвей, Дж. Уйтмором та Т. Леонардом (Міжнародна асоціація Коучів (ICU), 2024). Інститут коучингу (м. Київ) є представником Професійної асоціації ASBL ICU зі штаб-квартирою в Люксембурзі. В 2017 році «Коучинг-Центр» став переможцем міжнародного конкурсу «Вибір року» за підготовку професійних коучів ICU (Міжнародна асоціація Коучів (ICU), 2024). Сьогодні коучинг є потужним інструментом для фахівців соціономічних професій (психологи, психотерапевти, викладачі, тренери, соціальні працівники, соціальні педагоги, економісти, урбаністи тощо), які працюють у різних сферах, включаючи бізнес, освіту, психологію, медицину, соціальну роботу та інші галузі, де важливі знання про людську поведінку та взаємодію, оскільки він допомагає розвивати навички управління, емоційний інтелект, стрес-менеджмент та особистісний розвиток. У сфері діяльності фахівців соціономічних професій можуть бути використані наступні види коучингу: лайф-коучинг, бізнес-коучинг, коучинг для керівників, коучинг на робочому місці, коучинг спорту, коучинг освіти, коучинг особистої ефективності. О. Нежинська та В. Тищенко вказують, що доцільно розрізняти коучинг по стилю – фрістайл-коучинг (вільний стиль коучингу, коли клієнт формулює запит на сесію за декілька днів до або безпосередньо перед сесією, що забезпечує гнучкість і дозволяє коучу і клієнту щотижня фокусуватися на найактуальніших завданнях клієнта) та процесуальний коучинг (в основі – програма, розроблена спільно коучем і клієнтом) (Нежинська & Тищенко, 2017).

Пандемія COVID-19, а пізніше військовий стан через повномасштабне вторгнення РФ в Україну збільшили запит на використання коуч-технологій в різних сферах діяльності, а тим паче в освіті через необхідність дистанційного навчання зокрема. В. Зеленін вважає, що викладач у системі вищої освіти повинен підготувати студентів до майбутньої професійної діяльності не лише через викладання дисциплін, але й за допомогою коуч-методів,

які розвивають лідерські якості, особистісну зрілість, критичне мислення та прагнення до самореалізації. Головне завдання академічного коуча – стимулювати самоосвіту, щоб студенти могли самостійно здобувати необхідні знання й навички (Зеленін, 2024, с. 77). Аналізуючи коучинг як педагогічну технологію в контексті українського та зарубіжного дискурсу О. Вінтоняк, Б. Савчук та О. Снітовська (2024) визначають її «як цілеспрямовано організований процес освітньо-виховного впливу на особистість здобувача освіти від постановки конкретних цілей до здобуття очікуваних результатів. Її важливою особливістю є чітка алгоритмованість та процедура втілення у вигляді системи дій» (Савчук, Вінтоняк & Снітовська, 2024, с. 43). Цей процес здійснюється шляхом проходження наступних етапів: формулювання мети й завдань; визначення освітньо-виховного змісту й відповідних до нього ефективних інструментів (методів, технік, прийомів, засобів) його реалізації; власне сам процес досягнення мети, яка при потребі може бути скорегована; оцінювання досягнутих результатів (Савчук, Вінтоняк & Снітовська, 2024, с. 43).

На основі вивчення та аналізу наукових джерел, присвячених проблемі дослідження, а також спираючись на власний практичний досвід роботи у якості коуча, вважаю за доцільне розкрити та проаналізувати низку технологій коучингу, які можуть бути ефективно застосовані в процесі психологічної підтримки та розвитку особистості.

Так, *технологія SUCCES* базується на п'яти етапах: Set the stage (встановлення сцени), Uncover the current reality (розкриття поточної реальності), Create awareness (створення усвідомленості), Craft the way forward (створення шляху вперед) і End with commitment (закінчення з обіцянкою), які допомагають клієнту зрозуміти свої цілі та створити план дій для їхнього досягнення.

Технологія ПРАПЦА – це скорочення від прагнення до результату, альтернативи, план, дії та активний нагляд. Дана модель спрямована на стимулювання клієнта до досягнення результатів шляхом визначення альтернатив, розробки плану дій та активного нагляду за виконанням цього плану. Вона має

більш просту структуру порівняно з іншими моделями.

Через технології GROW та VALOR покажемо через які конкретні кроки можна їх використати фахівцям соціономічних професій.

Технологія GROW – назва GROW розшифровується як Goal (ціль), Reality (реальність), Options (опції), Will (воля). З допомогою даної моделі можна структурувати процес коучингу за етапами, визначити цілі та кроки для їхнього досягнення:

1. *Goal*. Мета етапу – визначення чітких/конкретних/досяжних цілей; способи досягнення мети – постановка короткострокових та довгострокових цілей; використання SMART-методології для формулювання цілей; визначення критеріїв успіху та очікуваних результатів; запитання для коучингу – що ви хочете досягти в результаті цієї сесії? яка ваша кінцева мета? якими будуть ознаки того, що ви досягли своєї мети?

2. *Reality*. Мета етапу – аналіз поточної ситуації та об'єктивна оцінка реальності; способи досягнення мети – визначення поточного стану, ресурсів та обмежень; оцінка наявних навичок, знань і поведінки; аналіз минулих спроб досягнення цілі та їх результатів; запитання для коучингу – яка ваша поточна ситуація? що заважає вам досягти мети? які ресурси у вас вже є для досягнення цієї мети?

3. *Options*. Мета етапу – генерація можливих варіантів дій для досягнення цілі; способи – мозковий шторм для визначення всіх можливих шляхів вирішення проблеми; аналіз переваг та недоліків кожного варіанту; визначення найефективніших та найреалістичніших опцій; запитання для коучингу: які у вас є варіанти для досягнення цієї мети? що ви вже спробували робити? які інші можливості ви бачите?

4. *Will*. Мета етапу – прийняття рішення та складання плану дій; способи досягнення мети – визначення конкретних кроків для реалізації вибраної опції; складання детального плану дій з конкретними термінами; встановлення системи моніторингу та оцінки прогресу; запитання для коучингу – що ви вирішили робити? який перший крок ви зробите? коли ви почнете і як ви будете відстежувати свій прогрес?

Приклад застосування технології GROW.

Мета – я хочу покращити навички презентації в своїй професійній діяльності (соціальний працівник).

Реальність – я почуваюся невпевнено під час презентацій, і зворотний зв'язок від колег показує, що мої виступи потребують поліпшення.

Опції – я можу пройти курс із публічних виступів, практикуватися перед дзеркалом, отримувати зворотний зв'язок після кожної презентації.

Воля/Дія – я вирішую записатися на курс із публічних виступів наступного тижня і практикуватися щодня протягом 15 хвилин перед дзеркалом. Після кожної презентації я буду просити зворотний зв'язок від колег.

Отже, технологія GROW: а) допомагає структурувати коучинговий процес, чітко визначити цілі та шляхи їхнього досягнення; б) сприяє ефективній взаємодії між коучем і клієнтом, допомагає клієнту розкрити свій потенціал і досягти бажаних результатів.

Технологія VALOR складається з п'яти основних компонентів: Vision (візія), Alignment (вирівнювання), Learning (навчання), Obstacles (перешкоди) та Roadmap (дорожня карта), які роблять коучинговий процес цілеспрямованим. Зупинимось більш детально на всіх етапах:

1. *Vision*. Мета етапу – створення чіткої і надихаючої візії майбутнього; способи досягнення мети – визначення довгострокових цілей та амбіцій клієнта; формулювання бачення ідеального майбутнього стану; використання візуалізації для створення яскравої картини успіху; запитання для коучингу – яке ваше бачення ідеального майбутнього? що ви хочете досягти у своїй професії через 5-10 років? як виглядає ваш успіх?

2. *Alignment*. Мета етапу – забезпечення узгодженості між візією клієнта та його цінностями, місією та реаліями; способи – оцінка відповідності поточних дій та стратегій клієнта з його візією; визначення цінностей та принципів, які підтримують візію; узгодження короткострокових цілей з довгостроковою візією; запитання для коучингу – як ваші поточні дії відповідають вашій візії? які цінності для вас найважливіші? що вам потрібно змінити, щоб бути більш узгодженим зі своєю візією?

3. *Learning*. Мета етапу – постійний розвиток знань і навичок, необхідних для досягнення візії; способи – визначення аспектів/сфер для розвитку та навчання; пошук ресурсів та можливостей для навчання; встановлення системи постійного зворотного зв'язку для оцінки прогресу; запитання для коучингу – які навички та знання вам потрібні для досягнення вашої візії? де ви можете знайти необхідні ресурси для навчання? як ви будете оцінювати свій прогрес у навчанні?

4. *Obstacles*. Ціль етапу – ідентифікація та подолання перешкод на шляху до досягнення візії; способи – визначення внутрішніх та зовнішніх перешкод; розробка стратегій для подолання цих перешкод; використання технік управління стресом і мотивацією; запитання для коучингу – які перешкоди стоять на вашому шляху? як ви можете подолати ці перешкоди? що вам потрібно для подолання цих перешкод?

5. *Roadmap*. Ціль – створення чіткої і детальної дорожньої карти для досягнення візії; способи досягнення мети – розбиття великої мети на менші, конкретні кроки, встановлення конкретних термінів для кожного кроку; визначення ключових етапів і показників успіху; запитання для коучингу – які конкретні кроки вам потрібно зробити для досягнення вашої візії? які терміни ви встановите для кожного кроку? як ви будете вимірювати свій успіх?

Приклад застосування моделі VALOR.

Візія – я хочу стати провідним фахівцем у галузі соціономіки, відомим своїми інноваційними методами роботи з клієнтами.

Вирівнювання – я узгоджую свої поточні дії з цією візією, відвідуючи професійні семінари, працюючи над розвитком нових методів і дотримуючись своїх цінностей – інноваційності, відповідальності та емпатії.

Навчання – мені потрібно покращити свої знання у сфері психології, управління та новітніх технологій, для чого я запишуся на відповідні курси і буду регулярно переглядати професійну літературу.

Перешкоди – внутрішніми перешкодами є страх невдачі та недовіль часу. Зовнішніми перешкодами можуть бути обмежені можливості для навчання у моєму регіоні. Я подолаю їх, розробивши чіткий план управління часом і використовуючи онлайн-ресурси для навчання.

Дорожня карта – протягом наступного місяця знайду і зареєструюся на онлайн-курси; за наступні шість місяців завершую курси і застосовую нові знання на практиці; протягом року розробляю і впроваджую новий метод роботи з клієнтами, заснований на отриманих знаннях.

Названі технології коучингу можуть бути корисними фахівцям соціономічних професій у декількох аспектах. Так, в питаннях розвитку навичок лідерства – для визначення своїх мета-цілей, розробки плану дій та отримання підтримки у виконанні цього плану. Фахівці соціономічних професій часто мають справу з різними людьми, стикаються з великим обсягом роботи та стресом, тому можуть використовувати технології коучингу для поліпшення навичок комунікації, розвитку навичок управління стресом, збереження балансу між роботою та особистим життям, покращення загального самопочуття. Не менш важливим є застосування технологій коучингу у визначенні стратегічних цілей, розробці плану дій та оцінці результатів.

Використання різних технологій коучингу, включаючи й проаналізовані вище, дозволяє зробити висновок, що професійне та особистісне зростання, підвищення ефективності діяльності фахівців соціономічних професій можливе за рахунок запровадження технологій коучингу в наступних аспектах їхньої роботи:

– *комунікаційні навички* – розвиток здатності чітко і зрозуміло висловлювати свої думки та ідеї, активне слухання;

– *управління часом і пріоритетами* – навчання ефективному плануванню робочого часу та розстановки пріоритетів, баланс між роботою та особистим життям;

– *розвиток лідерських якостей* – формування навичок керівництва, мотивації та натхнення команди, навчання методам ефективного вирішення конфліктних ситуацій;

– *емоційний інтелект* – розвиток здатності розпізнавати і керувати своїми емоціями, емпатія; *професійний розвиток* – постановка цілей і планування кар'єри, заохочення до постійного вдосконалення знань і навичок;

– *клієнтоорієнтованість* – навчання ефективним методам взаємодії з клієнтами та побудови довірливих відносин, розробка

стратегій для кращого розуміння і задоволення потреб клієнтів);

– *стрес-менеджмент* – розробка технік для зниження рівня стресу та підвищення стійкості до стресових ситуацій, відновлення і релаксація;

– *інноваційність і креативність* – заохочення до розвитку креативних підходів щодо вирішення проблем, сприяння впровадженню нових ідей і методів у професійній діяльності.

Спостереження та аналіз процесу й результатів впровадження технологій коучингу в нашу професійну діяльність вивели нас на необхідність розробки критеріїв для вимірювання успішності професійної діяльності фахівців соціономічних професій, які використовують в своїй роботі технології коучингу:

– *рівень самопідтримки* – вимірювання здатності фахівця до самостійного розв’язання проблем та досягнення поставлених цілей;

– *зміни у рівні самооцінки* – оцінка змін у сприйнятті власних навичок та можливостей фахівцем після впровадження технологій коучингу;

– *покращення комунікативних навичок* – вимірювання здатності фахівця ефективно спілкуватися з клієнтами та колегами після застосування коучингу;

– *досягнення поставлених цілей* – оцінка результативності у досягненні поставлених завдань та цілей, які були визначені в процесі коучингу;

– *збільшення рівня емоційного інтелекту* – вимірювання змін у розумінні та керуванні власними емоціями та емоціями інших осіб;

– *покращення навичок управління часом* – оцінка здатності фахівця ефективно управляти своїм часом та завданнями після застосування коучингу;

– *зміни в ставленні до викликів* – вимірювання змін у сприйнятті викликів та перешкод на шляху досягнення успіху;

покращення навичок управління стресом – оцінка здатності фахівця ефективно керувати стресом та впливом негативних факторів на роботу;

– *збільшення рівня мотивації* – вимірювання змін у рівні мотивації та зацікавленості у професійному розвитку після коучингового супроводу;

– *зменшення кількості помилок та недоліків* – оцінка зменшення кількості помилок та недоліків у професійній діяльності фахівця після впровадження технологій коучингу.

Висновки. Таким чином, основна ідея коучингу полягає в тому, щоб допомогти клієнту розкрити свій потенціал, зосередитися на досягненні мети і розвитку важливих навичок, саме тому активна роль відводиться клієнту, а коуч виступає партнером, який підтримує, підбадьорює та стимулює клієнта до саморозвитку і самовдосконалення. Нами з’ясовано, що технології коучингу впливають на підвищення ефективності діяльності фахівців соціономічних професій через їх використання у таких аспектах роботи, як: комунікаційні навички, управління часом, розвиток лідерських якостей, емоційний інтелект, професійний розвиток, клієнтоорієнтованість, стрес-менеджмент, інноваційність і креативність та ін. Проаналізовані нами технології коучингу (SUCCES, ПРАПДА, GROW, VALOR) дозволили розробити наступні критерії для вимірювання успішності професійної діяльності фахівців соціономічних професій, які використовують в своїй роботі технології коучингу: рівень самопідтримки, зміни у рівні самооцінки, покращення комунікативних навичок, досягнення поставлених цілей, збільшення рівня емоційного інтелекту, покращення навичок управління часом, зміни в ставленні до викликів, збільшення рівня мотивації, зменшення кількості помилок та недоліків.

Список використаних джерел

1. Балабушка, Є. О., & Шульга, Н. В. (2023). Коучингові технології як засіб профілактики криз розвитку: проблема оцінки ефективності. *Питання психології: Вісник Національного університету оборони України*, 4(74), 14-21. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-74-4-14-21>
2. Зеленін, В. В. (2024). Психологічні аспекти саморозвитку та самореалізації викладачів у системі вищої освіти в країнах Європи через коучинг. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*, 35(74), 2, 72-80. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.2/13>

3. Зеленін, В. В. (2023). Світоглядно-методологічні джерела й історія становлення коучингу: світовий та український досвід. *Перспективи та інновації науки*, 9(27), 524-539. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-9\(27\)-524-539](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-9(27)-524-539)
4. Лучко, В. С., & Житарюк, І. В. (2024). Коучинг-технологія в освітньому процесі сучасного закладу освіти. *Сучасні цифрові технології та інноваційні методики навчання: досвід, тенденції, перспективи*, 13, 57-59. URL: http://conf.fizmat.tnpu.edu.ua/media/arhive/17_04_24.pdf
5. Міжнародна асоціація Коучів (ICU). (2024). Професійна асоціація ASBL International Coaches Union. URL: <https://coachunion.co.ua>
6. Нежинська, О. О., & Тищенко, В. М. (2017). *Основи коучингу: навчальний посібник*. Київ; Харків: ТОВ «ДІСА ПЛІУС».
7. Ніколаєв, Л. О., & Горбоконь, І. В. (2022). Шляхи активізації ресурсів особистості засобами коучингу. *Габітус*, 42, 193-196. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.42.33>
8. Романова, С. М. (2010). Коучінг як нова технологія в професійній освіті. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка. Психологія*, 3, 83-86.
9. Савчук, Б., Вінтоняк, О., & Снітовська, О. (2024). Коучинг як педагогічна технологія: дефінітивний аналіз українського та зарубіжного дискурсу. *Педагогічна наука і освіта XXI століття: науково-методичний журнал*, 1, 39-48. Рівне: РДГУ. <https://doi.org/10.35619/pse.vi2.23>

References

1. Balabushka, Ye. O., & Shulha, N. V. (2023). Kouchynhovi tekhnolohii yak zasib profilaktyky kryz rozvytku: problema otsinky efektyvnosti [Coaching technologies as a means of preventing development crises: the problem of evaluating effectiveness]. *Pytannia psykholohii: Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, 4(74), 14-21. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-74-4-14-21> (in Ukrainian)
2. Zelenin, V. V. (2024). Psykholohichni aspekty samorozvytku ta samorealizatsii vykladachiv u systemi vyshchoi osvity v krainakh Yevropy cherez kouchynh [Psychological aspects of self-development and self-realization of teachers in the system of higher education in European countries through coaching]. *Vcheni zapysky TNU imeni V. I. Vernadskoho. Seriya: Psykholohiia*, 35(74), 2, 72-80. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.2/13> (in Ukrainian)
3. Zelenin, V. V. (2023). Svitohliadno-metodolohichni dzherela v istoriia stanovlennia kouchynhu: svitovyi ta ukrainskyi dosvid [Worldview and methodological sources and the history of coaching development: world and Ukrainian experience]. *Perspektyvy ta innovatsii nauky*, 9(27), 524-539. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-9\(27\)-524-539](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-9(27)-524-539) (in Ukrainian)
4. Luchko, V. S., & Zhytariuk, I. V. (2024). Kouchynh-tekhnolohiia v osvitnomu protsesi suchasnoho zakladu osvity [Coaching technology in the educational process of a modern educational institution]. *Suchasni tsyfrovi tekhnolohii ta innovatsiini metodyky navchannia: dosvid, tendentsii, perspektyvy*, 13, 57-59. http://conf.fizmat.tnpu.edu.ua/media/arhive/17_04_24.pdf (in Ukrainian)
5. Mizhnarodna asotsiatsiia Kouchiv (ICU). (2024). Profesiina asotsiatsiia ASBL International Coaches Union [Professional Association ASBL International Coaches Union]. <https://coachunion.co.ua> (in Ukrainian)
6. Nezhynska, O. O., & Tymenko, V. M. (2017). *Osnovy kouchynhu: navchalnyi posibnyk* [Basics of coaching: a textbook]. TOV «DISA PLIUS». (in Ukrainian)
7. Nikolaiev, L. O., & Horbokon, I. V. (2022). Shliakhy aktivizatsii resursiv osobystosti zasobamy kouchynhu [Ways to activate personal resources through coaching]. *Habitus*, 42, 193-196. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.42.33> (in Ukrainian)
8. Romanova, S. M. (2010). Kouchinh yak nova tekhnolohiia v profesiinii osviti [Coaching as a new technology in vocational education]. *Visnyk Natsionalnoho aviatstinoho universytetu. Seriya: Pedahohika. Psykholohiia*, 3, 83-86. (in Ukrainian)
9. Savchuk, B., Vintoniak, O., & Snitovska, O. (2024). Kouchynh yak pedahohichna tekhnolohiia: definyvnyi analiz ukrainskoho ta zarubizhnogo dyskursu [Coaching as a pedagogical technology: a definitive analysis of Ukrainian and foreign discourse]. *Pedahohichna nauka i osvita KhKhI stolittia: naukovy-metodychnyi zhurnal*, 1, 39-48. <https://doi.org/10.35619/pse.vi2.23> (in Ukrainian)

Summary

COACHING TECHNOLOGIES AS A TOOL FOR INCREASING THE EFFICIENCY OF ACTIVITIES OF SPECIALISTS IN SOCIO-ECONOMIC PROFESSIONS

Nikolaiev L. Candidate of Psychological Sciences, Associate professor, Head of the educational-methodological laboratory of group work psychology Hryhorii Skovoroda University in Pereiaslav

Introduction. In the conditions of growing challenges and risks faced by specialists in socioeconomic professions, the need to find effective tools for optimizing their professional activities is becoming more urgent. Coaching technologies which are actively implemented in management and educational practice are considered

as a promising resource for increasing the efficiency of specialists working in the “person-person” system. At the same time, despite the presence of separate investigations devoted to the use of coaching in socio-economic professions, there is a lack of comprehensive scientific studies that would allow conceptualizing the impact of coaching technologies on the effectiveness of the activities of specialists of this profile and offer a valid toolkit for measuring the success of their application.

Purpose. The purpose of the article is to carry out a thorough analysis and reveal the potential of coaching technologies as an effective tool for increasing the efficiency of the professional activity of specialists in socio-economic professions, as well as the development of valid criteria for measuring the success of these technologies implementation in the work practice of such specialists.

Methods. Research methods include a theoretical analysis of relevant scientific sources, which allows the formation of a holistic vision of the research problem field, as well as a method of summarizing the practical experience of the author of the study, acquired in the course of professional activity as a coach, which provided the possibility of verifying theoretical provisions and forming applied recommendations.

Originality. The scientific novelty of the study consists in the identification and conceptualization of the influence of coaching technologies on increasing the efficiency of the professional activity of specialists in socio-economic professions, which is realized through the use of these technologies in such areas as the development of communication skills, optimization of time management and determination of priorities, formation of leadership qualities, improvement of emotional intelligence, promoting professional development, strengthening client orientation, improving stress management skills, stimulating innovation and creativity in professional activities. The practical significance of the research is determined by the possibility of directly using of the analyzed coaching technologies by specialists of socio-economic professions to optimize their professional activity and increase its effectiveness. The criteria proposed by the author create a methodological basis for monitoring and evaluating the effectiveness of using of coaching technologies by certain specialists.

Conclusion. The conclusions emphasize that the fundamental idea of the coaching approach is to assist the client in revealing his potential, focusing on achieving the set goals and developing professionally significant skills and competencies. Therefore, coaching technologies are positioned as a powerful tool for increasing the efficiency of the activities of specialists in socio-economic professions. Prospects for further research can be seen in the organization of an experimental study of the influence of coaching technologies on increasing the efficiency of the professional activity of specialists in socio-economic professions with the involvement of a representative sample and the use of valid psychodiagnostic tools, which will allow to verify the proposed theoretical assumptions and form a reliable evidence base.

Key words: activity; tools; efficiency; coach; coaching; criteria; coaching technologies; specialists of socio-economic professions.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 27.06.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 30.07.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**«ЧЕРВОНІ КОМАНДИ» ЯК ЗАСІБ ПОКРАЩЕННЯ ПРОЦЕСУ
ПРИЙНЯТТЯ РІШЕНЬ ОРГАНАМИ ВОЄННОГО УПРАВЛІННЯ**

Романишин А. М. кандидат педагогічних наук, доцент
Науково-дослідний центр гуманітарних проблем ЗС України
<https://orcid.org/0000-0003-3115-5999>

Неурова А. Б. кандидат психологічних наук, доцент,
Національна гвардія України
<https://orcid.org/0000-0002-1220-8613>

У статті розглядаються питання впровадження концепції «червоних команд» під час прийняття рішень, особливо в бойових (екстремальних) умовах, визначення кращих форм, методів та способів їх діяльності.

Ключові слова: згуртованість; групове мислення; «червона команда»; воєнне управління.

Вступ. Досвід відбиття повномасштабної російської агресії яскраво свідчить, що досягнення перемоги у сучасному бою, швидке та якісне освоєння новітньої техніки та озброєння, підтримання бойової готовності, можливі тільки в умовах узгодження спільних дій військовослужбовців у згуртованій групі (команді, колективі).

Згуртованість – соціально-психологічна характеристика військової команди (групи, колективу), що показує співпадіння оцінок, установок і позицій воїнів стосовно людей, подій, ідей, що є значущими для більшості з них. Одними з основних показників згуртованості є взаємозалежність членів групи (команди, колективу) в процесі спільної діяльності та рівень взаємних симпатій у міжособистісних стосунках (Neurova A., & Romanyshyn A. (2020)).

У військово-професійній сфері згуртованість проявляється, як бойова спрацьованість, злагодженість. Спільне виконання функціональних обов'язків сприяє своєрідному взаємному зменшенню соціально-психологічних відмінностей військовослужбовців. Таким чином, покращується ефективність спільної бойової діяльності. Військовослужбовці можуть застосовувати одні й ті ж навички і вміння, в них формуються подібні звички, навіть зовнішньо вони, багато в чому, наслідують один одного.

Якщо для особового складу первинних військових груп (команд, колективів), таких як взвод, рота, висока згуртованість, це, частіше, позитивний аспект, що сприяє виконанню бойових завдань, то для

командирів та посадових осіб, які здійснюють управління військами, це може мати не тільки позитивні, але й негативні наслідки.

Річ у тому, що висока організація, єдність поглядів, емоційна задоволеність один одним за наявності сильного і авторитетного лідера, створюють умови для появи у групі (команді, колективі) такого негативного явища, як групове мислення.

Групове мислення – це спосіб мислення, в який впадають люди, коли вони є членами високо згуртованої групи, коли зусилля членів групи, спрямовані на досягнення одностайності, заглушають їхню мотивацію до реалістичної оцінки альтернативних шляхів (Hunter A. 2020).

Для того, щоб зрозуміти, чому це небезпечно для командирів (начальників) під час прийняття рішень, особливо в бойових (екстремальних) умовах, розглянемо симптоми групового мислення (Hunter A. 2020):

- необґрунтований оптимізм і готовність піти на ризик, коли небезпека очевидна;
- відмова від попереджень та негативної інформації під час обговорення рішень;
- ігнорування морально-етичних аспектів рішень;
- надмірне спрощення та навішування ярликів в оцінках та судженнях;
- примус незгодних членів або прийняти позицію більшості, або покинути групу;
- схильність членів групи замовчувати свої сумніви та применшувати їх значимість;

- сприйняття групового консенсусу як підтвердження правильності рішення;
- прагнення «захистити» групу від небажаної інформації, яка могла б порушити впевненість у правильності та етичності рішень.

Негативні наслідки від групового мислення посилюються, якщо більшість членів групи (команди, колективу) мають спрямованість особистості «на взаємини». Спрямованість є одним з психологічних термінів, який вказує на орієнтацію і направленість особистості на досягнення конкретної мети, завдання або результату. Цей термін є ключовим у розвитку особистості і досягненні успіху в різних сферах життя (Spriamovanist tse).

При такій спрямованості воїн, перш за все, враховує те, як оцінюють його дії оточуючи. Для нього важливо підтримувати зі всіма хороші відносини. Якщо такий військовий потрапляє в ситуацію, що вимагає піти на конфлікт з іншим військовослужбовцем, або пожертвувати інтересами справи, то він зазвичай жертвує інтересами справи.

Крім того, на кожного військовослужбовця органу військового управління, у процесі відпрацювання рішень, впливають такі принципи службових відносин як субординація та єдиноначальність, що, у свою чергу, здійснюють вплив на бажання висловлювати точку зору, відмінну від прийнятої старшим начальником.

Все це може негативно вплинути, і часто впливає, на всебічну обґрунтованість та подальшу ефективність прийнятих командирами (начальниками) рішень, тому що не дозволяє об'єктивно розглядати усі чинники, що можуть вплинути на їх виконання. А при практичній відсутності дієвого покарання командирів (начальників) за негативні результати прийнятих ними рішень, це призводить до того, що багато командирів (начальників) у принципі не допускають думки про те, що вони можуть приймати неправильні рішення. А під час війни неправильні рішення призводять до невиправданої загибелі людей.

Яким чином можна зменшити негативний вплив групового мислення під час прийняття важливих рішень, особливо

тих, які мають вирішальні значення в умовах війни?

На нашу думку, однією з форм попередження негативного впливу групового мислення на процес прийняття важливих рішень є створення та застосування так званих «червоних команд».

У жовтні 1806 року Наполеон переміг прусську армію під Єною. Пруська держава опинилася на межі катастрофи. Пруські полководці розуміли, що жоден із них не може змагатися з Наполеоном, але водночас розуміли й інше: якщо вони працюватимуть разом як команда, то перемогти його цілком можливо. Генерали переконали короля довірити реформування війська не якійсь певній особі, а команді талановитих офіцерів, яку назвали генеральним штабом. Цей генеральний штаб почав роботу, і за шість років у битві під Лейпцигом військо Наполеона було розбите. Через два роки прусси, разом із союзниками, розбили його під Ватерлоо. Пруси не знали крупних військових поразок протягом наступного століття, і цей приклад надихнув багато інших країн на створення подібної структури (Hoffman B. (2000)).

Термін «червона команда» з'явився на початку 1800-х років, коли прусська армія почала використовувати для підготовки своїх офіцерів військову гру. Одна група офіцерів розробляла план битви, інша брала на себе роль ворога і намагалася зірвати наміри першої. Ідея полягала в тому, щоб виявити недоліки обраної тактики в безпечних кабінетних умовах, а не чекати, доки прорахунками скористається ворог на полі бою. У цих настільних симуляторах окремі військові підрозділи позначалися дерев'яними кубиками. Оскільки тогочасне пруське військо носило однострої синього кольору, «свої» кубики були пофарбовані у цей колір. Сили противника позначалися червоними кубиками, а ті, хто грав на його боці, називалися «червоною командою». Завданням «червоних» було змусити «синіх» критично переглянути план битви. Кольори одностроїв згодом змінилися, а назва так і залишилась (Hoffman B. (2000)).

Розроблена у збройних силах США оригінальна концепція «Red Team» («Червона команда»), покликана значно покращити роботу штабів. Це допомагає командирам приймати чіткіші та зважені рішення.

При цьому, мова йде не про так званий «інститут радників», з яким добре знайомі і цивільні, і військові українці, коли на посади «радників» часто призначають людей, які за своїми професійними та морально-діловими якостями неспроможні давати розумних порад, і які не несуть ніякої відповідальності за їх обґрунтування.

Наприклад, місія «червоних команд» Корпусу морської піхоти США полягає в тому, щоб «надати командирів незалежні можливості, які пропонують критичні огляди та альтернативні точки зору, які кидають виклик переважним уявленням, суворо перевіряють поточні тактики, прийоми та процедури та протидіють груповому мисленню, щоб підвищити ефективність організації» (Chervona komanda).

Таким чином, розгляд питань впровадження концепції «червоних команд» в органах військового управління Сил оборони України і визначає актуальність відпрацювання пропозицій щодо форм та способів їх застосування для покращення процесу прийняття рішень.

Мета статті полягає у теоретичному аналізі наукових джерел із досліджуваної проблеми, доведенні необхідності покращення процесу прийняття виважених та обґрунтованих рішень органами військового управління, визначення кращих форм та способів застосування концепції «червоних команд».

Завдання. Відпрацювання пропозицій щодо форм та способів застосування концепції «червоних команд» для покращення процесу прийняття органами військового управління управлінських рішень.

Теоретичне підґрунтя. Аналіз психолого-педагогічної літератури останніх років свідчить, що впровадження концепції «червоних команд» в органах військового управління Сил оборони України для покращення процесу прийняття рішень, не був предметом досліджень українськими вченими.

На сьогодні, у Силах оборони України немає загальних підходів щодо впровадження концепції «червоних команд» в органах військового управління для покращення процесу прийняття рішень.

Методи дослідження: для виконання поставлених завдань дослідження ми використали аналіз науково-педагогічних

джерел, порівняння, узагальнення, систематизацію, опитування.

Результати і обговорення. Аналізуючи хід і результати операцій американських військ в Афганістані, і особливо в Іраку, військові фахівці та вчені США, в переліку причин недоліків, вказували на недостатній рівень підготовки командних кадрів, їх невміння орієнтуватися у складній обстановці, що постійно змінюється та незадовільну організацію роботи штабів, особливо на оперативно-тактичному рівні.

Відмічалось, наприклад, що командирам на високих посадах (генерали/полковники) для прийняття зважених рішень об'єктивно потрібні вивірені та всебічно обґрунтовані рекомендації, найбільш оптимальні у конкретних умовах. Однак, реально, в більшості випадків, мав місце суб'єктивний підхід, коли командири підбирали у своє оточення не тих, хто міг дати відверту і навіть неприємну оцінку рішенням, що приймається або вже прийнятого, а тих, з ким вони почувалися комфортно.

Такий стан справ став настільки нетерпимим, що виплеснувся на сторінки спеціалізованих журналів і в інтернеті, у вигляді дискусії щодо правочинності конструктивної критики командування та можливості оскаржити прийняті рішення. Початок цьому було покладено жорсткою за змістом статтею підполковника Поля Інґлінґа, опублікованій у травневому за 2007 рік номері «Armed Forces Journal», з недвозначною назвою «Провал у генералітеті», а потім, у вигляді відгуків цілої низки офіцерів на сторінках того ж таки журналу, де автори аргументовано доводили необхідність пошуку таких методів та формування таких структур, які сприяли б поліпшенню функціонування механізму розробки та прийняття рішень на оперативно-тактичному рівні (Yingling P. (2007)).

Зокрема, пропонувалося вдатися до оптимізації процесу підбору в штабні структури співробітників, формування там атмосфери, коли відвертість і безкомпромісність, твердість у порадах-рекомендаціях стає звичайним явищем. Крім того, це забезпечує і зворотний зв'язок, швидку реакцію командування на несподівано виникаючі проблеми, у тому числі – у своїх військах і штабах.

При цьому, деякі фахівці, посилаючись на властиву американській військовій культурі спрощеність у взаєминах начальник – підлеглий («Так!», «Слухаюсь!» тощо) та превалювання «спортивного підходу» (націленість на виграш за будь-яку ціну), звертали увагу на обмеженість мислення, спрощенство та низьку продуктивність здорової критики, що панують у штабах.

Поряд з цим, як на суттєву проблему в роботі штабів при підготовці обґрунтованих проєктів рішень, зверталася увага на явне неврахування місцевих особливостей, інших ціннісних переваг чужої цивілізації, на ігнорування позицій не лише світової громадської думки, а й поглядів союзників та партнерів. Причому, як неодноразово вказувалося і в спеціалізованих ЗМІ, і в офіційних аналітичних документах, реальні супротивники США, що недооцінювалися раніше американськими військовими прогнозистами, швидко навчилися отримувати уроки зі своїх промахів та помилок, постійно вдосконалюють форми та способи ведення бойових дій, розвивають військову науку загалом, адаптуючись до вимог, як сьогодні, так і заглядаючи у перспективу.

Саме тоді виникла ідея створення таких підрозділів або команд (за американською термінологією), що включають обмежену кількість добре підготовлених фахівців, які б допомогли командуванню збройних сил США суттєво просунути процес їх трансформації в цілому.

На сьогоднішній день у збройних силах США та інших країн-членів НАТО використання «червоних команд» звична практика, що демонструє постійний пошук і застосування неординарних підходів їх військового керівництва до пошуку шляхів, форм і методів вирішення проблем, що виникають, та істотно ускладнюють діяльність військ у кризових умовах. У 2016 році Об'єднаний комітет начальників штабів видав «Спільну записку про доктрину 1-16». Цей документ передбачав створення «червоних команд» у всіх видах збройних сил США, щоб «...допомогти командирам та штабам критично та творчо мислити; переглянути припущення; пом'якшити групове мислення; зменшити ризики за допомогою перевірки на самозаспокоєння та готовність до несподіванок, а також розширити можливості щодо бачення

обставин, проблем та потенційних рішень із різних точок зору» (Hoffman B. (2000)).

В Армії оборони Ізраїлю давно існує підрозділ під назвою *Ipcha Mistabra*, що означає «навпаки, по-іншому» арамейською мовою. Його завдання полягає в тому, щоб розглядати доповіді штатних аналітиків військової розвідки та узагальнювати докази протилежної точки зору. Також *Ipcha Mistabra* розробляє найгірші сценарії та альтернативні аналізи, що використовуються у довгостроковому військовому плануванні. Робота цього підрозділу не полягає в тому, щоб обов'язково бути правим. Його робота полягає в тому, щоб примусити військових керівників в цілому думати більш зважено та ставити під сумнів власні припущення (Hoffman B. (2000)).

У силових структурах України, і не тільки у наших, в командирів історично сформовано, і продовжує формуватися, так би мовити «інженерне мислення». У вищих військових навчальних закладах викладається дуже багато «технічних, інженерних» дисциплін і критично мало приділяється уваги вивченню психології управління, менеджменту, організаційної культури, відмінностям командування і управління тощо. За роки навчання майбутні командири добре засвоюють, що, наприклад, при поломці будь-якої *механічної системи* необхідно визначити причину (елемент, агрегат тощо), усунути (замінити) її і система знову буде працювати. І коли вони починають керувати військовими структурами, що є *системами соціальними*, і застосовувати звичні «інженерні» підходи, вони стикаються з тим, що ці підходи не працюють, або дають не той результат, що очікувався. Переважній більшості командирів (начальників) взагалі подобається якомога швидше визначитися, яка кінцева мета є бажаною, щоб вони почали планувати, як її досягти.

Проблема в тому, що військові структури, це соціальні системи, на функціонування яких впливає безліч чинників, що швидко змінюються, і, наприклад, простою заміною однієї людини («деталі») на іншу, проблему складно (часто просто неможливо) вирішити. Командири мають бути готовими до того, що можливо, вони помилилися. Особливо це характерно для тих командирів, які протягом своєї

командної кар'єри не проходили службу на штабних посадах.

Саме тому і потрібна «червона команда». Вона має змусити командирів ставити під сумнів припущення, уважніше вивчати альтернативні варіанти та більш прискіпливо придивитися до плану (рішення), що розробляється.

Усі плани ґрунтуються на припущеннях, усі припущення засновані на розумінні, і це розуміння може виявитися обмеженим або хибним. Чим правильніше припущення, тим кращими стають плани. «Червоні команди» створюються, щоб критично розглядати будь-які плани, рішення, програми, припущення тощо. Але, в арсеналі «червоних команд» є набагато потужніші інструменти, ніж просто критика припущень. Існують методи, що допомагають вирішити складні проблеми та передбачити віддалені наслідки тих або інших дій тощо. Ці методи можуть допомогти командуванню уникнути помилок і скористатися можливостями, яких раніше не помічали.

Фахівці визначають наступні принципи роботи «червоних команд» (Hoffman B. (2000)):

- робота «червоної команди» – це водночас і наука, і мистецтво. Наука полягає у використанні інструментів і прийомів для подолання обмежень у прийнятті рішень. Методи, що використовують «червоні команди», ґрунтуються на когнітивістиці та психології прийняття рішень;

- «червона команда» має бути незалежною. Це основний принцип роботи «червоних команд»: вони ефективні лише тоді, коли нагорі зважають на їхні рекомендації;

- «червона команда» не підриває принципу єдиновладдя в армії. Завдання «червоної команди» – не приймати рішення і не послаблювати авторитет командування. Завдання «червоної команди» полягає в тому, щоб допомогти командирам прийняти кращі рішення, забезпечивши глибший аналіз, змалювавши більш детальну картину середовища та запропонувавши на розгляд альтернативні варіанти;

- робота «червоних команд» не є заміною планування. «Червона команда» не складає план, вона робить його краще детально вивчаючи припущення, на яких

базуються плани, викриваючи типові логічні помилки та долаючи групове мислення;

- «червоні команди» не ворожать на майбутнє. Робота «червоної команди» полягає не у тому, щоб передбачити майбутнє, а спрямована скоріше на те, щоб гарантувати: стратегія командування враховує усі варіанти, можливі у майбутньому;

- «червона команда» не розповсюджує негативізм або цинізм. Існує велика різниця між критикою та необґрунтованим запереченням, між точкою зору скептика і циніка;

- мета «червоної команди» – не лише зменшення кількості помилок. Вона, за допомогою всебічного вивчення проблем і пошуку нестандартних рішень, допомагає побачити можливості, які планувальник може не помічати;

- «червона команди» не є панацеєю. Вона не може змінити структуру, що не прагне до змін, але може запропонувати нові ідеї та реальні рекомендації тій, що прагне.

Існують різні варіанти (моделі) створення «червоних команд». Вони можуть бути формальними чи неформальними. Це можуть бути представники вищого органу військового управління, наукової установи, військового навчального закладу чи спеціальна група, сформована з ваших співробітників, які відібрані з урахуванням їхніх навичок критичного мислення тощо. Її може очолювати експерт зі складу співробітників органу управління чи ззовні. Існує кілька різних варіантів «червоних команд», і кожна має певні переваги та недоліки. Найефективнішою вважається незалежна «червона команда», головним завданням якої є забезпечення прийняття рішень та альтернативного аналізу. Вибір доцільного варіанту залежить від того, що саме ваша організація, підрозділ чи група сподівається отримати в результаті роботи цієї команди, а також від наявних ресурсів.

«Червона команда» потребує певного місця для розміщення і це місце бажано розташувати неподалік командування. Найбільше користі «червоні команди» приносять, коли максимально наближені до осіб, які приймають остаточні рішення, але, водночас, потребують і певної відстані від них. Завдяки близькому розташуванню «червоної команди» керівники можуть

простежити, щоб всі їхні побажання були враховані, а дистанціювання забезпечить «червону команду» простором та незалежністю, необхідними для вільного мислення.

Фахівці вважають, що оптимальна кількість членів «червоної команди» становить від п'яти до одинадцяти осіб. Важливо долучити чоловіків та жінок із хорошими навичками аналітичного та критичного мислення, вмінням мислити нестандартно і уважних до деталей. Важливо, щоб до складу «червоної команди» увійшли представники обох статей, досвідчені співробітники і новачки, представники різних поколінь. Сенс цього полягає в тому, щоб «червона команда» була здатною використовувати різні погляди та якнайширше коло ідей. Чим різноманітніше буде склад «червоної бригади», тим краще вона роздивиться стратегію, план або проблему, більше помітить і запропонує оригінальні варіанти. З метою уникнення групового мислення вже у самій «червоній команді», доцільно проводити постійні заміни частини її членів. Крім того, наприклад, американські фахівці вважають, що корисно мати у складі команди хоча б одну людину, яка добре знається на питанні, яке збираються аналізувати.

Успішна робота «червоної команди» залежить від її здатності поглянути на ту або іншу проблему з якомога більшої кількості варіантів. У війську ж, зазвичай, намагаються знайти рішення якомога швидше, а вже потім з'ясовують, яким чином його реалізувати. Метою діяльності «червоної команди» має бути розгляд якомога більшої кількості різних варіантів і ідей, з яких потім буде обране те, що є найкращим.

Методи, що може використовувати «червона команда» та порядок їх використання залежатимуть від характеру проблеми, часу та інших ресурсів.

Для ефективної роботи «червоної команди» необхідно, щоб голос кожного її члена був почутий і зрозумілий. Звичайно, що у жорсткій ієрархічній системі силових структур це виявляється складним завданням.

Разом з тим, найкращий аналіз чи висновок «червоної команди» не буде нічого варті, якщо ніхто не зверне на нього увагу. Для цього «червона команда» має викласти свої висновки таким чином, щоб вище

командування не лише вислухало, а й почуло їх. Ось чому ефективні внутрішні комунікації є найважливішою складовою якісної роботи «червоної команди».

«Червона команда» ніколи не повинна піддавати сумніву результати своєї роботи заради бажання не травмувати чийсь почуття, або, ще гірше, на догоду старшому начальнику.

В той же час, військові керівники (органи військового управління), у чітких інтересах працює «червона команда», повинні пам'ятати, що її завдання – не розробити кращий план чи рішення, а вдосконалити ті варіанти, що є. Керівники повинні бути готовими до того, що іноді, проблеми, помічені «червоною командою», можуть виявитися настільки важливими, що доведеться приймати рішення цілком відмовитися від виконання плану.

Ми вже казали, що військо – ієрархічна структура, а таким структурам важко критично переглядати власні стратегії і плани. Старші начальники, зазвичай, заохочують дотримання порядку та конформність, замість того, щоб заохочувати допитливість та винагороджувати інноваційність. Часто, старші начальники внутрішньо намагаються уникати (забороняти) будь-яку критику, тому що переймаються через те, що ця критика може стати зброєю проти них у руках вищого командування чи амбітних підлеглих. Великій кількості військових керівників подобаються прості рішення, які не потребують багато зусиль для реалізації. Але, постійний пошук найпростіший виходів, призводить до регресу і деградації.

Звичайно, що членам армійських «червоних команд» знадобиться сміливість, щоб вказувати на недоліки у плані старшого начальника, а командирам (начальникам) знадобиться «сміливість» приймати поради та дозволити оскаржувати їх рішення молодшим за них.

Висновки. Таким чином, ми бачимо, що використання «червоних команд» може значно покращити процес прийняття важливих рішень органами воєнного управління, визначення кращих форм та способів застосування підрозділів Сил оборони України.

Застосовуючи «червоні команди» командири (начальники), органи військового

управління зможуть краще планувати, ефективніше запроваджувати інновації у військовій справі та перетворитись на тих, хто змінює правила гри, замість того, щоб бути аутсайдером.

можуть бути: обґрунтування методик, нових способів і прийомів роботи «червоних команд», відповідно до досвіду ведення бойових дій в ході російсько-української війни.

Перспективними напрямками подальшого дослідження порушених питань

Список використаних джерел

1. Гоффман Б. Червона команда. Як нестандартне мислення спричинило революцію в армійському укладі та як воно може трансформувати ваш бізнес / Брайс Г. Гоффман. – Харків: «Ранок», 2020. – 256 с.
2. Гюнтер А. Коли всі просто кажуть «так» – Уникнення групового мислення в ретроспективі [Електронний ресурс] / А. Гюнтер // Echometer. – 2020. – Режим доступу до ресурсу: <http://surl.li/tbifz>.
3. А. Неурова, А. Романишин Психологія індивідуальної роботи з військовослужбовцями: навчально-методичний посібник / А. Неурова, А. Романишин. – Київ, 2023. – 335 с.
4. Спрямованість це [Електронний ресурс] // Українській психологічний ХАБ – Режим доступу до ресурсу: <http://surl.li/tblth>.
5. Червона команда [Електронний ресурс] // Вікіпедія – Режим доступу до ресурсу: <http://surl.li/tgxpa>.
6. Yingling P. Our cover story [Електронний ресурс] / Paul Yingling // Armed Forces Journal. – 2007. – Режим доступу до ресурсу: <http://armedforcesjournal.com/our-cover-story/>.

References

1. Hoffman B. (2000) Chervona komanda. Yak nestandardne myslennia sprychynylo revoliutsiiu v armiiskomu ukladi ta yak vono mozhe transformuvaty vash biznes / [Red team. How out-of-the-box thinking revolutionized the military and how it can transform your business]// Brais H. Hoffman. – Kharkiv: «Ranok». – 256 s. (in Ukrainian).
2. Hiunter A. (2020). Koly vsi prosto kazhut «tak» – Unyknennia hrupovoho myslennia v retrospektyvi [Elektronnyi resurs] [When Everyone Just Says Yes – Avoiding Groupthink in Hindsight] / A. Hiunter // Echometer. — Rezhym dostupu do resursu: <http://surl.li/tbifz>. (in Ukrainian).
3. A. Neurova, A. Romanyshyn (2023). Psykholohiia indyvidualnoi roboty z viiskovosluzhbovtsiamy: navchalno-metodychnyi posibnyk / [Psychology of individual work with military personnel: educational and methodological manual] Kyiv. – 335 s. (in Ukrainian).
4. Spriamovanist tse [Elektronnyi resurs] [Directionality is]// Ukrainskii psykholohichniy KhAB – Rezhym dostupu do resursu: <http://surl.li/tblth>. (in Ukrainian).
5. Chervona komanda [Elektronnyi resurs] [Red team] // Vikipediia – Rezhym dostupu do resursu: <http://surl.li/tgxpa>. (in Ukrainian).
6. Yingling P. (2007) Our cover story [Elektronnyi resurs] / [Elektronnyi resurs] // Armed Forces Journal. – Rezhym dostupu do resursu: <http://armedforcesjournal.com/our-cover-story/>. (in USA).

Summary

"RED TEAMS" AS A MEANS OF IMPROVING THE DECISION-MAKING PROCESS BY MILITARY ADMINISTRATION BODIES

Romanishin A. *Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor Scientific-Research Center for Humanitarian Problems of the Armed Forces of Ukraine*

Neurova A. *Candidate of Psychology Sciences, Associate Professor, psychologist of the National Guard of Ukraine*

The article considers the issue of implementing the concept of "red teams" during decision-making, especially in combat (extreme) conditions, determining the best forms, methods and methods of their activity.

Introduction. *The experience of repulsing full-scale Russian aggression clearly shows that achieving victory in modern combat, fast and high-quality mastering of the latest equipment and weapons, maintaining combat readiness are possible only in the conditions of coordination of joint actions of servicemen in a cohesive group (team, team).*

In the military-professional sphere, cohesion manifests itself as combat effectiveness, coherence. Joint performance of functional duties contributes to a kind of mutual reduction of socio-psychological differences of servicemen. Thus, the effectiveness of joint combat activities improves. Military personnel can use the same skills and abilities, similar habits are formed in them, even outwardly they imitate each other in many ways.

If for the personnel of primary military groups (commands, collectives), such as a platoon, a company, high cohesion is, more often, a positive aspect that contributes to the performance of combat tasks, then for commanders and officials who manage the troops, it can have not only positive, but also negative consequences.

The fact is that high organization, unity of views, emotional satisfaction with each other in the presence of a strong and authoritative leader create conditions for the appearance of such a negative phenomenon as groupthink in a group (team, team-it) like groupthink- is the way of thinking that people fall into when they are members of a highly cohesive group, when group members' efforts to achieve unanimity drown out their motivation to realistically evaluate alternative paths.

All this can negatively affect, and often does, the comprehensive validity and further effectiveness of the decisions made by the commanders (chiefs), because it does not allow to objectively consider all the factors that can affect their implementation.

In our opinion, one of the forms of preventing the negative influence of group thinking on the process of making important decisions is the creation and use of so-called "red teams".

therefore, working out proposals regarding the forms and methods of applying the concept of "red teams" to improve the process of making administrative decisions by the military administration bodies.

Purpose. *The purpose of the article is the theoretical analysis of scientific sources on the researched problem, proving the need to improve the process of making balanced and well-founded decisions by the military administration, determining the best forms and methods of applying the concept of "red teams".*

Methods. *Methods of scientific research were used to solve the research tasks: analysis of scientific and pedagogical sources, comparison, generalization, systematization, survey.*

Conclusion. *Thus, we see that the use of "red teams" can significantly improve the process of making important decisions by the military administration bodies, determining the best forms and methods of use of units of the Defense Forces of Ukraine.*

By applying "red commands" to commanders (chiefs), military authorities will be able to plan better, innovate more effectively in the military, and become game changers instead of outsiders.

Prospective directions for further research of the raised issues can be: substantiation of methods, new ways and methods of work of the "red teams", according to the experience of conducting combat operations during the Russian-Ukrainian war:

Keywords: *cohesion; group thinking; "red team"; military management.*

Концептуалізація – Неурова А. Б.

Методика – Романишин А. М.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 27.06.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 30.07.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ПСИХОЛОГІЧНА ГНУЧКІСТЬ ТА ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ
СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Свідерська О. І. кандидат політичних наук
Національний університет «Львівська політехніка»
<https://orcid.org/0000-0001-6618-0559>

Піхович І. А. здобувачка другого рівня вищої освіти
за спеціальністю «Психологія»
Національний університет «Львівська політехніка»
<https://orcid.org/0009-0004-5462-5281>

Досліджується психологічна гнучкість як індивідуальна психологічна властивість особистості, яка включає у себе здатність зберігати можливість особи бути відкритою до нового досвіду, усвідомлювати та приймати узгоджені, індивідуальні поведінкові стратегії, що виникають як реакції у відповідь на ті чи інші життєві обставини, а також усвідомлювати ціннісні уявлення та переконання. Виокремлено її особливості у контексті особистісної життєстійкості та здійсненності через визначення їхніх взаємозв'язків.

Ключові слова: психологічна гнучкість; психологічна стійкість; життєстійкість; особистісна здійсненність; відкритість досвіду.

Вступ. До постпандемічної епохи актуальність дослідження психологічної гнучкості, попри постійні трансформаційні процеси у житті сучасної людини, не була настільки переконливою. Наративи про те, що світ переважною своєю більшістю формує екологічне мислення та сповідує терпимість до інших: поважає інші цінності чи толерує будь-яку відмінність, частково вихолощували необхідність досліджувати певні особистісні характеристики, такі як адаптація чи психологічна гнучкість. Адже у відносно безпечному світі фокус переміщувався на інші предмети, наприклад успішність, креативність, критичне мислення, особливості віртуальної поведінки. Однак 2020 рік, а згодом і початок кривавого широмасштабного вторгнення РФ на територію України, змушують по-новому вивчати цілий спектр психологічних особливостей людини, її здатності бути стійкою та зберігати рівновагу у ситуаціях, які доволі часто виходять за межі нормальності. Симулятивне уявлення про безпечний світ та викристалізована віра у своєрідний пацифізм сформували цілі покоління людей, які жодним чином не були готові до нових викликів 2022 року. Сьогодні українське суспільство перебуває у надскладній соціально-політичній ситуації, наслідком якої є погіршення психологічного благополуччя цілої нації, що, безсумнівно, формує нову хвилю досліджень адаптації, психологічної гнучкості, посттравматичного зростання та ін. Ці теми не є новими, позаяк усім добре відомі роботи, зокрема й В.

Франкла, які у повоєнний час зробили вагомий внесок у розуміння важливості усвідомленості та психологічної гнучкості для людського виживання у критичних умовах. Однак, попри все вважаємо за необхідне постійно слідкувати за рівнем психологічної гнучкості українського населення, адже нікому напевно невідомо наскільки тривалою буде дія воєнного стрес-фактору на психіку людини, а особиста гнучкість є саме тією властивістю, яка відображає здатність людини реагувати на життєві виклики через адаптацію та відкритість новому.

Теоретичне підґрунтя. У контексті даного дослідження особливої цікавості набули напрацювання українських та закордонних дослідників. Так, поняття особистісної гнучкості вивчалося Т. Kashdan, J. Rottenberg, J. Doorley, F. Goodman, K. Cherry, Л. Балецька, О. Іщук, О. Лукасевич. Життєстійкість розглядається Н. Hettman, S. Luthar, I. Robertson, C. Cooper, Т. Титаренко, Т. Ларіною та ін.

Метою статті є визначення психологічних та ставових особливостей психологічної гнучкості у контексті життєстійкості студентської молоді.

Для досягнення мети у статті поставлено такі **завдання**:

- Концептуалізувати поняття психологічна гнучкість та життєстійкість;
- Здійснити аналіз українських та закордонних досліджень за даною тематикою;
- Здійснити аналіз емпіричного дослідження: порівняти рівень психологічної

стійкості за статтю та визначити взаємозв'язок психологічної гнучкості із показниками життєстійкості та особистої здійсненності.

Методи дослідження. У роботі використано загальнонаукові і спеціальні методи дослідження: теоретичні – аналізу й синтезу, при дослідженні поняття психологічної гнучкості та життєстійкості; індукції та дедукції – через призму спостереження за особливостями прояву психологічної гнучкості студентства в умовах російсько-української війни; науково-аналітичний метод, вивчення наукової психологічної літератури з теми дослідження; емпіричні: метод опитування та анкетування; для опрацювання результатів дослідження використовувались методи програми SPSS версії 22, зокрема порівняльного аналізу за Т-Критерієм Стюдента та кореляційного аналізу за критерієм Пірсона. Дослідження здійснене із використанням комплексу методик: опитувальника психологічної гнучкості CompACT (A. Francis); тесту життєстійкості С. Мадді та опитувальника особистої здійсненності О. Штепи.

Результати і обговорення. Перш за все варто розглянути поняття гнучкості як особистісної властивості. Загалом, гнучкість, із психологічної точки зору, є доволі багатогранним поняттям, яке охоплює адаптивність, відкритість до змін й здатність моделювати когнітивні та поведінкові реакції відповідно до ситуативних умов, в яких перебуває людина. Це узагальнюючий термін, що охоплює різне психологічне функціонування, відображаючи динамічну взаємодію між когнітивними, емоційними та поведінковими процесами, що у сукупності сприяє адаптивності та формуванню життєстійкості людини. Аналізуючи літературу із даної проблематики, нам вдалося вирізнити кілька видів гнучкості: психологічна гнучкість, когнітивна гнучкість, поведінкова гнучкість, емоційна гнучкість.

Цікавий підхід до розуміння психологічної гнучкості пропонують С. Хейз і К. Г. Вілсон – представники терапії прийняття та прихильності (Acceptance and Commitment Therapy або ж АСТ). Центральним у терапії АСТ є розвиток психологічної гнучкості – здатності адаптивно реагувати на внутрішній і зовнішній досвід (Hayes S. C., Strosahl K. D., Wilson K. G., 2011). Автори пропонують модель «Гексафлекс», яка пояснює структуру психологічної гнучкості через шість основних

процесів і принципів: *когнітивне розвантаження* – передбачає дистанціювання від некорисних думок і зменшення їхнього впливу; *прийняття* – передбачає визнання та прийняття думок і почуттів без осуду чи уникнення; *усвідомлення моменту тут і тепер* – зосередження на тому, щоб бути повністю залученим і присутнім у поточному моменті; *Я-як контекст* – здатність спостерігати за собою з позиції ширшої перспективи, визнаючи, що думки і почуття швидкоплинні; прояснення цінностей – визначення та прояснення особистих цінностей і довгострокових цілей; цілеспрямовані дії – вчинення цілеспрямованих, заснованих на цінностях дій, що відповідають визначеним цінностям (Hayes S. C., Strosahl K. D., Wilson K. G., 2011).

Когнітивна гнучкість має психічну здатність переключатися між різноманітними когнітивними процесами, стратегіями, або ж перспективами вибору у відповідь на зміну вимог або стимулів навколишнього середовища. Л. Балецька (2016), підкреслює, що когнітивна гнучкість, як ключовий вимір загальної гнучкості, зосереджується на адаптивності і пластичності когнітивних процесів. Вона передбачає здатність змінювати когнітивні стратегії, налаштовувати мисленнєві процеси, змінювати перспективи вибору. Отже, за своєю суттю, когнітивна гнучкість характеризується певною мисленнєвою спритністю, що дозволяє людям із легкістю вирішувати різноманітні когнітивні завдання та проблеми. У концепції Р. Фейєрштейна (1991), когнітивна гнучкість означає здатність адаптувати свої когнітивні процеси, стратегії та підходи до вирішення проблем у відповідь на мінливі вимоги зовнішніх завдань. Автор цієї концепції підкреслює, що когнітивна гнучкість – це набута навичка і невід'ємний аспект навчання. Таким чином, ідеї цієї теорії водночас мають доволі значний вплив на освітні практики, зокрема, спеціальну освіту.

Емоційна гнучкість розглядається як динамічний та адаптивний процес, який передбачає здатність сприймати, розуміти та регулювати свої емоції у відповідь на мінливі зовнішні обставини. У літературі доволі часто емоційну гнучкість прирівнюють до емоційної зрілості чи емоційного інтелекту. Особливостями емоційної гнучкості є вміння розпізнавати та приймати свої емоції, не залежно від позитивного чи негативного

їхнього спектру; вміння виражати емоції у спосіб, який є автентичним і соціально прийнятним; здатність до саморегуляції інтенсивності та тривалості емоційних реакцій, які виникли внаслідок певної ситуації. Модель регуляції емоцій, запропонована Дж. Гроссом (2002), підкреслює важливість стратегій, орієнтованих на попередній досвід здобутий під час певних подій та реакції на ці події. До цієї моделі автор включає когнітивну переоцінку (зміну способу мислення про ситуацію) і експресивне придушення (пригнічення емоційних проявів). Емоційна гнучкість в рамках цієї моделі передбачає здатність застосовувати різні стратегії регуляції емоцій, у залежності від ситуацій. Теорія регуляції афектів стверджує, що емоції є основними афективними переживаннями, які люди намагаються регулювати (Mesquita B., 2016). Особливостями поведінкової гнучкості є готовність сприймати та впроваджувати нові моделі поведінки або підходи до неї; ефективне визначення та впровадження рішень у відповідь на зовнішні виклики; демонстрація різних моделей поведінки та реагування, придатні для різних контекстів. У порівнянні із гнучкістю, життєстійкість – це динамічна життєва орієнтація, яка сприяє ефективній адаптації особи в умовах несприятливих обставин. С. Мадді (2002) пояснює життєстійкість як сукупність настанов та переконань, які формують ставлення людини до стресових ситуацій, сприяючи розвитку стійкого мислення. С. Кобаса, дослідження якої передували Мадді, означувала життєстійкість як психологічну характеристику, що виходить за межі звичної стресостійкості. На переконання дослідниці, життєстійкість охоплює три фундаментальні компоненти: *залученість*, *контроль* і *виклик*. С. Мадді також виділив компоненти стійкості, назвавши їх «три С» (Commitment, Control, Challenge): *залученість* – це багатогранний психологічний конструкт, який відображає глибоку включеність людини в життя, в її прагнення та цілі, незважаючи на наявність негативних життєвих обставин. Цей компонент охоплює когнітивний, емоційний та поведінковий виміри, що сприяють здатності людини ефективно долати труднощі; *контроль* – певний конструкт, що відображає віру людини у власну здатність впливати на результати свого життя та керувати ними. Цей

компонент є невід'ємною складовою життєстійкості; *виклик* (або прийняття ризику) – це конструкт, який відображає схильність людини розглядати стресові ситуації як можливості для зростання і розвитку, а не як нездоланні загрози. Цей компонент включає когнітивний, емоційний та поведінковий аспекти, що сприяють здатності людини орієнтуватися в ситуації та досягати позитивних результатів в умовах несприятливих обставин. Отже, суть життєстійкості полягає в її природі, що включає когнітивну гнучкість, емоційну регуляцію, а також репертуар стратегій подолання перешкод. По суті, життєстійкість втілює притаманну людині здатність використовувати внутрішні та зовнішні ресурси, сприяючи досягненню психологічної рівноваги, яка пом'якшує негативний вплив стресорів. Ця адаптивна здатність дозволяє людям не тільки переносити труднощі, але й виходити з них зміцнілими і адаптованими. У дослідженні О. Кузнецової (2010) життєстійкість особистості має взаємозв'язок із адаптивністю та самоактуалізацією особистості. Дослідниця вказує: особи із високою життєстійкістю демонструють підвищений рівень адаптивності, що дає їм змогу реагувати гнучко та зберігати психоемоційну стійкість в умовах мінливих обставин. Також ключовими рисами адаптивності життєстійких людей є емоційна стабільність, проактивний підхід до досягнення цілей, готовність до змін, конструктивні дії у подоланні невдач, а також вміння розпізнавання та ієрархізація соціальних сигналів.

Отже, симбіотичний зв'язок між життєстійкістю та гнучкістю є невід'ємною частиною адаптивного функціонування особистості. Життєстійкість, як певний фундаментальний аспект, формує психологічний буфер, що дозволяє людям конструктивно долати негативні життєві обставини завдяки відповідним реакціям на стрес, когнітивній переоцінці, а також стратегіям подолання. Водночас, гнучкість доповнює стійкість, забезпечуючи когнітивні та поведінкові інструменти, необхідні для адаптивного функціонування.

Для досягнення поставленої мети було проведено дослідження серед студентської молоді, участь у якому взяли 44 респонденти віком від 17 до 24 років, з них 18 хлопців та 26 дівчат. У роботі використано наступні

методики: опитувальник психологічної гнучкості, CompACT (A. Francis, 2016); тест життєстійкості С. Мадді та опитувальник особистої здійсненності О. Штепи (2018). CompACT призначений для оцінки здатності людини адаптивно реагувати на когнітивні, емоційні та поведінкові життєві виклики, а основна його мета – зафіксувати складний взаємозв'язок між прийняттям, усвідомленістю, проясненням цінностей і цілеспрямованими діями. Опитувальник містить три шкали: відкритість до досвіду (альфа Кронбаха = 0.90); поведінкова обізнаність (альфа Кронбаха = 0.87); ціннісні дії (альфа Кронбаха = 0.90). Загальний показник Альфа Кронбаха для методики – 0.87. Опитувальник життєстійкості С. Мадді – психометричний інструмент, призначений для вимірювання психологічного конструкту життєстійкості, який дозволив отримати результати за такими шкалами як залученість (альфа Кронбаха = 0.69), контроль (альфа Кронбаха = 0.57), прийняття ризику (альфа Кронбаха = 0.69), життєстійкість (альфа Кронбаха = 0.73). Загальний показник Альфа Кронбаха для методики – 0.95. Опитувальник особистої здійсненності О. Штепи призначений для вимірювання рівня самоздійснення людини, що є критично важливим аспектом психологічного благополуччя та задоволеності життям. Опитувальник спрямований на систематичну оцінку того, наскільки люди сприймають життя як осмислене, цілеспрямоване та узгоджене з їхніми особистими цінностями та цілями. Основна мета опитувальника – надати кількісну оцінку здійсненності. Опитувальник містить 4 шкали та загальний показник: шкала чітко поставлені цілі (альфа Кронбаха = 0.87),

прийняття іншого (альфа Кронбаха = 0.88), продуктивне усамітнення (альфа Кронбаха = 0.90), відповідальність (альфа Кронбаха = 0.89), а також загальний рівень особистісної здійсненності (альфа Кронбаха = 0.87).

Для встановлення відмінностей між хлопцями та дівчатами у проявах різних компонентів психологічної гнучкості було використано t-критерій Стьюдента для незалежних вибірок (усі шкали, окрім поведінкової активності мають нормальний розподіл згідно критерію Шапіро-Уїлка). Отже, виявлено статистично значущі відмінності між хлопцями та дівчатами за параметрами узгодженість цінностей ($t = -3,645, p < 0,001$) та психологічна гнучкість $t = -2,299, p < 0,05$). Вищі показники обох параметрів спостерігаються у представників жіночої статі що, свідчить про те, що у середньому дівчата демонструють більшу узгодженість між своїми діями та ціннісними переконаннями. Ця узгодженість може проявлятися як своєрідний моральний компас, що керує прийняттям рішень і поведінкою відповідно до особистих переконань. Аналогічно, вищий рівень психологічної гнучкості, що також спостерігається в учасниць опитування, вказує, що у середньому дівчата демонструють більшу здатність адаптуватися до мінливих обставин, ефективно справлятися зі стресом та проявляти відкритість та гнучкість у сприйнятті нового.

Проведений кореляційний аналіз за критерієм Пірсона дозволив виокремити цілий ряд статистично значимих взаємозв'язків між показниками психологічної гнучкості, життєстійкості та особистісної здійсненності (див. рис. 1).

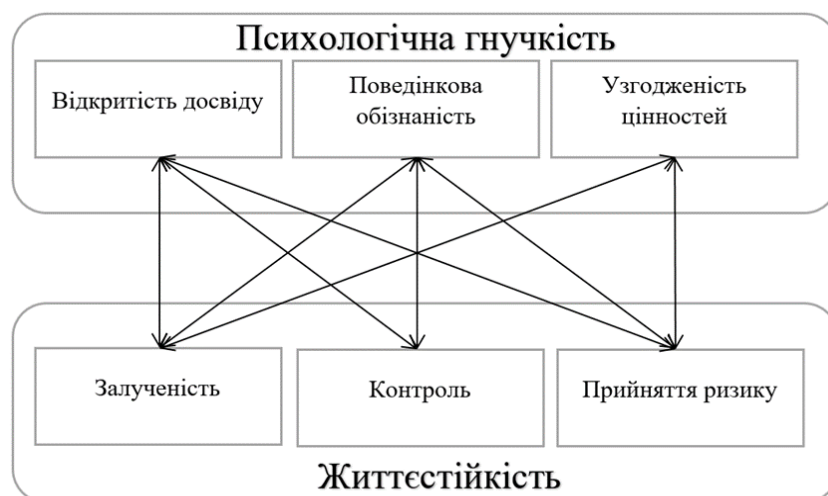


Рис. 1. Зв'язок психологічної гнучкості та життєстійкості особистості

Виявлено взаємозв'язок шкали «відкритість досвіду» із такими показниками як залученість ($r=0,722$, $p<0,01$), контроль ($r=0,693$, $p<0,01$), прийняття ризику ($r=0,758$, $p<0,01$) та життєстійкість ($r=0,756$, $p<0,01$). Дуже цікавим у цьому контексті є підхід К. Роджерса (1961) щодо пояснення відкритості досвіду як психологічної характеристики, позаяк у його розумінні, вона є важливою передумовою процесу формування зрілої, всебічно реалізованої особистості, яка усвідомлює свої можливості, вміє творчо вирішувати внутрішні конфлікти та досягати поставлених цілей. Це щось, що уособлює ставлення особи до світу, що ототожнюється зі ставленням відкритості до людей, речей, нових думок, нових почуттів і потреб особистісної трансформації. Згідно теорії К. Роджерса, люди, відкриті до досвіду схильні до постійного самоаналізу, оскільки протягом усього свого життя вони переживають постійну оцінку й переоцінку ціннісної системи, спираючись на досвід, який отримують ззовні. Отже, особа, відкрита до досвіду виявляє гнучкість особистісного «Я», постійно працює над власним вдосконаленням та набуває нових вмінь у процесі життєдіяльності. Таким чином, міцні кореляційні зв'язки між цими показниками вказують, що особи, відкриті досвіду мають тенденцію демонструвати більш вищий рівень життєстійкості за кількома її вимірами: включеністю у життя, розуміння власних цілей, відчуттям контролю над життєвими обставинами, позитивним ставленням до викликів та, зрештою, вищим рівнем загальної життєстійкості.

Шкала «поведінкова обізнаність» має взаємозв'язок із такими показниками як залученість ($r=0,790$, $p<0,01$), контроль ($r=0,736$, $p<0,01$), прийняття ризику ($r=0,640$, $p<0,01$) та життєстійкість ($r=0,776$, $p<0,01$). Ці зв'язки вказують, що особи із вищим рівнем усвідомленості своїх дій та поведінки також мають тенденцію демонструвати вищий рівень життєстійкості за кількома вимірами. Отже, особи, які краще усвідомлюють поведінку, можуть мати підвищену здатність адаптуватися та ефективно реагувати на різні стресові фактори. Встановлено взаємозв'язок шкали «узгодженість цінностей» із такими показниками як залученість ($r=0,330$, $p<0,05$),

контроль ($r=0,383$, $p<0,05$), та життєстійкість ($r=0,334$, $p<0,05$). Пряма кореляція між ними свідчить, що особи, які демонструють сильну узгодженість між цінностями та діями, з більшою ймовірністю будуть слідувати індивідуальним цілям та прагненням. Таке узгодження може виконувати спрямовуючу функцію, формуючи життєву мету та мотивацію досягнення, які виникають з чіткої та послідовної системи цінностей. У цьому контексті особи, які відчують узгодженість між своїми цінностями та поведінкою, можуть відчувати вищий ступінь контролю над своїм життям. Взаємозв'язок між ціннісною узгодженістю та життєстійкістю свідчить, що люди, які усвідомлюють та реалізують поведінкову стратегію через призму ціннісної системи, можуть краще використовувати свої внутрішні ресурси для подолання життєвих перешкод, і досягати поставлених цілей із максимально збереженим психологічним благополуччям. Також встановлено, взаємозв'язок показника «психологічна гнучкість» із такими показниками як залученість ($r=0,812$, $p<0,01$), контроль ($r=0,790$, $p<0,01$), прийняття ризику ($r=0,728$, $p<0,01$) та життєстійкість ($r=0,826$, $p<0,01$). Отже, можна сказати, що психологічна гнучкість, яка характеризується адаптивністю мислення, поведінки та емоційної регуляції, є фундаментальною навичкою, яка лежить в основі життєстійкості особистості. Винятково високі кореляції свідчать про те, що особи, які можуть виявляти психологічну гнучкість у негативних життєвих обставинах, з більшою ймовірністю демонструватимуть життєстійкість у різних її вимірах. Психологічна гнучкість сприяє досягненню цілей, відчуттю контролю над особистим життям та обставинами, формує вміння усвідомлювати та приймати ризики, а відтак ми можемо говорити про певне усвідомлення відповідальності за прийняття рішень, що в сукупності сприяє підвищенню загальної життєстійкості.

Також проаналізовано взаємозв'язки між методикою психологічної гнучкості та методикою особистісної здійсненності, яка виявляється у таких особистісних властивостях як чіткість цілей, прийняття іншого, продуктивне усамітнення та відповідальність (див. рис. 2).

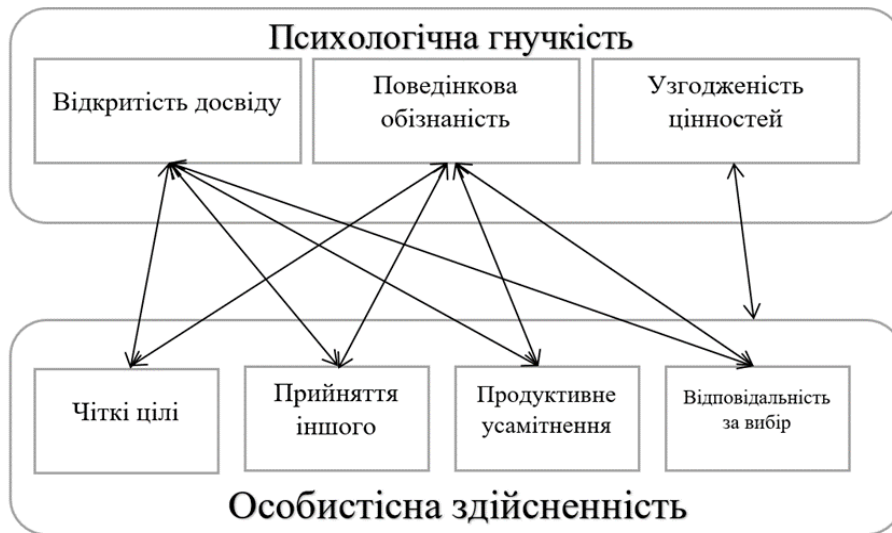


Рис. 2. Зв'язок психологічної гнучкості та особистісної здійсненності

Важливо підкреслити, що опитувальник особистої здійсненності спрямований на систематичну оцінку того, наскільки люди сприймають життя як осмислене, цілеспрямоване та узгоджене з їхніми особистими цінностями та цілями. Так, у результаті проведеного аналізу встановлено, що шкала відкритості досвіду має кореляційні взаємозв'язки із показниками чітко поставлених цілей ($r=0,430$, $p<0,01$), прийняття іншого ($r=0,302$, $p<0,05$), продуктивного усамітнення ($r=0,338$, $p<0,05$) відповідальності за власний вибір ($r=0,372$, $p<0,05$) та особистісна здійсненність ($r=0,479$, $p<0,01$). Отже, можемо сказати, що особи з вищими показниками відкритості досвіду демонструють когнітивний та афективний стиль, який сприяє більш повноцінному життю. Вони формують та усвідомлюють особистісні життєві цілі, демонструють терпимість та прийняття до інших, знаходять цінність в усамітненні, беруть на себе відповідальність за свій вибір і виявляють вищий рівень особистої реалізованості. Шкала поведінкова обізнаність корелює із показниками чітко поставлених цілей ($r=0,608$, $p<0,01$), прийняття іншого ($r=0,495$, $p<0,01$), продуктивного усамітнення ($r=0,389$, $p<0,01$) відповідальності за власний вибір ($r=0,600$, $p<0,05$) та особистісна здійсненність ($r=0,694$, $p<0,01$). З психологічної точки зору, поведінкова усвідомленість відображає уважність та свідоме ставлення людини до власної поведінки, дій та вибору. Можемо говорити, що чим більше особа демонструє цю усвідомленість, тим більше у життєвій реалізації вона виявляти усвідомленість

життєвих цілей, терпимість до інших, схильність до саморефлексії через усамітнення та самоспостереження, а також вміння брати відповідальність за своє життя та вибір.

Існують також статистично значимі взаємозв'язки загального показника психологічної гнучкості та особистісної здійсненності у зрізі чітко поставлених цілей ($r=0,557$, $p<0,01$), прийняття іншого ($r=0,453$, $p<0,01$), продуктивного усамітнення ($r=0,419$, $p<0,01$) відповідальності за власний вибір ($r=0,517$, $p<0,05$) та особистісної здійсненності ($r=0,644$, $p<0,01$). Власне, із психологічної точки зору, психологічна гнучкість охоплює здатність адаптувати свої когнітивні процеси, поведінку та емоційні реакції до мінливих обставин. Виявлені кореляційні зв'язки вказують, що особи із високим рівнем психологічної гнучкості більш схильні ставити чіткі життєві цілі, підтримувати гармонійні міжособистісні стосунки, знаходити цінність в усамітненні, брати на себе відповідальність за вибір і, як наслідок, усвідомлювати свій рівень особистісної здійсненності.

Висновки. Підсумовуючи, акцентуємо: психологічна гнучкість – це індивідуальна психологічна властивість особистості, яка включає у себе здатність зберігати можливість особи бути відкритою до нового досвіду, усвідомлювати та приймати узгоджені, індивідуальні поведінкові стратегії, які виникають як реакції у відповідь на ті чи інші життєві обставини, а також усвідомлювати ціннісні уявлення та переконання. Виходячи із результатів

дослідження варто підкреслити, що психологічна гнучкість є однією із перспективних індивідуальних характеристик, яка потребує підтримки та розвитку, особливо у ситуаціях кризи, зумовлених війною. До сьогодні існує чимало розвідок про взаємозв'язок життєвої стійкості та внутрішньої (психологічної гнучкості), зокрема це дуже гарно прописано у книзі В. Франкла «Людина у пошуку справжнього сенсу. Психолог у концтаборі». Це дослідження є ще одним підтвердженням тези про те, що життєстійкість варто

розвивати через наповнення внутрішнього світу: готовності бути відкритим новому, усвідомленості та узгодженості індивідуальних ціннісних переконань та поведінки, що у підсумку сприятиме формуванню психологічної гнучкості. Дане дослідження має гарну перспективу продовження у контексті вивчення взаємозалежності психологічної, емоційної та когнітивної гнучкості та визначення їхньої взаємодії із життєстійкістю різних груп людей, особливо військовослужбовців та їх родин, а також вимушено-переміщених осіб.

Список використаних джерел:

1. Балецька Л. (2016). Когнітивна гнучкість: діагностична репрезентативність. Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: Психологія, (3). URL: <https://cutt.ly/wesk1ubi>
2. Кузнецова О. В. (2010). Адаптивність та самоактуалізація: специфіка співвідношення в психологічному портреті життєстійкої особистості. Наука і освіта. № 9. 86–91.
3. Штепа О. С. (2018). Опитувальник особистісної здійсненності: теоретичні підстави для розробки та результати апробації. Психологічний часопис, (5). 196–223.
4. Feuerstein, R., Feuerstein, S. (1991). Mediated learning experience: A theoretical review. Mediated learning experience: Theoretical, psychosocial, and learning implications. 3–51.
5. Gross J. J. (2016). Emotion regulation affective, cognitive, social and consequences. Psychophysiology. 39 (3). 281–291.
6. Hayes S. C., Strosahl K. D., Wilson K. G. (2011). Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change. Guilford press.
7. Kobasa S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. Journal of Personality and Social Psychology, 37 (1). 1–11.
8. Maddi S. R. (2002). The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. Consulting psychology journal, 54 (3), 173.
9. Maddi, S. R., Brow, M., Khoshaba, D. M., Vaitkus, M. (2006). Personal Views Survey, Third Edition-Revised (PVS III). Francis, A. W., Dawson, D. L., Golijani-Moghaddam, N. (2016). The development and validation of the Comprehensive assessment of Acceptance and Commitment Therapy processes (CompACT). Journal of Contextual Behavioral Science, 5(3). 134–145.
10. Mesquita B. (2016). The legacy of Nico H. Frijda (1927–2015). URL: <http://surl.li/nuzeu>
11. Rogers, C. R. (1961). On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy. London: Constable.

References

1. Baletska L. (2016). Kohnityvna hnuchkist: diahnostychna reprezentatyvnist. [Cognitive flexibility: diagnostic representationalism.] Visnyk Natsionalnoi akademii Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy. Seria: Psykholohiia, (3). URL: <https://cutt.ly/wesk1ubi> (in Ukrainian)
2. Kuznietsova O. V. (2010). Adaptivnist ta samoaktualizatsiia: spetsyfika spivvidnoshennia v psykholohichnomu portreti zhyttiistiikoï osobystosti. [Adaptability and self-actualization: the specificity of the relationship in the psychological portrait of a resilient personality.] Nauka i osvita. № 9. 86–91. (in Ukrainian)
3. Shtepa O. S. (2018). Opytuvalnyk osobystisnoi zdiisnennosti: teoretychni pidstavy dlia rozrobky ta rezultaty aprobaty. [Questionnaire of personal feasibility: theoretical basis for development and results of testing.] Psykholohichni chasopys. (5). 196–223. (in Ukrainian)
4. Feuerstein, R., Feuerstein, S. (1991). Mediated learning experience: A theoretical review. Mediated learning experience: Theoretical, psychosocial, and learning implications. 3–51.
5. Gross J. J. (2016). Emotion regulation affective, cognitive, social and consequences. Psychophysiology. 39 (3). 281–291.
6. Hayes S. C., Strosahl K. D., Wilson K. G. (2011). Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change. Guilford press.
7. Kobasa S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. Journal of Personality and Social Psychology, 37 (1). 1–11.
8. Maddi S. R. (2002). The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. Consulting psychology journal, 54 (3), 173.
9. Maddi, S. R., Brow, M., Khoshaba, D. M., Vaitkus, M. (2006). Personal Views Survey, Third Edition-Revised (PVS III). Francis, A. W., Dawson, D. L., Golijani-Moghaddam, N. (2016). The development and

validation of the Comprehensive assessment of Acceptance and Commitment Therapy processes (CompACT). Journal of Contextual Behavioral Science, 5(3). 134–145.

10. Mesquita B. (2016). The legacy of Nico H. Frijda (1927–2015). URL: <http://surl.li/nuzeu>

11. Rogers, C. R. (1961). On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy. London: Constable.

Summary

PSYCHOLOGICAL FLEXIBILITY AND RESILIENCE OF STUDENT

Sviderska O. I. candidate of political sciences
Lviv Polytechnic National University

Pikhovych I. A. master's student,
specialty "Psychology"
Lviv Polytechnic National University

Introduction. The article examines the concept of psychological flexibility as an individual psychological property of a person, which includes the ability to maintain the ability of a person to be open to new experiences, to be aware of and adopt coordinated, individual behavioral strategies that arise as reactions in response to certain life circumstances, as well as to be aware of value ideas and beliefs. During the study, statistically significant differences between boys and girls were found in terms of values consistency and psychological flexibility. It has been proven that, on average, girls demonstrate greater consistency between their actions and value beliefs and have a higher level of psychological flexibility. It was found that individuals with higher psychological flexibility are more inherent in resilience, which is manifested in such indicators as involvement, control, and risk acceptance. It is also determined that individuals with a higher level of psychological flexibility have more personal feasibility in terms of clearly set goals, acceptance of others, productive solitude, responsibility for one's own choices. In conclusion, psychological flexibility, which is characterized by the adaptability of thinking, behavior, and emotional regulation, is a fundamental skill that underlies the vitality of an individual. Exceptionally high correlations indicate that individuals who can demonstrate psychological flexibility in negative life circumstances are more likely to demonstrate resilience in its various dimensions and have a high capacity for self-fulfillment.

Purpose. To determine the psychological and gender characteristics of psychological flexibility in the context of student youth's resilience.

Methods. The work uses general scientific and special research methods: theoretical - analysis and synthesis, when studying the concept of psychological flexibility and vitality; induction and deduction - through the prism of observation of the peculiarities of the manifestation of psychological flexibility of students in the conditions of the Russian-Ukrainian war; scientific and analytical method, study of scientific psychological literature on the research topic; empirical: survey and questionnaire method; SPSS version 22 methods were used to process the research results, in particular; comparative analysis according to the Student's T-Criterion and correlation analysis according to the Pearson test. The study was carried out using a set of methods: the CompACT psychological flexibility questionnaire (A. Francis); S. Muddy's vitality test and O. Shtepa's personal feasibility questionnaire.

Originality. Peculiarities of psychological flexibility in the context of the resilience of student youth under the influence of the risks and challenges of the war have been researched.

Conclusion. Psychological flexibility is one of the promising individual characteristics that needs support and development, especially in crisis situations caused by war.

- It was found that psychological flexibility is more characteristic of girls;
- It has been proven that individuals with a higher level of psychological flexibility show a higher level of vitality;
- It was determined that individuals with a higher level of psychological flexibility have a greater ability for personal realization.
- The prospect of continuing the research consists in studying the interdependence of psychological, emotional and cognitive flexibility and determining their interaction with the vitality of various groups of people, especially military personnel and their families, as well as forcibly displaced persons.

Keywords: psychological flexibility; psychological resistance; resilience; self-fulfillment; openness to experience.

Концептуалізація – Свідерська О. І.

Методика – Піхович І. А.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 27.06.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 29.07.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**ПРОФІЛАКТИКА ПСИХОГЕННИХ ВТРАТ
У ВІЙСЬКОВИХ ПІДРОЗДІЛАХ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ**

Тютюнник Л. Л. доктор філософії,
старший науковий співробітник
інституту стратегічних комунікацій
Національний університет оборони України
<https://orcid.org/0000-0001-8480-0475>

*Ваша емоційна реакція – це ваш вибір, в будь-якій ситуації.
Джудіт Орлофф*

У статті розглянуто основні чинники психогенних втрат особового складу Збройних Сил України в ході виконання завдань в бойових (екстремальних) умовах. Наведено можливі стресові реакції й психічні стани, викликані бойовими діями. Зазначено основні принципи психопрофілактичної роботи. Висвітлено науково-практичні основи проведення психологічної профілактики психотравматизації військовослужбовців та елементи тренінгової програми, яка спрямована на подолання стресу, запобігання наслідкам травматичних переживань та розвиток стресостійкості. Приділено увагу дієвим методам психологічної профілактики психогенних втрат та надано рекомендації щодо самодопомоги, самовідновлення та збереження психологічного здоров'я учасників бойових дій.

Ключові слова: бойовий стрес; бойові дії; військовослужбовці; психогенні втрати; стресостійкість; психологічна профілактика; психофізіологічна саморегуляція; психічне здоров'я; психологічне здоров'я.

Вступ. Досвід світових війн, локальних збройних конфліктів та бойових дій на території України свідчить, що психологічний стрес є невід'ємною складовою діяльності особового складу військових підрозділів, які виконують завдання за призначенням в бойових (екстремальних) умовах. Гострі емоційні переживання від багаторазових зустрічей зі смертю та тривале перебування в умовах інтенсивної небезпеки здатні чинити потужний деструктивний вплив на психіку учасників бойових дій, що зумовлює наслідки, небезпечні для психічного, фізіологічного та психологічного здоров'я особистості. Стресори бою спроможні дестабілізувати людину, виснажувати функціональні резерви організму й зумовлювати виникнення сомато-вегетативних дисфункцій.

Статистичні дані психогенних втрат свідчать, що з числа усіх військових, які брали безпосередню участь у бойових діях і перебували під впливом бойових стресорів високої інтенсивності, психічні розлади складали близько 20–50 % від загальної кількості особового складу. Ця невтішна статистика ґрунтується на багаторічному досвіді участі різних країн у збройних конфліктах.

Зокрема, в ході Другої світової війни у 38% військовослужбовців було діагностовано психічні розлади різного характеру. Тільки в армії Сполучених Штатів Америки з цієї причини свого часу було виведено з ладу 504 тис. військових, а близько 1 млн. 400 тис. мали різні психічні порушення, які не давали їм змогу надалі брати участь у бойових діях. Під час локальних воєн у В'єтнамі та Кореї психогенні втрати американських військ становили відповідно 24,2 % та 30% від кількості учасників бойових дій (Віра Валле, 2024). В армії Ізраїлю, в ході бойових дій у 1973 р., психогенні втрати склали 25%. Досвід військових операцій в Іраку та Афганістані показує, що після введення в район бойових дій, але без участі у них, було виявлено близько 6% військовослужбовців з ознаками бойової психічної травми, а після бойових дій вони діагностувалися у 40% учасників боїв (Кокун, Агаєв, Пішко & Лозінська, 2015).

Психологічна травматизація серед військовослужбовців зменшує ефективність виконання ними завдань за призначенням і стає чинником збільшення числа небойових втрат. Вона зумовлює виникнення труднощів із соціалізацією у мирному середовищі після повернення з району ведення бойових дій та негативно впливає на якість життя військовослужбовців.

Логічно, що воєнні дії на території України й масштабність їх деструктивного впливу на психіку суттєво актуалізували питання профілактики психогенних порушень серед військових, особливо зараз, коли у складі сектору безпеки й оборони України перебуває велика кількість людей, значний відсоток з яких – це мобілізовані, які до цього не планували воювати і тому в психологічному аспекті є найбільш вразливою категорією. Слід зазначити, що вплив психогенних чинників на учасників бойових дій має досить пролонгований характер й зумовлює в майбутньому цілий спектр соціально-економічних витрат держави на реабілітацію військовослужбовців, які мають проблеми з психічним здоров'ям. Відтак, порушена проблема набуває особливої значущості й виходить далеко за межі суто психологічної, проникаючи у медичну, військову, соціальну, економічну та політичну сфери. Саме тому перед психологами досі відкрите питання пошуку простого у застосуванні та дієвого психологічного інструментарію, спроможного мінімізувати психогенні втрати особового складу військових підрозділів Збройних Сил України.

Актуальність зазначеної тематики доводить і той факт, що 27 липня 2024 року Міністерством оборони України був організований Перший Міжнародний конгрес щодо військово-медичної допомоги та ментального здоров'я, у якому взяли участь Президент України Володимир Зеленський, Міністр оборони України Рустем Умеров, вищі посадові особи держави та керівництво оборонних відомств країн-партнерів. Водночас, проблемою ментального здоров'я українців опікується й перша леді України Олена Зеленська, за ініціативи якої була створена Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?», що ґрунтується на біопсихосоціальній моделі збереження ментального здоров'я нації.

Мета: ґрунтуючись на теоретичних дослідженнях наукових джерел та власному практичному досвіді проведення психологічних тренінгів з військовослужбовцями, висвітлити основні аспекти та дієві методи психологічної підготовки особового складу військових підрозділів щодо профілактики психогенних втрат та збереження психічного і

психологічного здоров'я учасників бойових дій.

Теоретичне підґрунтя. Проблема негативних психологічних наслідків участі у бойових діях не є новою. Перші письмові згадки про зміни у поведінці та психіці солдат зустрічаються ще понад дві тисячі років тому у працях філософів та істориків Стародавньої Греції й Риму. Зокрема, Геродот описував, як один з учасників битви, що відбулася 12 вересня 490 р. до н.е. в ході греко-перських воєн поблизу грецького міста Марафон, втратив здатність бачити після загибелі одного зі своїх товаришів, хоча сам не мав ніяких фізичних ушкоджень. Описи симптомів, що співвідносні з проявами посттравматичного стресового розладу, дослідники війни відшукали у стародавніх асирійських письменах, датованих 1300-600 рр. до нашої ери, де вказується, що солдатів, які безперервно воювали впродовж трьох років, переслідували «привиди убитих ворогів». В античному творі Гомера «Одіссеї» описано повернення додому ветерана після тривалої війни, якого не впізнала дружина, оскільки він повернувся «іншою людиною». А «Іліада» є одним з перших класичних творів, де висвітлено реакцію воїнів на психотравмуючі події й описано особливості прояву ПТСР. Аналогічні свідчення, пов'язані з бойовим досвідом зустрічаються і в документах про англійсько-французьку Столітню війну. Це в подальшому знайшло відображення у п'єсі Шекспіра «Генріх IV», де конкретно описано, як солдат після повернення з війни додому постійно усамітнювався, втратив сон та апетит й періодично здригався і пітнів, згадуючи минулий досвід (Пивоваров, 2023).

Перші наукові спроби опису бойового стресу з'явилися у XVIII столітті у працях австрійського лікаря Йозефа Леопольда. У 1871 р. американський хірург Якоб Мендес де Коста звернув увагу, що у бійців, які не мали фізичних проблем із серцем, була симптоматика, аналогічна симптомам кардіологічних хвороб: слабкість і втома навіть при незначних навантаженнях, прискорене серцебиття, задишка, надмірна пітливість та біль у грудях, що вказує на психосоматичні порушення. В ході Першої світової війни значна кількість бійців втрачали мову, слух, або траплявся параліч без будь-яких фізичних ушкоджень. Французький лікар Жан-Мартен Шарко

припускав, що травматичний досвід може призводити до «істеричних нападів» навіть через роки після психотравмуючих подій. Проте, одним з перших науковців, який почав практично працювати з наслідками бойової травми, став австрійський психолог Зигмунд Фройд. Він лікував «розмовою» впродовж тривалої серії психоаналітичних сеансів. Інші науковці пропонували лікувати залякуванням, погрозами, покаранням і навіть електричним струмом, адже розлади психогенного характеру у солдатів вважали проявом слабкості та неповноцінності. В Америці та Західній Європі лікування було більш гуманним, там почали впроваджувати групову терапію.

Як бачимо, участь у бойових діях завжди має певну «ціну». Наукові джерела свідчать, що у перші дні участі в збройному конфлікті, бойову психічну травму отримує близько 60 – 65 % військовослужбовців, 25 % із загальної чисельності особового складу адекватно реагують на бойову обстановку, а у інших спостерігається дезорганізація психічної діяльності, зокрема: 10 – 25 % військових мають реактивні порушення психіки, а у 35 % спостерігають стійкі психологічні порушення, які залишаються на все життя. Згідно зі статистикою різних війн – психічні розлади, на театрі ведення бойових дій, складають близько 6 – 12 % від кількості особового складу й до 30 % – від загальної кількості бойових втрат, які можуть супроводжуватися частковою, або повною втратою боєздатності військ (О. Шемчук, Васюкова, Дзеружинська & В. Шемчук, 2023).

Питання психогенних втрат неодноразово піднімається впродовж останніх років низкою українських науковців (О. Блінов (2016), В. Гічун (2019), О. Друзь (2017), Д. Іванов (2015), О. Кокун (2018; 2021), В. Корнацький (2019), О. Корольчук (2016), Н. Марута (2019; 2022), В. Осьодло (2019), І. Приходько (2018), В. Стасюк (2019), В. Стеблюк (2021), О. Тімченко (2000), О. Чабан (2017), А. Швець (2021; 2022), Ю. Широбоков (2015)) та зарубіжних фахівців (Дейв Гроссман (2023), Зоран Комар (2023), Майя Комар (2023), Лорен Крістенсен (2023)). На дослідженні шляхів подолання бойового стресу та його психологічних наслідків фокусували свою увагу О. Кокун (2021; 2022), Є. Курченко (2015), Р. Мороз (2015), Т. Цуканова (2015). Засади бойової

психологічної травми та її впливу на психічний стан військовослужбовців розкрито у дослідженнях О. Колесніченка (2018), О. Блінова (2019; 2020) та ін.

Медико-психологічні та психосоціальні наслідки впливу стресорів на психічний стан фахівців екстремального профілю в ході виконання завдань в умовах надзвичайних ситуацій детально описані у працях О. Чабана (2022), А. Швеця (2022) де зазначено, що у психіці людини можуть відбуватися істотні зміни, які здатні призводити до значного зниження психічних спроможностей та суттєвого погіршення фізіологічного і функціонального стану організму. Медико-психологічні напрями та заходи профілактики психотравматизації учасників бойових дій обґрунтовано у роботах О. Друзя (2017), І. Черненко (2017), де запропоновано їх розглядати на двох рівнях: на етапі професійного відбору та в умовах бойових дій. Науковці наголошують на: приділенні прискіпливої уваги режиму відпочинку та тривалості сну; проведенні заходів щодо тренування когнітивних спроможностей (пам'яті, абстрактно-логічного мислення); моніторингу соматичного стану військовослужбовців завдяки періодичним медичним оглядам; моніторингу психічного й психологічного стану з періодичністю у 20 днів, а також протягом 3 днів після участі у напружених бойових діях; своєчасній ротації особового складу; впровадженні заходів психопрофілактики, психогігієни, психологічної та психотерапевтичної корекції, які спрямовані на запобігання та усунення конфліктів, покращення міжособистісних відносин, профілактику агресивної поведінки; зменшенні кількості вживаного алкоголю до небезпечного рівня тощо.

Теоретична і практична складова щодо психологічної профілактики психотравматизації військовослужбовців Збройних Сил України висвітлена у працях О. Кокуна (2021; 2022), Н. Лозінської (2021; 2022), В. Мороза (2021), І. Пішко (2021), та ін. Автори детально розглядають основні напрями, форми та методи психопрофілактичної роботи психогенних втрат й надають практичні рекомендації стосовно збереження психологічного здоров'я військовослужбовців.

В. Розов (2020) розкриває авторське бачення проблеми психологічного забезпечення й адаптивних спроможностей організму до стресу, приділяючи особливу увагу базовим та оперативним методам копінгу неадаптивних станів особистості.

Попри ґрунтовне вивчення порушеної проблеми, сучасні реалії вимагають постійного удосконалення інструментарію щодо профілактики психогенних втрат та розроблення ефективних практичних рекомендацій у цьому напрямі.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань проведено теоретичний аналіз наукових джерел в історичному та сучасному аспектах, здійснено аналіз та порівняння статистичних даних, отриманих у результаті теоретичних розвідок. В ході проведення тренінгів з військовослужбовцями ЗС України зібрано та опрацьовано емпіричні дані, які висвітлено у статті.

Результати і обговорення. В бойових умовах стрес по-різному впливає на організм і психічне здоров'я військовослужбовця. Маючи різну силу і тривалість, він здатен створювати як негативний, так і позитивний ефект і це напряму залежить від психологічної готовності та стресостійкості кожної окремої особистості. Психологічно здоровий та підготовлений військовослужбовець в складних ситуаціях адекватно сприймає і аналізує обстановку, впевнено бере відповідальність за власні дії й результати своєї діяльності, ефективно долає руйнівний вплив стресорів, чітко ставить цілі і досягає їх, успішно виконує поставлені завдання. Якщо організм не спроможний впоратись з надмірним психічним напруженням, наслідком можуть стати прояви деструктивних психологічних станів й бойової психічної травми, численні порушення фізіологічного й психічного характеру, психопатологічні зміни особистості, асоціальна поведінка тощо. Отже, надмірний стрес може призводити до психогенних втрат, тобто втрат особового складу, пов'язаних з втратою боєздатності на короткий або тривалий період часу унаслідок отриманої психічної травми або розладу.

У ЗС України бойові психогенні втрати поділяють на безповоротні та санітарні. Під безповоротними розуміють втрату військовослужбовцями здатності до бойової діяльності, що робить неможливим їхнє

повернення до строю загалом. Санітарні психогенні втрати становлять військовослужбовці, боєздатність яких можна відновити впродовж певного періоду часу у відповідних пунктах психологічної допомоги, а у окремих випадках – завдяки застосуванню методів самодопомоги та взаємодопомоги безпосередньо у підрозділах в умовах бойової обстановки (Оніщенко, Найпак, 2023, с. 115). Зазвичай в умовах інтенсивних бойових дій безповоротні психогенні втрати можуть становити близько 5%, а санітарні коливаються у межах 15-20% (Кокун та ін., 2015; Оніщенко, Найпак, 2023, с. 116), проте їх масштаби залежать від сили і тривалості впливу стресорів та індивідуально-психологічних особливостей реагування військовослужбовця на їх вплив.

Наведені дані пріоритизують необхідність психопрофілактичної роботи, яка міститиме комплекс спеціальних методів і вправ, спроможних за короткий час підвищити стійкість до впливу деструктивів бойової обстановки, дасть змогу мінімізувати психофізіологічні порушення, уникнути саморуйнування організму та сприятиме збереженню психологічного здоров'я військовослужбовця.

Специфічною особливістю психопрофілактичної роботи є її превентивний характер, оскільки вона здійснюється тоді, коли проблеми, як такої ще не існує і спрямована на: профілактику стресових і постстресових станів; профілактику психічних розладів та межових нервово-психічних станів; профілактику девіантної поведінки; попередження суїцидів; запобігання соціально-психологічної дезадаптації військовослужбовця.

Загалом психопрофілактичні заходи ґрунтуються на визначенні та розумінні деструктивних чинників, які можуть спричинити порушення психічного, фізіологічного чи психологічного характеру.

У ході проведення психопрофілактичної роботи психологи керуються відповідними нормативно-правовими документами (Наказ Головнокомандувача Збройних Сил України від 23.10.2020 № 173 «Про затвердження Інструкції з організації психологічної підготовки у Збройних Силах України»; Наказ Головнокомандувача ЗС України від 18.10.2021 №305 «Про затвердження Інструкції з організації психологічного

забезпечення особового складу Збройних Сил України»; Наказ Генерального штабу ЗС України від 04.12.2014 р. № 317 «Про затвердження Положення про Психологічну службу Збройних Сил України»; Наказ Головнокомандувача ЗС України від 28.07.2020 № 99 «Про затвердження Положення про пункти психологічної допомоги у ЗС України» тощо) та етичними вимогами, які регламентують його діяльність, як фахівця.

Згідно методичних рекомендацій МО України та інших силових структур, реалізацію психопрофілактики за видами можна поділити на: первинну, спрямовану на попередження виникнення психологічної травматизації; вторинну, мета якої якомога раннє виявлення ознак постстресових порушень та організація і проведення заходів щодо їх подолання; третинну, що передбачає попередження рецидивів й відновлення здатності особового складу виконувати завдання за призначенням (Кокун, Мороз, Лозінська & Пішко, 2021, с. 15)

Основні принципи психопрофілактичної роботи у військових підрозділах ґрунтуються на загальних принципах надання психологічної допомоги. Це:

принцип професійної компетентності. Він вимагає від психолога високого рівня професійної підготовки, якісних теоретичних знань в області психології й військової психології зокрема, а також умінь їх практичного застосування;

принцип відповідальності, який передбачає відповідальність за результати та наслідки професійної діяльності психолога;

принцип неупередженості й безоцінного ставлення. Неприпустимо упереджено ставитись до військовослужбовця на основі суб'єктивної оцінки щодо його соціального статусу, військового звання, зовнішнього вигляду тощо.

принцип екологічності, який акцентує увагу на невтручанні у внутрішній світ людини, збереженні її психічного та фізичного здоров'я;

принцип конфіденційності, де вказано на недопустимість розголошення інформації про клієнта, окрім випадків, коли передача іншим особам буде у його інтересах;

принцип добровільності наголошує на організації та проведенні психопрофілактичних заходів за умови згоди військовослужбовця на участь у них.

Важливо також зважати на те, що психопрофілактичні заходи спрямовуються на запобігання можливих психічних порушень особистості, а кожен з наступних заходів проводиться з урахуванням того, що реалізовано на попередніх. Водночас, обов'язково брати до уваги індивідуально-психологічні та вікові особливості, а також наявний психоемоційний та фізичний стан військовослужбовця (Бігун, 2011, с. 20 – 21).

На етапах планування та розроблення заходів психологічної підготовки необхідно знати і враховувати психологічні особливості збройного конфлікту та умови бойової діяльності військовослужбовців. Уміння і навички бійців в умовах бойової діяльності можуть бути неефективними, якщо унаслідок відсутності психологічної стійкості він утратить змогу адекватно сприймати дійсність і відповідно реагувати. У результаті опитування учасників бойових дій було уточнено основні психоемоційні стани та страхи, що мають місце в бойових умовах. Найбільш поширеними виявились: страх каліцтва; страх потрапити в полон й зазнати тортур; страх смерті; страх загибелі близьких людей і побратимів; необхідність вбивати; специфічність бойової обстановки (невизначеність, швидка динаміка й непередбачуваність розвитку подій, новизна тощо).

Таким чином, психопрофілактична робота з особовим складом військових підрозділів має містити методи та вправи щодо: діагностики наявності стресу в організмі та його розсіювання; розвитку високого рівня стійкості до різноманітних стресорів бойової обстановки; розвитку когнітивних спроможностей; формування психічної готовності до труднощів та кризових ситуацій (включаючи перебування в полоні (заручниках) та в умовах вимушеної ізоляції); здатності протистояти різним формам впливу й маніпуляцій з боку ворога тощо. Водночас, найкраща підготовка військовослужбовців не може стати абсолютним гарантом їхньої психічної безпеки. Як свідчить бойовий досвід, деякі з них не здатні подолати надмірні психічні навантаження. Саме тому на всіх етапах бойової діяльності особовий склад має отримувати психологічну підтримку (психологічний супровід), яка спрямована на: підтримку бойової активності військовослужбовців на високому рівні;

усунення деструктивного впливу стресорів; запобігання виникненню і розвитку негативних індивідуальних та групових психічних явищ; відновлення, розвиток й збереження психологічного потенціалу особистості (Осьодло, Грилюк & Тютюнник, 2021, с. 92 – 94; Тютюнник, 2022).

Однією з найефективніших форм психологічної підготовки й профілактики психогенних порушень є психологічний тренінг, який дозволяє впродовж короткого часу встановити контакт з військовослужбовцями, навчити особовий склад ефективним прийомам та методам: психофізіологічної саморегуляції у складних емотивних умовах; підвищення рівня стресостійкості; підвищення рівня адаптивності до специфічних умов діяльності, а також розвинути психологічну готовність та навички, необхідні для надання першої психологічної допомоги тим, хто поряд при гострій реакції на стрес. Така форма роботи сприяє усвідомленню попередніх неефективних форм поведінки у конкретних ситуаціях, створенню мотивації до навчання, засвоєння нової інформації та подальшого саморозвитку, дає змогу кожному взяти особисту відповідальність за те, хто він є, і ким хоче стати. Практичні заняття дають змогу перепрограмувати притаманну людині модель управління власною поведінкою та діями в стресових умовах й опанувати близько 90 % інформації, засвоївши її на підсвідомому рівні.

Здебільшого, тренінг передбачає групову форму роботи, в ході якої розвиваються уміння відчувати своє тіло та внутрішній психоемоційний стан, удосконалювати навички рефлексії та емпатії, відпрацювати способи психологічної допомоги та самопомоги тощо. В ході тренінгу учасники навчаються адекватно сприймати, розуміти й відчувати як самих себе, так і оточуючих, виявляти стереотипи та неконструктивні світоглядні чи поведінкові патерни й корегувати їх (Карпенко, 2015, с. 7), що сприяє гармонійному психофізичному та особистісному розвитку.

Приміром, на етапі первинної психологічної профілактики перед відправленням в зону бойових дій, ми практикували комплекс превентивних заходів, які містять психоосвітню теоретичну та практичну складові. Розповідь-бесіда на

початку заняття дала змогу цікаво і доступно подати необхідний матеріал й акцентувати увагу на важливих фактах, їх взаємозв'язку та взаємозалежності, а також шляхом діалогу та ретельно продуманих запитань підвести до розуміння й засвоєння нового матеріалу та перевірити вивчене. Дискусія активізувала мисленнєву сферу учасників тренінгу й спонукала до рефлексії, ініціативності та творчого мислення. Перегляд відеофрагментів сприяв активізації пізнавальної діяльності, удосконаленню практичних навичок, і завдяки унаочненню дав можливість краще зрозуміти та усвідомити необхідну інформацію.

З метою балансування психоемоційного й психофізіологічного стану та зосередження на внутрішніх відчуттях, практичну частину тренінгу ми розпочинали з дихальних практик (заспокійливе абдомінальне дихання, видихання напруження та втоми, дихання по квадрату (Грилюк, Тютюнник & Алещенко, 2023, с. 88 – 93), «Соняшник» (Притула, 2017)), оскільки повільне глибоке дихання активізує парасимпатичну нервову систему, заспокоює і підвищує тонус блукаючого нерва. За переконаннями науковців, порушення у роботі цього нерва зумовлює труднощі з засинанням, депресію, мігрень, надмірну тривожність, швидку втомлюваність, розосередженість, прояви деперсоналізації тощо (Тютюнник, 2022, с. 180 – 182).

Для виявлення й позбавлення від стресових затисків на фізичному рівні та розсіювання стресу на рівні психіки, дієвим є метод керованої психофізіологічної саморегуляції «Ключ», автор якої – відомий психофізіолог Х. Алієв. Як зазначає доктор психологічних наук О. Кокун, цей метод за своєю простотою, доступністю й ефективністю застосування у екстремальних умовах не має аналогів. Він особливо дієвий в умовах дефіциту часу та жорстких обмежень, коли військовослужбовець діє на межі своїх розумових та фізичних можливостей (Кокун, Лозінська, Пішко, 2020, с. 21).

Синхрометод ґрунтується на знаннях про автоматичні одноманітні трансгенні рухи, які виконуються з мінімальними психічними зусиллями, й використовуються, приміром, у деяких техніках молитов. Це автоматичні похитування головою, руками, тілом, ідеомоторні левітаційні рухи тощо.

Кожна з вправ методу має своє конкретне призначення та особливості. Перша вправа застосовується як «розминка перед боєм». Вона додає впевненості у собі, мобілізує організм, стимулює роботу легенів та серця, розслаблює м'язи шийно-грудного відділу, збагачує киснем кров, покращує мозковий кровоток, активізує потік нервових імпульсів у спинному та головному мозку. Друга – дає змогу думати про проблеми на рівні «спокійного розуміння», швидко й ефективно позбавляючи від метушливості і хаотичних думок. Третя – знімає накопичене напруження, руйнує психотравми, нівелює травмуюче сприйняття проблемних ситуацій, сприяє швидкому засинанню й викликає позитивні емоції. Четверта вправа є ключовою в аспекті розвитку стресостійкості. В ході її виконання військовослужбовець набуває навичок під впливом стресу зберігати здатність конструктивно мислити і ефективно діяти. П'ята вправа – підвищує психічну стійкість особистості загалом (Грилюк та ін., 2023, с. 95 – 105).

Важливо, що навіть при ідеомоторному виконанні синхрометоду «Ключ» вдавалося досягати суттєвого позитивного результату, адже під час уявного відтворення конкретних дій мозок людини надсилає імпульси до відповідних груп м'язів і приводить їх в тонус, задіюючи при цьому усі органи чуття. Проте ефективність ідеомоторного тренування передусім залежить не від фізичної підготовки, а від уміння концентрувати увагу, узгоджувати роботу м'язів і подумки втілювати конкретні відчуття. Максимальна концентрація й узгодженість дозволяла швидко досягати бажаних результатів. Ідеомоторне тренування застосовувалось під час підготовки до можливих екстремальних обставин, що, з одного боку, закріплювало необхідний алгоритм дій у певній ситуації, а з іншого – знімало елемент новизни й зменшувало силу її психоемоційного впливу в реальних обставинах. При цьому увага зверталася не тільки на візуалізацію необхідних професійних дій, а й на самонавіювання, що додавало зібраності, впевненості, заспокоювало і виступало в ролі дієвого засобу профілактики психогенних наслідків професійного стресу.

У випадках, коли метою було максимальне розслаблення учасників тренінгу, замість п'ятої вправи «Ключа» ми

практикували «інтуїтивний танець». Його головний принцип – не думати, а відчувати. Інтуїтивний танець дозволяє усувати тілесні затиски і блоки, спрямовує енергію у місця, де вона необхідна й підвищує енергетичний потенціал людини, сприяє розвитку інтуїції та творчих здібностей, покращує координацію. Людина з хорошою внутрішньою координацією тіла має вищий адаптаційний потенціал, стійкіша до впливу стресорів, більше схильна до самостійного мислення і швидше знаходить вихід зі складних ситуацій.

Ефективність методу «Ключ» досліджувалась науковцями впродовж п'яти років. Було доведено, що внаслідок його застосування готовність до виконання фізичних навантажень підвищувалась на 53%, а індивідуальна продуктивність службової діяльності – на 20-25%, тривалість безперервної монотонної напруженої діяльності зростала у 2,5 – 3 рази, швидкість правильних складних реакцій приблизно на 10%. Водночас, майже на 9% знизився показник напруженості адаптації системи кровообігу, що є індикатором адаптаційних можливостей організму загалом й також зменшилися показники стомлюваності. До опанування навичками психофізіологічної саморегуляції ознаки втоми і здатності працювати без помилок фіксувалися через 8-13 хвилин, а після навчання цей показник досягав 40-45 хвилин безперервної діяльності (Кокун та ін., 2020, с. 22).

Виконання вправ «Ключа» дає змогу швидко занурюватися у медитативний стан, що, зі свого боку, є ефективним прийомом саморегуляції, який заспокоює і гармонізує, впливаючи на системи організму, які беруть участь у формуванні стрес-реакції, знижуючи рівень кортизолу та збільшуючи рівень серотоніну.

Для мобілізації організму добре себе зарекомендували системи психофізичних вправ «Дев'ять сил» та «Характер». Це унікальні системи розроблені засновником школи українського бойового мистецтва «Спас» О. Притулою, які ґрунтуються на філософії й традиціях підтримки психологічного та фізіологічного здоров'я козаків-характерників. Комплекс вправ спрямований на гармонізацію фізіологічного здоров'я людини і розвиває усі функціональні системи організму, зокрема, зміцнює серцево-судинну, м'язову й дихальну

системи, покращує метаболічні процеси, посилює рух міжклітинної рідини в тканинах та підвищує тонус усього організму. Виконання цих вправ зменшує або знімає психічне напруження, яке ускладнює когнітивну діяльність, покращує настрій та самопочуття, мобілізує внутрішні функціональні резерви організму, зокрема центральної нервової системи, на подолання психічних та фізичних навантажень, а також підвищує рівень стресостійкості загалом (Притула, 2017; 2020).

Для розвитку стресостійкості, психічних і фізичних можливостей військовослужбовців доцільно виконувати систему психофізичних вправ на самосупротив для пальців рук «Характер», яка є елементом системи розвитку духу й тіла «Кремінь». Цей комплекс ще називають «спортзалом у кишені», оскільки його можна виконувати будь-де і для цього задіюються лише кисті рук. Вправи на самосупротив легко регулювати за величиною навантаження, амплітудою та швидкістю рухів. Вони навантажують м'язову систему в динаміці, гармонійно пропрацьовують м'язи на різних етапах роботи і мають високий фізіологічний ефект, що багаторазово доведено психофізіологічними дослідженнями (Притула, 2020). Вправи на самосупротив оздоровлюють і водночас тонізують організм, активізують роботу внутрішніх органів і систем організму. До того ж, прості в опануванні вправи розвивають здатність «чути своє тіло», «чути свій організм» і управляти його психофізіологічними процесами.

Системи вправ «Дев'ять сил» та «Характер» можуть застосовуватись як профілактичний та лікувальний засіб за наявності невротичних розладів, нервово-психічного напруження, втоми й перевтоми і дають змогу усунути небажані властивості та негативні якості на кшталт нерішучості і невпевненості у собі, а також набуті необхідних позитивних – рішучості, впевненості, цілеспрямованості та виваженості (Притула, 2020). Ці вправи цінні й тим, що їх можна практикувати будь-де і для цього не потрібні спеціальні умови. Вони є максимально екологічними й не мають протипоказань.

В ході тренінгу військовослужбовцям необхідно відпрацьовувати усі вправи, щоб відчувати результативність кожної з них й

обрати для себе найбільш ефективні. Проте, високий та стійкий результат забезпечує систематичне тренування, саме тому, усі вправи були підібрані таким чином, щоб їх можна було виконувати у різній послідовності та у будь-якому місці, не займаючи при цьому багато часу. Застосування психофізичних вправ козацького «Спасу» особливо актуалізується за умов війни і продиктовано необхідністю добре «володіти собою» в умовах бойової діяльності.

У ході роботи з військовослужбовцями також доречно застосовувати арт-терапевтичні практики (робота з різнокольоровими картками, практика «Веселка»; прослуховування музичних творів та звуків природи; вдихання натуральних ефірних олій) (Грилюк та ін., 2023, с.136 – 149); метод візуалізації («Безпечне місце» й «Ресурсне місце») та ін.

За нашими дослідженнями в ієрархії стресорів друге місце займає страх потрапити до полону (на 1-му місці – загибель побратима, на 3-му – поранення побратима). Страх власної загибелі розташувався на 4-му місці. В цьому контексті можна зазначити важливу роль підготовки особового складу до виживання в умовах ізоляції (SERE-підготовки) та підготовки до можливого перебування у полоні (CAC-підготовки), важливість яких визначена Об'єднаною доктриною НАТО А.І.Р.-3.7. «Відновлення персоналу у ворожій обстановці» (Personnel Recovery in Hostile Environment), а також публікацією Альянсу з питань відновлення ізолюваного персоналу APRP-3.3.7.3 «Підготовка з питань поведінки в полоні» (Conduct After Capture (CAC) Training). Психологічна компонента є обов'язковою складовою CAC-підготовки та дуже важливою складовою SERE-підготовки, оскільки дозволяє посилити внутрішню готовність людини до виживання в умовах ізоляції, уникнення потрапляння в полон, а також посилити спроможності людини до опору експлуатації та розумного відповідального використання можливостей звільнення з ізоляції (втечі). Посилення зазначених спроможностей особового складу є важливим чинником зниження ризику психогенних втрат в цілому та зокрема під час перебування особового складу в особливих умовах несення служби, якими є перебування в ізоляції (у тому числі полоні).

Не менш важлива для обговорення тема самогубств серед військовослужбовців та ветеранів війни, яка нині ще є табуованою. До цього часу вважається, що розмова у колі військових про суїцид може знизити бойовий дух як окремих військовослужбовців, так і цілих підрозділів. Проте, тут ми стикаємося з іншою проблемою, оскільки те що замовчується, зазвичай не досліджується в достатній мірі й цим нівелюється можливість якісного попередження такого явища. Станом на початок червня 2017 року 280 тис. осіб в Україні мали статус учасника бойових дій. За даними прокуратури 500 учасників АТО на Донбасі, після повернення скоїли самогубство (Аваков, 2017). Саме тому, цю тему варто піднімати і обговорювати на етапі підготовки до участі у бойових діях. Військовослужбовець має усвідомлювати можливі ризики психотравматизації, щоб мати змогу протидіяти їх виникненню, або мінімізувати деструктивний вплив, який за умов неналежної підготовки може привести до безповоротних втрат.

Якщо говорити про дані щодо самогубств солдатів у країнах НАТО, то у Канаді ця кількість складає близько 18 осіб на 100 тис. ветеранів, у Франції – 20 осіб, у Австрії – 27 осіб, у Бельгії – 32 особи. Хоч такі дані відслідковуються у кожній армії, проте вони знаходяться під грифом «таємно». Лише у 2019 році була оприлюднена статистика щодо американських військових, яка свідчить про зростання суїцидальних випадків з 18, 5 осіб на 100 тис. ветеранів у 2014 р., майже до 22 осіб у 2017 р. та 27,5 – у 2018 р. Оприлюднена статистика свідчить, що на цей час у США самогубство щоденно скоюють близько 18 ветеранів війни (Комар, 2024).

Не менш вражаючі дані зібрані в ході оборонної війни за незалежність і цілісність хорватської держави, яка тривала з 1991 по 1995 рр. Було зроблено порівняння кількості самогубств серед військових, що значно перевищувало аналогічні випадки серед мирного населення. Особливо критичним був другий рік війни, коли, попри ніби встановлене перемир'я, 30 % країни залишалося під окупацією. Того року бойові дії не були такими активними, як попереднього, водночас, це був рік, коли стало зрозуміло, що війна триватиме набагато довше, ніж усі очікували. Таким перебігом подій психологи пояснюють поширення

депресії і, як наслідок, збільшення кількості самогубств, особливо серед військових.

Колишній головний психолог збройних сил Хорватії, Зоран Комар (2024), наводить дані, які змушують ще більше замислитись над психотравматичними наслідками війни. Відслідкувавши загибелі хорватських військових за 1996 р. (перший рік після війни), було отримано такі дані: 7.5 % вбивства, 19.4 % автомобільні катастрофи, 26, 9 % - нещасні випадки, але найбільший відсоток – 46, 2 % – це самогубства. Це фактично половина усіх випадків загибелі. У Хорватії, через 30 років після завершення війни, фіксується чітка тенденція постійного зростання кількості суїцидів серед військовослужбовців та ветеранів війни. Водночас, такі показники серед цивільного населення – зменшуються. Дослідження проводилось серед чоловічого особового складу, оскільки 95 % хорватських військових – чоловіки (Комар, 2024).

Відтак, особливість впливу війни на психічне здоров'я особистості у тому, що набутий травматичний досвід з плином часу має тенденцію до загострення. Тому існує велика вірогідність поглиблення наслідків психічної травматизації, спричиненої війною.

За даними МОЗ України, психологічні наслідки війни відображатимуться на психоемоційному стані українців щонайменше впродовж наступних 7 – 10-ти років. Це передбачає збільшення кількості психічних захворювань, випадків алкогольної і наркотичної залежності та соціально-побутових проблем у сім'ях (Віра Валле, 2024). Цифри вражаючі і за кожною з них стоїть доля, а часто і життя людини, благополуччя та добробут нації загалом.

Висновки. Зі зростанням тривалості та інтенсивності бойових дій збільшується кількість військовослужбовців, у яких спостерігається повна або часткова втрата боездатності унаслідок психотравми, спричиненої впливом стресорів бойової обстановки. Проблема психогенних втрат суттєво загострюється й має пролонгований характер, зумовлюючи в перспективі спектр соціально-економічних інвестицій держави на психологічну реабілітацію ветеранів бойових дій. Відтак, ця проблема виходить далеко за межі суто психологічної й торкається військової, медичної, соціальної, економічної та політичної сфер.

Якісна організація та проведення превентивних психоосвітніх заходів, спрямованих на підвищення рівня психологічної підготовленості особового складу до виконання службово-бойових завдань у зоні збройного конфлікту, зумовить зростання ефективності ведення бойових дій та мінімізує масштаби психогенних втрат.

Психопрофілактику психогенних втрат доцільно проводити на етапі професійного відбору та в ході проходження військової служби, що передбачає: моніторинг психічного й психологічного стану з періодичністю у 20 днів, а також протягом 3 днів після участі у напружених бойових діях; моніторинг соматичного стану завдяки періодичним медичним оглядам; приділення значної уваги режиму відпочинку та тривалості сну; своєчасну ротацію особового складу; впровадження заходів психопрофілактики, психогігієни, психологічної та психотерапевтичної корекції, які спрямовані на запобігання і усунення конфліктів, покращення міжособистісних відносин, профілактику

агресивної поведінки тощо; зменшення кількості вживаного алкоголю до небезпечного рівня; проведення заходів щодо оволодіння й розвитку умінь та навичок психофізіологічної та психоемоційної саморегуляції в умовах бойової обстановки. Важливим також є супровід та підтримка ветеранів бойових дій у реабілітаційний період не тільки у психологічному, а й у соціальному, освітньому, юридичному аспектах та ін.

Організація тематичних освітніх заходів та розроблення і впровадження комплексної психотренінгової програми з розвитку стійкості до стресорів сучасного бою, зумовлять успішне виконання військовослужбовцями бойових (службових) завдань та дозволять мінімізувати кількість психогенних втрат. Базові знання, уміння й навички щодо подолання стресу та забезпечення психічного й психологічного здоров'я мають стати обов'язковою складовою психологічної підготовки військовослужбовців та критерієм їх професійної компетентності.

Список використаних джерел

1. Аваков А. (2017). Стратегія гібридного миру. <https://web.archive.org/web/20170625075128/http://www.pravda.com.ua/articles/2017/06/22/7147619/>
2. Бігун Н.І. (2006). Профілактична робота в практичній психології : навч.-метод. комплекс дисципліни. Кам'янець-Подільський : Медобори, 2011. 96 с.
3. Валле Віра. (2024). Війна і психічне здоров'я українців. <https://uain.press/articles/vijna-i-psihichne-zdorov-ya-ukrayintsiv-1774142>
4. Грилюк С.М., Тютюнник Л.Л., Алещенко В.І. (2023). Порадник командирів з відновлення стресостійкості : навч.-метод. посіб. Київ : Національний університет оборони України, 168 с.
5. Карпенко Є. (2015). Основи психотренінгу : навч. посіб. Дрогобич : Видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка. 78 с.
6. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С. (2015). Основи психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій : методичний посібник. Київ: Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних Сил України. 170 с.
7. Кокун О.М., Лозінська Н.С., Пішко І.О. (2020). Практикум з формування стресостійкості військовослужбовців до раптових змін бойової обстановки : метод. Посібник. Київ : Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних Сил України. 70 с.
8. Кокун О.М., Мороз В.М., Лозінська Н.С., Пішко І.О. (2021). Психологічна профілактика психотравматизації військовослужбовців Збройних Сил України : метод. посіб. Київ : Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних Сил України. 301 с.
9. Комар З. (2024). Posttraumatski stresni poremećaj (PTSP) kod hrvatskih ratnih veterana / Webinar 4. https://www.youtube.com/watch?v=NuPB5oC0oTs&ab_channel=DOBRODOBIM
10. Оніщенко Н., Найпак К. (2023). Психогенні втрати в умовах війни: сутність та можливості прогнозування. Disaster and crisis psychology problems. № 2(6). С. 113 – 125.
11. Осьодло В. І., Грилюк С. М., Тютюнник Л. Л. (2021). Сучасний стан та перспективи психологічного забезпечення у Збройних Силах України. Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права. Дніпро : «Гельветика». № 1. С. 89-98.
12. Пивоваров С. (2023). ПТСР відомий з прадавніх часів, його описував Шекспір і досліджував Фрейд, солдатів із ним цькували як боягузів, але в 1970-х на допомогу прийшли феміністки. <https://babel.ua/texts/91098-ptsr-vidomiy-z-pradavnih-chasiv-yogo-opisuvav-shekspir-i-doslidzhuvav-freyd-soldativ-iz-nim-ckuvali-yak-boyaguziv-ale-v-1970-h-na-dopomogu-priyshli-feministki-zgaduyemo-istoriyu-vivchennya-cogo-rozlad>

13. Притула О.Л. (2020). Спортзал в кишені. Система психофізичних вправ на самосупротив «Характер»: посібник з підтримки фізіологічного здоров'я людини. Запоріжжя: Просвіта. 100 с.
14. Притула О.Л. (2017). Система психофізичних вправ «Дев'ять сил»: посібник з підтримки фізіологічного здоров'я людини. Запоріжжя: СТАТУС. 56 с.
15. Тютюнник Л.Л. (2022). Активация блукающего нерва у подоланні стресу: матеріали наук.-практ. конф. Філософсько-соціологічні та психолого-педагогічні проблеми підготовки особистості до виконання завдань в особливих умовах: Київ. С. 180–182.
16. Тютюнник Л.Л. (2022). Способи формування стресостійкості особистості. Вісник Національного університету оборони України. № 6 (70). С. 182–189.
17. Шемчук, О., Васюкова, Н., Дзеружинська, Н., & Шемчук, В. (2023). Актуальні питання ментального здоров'я військовослужбовців сектору безпеки і оборони України. Психосоматична медицина та загальна практика, 8(4). <https://doi.org/10.26766/pmngp.v8i4.469>

References

1. Avakov. A. (2017). Stratehiia hibrydnogo myru [Hybrid peace strategy]. <https://web.archive.org/web/20170625075128/http://www.pravda.com.ua/articles/2017/06/22/7147619/> (In Ukrainian)
2. Bihun N.I. (2006). Profilaktychna robota v praktychnii psykholohii [Preventive work in practical psychology]: navch.-metod. kompleks dystsyplyny. Kamianets-Podilskyi: Medoborv. 2011. 96 s. (In Ukrainian)
3. Vallie Vira. (2024). Viina i psykhične zdorovia ukrainsiv [War and mental health of Ukrainians] <https://uain.press/articles/vijna-i-psihične-zdorov-ya-ukrayintsiv-1774142> (In Ukrainian)
4. Hryliuk S.M., Tiutuniv L.L., Aleshchenko V.I. (2023). Poradnyk komandyru z vidnovlennia stresostiikosti [Advisor to the commander on the restoration of stress resistance]: navch.-metod. posib. Kyiv: Natsionalnyi universytet oborony Ukrainy, 168 s. (In Ukrainian)
5. Karpenko Ye. (2015). Osnovy psykhotreninhu [Basics of psychotraining]: navch. posib. Drohobych: Vydavnychi viddil Drohobyskoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu imeni Ivana Franka. 78 s. (In Ukrainian)
6. Kokun O.M., Ahaiev N.A., Pishko I.O., Lozinska N.S. (2015). Osnovy psykholohichnoi dopomohy viiskovosluzhbovtiam v umovakh boiovykh dii [Basics of psychological assistance to servicemen in combat conditions]: metodychnyi posibnyk. Kyiv: Naukovo-doslidnyi tsentr humanitarnykh problem Zbroinykh Syl Ukrainy. 170 s. (In Ukrainian)
7. Kokun O.M., Lozinska N.S., Pishko I.O. (2020). Praktykum z formuvannia stresostiikosti viiskovosluzhbovtiv do raptovykh zmin boiovoi obstanovky [Workshop on the formation of stress resistance of military personnel to sudden changes in the combat situation]: metod. Posibnyk. Kyiv: Naukovo-doslidnyi tsentr humanitarnykh problem Zbroinykh Syl Ukrainy. 70 s. (In Ukrainian)
8. Kokun O.M., Moroz V.M., Lozinska N.S., Pishko I.O. (2021). Psykholohichna profilaktyka psykhotravmatyzatsii viiskovosluzhbovtiv Zbroinykh Syl Ukrainy [Psychological prevention of psychotraumatization of servicemen of the Armed Forces of Ukraine]: metod. posib. Kyiv: Naukovo-doslidnyi tsentr humanitarnykh problem Zbroinykh Syl Ukrainy. 301 s. (In Ukrainian)
9. Komar Z. (2024). Posttraumatski stresni poremechai (PTSP) kod hrvatskih ratnih veterana [Post-traumatic stress disorder (PTSD) in Croatian war veterans]: Webinar 4. https://www.youtube.com/watch?v=NuPB5oC0oTs&ab_channel=DOBRODOBRIIM (In Croatia)
10. Onishchenko N., Naipak K. (2023). Psykhohenni vtraty v umovakh viiny: sutnist ta mozhlyvosti prohnouzuvannia [Psychogenic losses in war conditions: the essence and possibilities of forecasting]. Disaster and crisis psychology problems. № 2(6). S. 113 – 125. (In Ukrainian)
11. Osodlo V.I., Hryliuk S. M., Tiutuniv L. L. (2021). Suchasnyi stan ta perspektivy psykholohichnoho zabezpechennia u Zbroinykh Sylakh Ukrainy [The current state and prospects of psychological support in the Armed Forces of Ukraine]. Dniprovskii naukovi chasopys publichnoho upravlinnia, psykholohii, prava. Dnipro: «Helvetyka». № 1. S. 89-98. (In Ukrainian)
12. Pyvovarov S. (2023). PTSR vidomyi z pradavnykh chasiv, yoho opysuvav Shekspir i doslidzhuvav Freud, soldatiz iz nym tskuvali vak boiahuziv, ale v 1970-kh na dopomogu prvyshly feministky [PTSD has been known since ancient times, it was described by Shakespeare and studied by Freud, soldiers with it were bullied as cowards, but in the 1970s feminists came to the rescue] <https://babel.ua/texts/91098-ptsr-vidomiy-z-pradavnykh-chasiv-yoho-opisuvav-shekspir-i-doslidzhuvav-freid-soldatiz-iz-nim-ckuvali-vak-bovaghuziv-ale-v-1970-h-na-dopomogu-priyshli-feministki-zgadyemo-istoriyu-vivchennya-cogo-rozlad> (In Ukrainian)
13. Prytula O.L. (2020). Sportzal v kysheni. Systema psykho fizychnykh vprav na samosuprotiv «Kharakter» [A gym in your pocket. System of psychophysical exercises for self-resistance «Character»]: posibnyk z pidtrymky fiziologichnoho zdorovia liudyny. Zaporizhzhia: Prosvita. 100 s. (In Ukrainian)
14. Prvtula O.L. (2017). Systema psykho fizychnykh vprav «Deviat syl» [System of psychophysical exercises «Nine forces»]: posibnyk z pidtrymky fiziologichnoho zdorovia liudyny. Zaporizhzhia: STATUS. 56 s. (In Ukrainian)
15. Tiutuniv L.L. (2022). Aktyvatsiia blukaiuchoho nerva u podolanni stresu [Activation of the vagus nerve in overcoming stress]: materialy nauk.-prakt. konf. Filosofsko-sotsiolohichni ta psykholoho-pedahohichni problemv pidhotovky osobystosti do vykonannia zavdan v osoblyvykh umovakh: Kyiv. S. 180–182. (In Ukrainian)

16. Tiutiunnyk L.L. (2022). Sposoby formuvannia stresostiikosti osobystosti [Ways of forming stress resistance of the individual]. Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy. № 6 (70). S. 182–189. (In Ukrainian)

17. Shemchuk, O., Vasiukova, N., Dzeruzhynska, N., & Shemchuk, V. (2023). Aktualni pytannia mentalnoho zdorovia viiskovosluzhbovtziv sektoru bezpeky i oborony Ukrainy [Actual issues of mental health of servicemen of the security and defense sector of Ukraine]. Psykhosomatychna medytyna ta zahalna praktyka, 8(4). <https://doi.org/10.26766/pmgp.v8i4.469> (In Ukrainian)

Summary

PREVENTION OF PSYCHOGENIC LOSSES IN THE MILITARY UNITS OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE

Tiutiunnyk L. Ph.D, Senior Researcher of
the strategic communications institute,
National Defence University of Ukraine

Introduction. The experience of world wars, local armed conflicts and hostilities on the territory of Ukraine shows that psychological stress is an integral part of the activities of the personnel of military units that perform their assigned tasks in combat conditions. Acute emotional experiences from repeated encounters with death and prolonged stay in conditions of intense danger can have a powerful destructive effect on the psyche of combatants, which causes consequences dangerous for the mental, physiological and psychological health of an individual.

Psychological traumatization among military personnel reduces the effectiveness of their performance of assigned tasks and becomes a factor in increasing the number of psychogenic casualties.

Therefore, the question of finding an easy-to-use and effective psychological toolkit capable of minimizing psychogenic losses of personnel of the military units of the Armed Forces of Ukraine is still open to psychologists.

Purpose. Based on theoretical studies of scientific sources and own practical experience of conducting psychological trainings with military personnel, highlight the main aspects and effective methods of psychological training of personnel of military units regarding the prevention of psychogenic losses and preservation of mental health of combatants.

Methods. To solve the tasks, a theoretical analysis of scientific sources in historical and modern aspects was carried out, an analysis and comparison of statistical data obtained as a result of theoretical investigations was carried out. In the course of conducting trainings with servicemen of the Armed Forces of Ukraine, empirical data were collected and processed, which are covered in the article.

Originality. The article examines the main factors of psychogenic losses of personnel of the Armed Forces of Ukraine during the execution of tasks in combat (extreme) conditions. Possible stress reactions and mental states caused by combat actions are given. The main principles of psychoprophylactic work are indicated. The scientific and practical foundations of the psychological prevention of psychotraumatization of servicemen and the elements of the training program aimed at overcoming stress, preventing the consequences of traumatic experiences and developing stress resistance are highlighted. Attention is paid to effective methods of psychological prevention of psychogenic losses, and recommendations are provided for self-help, self-recovery, and preservation of the psychological health of combatants.

Conclusion. As the duration and intensity of hostilities increases, the number of servicemen who experience a complete or partial loss of combat capacity as a result of psychotrauma caused by exposure to the stressors of the combat environment increases. The problem of psychogenic losses is significantly aggravated and has a prolonged character; determining in the future the spectrum of socio-economic investments of the state for the psychological rehabilitation of war veterans.

High-quality organization and conduct of psychoeducational activities aimed at increasing the level of psychological preparedness of personnel to perform tasks in the zone of armed conflict will lead to an increase in the effectiveness of combat operations and minimize the scale of psychogenic losses.

Psychoprophylaxis of psychogenic losses should be carried out at the stage of professional selection and during military service. It is important to accompany and support combat veterans during the rehabilitation period, not only in psychological, but also in social, legal, etc. aspects.

The organization of educational events and the development and implementation of a complex psycho-training program for the development of resistance to the stressors of modern combat will ensure the successful performance of combat tasks by servicemen and will allow to minimize the number of psychogenic losses.

Key words: combat stress; hostilities; military; psychogenic losses; stress resistance; psychological prevention; psychophysiological self-regulation; mental health; psychological health.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 06.08.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 06.09.24

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ОСОБЛИВОСТІ НАДАННЯ ЕКСТРЕНОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПОСТРАЖДАЛИМ В УМОВАХ МАСОВОЇ ЗАГИБЕЛІ НАСЕЛЕННЯ ВНАСЛІДОК РАКЕТНОГО УДАРУ ПО ЖИТЛОВОМУ БУДИНКУ В МІСТІ УМАНІ

Фомич М. В. кандидат психологічних наук, доцент,
Черкаський інститут пожежної безпеки
імені Героїв Чорнобіля НУЦЗ України
<https://orcid.org/0000-0003-1253-2656>

У науковій розвідці розкриваються питання організації та надання екстреної психологічної допомоги постраждалим в умовах масової загибелі населення внаслідок ракетного удару по житловому будинку в місті Умані. На прикладі роботи психологів ДСНС України аналізуються особливості професійних завдань з надання екстреної психологічної допомоги в умовах воєнного стану при масовій загибелі населення. Розглядаються основні проблеми, що ускладнювали роботу психологів з надання психологічної допомоги; наводиться характеристика основних заходів щодо купірування негативних психічних станів та реакцій постраждалих.

Ключові слова: екстрена психологічна допомога; воєнний стан; стресори; постраждали; психологи ДСНС.

Вступ. Війна – це надзвичайна ситуація, що виходить за межі звичайного людського досвіду. Результати досліджень науковців із медичної школи в Єрусалимі свідчать, що під час війни реакція психіки людини на воєнні події буває різною: від помірного й тимчасового стресу, до важких психічних травм, які мають негативні наслідки для здоров'я, включаючи депресію, зловживання психотропними речовинами і посттравматичний стресовий розлад (Shalev et al, 1998). Своєю чергою науковці із США (Tedeschi, Park & Calhoun, 1998) доводять, що травматичні події війни можуть мати довгостроковий вплив на здоров'я та благополуччя людей. У зв'язку з цим фахівцями (Оніщенко, 2013; Фомич, Мохнар, 2023) вже неодноразово наголошувалось на важливості існування інституту екстреної психологічної допомоги постраждалому населенню, суб'єктами надання якої в нашій державі, згідно із законодавством (Кодекс цивільного захисту України, 2012) є психологи ДСНС України. За даними представників ДСНС України за час повномасштабної війни психологи відомства понад 700 разів залучались до ліквідації наслідків воєнних дій, було надано психологічну допомогу понад 242 тис. постраждалих із яких 43 тис. дітей та понад 9 тис. маломобільних осіб (Сичевський, 2024). Водночас при достатній обґрунтованості теоретико-методологічних основ діяльності психологів ДСНС України у мирний час, досі практично відсутніми є наукові праці

присвячені дослідженню діяльності означених фахівців в умовах воєнного стану, що має свої особливості.

Мета наукової розвідки – на підставі узагальнення та аналізу дій психологів ДСНС України в умовах воєнного стану визначити особливості організації і надання екстреної психологічної допомоги постраждалим із масовою загибеллю цивільного населення.

Теоретичне підґрунтя. Питанню надання екстреної психологічної допомоги постраждалим від надзвичайних ситуацій воєнного характеру нині приділяється все більше уваги, що обумовлено зростанням кількості обстрілів та руйнувань цивільної інфраструктури як наслідок збільшення кількості постраждалого населення, і недостатньою розробленістю проблеми організації та надання екстреної психологічної допомоги в умовах воєнного стану, зокрема із одночасною масовою загибеллю цивільного населення. Сьогодні дана проблематика є недостатньо дослідженою і ґрунтується в основному на працях військових психологів про психічний стан і допомогу військовослужбовцям і ветеранам війни (Герберт, 2024; Кокун, 2023; Коропатнік, 2021; Круз, 2024; Лахтадир, 2023; Цимбалюк, 2021 та ін.).

Результати і обговорення. Більшість людей, які переживають війни, поступово пристосовуються до нової небезпечної реальності, про це пишуть американці фахівці R.G.Tedeschi, C.L. Park, & L.G. Calhoun (1998).

Така адаптація, на думку дослідників, з однієї сторони дозволяє не впадати у відчай і знаходити ресурси продовжувати жити далі в умовах обстрілів й ракетних атак, а з іншої притупляє пильність і готовність реагувати на небезпеку. Але таке ігнорування небезпечних факторів, як свідчить аналіз літератури, не є якимось унікальним явищем, а навіть дуже поширеним в екстремальних ситуаціях. Так, наприклад, у дослідженні (Baum, O'Keeffe & Davidson, 1990), автори вказують, що під час цунамі багато людей йдуть на пляж, щоб подивитися на хвилі. Так само люди поведуться під час пожежі, вказують науковці, їм здається, якщо вони залишать свій будинок, таким чином визнають, що його буде зруйновано. «Люди часто чекають, поки не побачать дим, але це зазвичай означає, що занадто пізно: вони – у пастці вогню» (Baum, O'Keeffe & Davidson, 1990).

Сьогодні українці перебуваючи в умовах, коли сотні російських ракет та дронів-камікадзе кожного дня атакують мирні міста нашої країни, також ігнорують небезпеки воєнного часу, зокрема сигнали цивільної оборони, такі як «повітряна тривога», і тому, нажалі, часто стають жертвами власної «безпечності» та військових злочинів агресора.

Наслідком такої ситуації стала трагедія, що трапилась о 4 год. 20 хв. 28 квітня 2023 року, коли агресором було завдано ракетного удару по місту Умані Черкаської області. Одна з ракет влучила у житловий багатоповерховий будинок. Було зруйновано цілий під'їзд. 23 особи загинуло із них 6 дітей (Костюк, 2023). Тоді один з мешканців зруйнованого будинку сказав: *«ми й ніколи не реагували на ті сигнали, адже були впевнені, що вони не наважаться вдарити по цивільним в Умані»* (маючи на увазі, що в місті проживає велика єврейська община).

Отже розглянемо дії психологів ДСНС України при організації і наданні екстреної психологічної допомоги постраждалим внаслідок ракетного удару по житловому будинку в місті Умані із масовою загибеллю населення, опираючись на фабулу події.

О 4 год. 40 хвилин підрозділи ДСНС України з міста Умані першими прибули на місце події і розпочали рятувальні роботи. О 6 год. 30 хв. на місці вибуху було організовано оперативний штаб з ліквідації

наслідків надзвичайної ситуації, працювало 26 одиниць техніки та близько 100 рятувальників із них 5 психологів: 2 з ГУ ДСНС України у Черкаській області та 3 із Черкаського інституту пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля НУЦЗ України.

Психологам разом з поліцейськими було доручено здійснити поквартирний обхід прилеглих до місця надзвичайної ситуації будинків, що також постраждали від руйнівної дії вибухової хвилі. У багатьох будинках на відстані 200 метрів були вибиті вікна та пошкоджені балкони. Така робота дала свій результат: у процесі обходу квартир психологами було виявлено 3 особи, що зазнали поранень від вибитого скла, їм було надано домедичну допомогу та знайдено тіло літньої жінки, яка загинула від уламку скла, що смертельно травмував постраждалу.

З 8 години ранку на місці лиха почалися скупчуватись люди. Одні проходили місце події йдучи на роботу, інші спеціально прибували подивитись, що трапилось, треті разом із міською владою, на базі місцевої школи, почали організовувати харчування та збір одягу і речей першої необхідності для постраждалих, адже навіть ті, кого врятували і були більш-менш фізично вцілілими, в одну мить залишилися без будь-якого майна, речей і документів.

Одна жінка-переселка з Донецької області плачучи сказала: *«я двічі втікала від війни, спочатку в Маріуполь, потім в Умань, але війна і тут мене дістала»*.

Близько 9-ї години почали збиратись рідні і близькі постраждалих. Були знайдені перші загиблі, фрагменти тіл. Медики організували пункт прийому тіл загиблих, проводили їх первинний огляд, слідчі здійснювали фотофіксацію.

Реакції постраждалих, при знаходженні тіла рідної людини, були вибухово-афективними і проявлялися у вигляді істерики, шоку, плачу, що було зумовлено зокрема й зовнішнім виглядом тіл загиблих, більшість з яких були обгорілі та понівечені. Окремим постраждалим, їх рідним була необхідна медична допомога у зв'язку із різким підняттям тиску, серцевим болем. Після надання медичної допомоги з ними проводились короткотривалі сесії екстреної психологічної допомоги у вигляді комунікативної підтримки, технік активного слухання, дихальних вправ.

З метою розосередження зусиль психологів та охоплення найширшого кола постраждалих, до яких, зокрема, науковці відносять: 1) врятованих постраждалих; 2) родичів загиблих внаслідок НС; 3) свідків трагедії; 4) фахівців служб швидкого реагування [5], було прийнято рішення про утворення трьох оперативних дільниць з надання психологічної допомоги.

Першу дільницю було утворено безпосередньо на місці надзвичайної ситуації. Завдання психологів полягало у психологічному супроводі рятувальних робіт; роботі із рідними, які очікували новин про своїх близьких; роботі із ЗМІ та створенні місця скорботи.

Робота на цій ділянці проводилась увесь час проведення рятувальної операції, як вдень, так і вночі, тому психологами тут було організовано позмінне цілодобове чергування. Психологи здійснювали психологічну підтримку рятувальників, надавали психологічну допомогу рідним загиблих, частина з яких, цілу добу очікувала новин на місці надзвичайної ситуації про своїх близьких. Ця категорія постраждалих була найскладнішою у роботі психологів, її складали три сім'ї, дві з яких чекали на знайдення дорослих тіл рідних людей, одна сім'я – на двох загиблих дітей. Психологи увесь час роботи з цими постраждалими купірували афективні стани, які хвилями виникали у постраждалих. Доцільними методами роботи тут були дихальні вправи, техніки контрольованого ковтання, екзистенціальні бесіди.

Окремої уваги заслуговує робота з родиною загиблих дітей. Вона була спрямована на: пошук ресурсів подолання втрати (у загиблих залишилась живою третя дитина, яка була у кімнаті з батьками); роботу з почуттям провини; підтримку фізичного стану у зв'язку із виснаженням (чоловік та жінка понад 24 години перебували на місці пошукової операції, відмовлялись від їжі та будь-якого, навіть короткотривалого відпочинку). Психологами було використано техніки емпатійного слухання, тілесно-орієнтовані методи, раціоналізації. За результатами проведеної роботи було помічено пом'якшення вираженої негативної симптоматики та переведення її у позитивну динаміку.

У ночі, крім підтримки постраждалих сімей, психологи були залучені до розв'язання конфлікту між поліцейськими, які здійснювали охорону місця надзвичайної ситуації та місцевими мешканцями, які у стані алкогольного сп'яніння намагалися потрапити до місця проведення пошукової операції для «допомоги рятувальникам».

Наступного дня психологи продовжили надавати психологічну допомогу постраждалим, також було організовано місце скорботи, до якого місцеві мешканці масово несли квіти та дитячі іграшки. Організація місця скорботи має важливу символічну роль, це місце куди можуть підійти усі охочі та віддати шану загиблим, виразити свої емоції. Важливим при організації місця скорботи – правильно вибрати місце його розміщення, воно повинно бути з однієї сторони поряд із місцем трагедії, а з іншої, не заважати учасникам рятувальної операції. Як показав досвід, для людей важливо, щоб воно було безпосередньо перед місцем трагедії. На нього може вказувати організовано виставлений стіл зі свічками та квітами (перші квіти, як правило організовує міська влада) або як у нашому випадку звичайне простирadlo на землі із квітами від міської ради.

Окремим завданням психологів була підтримка постраждалих під час спілкування із представниками ЗМІ, під час якого постраждалі знову і знову переживали негативні емоції, розповідаючи обставини пережитої події. Звертає увагу на себе різні реакції постраждалих на прохання журналістів про інтерв'ю. Деякі охоче вступали у бесіду, розповідаючи про свої переживання, загиблих рідних. Інші, навпаки вкрай негативно реагували на звернення журналістів. У деяких випадках спілкування із ЗМІ, психологами приймалось рішення про призупинення інтерв'ю до стабілізації психічного стану інтерв'юєра.

Другого дня, психологи також продовжували працювати із рятувальниками. Так, один з учасників рятувального загону звернувся до психологів після знайдення обгорілого тіла молодої жінки і півторарічної дитини, які обійнявшись лежали в ліжку. Рятувальник не зміг дістати загиблу жінку з дитиною і деякий час виконувати професійні обов'язки. Психологи провели з ним

короткотермінові заходи психічної саморегуляції, завдяки яким рятувальник повернувся до проведення оперативних дій.

Друга дільниця роботи психологів була організована на базі міського моргу. Завдання психологів полягало у: психологічній підтримці рідних, які другого дня очікували на видачу тіл (фрагментів тіл) загиблих для поховання; інформаційній підтримці рідних. Так, наприклад, молода родина, яка втратила дітей, звернувшись до психологів із проханням, розповісти, що їм робити із тілами. *«Це вони нас мали ховати, а не ми їх. Я ще ніколи нікого не ховала»*, плачучи говорила молода жінка – мати загиблих дітей. Інша родина просила відтермінувати видачу тіла доньки, допоки не знайдеться тіло її цивільного чоловіка, з яким вони проживали у будинку, щоб разом провести поховання. Складним було завдання із психологічного супроводу процедури впізнання тіл загиблих. Процедура впізнання полягала у наступному: рідних перед входом до контейнеру, де зберігались тіла (фрагменти), опитували про зовнішній вигляд і особливі прикмети загиблих, показували фото, які співпадали з їх описом або вказували на номер співпадиння за генетичною експертизою. Далі рідні, у супроводі лікаря, заходили до контейнера, де розкривався мішок із потрібним тілом і проводилось впізнання. Особливо тяжким був стан постраждалих, чий тіла рідних були понівеченими чи обгорілими (таких було більшість), або фрагментовані. Психологічного стресу додавав і сморід обгорілих тіл, яким був наповнений невеликий контейнер.

Психологічна допомога рідним загиблих надавалась безпосередньо біля контейнера з тілами. Реакції горя мали достатньо виражений вигляд, супроводжуючись або експресивною поведінкою з плачем і горювальними вигуками, або явною загальмованістю з елементами «оглушеності». Допомога постраждалим полягала у кваліфікованій психологічній підтримці, психотерапевтичному співпереживанню, релаксаційній терапії, при необхідності – лікарі вдавалися до терапії транквілізаторами.

Третя група психологів працювала в місцевій школі, що розташована поруч, і де було організовано: пункт харчування рятувальників, збір речей для постраждалих,

проводились слідчі дії із рідними загиблих та відбирались біологічні матеріали для проведення ДНК-експертиз. Завданням психологів було – психологічний супровід слідчих дій (підтримка рідних під час дачі показів, очікування результатів експертного дослідження); робота з постраждалими, які отримували речі першої необхідності, одяг у волонтерів; підтримка рятувальників, які приходили на зміну та харчувались тут. Психологи були поряд і спостерігали за психічними станами рятувальників, які відпочивши 2-3 години повертались до роботи з пошуку постраждалих.

До одного з психологів у школі звернулась мама 7-річної дівчинки, оскільки донька дуже хвилювалась, через те, що залишилась без улюблених іграшок, усі вони згоріли під час пожежі у зруйнованому під'їзді будинку. Діставши декілька іграшок із «валізи психолога» фахівець ДСНС подарувала їх дитині, заспокоївши її.

Неочікуваною була для психологів втрата самоконтролю однією із слідчих поліції. Молода дівчина, просто під час відбирання чергових показів розплакалась і сказала, що більше не може «...це слухати». Психологи відвели поліцейську до окремого приміщення і стабілізували її психічний стан.

Варто окремо зауважити і про психічний стан самих психологів, після роботи з постраждалими та прибуття до місця постійної дислокації, у одного з психологів почались психосоматичні прояви травматичних переживань, що проявлялись у вигляді підвищення температури тіла, відчуття «розбитості», сильного головного болю. Тривожні симптоми тривали декілька днів і не проходили навіть після медикаментозного лікування. Фахівець був змушений взяти декілька днів на відпочинок та пройти супервізійну підтримку.

Висновки. Підводячи підсумки аналізу роботи психологів ДСНС під час надання екстреної психологічної допомоги постраждалим в умовах масової загибелі населення внаслідок ракетного удару по житловому будинку в місті Умані, виділимо деякі особливості: по-перше, дана надзвичайна ситуація є психологічно складною практично для усіх, хто був залучений до неї: постраждалих, рятувальників, працівників поліції, психологів, так як характеризується

комплексністю стресорів високої інтенсивності, головним серед яких є масова загибель людей, насамперед дітей, що і основною специфічною особливістю; по-друге, тривалість пошуково-рятувальної операції склала 35 годин, із яких майже 32 години тривав процес надання екстреної психологічної допомоги; по-третє, дана надзвичайна ситуація охоплює широке коло постраждалих як серед безпосередніх учасників події, так і поміж рідних

постраждалих, загиблих, так у ході рятувальної операції було надано допомогу понад 300 постраждалим; по-четверте, сукупність означених факторів вказує на високий ризик виникнення травматичних наслідків для осіб залучених до надзвичайної ситуації, а тому вимагає спостереження за її учасниками у посттравматичний період та вживання заходів з психологічного відновлення особового складу рятувальних і поліцейських підрозділів.

Список використаних джерел

1. Дії підрозділів ДСНС в умовах воєнного стану (2023): навч. посіб. / за заг. редакцією М. Ковалю. Львів: ЛДУ БЖД. 306 с.
2. Кодекс цивільного захисту України (2012): закон України від 02.10.2012, № 5403-VI. *Голос України*. № 220 (5470). С. 4-20.
3. Костюк, К.В. Умані на Черкащині під час масованого обстрілу влучили у багатоповерхівку (2023). *Суспільне Черкаси*. URL: <http://surl.li/useeh>.
4. Оніщенко, Н.В. Екстрена психологічна допомога в умовах масової паніки внаслідок вибуху снарядів на військових складах (2013). *Вісник національного університету оборони України*. 2 (33). 270-275.
5. Сичевський, А.С. (2024). Діяльність психологічної служби ДСНС України в умовах війни: доповідь на II Всеукраїнській науково-практичній конференції «Проблеми психології діяльності в особливих умовах». Черкаси, 23.04.2024.
6. Фомич, М.В., Мохнар Л.І. (2023). Екстрена психологічна допомога постраждалим внаслідок ракетного удару по ТЦ «АМСТОР» у місті Кременчуці. *Вісник Національного університету оборони України*. 76(6). 193–199. URL: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-76-6-193-199>.
7. Baum, A., O'Keefe, M.K., Davidson, L.M. (1990). Acute stressors and chronic response: The case of traumatic stress. *Journal of Applied Social Psychology*. 20 (20, Pt 2), 1643–1654. URL: <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1990.tb01499.x>
8. Shalev, Arieh Y., Freedman, Sara, Peri, Tuvia, Brandes, Dalia, Sahar, Tali, Scott, P. Orr, Pitman, Roger, K. (1998). Prospective Study of Posttraumatic Stress Disorder and Depression Following Trauma. *Am J Psychiatry*. URL: <https://doi.org/10.1176/ajp.155.5.630>.
9. Tedeschi, R. G., Park, C. L., Calhoun, L. G. Posttraumatic growth: Conceptual issues. In R. G. Tedeschi, C. L. Park, & L. G. Calhoun (Eds.). *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis*, 1998. 1–22. Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

References

1. Dii pidrozdiliv DSNS v umovakh voiennoho stanu (2023) [Actions of units of the State Emergency Service under martial law]: navch. posib. / za zah. redaktsiieiu M. Kovalia. Lviv: LDU BZhD. 306 s. (in Ukrainian).
2. Kodeks cyvilnogho zakhystu Ukrainy (2012) [Civil Protection Code of Ukraine], Zakon Ukrainy 5403 VI. Gholos Ukrainy, no. 220 (5470), pp. 4-20 (in Ukrainian).
3. Kostiuuk, K. (2023). V Umani na Cherkashchyni pid chas masovanoho obstrilu vluchyly u bahatopoverkhivku [In Uman, Cherkasy region, a high-rise building was hit during massive shelling]. *Suspilne Cherkasy*. URL: <http://surl.li/useeh> (in Ukrainian).
4. Onishchenko N.V. (2013). Ekstrena psykholohichna dopomoha v umovakh masovoi paniky vnaslidok vybukhu snariadiv na viiskovykh skladakh [Emergency psychological assistance in conditions of mass panic due to the explosion of shells at military warehouses]. *Visnyk natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*. 2 (33). 270-275 (in Ukrainian).
5. Sychevskiy, A.S. (2024). Diialnist psykholohichnoi sluzhby DSNS Ukrainy v umovakh viiny [Activities of the psychological service of the State Emergency Service of Ukraine in war conditions]: dopovid na II Vseukrainskii nauково-praktychnii konferentsii «Problemy psykholohii diialnosti v osoblyvykh umovakh». Cherkasy (in Ukrainian).
6. Fomych, M.V., Mokhnar, L.I. (2023). Ekstrena psykholohichna dopomoha postrazhdalym vnaslidok raketnoho udaru po TTs «AMSTOR» u misti Kremenchutsi [Emergency Psychological Assistance for the injured the aftermath of the rocket strike on Amstor shopping center in the city of Kremenchuk]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, 76(6). 193–199. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-76-6-193-199> (in Ukrainian).

7. Baum, A., O'Keeffe, M.K., Davidson, L.M. (1990). Acute stressors and chronic response: The case of traumatic stress. *Journal of Applied Social Psychology*, 20 (20, Pt 2), 1643–1654. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1990.tb01499.x>
8. Shalev, Arieh Y., Freedman, Sara, Peri, Tuvia, Brandes, Dalia, Sahar, Tali, Scott, P. Orr, Pitman, Roger K. (1998). Prospective Study of Posttraumatic Stress Disorder and Depression Following Trauma. *Am J Psychiatry*. <https://doi.org/10.1176/aip.155.5.630>
9. Tedeschi, R. G., Park, C. L., Calhoun, L. G. (1998). Posttraumatic growth: Conceptual issues. In R. G. Tedeschi, C. L. Park, & L. G. Calhoun (Eds.). *Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis*. 1–22. Lawrence Erlbaum Associates Publishers

Summary

THE FEATURES OF PROVIDING PSYCHOLOGICAL FIRST AID TO THE VICTIMS IN THE CONTEXT OF MASSIVE MORTALITY AS A RESULT OF A MISSILE STRIKE ON A HIGH-RISE BUILDING IN UMAN

Fomych M. V. PhD in Psychology, associate professor,
Cherkasy Institute of Fire Safety named after
Chornobyl Heroes of National University
of Civil Defence of Ukraine

Introduction. War is the emergency that goes beyond the normal human experience. The research results from the Jerusalem Medical School show that during the war, the human psyche reactions to the war events may be: from moderate and temporary stress to severe mental trauma that has negative health consequences, including depression, psychotropic substances abuse, and post-traumatic stress disorder. The American scientists, in turn, prove that the traumatic events of war can have a long-term impact on people health and well-being. In this regard, the specialists have repeatedly emphasized the importance of the existence of an institute of psychological first aid to the affected population, which in our country, according to the law, is provided by the psychologists of the State Emergency Service of Ukraine (SES). According to the specialists of the SES of Ukraine, during the full-scale war, the psychologists were involved in the liquidation of the consequences of hostilities more than 700 times, provided the psychological assistance to more than 242 thousand victims, including 43 thousand children and more than 9 thousand people with reduced mobility.

The purpose of the research is to summarize and analyze the activity of the psychologists of the SES of Ukraine in organizing and providing the psychological first aid to victims in the consequences of war with massive mortality of civilians.

Methods. Analysis of the scientific literature on the research problem, participant observation, interviews, data systematization.

Originality. Based on the analysis of practical experience, the peculiarities of organizing and providing the psychological first aid to victims of a missile attack on a high-rise building in Uman with massive mortality are described in the article. The forces and means involved in the liquidation of consequences of the missile strike are characterized, and the stages of providing the psychological first aid to victims by the psychologists of the SES of Ukraine are found out. Based on the analysis of the psychological characteristics of the victims, their main mental reactions and states are identified. The research also considers the most appropriate methods of the visual diagnosis of victims, techniques of providing the psychological aid. The analysis of the factors that complicated the work of the psychologists in providing the psychological assistance in the context of massive mortality is especially important.

Conclusions. The main features of the psychological first aid are identified based on the summary and analysis of the practical experience of the psychologists of the SES of Ukraine in providing the psychological first aid to victims in the context of massive mortality as a result of a missile attack on a high-rise building in Uman: 1. this emergency is psychologically difficult for almost everyone involved in it: victims, rescuers, police officers, psychologists, as it is characterized by the complexity of high-intensity stressors, the main one is massive mortality; first of all children – that's the main specific feature; 2. the duration of the search and rescue operation was 35 hours, 32 hours were spent to provide the psychological first aid; 3. the emergency involved a wide range of victims (survivors and relatives of the victims); during the rescue operation more than 300 victims were assisted; 4. the combination of these factors indicates a high risk of traumatic consequences for people, involved in the emergency response situations, and therefore requires supervision of their participants in the post-traumatic period and provide the psychological recovery of rescuers and policemen.

Key words: war, missile strike, victims, psychological first aid, psychologists of the State Emergency Service of Ukraine.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 29.06.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 31.07.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ “ОБРАЗУ ВРОГА” У СВІДОМОСТІ
УКРАЇНСЬКИХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІД ЧАС ВІДСІЧІ
РОСІЙСЬКОЇ ЗБРОЙНОЇ АГРЕСІЇ**

Холох О. І. кандидат філософських наук,
провідний науковий співробітник
Науково-дослідного центру гуманітарних
проблем Збройних Сил України
<https://orcid.org/0000-0001-6916-5450>

Стаття присвячена розвитку науково-практичних знань щодо морально-психологічних аспектів війни, одним з яких є “образ ворога”, як складова суспільної свідомості учасників війни. Від його сформованості залежить готовність українських військовослужбовців знищувати ворога та належний морально-психологічний стан в цілому.

Результати дослідження полягають у визначенні маркерів “образу ворога” та логічних рівнів його сформованості, що виявляються в процесі комунікації. На основі моделі піраміди логічних рівнів Р. Ділтса розроблено інструментарій для формування “образу ворога” у свідомості українських військовослужбовців під час внутрішньо-комунікаційної роботи.

Ключові слова: “образ ворога”; формування “образу ворога”; модель логічних рівнів Р. Ділтса; внутрішньо-комунікаційна робота у ЗС України.

Вступ. Триваюча збройна агресія росії проти України спричинила необхідність переосмислення місця і ролі соціально-психологічного явища “образу ворога” у свідомості військовослужбовців та українського населення під час війни. До початку російської військової агресії проблематика формування “образу ворога” досліджувалася переважним чином в дискурсі таких гуманітарних наук, як імагологія, історія, політологія, психологія, військова антропологія та опосередковано у філософських розвідках. Але з початком широкомасштабної збройної агресії росії проти України актуалізувалися дослідження з означеної проблематики не лише теоретичні, але й прикладні, що спрямовані на формування “образу ворога” у свідомості українських військовослужбовців. Бо від цього значною мірою залежить морально-психологічна готовність знищувати ворога в бою, згуртованість військових підрозділів та належний рівень морально-психологічного стану для виконання бойових завдань.

“Образ ворога” є дегуманізованим образом одного соціального суб’єкта, що існує у суспільній свідомості іншого соціального суб’єкта. Це соціально-психологічне явище стає складовою суспільної свідомості народів ворогуючих держав і виконує такі функції: формування морально-психологічної переваги над ворогом, подолання морально-етичних табу

щодо вбивства собі подібних (йдеться про символічне позбавлення ворога людських рис у суспільній свідомості та спрямування виникаючої агресії на фізичне знищення ворога), об’єднання суспільства у спільній боротьбі проти ворога.

Таким чином, проблематика формування “образу ворога” у свідомості військовослужбовців під час відсічі російської збройної агресії є актуальною. Вона потребує дослідження за допомогою методів та моделей гуманітарних наук, що дозволяють виявити в процесі комунікації наявність “образу ворога” та його логічний рівень сформованості у свідомості військовослужбовців, або його відсутність. До того ж необхідно розкрити особливості його формування в процесі комунікації у разі необхідності.

Теоретичне підґрунтя. Проблематика формування “образу ворога” досліджувалася в межах міждисциплінарного дискурсу гуманітарних наук. В контексті психологічних досліджень науковці з’ясовували психологічні причини ворожості людини у ставленні до інших. В межах теорії соціального навчання, високий чи низький рівень ворожості суспільства в цілому, вважається результатом соціалізації та соціального навчання індивідів (Бандура, 2000). У деяких теоріях явище ворожості розглядається як невід’ємна характеристика людини, що обумовлена

боротьбою за виживання, ресурси та владу (Андрощук, Олексієнко 2019). На думку К. Лоренца схильність людини до агресії закладена від природи (Lorenz, 2002). На межі психології та філософії досліджувалися соціально-психологічні механізми формування “образу ворога” з України російськими медіа під час російсько-української війни та перспективні механізми трансформації цього соціально-психологічного явища у суспільній свідомості росіян (Холох, Скрябін, 2023).

Конструювання “образу ворога” та його трансформації у суспільній свідомості осмислювалося в контексті філософських розвідок. Йдеться про бінарний спосіб людського мислення в якому образ “Ми” протиставляється образ іншого соціального суб’єкта, що усвідомлюється, як “Інші”, “Чужі”, або “вороги”. Тобто уявлення суспільної свідомості певного соціального суб’єкта про іншого соціального суб’єкта трансформуються від дружнього та нейтрального (Інші) до потенційно небезпечного (Чужі), або ворожого (вороги) і навпаки. Ці процеси в умовах інформаційного суспільства опосередковані засобами масової комунікації (Холох, 2022). “Образ ворога” також розглядався, як елемент формування української національної ідентичності (Kryvda, Storozhuk, 2020).

Важливий внесок в дослідження проблематики “образу ворога” здійснили історики. Вони виокремлювали загальні характеристики “образу ворога” та конкретні, що притаманні різним історичним контекстам. Розкривали його динаміку під час війни на яку впливають події на фронті, окупація та звільнення територій (Маєвський, 2015, 2019). Аналізували форми і засоби формування “образу ворога” в різних історичних контекстах (Гриневич, 2014). Українські науковці дослідили трансформацію дискурсу формування “образу ворога” часів Холодної війни в дискурс порозуміння та дружби між США та СРСР (Некрасова, 2011). В контексті історичних досліджень проблематики формування “образу ворога” було застосовано методологію наративних шаблонів Дж. Верча, яка є методом реконструкції історично сформованих і постійно відтворюваних наративів, що

ґрунтуються на історичній пам’яті народу (Котова, 2019). Метод наративних шаблонів сприяє виявленню глибинних ментальних стереотипів та міфології певної національної спільноти, що необхідні для осмислення засад на яких формується “образ ворога” однією державою з іншої. В контексті історичної імагології – науки про формування образів та уявлень одного народу про іншого, було розкрито сутність і структуру “образу ворога” у суспільній свідомості та розроблено імагологічний метод дослідження для вивчення означеної проблематики (Сенявський, Сенявская, 2006).

Мовні аспекти формування “образу ворога” вивчалися українськими мовознавцями від початку російсько-української війни (Гнатюк, 2015; Кирилук, 2020; Мацишина, 2022). Вони дійшли висновків, що лексичний склад “мови ворожнечі” росіян щодо України та українців в дискурсі російсько-української інформаційної війни значною мірою ґрунтується на етностереотипах (Гнатюк, 2015). Сама “мова ворожнечі” містить чимало образно-символічних мовних засобів виразності (метафори, метонімії, аналогії, синекдохи тощо), завдяки чому вона набуває маніпулятивних властивостей щодо формування суспільної думки в населення (Кирилук, 2020). Міфологічні найменування ворогів, наприклад – *орки*, негативно впливають на сприйняття ворога українцями, бо позбавляють його справжньої суб’єктивності, натомість наділяють міфологічними рисами, що відірвані від реальності (Мацишина, 2022).

В контексті політологічних розвідок проаналізовано зміст “образу ворога”, який визначено оціночною характеристикою сформованою у суспільній свідомості, що містить: об’єктивну інформацію, суб’єктивні інтерпретації, емоційні компоненти, суспільні стереотипи, міфи та забобони суспільної свідомості. Формування певного “образу ворога” у суспільній свідомості соціального суб’єкта здійснюється засобами масової комунікації (Левченко, Ракчєєва, 2016).

В західному дискурсі гуманітарних наук проблематика формування “образу ворога” у суспільній свідомості досліджувалася у таких аспектах. Р. Madder, В. В. Fisher, S. Shpiro та інші дослідники аналізували як

американська, британська, ізраїльська та пакистанська розвідки збирають дані щодо потенційних противників та інтерпретують їх, на основі чого формується “образ ворога” з противника та як він впливає на подальшу політику їхніх держав (Madder, 2015). Н. Burgess розкрив руйнівний вплив сформованого “образу ворога” у свідомості різних груп населення однієї держави, а також між державами в умовах миру. Автор пропонує шляхи для подолання негативних стереотипів у суспільній свідомості населення та формування замість них позитивних, які об’єднують суспільство та країни (Burgess, 2003). Дослідниці М. G Bartoszewich та М. Pruckova проаналізували як Чеська та Естонська республіки формують “образ ворога” з росії у своїх безпекових дискурсах та як це впливає на їх політику. “Образ ворога”, який формується в умовах потенційно можливої війни в майбутньому, пов’язаний зі стратегією безпеки держав, що коливається від очікувань можливого прямого нападу значно сильнішого противника до його стримування чи умиротворення (Bartoszewich, Pruckova, 2023).

Модель логічних рівнів розроблена Р. Ділтсом у 1980 році дозволяє виявляти в процесі комунікації рівні переконань співрозмовника щодо якогось питання, сенс його діяльності, а також формувати необхідні переконання та впливати цим на його діяльність і свідомість. Цей інструмент також дозволяє визначати проблеми, що заважають формуванню певних переконань у співрозмовників, що впливають на їх діяльність. Разом із цим модель логічних рівнів Р. Ділтса надає рекомендації як вирішити проблеми, що виявляються на різних логічних рівнях комунікації у співрозмовників (Ділтс, 2004, Зеленін, 2015). Зазначений інструмент довів свою ефективність протягом багатьох років його використання в коучингу, бізнесі, маркетингу тощо. Утім він й досі не використовується в процесі внутрішньо-комунікативної роботи у Збройних Силах України, зокрема й для виявлення маркерів “образу ворога” під час комунікації у військовослужбовців в умовах відсічі російської збройної агресії та з метою його формування у разі необхідності.

Мета дослідження – визначення теоретико-методологічних засад виявлення

маркерів “образу ворога” під час комунікації у свідомості українських військовослужбовців. А також створення комунікативної моделі (на основі піраміди логічних рівнів Р. Ділтса) для формування “образу ворога” у свідомості українських військовослужбовців в процесі внутрішньо-комунікативної роботи у ЗС України.

Методи дослідження. Вибір методів дослідження обумовлений проблематикою та метою дослідження. Використано загальнонаукові теоретичні методи: аналіз, синтез, порівняння та узагальнення. А також спеціальний метод – модель логічних рівнів Р. Ділтса для визначення маркерів в комунікації та логічних рівнів сформованості “образу ворога” у свідомості українських військовослужбовців, а також для його формування у разі необхідності. Разом із цим застосовувався метод інтерпретації для виявлення смислу висловлювань військовослужбовців. Міждисциплінарний підхід дозволив об’єднати напрацювання цілої низки гуманітарних наук, а саме: філософії війни, соціальну психологію, соціальні комунікації та нейролінгвістичне програмування.

Результати і обговорення. Від сформованості “образу ворога” у свідомості українських військовослужбовців під час відсічі російської збройної агресії залежить успіх війни в морально-психологічному вимірі. Ставлення військовослужбовців до противника, як до “Іншого” або, як до “ворога” проявляється на когнітивному, афективному та поведінковому рівнях. “Образ ворога” формується в бінарному способі мислення людини, суть якого полягає у взаємовиключному протиставленні. Бінарна категоризація дійсності є одним із основних способів пояснення світу і мислення людини. В такому способі мислення “образу ворога” протиставляється “образ Своїх”, якому приписуються суто позитивні конотації, а “образу ворога” – виключно негативні. Маркери “образу ворога” проявляються в мові, оскільки мова і мислення розглядаються складові єдиної системи. Таким чином, мова військовослужбовців стає предметом аналізу стосовно наявності в їх свідомості “образу ворога”, а також логічного рівня його сформованості чи відсутності.

Для визначення рівня сформованості “образу ворога” у свідомості військовослужбовців нами розроблено основні критерії оцінки показників на основі піраміди логічних рівнів Р. Ділтса (Зеленін, 2015, с. 98–102). Запропонована модель визначає шість ієрархічних рівнів, що проявляються в комунікації та виражають певне ставлення військовослужбовців у досвіді, а також свідчать про наявність у їх свідомості певних переконань.

1. Рівень оточення. На цьому логічному рівні в комунікації виражаються обставини та умови на які доводиться реагувати військовослужбовцям, або пристосовуватися до них. Йдеться про зовнішні фактори (контекст), що впливають на окремого військовослужбовця, особовий склад ЗС України, державу Україну, а також на українське населення загалом та визначають стан суспільної свідомості. Це може бути: спокійний мирний час; протиборство в умовах інформаційно-психологічної, інформаційно-сміслової чи гібридної війни; напруження в очікуванні початку війни у фізичному просторі; оборона та відсіч у воєнно-політичному конфлікті, або у широкомасштабній війні; внутрішня консолідація чи роз’єднаність українців; міжнародна підтримка чи відмова у ній.

Наявність позитивних маркерів про поточний стан справ, а саме: згуртованості військових підрозділів, населення та воєнно-політичного керівництва держави; достатня кількість та надійність зброї; достатня кількість добротної військової форми і амуніції; хороше харчування; належний рівень грошового забезпечення військовослужбовців; якісне соціальне та інші види забезпечення військовослужбовців тощо – все це буде свідчити про відсутність проблемних питань на цьому досвідному рівні, які заважатимуть формуванню “образу ворога” у свідомості військовослужбовців, що відбувається на вищих логічних рівнях комунікації. В той же час, наявність негативних маркерів про поточний стан справ, наприклад: відсутність згуртованості у військовому підрозділі; недовіра військовослужбовців військово-політичному керівництву; нестача та низька якість військового озброєння і амуніції; неякісне харчування; низьке грошове забезпечення тощо будуть вказувати на можливі перешкоди

в процесі формування “образу ворога” у свідомості військовослужбовців. Таким чином, на цьому рівні комунікації виражається загальний контекст в якому перебувають військовослужбовці, що може сприяти, або перешкоджати подальшому формуванню “образу ворога”.

Варто зазначити наступне. Якщо у свідомості військовослужбовців вже сформований “образ ворога” то на цьому рівні комунікації це буде виражатися як протиставлення контекстів наших військовослужбовців та ворога. Наш контекст буде мати позитивні конотації, а ворожий – негативні. Наприклад: *“Наша зброя сучасна і надійна, а ворожі війська використовують розконсервовану зброю радянських часів, яка часто зіпсована”*; *“В нас наразі хороше грошове забезпечення, а росіянам виплати лише обіцяють за участь у бойових діях, а по факту вони отримують копійки”* тощо.

2. Рівень поведінки. На цьому логічному рівні комунікації йдеться про конкретні вчинки до яких вдаються військовослужбовці в тому чи іншому оточенні. В комунікації вони можуть виражатися як дії та вчинки: про службову діяльність та бойову підготовку військових у мирний час, або під час війни; активність чи пасивність військовозобов’язаних резервістів під час призову в умовах оголошеної мобілізації; активність чи пасивність військовослужбовців під час військової підготовки; згуртованість чи роз’єднаність, завзятість та наполегливість, або – пасивність військовослужбовців під час проведення злагодження та в умовах бойових дій тощо.

Наявність позитивних маркерів в комунікації про конкретні дії та вчинки військовослужбовців свідчить про відсутність проблемних питань на цьому логічному рівні, які заважатимуть формувати “образ ворога” на вищих логічних рівнях. Наявність позитивних маркерів, на кшталт: *“Нас добре готують досвідчені інструктори в умовах максимально наближених до бойових дій щоб ми зберегли наші життя”*, які протиставляються таким: *“А мобілізовані росіяни бухають під час підготовки, а потім гинуть в умовах бойових дій”* – опосередковано вказує на сформованість “образу ворога” у свідомості українських військовослужбовців. Натомість наявність висловлювань з негативним змістом в

комунікації про конкретні дії та вчинки українських військовослужбовців свідчить про відсутність “образу ворога” у їх свідомості та вказує на наявність невирішених проблемних питань на цьому логічному рівні та високу вірогідність проблемних питань на вищих рівнях, які заважатимуть формуванню “образу ворога”.

3. Рівень стратегій (здібностей) – це логічний рівень комунікації на якому йдеться про досвід в якому проявляються навички, уміння та ментальні стратегії, що спрямовують поведінку військовослужбовців. До того ж це рівень формування стратегій діяльності на основі певної поведінки, здібностей, вмінь і навичок пов’язаних між собою та реалізація цих стратегій у відповідних умовах (контекстах).

Цей рівень комунікації може опосередковано вказувати на сформованість “образу ворога” у свідомості військовослужбовців коли вони свідомо і наполегливо розвивають свої навички та опановують способи досягнення складних цілей в бойових умовах для знищення ворога під час військової підготовки та в умовах бойових дій. Тобто військові розвивають свої професійні якості не просто з метою відповідати військовим професійним стандартам, але й для того щоб мати перевагу над ворогом в бойових умовах та щоб знищити його.

Маркери, що вказують на сформованість “образу ворога” у свідомості українських військовослужбовців на рівні **здібностей (стратегій)** в комунікації можуть бути такими: *“Ми ретельно вивчаємо та опановуємо нову західну військову техніку щоб найбільш ефективно застосувати її для знищення ворога”*, або на кшталт: *“Наш підрозділ наполегливо тренується в процесі бойової підготовки для того щоб зберегти своє життя в умовах бойових дій, діяти злагоджено та успішно виконувати бойові завдання і наближати нашу перемогу над ворогом”*. Маркери, що вказують на відсутність сформованості “образу ворога” у свідомості військовослужбовців на рівні **здібностей (стратегій)** стратегій в комунікації можуть бути такими: *“Я не розумію навіщо нас так виснажують під час бойової підготовки”*, *“Мобілізовані не можуть опанувати певну військову спеціальність за такий короткий термін*

підготовки” тощо. Тобто, коли військові вмотивовані розвивати свої навички, здібності та стратегії не лише заради відповідності військовій спеціалізації, але заради знищення ворога в бою, то це є маркерами сформованості “образу ворога” у свідомості військовослужбовців. Разом із тим, коли військовослужбовці висловлюють в комунікації обмежуючі переконання стосовно того, що вони не розуміють навіщо опановувати та розвивати навички, здібності та стратегії щодо фізичного виживання, опанування зброї та техніки, залагодження військової команди тощо – все подібне вказує на відсутність сформованості “образу ворога” у свідомості військовослужбовців. До того ж подібні маркери вказують на наявність невирішених проблемних питань на вищих логічних рівнях, а саме на рівні **переконань і цінностей, ідентичності та місії і духовності**. Адже людська поведінка, вміння та стратегії визначаються та спрямовуються зазначеними логічними рівнями свідомості, які по суті належать до світоглядних. Тобто, переконання, цінності, ідентичність та місія військовослужбовців не спостерігаються у досвіді, але повністю визначають його.

4. Рівень переконань і цінностей – це логічний рівень комунікації, який виражає судження, вірування та знання на які військовослужбовці покладаються і які підсилюють їх можливості. До того ж це рівень комунікації, що виражає переконання і цінності військовослужбовців, що мотивують, дозволяють чи обмежують розвиток і реалізацію різних здібностей у відповідності до таких переконань і цінностей. Отже, на цьому рівні комунікації не виражається досвід, а мова йде про внутрішнє світовідчуття та світорозуміння військовослужбовця. Саме на цьому логічному рівні і починає формуватися “образ ворога” у свідомості військовослужбовців, як взаємовиключне протиставлення суджень, переконань, знань, намірів, що виражаються у наративах наших військових та ворогів.

Ворожим для людини стає все, що несприятливе її інтересам. Це створює ситуацію загрози чи небезпеки і вимагає відсторонитися від цього. Подальше протиставлення відбувається на аксіологічній основі, коли власні цінності виявляються єдино правильними, а ворожі цінності

сприймаються як загрожуючи власному існуванню. В такій ситуації власне буття виявляється єдино можливим, в якому виключається буття ворога. Бо взаємність перспектив, або нейтральний спосіб бачення майбутнього неможливі через те, що прийняття перспективи ворога означає припинення бути собою. Аксіологічна ескалація призводить до вивільнення агресії та спрямування її на ворога. Готовність фізично знищувати ворога розвивається в процесі внутрішньо-комунікаційної роботи з військовослужбовцями. З цією метою необхідно застосувати комунікативно-пропагандистські технології дегуманізації ворога, тобто – позбавлення його людських рис і зняття всіх морально-етичних, соціальних та релігійних табу на вбивство собі подібних. Докладніше про маркери дегуманізації йтиметься на логічному рівні **ідентичності**.

Отже, маркери, що вказують на сформованість “образу ворога” у свідомості військовослужбовців на рівні **переконань** і **цінностей** в комунікації будуть виглядати як протиставлення цінностей в наративах, на кшталт: *“Ми (українці) у триваючій війні боронимо свою землю, захищаємо рідних та близьких, виборюємо нашу свободу та незалежність, а росіяни безславно гинуть на чужій землі ні за що, а через “промиті” пропагандою мізки”; “Україна – це європейська держава з понад тисячолітньою історією та культурою, а росія – це держава, яка сформувалася в межах Златої Орди з відповідними цінностями і культурою та вийшла з під її контролю тільки на початку XVIII століття. Саме тому в українців і росіян абсолютно різні цінності, історія, культура та прагнення”* тощо.

Таким чином, якщо в комунікації на рівні **цінностей** і **переконань** виражається взаємовиключне протиставлення, то це є свідченням сформованості “образу ворога” у свідомості військовослужбовців. Якщо ж немає і є потреба його сформувавши то “образ ворога” формують саме на цьому логічному рівні шляхом взаємовиключного протиставлення цінностей та переконань наших військовослужбовців (українського населення) та ворога (російських військовослужбовців та населення).

5. Рівень ідентичності – це логічний рівень комунікації на якому йдеться про те, ким люди себе усвідомлюють і як себе (або інших) називають. Це почуття самості (частина психіки, що є глибинним центром і виразом психологічної цілісності індивіда та виступає принципом об’єднання свідомої та несвідомої частин психіки) з яким пов’язуються переконання, цінності, здібності і відповідна поведінка в різних контекстах.

На цьому логічному рівні комунікації також формується “образ ворога”, що виражається як протиставлення імен, назв, найменувань “образу Своїх” – тобто українських військових, населення, керівництва держави тощо, які протиставляються ворожим назвам, іменам, найменуванням. Наприклад, під час відсічі російської збройної агресії українці називають наших військових: *“сили оборони”, “наші воїни”, “українські військовослужбовці”, “наші герої”, “захисники”, “нескорені”, “побратими і посестри”* тощо і протиставляємо найменуванням ворогів – *“рашисти”* (росіяни, що наслідують ідеологію фашизму), *“нелюди”, “свинособаки”, “окупанти”, “орки”* (варварський народ, військо, що підкорює не силою, а кількістю, має низький інтелект та не звикли жити в комфорті), *“терористи”, “загарбники”, “мародери”, “вбивці”, “твалтівники”* тощо. В міжособистісній комунікації часто використовується ненормативна лексика, якою називають ворога, що також є маркером сформованості “образу ворога” у свідомості українських військовослужбовців. Використання під час комунікації синонімів назв та найменувань в сторону знецінення та приниження є комунікативною технологією дегуманізації ворога мовними засобами.

В українському медіадискурсі під час відсічі російської збройної агресії офіційні органи влади та ЗМК пишуть назву росії та її столиці з маленької літери – “росія” та “москва”. З малої літери пишуть також прізвище російського президента, інших політиків, російських пропагандистів та всіх лідерів суспільної думки росії, хто схвалює війну проти України. Таким чином в українському правописі виражається зневага до ворога. До назви “російська федерація” часто використовують синоніми для

трансформації значення в сторону знецінення, унаслідок чого її називають – “московією”, “рашкою”, “оркостаном”, “запореберьем”, “заліссям” тощо. У такий спосіб відбувається дегуманізація росії та демонстрація її відсталості.

Таким чином, якщо в процесі комунікації на логічному рівні *ідентичності* українськими військовослужбовцями виражаються глузливі, образливі та принизливі назви і навіть нецензурна лексика, якими вони позначають назви ворожих військових, населення, керівництва держави, лідерів суспільної думки, самої держави, то це свідчить про сформованість в їх свідомості “образу ворога”. При цьому рівень емоційності назв свідчить про рівень агресії та люті, спрямованої на ворога. У разі відсутності в комунікації зазначеної лексики під час війни, “образ ворога” необхідно формувати в процесі здійснення внутрішньо-комунікаційної роботи шляхом використання негативно-оцінної семантики та відповідних наративів щодо ворога.

6. Рівень духовності та місії – це логічний рівень комунікації на якому виражаються погляди на світ, сутність і сенс людського життя; усвідомлення спільнотою, групою чи народом свого призначення у світі, напрямку майбутнього розвитку своєї країни, бажаного майбутнього; почуття спорідненості з джерелом сили, розуму (який йде від наших пращурів, Бога чи Вищих сил), що потужніший за нас.

На цьому логічному рівні виражаються: глобальна національна ідея, сенс і призначення існування народу та держави. Тут міститься потужна енергія натхнення до самотворення нації, а також відповідь на запитання: “Навіщо існує у світі така держава, культура, народ?” (Зеленін, 2015, с. 101). На цьому логічному рівні виражаються сенс патріотизму; місія військовослужбовця, підрозділу, держави у війні; “образ Перемоги”; “образ Батьківщини”; “образ майбутнього нашої держави” тощо. Саме на цьому логічному рівні країна-агресор заздалегідь розпочинає формувати “образ ворога” з країни та народу проти якого планується агресія. З цією метою в інформаційному просторі поширюється стратегічний наратив в якому виражається певна мета майбутнього розвитку, роль яку надає собі держава та завдання, що

ставляться перед народом. Такі стратегічні наративи про місію протиставляються стратегічним наративам держав щодо яких планується асиміляція чи агресія.

Наприклад, в росії наприкінці 1990-х років був сформований імперський проект “русского міра” в якому росія протиставляється колективному Заходу. Творці цього проекту визначали, що буцімто росія влаштована таким чином, що не обмежується суто територіально-просторовими кордонами. Натомість вона простягається скрізь де говорять російською мовою, незалежно від національності та громадянства і навіть без власної волі російськомовних індивідів сусідніх країн. За часів президенства в.путіна розпочалося втілення “русского міра” в реальність через пропаганду в інформаційному просторі росії та сусідніх з нею держав. Пропаганда “русского міра” розпочалася на логічному *рівні духовності та місії*. А вже потім перейшла на нижчі логічні рівні коли росія примушувала сусідні держави до “русского міру” через газові, економічно-торгівельні війни, а також загарбницьку діяльність, результатом якої стала війна з Грузією, анексія Криму, війна на сході України розпочата у 2014 році, яка у 2022 році переросла у широкомасштабну збройну агресію росії проти України. Тобто на цьому логічному рівні ворог поширює свої смисли та розпочинає інформаційно-сміслову експансію спрямовану на руйнування національної ідентичності, історичної пам’яті народів-мішеней, їх мови та культури. На цьому рівні наслідки ворожого інформаційно-сміслового впливу мають найбільш руйнівний характер.

Разом із цим наслідками конструктивного інформаційно-сміслового впливу на свідомість українських військовослужбовців на цьому рівні буде формування вищого сенсу та мети їх діяльності в умовах триваючої відсічі російської агресії. Тут повинні даватися відповіді на основні світоглядні питання: “Заради чого все це відбувається?”, “Який смисл в цьому?” тощо. Формування сенсів для наших військовослужбовців може виражатися в подібних наративах: “Ми воюємо з ворогом заради мирного майбутнього наших дітей у вільній незалежній Україні з європейським рівнем

життям, правами і свободами та демократичними цінностями”. Якщо подібні наративи висловлюють наші військовослужбовці то це є маркерами, які свідчать про відданість, усвідомлений вибір військовослужбовців, їх вмотивованість вищими смислами, ніж їх особистісні. Натомість наслідками ворожого інформаційно-сислового ураження на цьому рівні можуть бути подібні наративи в українських військовослужбовців під час війни: “Я не розумію навіщо я тут?”, “За що ми воюємо?”, “Яка мені різниця в якій я буду жити державі?”. Подібні висловлювання можуть вказувати на не сформованість, або руйнування національної та громадянської ідентичності і як наслідок втрату вищого сенсу всього того, що потрібно захищати від ворога під час триваючої війни. Отже, на цьому логічному рівні комунікації формується найвищий сенс діяльності військовослужбовців, усвідомлюється її зміст та мета, а також формується і виражається відданість. Відбувається усвідомлене розуміння того за що воїн воює і за що може навіть втратити життя.

Таким чином, “образ ворога” у свідомості військовослужбовців насамперед формується на рівні **цінностей** та **ідентичності**, який реалізується на досвідних рівнях – **стратегій**, **поведінок** та **оточення** – в конкретних діях і стратегіях спрямованих на знищення ворога. А на рівні **місії та духовності** сформований “образ ворога” набуває свого остаточного сенсу та завершеності.

Сформований “образ ворога” у свідомості військовослужбовців проявляється: на *когнітивному рівні* – як сукупність знань та переконань щодо ворога, взаємовиключне протиставлення “Своїх” і “ворожих” цінностей, ідентичностей та місій у триваючій війні; на *афективному рівні* – як переживання почуттів та емоцій: недовіри, злості, агресивності, осуду, жаги помсти, неповаги, ненависті, люті і найменше – страху. Завдяки таким емоціям формується відповідне ставлення до ворога – бажання завдати психологічної та фізичної шкоди (знищення) ворога; на *поведінковому рівні* – як готовність знищувати ворога, або ж як реальний досвід його знищення.

Недостатньо сформований, або відсутній “образ ворога” у свідомості

військовослужбовців проявляється: на *когнітивному рівні* – як толерантне ставлення до цінностей та місії (прагнень) противника, а на рівні ідентичності, тобто в процесі номінацій противника, буде відсутня образлива і принизлива лексика; на *афективному рівні* – як апатія, або страх та тривожність, завдяки яким формується відповідне ставлення до ворога – бажання відсторонитися та уникнути участі у війні для відбиття тимчасово окупованих територій та знищення ворога; на *поведінковому рівні* – як неготовність знищувати ворога, що може проявлятися у намаганнях уникнути мобілізації, а також, як постійні скарги на навчання та недостатній бойовий досвід, незадоволеність різними видами забезпечення, бойовими умовами, діями командирів тощо.

За моделлю піраміди логічних рівнів Р. Ділтса *когнітивний рівень* сформованості або відсутності “образу ворога” у свідомості військовослужбовців проявляється в комунікації на рівнях: **цінностей**, **ідентичності**, **місії та духовності**; *афективний рівень* сформованості або відсутності “образу ворога” військовослужбовців проявляється як емоційна комунікація з використанням ненормативної лексики та мови ворожнечі щодо ворога, або ж її відсутність у разі недостатньої сформованості чи відсутності “образу ворога”. Афективність в комунікації може проявлятися на всіх рівнях за пірамідою логічних рівнів Р. Ділтса – **оточення**, **поведінки**, **стратегій**, **цінностей**, **ідентичності**, **місії та духовності**; *поведінковий рівень* сформованості або відсутності “образу ворога” у військовослужбовців проявляється в комунікації на рівнях: **поведінок** та **стратегій** за пірамідою нейрологічних рівнів Р. Ділтса. Якщо у військовослужбовців відзначається неготовність знищувати ворога, то за методологією логічних рівнів Р. Ділтса формування цієї готовності, тобто – “образу ворога” у свідомості військовослужбовців, повинно відбуватися на вищих логічних рівнях – **цінностей**, **ідентичності**, **місії та духовності**.

Висновки. Унаслідок проведеного дослідження розроблено теоретико-методологічні засади формування “образу ворога” у свідомості українських

військовослужбовців під час відсічі російської збройної агресії. Вони складаються з:

- визначення сутності і змісту соціально-психологічного явища “образу ворога”, як складової суспільної свідомості військовослужбовців (учасників війни);
- принципів формування “образу ворога” (бінарне протиставлення та 6-ти ступенева градація логічних рівнів засвоєння знань і формування рівнів переконань у військовослужбовця (людини));
- маркерів в комунікації, що виражають наявність “образу ворога” на певному логічному рівні за пірамідою Р. Ділтса;
- комунікативних прийомів для формування “образу ворога” у свідомості українських військовослужбовців.

Теоретична цінність цього дослідження полягає в розширенні гуманітарного

дискурсу воєнної науки на основі міждисциплінарного підходу, який дозволив залучати ефективні моделі, методи, принципи, підходи та інструменти гуманітарних наук для вирішення актуальних завдань воєнної науки.

Практична цінність проведеного дослідження полягає в створенні комунікативної моделі для виявлення сформованості “образу ворога” у свідомості українських військовослужбовців, а також для його формування у разі необхідності. Цей інструмент стане в нагоді для органів військового управління, що організовують та керують внутрішньо-комунікаційною роботою у Збройних Силах України та для офіцерів, які здійснюють її з особовим складом.

Список використаної літератури

1. Андрощук О., Олексієнко С. (2019) Психологічні особливості формування образу ворога як складової гібридної війни Російської Федерації проти України. Збірник наукових праць Національної академії прикордонної служби України. Серія: психологічні науки. 2 (13), 182–198. <https://doi.org/10.32453/5.v13i2.174>.
2. Bartoszewicz M.G., Pruckova M. (2023) Enemy Image? A comparative analysis of the Russian federation's role and position in the leading national security documents of Estonia and Czech Republic. Journal of contemporary European studies. Published online: 14 jun. 2023. <https://doi.org/10.1080/14782804.2023.2224237>
3. Burgess, Heidi. (2003) “Enemy Images” Beyond Intractability. Retrieved from: <http://www.beyondintractability.org/essay/enemy-image>.
4. Гнатюк, В. (2015) “Мова ворожнечі” в російсько-українській війні 2014–2015 років та національна самосвідомість українців. Історико-культурні студії, 2 (1), 47–52. https://shron1.chtyvo.org.ua/Hnatiuk_Viacheslav/Mova_vorozhnechi_v_rosiisko-ukrainskii_viini_2014_2015_rokiv_ta_natsionalna_samosvidomist_ukrainsiv.pdf?
5. Гриневич, Л. (2014) Механізми масового народобивства: конструювання “образу ворога” в радянській політичній карикатурі (друга половина 1929 – початок 1930 рр.). Сторінки історії: збірник наукових праць, 47–64. <https://ela.kpi.ua/items/4eb3f574-cc28-495c-b1d0-738629c763a1>
6. Ділтс, Р. (2004) Коучинг с помощью НЛП. Прайм-Евразнак.
7. Зеленін, В. (2015) По той бік правди: нейролінгвістичне програмування як зброя інформаційно-пропагандистської війни: навч. посіб. Том 1. НЛП – XX століття (2-ге видання, виправлене та доповнене). Люта справа.
8. Кирилук, О. (2020) Мовні засоби творення образу ворога в умовах інформаційної війни. Наукові записки. Серія: філологічні науки, 187, 45–50. <https://doi.org/10.36550/2522-4077.2020.187.6>
9. Котова, С. (2019) “Образ врага” в соціогуманітарному дискурсі Великої Британії, Німеччини та Росії періоду Першої світової війни (1914–1918) [Дис. канд. істор. наук, Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара] https://shron1.chtyvo.org.ua/Kotova_Sabina/Obraz_voroha_v_sotsiohumanitarnomu_dyskursi_Velykoi_Brytanii_Nimechchyny_ta_Rosii_periodu_Pershoi_sv.pdf?
10. Kryvda, N., S. Storozhuk. (2020) Image of an “Enemy” as a Factor of Constructing the Ukrainian National Identity. Ideas Philosophical Journal Special Scientific Issues, (1 (15) –2 (16)), 57–66. [https://doi.org/10.34017/1313-9703-2020-1\(15\)-2\(16\)-57-66](https://doi.org/10.34017/1313-9703-2020-1(15)-2(16)-57-66).
11. Левченко, Л., Ракчєєва, С. (2016) Технології формування зовнішнього врага у демократичних та недемократичних режимах. Наукові праці Чорноморського державного університету імені Петра Могили комплексу “Києво-Могилянська академія”. Серія: Політологія. Т. 273, 261, 74–78. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Npchdupol_2016_273_261_16

12. Lorenz, K. (2002) *On Aggression* (2-nd Ed.). London & New York: Routledge.
13. Маєвський, О. (2019) Конструювання іконографічного образу співробітників НКВД у нацистській пропаганді Райху напередодні та у роки Другої світової війни. З архівів ВУЧК–ГПУ–НКВД–КГБ. № 1 (51), 264–285. http://resource.history.org.ua/publ/za_2019_1__7
14. Маєвський, О. (2015) Образ німецького військовослужбовця у зображувальній пропагандистській продукції Радянського Союзу на території України. Друга світова війна і Україна: актуальні історико-правові проблеми: збірник матеріалів круглого столу (Київ, 28 квіт. 2015 р.), 28–36. <http://resource.history.org.ua/item/0014064>
15. Мацишина, І. (2022) Homo Sacer та виклик суб'єктивності “ворога” в умовах російсько-української війни. Політичне життя, 2, 15–22. <https://doi.org/10.31558/2519-2949.2022.2.3>
16. Некрасова, В. (2011) Образ “ворога” та “друга” в ідеологічному протистоянні часів завершення “Холодної війни”. Розпад Радянського Союзу та міжнародні інтерпретації завершення Холодної війни: 20 років потому: матеріали міжнародної науково-практичної конференції (Запоріжжя, 2–4 листопада 2011 р.), 43–47.
17. Сенявский, А., Сенявская, Е. (2006) Историческая имагология и проблема формирования “образа врага”. Вестник РУДН. Серия “История России”, 2 (6), 54–72. <https://cyberleninka.ru/article/n/istoricheskaya-imagologiya-i-problema-formirovaniya-obraza-vraga-na-materialah-rossiyskoy-istorii-xx-v/viewer>
18. The Image of the Enemy. Intelligence analysis of adversaries since 1945. (2015) Georgetown University Press. <https://www.jstor.org/stable/j.ctt19dzctx>
19. Холох, О. (2022) Антропологічне осмислення образів “Свого”, “Чужого”, “Іншого” та “ворога” як складових суспільної свідомості. Гілея: науковий вісник, 8 (175), 49–54.
20. Холох, О., Скрябін, О. (2023) Соціально-психологічні механізми формування “образу ворога” з України російськими засобами масової комунікації під час російсько-української війни. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки, 3 (55), 34–40. <https://doi.org/10.17721/1728-2217.2023.55.34-40>.

References

1. Androshchuk O., Oleksienko S. (2019) Psykholohichni osoblyvosti formuvannia obrazu voroha yak skladovoi hibrydnoi viiny Rosiiskoi Federatsii proty Ukrainy. [Psychological features of the formation of the image of the enemy as a component of the hybrid war of the Russian Federation against Ukraine]. Zbirnyk naukovykh prats Natsionalnoi akademii prykordonnoi sluzhby Ukrainy. Seriya: psykholohichni nauky. 2 (13), 182–198. <https://doi.org/10.32453/5.v13i2.174> (in Ukrainian)
2. Bartoszewicz M.G., Pruckova M. (2023) Enemy Image? A comparative analysis of the Russian federation's role and position in the leading national security documents of Estonia and Czech Republic. Journal of contemporary European studies. Published online: 14 jun. 2023. <https://doi.org/10.1080/14782804.2023.2224237>
3. Burgess, Heidi. (2003) “Enemy Images” Beyond Intractability. Retrieved from: <http://www.beyondintractability.org/essay/enemy-image>.
4. Hnatiuk, V. (2015) “Mova vorozhnechi” v rosiisko-ukrainskii viini 2014–2015 rokiv ta natsionalna samosvidomist ukrainsiv. [“Hate speech” in the Russian-Ukrainian war of 2014–2015 and the national self-awareness of Ukrainians]. Istoryko-kulturni studii, 2 (1), 47–52. https://Hnatiuk_Viacheslav/Mova_vorozhnechi_v_rosiisko-ukrainskii_viini_2014_2015_rokiv_ta_natsionalna_samosvidomist_ukrainsiv.pdf (in Ukrainian)
5. Hrynevych, L. (2014) Mekhanizmy masovoho narodovyvystva: konstruiuvannia “obrazu voroha” v radianskii politychnii karykaturi (druha polovyna 1929 – pochatok 1930 rr.). [Mechanisms of mass genocide: construction of the “image of the enemy” in Soviet political caricature (second half of 1929 – beginning of 1930)]. Storinky istorii: zbirnyk naukovykh prats, 47–64. <https://ela.kpi.ua/items/4eb3f574-cc28-495c-b1d0-738629c763a1> (in Ukrainian)
6. Dilts, R. (2004) Kouchynh s pomoshchiu NLP. [Coaching with the NLP]. Praim-Evroznak.
7. Zelenin, V. (2015) Po toi bik pravdy: neirolinhvistychnе prohramuvannia yak zbroia informatsiino-propahandystskoi viiny: navch. posib. Tom 1. NLP – KhKh stolittia (2-he vydannia, vypravlene ta dopovnene). [On the other side of the truth: neuro-linguistic programming as a weapon of information and propaganda war: tutorial. Volume 1. NLP - XX century (2nd edition, corrected and supplemented)]. Liuta sprava. (in Ukrainian)
8. Kyryliuk, O. (2020) Movni zasoby tvorennia obrazu voroha v umovakh informatsiinoi viiny. [Linguistic means of creating an image of the enemy in the conditions of information warfare]. Naukovi zapysky. Seriya: filolohichni nauky, 187, 45–50. <https://doi.org/10.36550/2522-4077.2020.187.6> (in Ukrainian)
9. Kotova, S. (2019) “Obraz voroha” v sotsiohumanitarnomu dyskursi Velykoi Brytanii, Nimechchyny ta Rosii periodu Pershoi svitovoi viiny (1914–1918). [“The image of the enemy” in the socio-humanitarian

discourse of Great Britain, Germany and Russia during the First World War (1914–1918)]. Dys. kand. istor. nauk, Dniprovskiy natsionalnyi universytet imeni Olesia Honchara. https://shron1.chtyvo.org.ua/Kotova_Sabina/Obraz_voroha_v_sotsiohumanitarnomu_dyskursi_Velykoi_Brytanii_Nimechchyny_ta_Rosii_periodu_Pershoi_sv.pdf (in Ukrainian).

10. Kryvda, N., S. Storozhuk. (2020) Image of an “Enemy” as a Factor of Constructing the Ukrainian National Identity. Ideas Philosophical Journal Special Scientific Issues, (1 (15) –2 (16)), 57–66. [https://doi.org/10.34017/1313-9703-2020-1\(15\)-2\(16\)-57-66](https://doi.org/10.34017/1313-9703-2020-1(15)-2(16)-57-66).

11. Levchenko, L., Rakcheieva, S. (2016) Tekhnolohii formuvannia zovnishnoho voroha u demokratychnykh ta nedemokratychnykh rezhymakh. [Technologies of formation of the external enemy in democratic and non-democratic regimes]. Naukovi pratsi Chornomorskoho derzhavnogo universytetu imeni Petra Mohyly kompleksu “Kyievo-Mohylianska akademiia”. Seriya: Politolohiia. T. 273, 261, 74–78. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Npchdupol_2016_273_261_16 (in Ukrainian)

12. Lorenz, K. (2002) On Aggression (2-nd Ed.). London & New York: Routledge.

13. Maievskiy, O. (2019) Konstruiuvannia ikonografichnoho obrazu spivrobotnykiv NKVD u natsystskii propahandi Raikhu naperedodni ta u roky Druhoi svitovoi viiny. [Construction of the iconographic image of NKVD employees in the Nazi propaganda of the Reich on the eve and during the Second World War]. Z arkhiviv VUChK–HPU–NKVD–KHB. № 1 (51), 264–285. http://resource.history.org.ua/publ/za_2019_1_7 (in Ukrainian)

14. Maievskiy, O. (2015) Obraz nimetskoho viiskovosluzhbovtsia u zobrazhuvalnii propahandystskii produktsii Radianskoho Soiuzu na terytorii Ukrainy. [The image of a German serviceman in the pictorial propaganda products of the Soviet Union on the territory of Ukraine]. Druha svitova viina i Ukraina: aktualni istoriko-pravovi problemy: zbirnyk materialiv kruhloho stolu (Kyiv, 28 kvit. 2015 r.), 28–36. <http://resource.history.org.ua/item/0014064> (in Ukrainian).

15. Matsyshyna, I. (2022) Homo Sacer ta vyklyk subiektyvnosti “voroha” v umovakh rosiisko-ukrainskoi viiny. [Homo Sacer and the challenge of the subjectivity of the "enemy" in the conditions of the Russian-Ukrainian war]. Politychne zhyttia, 2, 15–22. <https://doi.org/10.31558/2519-2949.2022.2.3> (in Ukrainian)

16. Nekrasova, V. (2011) Obraz “voroha” ta “druha” v ideolohichnomu protystoianni chasiv zavershennia “Kholodnoi viiny”. [The image of "enemy" and "friend" in the ideological confrontation at the end of the "Cold War"]. Rozpad Radianskoho Soiuzu ta mizhnarodni interpretatsii zavershennia Kholodnoi viiny: 20 rokiv potomu: materialy mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii (Zaporizhzhia, 2–4 lystopada 2011 r.), 43–47. (in Ukrainian)

17. Seniavskiy, A., Seniavskaia, E. (2006) Ystorycheskaia ymaholohiia y problema formyrovannia “obrazu vraha”. [Historical imagology and the problem of forming the "image of the enemy"]. Vestnyk RUDN. Seryia “Ystoryia Rossyy”, 2 (6), 54–72. <https://cyberleninka.ru/article/n/istoricheskaya-imagologiya-i-problema-formirovaniya-obrazu-vraga-na-materialah-rossiyskoy-istorii-xx-v/viewer>

18. The Image of the Enemy. Intelligence analysis of adversaries since 1945. (2015) Georgetown University Press. <https://www.jstor.org/stable/j.ctt19dzctx>

19. Kholokh, O. (2022) Antropolohichne osmyslennia obraziv “Svoho”, “Chuzhoho”, “Inshoho” ta “voroha” yak skladovykh suspilnoi svidomosti. [Anthropological understanding of the images of "Own", "Other", "Other" and "enemy" as components of social consciousness]. Hileia: naukovyi visnyk, 8 (175), 49–54. (in Ukrainian)

20. Kholokh, O., Skriabin, O. (2023) Sotsialno-psykholohichni mekhanizmy formuvannia “obrazu voroha” z Ukrainy rosiiskymy zasobamy masovoi komunikatsii pid chas rosiisko-ukrainskoi viiny. [Socio-psychological mechanisms of formation of the "image of the enemy" from Ukraine by Russian means of mass communication during the Russian-Ukrainian war]. Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka. Viiskovo-spetsialni nauky, 3 (55), 34–40. <https://doi.org/10.17721/1728-2217.2023.55.34-40>. (in Ukrainian)

Summary

METHODOLOGICAL PRINCIPLES OF THE FORMATION OF THE "ENEMY IMAGE" IN THE CONSCIOUSNESS OF UKRAINIAN SERVICEMEN DURING AGAINST OF RUSSIAN ARMED AGGRESSION

Kholokh O. I. Candidate of Philosophical Sciences,
Leading Researcher of Research Center for
Humanitarian Problems of the Armed Forces of Ukraine

Introduction. The relevance of the study is due to the development of scientific and practical knowledge regarding the moral and psychological aspects of war; one of which is the socio-psychological phenomenon "the image of the enemy" as a component of the social consciousness of war participants. Its formation depends on the readiness of Ukrainian servicemen to destroy the enemy and the appropriate moral and psychological state in general to perform combat tasks.

Purpose of the article is to determine the theoretical and methodological principles of identifying the formation of the "enemy image" in the minds of Ukrainian servicemen in the process of communication and its formation if necessary.

Methods. In the research process, general scientific methods were used: analysis, synthesis, comparison, and generalization. And special methods: model of neurological levels of R. Dilts for determining markers in communication and logical levels of the formation of the "image of the enemy" in the minds of Ukrainian servicemen, as well as for the formation of the "image of the enemy" if necessary. The method of interpretation is used to reveal the meaning of the statements of servicemen. The interdisciplinary approach made it possible to combine the development of a few humanitarian sciences, namely: philosophies of war, social psychology, social communications, and neuro-linguistic programming.

Originality. The main results of the study consist in determining the markers of the "enemy image" in the communication process and the logical levels of its formation in the minds of Ukrainian servicemen during the repulse of Russian armed aggression. The levels of formation of the "image of the enemy" are defined in accordance with the model of the pyramid of logical levels by R. Dilts. Based on this model, a toolkit was developed to identify the logical levels of formation of the "image of the enemy" in the minds of servicemen and its correction or formation in the process of communication by officers from internal communication work.

Conclusion. As a result of the research, the theoretical and methodological principles of the formation of the "image of the enemy" in the minds of Ukrainian servicemen during resistance to Russian military aggression were developed. The theoretical value of the conducted research lies in the expansion of the humanitarian discourse of military science based on an interdisciplinary approach, which made it possible to attract effective models, methods, principles, approaches, and tools of humanitarian sciences to solve the current problems of military science.

The practical value of this study lies in the creation of a communicative model for identifying the formation of the "image of the enemy" in the minds of Ukrainian servicemen, as well as for its formation if necessary.

Key words: "image of the enemy"; formation of the "image of the enemy"; model of neurological levels by R. Dilts; internal communication work in the Armed Forces of Ukraine.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 30.05.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 27.07.24

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

СТІЙКІСТЬ УКРАЇНСЬКИХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В ХОДІ РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ: ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ

Чорний В. С. доктор філософських наук, професор,
Науково-дослідний центр гуманітарних проблем ЗС України
<https://orcid.org/0000-0003-0342-1188>

Романишин А. М. кандидат педагогічних наук, доцент,
Науково-дослідний центр гуманітарних проблем ЗС України
<https://orcid.org/0000-0003-3115-5999>

Остапчук О. П. кандидат історичних наук,
Науково-дослідний центр гуманітарних проблем ЗС України
<https://orcid.org/0000-0002-0991-0778>

У статті розглядається проблема психологічної стійкості військовослужбовців Збройних Сил України. Внаслідок проведеного теоретичного аналізу проблеми дослідження розглянуто вплив психологічних чинників сучасної російсько-української війни на стійкість українських військовослужбовців.

Ключові слова: психологічна стійкість; бойова активність; екстремальна ситуація; емоційне напруження; психогенні втрати.

Вступ. Сучасна російсько-українська війна актуалізувала питання докорінного переосмислення колишніх раніше стійких стереотипів, сформованих ще за часів відносно мирного життя, засвідчила необхідність врахування та оцінювання засадничих психологічних чинників, таких, зокрема, як психологічна стійкість військовослужбовців. Як відомо, низький рівень стійкості до стресу, нездатність військовослужбовця протидіяти його деструктивному впливу, призводять до негативних наслідків у психічній, професійній та поведінковій сферах. Наявна статистика та наукові дослідження стану цієї проблеми, переконливо доводять необхідність ретельного формування та підвищення бойової активності та психологічної стійкості військовослужбовців під час виконання завдань за призначенням. Так, зокрема, за статистикою різних воєн та армій, психогенні втрати на театрі військових дій складають 6,6–12,7% від загальної чисельності військ (сил) і до 30% від загального числа санітарних втрат (Bocharov M. M., 2016).

Американські дослідники зазначають, що у період Першої світової війни психогенні втрати Збройних сил США склали 100 тис. осіб, а у період Другої світової війни – 1 млн. осіб. Під час війни у Кореї безповоротні психогенні втрати американців склали 4, а у В'єтнамі – 7 на кожну тисячу військовослужбовців. У період війни Ізраїлю проти Лівану, 9% ізраїльських солдатів і офіцерів були виведені з ладу через низьку

психологічну стійкість та втрату бойової активності. За оцінками американських психологів зі складу військових частини, які перенесли ядерний вибух, лише 12–15% військовослужбовців зберігає здатність виконувати завдання за призначенням, 75% тимчасово, а 10–15% на тривалий час втрачають боєздатність через розлади нервової системи (Hrytsevych T. L. та ін., 2022).

У Кувейтському конфлікті загальні психогенні втрати іракських військовослужбовців після масованих бойових ударів американської авіації протягом перших трьох діб склали: у регулярній армії – 45%, серед ополченців-непрофесіоналів – 68–70% (Hrytsevych T. L. та ін., 2022).

У наукових джерелах з проблем посттравматичного стресового розладу та бойової психічної травми, найчастіше зустрічається як середній показник їхнього поширення – 25-30% від кількості особового складу, який брав участь у бойових діях. Окремі дослідження свідчать, що віддалені наслідки бойового стресу, власне кажучи різний рівень посттравматичного стресового розладу (бойової психічної травми), мають від 50 до 55% учасників локальних воєн та військових операцій за останні десятиліття (Blinov O. A., 2016).

Вивчення досвіду ведення бойових дій радянськими військами в Афганістані засвідчило, що 34% санітарних втрат серед військовослужбовців склали психічні розлади. А дослідження психологічної

стійкості особового складу, з прикладу льотних екіпажів, під час бойових дій в Афганістані виявило, що зі збільшенням тривалості ведення бойових дій кількість психологічно стійких льотчиків постійно зменшувалася. Вже на четверту-шосту добу з початку участі у бойових вильотах було виявлено екіпажі з низькою психологічною стійкістю. Найбільше їх виявлялося до дев'ятого місяця постійного ведення бойових дій. Проте, окремі льотні екіпажі продовжували діяти в бойовій обстановці впевнено та холоднокривно протягом усього часу перебування в Афганістані (Synyshyna V. M., 2011).

Актуальність зазначеної проблематики визначається також й тим, що в категоріальному апараті психології немає однозначного тлумачення поняття «психологічна стійкість», яка найчастіше розглядається лише з позиції успішної адаптації до середовища чи стабільності/нестабільності емоційної сфери, а це не сприяє розумінню механізмів, чинників та критеріїв успішно сформованої психологічної стійкості у повному обсязі. Незважаючи на існуючі дослідження, які присвячені проблематиці стійкості особистості, на сьогодні, недостатньо вивченим залишається питання про те, що репрезентує собою стійкість, як властивість особистості військовослужбовця.

Водночас, актуальність дослідження в умовах ведення бойових дій визначається такими чинниками:

- триваючою російсько-українською війною;
- врахуванням особливостей психологічної структури кожного військовослужбовця;
- наявність у кожного військовослужбовця власного досвіду саморегуляції психічних процесів;
- організацією та проведенням періодичних курсових тренінгів щодо підвищення рівня психологічної стійкості військовослужбовців;
- пошуком інноваційних підходів і методик щодо діагностування та коригування психологічної стійкості особистості кожного військовослужбовця.

Мета статті полягає у визначенні та обґрунтуванні впливу психологічних чинників сучасної російсько-української

війни на стійкість українських військовослужбовців.

Завдання. Досягнення означеної мети зумовило постановку та виконання дослідницького завдання спрямованого на виявлення особливостей психологічних чинників, обґрунтування напрямів професійної підготовки та практичної діяльності, пов'язаних з формуванням і підтриманням психологічної стійкості українських військовослужбовців з урахуванням стандартів країн-членів НАТО.

У статті дістали подальшого розвитку напрями зниження негативного впливу психологічних чинників на стійкість та бойову активність українських військовослужбовців з урахуванням досвіду сучасної російсько-української війни та функціонування збройних сил країн-членів НАТО.

Теоретичне підґрунтя. Вплив психологічних чинників війни на стійкість військовослужбовців, її формування, готовність та дії особистості, є системним, комплексним процесом і знайшло відображення в наукових публікаціях вітчизняних та іноземних дослідників, а саме:

- в теорії «рис» Г. Олпорта розглядається діалектика стабільності (незмінності) та мінливості (рухливості) властивостей особистості та доводиться їхня відносна стабільність;

- С. Мадді розробив модель життестійкості, що розглядає її як важливий людський ресурс з метою підтримання фізичного, психічного та соціального здоров'я;

- В. Стасюк, В. Ягупов та група науковців виокремили залежність боєздатності особового складу від рівня сформованості мотивації та психологічної стійкості (Stasyuk V. V., 2014; Yahupov V. V., 2023);

- Г. Горелов, В. Невмержицький, О. Охременко та Ю. Ярошок розглядають теоретичні і практичні засоби адаптації військовослужбовців до екстремальних умов несення військової служби. Проблеми адаптації у тій чи тій мірі також розглядаються у працях таких науковців як Н. Агаєв, Ю. Александровський, Ф. Березін, В. Бодров, Ю. Ільченко, О. Кокун, М. Корольчук (Vitalii Chornyi та ін., 2021), В.

Стасюк (Stasyuk V. V., 2014), О. Хайрулін, В. Чорний (Vitalii Chornyi та ін., 2021) та ін.;

- І. Аршава, М. Бочаров, О. Донець, К. Кім, С. Лисюк, Д. Шміголь розглядають психологічну стійкість особистості в екстремальних умовах (Donets' O. I. & Shmihol' D. O., 2017);

- В. Корольчук (Krainiuk V. M., 2007), О. Когут (Kohut O. O., 2021), С. Лисюк (Lysyuk S. H., 2018), О. Бойко (Boyko O., 2022) та ін. науковці виділяють одну із істотних психологічних властивостей особистості – психологічну стійкість фахівця до стрес-факторів екстремальних ситуацій;

- В. Стасюк, С. Василенко (Stasyuk V. V. & Vasylenko S. V., 2010), М. Корольчук (Vitalii Chornyi та ін., 2021), В. Клочков (Klochkov, V., 2022), В. Мороз (Moroz V. M., 2022), О. Хайрулін (Khayrulin O. M., 2015), С. Хантінгтон (Huntington S., 1957), А. Романишин і А. Неурова (Neurova A.B. & Romanishyn A.M., 2023) та ін. розглядають проблему збереження та підтримання психологічного здоров'я військовослужбовців загалом і офіцерського складу зокрема (Os'odla V. I., 2021).

Під час аналізу впливу психологічних чинників війни на стійкість військовослужбовців та її формування, також були розглянуті основні погляди на визначення стійкості до стресу в інтерпретації В. Мільмана, В. Норагідзе, R. Cattell, J. Guilford, П. Фрес, Robert R. Sinclair, Thomas W. Britt (Robert R., 2013) та ін., а також напрями, які досліджують стійкість до стресу (традиційно-аналітичний, системно-регулятивний, системно-структурний); основні групи умов, що впливають на рівень психологічної стійкості.

Методи дослідження: Методологічну основу дослідження складає сукупність загальнонаукових та спеціальних методів наукового пізнання, застосування яких дозволило забезпечити достовірність отриманих результатів, досягнення сформульованої мети і завдання дослідження.

Загальнонаукові методи – аналіз, синтез, узагальнення, індукція, дедукція, порівняння та формалізація, дозволили дослідити загальні тенденції впливу психологічних чинників сучасної російсько-української війни на стійкість українських військовослужбовців.

Серед спеціальних методів, використаних під час дослідження,

відзначимо: спостереження, аналіз спеціальної літератури, експертні оцінки з метою аналізу поняття психологічної стійкості особистості в екстремальних умовах, визначення підходів до формування психологічної стійкості військовослужбовців до умов бойових дій.

Результати і обговорення. Сучасна російсько-українська війна потребує високої підготовки та професіоналізму військовослужбовців, висуває більш високі вимоги до формування стійкості складних навичок, умінь та інших психічних утворень, їхнього підтримання тривалий час і за різних умов. Зважаючи на це виникає актуальна проблема аналізу та врахування різноманітних чинників, які впливають на психологічну стійкість особового складу під час бойових дій.

У бойовій обстановці психіка військовослужбовця зазнає безліч різноманітних впливів. Одні з них сприяють мобілізації та концентрації фізичних та духовних можливостей людини, підвищенню бойової активності, хоробрості, самовідданості. Інші, навпаки, дезорганізують бойову діяльність військовослужбовців, блокують доступ до наявних резервів організму, дестабілізують роботу нервової системи та психіки. Треті не мають помітного впливу на бойову поведінку.

Із чинників, що впливають на психіку військовослужбовців, можна виокремити і психологічні (Hrytsevych T. L. та ін., 2022).

Людина протягом свого життя неодноразово потрапляє під вплив психотравмуючих чинників, які опосередковані раптовим виникненням екстремальної ситуації. Проте, особливості реагування на психогенні чинники є достатньо індивідуальними. Характер та інтенсивність психічних, психосоматичних і психопатологічних проявів у постстресовий період залежать від різних об'єктивних і суб'єктивних обставин.

До об'єктивних обставин відносяться, передусім, такі характеристики екстремальної ситуації, як гострота та сила прояву психотравмуючих чинників, а також раптовість і тривалість їхньої дії. До того ж більшість дослідників дотримуються думки, що чим вища інтенсивність прояву психотравмуючих чинників екстремальних ситуацій, тим вища вірогідність виникнення різноманітних психогенних розладів

безпосередньо у момент екстремальних ситуацій і в постстресовий період.

Як відомо, об'єктивно аналогічні ситуації по-різному впливають різних людей. Зважаючи на це, виділяють основні причини стійкої та нестійкої поведінки індивідів. У найзагальнішому вигляді поведінка психологічно стійкої людини здійснюється за такою схемою: завдання – мотив – дія – усвідомлення проблеми – негативна емоційна реакція – пошук методу подолання проблеми – зниження сили негативних емоцій – оптимізація рівня збудження та поліпшення функціонування. У психологічно нестійкої особистості схема інша: завдання – мотив – дія – усвідомлення проблеми – негативна емоційна реакція – хаотичні пошуки виходу – поглиблення усвідомлюваних утруднень – зростання сили негативних емоцій – погіршення функціонування – зниження мотивації або захисна реакція. Отже, психологічно нестійка людина може потрапити до ситуації самоіндукції негативного стану, що посилює прояв нестійкості та перешкоджає виконанню завдання.

До суб'єктивних обставин, що впливають на характер поведінки людини і зумовлюють вірогідність виникнення психогенних розладів, відносяться індивідуально-психологічні особливості самої людини (Neurova A.B. & Romanushyn A.M., 2023).

У наукових дослідженнях зазвичай виділяють чинники, які детермінують психологічну стійкість особистості: природжені особливості організму та ранній дитячий досвід, особистісні властивості, когнітивні чинники та чинники навколишнього середовища.

Відтак, характер поведінки людини в екстремальній ситуації і вірогідність розвитку психогенних розладів багато в чому залежать від певних особистісних якостей та індивідуально-психологічних характеристик людини.

До когнітивних чинників, що впливають на психологічну стійкість, відносять рівень сенситивності, уміння аналізувати свій стан і чинники зовнішнього середовища, минулий досвід і прогноз майбутнього (Krainsiuk V. M., 2007).

Специфіка бойових дій в аспекті їхнього впливу на психіку, на відміну від інших екстремальних ситуацій, характеризується

крайнім вираженням характеристик екстремальності за ступенем небезпеки для життя та здоров'я індивіда, напруження її духовних, психічних і фізичних можливостей. Участь у бойових діях розглядається як чинник виникнення кризових станів особистості, специфічних психологічних трансформацій ціннісно-сислової системи, мотиваційно-поведінкової сфери, міжособистісних відносин. У класифікаційній схемі екстремальних видів діяльності військово-професійна діяльність передбачає наявність ситуацій другої та третьої груп складності у мирний час і третьої та четвертої – в умовах бойової обстановки (Hrytsevych T. L. та ін., 2022).

Як відомо, на сьогодні, існує чотири ключові поняття, якими в сучасній психології описуються екстремальні ситуації. Це поняття стресу, фрустрації, конфлікту і кризи. Провідним у зниженні психологічної стійкості та формуванні психопатології у військовослужбовців в умовах бойових дій є стрес. Стрес – це реакція, яка опосередкована оцінюванням загрози та захисними процесами. Сутністю стресової ситуації є втрата контролю, відсутність адекватної реакції на цю ситуацію при значимості для індивіда наслідків відмови від реагування на нею. Бойовий стрес призводить до виражених змін функціонального стану психічної діяльності, які характеризуються розвитком сильних негативних емоцій, таких як страх, тривога, важка розумова та фізична перевтома. Стрес – це поняття, що використовується для позначення низки станів та дій людини, які виникають у відповідь на різні психотравмуючі чинники (стресори). Стресори поділяють на фізіологічні (біль, голод, спрага, надмірне фізичне навантаження, висока чи низька температура тощо) та психологічні (небезпека, загроза, обман, образа, інформаційне навантаження тощо).

Під час бою військовослужбовці зазнають фізіологічного, психологічного (емоційно-поведінкового та інформаційного) стресу. Фізіологічний стрес пов'язаний зі змінами у роботі організму людини в екстремальних ситуаціях. Емоційний стрес виникає у зв'язку з постійними негативними емоціями, постійним страхом смерті та каліцтва, дезорганізує звичне психічне життя

людини в бойових умовах (Hrytsevych T. L., та ін., 2022).

Зазначені чинники здійснюють значний вплив на стійкість українських військовослужбовців, як під час бойової підготовки, так в ході бойових дій. Відтак, сучасний військовослужбовець має бути: висококласним фахівцем, професіоналом у своїй галузі; мати достатній рівень фізичної підготовки; володіти необхідною для військової служби сумою знань, умінь та навичок; мати моральну і матеріальну мотивацію до виконання функціональних обов'язків; бути психологічно стійким та всебічно готовим до ведення бойових дій.

Сучасна російсько-українська війна засвідчила, що рівень підготовленості особового складу окремих військових частин Збройних Сил України до виконання бойових завдань, особливо за «нестандартних» умов, не завжди відповідають сучасним вимогам (Lysyuk S. H., 2018).

Цілком очевидно, що вдосконалення професійної підготовки українських військовослужбовців необхідно розглядати разом з психологічними проблемами збереження ефективності їхньої військової діяльності та бойової активності.

При цьому, особливої актуальності набувають дослідження шляхів та способів підтримання високої психологічної стійкості та бойової активності особового складу під час ведення бойових дій як найважливіших складових, що забезпечують збереження бойової ефективності військ (сил) та досягнення перемоги у сучасній російсько-українській війні.

Надзвичайно великий та повчальний досвід щодо формування психологічної стійкості та бойової активності військовослужбовців накопичений у провідних країнах НАТО. До зазначеної проблеми західні фахівці підходять комплексно. Існуючі наукові підходи до розуміння психологічної стійкості військовослужбовців розглядаються у сукупності з цілісними особистісними характеристиками, окремими особистісними якостями, констеляціями різних особистісних чинників, стилем поведінки тощо. Внаслідок цього психологічна стійкість аналізується у системі, заданій такими координатами (Moroz V. M., 2022):

- 1) вимоги подій;
- 2) стрес та копінг;

- 3) індивідуальні чинники;
- 4) організаційні чинники;
- 5) результат.

Це дозволяє дослідникам розглядати психологічну стійкість як багатовимірний конструкт, що включає безліч характеристик, які відображають здатність військовослужбовця або малої військової соціальної групи відновлювати свій стан або адаптаційний процес, що дозволяє знижувати напругу бойової обстановки та хронічних стресів. Тобто психологічна стійкість – це не здатність зберігати незмінність своїх кондицій, а здатність, так би мовити, «пружинити», «відскакувати», «приспосовуватися». Психологічна стійкість військовослужбовця, на думку західних вчених, проявляється при наявності у нього (Moroz V. M., 2022):

- а) когнітивних ресурсів, що дозволяють ефективно вирішувати проблеми;
- б) емоційних умінь протистояти стресові;
- в) соціальних та сімейних ресурсів, які можуть бути залучені у потрібний час;
- г) здатності знаходити мету та сенс своєї служби;
- д) фізичної стійкості до тривалих труднощів.

На сьогодні, в провідних країнах НАТО (принаймні США, Великій Британії та Канаді) склалася ефективна система технологій формування психологічної стійкості військовослужбовців, яка включає:

- Stress Management Training (тренінг управління стресом, тренінг щеплення стресу, медитації уваги тощо);
- Preparatory Education – попереднє навчання (програма формування бойової свідомості “Battlemind”, надання військовослужбовцям необхідної інформації щодо психологічних явищ сучасного бою);
- Stress-Related Cognitive Appraisals – формування ефективних копінг-стратегій;
- Rolemodeling – використання поведінкових зразків для наслідування, досвіду бувалих військовослужбовців;
- Exposure/Mission Rehearsal Exercises – тренування військовослужбовців у виконанні завдань в обстановці, максимально наближеної до бойової, зокрема з використанням технології віртуальної реальності;
- Exposure to Internal Stimuli – тренування апарату стресового реагування.

У бойовій обстановці підтриманню психологічної стійкості військовослужбовців сприяють командири та фахівці з психічного здоров'я, які перебувають у таких пропорціях щодо військовослужбовців: у Британії – 1:2500–4000, США – 1:700, Канаді – 1:500–600 (Moroz V. M., 2022).

До підтримання психологічної стійкості включається психологічний актив – спеціально підготовлені військовослужбовці. У Британській армії, наприклад, діє Trauma Risk Management program – програма використання парамедичного персоналу (активу) на користь психологічної підтримки товаришів по службі.

По завершенні бойових дій учасники включаються до Third-Location Decompression Program – програму «декомпресії», тобто програму поступового (від 36 годин у британській армії, до п'яти діб у канадській) психологічного повернення учасників бойових дій до мирних умов життєдіяльності. 95% ветеранів вважають цю програму необхідною та ефективною (Robert R., 2013).

Водночас у США, на сьогодні, діє ексклюзивна і достатньо ефективна програма формування всебічної готовності військовослужбовців – Comprehensive Soldier Fitness (CSF). На стратегічному рівні ця програма відповідає на запитання: «Як зробити програму психологічної підготовки військовослужбовців збройних сил такою ж важливою, як і їхня фізична підготовка?».

На оперативному рівні вона показує, як командирам (начальникам) тренувати своїх підлеглих у військових частинах (підрозділах).

На тактичному рівні вона спрямована на навчання військовослужбовців способам подолання труднощів.

Програма формування всебічної готовності військовослужбовців CSF складається з чотирьох компонентів:

1) Global Assessment Tool (GAT) – програма оцінки всебічної готовності військовослужбовця (опитувальник, який налічує 105 питань), що дозволяє спланувати подальший його розвиток;

2) Comprehensive Resilience Modules – 24 різних онлайн-модулів, що складають серцевину психологічної підготовки військовослужбовця, які відповідають рівню вихідної готовності, займаний посаді та досвіду;

3) Master Resilience Trainer Course (MRTs) – 10-денний курс підготовки сержантів як ведучих тренінгів;

4) Institutional Training – елементи тренінгу, вбудовані до усіх видів професійної підготовки та підвищення кваліфікації військовослужбовця (Robert R., 2013).

Як вважає більшість аналітиків, зазначені програми формування психологічної стійкості військовослужбовців провідних країн-членів НАТО є ефективними і спроможними, при раціональному використанні, посилити боєздатність збройних сил будь-якої держави. Відтак перспективну модель соціальної та психологічної підтримки персоналу Збройних Сил України необхідно розбудовувати з урахуванням досвіду провідних країн-членів НАТО та набутому досвіді застосування соціально-психологічних знань в умовах сучасної російсько-української війни.

Висновки. Внаслідок проведеного теоретичного аналізу проблеми дослідження окреслено вплив психологічних чинників сучасної російсько-української війни на стійкість українських військовослужбовців. Визначено, що характер поведінки військовослужбовця в бойовій обстановці і вірогідність розвитку психогенних розладів багато в чому залежать від певних особистісних якостей та індивідуально-психологічних характеристик людини. До когнітивних чинників, що впливають на психологічну стійкість особового складу, відноситься рівень сенситивності, уміння аналізувати свій стан і чинники зовнішнього середовища, минулий досвід і прогноз майбутнього.

Зазначені чинники здійснюють значний вплив на стійкості українських військовослужбовців під час бойових дій. Відтак, сучасний військовослужбовець має бути: високоталановитим фахівцем, професіоналом у своїй галузі; мати достатній рівень фізичної підготовки; володіти необхідною для військової служби сумою знань, умінь та навичок; мати моральну і матеріальну мотивацію до виконання функціональних обов'язків; бути психологічно стійким та всебічно готовим до ведення бойових дій.

Зважаючи на вищезазначене, доведено, що підтримання психологічної стійкості та бойової активності особового складу під час

бойових дій забезпечується психологічно обґрунтованою організацією професійної підготовки та практичної діяльності, створенням сприятливих психологічних умов та використанням спеціальних методів психологічної регуляції.

Отже, психологічну підтримку особового складу необхідно спрямувати на розвиток адаптаційних навичок, навичок асертивності та стресостійкості, вироблення конструктивних механізмів адекватної поведінки, опрацювання психотравмуючих ситуацій психофізіологічними і психотерапевтичними методами, оскільки зазначена робота є невід'ємною і обов'язковою частиною підтримання психічного здоров'я і психологічного супроводу військовослужбовців, які беруть участь у бойових діях.

У той же час, психологічну профілактичну роботу та психолого-педагогічні заходи впливу необхідно спрямовувати на зміцнення та стабілізацію психічної стійкості військовослужбовців

загалом, яка є свого роду «щепленням» проти різних форм девіантної поведінки. При цьому наголошується, що забезпечення психологічної стійкості – це насамперед забезпечення адаптаційного потенціалу організму, рівнів реактивності, зниження особистісної та ситуативної тривожності, забезпечення психічної працездатності, результатом чого є збереження психічного здоров'я і професійного довголіття українських військовослужбовців.

За межами даної роботи залишилося коло питань, що очікують свого вирішення, а саме: дослідження відстроченого ефекту впливу бойового стресу (з інтервалом у півроку, рік тощо) на стан психічної стійкості та інших регуляторних механізмів психіки; виявлення схильності до різних форм девіантної поведінки; дослідження каузальних (причинно-наслідкових) зв'язків трансформації особистісної та професійної сфери військовослужбовців, які мають досвід бойових дій тощо.

Список використаних джерел

1. Білінов, О. А. (2016). Психологія бойової психічної травми : монографія. Талком.
2. Бойко, О. Контроль бойового стресу військовими лідерами. ГО "Український центр військового лідерства". 11 травня 2022 р. URL: <https://enigma.ua/articles/kontrolb-boyovogo-stresu-viysbkovimi-liderami>. (дата звернення: 22.02.2024).
3. Бочаров, М. М. (2016). Оцінка рівня психологічної стійкості особового складу в управлінні підрозділами військ (сил). Збірник наукових праць Центру воєнно-стратегічних досліджень Національного університету оборони України імені Івана Черняховського. № 1. С. 88–92.
4. Грицевич, Т. Л., Романишин, А. М., Неурова, А. Б., & Мацевко, Т. М. (2022). Психологія бою. Астролябія.
5. Донець, О. І. & Шміголь Д. О. (2017). Патологічні зміни фізичного і психічного здоров'я військовослужбовців під впливом екстремальних умов. Молодий вчений. № 4. С. 232–236.
6. Лисюк, С. Г. (2011). Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців до екстремальних ситуацій професійної діяльності: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.09 "Психологія діяльності в особливих умовах". Хмельницький.
7. Клочков, В. В. (2022). Особливості формування психологічної стійкості майбутніх офіцерів Збройних Сил України. Вісник Національного університету оборони України, 70(6), 67–77. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-70-6-67-77>.
8. Когут, О. О. (2021). Психологія стресостійкості особистості : монографія. ДЮІ МВС України.
9. Крайнюк, В. М. (2007). Психологія стресостійкості особистості : монографія. Ніка-Центр.
10. Неурова, А. Б. & Романишин, А. М. (2023). Психологія індивідуальної роботи з військовослужбовцями: навчально-методичний посібник. Центр учбової літератури.
11. Мороз, В. М. (2022). Огляд досвіду формування і забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців армії США. Вісник Національного університету оборони України. № 3 (67). С. 80–88.
12. Осьодло, В. І. (2021). Психологічна допомога військовослужбовцям: навч.-метод. посіб. НУОУ ім. Івана Черняховського.
13. Синишина, В. М. (2011). Теоретико-методологічні проблеми формування психологічної стійкості фахівців рятувальних підрозділів МНС. Проблеми екстремальної та кризової психології: зб. наук. пр. / Ун-т цивільного захисту України. Вип. 10. Х.: НУЦЗУ. С. 164–171.
14. Стасюк, В. В. & Василенко С. В. (2010). Сутність професійно-психологічного відбору військовослужбовців до діяльності в екстремальних умовах. Проблеми екстремальної та кризової психології. Вип. 8. С. 137–145.
15. Стасюк, В. В. (2014). Психологічне забезпечення діяльності військ (сил): підруч. НУОУ.

16. Хайрулін, О. М. (2015). Психологія професійного вигорання військовослужбовців: монографія. THEU.
17. Ягупов, В. В. (2023). Військова психологія; методологія, теорія та практика: підручник. Psychobook.
18. Robert, R. (2013). Building Psychological Resilience in Military Personnel : theory and practice / edited by Sinclair and Thomas W. Britt.
19. Huntington S. (1957). The Soldier and the State: The Theory and Politics of Civil-Military Relations. Cambridge, Mass.: Harvard Univ. Press.
20. Vitalii Chornyi, Sergii Boltivets, Mykola Korolchuk, Valentyna Korolchuk & Yurii Ivanov (2021). Motivational Preconditions of Specialist Leadership Development in the Process of Training. Journal of Higher Education Theory and Practice. Vol. 21 (14) 2021. P. 183–190. DOI: <https://doi.org/10.33423/jhetp.v21i14.4821>.

References

1. Bocharov, M. M. (2016). Otsinka rivnya psikhologichnoyi stiykosti osobovoho skladu v upravlinni pidrozdilamy viys'k (syl). [Assessment of the level of psychological stability of personnel in the management of units of troops (forces)]. Zbirnyk naukovykh prats' Tsentru voyenno-stratehichnykh doslidzhen' Natsional'noho universytetu oborony Ukrainy imeni Ivana Chernyakhovs'koho. No 1 (56). s. 88–92. (in Ukrainian).
2. Boyko, O. (11 travnya 2022 r.). Kontrol' boyovoho stresu viys'kovymy lideramy. [Control of combat stress by military leaders]. HO "Ukrayins'kyi tsentr viys'kovoho liderstva". URL: <https://enigma.ua/articles/kontrolb-boyovogo-stresu-viysbkovimi-liderami>. (in Ukrainian).
3. Blinov, O. A. (2016). Psykholohiia boiovoi psykichnoi travmy. [Psychology of combat mental trauma]. [monohrafiia]. K. : Talkom, 246 s. (in Ukrainian).
4. Building Psychological Resilience in Military Personnel : theory and practice / edited by Robert R. Sinclair and Thomas W. Britt. – Washington, 2013.
5. Donets, O. I. & Shmihol, D. O. (2017). Patolohichni zminy fizychnoho I psykichnoho zdorov'ya viys'kovosluzhbovtiv pid vplyvom ekstremal'nykh umov. [Pathological changes in the physical and mental health of serviceman's under the influence of extreme conditions] Molodyy vchenyy. No 4. S. 232–236. (in Ukrainian).
6. Hrytsevykh, T. L., Matsevko, T. M., Neurova, A. B. & Romanyshyn, A. M. (2022). Psykholohiia boiu. [Battle psychology] Lviv : Astrolia, 336 s. (in Ukrainian).
7. Huntington, S. (1957). The Soldier and the State: The Theory and Politics of Civil-Military Relations. Cambridge, Mass.: Harvard Univ. Press.
8. Khayrulin, O. M. (2015). Psykholohiia profesiynoho vyhorannya viys'kovosluzhbovtiv [Psychology of professional burnout of military personnel]: [monohrafiya]; za nauk. red. A. V. Furmana. Ternopil': TNEU, 220 s. (in Ukrainian).
9. Krainiuk, V. M. (2007). Psykholohiia stresostiikosti osobystosti. [Psychology of personality stress resistance]: [monohrafiia]. K. : Nika-Tsentr, 432 s. (in Ukrainian).
10. Klochkov, V. (2022). Osoblyvosti formuvannya psikhologichnoi stiikosti maibutnikh ofitseriv Zbroinykh syl Ukrainy. [Peculiarities of the formation of psychological stability of future officers of the Armed Forces of Ukraine.] Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy, 70(6), 67–77. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-70-6-67-77>. (in Ukrainian).
11. Kohut, O. O. (2021). Psykholohiia stresostiikosti osobystosti. [Psychology of personality stress resistance]. [monohrafiia]. Kryvyi Rih : DIU MVS Ukrainy, 435 s. (in Ukrainian).
12. Lysyuk, S. H. (2011). Zabezpechennya psikhologichnoyi stiykosti viys'kovosluzhbovtiv do ekstremal'nykh sytuatsiy profesiynoyi diyal'nosti [Ensuring the psychological resilience of serviceman's to extreme situations of professional activity]: avtoref. dys. na zdobuttia nauk. Stupenya kand. psykhol. nauk. spets. 19.00.09 "Psykholohiia diyal'nosti v osoblyvykh umovakh". Khmel'nyts'kyi. (in Ukrainian).
13. Moroz, V. M. (2022). Ohlyad dosvidu formuvannya i zabezpechennya psikhologichnoyi stiykosti viys'kovosluzhbovtiv armiyi SSHA. [Experience review of psychological resilience formation and provision of U.S. Army military personnel]. Visnyk Natsional'noho universytetu oborony Ukrainy. No 3 (67). S. 80–88. (in Ukrainian).
14. Neurova, A. B. & Romanyshyn, A. M. (2023). Psykholohiia indyvidualnoi roboty z viiskovosluzhbovtiamy [Psychology of individual work with military personnel]. [navchalno-metodychnyi posibnyk]. Tsentr uchbovoi literatury. (in Ukrainian).
15. Psykholohichna dopomoha viys'kovosluzhbovtiam [Psychological assistance to military personnel]: navch.-metod. posib. / kolektyv avtoriv; za zah. red. V. I. Os'odla. K. : NUOU im. Ivana Chernyakhovs'koho, 2021. 144 s. (in Ukrainian).
16. Stasyuk, V. V. (2014). Psykholohichne zabezpechennya diyal'nosti viys'k (syl) [Psychological support of troops (forces)] : pidruch. NUOU. (in Ukrainian).
17. Stasyuk, V. V. & Vasylenko, S. V. (2010). Sutnist' profesiyno-psykholohichnoho vidboru viys'kovosluzhbovtiv do diyal'nosti v ekstremal'nykh umovakh. [Essence of professional and psychological selection of military personnel for activities in extreme conditions] Problemy ekstremal'noyi ta kryzovoyi psykholohiyi. Vyp. 8. S. 137–145. (in Ukrainian).

18. Synyshyna, V. M. (2011). Teoretyko-metodolohichni problemy formuvannya psykholohichnoyi stiykosti fakhivtsiv ryatuvальnykh pidrozdiliv MNS. [Theoretical and methodological problems of formation of psychological stability of specialists of rescue units of the Ministry of Emergencies] Problemy ekstremal'noyi ta kryzovoyi psykholohiyi : zb. nauk. pr. / Un-t tsyvil'noho zakhystu Ukrayiny. Vyp. 10. KH.: NUTSZU. s. 164–171. (in Ukrainian).
19. Vitalii Chornyi, Sergii Boltivets, Mykola Korolchuk, Valentyna Korolchuk & Yurii Ivanov (2021). Motivational Preconditions of Specialist Leadership Development in the Process of Training. Journal of Higher Education Theory and Practice. Vol. 21 (14) 2021. P. 183–190. DOI: <https://doi.org/10.33423/jhetp.v21i14.4821>.
20. Yahupov, V. V. (2023). Viiskova psykholohiia ; metodolohiia, teoriia ta praktyka. [Military psychology; methodology, theory and practice], [pidruchnyk]. Psychobook. (in Ukrainian).

Summary

THE INFLUENCE OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL FACTORS OF THE MODERN RUSSIAN-UKRAINIAN WAR ON THE STABILITY OF UKRAINIAN MILITARY SERVANTS

Chorny V. doctor of science in philosophy, professor, Scientific-Research Center for Humanitarian Problems of the Armed Forces of Ukraine

Romanishin A. candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor Scientific-Research Center for Humanitarian Problems of the Armed Forces of Ukraine

Ostapchuk O. candidate of Historical Sciences, Scientific-Research Center for Humanitarian Problems of the Armed Forces of Ukraine

The article examines the problem of psychological stability of servicemen of the Armed Forces of Ukraine. As a result of the theoretical analysis of the research problem, the influence of psychological factors of the modern Russian-Ukrainian war on the resilience of Ukrainian military personnel was considered.

Introduction. The modern Russian-Ukrainian war actualized the issue of a radical rethinking of the previously stable stereotypes, formed even in the days of relatively peaceful life, proved the need to take into account and evaluate basic psychological factors, such as, in particular, the psychological stability of military personnel. As is known, a low level of resistance to stress, the inability of a serviceman to counteract its destructive influence, lead to negative consequences in the mental, professional and behavioral spheres. Available statistics and scientific studies of the state of this problem convincingly prove the need for careful formation and improvement of combat activity and psychological stability of servicemen during the performance of assigned tasks.

Purpose. The purpose of the study is to determine and substantiate the influence of psychological factors of the modern Russian-Ukrainian war on the stability of Ukrainian military personnel.

Methods. The methodological basis of the research is a set of general scientific and special methods of scientific knowledge, the application of which allowed to ensure the reliability of the obtained results, the achievement of the stated goal and task of the research.

Conclusion. As a result of the theoretical analysis of the research problem, the influence of psychological factors of the modern Russian-Ukrainian war on the resilience of Ukrainian military personnel is outlined. It was determined that the character of a soldier's behavior in a combat environment and the likelihood of the development of psychogenic disorders largely depend on certain personal qualities and individual psychological characteristics of a person. Cognitive factors affecting the psychological stability of personnel include the level of sensitivity, the ability to analyze one's condition and factors of the external environment, past experience and future forecast.

Keywords: psychological stability; combat activity; extreme situation; emotional tension; psychogenic losses.

Концептуалізація – Романишин А. М., Остапчук О.П.

Методика – Чорний В. С.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 10.06.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 29.07.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

НАРАТИВНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ЯК ПРЕДМЕТ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

Чорний О. В. асистент кафедри теоретичної та практичної психології
Національний університет «Львівська Політехніка»
<https://orcid.org/0000-0002-4936-8397>

У статті здійснено огляд наукової літератури, проаналізовано та систематизовано наукові праці, які стосуються вивчення проблематики наративної компетентності. Описано основні підходи до її інтерпретації в зарубіжному та українському науковому дискурсах. Встановлено, що наративна компетентність є складним психологічним конструктом, який включає когнітивні, комунікативні, емоційні, ціннісно-сміслові та соціальні компоненти.

Ключові слова: наративна компетентність; автонаратив; наративна психологія; самоздійснення; психологія дискурсу; соціально-психологічна компетентність; соціальна психологія; політична психологія; постмодерн.

Вступ. У сучасних реаліях вивчення наративної компетентності видається одним із найбільш нагальних, актуальних напрямків наукових досліджень. Це пояснюється кількома причинами. По-перше, філософія доби постмодерну наголошує на ролі дискурсів, наративів у формуванні розуміння реальності і конструюванні сенсів, також відкиданні об'єктивної істини та існуванні множинних варіацій дійсності, різноманітних симулякрів. Із цього випливає, що наративна компетентність дає змогу зрозуміти як наше сприйняття світу конструюється та опосередковується через історії, з якими ми стикаємося і усвідомити ті епістемологічні, онтологічні виклики, які пов'язані із існуванням різноманітних симулякрів у сучасному суспільстві. По-друге, акцентуючи увагу на психологічній складовій, вивчення наративної компетентності може поглибити розуміння когнітивних, емоційних, поведінкових процесів які лежать в основі «психологічних наслідків» конструювання та поширення власних наративів, а також первинної взаємодії із наративами інших та їх інтерналізації. До таких наслідків відносимо створення сенсу (сміслоутворення), формування загальної картини світу, розвиток Я-концепції, формування ідентичності тощо. У зв'язку із цим наративну компетентність можна розглядати як основу, що дає змогу орієнтуватися в особливостях свого внутрішнього «Я» та зовнішнього світу і, відповідно, розвивати більш змістовний автонаратив (розповідь про себе), що сприятиме формуванню більш повної картини світу, розвиватиме стійку Я-концепцію, ідентичність. Це, в свою чергу,

сприятиме розбудові ширшої соціально-психологічної компетентності, яка дозволить впевнено орієнтуватися в складних соціальних ситуаціях та ситуаціях невизначеності, регулювати свої емоції, розвивати глибше розуміння себе, інших та навколишнього світу, пов'язувати свій досвід із ширшим соціо-культурним контекстом.

Мета статті полягає у спробі систематизувати знання та підходи до розуміння наративної компетентності, окреслити основні концепції та спроби її трактування у зарубіжному та українському науковому дискурсах.

Завдання статті:

- Провести огляд наукової літератури, а також проаналізувати праці, що торкаються вивчення наративної компетентності.

- Охарактеризувати підходи до інтерпретації поняття наративної компетентності у зарубіжному та українському наукових дискурсах.

Теоретичне підґрунтя. Дослідження наративної компетентності здебільшого ґрунтується на постмодерністській філософії, в рамках якої акцент зміщується у бік значимості соціальної ситуації та контекстів у процесі конструювання реальності; вагомості індивідуального суб'єктивного досвіду у здатності до самопроєктування, самотворення та життєздійснення. Роботи постмодерністів, таких як J. Baudrillard (2004), J.-F. Lyotard (1979), J. Derrida (1982), M. Foucault (2004) обґрунтовують ідею, що людські знання є соціально сконструйованими і залежать від домінуючих дискурсів та наративів, які формують розуміння світу та самих себе. Їх праці

забезпечили концептуальну основу для вивчення взаємодії тексту, наративу і реакції суб'єкта у творенні смислу.

Засадничою є концепція міметичної наратології Р. Рісоеур (1983), яка представляє триступеневу модель розуміння процесу конструювання та інтерпретації наративів. Ця модель об'єднує такі етапи як префігурація, конфігурація та рефігурація. Згідно основних ідей, первинно відбувається попереднє розуміння донаративної структури, на другому етапі відбувається конструювання наративу, а на третьому – наратив починає сприйматися та інтерпретуватися читачем або аудиторією. Важливими у цьому контексті є погляди представників наративної психології, зокрема J. Bruner (1987) про наративний та науковий модули сприйняття дійсності й T. Sarbin (1990) про розповідну структуру психіки, позаяк їхні ідеї полягають у визнанні значущості наративів та наративної компетентності в організації та інтерпретації особистого досвіду. Фокус на опрацюванні та зберіганні інформації у когнітивній психології забезпечує розуміння самого процесу конструювання та запам'ятовування наративів. У такому контексті, центральним у когнітивній психології є те, що всі психічні процеси включають осмислені, активні дії, які спрямовані на засвоєння та обробку інформації. Таким чином, робота D. Herman (2009) відкриває можливість зрозуміти як наратив може формувати наші знання та сприйняття світу.

Значний внесок у розуміння особливостей наративу та наративної компетентності зробили представники психологічної герменевтики. Так, у роботі Н. Чепелєвої (2004) було висвітлено роль наративу в інтерпретації особистого досвіду, а також запропоновано типологію (рівні) розуміння наративу. У роботі W. Labov, & J. Waletzky (1997) встановлено структуру та соціальні функції наративів. Їх ідеї сприяли формуванню критеріїв оцінки наративів, наративної компетентності. Синтез цих теоретичних підходів є каталізатором для подальших досліджень наративної компетентності як інструменту розуміння себе, інших людей, зовнішнього світу, а також дозволяє у повній мірі здійснити огляд основних праць та досліджень наративної компетентності.

Методи дослідження включають: огляд та аналіз наукових праць, що стосуються теми наративної компетентності; систематизація та узагальнення знань, отриманих при аналізі наукових доробків з даної проблематики; зіставлення та виокремлення особливостей розуміння наративної компетентності у різних дослідницьких контекстах; формулювання висновків щодо розуміння поняття наративної компетентності.

Результати та обговорення. Розповідання історій – невід'ємний аспект людського існування, який впливає із фундаментальної потреби в осмисленні своїх думок, емоцій, почуттів, поведінки тощо. Завдяки ним людина пізнає себе, інших людей, навколишній світ та визначає своє місце у ньому. Історії також допомагають налагодити зв'язок із іншими у процесі міжособистісної взаємодії, підвищити довіру та згуртованість. Таким чином історії забезпечують унікальне джерело інформації про те, як люди розуміють реальність, життя навколо них. Аналізуючи історії, ми розкриваємо себе та соціальний світ за межами безпосередньої історії, що власне дуже важливо для підтримки особистісної цілісності «Я» та психологічного добробуту.

Процес конструювання та розповідання історій у зрозумілий спосіб, а також аналіз історій інших вимагає від людини певного набору знань, характеристик та навичок, тобто – компетентності, у даному випадку – наративної. Загалом, у зарубіжних наукових розвідках поняття наративної компетентності зустрічається доволі часто. Її дослідженню присвячені численні роботи, наприклад у контексті вивчення наративної компетентності дітей дошкільного, молодшого шкільного, підліткового віку. Наприклад, ґрунтовні дослідження у цьому напрямку були проведені італійськими науковцями, зокрема P. Zanchi, L. Zampini, G. Pinto, C. Tarchi, L. Bigozzi, N. Scionti, G. Marzocchi. Так, наративна компетентність визначається як здатність будувати, а також передавати логічно пов'язані між собою повідомлення, які стосуються опису серій дій, подій, які розгортаються в часі і мають причинно-наслідковий зв'язок (Pinto, Tarchi, & Bigozzi, 2019). Показниками (стандартами) наративної компетентності визначається зв'язність, згуртованість (cohesion);

узгодженість (coherence) та структура (structure) (Pinto, Tarchi, & Bigozzi, 2015). Зв'язність стосується мовних засобів, які створюють зв'язок між словами та реченнями; узгодженість представляє загальну єдність та змістовність наративу; структура передбачає основу для організації подій у логічний спосіб. Рівень розвитку наративної компетентності у цьому випадку можна трактувати як ступінь наявності всіх трьох елементів у розповіді.

Дослідники виділяють два рівні, на яких можна аналізувати розвиток наративної компетентності – макроструктурний та мікроструктурний (Pinto, Tarchi, & Bigozzi, 2019). Перший відображає загальну когнітивну схему, за якою побудована розповідь. Ця схема полегшує розуміння слухачам сюжету розповіді, її персонажів, їхніх дій, поведінки. Вона включає в себе місце дії, початкову подію, персонажів, їхні мотиви та переживання, інші внутрішні реакції, дії, які пов'язані із досягненням мети тощо. Проте, найбільш важливо, щоб всі ці елементи утворювали цілісний елемент, тобто були пов'язані між собою у певний значущий спосіб. Мікроструктурний рівень належить до мовних (лінгвістичних) здібностей, які спрямовані на підвищення зрозумілості тексту, його зв'язності, узгодженості тощо. Співзвучними із цим є міркування Baumer, Ferholt, & Lecusay (2005), які вказують, що наративна компетентність включає в себе два обов'язкові елементи: перший це «розуміння оповіді», тобто розуміння дій історії як часово послідовних та причинно мотивованих. Другий – це «наративне виробництво», або здатність продукувати довші, більш цілісні та лінгвістично складні історії. Таким чином макроструктурний рівень відповідає за «розуміння оповіді», а мікроструктурний рівень за «наративне виробництво». Отже, наративна компетентність включає в себе когнітивну (пов'язану із збиранням, обробкою, осмисленням інформації), і комунікативну (пов'язану відтворенням та ефективною передачею інформації) здатність передавати повідомлення за допомогою мови, які сформовані у вигляді оповіді. Адже, дітям чи дорослим спершу необхідно осмислити свій досвід, інформацію ззовні та організувати їх належним чином (у вигляді наративів), що вимагає залучення таких

психічних процесів як мислення, увага, пам'ять тощо. Крім цього, передача цієї структурованої інформації вимагає також залучення мови та мовлення (як здатності використовувати мову), щоб створити зв'язну та послідовну розповідь.

Розповідання історій – це більш комплексна, багатокомпонентна компетентність, яка вимагає від дитини певних навичок планування та використання сюжетних ліній, залучення відповідного словникового запасу, використання граматики та синтаксису (Scionti, Zampini, & Marzocchi, 2023). У своєму системному огляді дослідники виділяють два типи наративної компетентності – усну, а також письмову. Усна наративна компетентність (oral narrative competence) стосується здатності створювати, поширювати історії за допомогою розмовної мови, в той час як письмова (written narrative competence) передбачає застосування письма для створення відповідних текстів. Різні дослідження підкреслюють, що є зв'язок між усною і письмовою наративною компетентністю, при чому розвинені усні навички є предиктором розвитку письмових (Pinto, 2015; Pinto, 2016; Vettori, 2022). Тому акцент у дослідженнях вище згаданих вчених робиться на розвиток усної наративної компетентності у дітей дошкільного, молодшого шкільного віку, адже саме вона сприяє формуванню та розвитку грамотності у дітей.

Беручи до уваги попередні напрацювання своїх колег, P. Zanchi, & L. Zampini (2021) створили інструмент оцінювання наративних навичок дітей, що має назву «The Narrative Competence Task». Завдяки проведеному пілотному дослідженню їм вдалось встановити, що в процесі дорослішання дитини (від 3 до 8 років) відбувається поступове ускладнення макро- та мікроструктури, що означає розвиток наративної компетентності. Окрім цього, виявлено, що когнітивні (невербальний інтелект, послідовне міркування) та лінгвістичні (довжина речення, а також лексичне багатство розповіді) навички відіграють значну роль у процесі наповненості макро- та мікроструктури розповіді. Діти із вищими когнітивними та лінгвістичними здібностями створювали багатші розповіді, що

характеризувалися більшою кількістю інформації, кращою структурою та ширшим використанням лексики (Zanchi, & Zampini, 2021).

Наративна компетентність також є предметом дослідження у контексті наративної медицини. Суть наративної медицини полягає у тому, що окрім звичайного втручання, значна увага приділяється розповідям історій про хворобу та активному їх слуханню та аналізу лікарями різного рівня. Вагомий внесок у цьому напрямку зробила американська дослідниця R. Charon. У розумінні R. Charon (2007) наративна компетентність – це здатність розпізнавати, засвоювати, метаболізувати, інтерпретувати, перейматися історіями хвороб пацієнтів. Наративна компетентність також розуміється як здатність активно слухати певну історію пацієнта, встановлювати із ним зв'язок, створювати простір для висловлення своєї хвороби та болючих переживань, що в кінцевому результаті дає змогу побудувати та осмислити наратив про його хворобу (Milota, van Thiel, & van Delden, 2019). S. Chu (2024) визначає наративну компетентність як здатність спостерігати та сприймати основні емоції, мотивацію, наміри і дії в розповідях пацієнтів, а також взаємозв'язки між цими елементами.

Отже, виходячи із цих визначень акцент досліджень зміщується більше на когнітивний аспект наративної компетентності, хоча враховується і емоційний. Цьому є декілька пояснень. По-перше, осмислення та розуміння наративів допомагає у встановленні точніших діагнозів, адаптації лікування у відповідності до індивідуальних особливостей пацієнта. По-друге, необхідною складовою, яка допомагає лікарям краще розуміти своїх пацієнтів, співпереживати та налагоджувати із ними зв'язок є емпатія (Charon, 2001). Завдяки ній можна встановити контакт, побудувати довіру та покращити комунікацію, що в свою чергу веде до покращення психологічного добробуту пацієнта. Тому, наративна компетентність у контексті медичної практики виступає здатністю, яка прямо пов'язана із якістю надання професійних послуг. На основі цих досліджень, R. Charon (2004) виділяє три рівні навичок у структурі наративної компетентності – текстові, творчі,

афективні. Текстові стосуються здатності визначати загальну структуру історії, виділяти основні теми та мотиви, які прослідковуються в історії та надають їй цілісність та сенс. Окрім того, вони важливі з огляду на можливість розкриття глибинних емоцій, цінностей, переконань, які є в розповіді. Творчі навички пов'язані із допитливістю та уявою тих, хто виступає ініціаторами висунення гіпотез, розгляду альтернативних варіантів лікування та дають змогу інтерпретувати історію із різних точок зору. Афективні навички передбачають здатність «входження в настрій історії», що вимагає емпатії та усвідомлення як власних, так і емоцій інших. Важливою також є толерантність до невизначеності, що передбачає здатність витримувати смислову неоднозначність історій, адже люди можуть використовувати метафори або символи, щоб пояснити свій стан. Разом ці три рівні навичок дають можливість розуміти наративи і їх значення.

За результатами якісного дослідження, проведеного Chu et al. (2020) виокремлено чотири елементи наративної компетентності медичного персоналу: наративний горизонт; наративне конструювання (наративне слухання, наративне розуміння, наративне мислення, наративна репрезентація); відносини між лікарем і пацієнтом (емпатія, комунікація, приналежність, інтерсуб'єктність); наративна медична турбота (чуйна допомога, збалансовані дії, медична рефлексія). У наступних дослідженнях Chu et al. (2024) вдалося операціоналізувати компоненти наративної компетентності у кількісно вимірювані критерії оцінки та створити методику дослідження наративної компетентності студентів-медиків (Narrative Competence Scale for Medical Students, NCS) із доволі високим рівнем валідності та надійності. Дана методика дозволяє вимірювати вже згадані конструкти, надаючи їм певного означення. Наприклад, наративний горизонт визначає здатність зосередитися на фізичних, психологічних потребах пацієнта, «налаштуватися» на його суб'єктивний досвід; наративне конструювання відноситься до когнітивних здібностей і вимірює здатність сприймати думки та почуття клієнта та на основі їх осмислення будувати наратив хвороби, який

відображатиме основні переживання та сподівання пацієнта; взаємовідносини між лікарем та пацієнтом вимірюють здатність встановлювати значущі та довірливі стосунки на основі навичок комунікації, емпатії та інтерсуб'єктивності (значуща, особлива спільність ідей, думок, переконань суб'єктів); наративна медична турбота вимірює здатність надавати клієнто-орієнтовану допомогу на основі слухання, розуміння та репрезентації історій пацієнтів.

Отже, можемо дійти висновку, що наративна компетентність є більш складним психологічним конструктом, як видається на перший погляд. Окрім когнітивних та комунікативних компонентів, вона може включати в себе ще й емоційні та ціннісно-сміслові. Адже успіх соціальної взаємодії не лише залежить від пасивного усвідомлення та засвоєння змісту повідомлень інших, але й від емоційного відгуку та спільної спрямованості суб'єктів взаємодії, їхніх ідей, цінностей, переконань, які їм притаманні. Схожу думку висловлює S. Gallagher (2011), визначаючи наративну компетентність як здатність взаємодіяти з наративами та розуміти їх у спосіб, що виходить за межі когнітивних здібностей чи пасивного поглинання змісту. У його розумінні наративна компетентність характеризується також низкою емоційних, інтерактивних здібностей, які передбачають здатність емоційно сприймати, розуміти та інтерпретувати наративи у соціальному контексті. Отже наративна компетентність передбачає не лише когнітивну обробку, але також розвинений соціально-емоційний інтелект, усвідомлення цінностей інших.

Третім ґрунтовним напрямком у зарубіжних наукових розвідках є дослідження наративної компетентності осіб із обмеженими можливостями, або ж різними розладами. Цікавість до цього напрямку можна пояснити прагненням суспільства до інклюзивності та терпимості, а також великим потенціалом щодо вдосконалення діагностики, терапії та покращення загальної якості життя таких людей, зменшення стереотипів та упереджень щодо них. У цьому напрямку можна виокремити роботи A. Rumpf, I. Kamp-Becker, L. Capps, M. Losh, C. Thurber, M. Channell. Наприклад, у одному із досліджень, наративну компетентність розглядають як здатність створювати цілісну

історію, яка дозволяє слухачеві зрозуміти місце дії, персонажів, послідовність подій, ускладнення та розв'язку історії (Rumpf, Kamp-Becker, Becker, & Kauschke, 2012). Згідно переконань дослідників, наративна компетентність містить в собі такі компоненти як: довжина розповіді, гнучкість структури речень, словесні засоби встановлення структури та зв'язності, використання стилістичних мовних вмінь, здатність адекватно вербалізувати психічні стани та внутрішні переживання основних персонажів. Channell, McDuffie, Bullard, & Abbeduto (2015) вказують, що наративна компетентність є здатністю створювати і розповідати власну чи вигадану історію і є фундаментальним аспектом загальної комунікативної компетентності.

Отже, у контексті цих досліджень акцент зміщується на комунікативні та лінгвістичні особливості когнітивної компетентності. Це пояснюється тим, що для різних розладів, а також порушень (РАС, синдром Аспергера, синдром Дауна, афазія, РДУГ тощо) характерною, більш помітною ознакою є труднощі із здатністю до соціальної взаємодії та вербальної комунікації, що робить їх пріоритетними для діагностики та втручання. Окрім цього, акцент на комунікативних та лінгвістичних здібностях відображає необхідність щодо подальшої соціальної інтеграції та покращення якості життя осіб із порушеннями або ж розладами, адже ефективна комунікація має вирішальне значення для повноцінної взаємодії з оточенням.

J. Wright (1992) зазначає, що дитяча наративна компетентність – це здатність створювати розповіді та осмислювати основні сюжетні лінії та дії персонажів. Її продуктивний аспект відповідає за здатність дітей розповідати повні та цілісні історії, а також точно описувати та інтерпретувати події, які вони пережили. У цьому контексті, C. van der Veen та M. Poland (2012) виділяють шість критеріїв оцінювання наративної компетентності: використання відповідної назви історії; адресність історії; якість розповіді; словниковий запас і складність речень, емпатія та уява; ставлення до розповіді (посилання на власні психічні стани – у зарубіжних дослідженнях позначається як мова внутрішнього стану (Internal state language)).

В українських наукових розвідках дослідження наративної компетентності також є відносно новим та здебільшого вивчається як особистісна характеристика чи властивість. Наприклад, К. Гуцол (2020), у межах герменевтичної парадигми визначає наративну компетентність як здатність виокремлювати, інтерпретувати наративні висловлювання Іншого та на цій основі будувати власні наративні конструкти. Тієї ж думки дотримується і С. Рудницька (2021). Такий підхід до наративної компетентності хоч і не відкидає її комунікативні аспекти, але більше орієнтується на когнітивні (сприйняття, розуміння, аналіз), які пов'язані із створенням смислів та побудовою наративів як засобу осмислення навколишньої дійсності та особистого досвіду. Це збігається із баченням Н. Чепелевої (2015) наративу як важливого інструменту розуміння та інтерпретації особистого досвіду та навколишньої реальності. Завдяки наративній компетентності можна осмислювати ідеї, переконання, цінності інших людей, які «оформлені» у відповідний наратив і завдяки цьому краще пізнавати себе. На основі цього, Чепелева, Рудницька, Гуцол (2021) виділяють модель наративної компетентності як конфігурацію педсислового, смислового, метасмислового рівнів розуміння наративних висловлювань.

Також актуальними є і декілька досліджень наративної компетентності у контексті професійної. Наприклад, Т. Здоровець (2015) описує наративну компетентність як дуже важливу характеристику професійної компетентності, яка передбачає сформованість наративу як структурної рамки, а також наявність «набору» певних базових наративів, що мають соціокультурну природу, вмінь перетворювати наративні структури у цілісну розповідь, історію. Іншими словами, наративна компетентність полягає у здатності формувати як свої, так і чужі цілісні та змістовні історії (наративи). Вона дозволяє сприймати та передавати складну інформацію, досвід, ідеї, цінності, переконання та будувати довіру, спільність (інтерсуб'єктивність) у різних соціальних взаємодіях. Тому розвиток наративної компетентності суттєвим чином може

сприяти ефективній міжособистісній комунікації.

І. Ногачевська (2017) розглядає наративну компетентність як здатність створювати наративну, темпорально організовану розповідь у процесі осмислення певного тексту, його експлікації крізь особистісний, а також професійний досвід. Схоже визначення надає О. Романовський (2024) який під наративною компетентністю розуміє здатність та вміння послідовно презентувати певну розповідь про подію, окреслювати етапи, описувати учасників, місце та особисте ставлення до теми і предмета розповіді, у залежності від тих норм соціальні взаємодії, які прийняті у конкретній сфері.

Таким чином у даних підходах до визначення наративної компетентності можна підкреслити важливість соціальних та лінгвістичних навичок. Окрім цього, важливим висновком є те, що наративна компетентність опосередковується не тільки власними переконаннями, цінностями, але також і зовнішніми чинниками та соціальним контекстом. Культурні норми, цінності, традиції, вірування, соціальні ролі тощо відіграють важливу роль у способі сприймання, конструювання чи розповідання історій, адаптації її стилю, змісту. Наприклад вираженість наративної компетентності може відрізнитися в особистісному та професійному контекстах. Не менш важливим є політичний контекст, адже він визначає легітимність тих чи інших знань, історій та впливає на те, яким чином наративи можуть інтерпретуватися у суспільстві. Контроль над наративами, придушення чи навпаки просування певних історій, пропаганда, дезінформація, маніпуляція – це лише частина засобів формування громадської думки та збереження влади. У цьому контексті, розвиток наративної компетентності вимагає критичного мислення, медіаграмотності.

Висновки. Аналіз зарубіжних та українських досліджень дав змогу стверджувати, що наративна компетентність є багатогранним психологічним конструктом, що включає когнітивний, комунікативний, емоційний, ціннісно-сисловий та соціальний компоненти. Вона є критично важливою здатністю, яка дозволяє людям ефективно структурувати та ділитися

історіями, а також аналізувати історії інших. Ця компетентність має вирішальне значення в особистісній та професійних сферах. Можна підсумувати, що у зарубіжних дослідженнях здебільшого розглядають наративну компетентність у трьох контекстах: у контексті розвитку дитини; наративної медицини; інклюзії. В українських наукових розвідках дане поняття розглядається через призму особистісних властивостей, зокрема здатністю до самопроектування, комунікативною

компетентністю, професійною компетентністю. Незважаючи на це, розуміння наративної компетентності досі залишається фрагментарним. Подальші дослідження будуть спрямовані на визначення, а також концептуалізацію поняття наративної компетентності, визначення її структурних компонентів та дослідження її ролі у соціально-політичних контекстах, зокрема в умовах інформаційно-смісловій війни.

Список використаних джерел

1. Бодріяр, Ж. (2004). Симулякри і симуляція. Переклад з французької: Володимир Ховхун. Київ: Видавництво Соломії Павличко «Основи».
2. Гуцол, К. (2020) Наративна компетентність як чинник самопроектування особистості : дис. ... д-ра філософії в галузі психології : 053. Київ, 380.
3. Здоровець, Т. (2015). Особливості наративної компетентності майбутніх практичних психологів. *Проблеми сучасної психології*, 27, 160-169.
4. Ногачевська І. О. Наративна компетентність у просторі інтегративного підходу. Наукові записки Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка : матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції «Гене́за буття особистості» (Київ, 20 грудня 2016р.). Київ: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2017, 236–237.
5. Романовський, О. (2024) Роль наративної компетентності в розвитку лідерських якостей. *Теорія і практика управління соціальними системами: філософія, психологія, педагогіка, соціологія*, 1, 50-60. <https://doi.org/10.20998/2078-7782.2024.1.04>
6. Рудницька, С., & Гуцол, К. (2021). Наративна компетентність як визначальна складова комунікативної компетентності особистості. *Психологічні проблеми особистості на сучасному етапі розвитку суспільства. Збірник матеріалів XI Міжнародної науково-практичної конференції (7-8 квітня 2021 р., м. Ніжин)*, 10-16
7. Фуко, М. (2003). Археологія знання. Переклад з французької: Віктор Шовхун. Київ: Видавництво Соломії Павличко «Основи»
8. Чепелева, Н. (2004) Проблеми психологічної герменевтики: монографія. Київ. Міленіум, 276.
9. Чепелева, Н., Рудницька, С., & Гуцол, К. (2021) Діагностичний інструментарій визначення наративної компетентності особистості. *Технології розвитку інтелекту*, 1(29).
10. Чепелева, Н. (2015) Текст і читач: посібник. Житомир : Вид-во ЖДУ імені І. Франка. 124.
11. Baumer, S., Ferholt, B., & Lecusay, R. (2005). Promoting narrative competence through adult-child joint pretense: Lessons from the Scandinavian educational practice of playworld. *Cognitive Development*, 20(4), 576-590. <https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2005.08.003>
12. Bruner, J. (1987) Life as narrative. *Social Research*, 54, 11-32.
13. Channell, M. M., McDuffie, A. S., Bullard, L. M., & Abbeduto, L. (2015). Narrative language competence in children and adolescents with Down syndrome. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 9, 283. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2015.00283>
14. Charon R. (2004). Narrative and medicine. *The New England journal of medicine*, 350(9), 862–864. <https://doi.org/10.1056/NEJMp038249>
15. Charon R. (2007). What to do with stories: the sciences of narrative medicine. *Canadian family physician Medecin de famille canadien*, 53(8), 1265–1267.
16. Charon, R. (2001). Narrative medicine: a model for empathy, reflection, profession, and trust. *Jama*, 286(15), 1897-1902. <https://doi.org/10.1001/jama.286.15.1897>
17. Chu, S. Y., Wang, H. C., Kuo, B. Y., Lin, M. J., Chang, Y. C., & Lin, C. W. (2024). Development and Validation of Narrative Competence Scale for Medical Students. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-4416015/v1>
18. Chu, S. Y., Wen, C. C., & Lin, C. W. (2020). A qualitative study of clinical narrative competence of medical personnel. *BMC medical education*, 20. <https://doi.org/10.1186/s12909-020-02336-6>
19. Derrida J. (1982). Positions. University of Chicago Press, 132.
20. Gallagher, S. (2011). Narrative competency and the massive hermeneutical background. *Hermeneutics in education*, 21-38.
21. Herman, D. (2009) Basic Elements of Narrative. Wiley-Blackwell, 272

22. Labov, W., & Waletzky, J. (1997). Narrative analysis: Oral versions of personal experience. *Journal of narrative and life history*, 7(1-4), 3-38. <https://doi.org/10.1075/jnlh.7.02nar>
23. Lyotard, J. F. (1979). *The Postmodern Condition: A Report on Knowledge*. Theory and History of Literature, Volume 10, 135.
24. Milota, M. M., van Thiel, G. J., & van Delden, J. J. (2019). Narrative medicine as a medical education tool: a systematic review. *Medical teacher*, 41(7), 802-810. <https://doi.org/10.1080/0142159X.2019.1584274>
25. Pinto, G., Tarchi, C., & Bigozzi, L. (2015). The relationship between oral and written narratives: A three - year longitudinal study of narrative cohesion, coherence, and structure. *British Journal of Educational Psychology*, 85(4), 551-569. <https://doi.org/10.1111/bjep.12091>
26. Pinto, G., Tarchi, C., & Bigozzi, L. (2016). Development in narrative competences from oral to written stories in five-to seven-year-old children. *Early Childhood Research Quarterly*, 36, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2015.12.001>
27. Pinto, G., Tarchi, C., & Bigozzi, L. (2019). Promoting narrative competence in kindergarten: An intervention study. *Early Childhood Research Quarterly*, 47, 20-29. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2018.09.003>
28. Ricoeur, P. (1983). *Time and narrative*. Volume 1. Translated by Kathleen McLaughlin and David Pellauer. The University of Chicago Press' Chicago and London, 287
29. Rumpf, A. L., Kamp-Becker, I., Becker, K., & Kauschke, C. (2012). Narrative competence and internal state language of children with Asperger Syndrome and ADHD. *Research in Developmental Disabilities*, 33(5), 1395-1407. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2012.03.007>
30. Sarbin, T. R. (1990). The narrative quality of action. *Theoretical & Philosophical Psychology*, 10(2), 49-65. <https://doi.org/10.1037/h0091497>
31. Scionti, N., Zampini, L., & Marzocchi, G. M. (2023). The Relationship between Narrative Skills and Executive Functions across Childhood: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Children*, 10(8), 1391. <https://doi.org/10.3390/children10081391>
32. Van der Veen, C., & Poland, M. (2012). Dynamic Assessment of narrative competence. *Developmental Education for Young Children: Concept, Practice and Implementation*, 105-119. https://doi.org/10.1007/978-94-007-4617-6_7
33. Vettori, G., Bigozzi, L., Incognito, O., & Pinto, G. (2022). Contribution of oral narrative textual competence and spelling skills to written narrative textual competence in bilingual language-minority children and monolingual peers. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.946142>
34. Wright, J. L. (1992). *Correlates of young children's narrative competence: Maternal behavior and home literacy experiences*. University of Maryland, College Park.
35. Zanchi, P., & Zampini, L. (2021). The Narrative Competence Task: A standardized test to assess children's narrative skills. *European Journal of Psychological Assessment*, 37(1), 15-22. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000569>

References

1. Bodriar, Zh. (2004). Symuliakry i symuliatsiia. [Simulacra and simulation.]. Pereklad z frantsuzkoi: Volodymyr Khovkhun. Kyiv: Vydavnytstvo Solomii Pavlychko «Osnovy». (in Ukrainian)
2. Hutsol, K. (2020) Naratyvna kompetentnist yak chynnyk samoproektuvannia osobystosti [Narrative competence as a factor of personality self-design]: dys. ... d-ra filosofii v haluzi psykholohii : 053. Kyiv, 380. (in Ukrainian)
3. Zdorovets, T. (2015). Osoblyvosti naratyvnoi kompetentnosti maibutnykh praktychnykh psykholohiv. [Features of narrative competence of future practical psychologists.]. *Problemy suchasnoi psykholohii*, 27, 160-169. (in Ukrainian)
4. Nohachevska I. O. Naratyvna kompetentnist u prostori intehratyvnoho pidkhodu. [Narrative competence in the space of integrative approach.] *Naukovi zapysky Instytutu psykholohii imeni H. S. Kostiuka APN Ukrainy / za red. S. D. Maksymenka : materialy III Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii «Heneza buttia osobystosti»* (Kyiv, 20 hrudnia 2016r.). Kyiv: DP «Informatsiino-analitychne ahentstvo», 2017, 236-237. (in Ukrainian)
5. Romanovskiy, O. (2024) Rol naratyvnoi kompetentnosti v rozvytku liderskykh yakosteï. [The role of narrative competence in the development of leadership qualities.] *Teoriia i praktyka upravlinnia sotsialnymy systemamy: filosofii, psykholohiia, pedahohika, sotsiolohiia*, 1, 50-60. <https://doi.org/10.20998/2078-7782.2024.1.04> (in Ukrainian)
6. Rudnytska, S., & Hutsol, K. (2021). Naratyvna kompetentnist yak vyznachalna skladova komunikatyvnoi kompetentnosti osobystosti. [Narrative competence as a determining component of the communicative competence of a person.] *Psykholohichni problemy osobystosti na suchasnomu etapi rozvytku*

- suspilstva. Zbirnyk materialiv KhI Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii (7-8 kvitnia 2021 r., m. Nizhyn), 10-16. (in Ukrainian)
7. Fuko, M. (2003). Arkheolohiia znannia. [Archaeology of knowledge.] Pereklad z frantsuzkoi: Viktor Shovkhun. Kyiv: Vydavnytstvo Solomii Pavlychko «Osnovy». (in Ukrainian)
8. Chepelieva, N. (2004) Problemy psykholohichnoi hermenevtyky [Problems of psychological hermeneutics.]: monohrafiia. Kyiv. Milenium, 276. (in Ukrainian)
9. Chepelieva, N., Rudnytska, S., & Hutsol, K. (2021) Diahnostychnyi instrumentarii vyznachennia naratyvnoi kompetentnosti osobystosti. [Diagnostic tools for determining the narrative competence of a person.] Tekhnolohii rozvytku intelektu, 1(29). (in Ukrainian)
10. Chepelieva, N. (2015) Tekst i chytach [Text and reader]: posibnyk. Zhytomyr : Vyd-vo ZhDU imeni I. Franka. 124. (in Ukrainian)
11. Baumer, S., Ferholt, B., & Lecusay, R. (2005). Promoting narrative competence through adult-child joint pretense: Lessons from the Scandinavian educational practice of playworld. *Cognitive Development*, 20(4), 576-590. <https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2005.08.003>
12. Bruner, J. (1987) Life as narrative. *Social Research*, 54, 11-32.
13. Channell, M. M., McDuffie, A. S., Bullard, L. M., & Abbeduto, L. (2015). Narrative language competence in children and adolescents with Down syndrome. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 9, 283. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2015.00283>
14. Charon R. (2004). Narrative and medicine. *The New England journal of medicine*, 350(9), 862-864. <https://doi.org/10.1056/NEJMp038249>
15. Charon R. (2007). What to do with stories: the sciences of narrative medicine. *Canadian family physician Medecin de famille canadien*, 53(8), 1265-1267.
16. Charon, R. (2001). Narrative medicine: a model for empathy, reflection, profession, and trust. *Jama*, 286(15), 1897-1902. <https://doi.org/10.1001/jama.286.15.1897>
17. Chu, S. Y., Wang, H. C., Kuo, B. Y., Lin, M. J., Chang, Y. C., & Lin, C. W. (2024). Development and Validation of Narrative Competence Scale for Medical Students. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-4416015/v1>
18. Chu, S. Y., Wen, C. C., & Lin, C. W. (2020). A qualitative study of clinical narrative competence of medical personnel. *BMC medical education*, 20. <https://doi.org/10.1186/s12909-020-02336-6>
19. Derrida J. (1982). Positions. University of Chicago Press, 132.
20. Gallagher, S. (2011). Narrative competency and the massive hermeneutical background. *Hermeneutics in education*, 21-38.
21. Herman, D. (2009) Basic Elements of Narrative. Wiley-Blackwell, 272
22. Labov, W., & Waletzky, J. (1997). Narrative analysis: Oral versions of personal experience. *Journal of narrative and life history*, 7(1-4), 3-38. <https://doi.org/10.1075/jnlh.7.02nar>
23. Lyotard, J. F. (1979). The Postmodern Condition: A Report on Knowledge. Theory and History of Literature, Volume 10, 135.
24. Milota, M. M., van Thiel, G. J., & van Delden, J. J. (2019). Narrative medicine as a medical education tool: a systematic review. *Medical teacher*, 41(7), 802-810. <https://doi.org/10.1080/0142159X.2019.1584274>
25. Pinto, G., Tarchi, C., & Bigozzi, L. (2015). The relationship between oral and written narratives: A three - year longitudinal study of narrative cohesion, coherence, and structure. *British Journal of Educational Psychology*, 85(4), 551-569. <https://doi.org/10.1111/bjep.12091>
26. Pinto, G., Tarchi, C., & Bigozzi, L. (2016). Development in narrative competences from oral to written stories in five-to seven-year-old children. *Early Childhood Research Quarterly*, 36, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2015.12.001>
27. Pinto, G., Tarchi, C., & Bigozzi, L. (2019). Promoting narrative competence in kindergarten: An intervention study. *Early Childhood Research Quarterly*, 47, 20-29. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2018.09.003>
28. Ricoeur, P. (1983). Time and narrative. Volume 1. Translated by Kathleen McLaughlin and David Pellauer. The University of Chicago Press' Chicago and London, 287
29. Rumpf, A. L., Kamp-Becker, I., Becker, K., & Kauschke, C. (2012). Narrative competence and internal state language of children with Asperger Syndrome and ADHD. *Research in Developmental Disabilities*, 33(5), 1395-1407. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2012.03.007>
30. Sarbin, T. R. (1990). The narrative quality of action. *Theoretical & Philosophical Psychology*, 10(2), 49-65. <https://doi.org/10.1037/h0091497>
31. Scionti, N., Zampini, L., & Marzocchi, G. M. (2023). The Relationship between Narrative Skills and Executive Functions across Childhood: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Children*, 10(8), 1391. <https://doi.org/10.3390/children10081391>
32. Van der Veen, C., & Poland, M. (2012). Dynamic Assessment of narrative competence. *Developmental Education for Young Children: Concept, Practice and Implementation*, 105-119. https://doi.org/10.1007/978-94-007-4617-6_7

33. Vettori, G., Bigozzi, L., Incognito, O., & Pinto, G (2022). Contribution of oral narrative textual competence and spelling skills to written narrative textual competence in bilingual language-minority children and monolingual peers. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.946142>
34. Wright, J. L. (1992). *Correlates of young children's narrative competence: Maternal behavior and home literacy experiences*. University of Maryland, College Park.
35. Zanchi, P., & Zampini, L. (2021). The Narrative Competence Task: A standardized test to assess children's narrative skills. *European Journal of Psychological Assessment*, 37(1), 15–22. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000569>

Summary

NARRATIVE COMPETENCE AS A SUBJECT OF SCIENTIFIC RESEARCH

Chornii O. Assistant of the Department of Theoretical and Practical Psychology Lviv Polytechnic National University

Introduction. The study of narrative competence seems to be one of the most urgent, relevant areas of scientific research, because narrative competence allows us to understand how our perception of the world is constructed and mediated through the stories we encounter and to realise the epistemological and ontological challenges associated with the existence of various simulacra in modern society.

Also, narrative competence can be seen as a basis for navigating the peculiarities of one's inner self and the external world and, accordingly, developing a more coherent and meaningful autonarrative (story about oneself), which will contribute to the formation of a more complete picture of the world, develop a stable self-concept and identity. This, in turn, will contribute to the development of broader social and psychological competence that will allow them to confidently navigate complex social situations and situations of uncertainty, regulate their emotions, develop a deeper understanding of themselves, others and the world around them, and connect their experiences with the broader socio-cultural context.

The purpose of the article is to systematise knowledge and approaches to understanding narrative competence, to outline the main concepts and attempts to interpret it in foreign and Ukrainian scientific discourses.

Methods: review and analysis of scientific works related to the topic of narrative competence; systematisation and generalisation of knowledge gained from the analysis of scientific works on this issue; comparison and highlighting of the peculiarities of understanding narrative competence in different research contexts; formulation of conclusions on the understanding of the concept of narrative competence.

Originality. The scientific novelty of the study consists in a comprehensive analysis of foreign and Ukrainian views on narrative competence, revealing its multifaceted nature. The practical significance is to highlight the role of narrative competence in different contexts, from personal development to the professional sphere, as well as its potential importance in the socio-political sphere.

Conclusion. Narrative competence is a multifaceted psychological construct that includes cognitive, communicative, emotional, value-semantic and social components. It is a critical ability that allows people to effectively structure and share stories, as well as analyse the stories of others. Foreign studies mostly consider narrative competence in three contexts: in the context of child development; narrative medicine; and inclusion. In Ukrainian research, this concept is viewed through the prism of personal qualities, including the ability to self-design, communicative competence, and professional competence. Despite this, the understanding of narrative competence is still fragmented. Further research will be aimed at defining and conceptualising the concept of narrative competence, identifying its structural components and studying its role in socio-political contexts, in particular in the context of information and semantic warfare.

Keywords: narrative competence; autonarrative; narrative psychology; self-realisation; psychology of discourse; socio-psychological competence; social psychology; political psychology; postmodernity.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 27.06.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 30.07.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

СУБ'ЄКТНИЙ КОМПОНЕНТ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ФАХІВЦІВ

Ягупов В. В. доктор педагогічних наук, професор,
провідний науковий співробітник науково-дослідної
лабораторії наукового супроводження розроблення
нормативів і стандартів з фізичної підготовки і спорту
науково-дослідного центру проблем фізичного виховання,
спеціальної фізичної підготовки і спорту,
Національний університет оборони України
<https://orcid.org/0000-0002-8956-317>

Обґрунтовано суб'єктний компонент професійної компетентності фахівців, інтегрованим проявом якого є їх професійна суб'єктність, яка водночас є головним критерієм оцінювання сформованості його професійної компетентності, а також фундаментальною підвалиною її актуалізації у професійній діяльності.

Визначено зміст суб'єктного компонента професійної компетентності фахівця як його професійно важливе психічне утворення, що включає професійну суб'єктність, відповідальність, рефлексивність, автономність, сформованість та актуалізація яких зумовлено його ціннісними професійними орієнтирами у конкретному виді професійної діяльності.

Ключові слова: професійні цінності; професійна мотивація; суб'єктний компонент; професійний суб'єкт; професійна суб'єктність; професійна компетентність; відповідальність; рефлексивність; фахівець.

Вступ. Ціннісно-мотиваційна і суб'єктна сфери будь-якого фахівця – це стрижньова інтегративний і водночас контекстний прояв його психіки як професіонала, зміст якої становить сукупність цінностей, мотивацій, ставлень до свого професійного буття, а інтегрованим їх проявом є професійна суб'єктність кожного фахівця у професійній діяльності. Вона, з одного боку, є відображенням його громадянського та професійного світогляду та професіоналізму, а з іншого – безпосередньо визначає поведінку та буття як професіонала конкретного виду професійної діяльності, наприклад, учителя початкових класів чи офіцера – фахівця фізичного виховання та спорту, поведінка, зміст, засоби і результат діяльності яких кардинально відрізняються, хоча вони за професією є педагоги.

У зв'язку з цим формування і розвиток ціннісно-мотиваційного та суб'єктного компонентів професійної компетентності та ціннісно-мотиваційної та суб'єктної сфер діяльності будь-якого фахівця є важливою проблемою у професійній психології та педагогіці й основним інтегрованим результатом професійної підготовки будь-якого фахівця, а в екстремальних видах, наприклад, у військово-професійній – головним результатом і вирішальним критерієм діагностування військово-професійної підготовленості, здатності та готовності до військово-професійної

діяльності конкретного офіцера як військового професіонала. Це пов'язано з таким фактом: коли ця проблема успішно розв'язана щодо кожного випускника професійного навчального закладу, то можна наголошувати про успішне функціонування та реалізацію ним основної своєї місії щодо якісної професійної підготовки відповідних компетентних фахівців. Саме тому вважаємо, що вирішальним компонентом професійної компетентності будь-якого фахівця є суб'єктний у поряд із ціннісно-мотиваційним, оскільки цінності в професійній освіті формують систему значень, принципів, норм, канонів та ідеалів майбутньої професійної діяльності, які в свою чергу «...формують ціннісний компонент у структурі навчальної діяльності тих, хто набуває певну освіту, педагогічної діяльності викладачів. Це пов'язано з таким фактом, що цінності, по-перше, формують найголовніше для кожної особи та фахівця – їх ставлення до світу, до речей, до діяльності, інших людей і до самого себе; по-друге, визначають в освіті поведінку і смисл діяльності її суб'єктів, ставлення, з одного боку, педагогів до педагогічної діяльності, до її смислу і результатів, з іншого – учнів (студентів, слухачів) до набуття освіти, навчальної діяльності та її смислу та основного результату» (Ягупов, 2020, с. 52).

А цінності вже формують мотиваційну сферу фахівця. Відповідно сформованість

ціннісно-мотиваційного компонента є передумовою формування суб'єктного компонента: «Власне ціннісно-мотиваційний компонент характеризує спрямованість ціннісних орієнтацій, стійкість мотиваційної сфери майбутньої професійної діяльності випускників ЗВО як професійних суб'єктів. Він є однією з провідних умов у формуванні та розвитку професійної компетентності будь-якого фахівця, чинником, який має вирішальний вплив на формування та розвиток всіх інших її компонентів, а підсумковим результатом такого впливу є сформованість суб'єктного компонента, тобто сприйняття випускником самого себе суб'єктом конкретного виду професійної діяльності» (Ягупов, 2022а, с. 208).

Сформованість суб'єктного компонента професійної компетентності будь-якого фахівця є вирішальним у його професійній самоактуалізації як конкретного професіонала у професійній діяльності, оскільки він себе актуалізує, на наше переконання, як професійний суб'єкт за конкретною спеціальністю (Ягупов, 2016; Ягупов, 2022а; Lazorko et al., 2021). У зв'язку з цим ця психолого-педагогічна проблема є вкрай актуальною як методологічному та теоретичному, так і в методичному і прикладному аспектах у професійній психології та педагогіці.

Мета статті – обґрунтування змісту та ролі суб'єктного компонента професійної компетентності фахівців у їх професійній діяльності.

Теоретичне підґрунтя. Аналіз, систематизація та узагальнення наукових джерел свідчить про недостатнє усвідомлення науковцями та практиками проблеми професійної суб'єктності фахівців, яка є, з одного боку, стрижневим у змісті суб'єктного компонента професійної компетентності будь-якого фахівця, а з іншого – вирішальним психічним чинником самоактуалізації кожного фахівця у професійній діяльності. Але водночас маємо констатувати, що у вітчизняній психологічній і педагогічній науках наукових напрацювань зі проблеми статті, на жаль, достатньо мало. Так, окремі аспекти суб'єктності особистості класиками психологічної науки досліджувалися у зв'язку з її самосвідомістю (С. Рубінштейн, Л. Божович, В. Мерлін), спрямованістю (К. Платонов, О. Ковальов) і настановою

(Д. Узнадзе, Ш. Нарідашвілі, Ш. Чхартішвілі тощо).

Водночас науковці слушно наголошують про актуальність проблеми суб'єктності особистості та професійної суб'єктності фахівця. Зокрема, проблему суб'єкта і суб'єктності почали досліджувати вітчизняні психологи – В. Зеньковський, І. Сікорський, Г. Челпанов, окремі проблемні аспекти щодо суб'єкта були вирішені О. Запорожцем, П. Зінченком, Г. Костюком, В. Роменцом, а комплексне її психологічне дослідження здійснив В. Татенко.

Проблема суб'єкта та суб'єктності стала особливо популярною наприкінці ХХ – на початку ХХІ ст. Тут особливо слід підкреслити роль К. Абульханової-Славської та А. Брушлінського. Серед українських науковців цю проблему досліджували й продовжують досліджувати Г. Балл, І. Бех, А. Бойко, Н. Воляннюк, І. Зязюн, О. Капінус, О. Киричук, С. Максименко, В. Осьодло, В. Ягупов та ін. Нині в межах проблеми професійного розвитку фахівців досліджується їх професійна суб'єктність, а фахівець сприймається як суб'єкт професійної діяльності (М. Боришевський, Н. Воляннюк, І. Галян, Ю. Журат, О. Капінус, В. Осьодло, С. Пелітчук, О. Хайрулін, В. Ягупов та ін.).

Так, А. Бекірова (Бекірова, 2019) здійснила дослідження щодо формування професійної суб'єктності майбутніх учителів початкових класів, а О. Капінус (Капінус, 2020) і В. Осодьло (Осодьло, 2012) здійснили таке дослідження щодо офіцерів; О. Хайрулін (Хайрулін, 2021) розробив психологію ігрового моделювання соціального життя суб'єкта; О. Савченко (Савченко, 2016) обґрунтувала рефлексивну компетентність особистості, а С. Іллющенко (Іллющенко, 2023) її визначив як чинник професійного розвитку офіцера, В. Демський (Демський, 2009) з'ясував психологічні особливості розвитку професійної рефлексії офіцерів-прикордонників, А. Іващенко (Іващенко, 2010) обґрунтував професійну рефлексію як механізм саморозвитку майбутніх психологів, Ю. Панас (Панас, 2016) – рефлексивні механізми професійної мобільності особистості; Н. Сенчина (Сенчина, 2019) досліджувала формування педагогічної рефлексії учителів тощо.

Отже, на основі узагальнення наукових напрацювань дослідників можна з'ясувати певні тенденції щодо дослідженості

проблеми суб'єкта, суб'єктності особи та фахівця у психологічній науці:

перша тенденція: серед вітчизняних науковців проблема суб'єкта, суб'єктності особи та фахівця не є, на жаль, достатньо популярною, оскільки вона досліджується тільки окремими науковцями та науковими школами;

друга – достатньо активно досліджується проблема рефлексії, яка є психічним механізмом актуалізації різних видів суб'єктності як особи, так і фахівця, тобто рефлексія – це тільки психічний механізм актуалізації суб'єктності – соціальної, навчальної та професійної. У зв'язку з цим дослідників має цікавити, на наше переконання, вчинки, поведінка та діяльність, автором яких є суб'єкт, а його прояви нами визначаються як суб'єктність – соціальна – як особистості, навчальна – як учня, професійна – як фахівця;

третя – проблема цінностей, мотивації, рефлексії та суб'єктності між собою безпосередньо взаємопов'язані та взаємозумовлені. У наших наукових напрацюваннях акцентуємо увагу на тому, що «Цінності й мотивація обіймають стрижньове місце в структурі професійної компетентності фахівців, особливо в ціннісно-мотиваційному і суб'єктному компонентах; при цьому цінності визначають мотивацію вибору професії..., а мотиви та мотивація визначаються власне професійними цінностями, які визначають у свою чергу професійну суб'єктність фахівця» (Ягупов, 2022, с. 699), а психічним механізмом актуалізації професійної суб'єктності будь-якого фахівця виступає його професійна рефлексія і саморефлексія.

Водночас слід констатувати, що бракує наукових досліджень, які спрямовані на обґрунтування структури та змісту суб'єктного компонента професійної компетентності фахівців. Вважаємо, що власне соціальна, навчальна і професійна види суб'єктності особи та фахівця разом із цінностями та мотивацією спрямовують буття, поведінку та діяльність соціального, навчального та професійного суб'єкта на досягнення певних цілей, а під час професійного самовизначення та самоактуалізації фахівця – вони виступають їх психічною підвалиною. У зв'язку з цим дослідження суб'єктного компонента професійної компетентності фахівця як прояв його професійного самовизначення,

становлення та самоактуалізації конкретного фахівця як професіонала є актуальним і своєчасним психологічним науково-дослідницьким завданням. Але, як показує аналіз, систематизація та узагальнення відповідних психолого-педагогічних джерел, ця проблема недостатньо усвідомлена науковцями та практиками, оскільки вона недостатньо ними досліджена та розв'язана, що демонструє її актуальність.

Методи дослідження: теоретичні методи дослідження – системний аналіз наукових джерел із проблеми статті, синтез та узагальнення наукової літератури, класифікація та конкретизація результатів теоретико-методологічного дослідження.

Результати та обговорення. З урахуванням суспільної значимості проблеми статті вважаємо за необхідне розкрити сутність і зміст суб'єктного компонента професійної компетентності будь-якого фахівця, оскільки він є, з одного боку, основним критерієм наголошування про те, що професійна компетентність конкретного фахівця сформована чи розвинена, а з іншого – водночас є фундаментальним і обов'язковим для кожної компетентності, оскільки, по-перше, без цього компонента жодна професійна компетентність в повному обсязі не актуалізується; по-друге, сформованість цього компонента є суб'єктною передумовою становлення фахівця професіоналом у сфері своєї професійної діяльності; по-третє, є надійною підвалиною самоактуалізації кожного фахівця як професіонала та просування до вершин професійної майстерності. А, наприклад, «формування професійної суб'єктності майбутніх учителів... відбувається за такою логікою: актуалізація суб'єктного потенціалу → стимулювання суб'єктної активності → сприяння набуттю суб'єктного досвіду → формування професійної суб'єктності → формування особистісної, психологічної та професійної готовності майбутніх учителів... до актуалізації професійної суб'єктності в педагогічній діяльності» (Бекірова, 2021, с. 7).

Але весь парадокс полягає у тому, що проблемі професійної суб'єктності присвячено недостатню кількість наукових досліджень і публікацій, оскільки, наприклад, інтернет-ресурси пошукової системи Google дають тільки 20 500 посилань на поняття «професійна суб'єктність» у порівнянні з поняттям «професійна компетентність» таких посилань 607 000 (на 26.06.24 р.), що

свідчить про практичне неусвідомлення науковцями та практиками суб'єктного аспекту в професійній підготовці майбутніх фахівців і в структурі їх професійної компетентності. Це є наслідком не усвідомлення, на жаль, багатьма науковцями та практиками ролі соціальної суб'єктності у життєдіяльності особи, навчальної суб'єктності того, хто вчиться, у навчальній діяльності та професійної суб'єктності в успішній професійній діяльності фахівців як її творчих професійних суб'єктів.

Так, інтернет-ресурси пошукової системи Google дають тільки 62 300 посилань на поняття «суб'єктний компонент» професійної компетентності (на 26.06.24 р.) та відповідно на поняття «діяльнісний компонент» – 68500, «процесуальний компонент» – 54200, «методичний компонент» – 570 000 і «управлінський компонент» – 107 000. Співвідношення поняття «суб'єктний компонент» професійної компетентності з поведінко-діялісним (діялісним, процесуальним, методичним, управлінським тощо) компонентом не на користь першого, тобто більшість науковців просто не включають в зміст професійної компетентності фахівця суб'єктний компонент.

Отже, ця статистика свідчить про те, що суттєва частина науковців і практиків не усвідомлюють роль професійної суб'єктності у професійній поведінці та діяльності фахівців, оскільки вони суб'єктний компонент не включають у зміст професійної компетентності досліджуваної категорії фахівців. Це свідчить про те, що вони не усвідомлюють того факту, що суб'єктний компонент практично «керує» як формування професійної компетентності майбутнього фахівця, так й її актуалізацією, а також вона є основним чинником успішної професійної діяльності фахівця та становлення професіоналом, трампліном для набуття професійної майстерності. Для підтвердження цієї думки наведемо відповідну сумну статистику: «Відсоток зайнятості серед випускників ЗВО становить майже 59%. Для різних освітніх рівнів показник коливається від 50 (бакалавр) до 72 (спеціаліст) відсотків... Найвищі показники зайнятості властиві фахівцям у сфері медицини, цивільного захисту та пожежної безпеки. Найгірші показники мають фахівці морської справи та сфери інформаційних

технологій, які не роблять пропорційного внеску у формування бюджетів і пенсійної системи України... Найвищі показники властиві випускникам північно-східного регіону (Сумська, Чернігівська, Київська області). Низькі показники демонструють Чернівецька область, Луганська та Івано-Франківська» (Підведено Підсумки, 2022). Водночас «Питома вага зайнятих та умовно зайнятих Моніторингових осіб за усіма рівнями вищої освіти становить 58,96%. Найвищі показники мають спеціалісти (71,72%), практично на одному рівні знаходяться показники магістрів (61,21%) та молодших спеціалістів» (Підведено Підсумки, 2022). Але тут не вказано, чи вони працюють за тим фахом, яку отримали в ЗВО, оскільки суттєва частина, наприклад, випускників педагогічних ЗВО не працевлаштовуються за фахом, бо в загальноосвітніх навчальних закладах у всіх регіонах України існує, як правило, недокомплект педагогів і водночас суттєву їх частину складають пенсіонери, які працюють. Інший приклад – суттєва частина випускників-економістів не можуть працевлаштуватися за фахом, бо брак робочих місць. Ось це й є конкретний факт щодо становлення випускників ЗВО професійними суб'єктами, наприклад, педагогів і економістів.

Вищенаведені факти свідчать, з одного боку, про те, що зі ціннісно-мотиваційною сферою випускників ЗВО не все благополучно, власне вона безпосередньо впливає на формування суб'єктного компонента та на його актуалізацію. Зокрема, психологічні аспекти цих явищ відображені у наукових дослідженнях Л. Карамушки, О. Киричука, І. Манохи, Н. Побірченко, Е. Помиткіна та ін.

Отже, система цінностей і мотивації будь-якого фахівця – це та духовна підвалина його професійної суб'єктності, яка його робить професіоналом у певній сфері професійної діяльності, тобто без першого немає другого. Існує двосторонній зв'язок між цінностями та суб'єктною поведінкою фахівця: з одного боку, саме через поведінку, вчинки можна з'ясувати систему його ціннісних орієнтацій у професійній діяльності, а з іншого – професійні цінності є індикатором рівня сформованості та розвиненості фахівця як професійного суб'єкта – професіонала у конкретній професійній сфері.

Для системного та водночас контекстного розуміння **суб'єктного компонента професійної компетентності фахівця** необхідно чітко виокремити його зміст. При його визначенні слід, по-перше, враховувати, що це цілісне професійно важливе психічне утворення у складі професійної компетентності; по-друге, продемонструвати концентрацію, єдність і взаємозв'язок елементів змісту цього компонента; по-третє, він має відображати як його специфіку, так і місце у професійній компетентності конкретного фахівця, оскільки, наприклад, професійна суб'єктність лікаря та військовослужбовця кардинально відрізняються за зовнішніми проявами, особливо в умовах війни. Формально виокремити цей зміст не складно, оскільки це відповідальність, рефлексивність, автономність, об'єктивна самооцінка, інтегрованим проявом яких є професійна суб'єктність як конкретного фахівця.

Для усвідомлення актуальності та необхідності цих шкал суб'єктного компонента будь-якого фахівця та його інтегрованого прояву – професійної суб'єктності звернемося до статистики. Так, узагальнення Звіту з моніторингу працевлаштування випускників закладів вищої та фахової передвищої освіти дає можливість з'ясувати такі тенденції щодо сформованості їх професійної суб'єктності як конкретного фахівця: «23. Високі значення частки зайнятих та умовно зайнятих Моніторингових осіб притаманні суто лікарським спеціальностям – медицина (лікувальна справа), стоматологія та педіатрія (92,02%), а також підготовці фахівців для системи МВС – Цивільний захист та пожежна безпека, правоохоронна діяльність (83,50%). Значення вище типових характерні для інших (крім суто лікарських) спеціальностей галузі «Охорони здоров'я» (72,71%)...

26. Нарешті, низький відсоток зайнятих та умовно зайнятих осіб демонструють: укрупнена група Інформаційні технології та прикладна математика (крім інженерії програмного забезпечення) – 37,61%, спеціальності Інженерія програмного забезпечення – 27,37% та Морський та внутрішній водний транспорт – 14,1%» (Звіт 3 Моніторингу, 2022, с. 9–10). Повним парадоксом є те, що в усіх цих випадках немає підстав нарікати на відсутність попиту на таких фахівців на ринку праці. Навпаки,

на них має місце дефіцит і ринок праці здатний гарантовано працевлаштувати фахівців морської справи та ІТ-сфери. Напевно тут акурат основною причиною такого стану є те, що у них не сформована професійна суб'єктність як фахівця інформаційних технологій і прикладної математики, а також морської справи, оскільки вони обрали такі спеціальності не позитивними цінностями та мотивацією до опанування ними, а з урахуванням їх популярності в суспільстві.

Отже, ці несприятливі цифри переконливо доводять необхідність цілеспрямованого формування у майбутніх фахівців професійної суб'єктності у системі професійної освіти як суб'єктів майбутньої професійної діяльності, що складає зміст їх суб'єктного компонента професійної компетентності. Для того, щоб більш чітко сформулювати зміст суб'єктного компонента, пропонуємо спочатку розглянути окремо поняття «професійна суб'єктність» і «професійний суб'єкт», оскільки обидва є предметом дослідження нашої статті. Професійна суб'єктність будь-якого фахівця є складним професійним феноменом, що ґрунтується на його морально-етичних і професійних цінностях, професійних знаннях, навичках, уміннях, здатностях, професійно важливих суб'єктних якостях і професійній культурі; це якісна сторона комплексної актуалізації провідних професійно важливих проявів фахівця як суб'єкта конкретного виду професійної діяльності, до якого, наприклад, у системі «людина – людина» доцільно та необхідно застосовувати такий методологічний принцип – суб'єктність суб'єкта, а в системі «людина – машина» достатньо бути професійним суб'єктом.

Наприклад, офіцер як суб'єкт військово-професійної діяльності актуалізується в обох системах, але переважно працює в системі «людина – людина» та відповідно він як професійний суб'єкт інтегративно визначає спосіб своєї самоорганізації, самодетермінації та саморегуляції у професійно доцільній суб'єктній поведінці, спілкуванні, взаємодії та, найголовніше, – військово-професійній діяльності. У зв'язку з цим інтегрованим проявом суб'єктного компонента військово-професійної компетентності офіцера є його професійна суб'єктність як військового професіонала та управлінця, що представляє інтегративну

професійно важливу якість як суб'єкта військово-професійної діяльності, суть якої полягає в наявності власної громадянської та професійної позиції, ставленні до військово-професійної діяльності згідно із прийнятими в українському суспільстві і військово-професійному середовищі цінностями, нормами та принципами, прийнятті професійної етики військовослужбовця та самокеруванні ними у процесі реалізації своїх посадових компетенцій як суб'єкта військового управління: «Професійна суб'єктність офіцера, з одного боку, є складним системним психічним явищем, яке об'єднує різні рівні прояву його активності, ініціативності, інтегративності та системності, що актуалізуються в здатності бути суб'єктом чи в системній здатності і готовності ініціювати військово-професійну діяльність, а з іншого – змістовні аспекти її формування, розвитку та прояву визначаються типологією та специфікою професійно зумовлених завдань, які вирішують військові підрозділи та частини, специфічними умовами військового середовища та особливостями службової взаємодії військовослужбовців» (Ягупов, 2016, с. 226).

Слід наголошувати такий важливий методологічний аспект: в основі професійної суб'єктності офіцера лежать ціннісні орієнтації та ставлення, по-перше, до самого себе як до суб'єкта військово-професійної діяльності в секторі безпеки та оборони держави; по-друге, до підлеглих як до бойових побратимів і членів бойової команди та визнання їхнього права на індивідуальність, самобутність і автономність; по-третє, до інших офіцерів як до суб'єктів військово-професійної діяльності та однопідпорядкованих; по-четверте, до військово-професійної діяльності як до джерела та місця особистісної, суб'єктної та професійної самоактуалізації самого офіцера як військового професіонала та суб'єкта конкретної ланки військового управління.

Але для цього у нього мають бути сформовані цінності військово-професійного буття та діяльності, які відіграють провідну роль у формуванні та насиченні суб'єктного компонента професійної компетентності як фахівця, який у свою чергу визначає його професійну позицію, впливає на загальне осмислення та сприйняття військово-професійного світу та з'ясування свого місця у ньому, спрямовує поведінку, вчинки та

діяльність (особливо в екстремальних ситуаціях), тобто формує професійну суб'єктність та його ціннісні та моральні підвалини. Таким чином спостерігаємо кореляцію між професійною суб'єктністю та цінностями фахівця, які разом у свою чергу безпосередньо стимулюють або гальмують формування та розвиток фахівця як професіонала та професійного суб'єкта.

Таким чином маємо такий психічний ланцюжок: професійні цінності → професійна мотивація → професійна суб'єктність → професійний суб'єкт → фахівець як суб'єкт професійної діяльності – професійна майстерність, де реалізація однієї ланки є передумовою реалізації наступної. Ці психічні процеси у кожного фахівця відбуваються під час професійного самовизначення, набуття професійної освіти, самоактуалізації та самореалізації як професіонала та суб'єкта конкретного виду професійної діяльності на практиці.

Зміст суб'єктного компонента інтегрується в професійну суб'єктність конкретного фахівця, актуалізується у процесі його професійної діяльності в автономності, самостимулюванні, самостійності, відповідальності та саморегуляції, цієї діяльності та самооцінюванні її результатів, особливо у розв'язанні таких методологічних завдань щодо професійного буття та професійної діяльності:

професійного самовизначення фахівця як суб'єкта конкретного виду професійної діяльності;

об'єктивного самооцінювання фахівцем свого суб'єктно-професійного потенціалу та його творчій актуалізації у професійній діяльності;

самоініціації суб'єктно-професійного формування, самоформування, розвитку, саморозвитку і самоактуалізації фахівця у професійній діяльності як конкретного професійного суб'єкта та професіонала, наприклад, лікаря чи офіцера-пілота;

інтеграції різних психічних підсистем певного фахівця у конкретній професії у формі професійної компетентності та майстерності, що забезпечує узгодженість зовнішніх і внутрішніх умов його професійної діяльності з метою досягнення найоптимальнішого способу реалізації посадових компетенцій;

самоорганізації та самодетермінації фахівця у професійній діяльності та її

саморегуляції, що особливо важливо в екстремальних видах професійної діяльності, наприклад, у військово-професійній, лікарській;

стабілізації професійної діяльності фахівця тощо.

Відповідно фахівець як суб'єкт професійної діяльності проявляє себе в самоорганізації, самодетермінації та саморегуляції своєї професійно доцільної суб'єктної поведінки, спілкування, взаємодії та, найголовніше, професійної діяльності у відповідному професійному середовищі.

Таким чином, по-перше, професійна суб'єктність – це інтегрований прояв професійного самовизначення, сформованості фахівця як конкретного суб'єкта професійної діяльності, наприклад, як учителя фізичного виховання у школі чи офіцера – фахівця фізичного виховання та спорту військовослужбовців. Хоча вони отримують одну спеціальність 017 – фізична культура та спорт, але працюють абсолютно у різних професійних середовищах. Відповідно їх професійна суб'єктність за змістом і проявами суттєво відрізняється.

По-друге, професійна суб'єктність будь-якого фахівця – це вирішальний інтегрований результат його професійної підготовленості, здатності та готовності до успішної професійної діяльності, що проявляється в автономності, самостійності, відповідальності, саморегуляції та самостимулюванні цієї діяльності та самооцінюванні її результатів, що особливо цінується та важливо в екстремальних видах діяльності.

По-третє, професійна суб'єктність фахівця – це психічна підвалина його суб'єктної поведінки та діяльності у процесі реалізації посадових компетенцій на конкретній посаді.

По-четверте, головна ознакою професійної суб'єктності фахівця є усвідомлення себе джерелом поведінки та діяльності, готовності виходити за межі власного буття, ухвалювати творчі рішення у нетипових професійних ситуаціях, здатності передбачати результати своїх дій у професійній діяльності та її саморегуляції, самодетермінації та самооцінюванні.

Але професійної суб'єктності фахівця немає і не може бути без **відповідальності** за свої вчинки, дії, результати та ймовірні наслідки діяльності, **рефлексивності** до інших і до самого себе чи саморефлексія,

автономності у своїй професійній діяльності, **об'єктивного самооцінювання** самого себе як професіонала, які разом складають **зміст суб'єктного компонента будь-якого професіонала**.

Відповідальність буває зовнішньою (правова) та внутрішньою (моральна), а в професійній діяльності вони мають бути інтегрованими в єдине ціле, що є важливою ознакою його професіоналізму та професійної суб'єктності, сформованості професійного етикету. Але у професійного суб'єкта на першому місці має бути внутрішня чи моральна відповідальність і моральна потреба дотримуватися професійного етикету у професійній діяльності. Наприклад, це Присяга чи Клятва Гіппократа у лікарів, Військова присяга – у військовослужбовців. Весь парадокс полягає у тому, що без відповідальності не має професійного суб'єкта, оскільки вона виражає свідоме ставлення фахівця до суспільної необхідності, професійних потреб, обов'язків, норм, цінностей у професійній діяльності. Відповідальність означає усвідомлення суб'єктом суті та значення своєї професійної діяльності, її результатів і ймовірних наслідків для суспільства, команди та конкретного виробництва – гуманітарного та матеріального. Отже, це як результат соціальної та професійної активності фахівця, свідоме ставлення ним до вимог суспільної необхідності сумлінної реалізації посадових компетенцій, дотримання професійних норм і цінностей у процесі вирішення професійних завдань.

Рефлексивність необхідна кожному фахівцю для усвідомлення і сприйняття, з одного боку, самого себе як суб'єкта професійної діяльності, самооцінювання та саморефлексії як конкретного професіонала, а з іншого – для розуміння та сприйняття інших як співробітників, колег і членів професійної команди. У зв'язку з цим науковці звертають особливу увагу на сформованість рефлексивної компетентності як особистості, так і фахівця (Демський, 2009; Іващенко, 2020; Іллющенко, 2023); Панас, 2018; Савченко, 2016; Сенчина, 2019).

Об'єктивна самооцінка, як результат саморефлексії фахівця, необхідна для усвідомлення і сприйняття самого себе, з одного боку, як професіонала, а з іншого – суб'єкта конкретного виду професійної діяльності. Самооцінка – оцінка фахівцем самого себе, своїх професійних можливостей,

професійно важливих якостей і в цілому як конкретного професіонала, а також свого місця у професійній команді чи це цінність фахівця, якої він надає самому собі чи своїм окремим професійно важливим якостям як конкретний професіонал.

Професійна самооцінка є ядром конкретного професіонала та відповідно є важливим регулятором професійної поведінки та діяльності кожного фахівця. Власне від об'єктивної самооцінки залежать його взаємини як суб'єкта професійної діяльності з колегами, критичність і самокритичність, вимогливість до себе та інших як до професіоналів, ставлення до успіхів і невдач. Тим самим самооцінка впливає на результативність професійної діяльності кожного фахівця та на його самовдосконалення як професіонала. У зв'язку з цим об'єктивна самооцінка фахівця реалізує такі основні функції: ціннісно-мотивувальну, регулятивну, захисну, рефлексивну та орієнтаційну.

Професійна автономність чи самостійність – це, з одного боку, центральний елемент як професійної суб'єктності фахівця, так і його професіоналізму, а з іншого – ознака здорового морально-психологічного клімату у виробничому підрозділі як згуртованої команди. Автономність у професійній діяльності демонструє ступінь свободи, самостійності дій фахівця при реалізації ним посадових компетенцій, що позитивно впливає на ставлення фахівця до своєї професійної діяльності та забезпечення її продуктивності. Автономність у професійній діяльності підвищує, на нашу думку, відчуття контролю фахівця над обставинами професійної діяльності. Вона особливо необхідна фахівцям екстремальних видів діяльності чи там, де миттєво слід ухвалювати єдине оптимальне рішення, наприклад, у бойових умовах, при ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій та ін.

Висновки. 1. Суб'єктний компонент професійної компетентності фахівців визначає їх ставлення до професійного

життя, буття, професійної діяльності як професіонала. У зв'язку з цим вирішальним компонентом професійної компетентності будь-якого фахівця є суб'єктний чи сприйняття самого себе професіоналом конкретного виду професійної діяльності, що визначає її цілі, цінності, зміст, засоби та результат.

2. Суб'єктний компонент у структурі професійної компетентності фахівців – це професійно важливе психічне утворення, сформованість якого є необхідною умовою для актуалізації будь-якого фахівця як професійного суб'єкта у професійній діяльності.

3. Обґрунтовано суб'єктогенез фахівця як послідовну трансформацію складових його професійної суб'єктності – суб'єктної професійної позиції, суб'єктної активності, суб'єктного досвіду, здатності до рефлексії та антиципації. Психічну підвалину суб'єктогенези фахівця складають такі суб'єктні прояви: потенційна професійна суб'єктність → професійна суб'єктна позиція → професійна суб'єктна активність → суб'єктний регуляторний професійний досвід → актуальна професійна суб'єктність чи визнаний всіма фахівцями суперпрофесіонал.

4. Основні етапи формування та актуалізації професійної суб'єктності фахівців такі:

перший етап – це отримання професійної освіти, що складається, як правило, із трьох підетапів – ціннісно-адаптивного, навчально-професійного та суб'єктно-професійного;

другий: практична професійна діяльність за отриманою спеціальністю;

третій: становлення професіоналом своєї справи чи професійна майстерність (коли професійна суб'єктність у фахівця неформована, то він до цього етапу, як правило, не доходить).

Перспективи подальших наукових пошуків: обґрунтування критеріїв і показників діагностування ціннісно-мотиваційного компонента професійної компетентності фахівців.

Список використаних джерел

1. Бекірова, А. Р. (2019). Методологія, теорія та методика формування професійної суб'єктності вчителів початкових класів : монографія. Житомир : Вид-во О. О. Євенок. 410 с.
2. Бекірова, А. Р. (2021). Теоретико-методологічні основи формування професійної суб'єктності майбутніх учителів початкової школи у вищих педагогічних навчальних закладах : автореф. ... дис. д-ра пед. наук : 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти / Інститут ПТО Національної академії педагогічних наук України. Київ. 40 с.

3. Демський, В. В. (2009). Психологічні особливості розвитку професійної рефлексії офіцерів-прикордонників. Дис. ...канд. псих. наук : 19.00.09 – психологія діяльності в особливих умовах. Хмельницький. 197 с.
4. Звіт з моніторингу працевлаштування випускників закладів вищої та фахової передвищої освіти. (2022). RL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/news/2022/02/03/01/Zvit.z.monitorynhu.pratsevashtuvannya-2022-02-03.pdf> (дата звернення: 09.06.2024).
5. Іващенко, А. І. (2020). Професійна рефлексія як механізм саморозвитку майбутніх психологів. Дис. ... канд. псих. наук : 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. Київ. 246 с.
6. Іллющенко, С. Ю. (2023). Рефлексивна компетентність як чинник професійного розвитку офіцера Збройних Сил України. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису. Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії (PhD) за спеціальністю 053 – «Психологія» (галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки») / Національний університет оборони України. Київ. 207 с.
7. Капінус, О. С. (2020). Методологія, теорія і методика формування професійної суб'єктності майбутніх офіцерів Збройних сил України : монографія. Житомир: Вид. О. О. Євенок. 600 с.
8. Осьодлю, В. І. (2012). Психологія професійного становлення офіцера : монографія. Київ : Золоті Ворота. 463 с.
9. Панас, Ю. В. (2018). Рефлексивні механізми професійної мобільності особистості. Дис. ... канд. псих. наук : 19.00.01 – Загальна психологія, психологія особистості, історія психології. Луцьк. 224 с.
10. Підведено підсумки першого моніторингу працевлаштування випускників закладів вищої та фахової передвищої освіти. (2012). Опубліковано 03 лютого 2022 року о 11:49. URL: <https://mon.gov.ua/ua/news/pidvedeno-pidsumki-pershogo-monitoringu-pracevashtuvannya-vipusknikiv-zakladiv-vishoyi-ta-fahovoyi-peredvishoyi-osviti> (дата звернення: 09.06.2024).
11. Савченко, О. В. (2016). Рефлексивна компетентність особистості : монографія. Херсон : ПП Вишемирський В.С. 593 с.
12. Сенчина, Н. Г. (2019). Формування педагогічної рефлексії учителів гуманітарних спеціальностей у післядипломній освіті. Дис. ...канд. пед. наук : 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. Одеса. 309 с.
13. Хайрулін, О. М. (2021). Психологія ігрового моделювання соціального життя суб'єкта : монографія. Тернопіль : ЗУНУ. 404 с.
14. Ягупов, В. В. (2020). Аксіологічний вимір європейського освітнього простору та методологічні проблеми українських дослідників у педагогіці. *Ціннісно-орієнтований підхід в освіті і виклики євроінтеграції* : матеріали міжнар. наук.-метод. конф. (Суми, 29-30 травня 2020 р.) / ред. колегія : В. М. Завгородня, А. М. Куліш та ін. Суми : Сумський державний університет. С. 51–53. URL: https://drive.google.com/file/d/1ri7rvY_i7d-gk9xPHYi5BWZlqrq-ldmX/view (дата звернення: 09.06.2024).
15. Ягупов, В. В. (2022). Методологічні проблеми розуміння та формування ціннісно-мотиваційної складової професійної суб'єктності фахівців. *Проблеми цивілізаційної суб'єктності України: місія науки і освіти* : матеріали всеукраїнської міжгалузевої науково-практичної онлайнконференції (Київ, 29 вересня – 1 жовтня 2022 року) / Національна академія наук України; Національна академія педагогічних наук України. Київ : Інститут обдарованої дитини НАПН України. С. 689–700. URL: https://iod.gov.ua/content/events/37/vseukrayinska-mizhgaluzeva-naukovo-praktichna-onlayn-konferenciya-problemi-civilizaciynoyi-subyektivnosti-ukrayini-misiya-nauki-i-osviti_publications.pdf?1667396816.7328 (дата звернення: 09.06.2024).
16. Ягупов, В. В. (2016). Професійна суб'єктність, суб'єкт військово-професійної діяльності як інтегральний результат професійної підготовки офіцерів. *Теорія і практика професійної майстерності в умовах цілежиттєвого навчання* : монографія / за заг ред. О. А. Дубасенюк. Житомир : Вид-во Рута. С. 223–233. URL: <http://lib.iitta.gov.ua/705111/1/>. (дата звернення: 09.06.2024).
17. Ягупов, В. В. (2022a). Ціннісно-мотиваційний компонент професійної компетентності фахівців: методологічний аспект. *Вісник Національного університету оборони України*. №6 (64). С. 207–219. DOI: [10.33099/2617-6858-22-70-207-219](https://doi.org/10.33099/2617-6858-22-70-207-219). (дата звернення: 09.06.2024).
18. Lazorko, O., Zhanna, V., Yahupov, V., Valchuk-Orkusha, O., Melnyk, I., & Sherman, M. (2021). The Safety of Professionalization Subjects in Psychological and Neuropsychological Aspects. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. № 12(1). P. 19–39. URL: <https://doi.org/10.18662/brain/12.1/168> (Last accessed: 09.06.2024).

References

1. Bekirova, A. R. (2019). Metodolohiia, teoriia ta metodyka formuvannia profesiinoi subiektivnosti vchyteliv pochatkovykh klasiv [Methodology, Theory, and Methods for Forming Professional Subjectivity of Primary School Teachers : Monograph] : monohrafiia. Zhytomyr : Vyd-vo O. O. Yevenok. 410 s. (in Ukrainian).
2. Bekirova, A. R. (2021). Teoretyko-metodolohichni osnovy formuvannia profesiinoi subiektivnosti maibutnikh uchyteliv pochatkovoi shkoly u vyshchyykh pedahohichnykh navchalnykh zakladykh [Theoretical and Methodological Foundations for Forming Professional Subjectivity of Future Primary School Teachers in Higher Pedagogical Institutions: Abstract of the Doctoral Dissertation in Pedagogical Sciences] : avtoref. ...dys. d-ra ped. nauk : 13.00.04 – teoriia i metodyka profesiinoi osvity / Instytut PTO Natsionalnoi akademii pedahohichnykh nauk Ukrainy. Kyiv. 40 s. (in Ukrainian).

3. Demskyi, V. V. (2009). *Psykholohichni osoblyvosti rozvytku profesiinoi refleksii ofitseriv-prykordonnykiv* [Psychological Features of the Development of Professional Reflection in Border Guard Officers: Candidate of Sciences Dissertation]. Dys. ...kand. psyk. nauk : 19.00.09 – psykholohiia diialnosti v osoblyvykh umovakh. Khmelnytskyi. 197 s. (in Ukrainian).
4. Zvit z monitorynhu pratsevashtuvannya vypusknikiv zakladiv vyshchoi ta fakhovoi peredvyshchoi osvity. [Report on the Monitoring of Employment of Graduates from Higher and Vocational Education Institutions]. (2022). URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/news/2022/02/03/01/Zvit.z.monitorynhu.pratsevashtuvannya-2022-02-03.pdf> (data zvernennia: 09.06.2024). (in Ukrainian).
5. Ivashchenko, A. I. (2020). *Profesiina refleksii yak mekhanizm samorozvytku maibutnikh psykholohiv* [Professional Reflection as a Mechanism for Self-Development of Future Psychologists. Candidate of Psychological Sciences Dissertation]. Dis. ... kand. psyk. nauk : 19.00.07 – pedahohichna ta vikova psykholohiia. Kyiv. 246 s. (in Ukrainian).
6. Illiushenko, S. Yu. (2023). *Refleksyyna kompetentnist yak chynnyk profesiinoho rozvytku ofitsera Zbroinykh Syl Ukrainy* [Reflexive Competence as a Factor in the Professional Development of an Officer of the Armed Forces of Ukraine. – Qualification Research Manuscript. Dissertation for the Degree of Doctor of Philosophy (PhD) in Specialty 053 “Psychology” (Field of Knowledge 05 “Social and Behavioral Sciences”)]. – Kvalifikatsiina naukova pratsia na pravakh rukopysu. Dysertatsiia na zdobuttia naukovooho stupenia doktora filosofii (PhD) za spetsialnistiu 053 – «Psykholohiia» (haluz znan 05 «Sotsialni ta povedinkovi nauky») / Natsionalnyi universytet oborony Ukrainy imeni Ivana Cherniakhovskoho. Kyiv. 207 s. (in Ukrainian).
7. Kapinus, O. S. (2020). *Metodolohiia, teoriia i metodyka formuvannya profesiinoi subiektynosti maibutnikh ofitseriv Zbroinykh syl Ukrainy* [Methodology, Theory, and Methods for Forming Professional Subjectivity of Future Officers of the Armed Forces of Ukraine: Monograph] : monohrafiia. Zhytomyr: Vyd. O. O. Yevenok. 600 s. (in Ukrainian).
8. Osodlo, V. I. (2012). *Psykholohiia profesiinoho stanovlennia ofitsera* [Psychology of Professional Formation of an Officer : Monograph] : monohrafiia. Kyiv : Zoloti Vorota. 463 s. (in Ukrainian).
9. Panas, Yu. V. (2018). *Refleksyvni mekhanizmy profesiinoi mobilnosti osobystosti* [Reflexive Mechanisms of Professional Mobility of the Individual: Candidate of Psychological Sciences Dissertation]. Dys. ... kand. psyk. nauk : 19.00.01 – Zahalna psykholohiia, psykholohiia osobystosti, istoriia psykholohii . Luts'k. 224 s. (in Ukrainian).
10. Pidvedeno pidsumky pershoho monitorynhu pratsevashtuvannya vypusknikiv zakladiv vyshchoi ta fakhovoi peredvyshchoi osvity. (2022). [Results of the First Monitoring of Employment of Graduates from Higher and Vocational Education Institutions Summarized]. Opublikovano 03 liutoho 2022 roku o 11:49. URL: <https://mon.gov.ua/ua/news/pidvedeno-pidsumki-pershogo-monitoringu-pracevashtuvannya-vipusknikiv-zakladiv-vishoi-ta-fahovoi-peredvishoi-osviti> (data zvernennia: 09.06.2024). (in Ukrainian).
11. Savchenko, O. V. (2016). *Refleksyyna kompetentnist osobystosti* [Reflexive Competence of the Individual : Monograph] : monohrafiia. Kherson : PP Vyshehmyrskyi V.S. 593 s. (in Ukrainian).
12. Senchyna, N. H. (2019). *Formuvannya pedahohichnoi refleksii uchyteliv humanitarnykh spetsialnostei u pisliadyplomnii osviti* [Formation of Pedagogical Reflection of Teachers of Humanities in Postgraduate Education: Candidate of Pedagogical Sciences Dissertation]. Dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.04 – teoriia i metodyka profesiinoi osvity. Odesa. 309 s. (in Ukrainian).
13. Khairulin, O. M. (2021). *Psykholohiia ihrovoho modeliuvannya sotsialnoho zhyttia subiekta* [Psychology of Game Modeling of the Social Life of the Subject : Monograph] : monohrafiia. Ternopil : ZUNU. 404 s. (in Ukrainian).
14. Yahupov, V. V. (2020). *Aksiolohichni vymiry yevropeiskoho osvithnoho prostoru ta metodolohichni problemy ukrain skykh doslidnykiv u pedahohitsi* [Axiological Dimension of the European Educational Space and Methodological Problems of Ukrainian Researchers in Pedagogy. Value-Oriented Approach in Education and the Challenges of European Integration]. Tsinnisno-orientovanyi pidkhid v osviti i vyklyky yevrointehratsii : materialy mizhnar. nauk.-metod. konf. (Sumy, 29-30 travnia 2020 r.) / red. kolehiia : V. M. Zavhorodnia, A. M. Kulish ta in. Sumy : Sumskyi derzhavnyi universytet. S. 51–53. URL: https://drive.google.com/file/d/1ri7rvY_i7d-gk9xPHYi5BWZlqrq-IdmX/view (data zvernennia: 09.06.2024). (in Ukrainian).
15. Yahupov, V. V. (2022). *Metodolohichni problemy rozuminnia ta formuvannya tsinnisno-motyvatytsiinoi skladovoi profesiinoi subiektynosti fakhivtsiv. Problemy tsyvilizatsiinoi subiektynosti Ukrainy: misiia nauky i osvity* [Methodological Problems of Understanding and Forming the Value-Motivational Component of Professional Subjectivity of Subject Matter Experts] : materialy vseukrainskoi mizhhaluzevoi naukovo-praktychnoi onlainkonferentsii (Kyiv, 29 veresnia – 1 zhovtnia 2022 roku) / Natsionalna akademiia nauk Ukrainy; Natsionalna akademiia pedahohichnykh nauk Ukrainy. Kyiv : Instytut obdarovanoi dytyny NAPN Ukrainy. S. 689–700. URL: https://iod.gov.ua/content/events/37/vseukrayinska-mizhhaluzeva--naukovo-praktychna-onlain-konferentsiya-problemi-civilizatsiynoi-subiektynosti-ukrayini--misiya-nauki-i-osviti_publications.pdf?1667396816.7328 (data zvernennia: 09.06.2024). (in Ukrainian).

16. Yahupov, V. V. (2016). Profesiina subiektnist, subiekt viiskovo-profesiinoi diialnosti yak intehralnyi rezultat profesiinoi pidhotovky ofitseriv [Professional Subjectivity, Subject of Military-Professional Activity as an Integral Result of Officer Training. Theory and Practice of Professional Mastery in Lifelong Learning : Monograph]. Teoriia i praktyka profesiinoi maisternosti v umovakh tsilezhyttievoho navchannia : monohrafiia / za zah red. O. A. Dubaseniuk. Zhytomyr : Vyd-vo Ruta. S. 223–233. URL: <http://lib.iitta.gov.ua/705111/1/>. (data zvernennia: 09.06.2024). (in Ukrainian).

17. Yahupov, V. V. (2022). Tsinnisno-motyvatsiinyi komponent profesiinoi kompetentnosti fakhivtsiv: metodolohichnyi aspekt [Value and Motivational Component of Professional Competence of Subject Matter Experts: Methodological Aspect]. Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy. №6 (64). S. 207–219. DOI: 10.33099/2617-6858-22-70-6-207-219. (data zvernennia: 09.06.2024). (in Ukrainian).

18. Lazorko, O., Zhanna, V., Yahupov, V., Valchuk-Orkusha, O., Melnyk, I., & Sherman, M. (2021). The Safety of Professionalization Subjects in Psychological and Neuropsychological Aspects. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. № 12(1). P. 19–39. URL: <https://doi.org/10.18662/brain/12.1/168> (Last accessed: 09.06.2024).

Summary

SUBJECTIVE COMPONENT OF SUBJECT MATTER EXPERTS' PROFESSIONAL COMPETENCE

Yahupov V. Doctor of pedagogical Sciences, Professor; leading researcher at the research laboratory of scientific support for the development of standards and norms in physical education and sports, research center for issues of physical education, special physical training, and sports of the National Defence University of Ukraine

Introduction: a necessity to methodologically substantiate the content of the subjective component of subject matter experts' professional competence and define its relationship with other components.

Purpose: to methodologically substantiate the content of the subjective component of subject matter experts' professional competence and determine its role in forming and actualizing their professional competence.

Research Methods: analysis, synthesis, generalization, specification, and systematization.

Scientific Novelty: the research provides a methodological substantiation based on systemic, subject-activity, and competence-based methodological approaches to professional training of subject matter experts. It elucidates the interrelationship, interdependence, and interconditionality of the subjective component with other components, highlighting a strong direct correlation between the value and motivational and subjective components. The formation of these components is essential for developing the content of all other components of professional competence and its actualization in professional activities.

Practical Significance of the Study: Clarifying the content of the subjective component of subject matter experts' professional competence to actualize other components in their professional activities.

Conclusion: It is proven that the subjective component of subject matter experts' professional competence is a systematic and contextual professionally significant mental formation, an integral result of their professional training within the system of professional education. It reflects the professional subjectivity, stance, and responsibility of the subject matter experts as a subject of professional activity and the subjective ability for the creative realization of professional competencies. The content of the subjective component is defined as a professionally significant mental formation, including professional subjectivity, responsibility, autonomy, independence, and reflexivity, whose formation and actualization are conditioned by value-oriented professional guidelines in a specific professional activity.

Prospects for Future Research: development of criteria and indicators for diagnosing the formation and development of the subjective component of professional competence in particular subject matter experts.

Keywords: professional values; professional motivation; subjective component; professional subject; professional subjectivity; professional competence; responsibility; reflexivity; subject matter experts.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 30.06.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 31.07.24.

© 2024. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**Порядок оформлення та подання статей до збірника наукових праць
"Вісник Національного університету оборони України"
Національного університету оборони України**

Призначення збірника:

опублікування результатів наукової діяльності наукових працівників;
опублікування результатів теоретико-методологічних та експериментально-пошукових досліджень у різних галузях психологічної науки і психологічної практики
опублікування основних наукових результатів дисертацій здобувачами наукових ступенів;
опублікування наукових результатів досліджень претендентів на присвоєння вчених звань;
оцінювання результатів наукової діяльності наукових, науково-педагогічних працівників за опублікованими статтями.

Автор подає рукопис особисто на сайт збірника наукових праць "Вісник Національного університету оборони України"

Щоб подати рукопис, необхідно зареєструватися на сайті збірника наукових праць <http://visnyk.nuou.org.ua/> у Open Journal Systems та пройти процес подання.

У коментарях до редактора Ви можете розмістити супровідний лист. Щоб пришвидшити процес рецензування, Ви можете надати список потенційних рецензентів (філія, адреса електронної пошти, ідентифікатор дослідника, ідентифікатор Scopus або ORCID). Автор і потенційний рецензент не повинні належати до однієї установи/дослідницької групи, і вони не повинні публікувати разом.

Рукопис має бути такої якості та такого змісту, щоб, на думку редакційної колегії, зацікавити міжнародну аудиторію.

До друку приймаються рукописи, які містять такі необхідні елементи: постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями; аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано розв'язання даної проблеми і на які спирається автор, виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується дана стаття; формулювання цілей статті (постановка завдання); виклад основного матеріалу з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів; висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямку.

Вимоги до структури основного тексту рукопису

Основний текст повинен мати цілком визначену структуру. Підрозділи, які наведено нижче, повинні бути виділені у тексті жирним шрифтом і розташовані на окремому рядку як підзаголовки.

Вступ (актуальність теми, мета і завдання статті).

Теоретичне підґрунтя (огляд літератури і попередніх досліджень з цієї чи суміжної проблематики).

Методи дослідження (не загальними фразами, а чітко розписати, які методи і як саме використовувалися для даного дослідження; тобто розкрити сам механізм проведення дослідження – яким чином було отримано його результати).

Результати і обговорення (навести основні результати дослідження).

Висновки.

Подяки (за потреби).

Авторські повідомлення.

Додатки і Таблиці (якщо є Додатки і Таблиці, то вони обов'язково повинні мати заголовки і порядкові номери; примітки слід розміщувати безпосередньо під таблицями. В тексті статті обов'язково мають бути посилання на ці додатки чи таблиці).

У статтях, що написані англійською мовою, необхідно виділити такі елементи: **Introduction, Purpose, Methods, Originality, Conclusion.**

В одній науковій статті допускається не більше трьох співавторів.

Загальний об'єм статті до 30 т. друкованих знаків з пробілами (кількість знаків можна подивитися у програмі WORD: Сервіс – Статистика).

Вимоги до технічного оформлення рукопису

Оформлення здійснюється з дотриманням таких основних правил:

відповідність Держстандарту ДСТУ 3008-95;

мова статті – українська, англійська;

формат сторінки – А 4.

на першій сторінці тексту у лівому верхньому куті без абзацного відступу – УДК (шрифт 12); після пропуску в один інтервал *заголовок статті* (після пропуску в один інтервал друкується великими літерами (шрифт 12, жирно, вирівнювання посередині); під заголовком після пропуску в один інтервал у правому друкується (шрифтом 12, вирівнювання справа): прізвище та ініціали автора (авторів); науковий ступінь; вчене звання; назва організації, в якій працює автор; ID ORCID; E-mail.

під відомостями про автора (авторів) подається: анотація українською мовою (до 400 др. знаків). ключові слова (5-8); для статей англійською мовою – відповідна анотація та ключові слова – англійською мовою (шрифт 12, курсив, вирівнювання по ширині);

Ключові слова потрібно подавати у називному відмінку через крапку з комою (слово1; слово2; слово3).

текст статті оформляється в текстовому редакторі Microsoft Word 2003, у форматі *.doc або *.rtf, шрифтом Times New Roman, (кегель 12), міжстроковий інтервал – 1, відступи зверху та знизу – 2 см, зліва – 2,5 см, справа – 2 см (Графіки, малюнки, які супроводжують текст, повинні бути у форматі JPG, EPS; складні формули повинні бути виконані у Microsoft Equation), сторінки не нумеруються, колонтитули не використовуються;

посилання на наукову літературу в тексті подаються за вимогами стандарту APA (<http://www.apastyle.org>);

Внутрішньотекстове посилання (in-text citation) за вимогами APA (7th ed.) містить два основні елементи: автора й дату видання. При цьому розрізняють два типи внутрішньотекстових посилань: посилання в дужках (parenthetical citation) і посилання в оповіді (narrative citation).

Внутрішньотекстове посилання містить інформацію про: автора праці (редактора/укладача/назву цитованого джерела, якщо автор відсутній), що цитується, рік видання та сторінковий інтервал (номери сторінок з яких наводиться цитата). Сторінковий інтервал дозволяється не вказувати, якщо ви не наводите цитату, а висловлюєте якусь ідею чи посилаєтесь на роботу в цілому.

Відповідно до вимог APA, у списку використаних джерел, у внутрішньотекстових посиланнях зазначають таку кількість авторів:

– якщо джерело має одного або п'ять авторів – зазначають усіх авторів. У внутрішньотекстовому посиланні необхідно перерахувати прізвища усіх авторів (через кому). Перед останнім автором пишеться знак «&», якщо автори перераховуються в дужках, або слово «та», якщо автори перераховуються в реченні, а рік видання та сторінковий інтервал в дужках;

– 6 авторів і більше – у внутрішньотекстовому посиланні необхідно вказати прізвище першого автора та слово «та ін.» (в англійській мові – «et al.»).

Шаблони оформлення внутрішньотекстових посилань:

1 автор:	2-5 авторів:	6 авторів і більше:
S. Maddi (2004) вказує, що життєстійкість є психологічною живучістю і розширеною ефективністю людини, що пов'язана з мотивацією людини (с. 263). Психологічною живучістю і розширеною ефективністю людини, що пов'язана з мотивацією людини (S. Maddi, 2004, с.263)	(Kernis, Cornell, Sun, Berry, & Harlow, 1993) або (Kernis, Cornell, Sun, Berry, & Harlow, 1993, p. 199) (Бойко, Петренко, & Філіпів, 2010) або (Бойко, Гречка, & Поліщук, 2010, с. 18) Результати дослідження Бойко, Петренко, та Філіпів (2010) підтверджують ... або Бойко, Петренко, та Філіпів (2010) підтверджують (2010) стверджують: "Психологія – це наука ..." (с. 18).	(Jones et al., 2022) або (Jones et al., 2022, p. 7) (Бойко та ін., 2015) або (Бойко та ін., 2005, с. 18) Результати дослідження Величко та ін. (2020) підтверджують ... або Величко та ін. (2020) стверджують: "Психологія – це наука ..." (с. 18).

Посилання на роботу під назвою:

Якщо автора (редактора/укладача) праці великого розміру (наприклад, книги) встановити неможливо, тоді у внутрішньотекстовому посиланні на місці автора необхідно вказати курсивом два слова назви праці.

Наприклад: (Психологічні дослідження, 2019, с.12).

Посилання на кілька робіт різних авторів (одночасно):

Якщо внутрішньотекстове посилання відноситься до кількох робіт різних авторів, тоді після парафраза необхідно вказати прізвище автора однієї книги і рік видання, та після знаку «>» вказати прізвище автора другої книги і рік видання.

Наприклад: (Феллер, 2021; Різун, 2022).

Посилання на кілька робіт різних авторів з однаковими прізвищами:

Якщо два або більше авторів мають однакові прізвища, у внутрішньотекстовому посиланні необхідно вказати також перші ініціали (або навіть повне ім'я, якщо різні автори мають однакові ініціали).

Наприклад: (Р. Міллер, 12; А. Міллер, 46).

після тексту статті шрифтом 12 подається «Список використаних джерел». У списку наводяться лише ті першоджерела, на які у тексті статті є посилання; бібліографічний опис списку використаних джерел у роботі оформлюється також за вимогами стандарту APA.

Список використаних джерел має бути організований в алфавітному порядку;

Переважає більшість посилань має бути на матеріали, опубліковані за останні 10 років та з посиланням на електронні ресурси.

Посилання на власні публікації (самоцититування) є небажаними і допускаються лише в разі крайньої потреби та у кількості не більше двох джерел в списку.

При посиланні на електронні ресурси має вказуватися активне діюче URL; посиланням має бути точним; адреси, що ведуть не на конкретну статтю, статистичну збірку тощо, а на сайти є неприйнятними.

Після списку використаних джерел наводиться (відповідно) «References», який оформляється згідно з вимогами стандарту APA (<http://www.apastyle.org>), де всі кириличні назви статей та книг транслітеруються латинськими літерами та перекладаються англійською мовою (формується наступним чином: прізвище, ініціали автора (-ів). (Рік). Транслітерована назва книги [Назва книги англійською мовою]. Місто: Видавництво (мова тексту). Транслітерований список використаних джерел, відповідно до вимог наукометричної бази SCOPUS та Web of Science, є повним аналогом списку використаних джерел при цьому порядок і кількість джерел у списку мають залишатися незмінними. Посилання на англійські джерела не транслітеруються. Для транслітерації українського тексту слід дотримуватися вимог Постанови Кабінету Міністрів України від 27 січня 2010 р. №55, сайт он-лайн транслітерації - <http://ukrlit.org/transliteratsiia>;

У «Списку використаних джерел» та «References» необхідно до джерел обов'язково додавати DOI (*digital object identifier*) – цифровий ідентифікатор об'єкта, якщо він присвоєний цитованому джерелу.

Детальніше про APA стиль за посиланнями:

<http://www.apastyle.org>

<http://library.albany.edu/cfox>

<https://owl.english.purdue.edu/owl/resource/664/01/>

після References наводиться Summary. У правому верхньому куті (вирівнювання справа, шрифт 12) англійською мовою: прізвище та ініціали автора; науковий ступінь, вчене звання; назва організації, в якій працює автор; назва статті (прописними літерами); анотація (курсив) – 2500-5000 др. знаків; ключові слова (5-8).

У анотаціях (Summary) згідно з вимогами міжнародних наукометричних баз необхідно відобразити такі елементи: **мета статті, методи дослідження, результати дослідження, наукова новизна, практичне значення дослідження, висновки та перспективи подальших наукових досліджень.**

До рукопису обов'язково потрібно додавати:

а) для здобувачів і ад'юнктів (аспірантів) обов'язково рекомендація наукового керівника (витяг з протоколу засідання кафедри (відділу, управління, навчального закладу), що рекомендує статтю до публікації);

б) експертний висновок про можливість відкритого публікування статті, завірений печаткою;

в) довідка про авторів (для авторів з інших установ) на окремій сторінці;

г) авторські повідомлення.

Рукопис подається українською, (англійською мовою) з підписом автора на останній сторінці та в електронній версії на адресу редакції.

Відповідальність за оригінальність, науковий рівень, відкритість інформації, формальну сторону статті, за правильність, точність і коректність цитування, посилань та перекладу покладається на автора.

Редакція здійснює власне рецензування статей та перевірку на академічну доброчесність.

Матеріали рецензуються членами редакційної колегії збірника або сторонніми незалежними експертами, виходячи з принципу об'єктивності і з позицій вищих міжнародних академічних стандартів якості та редагуються. Редакційна колегія залишає за собою право відхиляти неякісні матеріали без пояснення причин *за таких умов*:

не відповідає вимогам до оформлення та до наукового стилю викладу матеріалу;

не має наукової новизни та практичної значущості;

не відповідає тематиці збірника;

виконана з використанням автоматичного комп'ютерного перекладача;

не відредагована (містить граматичні та стилістичні помилки);

порушено етику наукових досліджень, зокрема, якщо у статті виявлено плагіат.

Редколегія може не поділяти світоглядних переконань авторів.

ПРИКЛАД ОФОРМЛЕННЯ СТАТТІ

УДК 371.315.6:51

УПРАВЛІНСЬКА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ОФІЦЕРІВ ВІЙСЬКОВО-СОЦІАЛЬНОГО УПРАВЛІННЯ

Петренко Б. В. доктор психологічних наук, професор,
Національний університет оборони України

<https://orcid.org/0000-0002-5318-9172>

E-mail

Анотація українською мовою (до 400 др. знаків).

Ключові слова (5-8). Вкажіть ключові слова відокремлюючи їх одне від одного крапкою з комою (слово1; слово2; слово3).

Текст статті (структура з абзацними відступами):

Вступ.

Теоретичне підґрунтя .

Методи дослідження.

Результати і обговорення.

Висновки.

Подяки (за потреби).

Авторські повідомлення.

Список використаних джерел

1. Круш, П. В. (2009). Макроекономіка та її регулювання. Каравела.
2. Воробйова, О. М., & Іванченко, В. Д. (2009). Основи схемотехніки (2-ге вид.). Фенікс.
3. Жовтобрюх, М. А., Волох, О. Т., Самійленко, С. П., & Слинько, І. І. (1979). Історична грамати́ка української мови. Вища школа.
4. Головацький, А. С., Черкасов, В. Г., Сапін, М. Р., Парахін, А. І., & Ковальчук, О. І. (2013). Анатомія людини (3-ге вид., Т. 1). Нова Книга.
5. Collins. (n.d.). Museum. In Collins online dictionary. Retrieved November 18, 2022, from <https://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/museum>

6. Шевченко, Т. М. (2019). Письменницька есеїстика: Осмислення феномену. Вісник Одеського національного університету. Серія: Філологія, 24(2), 113–121. [http://liber.onu.edu.ua/pdf/Visnik_Filol_2\(2019\).pdf](http://liber.onu.edu.ua/pdf/Visnik_Filol_2(2019).pdf)
7. Kyiv Dictionary. (2020, 12 травня). Чому в діалектному слові «без» («бузок») замість літери «у» вживають «е»? <https://www.kyivdictionary.com/uk/grammar/uk/consulenza-linguistica/vypusk5/bez-buzok/>
8. Кандиба, М. О. (2015). Емоційна зрілість як умова розвитку професійної толерантності особистості [Неопубл. дис. канд. психол. наук]. Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки.
9. Буц, Ю. В. (2020). Науково-методологічні основи релаксії екогеосистем при техногенному навантаженні пірогенного походження [Автореф. дис. д-ра техн. наук, Сумський державний університет]. eSSUIR. <http://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/76266>

References

1. Krush, P. V. (2009). Makroekonomika ta yii rehuliuвання [Macroeconomics and its regulation]. Karavela. (in Ukrainian)
2. Vorobiova, O. M., & Ivanchenko, V. D. (2009). Osnovy skhemotekhniki (2-he vyd.) [Fundamentals of circuitry (2nd type)]. Feniks. (in Ukrainian)
3. Zhovtobriukh, M. A., Volokh, O. T., Samiilenko, S. P., & Slynko, I. I. (1979). Istorychna hramatyka ukrainskoi movy [Historical grammar of the Ukrainian language]. Vyscha shkola. (in Ukrainian)
4. Holovatskyi, A. S., Cherkasov, V. H., Sapin, M. R., Parakhin, A. I., & Kovalchuk, O. I. (2013). Anatomiiia liudyny (3-tie vyd., T. 1) [Human anatomy (3rd ed., Vol. 1)]. Nova Knyha. (in Ukrainian)
5. Collins. (n.d.). Museum. In Collins online dictionary. Retrieved November 18, 2022, from <https://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/museum>
6. Shevchenko, T. M. (2019). Pysmennytska eseistyka: Osmyslennia fenomenu [Essay writing: Understanding the phenomenon]. Visnyk Odeskoho natsionalnoho universytetu. Seria: Filolohiia, 24(2), 113–121. [http://liber.onu.edu.ua/pdf/Visnik_Filol_2\(2019\).pdf](http://liber.onu.edu.ua/pdf/Visnik_Filol_2(2019).pdf) (in Ukrainian)
7. Kyiv Dictionary. (2020, 12 travnia). Chomu v dialektnomu slovi «bez» («buzok») zamist lity «u» vzhlyaiut «e»? [Why is "e" used instead of the letter "y" in the dialect word "bez" ("lilac")?] <https://www.kyivdictionary.com/uk/grammar/uk/consulenza-linguistica/vypusk5/bez-buzok/> (in Ukrainian)
8. Kandyba, M. O. (2015). Emotsiina zrilist yak umova rozvytku profesiinoi tolerantnosti osobystosti [Neopubl. dys. kand. psykol. nauk] [Emotional maturity as a condition for the development of professional tolerance of the individual [Unpublished. thesis Ph.D. psychol. sciences]]. Skhidnoevropeyskyi natsionalnyi universytet imeni Lesi Ukrainky. (in Ukrainian)
9. Buts, Yu. V. (2020). Naukovo-metodolohichni osnovy relaksii ekoheosystem pry tekhnohennomu navantazhenni pirohennoho pokhodzhennia [Avtoref. dys. d-ra tekhn. nauk, Sumskyi derzhavnyi universytet] [Scientific and methodological bases of relaxation of eco-geosystems under man-made load of pyrogenic origin [Author's Ref. thesis Dr. Tech. Sciences, Sumy State University]]. eSSUIR. <http://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/76266> (in Ukrainian)

Summary

ADMINISTRATIVE COMPETENCE OFFICERS OF MILITARY-SOCIAL MANAGEMENT

Petrenko B. doctor of psychological sciences,
Professor National Defence University of Ukraine

Summary (3000-5000 др. знаків).

Структура Summary з абзацними відступами:

Introduction (проблема)

Purpose (мета статті)

Methods (методи дослідження)

Originality (наукова новизна та практичне значення результатів дослідження)

Conclusion (висновки та перспективи подальших досліджень)

Keywords (5-8). Вкажіть ключові слова відокремлюючи їх одне від одного крапкою з комою (слово1; слово2; слово3).

Авторське повідомлення

Автори заявляють:

- про відсутність конфлікту інтересів (або чітко вказують на наявний конфлікт інтересів;
 - про фінансування – вказуються номери та назви грантів, тем дослідження тощо, за рахунок яких фінансувалось дослідження), або вказується відсутність фінансування;
 - про підтримку політики редакції щодо відкритого доступу та обміну даними які пов'язані з дослідженням;
 - про використання штучного інтелекту (ШІ) при написанні статті та проведенні дослідження (у разі використання ШІ це повинно бути описано в розділі Методи дослідження і науково обгрунтовано);
 - про визначення внеску авторів (за наявності) згідно системи [CRediT](#) (см. «Політика щодо авторства та співавторства»).
- Приклад відображення авторського внеску: концептуалізація, Х.Х. та Я.Й.; методика, Х.Х.; програмне забезпечення, Х.Х.; перевірка, Х.Х., У.У. та З.З.; формальний аналіз, Х.Х.; розслідування, Х.Х.; ресурси, Х.Х.; курація даних, Х.Х.; письмово-оригінал підготовки чернетки, Х.Х.; написання-рецензування та редагування Х.Х.; візуалізація, Х.Х.; нагляд, Х.Х.; адміністрація проекту, Х.Х.; отримання фінансування, У.У.

Х.У. Ім'я та Прізвище

- про подяки (за наявності) всім особам, які приймали будь-яку участь у дослідженні або підготовці рукопису статті, але не відповідають критеріям авторства.

Збірник наукових праць

**В І С Н И К
НАЦІОНАЛЬНОГО
УНІВЕРСИТЕТУ
ОБОРОНИ
УКРАЇНИ**

5 (81) / 2024

Міністерство оборони України

Відповідальність за достовірність фактів, цитат,
власних імен, інших відомостей,
за порушення авторських прав будь-яких юридичних і фізичних осіб
несуть автори.

Розповсюдження та тиражування матеріалів
збірника без офіційного дозволу редакції заборонено.

Редактор
Комп'ютерна верстка

В. Стасюк
В. Богайчук

Підписано до друку 30. 09. 2024. Здано до набору 30. 09. 2024. Формат 20х29
Обл. вид. арк. 17. Наклад 50 прим.
Україна, 03049, м. Київ, проспект Повітряних сил України, 30

Віддруковано Поліграфічним центром Осадчого В. В.
тел. +38 (044) – 587-78-35