

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, професор кафедри соціальної роботи Клайпедського університету, Литва

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

Лариса Березовська, кандидат психологічних наук, доцент, Український католицький університет.

<https://orcid.org/0000-0002-5972-7883>

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 Джіндала (JIBS) Глобального університету О. П. Джіндала (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>

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>

Larisa Berezovska, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor Ukrainian Catholic University

<https://orcid.org/0000-0002-5972-7883>

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>

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>

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, професор, Національна академія внутрішніх справ України, Київ, Україна

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

Наталія Мілорадова, доктор психологічних наук, професор, 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, професор Інституту педагогічних наук Вильнюсського університету, 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>

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>

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), Professor, National Academy of Internal Affairs, Kyiv, Ukraine

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

Natalia Miloradova, Doctor of Science (Psychology), 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, VUŠA Professor of the Institute of Education Vilnius University Šiauliai Academy, 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>

© Вісник Національного університету оборони України

ЗМІСТ

Питання психології

Авраменко М. В., Авраменко Д. О. Методи протидії інформаційним бульбашкам в соціальних мережах: практичний аспект забезпечення інформаційної стійкості.....	7
Алещенко В. І. Розвиток психологічної підготовки військовослужбовців у Збройних Силах України до дій у стресогенних умовах.....	16
Бабелюк О. В. Деструктивний вплив травматичних переживань на психологічну безпеку особистості студента.....	25
Базарний С. В., Новіков О. А. Комплексний аналіз інструментів PC-PTSD-5, CAPS-5 ТА PCL-5 для діагностики ПТСР у військовослужбовців.....	33
Балабушка Є. О., Смовж М. А., Марущенко М. С., Латушін Ю. О. Психологічні аспекти формування позитивної самооцінки у дітей із особливими потребами.....	43
Будагьянц Л. М. Про що свідчать цінності Збройних Сил України.....	52
Василькевич Я. З., Ломак М. М. Психологічна готовність військовослужбовців інтернаціонального легіону до діяльності в бойових умовах.....	62
Горбачук Г. Б. Експериментальне визначення впливу стресостійкості на ефективність колективної діяльності співробітників ДСНС України.....	71
Гоцуляк Н. Є. Порівняльний аналіз особистісних проявів і психологічної саморегуляції студентів offline та online.....	83
Кобець О. В., Піуткіна Т. В. Особливості відносин усередині сім'ї з дитиною із розладом аутичного спектра та із соціальним оточенням.....	91
Kostiuk S. J., Almashi S. I. Study of personal tension among employees of the education sector.....	98
Кривець Л. В., Погорельчук А. В., Юнгер Б. Я. Теоретичні та практичні аспекти реалізації системи вивчення та впровадження досвіду у Збройних Силах України.....	108
Кучеренко Н. С., Приходько І. І. Теоретичні основи травматичного стресу військовослужбовців.....	118
Кушнерик М. О., Перепелюк Т. Д. Ресурси психологічної адаптації студентів до умов війни.....	125
Мороз В. М. Профілактика адиктивної поведінки як чинник зниження ризиків депрофесіоналізації військовослужбовців: загальні підходи.....	132
Мороз Л. І. Стиль інтелектуальної діяльності як чинник успішності адаптації студентів до навчання у ЗВО.....	141
Олійник В. О. Обґрунтування рівневої структури постдосвідного зростання військовослужбовців – учасників бойових дій.....	152
Павлушенко С. М. Аналіз наукових підходів до визначення психологічного змісту феномена психологічної стійкості.....	161
Педченко О. В., Сасенко О. Г., Манзя Є. В. Моральна стійкість воїна як чинник убезпечення його від моральної травматизації під час виникнення моральної дилеми в ході бойових дій.....	167
Тіторенко О. М., Філіпчук Ю. Л., Стасюк В. В. Роль командирів у формуванні психологічної готовності підлеглих до виконання бойових завдань.....	178
ДО ВІДОМА АВТОРІВ.....	186

CONTENTS

Issues of psychology

Avramenko M., Avramenko D. Methods of countering information bubbles in social networks: practical aspect of ensuring information resilience.....	7
Aleshchenko V. I. Development of psychological training of military servants in the armed forces of Ukraine for actions in stressogenic conditions.....	16
Babeliuk O. Destructive impact of traumatic experiences on the psychological safety of the student's personality.....	25
Bazarnyi S., Novikov O. Comprehensive analysis of Pc-Ptsd-5, Caps-5 And Pcl-5 instruments for diagnosing PTSD in military personnel.....	33
Balabushka Y., Smovzh M., Marushchenko M., Latutin Y. Psychological aspects of positive self-esteem in children with special needs	43
Budahiants L. What the values of the armed forces of Ukraine evidence.....	52
Vasylkevych Ya. Z., Lomak M. M. Psychological readiness of servicemen in the international legion for activity in combat conditions.....	62
Horbachuk H. Experimental determination of the influence of stress resistance on the effectiveness of collective activity of the SSNS of Ukraine employees.....	71
Hotsuliak N. Comparative analysis of personal manifestations and psychological self-regulation of offline and online students.....	83
Kobets O., Piutkina T. Peculiarities of relations within a family with a child with an autism spectrum disorder and with the social environment.....	91
Kostiuk S. J., Almashi S. I. Study of personal tension among employees of the education sector.....	98
Krymets L. V., Pogorelchuk A. V., Younger B. Y. Theoretical and practical aspects of the implementation the lessons learned system in the Armed Forces of Ukraine.....	108
Kucherenko N., Prykhodko I. Theoretical basis of traumatic stress in military servicemen....	118
Kushneryk M. O., Perepeluk T. D. Resources of psychological adaptation of students to the conditions of war.....	125
Moroz V. Prevention of addictive behavior as a factor in reducing the risks of deprofessionalization of military personnel: general approaches.....	132
Moroz L. Style of intellectual activity as a factor in the success of students' adaptation to studying in a university.....	141
Oliinyk V. Substantiation of the level structure of post-experience growth of servicemen – combatants.....	152
Pavlushenko S. Analysis of scientific approaches to determining the psychological content of the phenomenon psychological resilience.....	161
Pedchenko O., Sayenko O., Manzya Y. The moral stability of a warrior as a factor of ensuring him from moral traumatization during the emergence of a moral dilemma during combat actions.....	167
Titorenko O. M., Filipchuk Yu. L., Stasiuk V. V. The role of commanders in the formation of psychological readiness of subordinates to perform combat missions.....	178
INFORMATION FOR AUTHORS	186

МЕТОДИ ПРОТИДІЇ ІНФОРМАЦІЙНИМ БУЛЬБАШКАМ В СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖАХ: ПРАКТИЧНИЙ АСПЕКТ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ІНФОРМАЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ

Авраменко М. В. доктор філософії

Національний університет оборони України

<https://orcid.org/0000-0002-4933-9078>

Авраменко Д. О. Національний університет оборони України

<https://orcid.org/0000-0003-1892-380X>

В умовах сучасного інформаційного протистояння особливої актуальності набуває розробка та впровадження практичних методів протидії формуванню інформаційних бульбашок у соціальних мережах. Дослідження фокусується на конкретних інструментах та методиках, які можуть бути застосовані для підвищення інформаційної стійкості суспільства. Центральне місце у роботі займає аналіз ефективності різних підходів до руйнування алгоритмічної ізоляції користувачів та забезпечення різноманітності інформаційного поля. Результати дослідження мають безпосереднє практичне значення для фахівців у сфері інформаційної безпеки, медіа-експертів та розробників політик протидії дезінформації.

Ключові слова: інформаційна стійкість; методи протидії; соціальні мережі; алгоритмічна ізоляція; медіа грамотність; інформаційна безпека; цифрова гігієна.

Вступ. Проблема інформаційних бульбашок у соціальних мережах набула особливої гостроти в контексті російсько-української війни. Попередні дослідження зосереджувались переважно на теоретичних аспектах формування таких бульбашок та їх впливу на суспільну свідомість. Однак практичні методи протидії цьому явищу залишаються недостатньо вивченими та систематизованими.

Актуальність розробки ефективних методів протидії інформаційним бульбашкам обумовлена кількома факторами. По-перше, алгоритмічна ізоляція користувачів соціальних мереж створює сприятливі умови для поширення дезінформації та маніпулятивного контенту. По-друге, перебування в інформаційних бульбашках призводить до поляризації суспільства та ускладнює діалог між різними соціальними групами. По-третє, в умовах війни обмежений доступ до різноманітних джерел інформації може негативно впливати на прийняття важливих рішень громадянами.

Особливої ваги набуває розробка практичних інструментів та методик, які можуть бути впроваджені на різних рівнях – від індивідуального користувача до державних інституцій. При цьому важливо враховувати як технологічні аспекти

функціонування алгоритмів соціальних мереж, так і психологічні особливості сприйняття інформації користувачами.

Мета дослідження: Розробити та систематизувати практичні методи протидії формуванню інформаційних бульбашок у соціальних мережах для підвищення інформаційної стійкості суспільства.

Методи дослідження. Теоретичне дослідження наукових джерел було проведене з метою аналізу існуючих робіт, що стосуються механізмів формування інформаційних бульбашок, ролі алгоритмічних систем у поширенні інформації. Кейс-стаді використано при аналізі конкретного випадку формування інформаційних бульбашок та під час розробки рекомендацій їх подолання. Компаративний аналіз застосовано для порівняння результативності різних методик протидії інформаційним бульбашкам у різних цільових групах. Системний підхід використано для розробки комплексної методології протидії формуванню інформаційних бульбашок. Синтез, як науковий метод, сприяв інтеграції отриманих результатів у цілісну картину, що дозволило сформулювати комплексне розуміння досліджуваного явища. Міждисциплінарний підхід забезпечив можливість дослідження проблеми з різних

наукових перспектив, включаючи соціологічну, психологічну, технологічну та комунікативну складові.

Теоретичне підґрунтя. Розробка ефективних методів протидії інформаційним бульбашкам вимагає ґрунтового теоретичного осмислення цього феномену та чіткого визначення його концептуальних меж. Історіографія дослідження інформаційних бульбашок демонструє еволюцію наукового розуміння цього явища від початкових спостережень за впливом цифрових технологій на формування світогляду користувачів до комплексного аналізу психологічних, соціальних та технологічних аспектів інформаційної ізоляції в цифровому просторі.

Фундаментальний внесок у теоретичне осмислення феномену бульбашок фільтрів здійснив Елай Паризер, який у своєму дослідженні "The Filter Bubble: What the Internet Is Hiding from You" (2011) вперше концептуалізував це явище як системний наслідок персоналізації цифрового контенту.

Розуміння природи інформаційних бульбашок стали предметом досліджень Яна Чапак, Галини Чуйко та Ярослава Андрєєва (2023). Особливу увагу науковці звернули саме на ототожнення понять бульбашок фільтрів та інформаційних бульбашок, як одного і того ж явища. В роботі Домініка Дефранцо та Крістіни Глорії-Гарсії (2023) стверджується, що однією з першочергових причин інформаційних бульбашок, у їхньому тлумаченні – фільтраційних бульбашок, є системи персональних рекомендацій, або систем які вивчають і реагують на окремих користувачів.

Синтез наявних теоретичних напрацювань дозволяє сформулювати комплексне визначення поняття "інформаційна бульбашка" як персоналізованого інформаційного простору користувача, що формується під впливом алгоритмічних систем рекомендацій соціальних мереж та пошукових систем, характеризується обмеженням різноманітним контенту та переважанням інформації, яка підтверджує наявні погляди користувача, створюючи ефект когнітивної ізоляції та посилюючи існуючі переконання через

механізми селективного сприйняття та підтвердження упереджень.

Теоретичний аналіз дозволяє виділити ключові характеристики інформаційних бульбашок, які визначають їх природу та механізми впливу на інформаційне середовище. Алгоритмічна селекція, як базовий механізм формування інформаційних бульбашок, реалізується через автоматизовані системи відбору контенту, які аналізують та інтерпретують попередню поведінку користувача для прогнозування його інформаційних переважень. Когнітивна ізоляція виникає як наслідок обмеження доступу до альтернативних точок зору та формування замкненого інформаційного простору, де користувач переважно взаємодіє з контентом, що підтверджує його наявні переконання.

Харальд Холоне (2016) звертає увагу наукової спільноти на негативні чинники, що впливають на ментальне здоров'я людини, що втрапляє в інформаційну бульбашку проводячи паралель до соматичного навіювання хвороби наводячи реальні приклади. Автор зауважує, що проблема рекомендує алгоритмів соціальних мереж наразі є гострою та потребує глибших досліджень.

Виклад основної частини. Аналіз наукової літератури та існуючих дослідницьких підходів демонструє еволюцію розуміння феномену інформаційних бульбашок від початкового сприйняття їх як побічного ефекту персоналізації цифрового контенту до визнання їх значущим фактором впливу на інформаційну безпеку суспільства. Для формулювання комплексного визначення терміну необхідно врахувати всі ключові аспекти цього явища, виявлені в процесі теоретичного аналізу.

На основі синтезу цих теоретичних напрацювань пропонується наступне комплексне визначення:

Інформаційна бульбашка – це динамічний персоналізований інформаційний простір користувача або групи користувачів, що формується внаслідок взаємодії алгоритмічних систем фільтрації

контенту соціальних мереж та пошукових систем.

Важливо відзначити, що запропоноване визначення не є остаточним і може доповнюватися в процесі подальших досліджень, особливо з урахуванням швидкого розвитку технологій та появи нових форм інформаційного протиборства. Однак воно надає достатньо повну концептуальну рамку для розуміння природи явища та розробки практичних заходів протидії його негативним ефектам.

Розмежування понять та класифікація інформаційних бульбашок. Для ефективної боротьби з інформаційними бульбашками необхідно здійснити їхню чітку класифікацію та визначити основні типи. Інформаційні бульбашки можна поділити за різними критеріями, серед яких механізм формування, ступінь ізоляції від альтернативної інформації та специфіка контенту.

Залежно від механізму формування, можна виділити кілька ключових типів інформаційних бульбашок. Алгоритмічні бульбашки виникають унаслідок роботи систем рекомендацій, які аналізують поведінку користувача та автоматично відбирають контент відповідно до його попередніх інтересів. Такий механізм сприяє формуванню однорідного інформаційного середовища, що мінімізує контакт із альтернативними точками зору. Соціальні бульбашки утворюються через особливості соціальної взаємодії, коли користувач переважно спілкується з людьми, які поділяють його погляди, що природно обмежує спектр інформації. Тематичні бульбашки формуються навколо конкретних тем чи подій, коли користувач активно цікавиться певною проблематикою, а алгоритми починають надавати пріоритет відповідному контенту. Важливим критерієм класифікації є ступінь ізоляції від альтернативних джерел інформації. У цьому контексті можна виділити жорсткі та м'які бульбашки. Жорсткі бульбашки характеризуються майже повною відсутністю доступу до альтернативних поглядів. Вони можуть виникати як через алгоритмічні механізми фільтрації контенту, так і через свідоме обмеження

інформаційного поля користувачем. У таких умовах формується глибока когнітивна ізоляція, що ускладнює сприйняття будь-якої інформації, яка виходить за межі усталених переконань. М'які бульбашки, навпаки, передбачають певний рівень доступу до різноманітних джерел, але все ж таки обмежують кількість і частоту альтернативного контенту.

Окрему категорію становлять кризові інформаційні бульбашки, які виникають у періоди суспільних потрясінь, військових конфліктів, пандемій або інших надзвичайних ситуацій. У таких умовах інформаційний простір може швидко поляризуватися, створюючи штучні бар'єри між різними аудиторіями. Важливим аспектом кризових бульбашок є їхня нестабільність та схильність до ескалації. Оскільки в кризові періоди зростає потреба у швидкому реагуванні, люди частіше довіряють інформації, що відповідає їхнім упередженням або емоційним очікуванням, що ще більше посилює ефект замкненого інформаційного середовища. Додатково варто розглянути спеціалізовані інформаційні бульбашки, що виникають у професійних спільнотах або академічних колах. У таких випадках інформаційне середовище може бути значною мірою відірване від загального суспільного дискурсу, оскільки орієнтується переважно на вузькоспеціалізовані джерела та внутрішні обговорення. Хоча такі бульбашки не завжди мають негативний характер, вони можуть призводити до ізоляції експертної спільноти від ширшої аудиторії та створювати труднощі у взаєморозумінні між науковцями, політиками та громадськістю.

Крім того, можна виокремити маніпулятивні інформаційні бульбашки, що є результатом цілеспрямованого впливу з боку медіа, політичних сил або інших зацікавлених груп. Такі бульбашки можуть бути створені штучно з метою зміни суспільних настроїв, посилення певних наративів або дискредитації альтернативних думок. Основною особливістю таких бульбашок є їхня стратегічна спрямованість і наявність зовнішнього контролю над поширюваним контентом.

Отже, розмежування понять та класифікація інформаційних бульбашок є важливим кроком для розробки ефективних методів їхнього подолання. Оскільки ці феномени впливають на суспільний дискурс, критично важливо досліджувати їхню природу, механізми формування та потенційні способи їхнього руйнування, щоб забезпечити більш об'єктивне й різноманітне інформаційне середовище.

Психологічні механізми формування інформаційних бульбашок. В основі процесу лежить складна взаємодія між природними когнітивними процесами людської психіки та алгоритмічними системами соціальних мереж. Ключову роль у цьому процесі відіграє феномен когнітивного підтвердження, коли людина підсвідомо надає перевагу інформації, що узгоджується з її наявними переконаннями. В умовах інформаційної війни цей механізм посилюється через підвищений рівень тривожності та потребу в психологічній безпеці, що спонукає користувачів шукати підтвердження власної картини світу.

Технологічні аспекти формування інформаційних бульбашок. В основі процесу формування інформаційних бульбашок лежать складні алгоритмічні системи, що використовуються соціальними мережами для персоналізації контенту. Ці системи базуються на технологіях машинного навчання та аналізу великих даних, які постійно збирають та обробляють інформацію про поведінку користувачів. Алгоритми відстежують широкий спектр параметрів: час перегляду контенту, патерни взаємодії з публікаціями, реакції на різні типи матеріалів, соціальні зв'язки та навіть швидкість прокручування стрічки новин.

Деструктивні ефекти тривалої алгоритмічної ізоляції в інформаційних бульбашках: аналіз негативних наслідків

Тривале перебування в умовах алгоритмічної ізоляції, що характеризує інформаційні бульбашки, призводить до комплексу негативних психологічних, когнітивних та соціальних наслідків. Дослідження цього феномену виявляє низку специфічних синдромів та патернів поведінки, які формуються внаслідок систематичного впливу обмеженого

інформаційного середовища, основними з яких є:

- **думскролінг** (*doomscrolling*) - патологічна залежність від постійного оновлення інформації, характеризується нав'язливим прагненням перевіряти новини та соціальні мережі. У контексті інформаційних бульбашок цей феномен набуває особливої інтенсивності через алгоритмічне підкріплення поведінкових патернів. Дослідження демонструють значне зниження продуктивності та концентрації уваги у суб'єктів з вираженими симптомами інформафобії.

- **брейнрот** (*brain rot*) як феномен когнітивної деградації внаслідок надмірного споживання спрощеного контенту демонструє кумулятивний ефект у контексті інформаційних бульбашок. Нейропсихологічні дослідження фіксують зниження активності в префронтальній корі головного мозку, що відповідає за виконавчі функції та критичне мислення, при тривалому впливі однотипного, поверхневого контенту.

- **цифрова клаустрофобія** (*digital claustrophobia*) проявляється як відчуття інформаційної замкненості та обмеженості, що виникає внаслідок тривалого перебування в алгоритмічно обмеженому інформаційному просторі. Цей стан характеризується підвищеною тривожністю та відчуттям втрати контролю над власним інформаційним середовищем.

- **когнітивна поляризація** (*cognitive polarization*) як наслідок тривалого перебування в інформаційній бульбашці призводить до формування ригідних когнітивних схем та зниження здатності до сприйняття альтернативних точок зору. Нейровізуалізаційні дослідження показують підвищену активацію мигдалеподібного тіла при зіткненні з інформацією, що суперечить усталеним переконанням, що свідчить про емоційну, а не раціональну обробку такої інформації.

- **синдром інформаційного виснаження** (*information fatigue syndrome*) характеризується комплексом симптомів, включаючи погіршення аналітичних здібностей, зниження якості прийняття рішень та загальну когнітивну втоми. В

умовах інформаційних бульбашок цей синдром посилюється через постійне споживання однотипного контенту, що призводить до виснаження специфічних когнітивних ресурсів.

- **феномен ехо-концентрації** (*echo-concentration*) описує процес поступового звуження когнітивного горизонту внаслідок постійного підкріплення існуючих переконань через механізми алгоритмічної фільтрації. Цей феномен є наслідком алгоритмічної селекції контенту в соціальних мережах і пошукових системах, які підбирають інформацію відповідно до попередніх інтересів людини. У поєднанні з когнітивними упередженнями, такими як ефект підтвердження, ехо-концентрація призводить до радикалізації думок, зменшення критичного мислення та спотвореного сприйняття реальності.

- **цифровий нарцисизм** (*digital narcissism*) посилюється в умовах інформаційних бульбашок через постійне підтвердження власних поглядів та переконань. Це призводить до формування викривленого сприйняття реальності та зниження здатності до об'єктивної самооцінки.

Зазначені негативні наслідки свідчать про системний вплив інформаційних бульбашок на психологічне, когнітивне та фізіологічне функціонування людини, що підкреслює важливість подальшого вивчення цього феномену та розробки дієвих стратегій його нейтралізації. Це дослідження має охоплювати не лише соціологічний, психологічний та інформаційно-технологічний аспекти, а й медико-фізіологічний вимір.

Методи протидії інформаційним бульбашкам. Ефективна протидія формуванню інформаційних бульбашок вимагає комплексного підходу, що охоплює технологічні, освітні та регуляторні заходи. На індивідуальному рівні ключовим елементом є розвиток критичного мислення та медіаграмотності користувачів. Це включає навчання основам верифікації інформації, розуміння принципів роботи алгоритмічних систем та усвідомлення власних когнітивних упереджень. Практика показує, що користувачі, які розуміють

механізми формування інформаційних бульбашок, більш схильні до активного пошуку альтернативних джерел інформації та критичного аналізу отриманого контенту.

На технологічному рівні ефективним методом протидії є впровадження систем диверсифікації контенту. Це можуть бути спеціальні алгоритмічні рішення, які цілеспрямовано включають у стрічку користувача різноманітні точки зору та альтернативні джерела інформації. Важливим елементом є також розробка інструментів візуалізації інформаційних бульбашок, які дозволяють користувачам побачити структуру свого інформаційного простору та зрозуміти ступінь його обмеженості.

Практичні рекомендації щодо протидії інформаційним бульбашкам. Базуючись на результатах дослідження, можна сформулювати ряд конкретних рекомендацій для різних рівнів протидії інформаційним бульбашкам. На рівні індивідуальних користувачів ефективними є регулярний аудит власних джерел інформації, свідоме розширення кола інформаційних ресурсів та активне використання інструментів факт-чекінгу. Важливо регулярно переглядати налаштування конфіденційності в соціальних мережах та свідомо взаємодіяти з різноманітним контентом, уникаючи автоматичного підтвердження власних переконань.

Для медіа-організацій та інформаційних ресурсів ключовими рекомендаціями є впровадження систем перехресної перевірки інформації, розвиток культури збалансованого висвітлення подій та активне залучення різних точок зору при формуванні контенту. Особливу увагу варто приділяти розробці форматів подачі інформації, які стимулюють критичне мислення та заохочують користувачів до самостійного аналізу подій.

За результатами систематизації наявних методів протидії інформаційним бульбашкам було здійснено їх групування за функціональними ознаками та механізмами впливу:

1. Свідоме розширення кола джерел інформації

Один з найефективніших методів протидії інформаційним бульбашкам - це цілеспрямоване розширення кола джерел інформації. Важливо не лише збільшувати кількість джерел, але й забезпечувати їх різноманітність за форматом, спрямуванням та підходом до висвітлення подій.

Практична реалізація цього методу передбачає створення персонального "інформаційного портфеля", який включає:

- Офіційні джерела (державні інформаційні ресурси, повідомлення органів влади)
- Традиційні медіа (телебачення, радіо, друковані видання)
- Онлайн-медіа різного спрямування
- Спеціалізовані аналітичні платформи
- Професійні спільноти та експертні мережі
- Міжнародні інформаційні ресурси

Важливо регулярно переглядати та оновлювати цей портфель, видаляючи джерела, що втратили актуальність або довіру, та додаючи нові перспективні ресурси.

Кейс: Під час російського вторгнення в Україну в 2022 році користувач соціальних мереж помітив, що його стрічка новин стала занадто одноманітною і фокусувалася переважно на негативних новинах з фронту. Для протидії цьому він створив систему диверсифікації джерел інформації: підписався на офіційні канали Генерального штабу ЗСУ та Міністерства оборони для отримання перевіреної інформації про ситуацію на фронті, додав до списку джерел кілька авторитетних військових експертів з різними поглядами, почав слідкувати за міжнародними аналітичними центрами, які спеціалізуються на військовій тематиці, та налаштував регулярне читання звітів OSINT-спільноти. Це дозволило йому формувати більш об'єктивне розуміння ситуації та уникати як надмірного оптимізму, так і необґрунтованого песимізму.

2. Налаштування алгоритмічних фільтрів соціальних мереж

Сучасні соціальні мережі надають користувачам достатньо широкі можливості для управління контентом, який вони бачать. Важливо навчитися використовувати ці

інструменти для протидії формуванню інформаційних бульбашок.

Основні кроки включають:

- Регулярний аудит налаштувань конфіденційності та персоналізації
- Відключення автоматичних рекомендацій контенту там, де це можливо
- Налаштування пріоритетів відображення постів від різних джерел
- Використання списків та груп для організації джерел інформації
- Періодичне очищення історії переглядів та пошукових запитів
- Вимкнення таргетованої реклами або обмеження її персоналізації

Особливу увагу варто приділити налаштуванням мовних переваг, щоб отримувати контент різними мовами, якщо ви ними володієте.

Кейс: Користувачка Facebook помітила, що її стрічка новин стала занадто політично заангажованою через постійні взаємодії з постами певного ідеологічного спрямування. Для виправлення ситуації вона спочатку провела аудит своїх підписок та очистила історію взаємодій. Потім створила кілька списків для різних типів контенту: "Новини", "Аналітика", "Розважальний контент", "Професійні матеріали". Для кожного списку встановила різні налаштування відображення в стрічці. Додатково вона налаштувала сповіщення таким чином, щоб отримувати повідомлення про важливі пости від різних джерел, незалежно від того, як часто вона з ними взаємодіє. Через кілька тижнів алгоритми почали пропонувати їй більш різноманітний контент.

3. Розвиток критичного мислення та медіаграмотності

Критичне мислення та медіаграмотність є фундаментальними навичками для протидії інформаційним бульбашкам. Їх розвиток вимагає систематичного підходу та постійної практики.

Ключові елементи розвитку цих навичок включають:

- Вивчення основних прийомів фактчекінгу
- Ознайомлення з типовими маніпулятивними техніками
- Практику аналізу джерел інформації

- Розуміння принципів роботи алгоритмів соціальних мереж
- Вміння розпізнавати емоційні тригери в контенті
- Регулярне порівняння різних точок зору на одну подію
- Важливо розвивати ці навички поступово, починаючи з простих вправ і поступово переходячи до більш складних аналітичних завдань.

Кейс: Група студентів створила навчальний проект з розвитку медіаграмотності. Кожного дня вони обирали одну резонансну новину та аналізували її висвітлення в різних джерелах. Для кожної новини вони створювали таблицю, де фіксували: джерело інформації, основні тези, використані емоційні тригери, наявність маніпулятивних прийомів, достовірність наведених фактів. Після місяця такої практики учасники проекту помітили, що стали більш стійкими до інформаційних маніпуляцій та почали автоматично шукати підтвердження інформації з різних джерел.

4. Активна протидія алгоритмічній ізоляції

Важливим аспектом протидії інформаційним бульбашкам є свідоме порушення алгоритмічних патернів соціальних мереж. Це вимагає регулярних активних дій з боку користувача для розширення свого інформаційного поля.

Основні методи включають:

- Регулярний пошук та взаємодію з контентом, що представляє альтернативні точки зору
- Участь у дискусіях з людьми, які мають інші погляди
- Свідоме дослідження нових тем та напрямків
- Періодичну зміну мовних налаштувань
- Використання різних платформ для отримання інформації
- Експериментування з новими форматами контенту

Кейс: Журналіст, який спеціалізується на висвітленні технологічних новин, помітив, що його стрічка в додатку – X (Twitter) стала занадто одноманітною. Для протидії цьому він розробив систему

щотижневих "інформаційних викликів". Кожного понеділка він обирав нову тему, далеку від його звичних інтересів (наприклад, сучасне мистецтво, урбаністика, екологія), і протягом тижня активно взаємодіяв з контентом на цю тему: читав профільні видання, підписувався на експертів, брав участь у тематичних обговореннях. Це не лише розширило його світогляд, але й допомогло алгоритмам зрозуміти, що його інтереси не обмежуються технологічною сферою.

5. Використання спеціалізованих інструментів та сервісів

Для ефективної протидії інформаційним бульбашкам важливо використовувати спеціалізовані інструменти та сервіси, які допомагають розширити інформаційне поле та проаналізувати якість отримуваної інформації.

Ключові типи інструментів включають:

- Агрегатори новин з можливістю налаштування різних джерел
- Платформи для фактчекінгу
- Сервіси аналізу медіа-простору
- Інструменти візуалізації інформаційних потоків
- Додатки для відстеження часу, проведеного в соціальних мережах
- Браузерні розширення для аналізу достовірності інформації

Кейс: Команда дослідників створила персональну систему моніторингу інформаційного поля з використанням комбінації різних інструментів. Вони налаштували RSS-агрегатор для збору новин з різних джерел, використовували браузерне розширення для аналізу достовірності новин, встановили додаток для відстеження часу в соціальних мережах та створили власну систему тегів для категоризації інформації. Це дозволило їм не лише отримувати різноманітну інформацію, але й аналізувати її якість та відстежувати власні патерни споживання контенту.

Однак важливо підкреслити, що лише комплексне застосування різних методів у їх взаємодоповнюючому поєднанні забезпечує максимальну ефективність у подоланні негативних наслідків алгоритмічної ізоляції користувачів. Необхідність комплексного підходу обумовлена складною природою

інформаційних бульбашок, що формуються внаслідок взаємодії технологічних, психологічних та соціальних факторів. При цьому застосування окремих методів, спрямованих лише на один аспект проблеми, показує обмежену результативність і не дозволяє досягти стійкого довготривалого ефекту в умовах динамічного інформаційного середовища.

Висновки. Проведене дослідження методів протидії інформаційним бульбашкам у соціальних мережах дозволяє запропонувати ряд важливих рекомендацій щодо забезпечення інформаційної стійкості суспільства. Насамперед, встановлено, що ефективна протидія формуванню інформаційних бульбашок можлива лише за умови комплексного підходу, який поєднує технологічні рішення, освітні ініціативи та регуляторні заходи. Виявлено, що ключовим фактором успішної протидії є розуміння

психологічних механізмів формування інформаційних бульбашок та їх взаємозв'язку з алгоритмічними системами соціальних мереж. Аналіз технологічних аспектів функціонування рекомендаційних алгоритмів показав, що їх модифікація в напрямку забезпечення більшої різноманітності контенту є необхідною, але недостатньою умовою для вирішення проблеми інформаційної ізоляції.

Особливу роль у протидії інформаційним бульбашкам відіграє розвиток медіаграмотності та критичного мислення користувачів. Дослідження підтверджує, що освітні програми, спрямовані на формування навичок свідомого споживання інформації, суттєво підвищують стійкість користувачів до інформаційних маніпуляцій та сприяють руйнуванню інформаційних бульбашок.

Список використаних джерел

1. Авраменко М.В., Авраменко Д.О., Богачук В.Ж., Темний О.А., (2025). Вплив алгоритмів рекомендацій соціальних мереж на формування інформаційних бульбашок під час кризових подій [Збірник наукових праць Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського, 1(75), 7-15. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-83-1-7-15>
2. Berger, T. (2022). The Echo chamber-driven Polarization on Social Media November 2023 *Journal of Student Research* 12(4), 1-7. <https://doi.org/10.47611/jsr.v12i4.2274>
3. Chaplak Y & Chuyko, Halyna & Yaroslava, Andriieva. (2023). Psychological aspects of the influence of information bubbles on person and society. *Psychological journal*. 9. 38-51. <https://doi.org/10.31108/1.2023.9.5>
4. Difranzo, D. & Gloria-Garcia, K.. (2017). Filter bubbles and fake news. *XRDS: Crossroads, The ACM Magazine for Students*. 23. 32-35. <https://doi.org/10.1145/3055153>
5. Holone H. The filter bubble and its effect on online personal health information. *Croat Med J*. 2016 Jun 30;57(3); 298-301. <https://doi.org/10.3325/cmj.2016.57.298><https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-83-1-7-15>
6. Pariser, E. (2011). *The Filter Bubble: What the Internet Is Hiding from You*. Penguin Press. doi: <https://doi.org/10.5070/D482011835>
7. Schmid S. & Hartwig K. & Cieslinski R. & Reuter C., (2022). Digital Resilience in Dealing with Misinformation on Social Media during COVID-19 A Web Application to Assist Users in Crises. *Information Systems Frontiers*. 26. <https://doi.org/10.1007/s10796-022-10347-5>

References

1. Avramenko M.V., Avramenko D.O., Bohaichuk V.Zh., Temnyi O.A., (2025). Vplyv alhorytmiv rekomendatsii sotsialnykh merezh na formuvannya informatsiinykh bulbashok pid chas kryzovykh podii [The impact of social network recommendation algorithms on the formation of information bubbles during crisis events] *Zbirnyk naukovykh prats Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy imeni Ivana Cherniakhovskoho*, 1(75), 7-15. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-83-1-7-15>
2. Berger, T. (2022). The echo chamber-driven polarization on social media. *Journal of Student Research*, 12(4), 1–7. <https://doi.org/10.47611/jsr.v12i4.2274>
3. Chaplak, Y., Chuyko, H., & Andriieva, Y. (2023). Psychological aspects of the influence of information bubbles on individuals and society. *Psychological Journal*, 9, 38–51. <https://doi.org/10.31108/1.2023.9.5>
4. Difranzo, D., & Gloria-Garcia, K. (2017). Filter bubbles and fake news. *XRDS: Crossroads, The ACM Magazine for Students*, 23, 32–35. <https://doi.org/10.1145/3055153>

5. Holone, H. (2016). The filter bubble and its effect on online personal health information. *Croatian Medical Journal*, 57(3), 298–301. <https://doi.org/10.3325/cmj.2016.57.298>
6. Pariser, E. (2011). *The filter bubble: What the internet is hiding from you*. Penguin Press. <https://doi.org/10.5070/D482011835>
7. Schmid, S., Hartwig, K., Cieslinski, R., & Reuter, C. (2022). Digital resilience in dealing with misinformation on social media during COVID-19: A web application to assist users in crises. *Information Systems Frontiers*, 26. <https://doi.org/10.1007/s10796-022-10347-5>

Summary

METHODS OF COUNTERING INFORMATION BUBBLES IN SOCIAL NETWORKS: PRACTICAL ASPECT OF ENSURING INFORMATION RESILIENCE

Avramenko M. PhD, The National Defence University of Ukraine

Avramenko D. The National Defence University of Ukraine

Introduction. In the context of modern information warfare, the development and implementation of practical methods for countering the formation of information bubbles in social networks becomes particularly relevant. The study focuses on specific tools and techniques that can be applied to enhance society's information resilience. The central focus of the work is analyzing the effectiveness of different approaches to disrupting algorithmic isolation of users and ensuring diversity in the information field.

The research introduces a comprehensive definition of information bubbles as personalized information spaces formed by social media recommendation algorithms, characterized by limited content diversity and prevalence of information that confirms users' existing views. The study examines psychological mechanisms of information bubble formation, technological aspects of their functioning, and presents practical recommendations for countering this phenomenon at various levels - from individual users to state institutions.

Methods. Theoretical research was conducted to analyze existing works on the mechanisms of information bubble formation and the role of algorithmic systems in information dissemination. A case study was used to examine specific instances of information bubble formation and to develop recommendations for overcoming them. Comparative analysis compared the effectiveness of various methods for counteracting information bubbles across different target groups. A systems approach was used to develop a comprehensive methodology for addressing information bubble formation. Synthesis helped integrate the results into a coherent understanding, while an interdisciplinary approach allowed for examination from sociological, psychological, technological, and communicative perspectives.

Results. The results have immediate practical significance for information security specialists, media experts, and developers of anti-disinformation policies. The proposed methods and recommendations contribute to building a more resilient information environment and enhancing society's ability to resist information manipulation attempts.

Keywords: information resilience; countermeasures; social networks; algorithmic isolation; media literacy; information security; digital hygiene.

Концептуалізація та аналіз – Авраменко М.В.

Розробка рекомендацій – Авраменко Д.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: 06.02.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 02.04.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

РОЗВИТОК ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ У ЗБРОЙНИХ СИЛАХ УКРАЇНИ ДО ДІЙ У СТРЕСОГЕННИХ УМОВАХ

*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 розглядається проблема психологічної підготовки військовослужбовців як важливого фактора їх професійної готовності до виконання завдань у стресогенних умовах. Аналізуються сутність і зміст, основні компоненти психологічної підготовки до бойових дій: принципи та завдання її проведення, методи, форми. Зазначено важливість психологічної підготовки для забезпечення ефективності колективної діяльності і підтримки особистісного та психічного розвитку військовослужбовців. Розглянуто роль військового психолога в забезпеченні психологічної компетентності військовослужбовців. Сформульовані теоретичні висновки й практичні рекомендації щодо напрямів покращення психологічної підготовки в сучасних умовах.

Ключові слова: психологічна підготовка; професійна готовність; стресогенні умови діяльності; ефективність колективної діяльності; особистісний розвиток.

Вступ. На сучасному етапі постає нагальне питання розуміння ролі і місця психологічної підготовки військовослужбовців Збройних Сил України (ЗС України) та запровадження прийнятих у державах-членах НАТО принципів і підходів щодо їх реалізації.

За рівного співвідношення сил і засобів, однакової технічної оснащеності військ розраховувати на успіх може тільки та армія, особовий склад якої в морально-психологічному відношенні перевершує супротивника, здатна зберігати психологічну стійкість і волю до перемоги в будь-якій обстановці (Алещенко В.І. (2015).

Актуальність психологічної підготовки військовослужбовців підтверджує досвід сучасної російсько-української війни, воєнних конфліктів кінця 20-го та початку 21-го століть, що вказує на тенденцію зростання вимог до неї. Психологічна підготовка дає можливість запобігти моральним та психологічним травмам, зменшити виникнення психогенних втрат та їх вплив на виконання бойових завдань. Коли людина обізнана з тим, що з нею може трапитися, які ризики її очікують, вона морально і психологічно готова до впливів травмуючої події, якою, власне, є участь у бойових діях.

Метою статті є аналіз сутності і змісту розвитку психологічної підготовки військовослужбовців Збройних Сил України до дій у стресогенних умовах.

Теоретичне підґрунтя. Проблема вивчення психологічних детермінант стійкості особистості до стресогенних

впливів, опору стресу займались В.А. Абабков, Л.І. Вассерман, С.М. Миронець, О.М. Кокун, В.І. Осьодло, Л.А. Перелигіна, О.В. Тімченко, О.О. Трифонова, В.Є. Христенко, О.Ф. Хміляр та ін. За результатами їх досліджень встановлено що стійкість особистості до дії стресогенних факторів залежить від таких характеристик як: 1) інтенсивність і тривалість стресової події; 2) окремих стрес або кумуляція стресових подій; 3) обсяг змін, що спричиняє стресова подія, і витрати на нове пристосування; 4) передбачуваність та імовірність настання (упевненість/непевненість у стресовій події і часі її настання) події та пов'язана з цим можливість превентивного пристосування до неї і підготовки до подолання; 5) новизна стресової події та ступінь поінформованості про неї; 6) двозначність стресової події або неоднозначність її визначеності; 7) контрольованість стресової події.

Протягом останніх років у ЗС України відбулося нормативно-правове закріплення цієї діяльності. Так, було прийнято ряд керівних документів, якими відбулося впровадження в практику дій військ (сил) питання організації психологічної підготовки військовослужбовців, :

Про впровадження психологічної підготовки особового складу в навчальний процес підготовки органів управління та військ (сил) (Наказ Генерального штабу Збройних Сил України (2012).

Про впровадження військових стандартів у діяльність Збройних Сил

України (Директива Генерального штабу Збройних Сил України (ДГШ-6 від 03.07.2012 Стандарт підготовки 1–ст–4. Індивідуальна підготовка військовослужбовця з психологічної підготовки). Військовий стандарт розроблено Головним управлінням по роботі з особовим складом Збройних Сил України. Розробники І.М. Чубенко, В.В. Котвіцький, В.В. Григор'єв, Е.С. Литвиненко. Цей військовий стандарт визначає мінімальний обсяг знань, навичок та вмінь з психологічної підготовки особового складу військ (сил) з питань організації і проведення психологічної підготовки і послідовність досягнення кожним військовослужбовцем бойових спроможностей до виконання конкретних завдань, а також визначає критерії їх оцінки.

Збірник стандартів психологічної підготовки у Збройних Силах України (2023). Навчально-методичний посібник містить програми, стандарти і методичні рекомендації з психологічної підготовки військовослужбовців, які затверджені для застосування у Збройних Силах України.

В цілому дотичними до теми статті є роботи українських військових психологів: В. Стасюка (1999), Н. Мась і А. Сафіна (2022), В. Клочкова (2024), А. Кириченко (2023), О. Юркової (2023) щодо психологічної підготовки особистості військовослужбовця і психологічної готовності до діяльності в стресогенних умовах.

За визначенням В. Осьодла, травматичний стрес – це переживання особливого роду, результат особливої взаємодії людини і навколишнього світу; це нормальна реакція на ненормальні обставини, стан, що виникає у людини, яка пережила щось, що виходить за межі звичайного людського досвіду. ПТСР – це неспокійна відстрочена реакція на травматичний стрес, який здатний викликати психічні порушення практично у будь-якої людини. Бойовий стрес – це стан психічного напруження військовослужбовців у процесі їх адаптації до умов бойової діяльності з використанням ресурсного потенціалу.

У професійну діяльність військовослужбовців входять різні психогенні чинники: стомлення, психічна напруженість, тривожність, несподіванка майбутніх дій. Успішність виконання поставленого завдання залежатиме насамперед від того, наскільки успішно

військовослужбовці справлятимуться з впливом перерахованих негативних чинників.

Методи дослідження: для досягнення мети та реалізації визначених завдань використовувалися такі методи наукового дослідження: теоретичні – аналіз, синтез, порівняння, узагальнення наукової літератури, класифікація і систематизація теоретичних та емпіричних даних; емпіричні – бесіди, спостереження.

Результати і обговорення. Розглянемо що ми розуміємо під поняттям психологічна підготовка військовослужбовців?

Психологічна підготовка – цілісний і організований процес формування у військовослужбовців психічної стійкості та психологічної готовності до дій у бою, у складних і небезпечних умовах, в обстановці, яка різко змінюється, під час тривалої нервово-психологічної напруги, подолання труднощів, пов'язаних із виконанням військового обов'язку як у воєнний, так і у мирний час (Збірник стандартів психологічної підготовки у Збройних Силах України (2023).

Психологічна підготовка є системою цілеспрямованих впливів, що має на меті формування і закріплення у воїнів психологічної готовності та стійкості, переважно на основі самовдосконалення особистісних і розвитку професійно важливих якостей, набуття досвіду успішних дій у модельованих екстремальних умовах бойової обстановки.

Об'єкт психологічної підготовки – військовослужбовець, військові підрозділи.

Суб'єкт психологічної підготовки – командири (начальники), офіцери по роботі з особовим складом, психологи, медики, інструктори, викладацький склад навчальних закладів (підрозділів).

Стресостійкість – здатність особистості бути емоційно стійкою. Стресостійкість передбачає наявність сформульованих умінь протистояти впливу стрес-факторів, керувати власними емоційними станами, проявляти витримку у професійній діяльності (Словник психологічних термінів (2015).

Загальна психологічна підготовка – вид психологічної підготовки особового складу, завданням якого є формування і удосконалення єдиних для

військовослужбовців психологічних якостей згідно з вимогами сучасної війни.

Спеціальна психологічна підготовка – вид психологічної підготовки особового складу, завданням якого є розвиток специфічних військово-професійних якостей військовослужбовців відповідного роду військ, напрацювання високої бойової активності та психічної стійкості, навичок поведінки в екстремальних умовах.

Цільова психологічна підготовка – вид психологічної підготовки особового складу, завданням якого є адаптація психіки воїна до умов виконання бойового завдання, формування бойового психічного стану, напрацювання чіткої внутрішньої установки на підготовку до конкретного бою (виконання завдань за призначенням).

Методи психологічної підготовки – систематизована сукупність дій для вирішення визначених завдань або досягнення визначеної мети психологічної підготовки.

Методи психологічної підготовки поділяють на вербальні та практичні. Вербальні методи умовно складаються з методу переконання, методу навіювання та психологічного консультування військовослужбовців. Практичні методи вбирають в себе моделювання психологічних факторів (чинників) бою, психологічні вправи і тренування, метод аварійних ситуацій, метод стресових впливів, метод вольової регуляції.

Форми психологічної підготовки – встановлений зразок, сукупність прийомів і засобів проведення психологічної підготовки. Формами психологічної підготовки особового складу до бойових дій (виконання завдань за призначенням) є: *психологічна просвіта* – систематичне та організоване розповсюдження серед військовослужбовців психологічної інформації з метою формування у них розуміння закономірностей функціонування людської психіки і поведінки людей в екстремальних умовах бойової обстановки, знання шляхів і способів управління можливостями власної психіки та надання психологічної допомоги іншим військовослужбовцям; *заняття з предметів бойової підготовки*, орієнтованих на розвиток необхідних психологічних якостей та станів; *спеціальні форми*: психотренінги, прийоми психологічної саморегуляції тощо.

Основними завданнями психологічної підготовки військовослужбовців для дій в екстремальних ситуаціях є: формування у воїнів науково-обґрунтованих знань про бойові дії, уявлень про майбутню війну, навичок поведінки в бойових обставинах, готовності до подвигу, здійснення самовідданих вчинків за для перемоги над ворогом.

Військові фахівці, психологи аналізуючи бойові дії збройних сил у російсько-української війни, Великої Британії на Фолклендських островах, радянських військ в Афганістані, США у В'єтнамі, Афганістані та в Перській затоці, твердо переконалися в необхідності цілеспрямованого загартування психіки солдатів та офіцерів у обстановці, максимально наближеній до бойової. Тому психологічна підготовка особового складу в процесі повсякденного бойового навчання, при відновленні військових частин (підрозділів) має здійснюватися за допомогою відпрацювання на кожному занятті певних елементів психологічного загартування воїнів.

Складові формування психологічної готовності військовослужбовців до виконання професійних обов'язків мають формуватися заходами психологічної підготовки і забезпечувати їх належний психологічний стан: створення готовності до активних дій, ініціативи, твердої рішучості та самовідданості; дотримуватись інформаційної та психологічної гігієни; зниження негативного впливу інформації та психологічного тиску труднощів професійної діяльності на військовослужбовців: підвищення відповідальності за нерозголошення відомостей про перебіг бойової підготовки; забезпечення конфіденційності військових заходів; зміцнення бойового настрою військовослужбовців. Вони мають бути спрямовані на підвищення морального стану військовослужбовців для виконання професійних завдань - забезпечення постійного підвищення морального духу та готовності до бойових дій, врахування найбільш небезпечних факторів для психічного здоров'я військовослужбовців, мінімізації психогенних втрат. Ця діяльність має базуватися на патріотичних і військових традиціях, організації належного командирського інформування, доведення особовому складу інформації щодо дій

противника та успіхи своїх військ, проведенні заходів з відновлення бойової готовності.

Військові психологи А.Сафін, В.Стасюк, В.Осьодло, О. Фармагей (2024), О.Хміляр та інші зазначають, що ефективність проведеної у військах психологічної роботи багато в чому залежать від того, наскільки пунктуально дотримуватимуться принципи психологічного моделювання протистояння з противником; професійно-тактичної зумовленості, змісту психологічної підготовки, розв'язування завдань у різних видах Збройних Сил і родах військ, забезпечення безпеки дій під час виконання вправ і тренувань. Крім того, дуже важливо дотримуватися відповідності навчальних і бойових завдань, створювати навчально-бойові ситуації, що моделюють стресогенні впливи бойової обстановки (Алещенко В.І. (2023).

Заняття з психологічної підготовки особового складу проводяться з підрозділами взвод і йому рівних під керівництвом заступника командира підрозділу з МПЗ (по роботі з особовим складом), офіцера психолога. До проведення занять з психологічної підготовки за необхідності залучають медичних фахівців (лікарів, фельдшерів, санітарних інструкторів). Психологічна підготовка організовується і проводиться в системі комплексу занять з бойової підготовки і як вивчення окремих питань у відповідності до визначеної теми занять індивідуально або у складі групи (підрозділу). Планування психологічної підготовки здійснюється командирами і штабами (начальниками) військових частин (закладів, підрозділів) за участі заступника командира військової частини (підрозділу) з МПЗ відповідно до навчальної програми. Заняття з психологічної підготовки проводяться в польових умовах, у комплексі занять бойової підготовки з конкретною прив'язкою до визначеної теми занять з тактичної та вогневої підготовки загальною тривалістю кожного заняття – одна навчальна година. У процесі повсякденного бойового навчання психологічна підготовка особового складу здійснюється за допомогою відпрацювання на кожному занятті певних елементів психологічного загартовування колективу підрозділу. Передовий досвід показує, що психологічна модель сучасного

бою створюється шляхом використання різних засобів:

1. Імітаційних засобів: навчальні боеприпаси, імітатори застосування зброї масового ураження, імітаційні гранати та фугаси, вибухові пакети, димові шашки, сигнальні ракети тощо.

2 Трансляції записів шумових ефектів бою: постріли танків, гармат, розриви снарядів, мін, звуки літаків, гелікоптерів, ракет, дронів – камікадзе тощо.

3. Створення осередків пожеж, макетів пошкодженої техніки, всіляких інженерних загороджень і перешкод: імітаційні мінні поля, дротяні і малопомітні огорожі, рови, пастки, завали, барикади, зруйновані ділянки доріг і мостів.

4. Імітування протидії противника: підготовлена група особового складу («Червона команда»), двостороння гра силами двох взводів та ін.

5. Дефіцит інформації та часу (прийняття рішення в умовах невизначеності).

Здійснюючи різні композиції перерахованих вище засобів, залежно від розв'язуваних завдань, виду озброєння і роду військ, психолог, спільно з офіцерами органів бойової підготовки, командирами та штабами, може усвідомлено вводити в процес навчально-бойової діяльності різні психологічні чинники (подроздразники), здатні викликати як позитивну активність воїна, так і негативні психічні явища. Під час заходів бойової підготовки психолог здійснює моніторинг психофізичного стану особового складу, спостерігаючи за їх діями, та, за потреби, надає першу психологічну допомогу військовослужбовцям, які мають гострі реакції на стрес, а після завершення занять – надає рекомендації командирам підрозділів.

Екстремальні ситуації супроводжуються впливом на військовослужбовців низки чинників: створення загрози для життя супроводжується дією чинника небезпеки, реальна вогнева дія – чинником раптовості, дефіцит інформації – чинником невизначеності, здійснення незапланованих дій – новизною обстановки. Уміле продумане введення в навчальний процес зазначених чинників дає змогу реально змодельовати окремі елементи сучасного бою, а отже, і вирішувати завдання психологічної підготовки (Мась (2014).

Під час формування психологічної стійкості перед факторами, спричиненими екстремальною ситуацією, головні зусилля мають бути спрямовані на те, щоб будь-які несподіванки для військовослужбовця стали звичними. Щоб несподіванка стала правилом, сюрприз – закономірністю, раптова зміна ситуації – звичайною справою (Первачук (2023)).

Систематичні вправи призводять до автоматизації певних способів дій, тобто до формування навичок та як результат – до формування специфічних умінь. Вони надають військовослужбовцю можливість ефективно та якісно виявляти засвоєні знання та реалізовувати вміння на практиці. З точки зору біхевіористичного підходу, навичка – це система реакцій, набутих на основі нечисленних уроджених простих реакцій, основний шлях формування навичок у людини в певній сфері діяльності це виховання та освіта.

Що стосується бойових умов, то необхідні навички поведінки формуються систематичними вправами за одночасного моделювання стресорів бойової обстановки. На думку доктора психологічних наук О. Сафіна, досвідченого фахівця в галузі психологічного забезпечення до професійної діяльності в особливих умовах, навичка полягає в тому, що свідомість воїна звільняється від необхідності контролювати технічні компоненти діяльності в умовах впливу на психіку воїна різноманітних стресових чинників, що дає змогу зосереджуватися на завданнях, цілях та умовах завдання.

Під час багаторазового повторення вправ в умовах, що постійно ускладнюються, контроль військовослужбовця над своїми психічними станами і діями поліпшується. Таким чином поступово формується психологічний механізм стійкого придушення невпевненості та страху. З поліпшенням емоційно-вольового самоконтролю в особового складу зростає впевненість у своїх здібностях долати труднощі і досягати поставленої мети.

Упевненість у собі, своїй зброї, командирах і бойових побратимах допомагає точніше оцінювати бойову ситуацію, ефективніше використовувати на практиці свої знання, навички та вміння. Якщо військовослужбовець володіє такими навичками – це свідчить про психологічну

підготовленість до виконання бойового завдання в будь-якій ситуації (Проблеми психології діяльності в особливих умовах: Матеріали II Всеукр. наук.-практ. конф. (2024)).

Вироблення у військовослужбовців певних навичок є важливим засобом протидії екстремальній ситуації. Навичка дає змогу частково автоматизувати виконання і регуляцію доцільних рухів і дій, звільняє, як уже було сказано вище, свідомість людини від контролю за «чорною роботою», даючи змогу зосередитися на головному. Так, під час стрільби зі зброї свідомість навідника концентрується на цілі, а дії з наведення зброї на ціль здійснюються автоматично. Цим забезпечується стійкість дій у несприятливій обстановці, їхня економічність і раціональність, адже лише одне знання того, як вчинити в екстремальній ситуації, та впевненість у тому, що дії правильні, допомагають зменшити стресовий вплив екстремальної ситуації на особистість.

Варто погодитися з німецьким психологом Шоненом, який стверджував, що людина є організмом, який живе і реагує на подразнення. Подразнення, що впливають на поведінку, характер і особистість людини, надходять від ландшафту, клімату і середовища. Людина пристосовується до середовища, керуючись інстинктом самозбереження, і завдання психологічної підготовки полягає в тому, щоб якомога краще пристосувати військовослужбовця до дій подразників на психіку під час бойового завдання.

Найефективнішим засобом психологічної підготовки до виконання бойового завдання слід виділити адаптацію військовослужбовця, формування стійкості до психотравмуючого впливу бойового стресу та вироблення навичок поведінки в екстремальних ситуаціях. Цього можна досягти лише тренуваннями, що мають відбуватись в умовах, максимально наближених до бойових, та ґрунтуватись на специфічних механізмах функціонування людської психіки. Важливо також до цієї роботи долучати фахівців *Групи контролю бойового стресу*, які мають надавати допомогу тим воякам, які вже перебувають у підрозділі та не вийшли зі стану стресу. Завдання цих груп – запобігати стресовим чинникам, що можуть вплинути на боєздатність військовослужбовців, а також

навчити їх прийомів виведення себе чи свого побратима зі стану бойового стресу.

На думку Корольчука В.М. (2014) психологічними чинниками стійкості особистості до стресу є оцінка стресової ситуації, стратегії подолання стресу, особливості особистісної саморегуляції, ступінь пропрацювання травматичного досвіду, соціальна підтримка, психологічна готовність до дій в екстремальних умовах. Важливу роль відіграють відповідальність, психологічна стійкість, життєвий досвід, активність, впевненість у собі.

Стійкість особистості до дії стресогенних факторів може бути визначена ступенем оволодіння спеціальними навичками і знаннями, внутрішнім почуттям обов'язку, відповідальністю, самоконтролем, характером оцінки реальності, високим рівнем самооцінки, низьким рівнем тривожності, наявністю досвіду подолання стресогенних ситуацій. Серед чинників індивідуального розвитку особистості найбільше значення у формуванні стійкості до стресу має досвід, що набувається при тривалих стресових впливах. Цей досвід сприяє адаптованості організму до стресу, яка дозволяє зберігати стійкість у реалізації різноманітних форм діяльності та адекватно регулювати поведінку в стресових умовах. Стійкість особистості до дії стресогенних чинників зумовлюється мотивацією і рівнем домагань, а також тривалістю, глибиною і стійкістю емоційного переживання. Інтелектуальний рівень визначає здатність особистості підтримувати оригінальну Я-концепцію, що також впливає на рівень стресостійкості особистості.

Детермінантами стресостійкості є: прагнення допомогти людям, відповідальність, психологічна стійкість, життєвий досвід, психологічна готовність до дій в екстремальних умовах, саморегуляція, активність, впевненість у собі, індивідуальний бар'єр психічної адаптації, що включає соціальні і біологічні можливості. Стрес, як неспецифічний (адаптаційний) синдром, за Гансом Сельє складається з ряду функціональних і морфологічних змін, що розгортаються як єдиний процес, як феномен неспецифічної реакції організму у відповідь на різноманітні впливи, що ушкоджують. Г. Сельє виділив три стадії цього процесу: стадію тривоги; стадію резистентності (адаптації); стадію

виснаження. На першій стадії організм зіштовхується з якимось негативним фактором середовища й намагається пристосуватися до нього. На другій стадії відбувається адаптація до нових умов. Якщо стресор продовжує діяти тривалий час, відбувається виснаження гормональних ресурсів (третя стадія) і зрив систем адаптації, у результаті чого процес приймає патологічний характер і може завершитися хворобою або смертю індивіда (В.М. Корольчук, 2014).

Чинники, які сприяють стресостійкості: а) досвід розв'язання подібних проблем у минулому і позитивний прогноз на майбутнє; б) схвалення діяльності з боку соціального оточення; в) індивідуально-психологічні особливості (високий рівень емоційної стабільності, вольової саморегуляції, активність, впевненість у собі); г) задоволення професійною діяльністю; д) позитивний емоційний фон (як успішність досягнення мети); е) наявність функціональних можливостей.

Чинники, що негативно впливають на стійкість особистості до дії стресогенних факторів: а) емоційно-когнітивні (недостатній рівень необхідної інформації, негативний прогноз ситуації, почуття безпорадності перед проблемою (ситуацією); б) надмірний вплив стресогенних, психогенних чи фізичних факторів, що перевищують адаптаційні можливості людини; в) велика тривалість стресогенного впливу, що призводить до виснаження адаптивних можливостей організму; г) індивідуально-психологічні особливості: низький рівень емоційної стабільності, врівноваженості, високий рівень невротизації, подразливості, особистісної та ситуативної тривожності.

Отже, детермінантами стресостійкості є всі структурні компоненти особистості: спрямованість, досвід, психічні процеси, нейродинаміка, темперамент, характер, здібності.

Хоча стійкість особистості до дії стресогенних факторів і залежить від її типологічного фактора, вирішальне значення у формуванні стресостійкості відводиться особистісному, соціальному, поведінковому компонентам та навчанню, що доведено на основі аналізу літературних джерел та власних емпіричних досліджень.

Висновки. Результати дослідження дозволяють дійти висновку, що для досягнення мети психологічної підготовки військовослужбовців, її ефективного впливу на бойову діяльність військ (сил) потрібен системний підхід, що включає розвиток структур психологічної підтримки, підготовки фахівців, які зосереджують психологічну роботу з людьми у військах (силах), військових частинах та підрозділах. Відпрацювання питань психологічної підготовки важливо проводити з усіма категоріями військовослужбовців, в першу чергу – тими, хто залучається до виконання бойових завдань.

В органах військового управління питання психологічної підготовки доцільно планувати як невід'ємну складову заходів оперативної підготовки, у військових частинах (підрозділах) – під час заходів бойової підготовки; обсяг годин для відпрацювання питань психологічної підготовки слід визначати з урахуванням рівня набутих знань та навичок підлеглими, відповідно до тематики навчань (тренувань, воєнних ігор) та переліку тем (питань), включених до програм психологічної підготовки.

З урахуванням набутого досвіду ведення бойових дій необхідно уточнити перелік тем

(питань) програм психологічної підготовки та довести його до військ (сил) окремим додатком до Організаційно-методичних вказівок щодо організації роботи з особовим складом Збройних Сил України на навчальний рік; організовувати підготовку методичних матеріалів та доведення їх до органів військового управління, з'єднань, військових частин.

Перспективи подальших досліджень. Розуміння сутності психологічної підготовки, її впливу на готовність військовослужбовців до виконання професійних обов'язків, потребує розробки новітніх нормативно-правових документів що враховують набутий досвід ведення операцій (бойових дій).

Актуальним напрямком подальших досліджень є розробка рекомендацій щодо внесення змін до програм психологічної підготовки з формування психічної стійкості військовослужбовців та корекції бойового стресу. Це надасть змогу керівникам відповідних рівнів військового управління оперативно реагувати на появу нових стрес-чинників, підвищувати ефективність діяльності та психологічну готовність підлеглих до виконання завдань за призначенням.

Список використаних джерел

1. Алещенко В.І. (2015). Військова психологія: ретроспективний аналіз та подальший розвиток. Теорія і практика управління соціальними системами. № 2. С. 46–53.
2. Алещенко В.І. (2023). Формування психологічної готовності військовослужбовців до ведення бойових дій. Вісник Національного університету оборони України. № 4 (74). С. 5–13.
3. Ключков В.В. (2024). Розвиток психологічної стійкості військовослужбовців Сухопутних військ до дій в бойових умовах. Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії у галузі знань 05 – соціальні та поведінкові науки, за спеціальністю 053 – психологія. Національний університет оборони України, Київ.
4. Корольчук В.М. (2013). Психологічні детермінанти стійкості особистості до дії стресогенних факторів.
5. Мась Н.М. (2014). Психологічна підготовка військовослужбовців до дій у особливих умовах. Вісник Національного університету оборони України. № 3. С. 280–285.
6. Первачук О. (2023). Роль та вплив психологічної підготовленості військовослужбовців на виконання завдань військово-професійної діяльності. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. № 28 (3). С. 178–185.
7. Осьодло В.І. (2022). Методи збереження психічного здоров'я військовослужбовців. Менеджмент і безпека в умовах війни: теоретичні та прикладні аспекти : матеріали науково-практичної конференції (м. Львів). с. 260 – 273.
8. Фармагей О.І. (2024). Метод стресових впливів (штучне посилення інтенсивності психогенних впливів) як напрямок психологічної підготовки військовослужбовців. Філософсько-соціологічні та психолого-педагогічні проблеми підготовки особистості до виконання завдань в особливих умовах : збірник матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції. м. Київ, 05 грудня 2024 року, НУОУ. с. 116 – 119.
9. Хомчак Р.Б., Бойко В.О. (2017). Педагогічні аспекти психологічної підготовки військовослужбовців в сучасних умовах. Збірник наукових праць Центру воєнно-стратегічних досліджень Національного університету оборони України імені Івана Черняховського. № 2. С. 137–141.

10. Директива Генерального штабу Збройних Сил України (ДГШ-6 від 03.07.2012 Стандарт підготовки 1–ст–4. Індивідуальна підготовка військовослужбовця з психологічної підготовки.)
11. Збірник стандартів психологічної підготовки у Збройних Силах України: метод. посіб. / За редакцією генерал-майора В. Ключкова. К.: НДЦ ГП ЗС України (2023). 337 с.
12. Методичні рекомендації щодо проведення психологічної підготовки особового складу Збройних Сил України (2012).
13. Про впровадження психологічної підготовки особового складу в навчальний процес підготовки органів управління та військ (сил). Наказ Генерального штабу Збройних Сил України від 16.11.2012 № 240, м. Київ.
14. Проблеми психології діяльності в особливих умовах: Матеріали II Всеукр. наук.-практ. конф. (2024), м. Черкаси, 23 квітня 2024 р. К. : 7БЦ. 350 с. URL: http://repositsc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/20484/1/%D0%A2%D0%B5%D0%B7%D0%B8%20%D0%A7%D0%86%D0%9F%D0%91%2023_04_2024.pdf
15. Роль військового психолога під час воєнних дій (2022). URL: Прес-служба.22/04/2022 <https://www.bsmu.edu.ua/blog/rol-vijskovogo-psyhologa-pid-chas-voennyh-dij/>
16. Словник психологічних термінів (2015). Національний фармацевтичний університет. URL: <http://nuph.edu.ua/slovník-psyhologichnih-terminiv/>

References

1. Aleshchenko, V. (2015). Viiskova psykholohiia: retrospektyvnyi analiz ta podalshyi rozvytok [Military Psychology: Retrospective Analysis and Further Development]. *Teoriia i praktyka upravlinnia sotsialnyimi systemami*. № 2, 46-53. (in Ukrainian)
2. Aleshchenko, V. (2023). Formuvannia psykholohichnoi hotovnosti viiskovosluzhbovtiv do vedennia boiovykh dii [Formation of psychological readiness of military personnel for combat operations]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*. № 4 (74), 5-13. (in Ukrainian)
3. Klochkov, V. (2024). Rozvytok psykholohichnoi stiikosti viiskovosluzhbovtiv Sukhoputnykh viisk do dii v boiovykh umovakh [Development of psychological resilience of servicemen of the Land Forces to actions in combat conditions. Dissertation for the degree of Doctor of Philosophy in the field of knowledge 05 – social and behavioral sciences, specialty 053 – psychology]. *Natsionalnyi universytet oborony Ukrainy*, Kyiv. (in Ukrainian)
4. Korolchuk, V. (2013). Psykholohichni determinanty stiikosti osobystosti do dii stresovannykh faktoriv [Psychological determinants of individual resistance to the action of stress factors]. *Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii*. 14(1), 152-161. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pekp_2013_14\(1\)_22](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pekp_2013_14(1)_22) (in Ukrainian)
5. Mas, N. (2014). Psykholohichna pidhotovka viiskovosluzhbovtiv do dii u osoblyvykh umovakh [Psychological training of military personnel for actions in special conditions]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*. № 3, 280-285. (in Ukrainian)
6. Pervachuk, O. (2023). Rol ta vplyv psykholohichnoi pidhotovlenosti viiskovosluzhbovtiv na vykonannia zavdan viiskovo-profesiinoi diialnosti [The role and influence of psychological preparedness of military personnel on the performance of military-professional tasks]. *Visnyk Kamianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu imeni Ivana Ohienka. Fizychnye vykhovannia, sport i zdorovia liudyny*. № 28 (3), 178-185. (in Ukrainian)
7. Osyodlo, V. (2022). Metody zberezhenntia psykhiichnoho zdorovia viiskovosluzhbovtiv [Methods of preserving the mental health of military personnel]. *Menedzhment i bezpeka v umovakh viiny: teoretychni ta prykladni aspekty : materialy naukovopraktychnoi konferentsii (Lviv)*, 260-273. (in Ukrainian)
8. Farmahei, O. (2024). Metod stresovykh vplyviv (shtuchne posylenntia intensyvnnosti psykhotennykh vplyviv) yak napriamok psykholohichnoi pidhotovky viiskovosluzhbovtiv [The method of stress influences (imitation of increasing the intensity of psychogenic influences) as a direction of psychological training of military personnel]. *Filosofsko-sotsiologichni ta psykholoho-pedahohichni problemy pidhotovky osobystosti do vykonannia zavdan v osoblyvykh umovakh : zbirnyk materialiv Vseukrainskoi naukovopraktychnoi konferentsii*. Kyiv, December 5, 2024, NUOU, 116-119. (in Ukrainian)
9. Khomchak, R., & Boyko, V. (2017). Pedahohichni aspekty psykholohichnoi pidhotovky viiskovosluzhbovtiv v suchasnykh umovakh [Pedagogical aspects of psychological training of military personnel in modern conditions]. *Zbirnyk naukovykh prats Tsentru voienno-stratehichnykh doslidzhen Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy imeni Ivana Cherniakhovskoho*. № 2, 137-141. (in Ukrainian)
10. Dyrektyva Heneralnoho shtabu Zbroinykh Syl Ukrainy (DHS-6 vid 03.07.2012 Standart pidhotovky 1–ST–4. Indyvidualna pidhotovka viiskovosluzhbovtia z psykholohichnoi pidhotovky [Directive of the General Staff of the Armed Forces of Ukraine (DHS-6 dated 03.07.2012 Training Standard 1–CT–4. Individual psychological training of a serviceman]. (in Ukrainian)
11. Zbirnyk standartiv psykholohichnoi pidhotovky u Zbroinykh Sylakh Ukrainy: metod. posib. / Za redaktsiieiu heneral-maiora V. Klochkova. [Collection of psychological training standards in the Armed Forces of Ukraine: methodical manual / Edited by Major General V. Klochkov] Kyiv. Humanitarian Problems Scientific Research Center of the Armed Forces of Ukraine (2023). 337 p. (in Ukrainian)

12. Metodichni rekomendatsii shchodo provedennia psykholohichnoi pidhotovky osobovoho skladu Zbroinykh Syl Ukrainy [Methodological recommendations for conducting psychological training activities with the personnel of the Armed Forces of Ukraine] (2012). (in Ukrainian)
13. Pro vprovadzhennia psykholohichnoi pidhotovky osobovoho skladu v navchalnyi protses pidhotovky orhaniv upravlinnia ta viisk (syl) [On the introduction of psychological training of personnel into the educational process of military management bodies and troops (forces)]. Order of the General Staff of the Armed Forces of Ukraine dated 16.11.2012 № 240, Kyiv. (in Ukrainian)
14. Problemy psykholohii diialnosti v osoblyvykh umovakh: Materialy II Vseukr. nauk.-prakt. konf. [Problems of psychology of action in special conditions: Materials of the II All-Ukrainian scientific and practical conference]. (2024), Cherkasy, 23 Apr. 2024. http://repositsc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/20484/1/%D0%A2%D0%B5%D0%B7%D0%B8%20%D0%A7%D0%86%D0%9F%D0%91%2023_04_2024.pdf (in Ukrainian)
15. Rol viiskovoho psykholoha pid chas voienynykh dii [The role of a military psychologist during hostilities] (2022). *Pres-sluzhba*. URL: <https://www.bsmu.edu.ua/blog/rol-vijskovogo-psyhologa-pid-chas-voyennyh-dij/> (in Ukrainian)
16. Slovník psykholohichnykh terminiv [Dictionary of Psychological Terms] (2015). *Natsionalnyi farmatsevtichnyi universytet*. URL: <http://nuph.edu.ua/slovník-psyhologichnih-terminiv/> (in Ukrainian)

Summary

DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGICAL TRAINING OF MILITARY SERVANTS IN THE ARMED FORCES OF UKRAINE FOR ACTIONS IN STRESSOGENIC CONDITIONS

*Aleshchenko V. I. Doctor of Psychological Sciences,
Professor, National Defense University of Ukraine*

Introduction. The article considers the problem of psychological training of military personnel as an important factor of their professional readiness to perform tasks in stressogenic conditions. The importance of psychological training to ensure the effectiveness of collective actions, as well as support the personal and mental development of military personnel is noted. The role of a military psychologist in ensuring the psychological competence of military personnel is considered. Theoretical conclusions and practical recommendations on the directions of improving psychological training in modern conditions are formulated.

Purpose. The article aims to define essence and content, the main components of psychological training for hostilities: the principles and tasks of its implementation, methods, forms.

Methods. To achieve the goal and implement the defined tasks, the following methods of scientific research were used: theoretical – content-analysis, synthesis, comparison, generalization of scientific literature, classification and systematization of theoretical and empirical data; empirical – conversations, observations.

Conclusion. The results of the study allow us to conclude that in order to achieve the goal of psychological training of military personnel, its effective impact on the combat activities of troops (forces), a systematic approach is required. It includes: development of psychological support structures, training of specialists who concentrate all psychological work with people in troops (forces), military organizational structures and units. It is important to work out psychological training issues with all categories of military personnel, primarily those who are involved in combat missions.

In military command bodies, it is advisable to plan the issue of psychological training as an integral part of operational training, in military units (subdivisions) – during combat training activities. The amount of hours for practicing psychological training issues should be determined taking into account the level of knowledge and skills acquired by subordinates, in accordance with the topics of exercises (trainings, war games) and the list of topics (issues) embedded in psychological training programs. Taking into account the lessons learned in combat operations, it is necessary to clarify the list of topics (issues) of psychological training programs and bring it to the troops (forces) as a separate appendix to the Organizational and Methodological Guidelines for the Organization of Work with the Personnel of the Armed Forces of Ukraine for the academic year; to organize the preparation of methodological materials and bring them to the military administration bodies, formations, military units.

A relevant direction for further research is the development of recommendations for changing military personnel psychological training programs with the aim of developing the personnel mental resilience and combat stress psychological correction. This will allow leaders of the relevant levels of military command to promptly respond to the emerging stress factors, increase the effectiveness of collective activity and the psychological readiness of subordinates to perform assigned tasks.

Keywords: psychological training; professional readiness; stressogenic conditions of activity; effectiveness of collective activity; personal development; military psychologist.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 11.03.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 11.04.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**ДЕСТРУКТИВНИЙ ВПЛИВ ТРАВМАТИЧНИХ ПЕРЕЖИВАНЬ
НА ПСИХОЛОГІЧНУ БЕЗПЕКУ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА**

Бабелюк О. В. кандидат психологічних наук,
доцент, старший науковий співробітник
науково-дослідної лабораторії застосування
підрозділів інженерних військ кафедри
військової підготовки Кам'янець-Подільського
національного університету імені Івана Огієнка
<https://orcid.org/0000-0003-1856-2514>

У статті викладено результати дослідження впливу травматичних переживань на психологічну безпеку особистості студентів ЗВО. Під час дослідження виявлено, що студенти, які пережили травматичні події, найчастіше пов'язують їх із досвідом перебування у зоні бойових дій і смертю близької людини. Серед найбільш виражених у студентів критеріїв травматичних переживань виявилися критерій С (уникнення стимулів), D (зростаюче збудження), В (повторюване відтворення травматичної події). Юнки порівняно з юнками є більш схильними до негативних наслідків стресу. Результати кореляційного аналізу підтвердили гіпотезу про те, що травматичні переживання порушують психологічну безпеку особистості, включно з усіма її структурними компонентами: морально-вольовою врегульованістю (нормативністю), стратегіями упорання зі стресовими ситуаціями, ціннісно-смысловим чинником і посттравматичним зростанням. На психологічну безпеку юнок найсильніше впливає симптом порушення функціонування важливих сфер життя (критерій F), а юнаків - повторювані спогади про травму (критерій В), постійне зростаюче збудження (критерій D) і неадекватне реагування на травматичну подію (критерій А).

Ключові слова: психологічна безпека особистості; інтенсивний стрес; травматична ситуація; травматичні переживання; посттравматичний стресовий розлад.

Вступ. У контексті російсько-української війни, а також збільшення кількості і масштабів техногенних і природних катаклізмів питання про психологічну безпеку стає важливою темою для дослідження та обговорення. Відомо, що несприятливі чинники зовнішнього середовища, екстремальні ситуації та ситуації невизначеності, надмірний і тривалий стрес наражають на небезпеку як фізичне, так і психічне здоров'я людини. Подібне може спричинити травматичні переживання, які часто мають довгострокові наслідки. Під впливом травматичних переживань знижується психічна стійкість, знижуються ресурсні можливості людини, обмежується здатність до адаптації (Клочков В.В., 2024). Незважаючи на велику кількість наукових праць, які вивчають негативний вплив травматичних подій на людину, важливою залишається проблема психологічної безпеки особистості та її взаємозв'язок із сучасними викликами (Boustras G., Waring A., 2020).

Теоретичне підґрунтя. В історичному контексті феномен психологічної безпеки особистості пов'язаний із базовими потребами людини, а саме з потребою у

безпеці та потребою у самозбереженні. У своїй піраміді потреб людини А.Маслоу (Maslow A., 1987) потребу у безпеці розташував на другому щаблі за значущістю, надаючи перевагу лише фізіологічним потребам.

У сучасній науці існує чимало підходів і концепцій психологічної безпеки особистості (Song Y., Peng P., Yu G., 2019; Torralba K.D., Jose D., Byrne J., 2020; Zeng H., Zhao L., Zhao Y., 2020). Так, вчені це поняття визначають як відчуття комфорту в умовах потенційних позитивних ризиків під час взаємодії (не боячись, пробувати щось нове для себе) (Wanless S.B., 2016), як вміння зберігати стійкість у незнайомих і психотравматичних ситуаціях, переживання відчуття захищеності/незахищеності залежно від конкретної життєвої ситуації, як інтегративну характеристику суб'єкта, яка відбиває ступінь задоволеності його базової потреби у безпеці та визначається за інтенсивністю переживання психологічного добробуту/неблагополуччя/небезпеки, а також за інтенсивністю. І.Приходько (Приходько І.І., 2014) також говорить про складність, багаторівневість і динамічність психологічної безпеки особистості. Як

структурні чинники психологічної безпеки вчені виокремлюють морально-вольову врегульованість (нормативність), стратегії подолання стресових ситуацій, ціннісно-смысловий чинник і посттравматичне зростання/регрес (Зубовський Д.С., 2019).

Мета статті – презентація та обговорення результатів дослідження впливу травматичних переживань на психологічну безпеку особистості студентів ЗВО.

Методи дослідження – експертне опитування, тестування, методи математичної статистики.

Результати та обговорення. Психологічна безпека особистості являє собою складний конструкт, основними складовими якого є такі: мотиваційно-потребна складова - виражається у ставленні до світу та потребі у безпеці; емоційна - переживання добробуту/неблагополуччя, спричинені певним ставленням до світу та до окремих ситуацій; когнітивна - полягає у когнітивній переоцінці ситуації; регулятивна - визначає регуляцію емоційного стану. Безпека є динамічним явищем. Науковці пояснюють це тим, що у кожному моменті часу виникають нові небезпеки. У результаті психологічна безпека потребує постійного підтримання. Індикаторами порушення психологічної безпеки особистості можуть бути травматичні ситуації, які, як відомо, супроводжуються інтенсивним стресом. Травматичні ситуації вирізняються критичністю, екстремальністю, наявністю загрози, негативним впливом на особистість. Слід зауважити, що інтенсивний стрес може виникати не лише у відповідь на надмірні стресори, а й під впливом повсякденних (хронічних) стресорів. Наслідки переживання такого стресу можуть бути вкрай важкими: посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), психопатологічна симптоматика, порушення функціонування життєдіяльності (Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5. 5th ed., 2013).

Одним із найсильніших джерел інтенсивного стресу є бойові дії, які чинять негативний вплив як на військовослужбовців, які беруть участь у боях, так і на мирне населення. Стрес війни спричиняє різні психопатологічні стани, порушення емоційного благополуччя і погіршення когнітивних функцій. Безперервне відчуття

загрози для життя породжує почуття жаху, страху, відчаю та безпорадності. У мирного населення в умовах воєнного конфлікту поступово зростають відчуття безвиході, втоми, невдоволення, знижується працездатність, відбувається фізичне та емоційне виснаження (McDaniel J.T., 2023). Видається важливим вивчення впливу травматичних переживань на психологічну безпеку особистості.

Гіпотеза дослідження: травматичні переживання порушують психологічну безпеку особистості, включно з усіма її структурними компонентами: морально-вольовою врегульованістю (нормативністю), стратегіями подолання стресових ситуацій, ціннісно-смысловим чинником і посттравматичним зростанням.

Випробовуваними були 70 студентів (21 юнаків і 49 юнок) віком 16-19 років. Методики дослідження: Експрес-діагностика психологічної безпеки особистості (І.Приходько); Напівструктуроване інтерв'ю для оцінювання травматичних переживань (Н.Тарабрина). Методи математичної статистики: U-критерій Манна-Уїтні; коефіцієнт кореляції Спірмена.

Згідно з отриманими результатами, найчастіше травматичні події, які пережили студенти, пов'язують із досвідом перебування у зоні бойових дій (0,23). Частка студентів, які назвали такі події травматичними, становила 22,86% від усієї вибірки. Це вказує на значний вплив наявної екзистенційної загрози на їхній психічний стан.

Жертвами російських терористичних атак стають не якісь конкретні люди, а випадкове населення. Саме це породжує великий страх і паніку. Якщо людина не стала прямою жертвою війни, існує велика ймовірність її непрямої травматизації. Другою за значущістю причиною виникнення травматичних переживань студенти назвали смерть близької людини (0,19). Для 18,57% ці ситуації викликають травматичні реакції. Решта травматичних переживань були відзначені у поодиноких випадках, або взагалі були відсутні. Що стосується критеріїв ПТСР, то найбільш вираженими у студентів виявилися такі критерії: В, С і D (рис. 1).

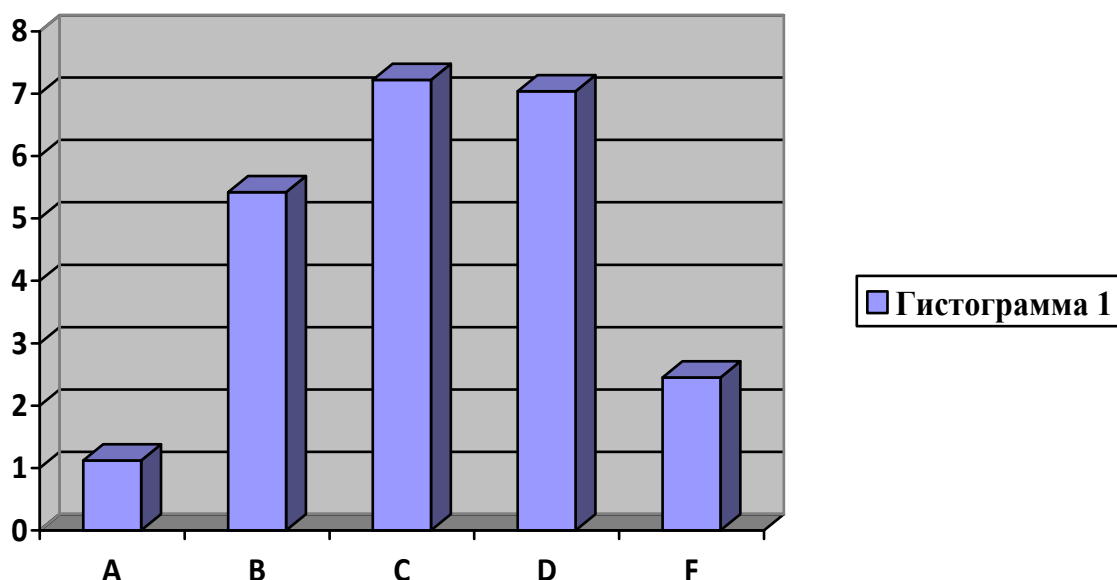


Рис.1 - Вираженість критеріїв травматичних переживань студентів

Примітка: Критерій А - негайне реагування. Критерій В - нав'язливе відтворення. Критерій С - уникнення стимулів. Критерій D - зростаюча збудливість. Критерій F - порушення функціонування.

Критерій С (7,21) характеризується постійним уникненням стимулів, пов'язаних із травмою. Критерій D (7,03) - це симптоми постійного зростаючого збудження. Критерій В (5,41) - вказує на повторюване та нав'язливе відтворення травматичної події та пов'язаних із нею переживань («флешбек»-ефекти). Отримані результати свідчать, що студенти, які зазнали травматичних подій, мають серйозні порушення у сфері психічного функціонування.

Критерій А (0,60), що відображає негайне реагування на травматичну подію, і критерій F (1,81), що вказує на симптоми порушення функціонування важливих сфер життєдіяльності, є найменш вираженими.

Під час емпіричного дослідження було

виявлено, що чотири компоненти психологічної безпеки особистості (ПБО) у середньому по групі продемонстрували приблизно однаковий ступінь вираженості (табл. 1).

Дані вказують на достатньо високий рівень дії цих компонентів і загалом індексу психологічної безпеки особистості (Індекс ПБО=145,49). Найвищий рівень вираженості було зафіксовано за шкалою посттравматичного зростання (38,7), найменш виражений - за шкалою стратегії подолання стресових ситуацій (33,7). Порівняльний аналіз психологічної безпеки юнок та юнаків значущих відмінностей не виявив (табл. 1).

Таблиця 1

Показники психологічної безпеки особистості (за методикою І.Приходька)

Шкали	Середні значення			U-критерій	Загальний рівень значущості (p)
	Уся вибірка	Юнки	Юнаки		
1. Шкала морально-вольової врегульованості	36,32	36,2	36,8	466,500	0,530
2. Шкала стратегії упорання зі стресовими ситуаціями	33,75	32,7	36,6	401,500	0,145
3. Шкала ціннісно-смилова	36,71	36,4	37,8	477,500	0,627
4. Шкала посттравматичного зростання	38,74	37,9	41,0	385,500	0,096
Індекс психологічної безпеки особистості	145,50	142,9	151,9	410,500	0,179

Під час дослідження особливостей травматичних переживань (табл. 2) було виявлено деякі відмінності в юнок та юнаків. Так, виявилось, що критерій D (зростаюче збудження) більш виражений в

юнок, ніж у юнаків ($p \leq 0,01$). Юнки, які пережили травматичні події, значуще частіше стикаються із відчуттям «підвищеної готовності» і занепокоєння. Загальний індекс ПТСР в юнок також

значимо вищий ($p \leq 0,05$). Це вказує на те, що юнки є вразливішими до негативних наслідків стресу, юнаки ж виявляють більшу стійкість до можливого розвитку ПТСР. На рівні статистичної тенденції ($p \leq 0,1$)

виявлено відмінності за критерієм F (порушення функціонування важливих сфер життєдіяльності) і критерієм B («флешбек»-ефекти). Ці симптоми також більш виражені в юнок.

Таблиця 2

Показники особливостей травматичних переживань (за методикою Н.Тарабріної)

Шкали	Середні значення			U- критерій	Загальний рівень значущості (p)
	Уся вибірка	Юнки	Юнаки		
A	0,61	0,7	0,6	477,500	0,585
B	5,42	6,1	4,2	381,500	0,086
C	7,22	7,9	6,0	411,000	0,181
D	7,04	8,4	4,2	306,000	0,008
F	1,82	2,2	1,2	389,000	0,083
Загальний індекс ПТСР	21,48	24,2	15,4	343,000	0,028

Примітка: Критерій A - негайне реагування. Критерій B - нав'язливе відтворення. Критерій C - уникнення стимулів. Критерій D - зростаюча збудливість. Критерій F - порушення функціонування.

Зарубіжні дослідження, які вивчають гендерні наслідки травматичних переживань, також підтверджують, що інтенсивний стрес більшою мірою спричиняє ризик виникнення розладів, зокрема симптомів ПТСР, саме в осіб жіночої статі (B.A. van der Kolk et al., 2005; Wamser-Nanney R., Cherry K.E., 2018). Спираючись на отримані відмінності у переживанні та прояві симптомів

посттравматичного стресового розладу між юнаками та юнками, важливо буде враховувати гендерні особливості під час планування та реалізації психологічної підтримки в освітніх установах. Застосування кореляційного аналізу дозволило виявити зв'язки між психологічною безпекою особистості та особливостями травматичних переживань студентів (табл. 3, 4).

Таблиця 3

Результати кореляційного аналізу між психологічною безпекою особистості і травматичними переживаннями у групі юнок

Шкали	B	C	D	F	Загальний індекс ПТСР
1. Шкала морально-вольової врегульованості		-0,374**	-0,438**	-0,338*	-0,449**
2. Шкала стратегії упорання зі стресовими ситуаціями	-0,363*	-0,422**	-0,436**	-0,536**	-0,506**
3. Шкала ціннісно-смилова		-0,312*	-0,406**	-0,465**	-0,411**
4. Шкала посттравматичного зростання	-0,310*	-0,312*	-0,425**	-0,434**	-0,434**
Індекс психологічної безпеки особистості	-0,324*	-0,413**	-0,480**	-0,512**	-0,514**

Примітка: Критерій A - негайне реагування. Критерій B - нав'язливе відтворення. Критерій C - уникнення стимулів. Критерій D - зростаюча збудливість. Критерій F - порушення функціонування.

Таблиця 4

Результати кореляційного аналізу між психологічною безпекою особистості і травматичними переживаннями у групі юнаків

Шкали	A	B	D	Загальний індекс ПТСР
1. Шкала морально-вольової врегульованості	-0,499*	-0,575**	-0,551**	-0,585**
2. Шкала стратегії упорання зі стресовими ситуаціями	-0,515*	-0,687**	-0,561**	-0,595**
3. Шкала ціннісно-смилова	-0,575**	-0,481*	-0,612**	-0,580**
4. Шкала посттравматичного зростання	-0,444*	-0,775**	-0,528*	-0,569**
Індекс психологічної безпеки особистості	-0,515*	-0,669**	-0,588**	-0,607**

Примітка: Критерій A - негайне реагування. Критерій B - нав'язливе відтворення. Критерій C - уникнення стимулів. Критерій D - зростаюча збудливість. Критерій F - порушення функціонування.

Так, у групі юнок було виявлено 23 зворотні двосторонні кореляційні зв'язки (табл. 3), у групі юнаків - 20 (табл. 4), що підтверджує наявність зв'язку психологічної безпеки особистості та її травматичними переживаннями. Як видно з таблиць 3 і 4, існують помірні (-3)-(-5) і помітні (-5)-(-7) взаємозв'язки між показниками (за Шкалою Чеддока). Виявлених кореляційних зв'язків у групі юнок виявилось більше, але у групі юнаків взаємозв'язки є стійкішими.

Під час опису зупинимося лише на взаємозв'язках із помітним (-5)-(-7) коефіцієнтом кореляції. У групі юнок (табл. 3) від'ємний двосторонній кореляційний зв'язок існує між критерієм F і шкалою стратегії подолання стресових ситуацій ($r=0,536$; $p\leq 0,01$), і загальним індексом психологічної безпеки особистості ($r=0,512$; $p\leq 0,01$).

Загальний індекс ПТСР також корелює з цими шкалами: зі шкалою стратегії подолання стресових ситуацій ($r=0,506$; $p\leq 0,01$), і загальним індексом психологічної безпеки особистості ($r=0,514$; $p\leq 0,01$). Чим більш виражений критерій F і загальний індекс ПТСР, тим менш виражений такий компонент психологічної безпеки, як стратегії подолання стресових ситуацій, а також психологічна безпека загалом.

Симптоми ПТСР, особливо критерій F, що відображає порушення функціонування важливих сфер життєдіяльності, знижують дію механізму гнучкості, активності, активного планування у взаємодії із навколишньою дійсністю, порушують почуття психологічної безпеки особистості юнок. Слід зазначити, що у групі юнок зв'язку психологічної безпеки з критерієм A, який вказує на симптоми негайного реагування на травматичну подію, виявлено не було.

У групі юнаків (табл. 4) зворотні двосторонні зв'язки із помітним (-5)-(-7) коефіцієнтом кореляції було виявлено між критерієм A та шкалою стратегії подолання стресових ситуацій ($r=0,515$; $p\leq 0,01$), ціннісно-смысловую шкалою ($r=0,575$; $p\leq 0,01$), загальним індексом психологічної безпеки особистості ($r=0,515$; $p\leq 0,01$). За більш вираженого A симптому ПТСР, у групі юнаків спостерігається загальне зниження психологічної безпеки і таких її компонентів, як стратегії упорання і ціннісно-смысловий.

Негативні двосторонні взаємозв'язки існують між критерієм B і морально-вольовою врегульованістю ($r=0,575$; $p\leq 0,01$), стратегіями упорання зі стресовими ситуаціями ($r=0,687$; $p\leq 0,01$), посттравматичним зростанням ($r=0,775$; $p\leq 0,01$), загальним індексом психологічної безпеки особистості ($r=0,669$; $p\leq 0,01$). Чим частіше юнаки стикаються із «флешбек»-ефектами, тим нижчий рівень дії перелічених механізмів забезпечення психологічної безпеки.

Повторюване і нав'язливе відтворення травматичної події та пов'язані з нею переживання («флешбек»-ефекти) можуть спричиняти у молодих людей порушення морально-вольових норм у міжособистісних відносинах, знижувати продуктивність стратегій подолання, обмежувати посттравматичне зростання.

Критерій D і загальний індекс ПТСР мають середні негативні двосторонні взаємозв'язки з усіма компонентами психологічної безпеки: морально-вольовою врегульованістю ($r=0,551$; $r=0,585$; $p\leq 0,01$), стратегіями подолання стресових ситуацій ($r=0,561$; $r=0,595$; $p\leq 0,01$), ціннісно-смысловую шкалою ($r=0,612$; $r=0,580$; $p\leq 0,01$), посттравматичним зростанням ($r=0,528$; $r=0,569$; $p\leq 0,01$), загальним індексом психологічної безпеки особистості ($r=0,588$; $r=0,607$; $p\leq 0,01$).

Посттравматичні реакції юнаків, зокрема симптоми зростаючого збудження (критерій D), знижують дію стратегій упорання. Постійне зростаюче збудження ускладнює посттравматичне зростання, тобто, перешкоджає пошуку додаткового психологічного ресурсу в інших сферах власного життя для подолання наслідків травматичної ситуації. Підвищений рівень збудження, настороженості, гіперпильності, стан постійного очікування загрози може сприяти втраті життєвих смислів і цінностей, порушенню морально-вольових особливостей і загалом психологічної безпеки особистості. У групі юнаків взаємозв'язків психологічної безпеки з критеріями C і F виявлено не було.

Кореляційний аналіз засвідчив, що на психологічну безпеку юнок найзначніше впливають симптоми критерію F (порушення функціонування важливих сфер життєдіяльності). Вираженість цього

критерію знижує відчуття психологічної безпеки і перешкоджає ефективному застосуванню стратегій подолання стресу. У юнацькій групі взаємозв'язки досліджуваних показників виявилися більш стійкими. Найбільший вплив на компоненти психологічної безпеки юнаків чинять такі симптоми травматичних переживань, як повторюване відтворення травматичних переживань (критерій В), постійне зростаюче збудження (критерій D), негайне реагування на травматичну подію (критерій А) і загальний індекс ПТСР.

Висновки. Психологічна безпека особистості - це складна інтегративна динамічна характеристика, що полягає у задоволенні базової потреби в безпеці, у здатності зберігати стійкість у стресових ситуаціях, протистояти загрозам, зберігати оптимальне функціонування, забезпечувати відчуття комфорту, захищеності та благополуччя. Важливими чинниками у підтримці психологічної безпеки особистості є морально-вольова врегульованість, стратегії подолання стресу, ціннісно-смісловий чинник і посттравматичне зростання/регрес.

Інтенсивні стресори, зокрема бойові дії, можуть значно порушувати психологічну безпеку особистості. Так, найбільш травматичними для тих, хто навчається в регіоні де ведуться бойові дії, є події, пов'язані із досвідом перебування у зоні бойових дій і смертю близької людини. Травматичні переживання таких студентів частіше характеризуються такими симптомами, як постійне уникнення стимулів, пов'язаних із травмою (критерій С), зростаюче збудження (критерій D) і повторюване відтворення травматичної події (критерій В).

Порівняльний аналіз реакцій на

травматичні події між юнками та юнаками вказує на більш виражену симптоматику травматичних переживань у юнок. Юнки більшою мірою є вразливими до негативних наслідків стресу. Існують зворотні двосторонні кореляційні взаємозв'язки у групі юнок і групі юнаків, що свідчить про значний негативний вплив травматичних переживань на психологічну безпеку особистості студентів. Травматичні переживання у юнок і спостережуване у них порушення функціонування важливих аспектів життєдіяльності (критерій F) знижують дію такого механізму психологічної безпеки, як стратегії подолання стресу. На психологічну безпеку юнаків найбільше впливають повторювані спогади про травму (критерій В), постійне зростаюче збудження (критерій D) і негайне реагування на травматичну подію (критерій А). Перелічені симптоми ПТСР у юнаків знижують морально-вольову врегульованість, порушують навички подолання стресу, провокують зниження осмисленості життя, перешкоджають посттравматичному зростанню і загалом підривають психологічну безпеку особистості.

Таким чином, результати проведеного емпіричного дослідження підтвердили гіпотезу щодо впливу травматичних переживань на усі компоненти психологічної безпеки студентів (морально-вольову врегульованість (нормативність), стратегії подолання стресових ситуацій, ціннісно-смісловий чинник і посттравматичне зростання). Продовження поглибленого дослідження у цій царині сприятиме розробленню ефективних методів допомоги та підтримки тих, хто навчається в умовах підвищеного стресу і травматичних ситуацій.

Список використаних джерел

1. Зубовський, Д. С. (2019). Особистісне зростання учасників АТО у посттравматичний період: дис. канд. психол. наук (доктора філософії). Національний університет оборони України імені Івана Черняховського, Київ. 211 с.
2. Клочков, В. В. (2024). Психологічна стійкість воїна: монографія. Тернопіль: «ЗАДА ПРІНТ». 323 с.
3. Приходько, І. І. (2014). Психологічна безпека персоналу екстремальних видів діяльності (на прикладі військовослужбовців внутрішніх військ МВС України): дис. д-ра психол. наук. Національний університет цивільного захисту України, Харків. 397 с.
4. B. A. van der Kolk et al. (2005). Disorders of extreme stress: The empirical foundation of a complex adaptation to trauma. *Journal of Traumatic Stress*. Vol. 18, 5, 389–399. DOI:10.1002/jts.20047

5. Boustras, G., Waring, A. (2020). Towards a reconceptualization of safety and security, their interactions, and policy requirements in a 21st century context. *Safety Science*, 132. Article ID 104942. 14 p. DOI:10.1016/j.ssci.2020.104942
6. Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5. 5th ed. / American Psychiatric Association. Washington DC; London: American Psychiatric Publishing, 2013. 970 p. DOI:10.1176/appi.books.9780890425596
7. Maslow, A. (1987). *Motivation and Personality*. Third Ed. NY: Addison-Wesley. 369 p.
8. McDaniel J.T. (2023). Preventing and Treating the Invisible Wounds of War: Combat Trauma, Moral Injury, and Psychological Health / edited by Justin T. McDaniel, Evan R. Seamone, Stephen N. Xenakis. Oxford University Press. 408 p. DOI:10.1093/oso/9780197646588.001.0001
9. Song, Y., Peng, P., Yu, G. (2019). I Would Speak Up to Live Up to Your Trust: The Role of Psychological Safety and Regulatory Focus. *Frontiers in Psychology*, 10, 29–66. DOI:10.3389/fpsyg.2019.02966
10. Torralba, K. D., Jose, D., Byrne, J. (2020). Psychological safety, the hidden curriculum, and ambiguity in medicine. *Clinical Rheumatology*, 39, 667–671. DOI:10.1007/s10067-019-04889-4
11. Wamser-Nanney, R., Cherry, K.E. (2018). Children's trauma-related symptoms following complex trauma exposure: evidence of gender difference. *Child Abuse & Neglect*, 77, 188–197. DOI:10.1016/j.chiabu.2018.01.009
12. Wanless, S. B. (2016). The role of psychological safety in human development. *Research in Human Development*, 13(1), 6–14. DOI:10.1080/15427609.2016.1141283
13. Zeng, H., Zhao, L., Zhao, Y. (2020). Inclusive Leadership and Taking-Charge Behavior: Roles of Psychological Safety and Thriving at Work. *Frontiers in Psychology*, 11, 62. DOI:10.3389/fpsyg.2020.00062

References

1. Zubovs'kyj, D. S. (2019). Osobystisne zrostanja uchasnykiv ATO u posttravmatychnyj period [Personal growth of ATO participants in the post-traumatic period]: dys. kand. psyhol. nauk (doktora filosofii). Nacional'nyj universytet oborony Ukrainy imeni Ivana Chernjahovs'kogo, Kyi'v. (in Ukrainian)
2. Klochkov, V. V. Psihologichna stijkist' voi'na [Psychological stability of a warrior]: monografija. Ternopil': «ZAZA PRINT». (in Ukrainian)
3. Pryhod'ko, I. I. (2014). Psihologichna bezpeka personalu ekstremal'nyh vydiv dijal'nosti (na prykladi vijs'kovoslužbovciv vnutrishnih vijs'k MVS Ukrainy) [Psychological safety of personnel engaged in extreme activities (on the example of servicemen of the Internal Troops of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine)]: dys. d-ra psyhol. nauk. Nacional'nyj universytet cyvil'nogo zahystu Ukrainy, Harkiv. . (in Ukrainian)
4. B. A. van der Kolk et al. (2005). Disorders of extreme stress: The empirical foundation of a complex adaptation to trauma. *Journal of Traumatic Stress*. Vol. 18, 5, 389–399. DOI:10.1002/jts.20047
5. Boustras, G., Waring, A. (2020). Towards a reconceptualization of safety and security, their interactions, and policy requirements in a 21st century context. *Safety Science*, 132. Article ID 104942. 14 p. DOI:10.1016/j.ssci.2020.104942
6. Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5. 5th ed. / American Psychiatric Association. Washington DC; London: American Psychiatric Publishing, 2013. 970 p. DOI:10.1176/appi.books.9780890425596
7. Maslow, A. (1987). *Motivation and Personality*. Third Ed. NY: Addison-Wesley. 369 p.
8. McDaniel, J. T. (2023). Preventing and Treating the Invisible Wounds of War: Combat Trauma, Moral Injury, and Psychological Health / edited by Justin T. McDaniel, Evan R. Seamone, Stephen N. Xenakis. Oxford University Press. 408 p. DOI:10.1093/oso/9780197646588.001.0001
9. Song, Y., Peng, P., Yu, G. (2019). I Would Speak Up to Live Up to Your Trust: The Role of Psychological Safety and Regulatory Focus. *Frontiers in Psychology*, 10, 29–66. DOI:10.3389/fpsyg.2019.02966
10. Torralba, K. D., Jose, D., Byrne, J. (2020). Psychological safety, the hidden curriculum, and ambiguity in medicine. *Clinical Rheumatology*, 39, 667–671. DOI:10.1007/s10067-019-04889-4
11. Wamser-Nanney, R., Cherry, K. E. (2018). Children's trauma-related symptoms following complex trauma exposure: evidence of gender difference. *Child Abuse & Neglect*, 77, 188–197. DOI:10.1016/j.chiabu.2018.01.009
12. Wanless, S. B. (2016). The role of psychological safety in human development. *Research in Human Development*, 13(1), 6–14. DOI:10.1080/15427609.2016.1141283
13. Zeng, H., Zhao, L., Zhao, Y. (2020). Inclusive Leadership and Taking-Charge Behavior: Roles of Psychological Safety and Thriving at Work. *Frontiers in Psychology*, 11, 62. DOI:10.3389/fpsyg.2020.00062

Summary

**DESTRUCTIVE IMPACT OF TRAUMATIC EXPERIENCES
ON THE PSYCHOLOGICAL SAFETY OF THE STUDENT'S PERSONALITY**

Babeliuk O. *Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor; Senior Researcher at the
Research Laboratory application of engineering
troops units Department of Military Training,
Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University*

Introduction. *In the context of the Russian-Ukrainian war, as well as the increasing number and scale of man-made and natural disasters, the issue of psychological security is becoming an important topic for research and discussion. It is known that adverse environmental factors, extreme situations and situations of uncertainty, excessive and prolonged stress endanger both physical and mental health. This can lead to traumatic experiences that often have long-term consequences.*

The purpose is presentation and discussion of the results of the study of the impact of traumatic experiences on the psychological safety of university students..

Methods - expert survey, testing, methods of mathematical statistics.

Originality. *Intense stressors, such as hostilities, can significantly compromise a person's psychological safety. For example, the most traumatic events for those studying in a region where hostilities are taking place are those related to the experience of being in a war zone and the death of a loved one. The traumatic experiences of these students are more often characterised by symptoms such as constant avoidance of stimuli related to the trauma (criterion C), increasing agitation (criterion D) and repeated re-enactment of the traumatic event (criterion B).*

A comparative analysis of reactions to traumatic events between young women and young men indicates more pronounced symptoms of traumatic experiences in young women. Girls are more vulnerable to the negative effects of stress. There are inverse two-way correlations in the group of young women and the group of young men, which indicates a significant negative impact of traumatic experiences on the psychological security of students. Traumatic experiences of young women and the observed dysfunction of important aspects of life (criterion F) reduce the effect of such a mechanism of psychological security as coping strategies. The psychological safety of young men is most affected by recurrent memories of trauma (criterion B), constant and growing arousal (criterion D) and immediate reaction to a traumatic event (criterion A). The listed symptoms of PTSD in young men reduce moral and volitional regulation, disrupt stress coping skills, provoke a decrease in the meaningfulness of life, impede post-traumatic growth, and generally undermine the psychological safety of the individual.

Conclusion. *The results of the empirical study confirmed the hypothesis that traumatic experiences affect all components of students' psychological safety (moral and volitional regulation (normativity), strategies for overcoming stressful situations, value and meaning factor, and post-traumatic growth). Continuing in-depth research in this area will help to develop effective methods of assistance and support for students in conditions of increased stress and traumatic situations.*

Keywords: *psychological security of the individual; intense stress; traumatic situation; traumatic experiences; post-traumatic stress disorder.*

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 04.02.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 30.03.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**КОМПЛЕКСНИЙ АНАЛІЗ ІНСТРУМЕНТІВ PC-PTSD-5, CAPS-5 ТА PCL-5
ДЛЯ ДІАГНОСТИКИ ПТСР У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ**

Базарний С. В. доктор філософії, начальник науково-дослідної лабораторії управління інформаційною безпекою науково-дослідного відділу проблем розвитку та впровадження стратегічних комунікацій інституту стратегічних комунікацій

Національний університет оборони України
<https://orcid.org/0000-0001-9545-1960>

Новіков О. А. аспірант

Національного університету «Острозька академія»
<https://orcid.org/0009-0008-0269-1710>

У статті представлено комплексний аналіз сучасних діагностичних інструментів для виявлення посттравматичного стресового розладу (ПТСР) - PC-PTSD-5, CAPS-5 та PCL-5, та особливості їх інтеграції в національну систему охорони здоров'я України. Проаналізовано функціональні характеристики кожного інструменту, включаючи їх валідність, надійність, зручність використання та специфіку застосування в різних клінічних контекстах. Особливу увагу приділено порівняльному аналізу цих інструментів за десятьма ключовими параметрами, що дозволяє налаштувати оптимальний інструмент залежно від мети діагностичного процесу. Дослідження показує, що PC-PTSD-5 найбільш ефективний для швидкого скринінгу, CAPS-5 забезпечує глибоку клінічну діагностику, а PCL-5 оптимальний для самооцінки та моніторингу терапевтичного прогресу. Розглянуто питання адаптації цих інструментів для різних груп ризику, зокрема військовослужбовців, та можливості їх інтеграції в цифрові платформи. На основі аналізу наукової літератури та емпіричних досліджень підтверджено високу валідність та надійність представлених інструментів, а також, PC-PTSD-5 демонструє показник та кореляцію з PCL-5, що доводить його ефективність у первинній діагностиці. Практична значущість дослідження виражена у розробці рекомендацій щодо стандартизації підходів до діагностики ПТСР в Україні та створення основ для вдосконалення методів діагностики й лікування в сучасних умовах. Результати дослідження можуть бути використані для покращення якості медичної допомоги та розробки персоналізованих програм реабілітації військовослужбовців Збройних Сил України.

Ключові слова: посттравматичний стресовий розлад (ПТСР); військовослужбовці; діагностичні інструменти; психоемоційний стан; психологічна реабілітація; психологічна стійкість.

Вступ. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) є складним психологічним розладом, що виникає після переживання травматичних подій, таких як катастрофи, війни, насилля чи тортури. Цей розлад може проявлятися різноманітними симптомами, серед яких нав'язливі спогади, емоційне заціпеніння, підвищена тривожність та порушення сну. ПТСР суттєво впливає на якість життя людей, особливо тих, хто безпосередньо стикався з воєнними діями або іншими травматичними подіями. Масштабні дослідження свідчать, що від 50 до 65% населення у різних країнах переживають хоча б одну травматичну подію протягом життя. Водночас, за даними Американської психіатричної асоціації (APA), лише невелика частина осіб (приблизно 5-10%) розвиває симптоми ПТСР, що потребують клінічного втручання. В Україні ця проблема є особливо актуальною

через тривалу військову агресію, яка призводить до значного збільшення кількості ветеранів, переселенців і цивільних осіб із проявами цього розладу. Ефективна діагностика ПТСР є ключовим етапом для своєчасного втручання та розробки індивідуальних стратегій лікування. Сучасні підходи, які наведені у дослідженні Aharon Biram et al., (2024) до діагностики ґрунтуються на використанні стандартизованих інструментів, таких як PC-PTSD-5, CAPS-5 і PCL-5, які відповідають міжнародним стандартам DSM-5. Ці інструменти забезпечують можливість раннього виявлення розладу, детального оцінювання симптомів і моніторингу динаміки лікування. У контексті сучасної системи охорони здоров'я в Україні можливо вважати інтеграцію цих інструментів до клінічної практики та їх адаптації до національних умов. Одним із ключових

елементів сучасної системи охорони здоров'я в Україні є реєстр (Реєстр медико-технічних документів зі стандартизації від медичної допомоги: наказ МОЗ України 28 вересня 2012) медико-технологічних документів, що забезпечує стандартизацію медичної допомоги відповідно до принципів доказової медицини. Цей реєстр діє на основі положення, затвердженого Наказом Міністерства охорони здоров'я (далі МОЗ) України від 28 вересня 2012 року №751, і містить клінічні настанови, медичні стандарти та уніфіковані клінічні протоколи медичної допомоги. Система передбачає, що документи розробляються мультидисциплінарними групами, зокрема представниками різних спеціальностей, і додатково проходять процедуру публічного обговорення для забезпечення прозорості та обґрунтованості рекомендацій. Особливістю цієї системи є інтеграція показників якості, що дозволяє об'єктивно оцінювати ефективність медичної допомоги як на рівні окремих закладів, так і в масштабах у всій системі МОЗ. Крім того, доступ до джерел доказової медицини та інструментів, таких як опитувальник AGREE наведений (Мельник Є. О. Оцінка клінічної настанови за допомогою інструменту AGREE II / Держ. експерт. центр МОЗ України), відображає покращення якості клінічних рекомендацій. Уніфіковані клінічні протоколи, які доступні в реєстрі, є не лише основою для стандартизації, але й забезпечують орієнтири для діагностування, лікування та реабілітації військовослужбовців з діагнозом ПТСР, створюючи систему охорони здоров'я, яка є більш ефективною та орієнтованою на конкретного пацієнта.

Метою статті є проведення комплексного аналізу інструментів діагностики посттравматичного стресового розладу (ПТСР) для інтеграції їх до національної системи охорони здоров'я України.

Теоретичне підґрунтя. Дослідження ПТСР є одним із ключових напрямків сучасної психології, що розвивається на основі українських та зарубіжних науковців. Серед українських дослідників вагомий вклад зробили Е. Балашов, С. Максименко, Т. Титаренко, С. Богданов, А. Романишин, О. Зеленько, Р. Каламаж, І. Пасічник, які досліджують питання діагностики, терапії та

реабілітації осіб із ПТСР. У світовій науці основоположниками вивчення ПТСР є М. Горовіц (який увів термін ПТСР), Р. Лазарус, Г. Сельє, Е. Фоа та Д. М. Кларк, які працюють над вивченням природи, діагностики та лікування цього розладу. Значну увагу також приділяють провідні міжнародні організації, зокрема Американська психіатрична асоціація (АРА) та Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ), які розробляють стандарти діагностики та лікування цього розладу. Важливу роль також відіграє United American Patriots (UAP), яка займається підтримкою військовослужбовців, що зазнали впливу травматичних подій під час війни, та розширенням знань про ПТСР серед громадськості. Попри значний прогрес, питання профілактики та діагностики, потребують подальшого вивчення в умовах сучасного конфліктного середовища.

Методи дослідження. У ході дослідження використовувалися комплексні методи, спрямовані на глибоке вивчення діагностики ПТСР. Застосовано аналіз літературних джерел, що охоплює наукові роботи українських і зарубіжних авторів для систематизації знань про діагностичні інструменти. Використано методи систематизації та узагальнення даних для структурованого представлення їх функціональних особливостей в сучасній психіатрії. Порівняльний аналіз був спрямований на оцінювання ефективності, валідності, надійності та зручності використання інструментів у різних клінічних контекстах. Здійснено структурування емпіричних даних для узагальнення результатів, досліджень, що стосуються скринінгу, глибинної діагностики та моніторингу терапевтичного прогресу.

Результати і обговорення. Система стандартизації медичної допомоги в Україні базується на доказовій медицині та передбачає інтеграцію клінічних настанов, медичних стандартів і протоколів, що сприяє підвищенню якості діагностики та лікування ПТСР у сучасних умовах. Відповідно до Міжнародної класифікації хвороб 10-го перегляду, ПТСР визначено як тяжкий психічний стан визначено у дослідженнях Галич, Литвин, (2022); Черней, Мотлях, (2022), який виникає в результаті одиначної або повторюваної психотравмуючої події

(бойових дій, природних або техногенних катастроф, нещасних випадків, спостережень за насильницькою смертю, перебування в ролі жертви знущань, тероризму, сексуального насилля або іншого злочину). Ефективна діагностика та терапія ПТСР (з англ. мови Post-traumatic stress disorder) базуються на використанні сучасних стандартизованих інструментів наведена (Royal College of Psychiatry. Post-traumatic stress disorder (PTSD)). Серед найпоширеніших інструментів: PC-PTSD-5, CAPS-5 та PCL-5. У цій статті розглянуто особливості їх інтеграції у практику, а також значення для стандартизації діагностики ПТСР відповідно до вимог DSM-5. Інтеграція даних діагностичних інструментів до сучасної психіатричної практики є ключовим кроком до стандартизації оцінки ПТСР відповідно до рекомендацій DSM-5. Згідно з даними публікації Марута (2025) розкрито DSM-5 рекомендації, які ґрунтуються ґрунтується на дименсіональному підході, що дозволяє оцінювати психічні розлади на континуумі «норма-патологія» з використанням численних специфікаторів, таких як тяжкість симптомів, тривалість і динаміка стану пацієнта. У цьому контексті PC-PTSD-5 забезпечує швидкий скринінг і виявлення осіб із підвищеним ризиком розвитку ПТСР, що є критично важливим в умовах обмежених ресурсів первинної медичної допомоги. CAPS-5, у свою чергу, забезпечує проведення детального аналізу основних симптомів ПТСР, таких як нав'язливі спогади, уникання, негативні зміни настрою та когніцій, а також підвищена реактивність, і слугує базовим інструментом для розробки персоналізованих програм лікування. Інструмент PCL-5 доповнює цю систему, дозволяючи пацієнтам самостійно оцінювати інтенсивність симптомів і слугуючи ефективним засобом для моніторингу динаміки їхнього стану. Використання цих інструментів у рамках мультифакторного підходу, який враховує вплив соціальних, економічних і культурних факторів забезпечує більш точну діагностику та сприяє розробці інтегрованих програм реабілітації, що відповідають сучасним міжнародним стандартам. Така система дозволяє ідентифікувати пацієнтів із ПТСР на ранніх етапах та адаптувати терапевтичні заходи відповідно до індивідуальних потреб

пацієнта, що є важливим компонентом сучасної психіатрії.

Методи оцінювання ПТСР, які розкриті у наукових працях Prins, A. et al., (2015); Prins, A. et al., (2016); Tiet, QQ, Tiet, TN, (2024); Prins, A. et al., (2024): є важливим вкладом у дослідження складової психіатричної діагностики, особливо в умовах первинної медичної допомоги, де швидкість та ефективність виявлення порушень мають вирішальне значення. У цьому контексті скринінговий інструмент PC-PTSD-5, є лише первинним етапом діагностичного процесу, особливо в обмежених ресурсах, за допомогою якого стає можливим швидко оцінити наявність симптомів і визначити осіб, які потребують подальшої детальної діагностики. Подальше, або поглиблене діагностування проводиться за допомогою стандарту CAPS-5 (Clinician-Administered PTSD Scale for DSM-5) та завдяки точності та деталізації цей інструмент використовується для визначення наявності розладу і ступеню його виразності. CAPS-5 забезпечує системний підхід до діагностики, зокрема оцінку основних симптомів ПТСР, таких як нав'язливі спогади, уникання, негативні зміни настрою та когніцій, а також підвищену реактивність. Використання CAPS-5 є особливо ефективним у клінічних умовах, де потрібна деталізація симптомів для розробки індивідуальних програм лікування. Завдяки своїй валідності та надійності CAPS-5 слугує базовим інструментом для діагностики ПТСР у сучасній психіатричній практиці. PCL-5 (PTSD Checklist for DSM-5) є важливим інструментом для самооцінки симптомів посттравматичного стресового розладу. Він розроблений для суб'єктивного оцінювання пацієнтами (в даному випадку військовослужбовцями) наявності та інтенсивності симптомів, визначених у DSM-5. PCL-5 містить перелік питань, які охоплюють ключові аспекти ПТСР, такі як емоційні переживання, когнітивні зміни, уникання та фізіологічна реактивність. Цей інструмент дозволяє отримати інформацію безпосередньо від пацієнтів, що є важливим доповненням до клінічних спостережень, зокрема при використанні CAPS-5. PCL-5 широко застосовується в умовах первинної медичної допомоги, реабілітаційних центрах та під час моніторингу динаміки стану пацієнтів. Завдяки легкості використання та

доступності PCL-5 є корисним для початкової оцінки стану і для контролю ефективності лікування. Ефективна ідентифікація первинних симптомів ПТСР за допомогою скринінгу може слугувати базою для подальшого детального аналізу впливу політичних, соціальних, економічних, військових, інформаційних та інфраструктурних факторів на психоемоційний стан. У такій комбінації інструментів PC-PTSD-5, CAPS-5 та PCL-5 можуть бути інтегровані в комплексну діагностичну систему.

Таким чином, інтеграція різних діагностичних інструментів не позбавлена точності визначення ПТСР та дозволяє розробити персоналізовані стратегії лікування. Наприклад, дані, отримані за допомогою PC-PTSD-5, можуть бути використані для попереднього діагностування осіб з підвищеним ризиком ПТСР, тоді як детальна оцінка для CAPS-5 або PCL-5 дозволяє визначити вже ступінь вираженості розладу та окремі його прояви. Це особливо важливо в умовах обмежених ресурсів первинної медичної допомоги, де швидка ідентифікація є вирішальною для подальшого скерування пацієнта. Крім того, описані інструменти можуть бути ефективно інтегровані в цифрові платформи, які пропонують моніторинг та самоконтроль психоемоційного стану. Наприклад, мобільні додатки або онлайн-платформи можуть надати адаптовані форми PC-PTSD-5 і PCL-5, які дозволяють пацієнтам самостійно заповнювати анкети та отримувати попередню оцінку свого стану. Такий підхід підвищує доступність скринінгу для широкого загалу та сприятиме активному залученню військовослужбовців до процесу самоконтролю. Нарешті, застосування PC-PTSD надає можливість глибше вивчити зв'язок між психоемоційним станом та такими зовнішніми чинниками, як соціальна підтримка, економічна стабільність або інформаційний тиск. Позитивний результат PC-PTSD-5 може бути використаний для ідентифікації груп військовослужбовців, у яких найбільше проявляються ознаки ПТСР, а подальший аналіз дозволяє з'ясувати, які саме фактори мають найбільший вплив на їхній стан.

У науковому дослідженні Lathan EC, Petri JM, Haynes T. et al., (2023) особлива

увага приділяється валідності та надійності скринінгових інструментів діагностики ПТСР. Дослідження, проведене в державній лікарні на південному сході США, продемонструвало високу ефективність використання короткої версії скринінгу PC-PTSD-5 разом з повною версією PCL-5. У дослідженні визначено, що значення кореляції між двома інструментами (загальний показник $r=0,79$), при цьому внутрішня узгодженість між окремими точками методу коливалася в межах ($rs=0,51-0,61$). Важливо відзначити, що приблизно 45% дослідницької вибірки показали наявність симптомів ПТСР за критеріями DSM-5, що підтверджує високу поширеність цього розладу серед травмованих. Застосування теорії відповіді на завдання (IRT) дозволило встановити, що найбільш інформативними виявилися показники, пов'язані з нав'язливими спогадами та кошмарами, що може свідчити про їх ключову роль у діагностиці ПТСР. Отримані результати мають важливе практичне значення для розробки ефективних скринінгових протоколів у закладах охорони здоров'я та можуть бути використані для оптимізації процесу ранньої діагностики ПТСР серед різних груп населення.

Згідно з дослідженням Bovin MJ et al., (2021), поширеність ПТСР серед ветеранів становить 15% серед чоловіків та 29% серед жінок, що демонструє значне розширення ПТСР серед різних груп населення, з помітною гендерною диференціацією показників та підкреслює потребу розробки диференційованих підходів до діагностики та лікування, які враховують індивідуальні особливості користувачів. Інструмент PC-PTSD-5 продемонстрував високу діагностичну точність із загальним показником AUC 0,927 і прийнятність серед послуг (93,9% учасників визнали його легким для розуміння), що робить його ефективним для використання в первинній медичній допомозі. Оптимальний поріг у 3 (три) бали забезпечує високу чутливість і мінімізує ризик недіагностованих випадків, особливо серед жінок, які мають вищий показник поширеності ПТСР. Застосування таких інструментів сприяє виявленню порушення саморегуляції, нервову регуляцію та адаптацію до стресу, що відкриває нові можливості для індивідуалізованого підходу

до терапії. Сучасні підходи до діагностики та терапії ПТСР потребують інтеграції методів, які враховують багатовимірність особистісних структур і соціального контексту пацієнтів. Згідно з дослідженням життєстійкості українських військовослужбовців ($n=302$) Чиханцова та Денчік, (2024), найвищий рівень стійкості спостерігався серед учасників із високим рівнем соціальної підтримки ($r=0,278$; $p<0,01$), що підкреслює важливість соціальних контактів у процесі реабілітації. Крім того, середній показник життєстійкості за шкалою PCL-5 став 72,4 бали, що вказує на високу поширеність симптомів ПТСР серед учасників дослідження. Ці результати демонструють важливість подальшої інтеграції діагностичних інструментів CAPS-5, PCL-5 і PC-PTSD-5, які можуть забезпечити більш точну діагностику та адаптувати терапевтичні підходи до специфічних умов.

В табл. 1 наведено результати порівняльного аналізу трьох ключових

інструментів для діагностики ПТСР: PC-PTSD-5, CAPS-5 та PCL-5, визначено та структуровано їх основні характеристики, зокрема зручність використання, валідність і надійність, що дозволяє об'єктивно оцінити функціональні можливості кожного з інструментів. Представлений аналіз охоплює три рівні психодіагностики: первинний скринінг, глибинну діагностику та моніторинг терапевтичного прогресу. Це дає можливість науковцям та практикам у галузі психології та психіатрії отримати чітке уявлення про ефективність та доцільність використання кожного з інструментів у різних клінічних контекстах, наведених у дослідженні Горшков, Бранов, Домінченко, (2024), зокрема під час роботи з військовослужбовцями, жертвами насильства та іншими групами ризику. Таблиця містить не тільки перелік найбільш відповідних інструментів для конкретних діагностичних цілей, але ще є основою для вдосконалення стандартів діагностики ПТСР в межах сучасної клінічної практики.

Таблиця 1

**Порівняльний аналіз діагностичних інструментів для визначення ПТСР:
PC-PTSD-5, CAPS-5 та PCL-5**

№ з/п	Параметр	PC-PTSD-5	CAPS-5	PCL-5
1	зручність використання	висока, використовується для швидкого скринінгу	середня, потребує значного часу та залучення спеціаліста	висока, дозволяє пацієнтам самостійно оцінювати свій стан
2	валідність	AUC = 0,927; кореляція із PCL-5, $r=0,79$; Ефективний для виявлення ризику	висока, забезпечує деталізоване оцінювання (визначення) симптомів	висока, валідність підтверджена у клінічних дослідженнях
3	надійність	стабільні результати, особливо у первинній медичній допомозі	надійність підтверджена багатьма науковими дослідженнями	надійна для моніторингу терапевтичного прогресу
4	часові показники проведення	5-10 хвилин	45-60 хвилин	10-15 хвилин
5	особливості застосування	скринінг осіб із ризиком	поглиблена оцінка	самостійна оцінка та моніторинг
6	гендерні аспекти	чутливий до жінок (вищий показник поширення ПТСР)	нейтральний	чутливий до гендерних різниць
7	можливості цифрової інтеграції	легко адаптується до мобільних платформ	менш зручний, потребує фахівця	легко адаптується до цифрових платформ
8	сфера використання	первинна медична допомога, швидке виявлення	клінічна діагностика, персоналізоване лікування	реабілітація, довготривалий моніторинг
9	виявлення кореляції	соціальна підтримка ($r=0,278$; $p<0,01$)	симптоми уникання та тривожності	інтенсивність симптомів
10	обмеження	не деталізує всі симптоми	потребує значних ресурсів (час, фахівець)	суб'єктивність оцінки

Як додатковий діагностичний інструмент для аналізу ключових сфер життя (тіло, досягнення, контакти, сенс), що сприяє кращому розумінню внутрішніх ресурсів пацієнта та їх впливу на процес відновлення при ПТСР може бути впроваджена модель балансу Н. Песешкіана. Використання цієї моделі в поєднанні з адаптованим Вісбаденським дослідником позитивної психотерапії (далі - WIPPF), що враховує культурні особливості українського контексту, дозволяє розширити підхід до комплексного діагностування ПТСР. Як показало дослідження, проведене Сердюк, Отенко, (2021) в Інституті психології ім. Костюка НАПН України, WIPPF має високу внутрішню узгодженість ($\alpha = 0,73-0,86$) та ретестову надійність ($r = 0,78$; $p < 0,001$), що демонструє його ефективність при діагностуванні психоемоційних станів. Інтеграція цього інструменту разом із внутрішніми CAPS-5, PCL-5 та PC-PTSD-5 дозволяє створити мультифакторну систему оцінювання, яка враховує не тільки симптоми ПТСР, але й ресурси, які сприяють лікуванню та реабілітації хвороби. Адаптація діагностичних інструментів PC-PTSD-5, CAPS-5 та PCL-5 для груп ризику, зокрема ветеранів із ПТСР і розладом вживання психоактивних речовин (далі SUD), є критично важливим напрямом удосконалення діагностичних підходів. Високий рівень коморбідності цих розладів (74% серед ветеранів В'єтнаму та 63% серед ветеранів війни в Іраку й Афганістані), які наведені у дослідженнях Левков, Марченко, Боголюб, Вишар, (2024) свідчить про необхідність комплексного оцінювання психічного стану пацієнтів. Стандартні інструменти діагностики ПТСР повинні включати оцінку супутньої залежності, оскільки механізм самолікування алкоголем або наркотиками є поширеною стратегією подолання симптомів ПТСР. Така адаптація може включати модифікацію запитань для врахування факторів ризику, таких як бойовий досвід, соціальна ізоляція, депресивні симптоми та індивідуальні стратегії подолання стресу. Поєднання психодіагностичних інструментів із клінічним інтерв'ю є важливим компонентом комплексного діагностування ПТСР, особливо серед військовослужбовців із супутнім розладом вживання психоактивних

речовин. Дослідження Rhon DI et al., (2021) показують, що навіть після завершення реабілітації 44,1% військових продовжують відчувати біль, а 99,8% мають хоча б один дисфункціональний руховий патерн, що може підсилювати симптоматику ПТСР та ускладнювати процес психологічного та фізичного відновлення. Фізичні ушкодження, які часто супроводжують бойовий досвід, можуть посилювати психологічний дистрес та сприяти хронізації розладу, що вимагає удосконалення підходів до діагностики. У дослідженні Palgi et al., (2024) було розроблено класифікацію військових за ступенем спільної участі в бойових діях, що дозволило застосувати прогнозовану інтенсивність психічних наслідків. Аналогічний підхід може бути адаптований до військовослужбовців ЗСУ, враховуючи термін перебування в районі бойових дій, інтенсивності бойових зіткнень із противником, тощо. Така диференціація сприяє розробці цільових реабілітацій, що відповідає рівню бойового стресу з метою мінімізації психотравматичних наслідків. Katsoty, D. et al., (2024) у своєму дослідженні запропонували врахування суб'єктивного сприйняття травматичного досвіду при діагностуванні ПТСР, що підвищує точність оцінювання психічного стану пацієнта та тісно пов'язане з такими психологічними реакціями, як надія і помста, відображаючи не лише феноменологічні прояви ПТСР, а й глибші зміни в особистісному сприйнятті травми. Інтеграція цього показника до стандартних діагностичних інструментів дозволяє розробляти індивідуалізовані стратегії психотерапевтичного втручання, орієнтовані на зниження симптоматики.

Таким чином, проведений аналіз сучасних діагностичних інструментів для виявлення ПТСР засвідчує їх важливість у створенні багаторівневої системи діагностики, яка відповідає вимогам сучасної психіатрії. Об'єднання інструментів PC-PTSD-5, CAPS-5 та PCL-5 забезпечує комплексний підхід до оцінювання психоемоційного стану особи, дозволяючи ефективно ідентифікувати розлад, контролювати його динаміку та підбирати індивідуальні терапевтичні стратегії. Інтеграція цих інструментів у національну систему охорони здоров'я

України, а також їх адаптація до сучасних цифрових платформ розширює доступність діагностики, сприяючи стандартизації якості та підвищенню ефективності надання медичної допомоги загалом. Процес надання професійної допомоги має бути побудований на основі алгоритму психотерапевтичної роботи з ПТСР наведено (Hilman, & Kulesha, 2020), в якому цілі психотерапевтичної роботи відповідають її етапам незалежно від обраного методу.

Висновки. У статті наведено комплексний аналіз, результати якого представлено у вигляді таблиці ключових діагностичних інструментів: PC-PTSD-5, CAPS-5 та PCL-5 для виявлення синдромів ПТСР. Особливий акцент зроблено на їх функціональних перевагах, що слугує основним теоретичним інструментом для стандартизації підходів до діагностування ПТСР та дозволяє чітко визначити оптимальний з них, в залежності від мети діагностичного процесу. Результати роботи підкреслюють важливість у стандартизації

підходів до діагностики ПТСР в Україні, забезпечуючи точність, надійність та адаптивність до різних клінічних умов. Новизна дослідження полягає у розробці рекомендацій щодо інтеграції цих інструментів до національної системи охорони здоров'я та їх використання на цифрових платформах. Таким чином, стаття покращує наукові відомості щодо існуючих діагностичних підходів та є теоретичною основою для подальшого вдосконалення методів діагностики та лікування ПТСР в сучасних умовах. Окремої уваги потребує дослідження додаткових механізмів реабілітації військовослужбовців, жертв насильства та переселенців, які сприяють не тільки покращеному процесу лікування, а й розробці правової бази для їх ефективної соціальної інтеграції.

Подальші дослідження можуть бути зосереджені на прикладних психодіагностичних інструментах та формуванні комплексного підходу до реабілітації осіб із ПТСР, який враховує: медичні, соціальні, правові та ін. аспекти.

Список використаних джерел

1. Галич М. Ю., Литвин В. В. Загальна характеристика посттравматичного стресового розладу в умовах військового часу: діагностика та профілактика // Юридична психологія. – 2022. – №1 (30). – С. 22–27. – DOI: <https://doi.org/10.3223001.22>.
2. Горшков О. О., Баранов І. І., Домініченко Я. Л. Особливості клінічної діагностики посттравматичного стресового розладу з психічними симптомами // Український медичний журнал. – 2024. – 29 травня. – Режим доступу: <https://www.umj.com.ua>, DOI: 10.32471/umj.1680-3051.162.254487.
3. Левков А. А., Марченко С. М., Боголюб М. А., Вишар Є. В. Основні аспекти реабілітації військовослужбовців // Сучасні тенденції, спрямовані на збереження здоров'я людини: матеріали науково-практичної конференції (18-19 квітня 2024 року, м. Суми). – Суми: СумДУ, 2024. – С. 70–76.
4. Марута Н. А. Система діагностичних підходів і критеріїв DSM-5: можливості для спеціалістів, які працюють у сфері психічного здоров'я // НейроNews. – 2025. – № 14–18. – Режим доступу: <https://www.neuronews.com.ua> дата звернення: 14.01.2025.
5. Мельник Є. О. Оцінка клінічної настанови за допомогою інструменту AGREE II / Держ. експерт. центр МОЗ України. – Режим доступу: <http://www.dec.gov.ua/mtd/ag.html>, дата звернення: 24.01.2025.
6. Реєстр медико-технологічних документів зі стандартизації медичної допомоги : наказ МОЗ України від 28 вер. 2012 р. № 751 / Держ. експерт. центр МОЗ України. – Київ, 2012.
7. Сердюк Л., Отенко С. Україномовна адаптація Висбаденського опитувальника для позитивної психотерапії та сімейної терапії (WIPPF) // Глобальний психотерапевт. – 2021. – Т. 1, № 1. – С. 11–14.
8. Черней В. В., Моглях О. І. Пріоритетні напрями розвитку поліграфологічної діяльності в Україні // Юридична психологія. – 2022. – Т. 2(31). – С. 9–17. – DOI:10.33270/03223102.9.
9. Чиханцова О., Денчик А. Особливості життєстійкості українських військовослужбовців та її зв'язок з реальними факторами // Глобальний психотерапевт. – 2024. – Т. 4, № 2. – С. 40–53.
10. Aharon Biram, S., Horesh, D., Tuval-Mashiach, R., & Hasson-Ohayon, I. (2024). World assumptions and post-traumatic symptoms: The moderating role of metacognition. *European Journal of Trauma and Dissociation*, 8(1), Article 100389. <https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2024.100389>.
11. Bovin MJ, Kimerling R., Weathers FW, Prins A., Marx BP, Post EP, Schnurr PP. Diagnostic Accuracy and Acceptability of the Primary Care Posttraumatic Stress Disorder Screen for the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Fifth Edition) Among US Veterans // *JAMA Netw Open*. – 2021. – Feb 4; 4 (2): e2036733. doi: <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.36733>.

12. Hilman, A., & Kulesha, N. (2020). Posttraumatic stress disorder (PTSD): theory, diagnosis and practical aspects of psychotherapy. European humanitarian studies: state and society, graduation 4, 2020 . DOI: <https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2020.4.09> .
13. Katsoty, D., Greidinger, M., Neria, Y., Segev, A., & Lurie, I. (2024) A model for predicting PTSD in the Israeli population following the October 7, 2023 terrorist attack and the Israel-Hamas war. Israel journal of health policy research, <https://doi.org/10.1186/s13584-024-00644-6> (Дата звернення: 06.02.2025).
14. Lathan EC, Petri JM, Haynes T. et al. Evaluating the Performance of the Primary Care Posttraumatic Stress Disorder Screen for DSM-5 (PC-PTSD-5) in a Trauma-Exposed, Socioeconomically Vulnerable Patient Population // J Clin Psychol Med Settings. 2023 Dec;30(4):791-803. doi:10.1007/s10880-023-09941-9 . Epub 2023 Jan 30.
15. Palgi, Y., Greenblatt-Kimron, L., Hoffman, Y., Segel-Karpas, D., Ben-David, B., Shenkman, G., & Shrira, A. (2024). PTSD symptoms and subjective traumatic outlook in the Israel-Hamas war: Capturing a broader picture of posttraumatic reactions. Psychiatry Research, 339, Article 116096. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.116096> .
16. Prins, A., Bovin, M. J., Kimerling, R., Kaloupek, D. G, Marx, B. P., Pless Kaiser, A., & Schnurr, P. P. (2015). Primary Care PTSD Screen for DSM-5 (PC-PTSD-5) [Measurement instrument]. <https://www.ptsd.va.gov/professional/assessment/documents/pc-ptsd5-screen.pdf> дата звернення: 24.01.2025.
17. Prins A., Bovin MJ, Smolenski DJ, Marx BP, Kimerling R., Jenkins-Guarnieri MA, Kaloupek DG, Schnurr PP, Pless Kaiser A., Leiva YE, Tiet QQ The Primary Care PTSD Screen for DSM-5 (PC- PTSD-5): Development and Evaluation Within a Veteran Primary Care Sample // J Gen Intern Med. – 2016. – VOL. 31, NO. 10 – PP. 1206-1211.
18. Prins A., Wyatt P., Kimerling R., Cameron RP, Gugelshofer DS, Shaw-Hegwer J., Treyakil A., Guzman FD, Sheikh JI Primary Care PTSD Screen (PC-PTSD): development and operating characteristics // PRIMARY CARE PSYCHIATRY –2003. – VOL. 9, NO. 1, 2003, PP 9-14.
19. Recovery First Treatment Center. How Can PTSD Lead to Substance Abuse in Veterans?. – 2024, October 4. – Режим доступу: <https://www.recoveryfirst.org> .
20. Rhon DI, Teyhen DS, Kiesel K., Shaffer SW, Goffar SL, Greenlee TA, Plisky PJ. Recovery, Rehabilitation, and Return to Full Duty ina Military Population After a Recent Injury:Differences Between Lower-Extremity and Spine Injuries // Arthroscopy, Sports Medicine, and Rehabilitation, Vol 4, No 1 (January), 2022: pp e17-e27. <https://doi.org/10.1016/j.asmr.2021.09.028> .
21. Royal College of Psychiatry. Post-traumatic stress disorder (PTSD) – <https://www.rcpsych.ac.uk/mental-health/translations/ukrainian/post-traumatic-stress-disorder-PTSD> , дата звернення: 24.01.2025.
22. Tiet, QQ, Tiet, TN Diagnostic Accuracy of the Primary Care PTSD for DSM-5 Screen (PC-PTSD-5) in Demographic and Diagnostic Subgroups of Veterans // Journal of General Internal Medicine . – 2024. – <https://doi.org/10.1007/s11606-024-08719-5> .

References

1. Halych M. Yu., Lytvyn V. V. Zahalna kharakterystyka posttravmatychnoho stresovoho rozladu v umovakh viiskovoho chasu: diahnozyka ta profilaktyka [General characteristics of post-traumatic stress disorder in wartime conditions: diagnosis and prevention] // Yurydychna psykholohiia. – 2022. – №1 (30). – S. 22–27. – DOI: <https://doi.abo/1/03223001.22> . (in Ukrainian)
2. Horshkov O. O., Baranov I. I., Dominichenko Ya. L. Osoblyvosti klinichnoi diahnozyky posttravmatychnoho stresovoho rozladu z psykholohichnymu symptoma [Особливості клінічної діагностики посттравматичного стресового розладу з психічними симптомами] // Ukrainskyi medychnyi zhurnal. – 2024. – 29 travnia. – Rezhym dostupu: <https://www.umj.com.ua> , DOI: 10.32471/umj.1680-3051.162.254487. (in Ukrainian)
3. Levkov A. A., Marchenko S. M., Boholiub M. A., Vyshar Ye. V. Osnovni aspekty reabilitatsii viiskovosluzhbovtiv [Main aspects of military rehabilitation] // Suchasni tendentsii, spriamovani na zberezhennia zdorovia liudyny: materialy naukovo-praktychnoi konferentsii (18-19 kvitnia 2024 roku, m. Sumy). – Sumy: SumDU, 2024. – S. 70–76. (in Ukrainian)
4. Maruta N. A. Systema diahnostychnykh pidkhodiv i kryteriiv DSM-5: mozhlyvosti dlia spetsialistiv, yaki pratsiuut u sferi psykholohichnoho zdorovia [DSM-5 Diagnostic Approaches and Criteria System: Opportunities for Mental Health Professionals] // Neuronews. – 2025. – № 14–18. – Rezhym dostupu: <https://www.neuronews.com.ua/datazvernennia> : 14.01.2025. (in Ukrainian)
5. Melnyk Ye. O. Otsinka klinichnoi nastanovy za dopomohoiu instrumentu AGREE II [Evaluation of clinical guidelines using the AGREE II tool] / Derzh. ekspert. tsentr MOZ Ukrainy. – Rezhym dostupu: <http://www.dec.gov.ua/mttd/ag.html,datazvernennia> : 24.01.2025. (in Ukrainian)

6. Reiestr medyko-tekhnologichnykh dokumentiv zi standartyzatsii medychnoi dopomohy: nakaz MOZ Ukrainy vid 28 veres. 2012 r. № 751 [Register of medical and technological documents for the standardization of medical care: Order of the Ministry of Health of Ukraine dated September 28, 2012 No. 751] / Derzh. ekspert. tsentr MOZ Ukrainy. – Kyiv, 2012. (in Ukrainian)
7. Serdiuk L., Otenko S. Ukrainomovna adaptatsiia Vysbadenskoho opytuvalnyka dlia pozytyvnoi psykhotapii ta simiinoi terapii (WIPPF) [Ukrainian adaptation of the Wiesbaden Questionnaire for Positive Psychotherapy and Family Therapy (WIPPF)] // Hlobalnyi psykoterapevt. – 2021. – T. 1, № 1. – S. 11–14. (in Ukrainian)
8. Chernei V. V., Motliakh O. I. Priorytetni napriamy rozvytku polihrafologichnoi diialnosti v Ukraini [Priority areas of development of polygraph testing activities in Ukraine] // Yurydychna psykholohiia. – 2022. – T. 2(31). – S. 9–17. – DOI:10.33270/03223102.9. (in Ukrainian)
9. Chykhantsova O., Denchyk A. Osoblyvosti zhyttiistiikosti ukrainskykh viiskovosluzhbovtiv ta yii zviazok z realnymy faktoram [Peculiarities of the resilience of Ukrainian military personnel and its connection with real factors] // Hlobalnyi psykoterapevt. – 2024. – T. 4, № 2. – S. 40–53. (in Ukrainian)
- 10 Aharon Biram, S., Horesh, D., Tuval-Mashiach, R., & Hasson-Ohayon, I. (2024). World assumptions and post-traumatic symptoms: The moderating role of metacognition. *European Journal of Trauma and Dissociation*, 8(1), Article 100389. <https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2024.100389>.
11. Bovin MJ, Kimerling R., Weathers FW, Prins A., Marx BP, Post EP, Schnurr PP. Diagnostic Accuracy and Acceptability of the Primary Care Posttraumatic Stress Disorder Screen for the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (Fifth Edition) Among US Veterans // *JAMA Netw Open*. – 2021. – Feb 4; 4 (2): e2036733. doi: <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.36733>.
12. Hilman, A., & Kulesha, N. (2020). Posttraumatic stress disorder (PTSD): theory, diagnosis and practical aspects of psychotherapy. *European humanitarian studies: state and society*, graduation 4, 2020. DOI: <https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2020.4.09>.
13. Katsoty, D., Greidinger, M., Neria, Y., Segev, A., & Lurie, I. (2024). A model for predicting PTSD in the Israeli population following the October 7, 2023 terrorist attack and the Israel-Hamas war. *Israel journal of health policy research*. <https://doi.org/10.1186/s13584-024-00644-6> (Data zvernennia: 06.02.2025).
14. Lathan EC, Petri JM, Haynes T. et al. Evaluating the Performance of the Primary Care Posttraumatic Stress Disorder Screen for DSM-5 (PC-PTSD-5) in a Trauma-Exposed, Socioeconomically Vulnerable Patient Population // *J Clin Psychol Med Settings*. 2023 Dec;30(4):791-803. doi:10.1007/s10880-023-09941-9. Epub 2023 Jan 30.
15. Palgi, Y., Greenblatt-Kimron, L., Hoffman, Y., Segel-Karpas, D., Ben-David, B., Shenkman, G., & Shrira, A. (2024). PTSD symptoms and subjective traumatic outlook in the Israel-Hamas war: Capturing a broader picture of posttraumatic reactions. *Psychiatry Research*, 339, Article 116096. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.116096>.
16. Prins, A., Bovin, M. J., Kimerling, R., Kaloupek, D. G., Marx, B. P., Pless Kaiser, A., & Schnurr, P. P. (2015). Primary Care PTSD Screen for DSM-5 (PC-PTSD-5) [Measurement instrument]. <https://www.ptsd.va.gov/professional/assessment/documents/pc-ptsd5-screen.pdf> (Data zvernennia: 24.01.2025).
17. Prins A., Bovin MJ, Smolenski DJ, Marx BP, Kimerling R., Jenkins-Guarnieri MA, Kaloupek DG, Schnurr PP, Pless Kaiser A., Leiva YE, Tiet QQ. The Primary Care PTSD Screen for DSM-5 (PC-PTSD-5): Development and Evaluation Within a Veteran Primary Care Sample // *J Gen Intern Med*. – 2016. – VOL. 31, NO. 10 – RR. 1206-1211.
18. Prins A., Wyatt P., Kimerling R., Cameron RP, Gugelshofer DS, Shaw-Hegwer J., Treyakil A., Guzman FD, Sheikh JI. Primary Care PTSD Screen (PC-PTSD): development and operating characteristics // *PRIMARY CARE PSYCHIATRY* – 2003. – VOL. 9, NO. 1, 2003, RR 9-14.
19. Recovery First Treatment Center. How Can PTSD Lead to Substance Abuse in Veterans?. – 2024, October 4. – Rezhym dostupu: <https://www.recoveryfirst.org>.
20. Rhon DI, Teyhen DS, Kiesel K., Shaffer SW, Goffar SL, Greenlee TA, Plisky PJ. Recovery, Rehabilitation, and Return to Full Duty in a Military Population After a Recent Injury: Differences Between Lower-Extremity and Spine Injuries // *Arthroscopy, Sports Medicine, and Rehabilitation*, Vol 4, No 1 (January), 2022: pp e17-e27. <https://doi.org/10.1016/j.asmr.2021.09.028>.
21. Royal College of Psychiatry. Post-traumatic stress disorder (PTSD) – <https://www.rcpsych.ac.uk/mentalhealth/translations/ukrainian/posttraumaticstressdisorderPTSD> (Data zvernennia: 24.01.2025).
22. Tiet, QQ, Tiet, TN. Diagnostic Accuracy of the Primary Care PTSD for DSM-5 Screen (PC-PTSD-5) in Demographic and Diagnostic Subgroups of Veterans // *Journal of General Internal Medicine*. – 2024. – <https://doi.org/10.1007/s11606-024-08719-5>.

Summary

COMPREHENSIVE ANALYSIS OF PC-PTSD-5, CAPS-5 AND PCL-5 INSTRUMENTS FOR
DIAGNOSING PTSD IN MILITARY PERSONNEL

Bazarnyi S. doctor of philosophy, head of the research laboratory of information security management of the research department of the problems of implementation and development of strategic communications of the National defense university of Ukraine.

Novikov O. graduate student, The National University of Ostroh Academy

Introduction. In the context of the current challenges facing Ukraine, the problem of diagnosing post-traumatic stress disorder (PTSD) is particularly relevant. The consequences of the Russian Federation's large-scale armed aggression against Ukraine have led to a significant increase in the number of people at risk of developing PTSD, including military personnel, veterans, internally displaced persons, and civilians exposed to military action. Existing diagnostic instruments - PC-PTSD-5, CAPS-5, and PCL-5 - need to be analyzed in detail and adapted to the national healthcare system of Ukraine, given the unique nature of psychological trauma caused by war. Integration of international diagnostic methods into domestic practice requires a systematic approach and consideration of the specifics of the local context, including both socio-cultural features and the current realities of martial law.

The **purpose** of the article is to conduct a comprehensive analysis of the tools for diagnosing post-traumatic stress disorder (PTSD) and their integration into the national health care system of Ukraine.

Methods. The study is based on a comparative analysis of diagnostic tools based on ten key parameters, including validity, reliability, usability, and specificity of use in different clinical contexts. A systematic review of scientific literature and empirical studies of the effectiveness of each tool was conducted. Particular attention was paid to studying the correlation between different methods and their adaptation to the needs of different target groups.

Conclusion. The results of the study confirm the high validity and reliability of the presented diagnostic tools, where the PC-PTSD-5 demonstrates the greatest effectiveness for rapid screening, CAPS-5 provides in-depth clinical diagnosis, and PCL-5 is optimal for self-assessment and monitoring of therapeutic progress. The developed recommendations for standardizing approaches to the diagnosis of PTSD in Ukraine create a basis for improving diagnostic and therapeutic methods in modern conditions. The practical significance of the study lies in the possibility of using the results to improve the quality of medical care and develop personalized rehabilitation programs for the Armed Forces of Ukraine.

Key words: post-traumatic stress disorder (PTSD); military personnel; diagnostic tools; psycho-emotional state; psychological rehabilitation; psychological resilience.

Концептуалізація – Базарний С.В.

Моделювання – Новіков О.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: 13.02.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 04.04.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОЇ САМООЦІНКИ У ДІТЕЙ ІЗ ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ

Балабушка Є. О. кандидат психологічних наук,
начальник кафедри військової політології
військового факультету соціальних та
поведінкових наук Військового інституту
Київського національного університету
імені Тараса Шевченка
<https://orcid.org/0000-0002-7168-2171>

Смоєв М. А. заступник начальника факультету
післядипломної освіти з навчальної та наукової
роботи – начальник навчальної частини
Військового інституту Київського національного
університету імені Тараса Шевченка
<https://orcid.org/0009-0003-8479-9103>

Марущенко М. С. студент Бориспільського
інституту Муніципального менеджменту при МАУП
<https://orcid.org/0009-0003-0277-8393>

Латунін Ю. О. начальник навчального курсу
військового факультету соціальних та поведінкових
наук Військового інституту Київського національного
університету імені Тараса Шевченка
<https://orcid.org/0009-0009-4365-151X>

У статті подано результати теоретичного аналізу досліджень, зосереджених на вивченні проблематики формування адекватної самооцінки та позитивного самоставлення у дітей з особливими потребами. Наведено основні індивідуально-типологічні особливості, що нерідко негативно позначаються на процесі адаптації: низька самооцінка та рівень домагань, емоційний дискомфорт у вигляді вираженої тривожності та інші характеристики, а також наведено результати експериментального дослідження показників когнітивного, емоційного та поведінкового компонентів позитивної Я-концепції у двох груп дітей - здорових і з особливими потребами. Виявлено, що діти з особливими потребами відрізняються від здорових низькою самооцінкою реального Я і низькими показниками смисложиттєвих орієнтацій. Вони не впевнені у собі і не схильні виявляти соціальну ініціативу та сміливість у соціальних контактах. Водночас вони не відрізняються від здорових дітей у показниках рівня домагань (ідеального Я), самоповаги та аутосимпатії. Розглядаються комплексні заходи, що реалізуються на практиці та показують власну ефективність, які покликані забезпечити позитивну динаміку змін у частині оцінювання дітьми себе та власних можливостей. Відзначається суперечливий характер самооцінки дітей з особливими потребами.

Ключові слова: діти з особливими потребами; позитивна Я-концепція; адекватна самооцінка; позитивне самоставлення; індивідуально-типологічні особливості.

Вступ. Серед усіх етапів дорослішання дитячий вік має особливу цінність через активне самопізнання та формування самооцінки людини. Цей період характеризується перебудовою особистості, внаслідок чого спостерігається кардинальний перехід від звичних моделей дитинства до більш дорослих зразків поведінки із перенесенням енергії з інституту сім'ї до груп однолітків, взаємодія з якими починає відігравати вирішальну роль. Дитячий період заведено вважати одним із найкризовіших етапів особистісного становлення, оскільки саме у цей час відбувається становлення системи інтересів, усвідомлення власної індивідуальності, набувається схильність до

самопізнання, відчуття і тенденція до дорослості - прагнення бути, здаватися і вважатися таким. Це сенситивний період для усвідомлення власного образу Я і Я серед інших. Центральним новоутворенням дитячого віку заведено вважати становлення Я-концепції, яка складається в індивіда із наявних оцінних уявлень про себе і власні здібності, про можливості взаємодії зі світом. Крім власних уявлень, що виникають внаслідок реакцій на самого себе, формування цієї структури відбувається на основі тих образів та оцінок, якими людина наділена в очах оточення. Самооцінка є складовою частиною цієї динамічної системи і визначає самоставлення індивіда, утворення якого

здійснюється поступово і набуває звичного характеру. Ця категорія відображає ступінь розвитку почуття самоповаги, відчуття власної цінності та позитивного ставлення до всіх аспектів сфери «Я».

Сучасне суспільство має попит на творчо мислячу особистість, здатну до ухвалення нестандартних рішень, самостійного поповнення і набуття знань. В освітній практиці дедалі частіше використовуються терміни, що починаються з приставки «само», «сам», які в інтегративному вигляді характеризують людину як суб'єкта власного розвитку. На перший план висувається завдання виховання вмотивованої, ініціативної, самостійної особистості, зорієнтованої на побудову та реалізацію продуктивних сценаріїв свого життєвого і професійного шляху. Основним пріоритетом педагогічної діяльності стає цілеспрямоване і систематичне керівництво становленням творчої особистості, здатної до саморозвитку і самореалізації. Реалізація цього напряму особливо значуща для дитячого періоду розвитку особистості, який є особливо чутливим до формування позитивної Я-концепції та ін. Формування Я-концепції у дитини здійснюється на основі її емоційних переживань, викликаних самопізнанням і самооцінкою образу свого Я, включно зі станом фізичного здоров'я. Тому особливий інтерес викликає вивчення особливостей розвитку позитивної Я-концепції у дітей з особливими потребами.

Теоретичне підґрунтя. Проблему формування самооцінки дітей досліджували багато українських науковців (Бабаян Ю.О., 2014; Варгата О.В., 2019; Заміщак М.І., 2014; Камінська О.В., 2020; Кошинська Л.О., Гуріна З.В., 2016; Микитюк В., 2020; Чаусова Т. 2018 та ін.). У свою чергу особливості роботи з дітьми, що мають особливі потреби, потрапили до фокусу уваги Н.Ярмола, Л.Коваль-Бардаш, Н.Компанець, Н.Квітки, А.Лапіна, В.Кобильченка, І.Щербакової, Т.Харченко та ін.

Мета дослідження – дослідження психологічних аспектів формування позитивної самооцінки у дітей з особливими потребами.

Методи дослідження – тестування, опитування, методи математичної статистики.

Результати та обговорення. Позитивну Я-концепцію розглядають як сукупність відносно стійких установок людини щодо самої себе, що створює відчуття власної постійної визначеності, самототожності, є

унікальним результатом психічного розвитку в процесі соціальної взаємодії та справляє суттєвий позитивний вплив на інтерпретацію життєвого досвіду, на життєві цілі, на відповідну систему очікувань і прогнозів щодо свого майбутнього. З огляду на місце і роль у функціонуванні позитивної Я-концепції в її змісті виокремлюють когнітивний, емоційний і поведінковий компоненти.

Самооцінка дітей схильна до істотних змін через зміни на фізіологічному, соціальному та когнітивному рівнях. Формування позитивної самооцінки у дітей з особливими потребами має забезпечуватись застосуванням засобів комунікативних, що сприяють поступовому відновленню процесу їхньої соціалізації. Стратегію розв'язання комунікативних завдань можна охарактеризувати з т. з. трьохетапної системи:

першочерговим завданням є формування у дітей з особливими потребами навичок ініціативності, самостійності у набутті нових знань, а також розширенні уявлень про себе та власні можливості, налагодження та стабілізація успішної соціальної взаємодії, запуск самореалізації;

наступним кроком стає акцент на конструювання процесу взаємодії із суспільством, спроби співвіднесення поведінкових мотивів оточуючих із наявними очікуваннями, зниження тривожних форм реагування та формування стійкої позитивної самооцінки одночасно з розширенням бази знань про себе;

заключний етап передбачає досягнення готовності до самовизначення, набуття можливості самостійно встановлювати комунікативну активність, а також здатності до самореалізації та презентації себе.

Рівень розвитку когнітивного компонента визначався за показниками двох критеріїв: самооцінка та самоповага. Самооцінку визначали за допомогою методики Т.Дембо - С.Рубінштейн (модифікація А.Прихожан). Вимірювалися показники самооцінки шести особистісних характеристик: здібностей; характеру; авторитету у ровесників; вміння багато чого робити своїми руками; зовнішності; впевненості у собі (показники реального Я). Поряд із цим за кожною із шести характеристик визначали рівень, досягнення якого дитина сприймала як таке, що відповідає її домаганням, що викликає у неї почуття задоволення і переживання гордості за себе (ідеальне Я).

Самоповага характеризує оцінку власного Я індивіда стосовно соціально-нормативних критеріїв. Рівень її розвитку визначали «за допомогою методики дослідження самоставлення, розробленої С.Пантелєєвим і В.Століним. Вимірювалися показники: самокерівництва; самовпевненості; відображеного самоставлення; відкритості; внутрішньої конфліктності. За показник самоповаги приймалося середнє значення цих показників.

Рівень розвитку емоційного компонента визначали за критерієм «аутосимпатія». Показники аутосимпатії також вимірювалися за допомогою методики дослідження самоставлення. Вимірювалися показники: самоприхильності; самоцінності; самоприйняття; самозвинувачення. За показник самоповаги приймали середнє значення цих показників.

Рівень розвитку поведінкового компонента визначали за двома критеріями: «смисложиттєві орієнтації» та «впевненість у собі». Смисложиттєві орієнтації визначали за допомогою методики СЖО Д.Леонтьєва.

Вимірювалися такі показники: цілі у житті; інтерес - емоційна насиченість життя; локус контролю Я (Я - господар життя); локус контролю - життя або кероване життям. Упевненість у собі визначали за допомогою методики «Тест упевненості у собі» В.Ромека. Вимірювалися такі показники: упевненість у собі; соціальна сміливість; ініціатива у соціальних контактах.

У дослідженні взяли участь 72 дітей віком 14-15 років. З них 55 осіб належали за станом здоров'я до основної медичної групи і 17 - до групи дітей з особливими потребами. У випробовуваних обох груп вимірювали показники когнітивного, емоційного та поведінкового компонентів Я-концепції. Порівняльний аналіз показників позитивної Я-концепції здорових дітей і дітей з особливими потребами здійснювався із застосуванням t-критерію Ст'юдента.

Когнітивний компонент. Встановлено, що показники самооцінки реального Я у дітей з особливими потребами є істотно нижчими за аналогічні показники у здорових дітей (табл. 1).

Таблиця 1

Самооцінка реального та ідеального Я здоровими дітьми та дітьми з особливими потребами, бали ($X \pm \delta$)

Групи досліджуваних	Показники самооцінки	
	Реальне Я	Ідеальне Я
<i>Здібності</i>		
Діти з особливими потребами, n=17	4,93±1,92	8,79±1,61
Здорові, n=55	6,30±1,09	8,92±0,93
P	0,001	0,69
<i>Характер</i>		
Діти з особливими потребами, n=17	4,34±2,02	8,61±1,45
Здорові, n=55	6,31±1,24	8,67±1,09
P	0,001	0,84
<i>Авторитет</i>		
Діти з особливими потребами, n=17	4,38±2,20	8,11±1,61
Здорові, n=55	6,35±1,56	8,83±1,02
P	0,001	0,03
<i>Вміння</i>		
Діти з особливими потребами, n=17	4,24±2,82	8,54±1,94
Здорові, n=55	6,48±1,64	8,77±1,39
P	0,001	0,60
<i>Зовнішність</i>		
Діти з особливими потребами, n=17	4,85±2,41	8,46±1,72
Здорові, n=55	6,23±1,64	8,89±0,89
P	0,01	0,18
<i>Впевненість</i>		
Діти з особливими потребами, n=17	5,12±2,62	9,39±1,18
Здорові, n=55	6,11±2,18	8,66±1,93
P	0,12	0,14
<i>Загальна оцінка</i>		
Діти з особливими потребами, n=17	4,64±1,90	8,65±1,10
Здорові, n=55	6,29±1,05	8,79±0,85
P	0,001	0,59

Зокрема, діти з особливими потребами нижче, ніж здорові діти, оцінюють рівень розвитку власних здібностей (на 1,37 бала), риси характеру та авторитет серед своїх однолітків (на 1,97 бала), уміння робити щось своїми руками (на 2,24 бала) та зовнішню привабливість (на 1,38 бала). Відносно низькі показники самооцінки окремих сторін свого реального Я, які спостерігаються у дітей з особливими потребами, зумовлюють те, що вони оцінюють упевненість у собі нижче, ніж здорові діти (на 0,99 бала). Загальна самооцінка реального Я у дітей з особливими потребами є істотно нижчою, ніж у здорових дітей - 4,64 проти 6,29 бала.

Порівняльний аналіз показників ідеального Я дітей з особливими потребами і здорових підлітків не виявив суттєвих відмінностей - діти з особливими потребами, реально оцінюючи стан власного здоров'я, характеризуються таким самим рівнем домагань щодо оцінюваних показників власного Я у майбутньому, що й здорові діти. Показник загальної самооцінки ідеального Я становить у них 8,65 бала, що практично не відрізняється від показників

самооцінки здорових дітей - 8,79 бала. Виняток становлять показники самооцінки рівня домагань щодо власного авторитету у майбутньому - діти з особливими потребами, оцінюючи власний авторитет серед однолітків відносно нижчим, ніж здорові діти, у майбутньому також не претендують на його високий рівень. Рівень домагань щодо свого авторитету становить 8,11 бала, що є достатньо високим показником, але меншим, ніж у здорових дітей - 8,83 бала. Відмінності достовірні за $p \leq 0,03$.

Дані, наведені у таблиці 2, свідчать про те, що показники самоповаги у дітей з особливими потребами та у здорових істотно не відрізняються. Зокрема, у дітей обох порівнюваних груп спостерігаються приблизно рівні показники відкритості (6,59 і 6,29 бали), самовпевненості (5,71 і 5,49 бали), самокерівництва (6,53 і 6,00 бали), відображеного самоставлення (6,41 і 5,71 бали) і внутрішньої конфліктності (6,24 і 5,82 бали). Вони характеризуються відносно однаковими показниками самоповаги загалом (29,00 і 27,94).

Таблиця 2

Показники самоставлення у здорових дітей та дітей з особливими потребами, бали ($\bar{X} \pm \delta$)

Показники самовідношення	Діти з особливими потребами, n=17	Здорові, n=55	p
<i>Показники самоповаги</i>			
Відкритість	6,59±2,37	6,29±1,42	0,53
Самовпевненість	5,71±1,36	5,49±1,18	0,53
Самокерівництво	6,53±1,55	6,00±1,90	0,30
Відображене самовідношення	6,41±1,23	5,71±1,57	0,10
Внутрішня конфліктність	6,24±1,52	5,82±1,25	0,26
Загальна оцінка	29,00±4,00	27,94±5,09	0,46
<i>Показники аутосимпатії</i>			
Самоцінність	6,24±1,60	6,13±1,75	0,82
Самоприйняття	6,53±2,07	6,02±1,47	0,26
Самоприхильність	6,47±1,01	6,42±1,69	0,90
Самозвинувачення	5,47±1,12	5,55±1,65	0,86
Загальна оцінка	23,76±3,44	23,47±4,61	0,82

Емоційний компонент. З даних, наведених у таблиці 2, також видно, що не спостерігається суттєвих відмінностей і у показниках аутосимпатії.

Діти з особливими потребами та здорові характеризуються відносно однаковими показниками самоцінності (6,24 і 6,13 бали), самоприйняття (6,53 і 6,02 бали), самоприв'язаності (6,47 і 6,42 бали) і

самозвинувачення (5,47 і 5,55 бали). Загальний показник аутосимпатії становив 23,76 і 23,47 бали відповідно.

Встановлено, що здорові діти відрізняються від дітей з особливими потребами вищими показниками розвитку здатності до визначення та формулювання цілей життя (на 3,18 бали). У них спостерігаються перевага у показниках

інтересу до життя (на 2,44 бали) і локус контролю Я (на 1,98 бали). Загальний показник смисложиттєвих орієнтацій у них становить 105,75 бали, що на 8,34 бали перевищує аналогічний показник у дітей з особливими потребами. Слід підкреслити, що зазначені відмінності у показниках смисложиттєвих орієнтацій спостерігаються лише на рівні тенденції і не досягають достовірних значень. Показники локус контролю життя у дітей обох порівнюваних груп є приблизно однаковими - 27,91 і 27,18 бали. Діти з особливими потребами вирізняються відносно низькими показниками прояву соціальної ініціативи - 20,88 бали проти 23,11 балів у здорових

дітей. Для них характерними є і низькі показники соціальної сміливості - 20,76 проти 23,98 балів у здорових дітей.

Поведінковий компонент. У таблиці 3 наведено показники поведінкового компонента позитивної Я-концепції у дітей з особливими потребами та здорових. Поступаючись здоровим дітям у рівні розвитку соціальної ініціативи та соціальної сміливості, діти з особливими потребами не меншою мірою впевнені у собі, ніж здорові діти (26,76 проти 27,84 бали). Проте загальний показник упевненості у них залишається низьким порівняно зі здоровими дітьми (68,41 проти 74,93 бали). Відмінності є статистично достовірними.

Таблиця 3

Показники поведінкового компонента позитивної Я-концепції у здорових дітей та дітей з особливими потребами, бали ($\bar{X} \pm \delta$)

Показники поведінкового компонента	Діти з особливими потребами, n=17	Здорові, n=55	p
<i>Показники смисложиттєвих орієнтацій</i>			
Цілі у житті	25,47±6,42	28,65±6,70	0,09
Інтерес до життя	26,71±6,96	29,15±5,78	0,15
Локус контролю Я	18,06±4,70	20,04±4,41	0,12
Локус контролю Життя	27,18±7,04	27,91±5,48	0,65
Загальний показник	97,41±21,40	105,75±18,83	0,13
<i>Показники впевненості у собі</i>			
Соціальна ініціатива	20,88±4,06	23,11±4,12	0,05
Соціальна сміливість	20,76±4,10	23,98±4,27	0,01
Впевненість	26,76±3,67	27,84±4,93	0,41
Впевненість у собі	68,41±8,15	74,93±9,20	0,01

Розглядаючи ефективність спеціально розробленої програми соціально-психологічного супроводу адаптації дітей з особливими потребами в умовах їхнього включення в інклюзивне освітнє середовище, слід підкреслити ключовий вплив двох груп чинників. Одна з них містить індивідуально-типологічні характеристики дітей, а інша - соціальні настанови на інклюзивне навчання та входження дітей з особливими потребами у суспільство однолітків та їхніх батьків, педагогів. Реалізація комплексу відбувається за двома напрямками, кожен з яких відповідає структурним компонентам зазначених раніше чинників:

перший напрям передбачає проведення роботи з групою дітей за допомогою інтегрованого підходу. При цьому вплив має сприяти формуванню толерантності у здорових представників групи та корекції індивідуально-типологічних характеристик дітей з особливими потребами, підвищенню

їхнього самоконтролю, рівня домагань і самооцінки. Вектором вжитих заходів стає прагнення встановити сприятливий психологічний клімат у колективі поряд зі скороченням ознак тривожності та емоційного дискомфорту, а також дійти до позитивної соціальної перцепції - адекватного образного сприйняття самих себе, оточуючих і соціальних явищ;

другий шлях комплексного підходу зводиться до організації роботи зі сприяння членам педагогічної ланки та батькам дітей, які є суб'єктами інтегрованої навчальної моделі, в усуненні деструктивних установок щодо освітньої інтеграції. Окрема увага приділяється і підвищенню їхньої грамотності у психолого-педагогічних питаннях, виробленню толерантності щодо дітей з особливими потребами та розвитку інклюзивної культури.

Структурний і змістовний компоненти комплексу об'єднуються в єдину систему, що містить кілька основних етапів роботи:

попередній, діагностичний, корекційно-розвитковий та аналітичний. На кожному з них виконуються унікальні завдання, релевантний їм зміст і методи. У межах розробленої програми передбачено проведення різних форматів, включно з індивідуальними та груповими заняттями. Те ж саме стосується і різновидів психологічного впливу, де може бути задіяна когнітивна, ігрова, пісочна терапія та інші форми.

Система соціально-психологічного супроводу охоплює три взаємопов'язані компоненти:

систематичне відстеження психологічного статусу дитини з особливими потребами з огляду на її актуальний стан і потенційні перспективи найближчого розвитку;

формування відповідних соціально-психологічних умов для можливості отримання успішного досвіду навчання в освітньому середовищі;

створення спеціальних умов для розв'язання проблемних ситуацій, пов'язаних із навчальним процесом, спілкуванням та особливостями психічного стану дітей з особливими потребами.

Експериментальна перевірка представленої програми позитивно позначилася на параметрах соціальної адаптації дітей з особливими потребами. Так, у дітей відбулося видиме зниження особистісної та ситуативної тривожності. Рівень домагань і самооцінка стали більш реалістичними та адекватними. В обстежуваних групах спостерігалось покращення психологічного клімату, а у батьків здорових школярів і педагогів, які взаємодіють із дітьми у контексті інтегрованої освіти, зросла толерантність. Участь у комплексному супроводі сприятливо позначилася на прийнятті себе дітьми з особливими потребами, відчутті власної цінності та впевненості у власних силах. Процес призвів до підвищення емоційного комфорту і скорочення внутрішніх конфліктів. Діти стали більш чесними по відношенню до себе ж і почали спиратися на власні почуття, займаючи активну позицію в аспекті подолання труднощів, що виникають, і розв'язання проблем. Розглядаючи ефективність комплексу для оптимізації адаптаційного

процесу дітей з особливими потребами, слід вказати на можливість його використання практичними психологами під час створення особистісно-орієнтованих програм супроводу дітей з особливими потребами в умовах їхнього занурення у масове освітнє середовище.

Самооцінка дітей з особливими потребами здебільшого є неадекватною, оскільки суб'єктивна оцінка індивідом власної цінності може бути не лише заниженою, а й завищеною. Цей факт, головним чином, зумовлений обмеженнями при встановленні контактів з людьми. І справді, міжособистісне спілкування допомагає дітям набутти глибокого розуміння самого себе та іншого, а соціальне прийняття з боку однолітків є одним із пріоритетних завдань на цьому етапі становлення. З цієї причини соціальна підтримка у вигляді виявленого прийняття і схвалення від значущих інших справляє потужний вплив на формування самооцінки. Вивчення якості стосунків з однолітками дозволило дослідникам виявити закономірність: наявність у дітей позитивнішого досвіду взаємодії із референтною групою однолітків часто супроводжується позитивним самоставленням і високим рівнем оцінювання себе і власних можливостей. Коли ж дитина обділена позитивною увагою і підтримкою, вона схильна проявляти негативне ставлення до себе, демонструючи низьку самооцінку. Різні аспекти взаємодії з оточенням здатні надати важливі відомості про власні приховані цінності, справляючи певний вплив на оцінювання дитиною себе. Психологічні проблеми у дітей з особливими потребами з'являються з огляду на ступінь їхньої ізоляваності від зовнішнього світу, характер перебігу патологій, непристосованість до довкілля та загострення характерологічних особливостей внаслідок конкретного захворювання.

Висновки. Розкриваючи тему особливостей соціалізації дітей з особливими потребами, слід зазначити такі особливості, що перешкоджають нормальному соціальному розвитку, як неадекватність самооцінки, відсутність провідного виду діяльності та стійкої ієрархії мотивів, а також здатності до

цілеспрямованих дій. Виражена знижена самооцінка у низки дітей залежить від оцінок з боку зовнішнього світу. Водночас іншим особам, які нерідко мають глибші проблеми у розвитку, може бути притаманна завищена самооцінка внаслідок відсутності реагування на будь-яке оцінювання з боку навколишньої дійсності. Цей феномен позначається як певна незалежність від зовнішньої оцінки. Варто також зазначити, що подібні тенденції можуть проявлятися навіть у дітей, які низько оцінюють себе, проте змирилися з допущенням помилок і створили своєрідний бар'єр, захист від простору ззовні.

Таким чином, діти з особливими потребами відрізняються від здорових дітей відносно низькою самооцінкою реального Я, що зумовлено усвідомленням і розумінням того факту, що вони мають певні проблеми з власним здоров'ям. З іншого боку, вони не сприймають ситуацію, що склалася, як чинник, що обмежує можливості розвитку власного Я у майбутньому, і мають такі самі показники рівня домагань (ідеального Я), що й здорові діти. Не виявлено суттєвих відмінностей між дітьми з особливими потребами та здоровими дітьми в показниках самоповаги та аутосимпатії. Діти з особливими потребами відрізняються низькими показниками смисложиттєвих орієнтацій. Вони не впевнені у собі і не схильні проявляти соціальну ініціативу та сміливість.

Пріоритетним напрямом роботи у межах освітньої системи є забезпечення

психологічного здоров'я та належної соціалізації дітей з особливими потребами. Зміни, що відбуваються у дитячому віці, закладають початок для формування Я-концепції та самооцінки, що має до неї безпосередній стосунок. Особливо гостро питання стосується дітей з особливими потребами, які, як правило, зазнають підвищених труднощів під час реалізації себе у соціумі. Це пов'язано з обмеженнями комунікативної сфери, деформацією взаємовідносин з однолітками та зменшенням самостійної спільно-роздільної діяльності. Таким чином, найважливішим завданням у контексті особистісного становлення дітей з особливими потребами стає формування адекватної самооцінки, необхідної як для ефективної саморегуляції, так і для самовизначення.

Досягнення позитивної динаміки змін у формуванні позитивної самооцінки у дітей з особливими потребами є можливим за умови забезпечення спеціально організованих педагогічних умов, орієнтованих на збагачення індивідуального досвіду індивідів новими уявленнями про власні можливості. При цьому процес має бути побудований на самовираженні та самореалізації особистості в аспекті комунікативної взаємодії. Ефективність демонструє і соціально-психологічний супровід адаптації дітей, спрямований на створення сприятливих умов для їхньої інтеграції у суспільство з однолітками із врахуванням власних індивідуально-типологічних особливостей.

Список використаних джерел

1. Бабаян, Ю.О. (2014). Особливості формування самооцінки молодшого школяра / Ю.О. Бабаян, Н.А. Тимченко // *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія: Психологічні науки*. Вип. 2.12. С. 26-30. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdups_2014_2_12_7
2. Варгата, О.В. (2019). Психологічні особливості формування самооцінки молодших школярів / О.В. Варгата, Л.В. Міхеєва // *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах: зб. наук. пр.* Запоріжжя: КПУ, Вип. 64, Т. 1. С. 70-74. URL: <https://elar.khmnpu.edu.ua/handle/123456789/8015>
3. Діти з особливими освітніми потребами у загальноосвітньому просторі: навчально-методичний посібник /авт.: Н.Ярмола, Л.Коваль-Бардаш, Н.Компанець, Н.Квітка, А.Лапін. К.: ІСПП імені Миколи Ярмаченка НАПН України, 2020. 208 с.
4. Заміщак, М.І. (2014). Психологічні умови становлення моральної самооцінки молодших школярів: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Дрогобич. 268 с.
5. Калюжна, Є.М., Шевергіна, М.В. (2015). Особливості взаємозв'язку самооцінки і тривожності у молодшому шкільному віці. *Актуальні проблеми педагогіки, психології та професійної освіти*. Ч. 2, 2, 17-22.

6. Камінська, О.В. (2020). Детермінанти виникнення низької самооцінки в молодшому шкільному віці. *Теорія і практика сучасної психології*. С. 34-38.
7. Кобильченко, В. (1999). Комплекс неповноцінності підлітків із фізичними вадами. *Навчання і виховання у спеціальних закладах*, 3, 26.
8. Кошинська, Л.О., Гуріна, З.В. (2016). Особливості самооцінки молодшого школяра. *Молодий вчений*, 12.1(40), 226–229. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2016_12.1_55
9. Микитюк, В. (2020). Вплив тривожності на самооцінку у молодшому шкільному віці / В.Микитюк, Т.П. Березюк // *Студентський дайджест*. Вип. 1. С. 103-104.
10. Чаусова, Т. (2018). Вплив тривожності на самооцінку в дітей молодшого шкільного віку. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*, (3), 159-164.
11. Штифурак, В.С., Гринькова, Л.М., Гринькова, О.Ю. (2022). Психологічні умови формування адекватної самооцінки у молодших школярів. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методи навчання в підготовчій фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. Випуск 52, 125-128. <https://vspu.net/sit/index.php/sit/article/view/5277>
12. Щербаківа, Ірина, Харченко, Тамара (2021). Особливості самооцінки та саморегуляції поведінки дітей молодшого шкільного віку з мовленнєвими порушеннями. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*, 5(109), 396-405.

References

1. Babajan, Ju.O. (2014). Osoblyvosti formuvannja samoocinky molodshogo shkoljara [Peculiarities of the formation of junior schoolchildren's self-esteem] / Ju.O. Babajan, N.A. Tymchenko // *Naukovyj visnyk Mykolai'vs'kogo nacional'nogo universytetu imeni V.O. Suhomyln's'kogo. Serija: Psyhologichni nauky*. Vyp. 2.12. S. 26-30. Rezhym dostupu: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdups_2014_2_12_7 (in Ukrainian)
2. Vargata, O.V. (2019). Psyhologichni osoblyvosti formuvannja samoocinky molodshyh shkoljariv [Psychological peculiarities of junior pupils' self-esteem formation] / O.V. Vargata, L.V. Mihejeva // *Pedagogika formuvannja tvorchoi' osobystosti u vyshhij i zagal'noosvitnij shkolah*: zb. nauk. pr. Zaporizhzhja: KPU, Vyp. 64, T. 1. S. 70-74. URL: <https://elar.khmnu.edu.ua/handle/123456789/8015> (in Ukrainian)
3. Dity z osoblyvymy osvithnimy potrebamy u zagal'noosvitn'omu prostori [Children with special educational needs in the general education space]: navchal'no-metodychnyj posibnyk /avt.: N.Jarmola, L.Koval'-Bardash, N.Kompanec', N.Kvitka, A.Lapin. K.: ISPP imeni Mykoly Jarmachenka NAPN Ukraïny, 2020. 208 s. (in Ukrainian)
4. Zamishhak, M.I. (2014). Psyhologichni umovy stanovlennja moral'noi' samoocinky molodshyh shkoljariv [Psychological Conditions of Formation of Moral Self-Assessment of Junior Schoolchildren]: dys. ... kand. psyhol. nauk: 19.00.07. Drogobych. 268 s. (in Ukrainian)
5. Kaljuzhna, Je.M., Shevergina, M.V. (2015). Osoblyvosti vzajemozv'jazku samoocinky i tryvozhnosti u molodshomu shkil'nomu vici [Features of the relationship between self-esteem and anxiety in primary school age]. *Aktual'ni problemy pedagogiky, psyhologii' ta profesijnoi' osvity*. Ch. 2, 2, 17–22. (in Ukrainian)
6. Kamins'ka, O.V. (2020). Determinanty vynykennja nyz'koï samoocinky v molodshomu shkil'nomu vici [Determinants of low self-esteem in primary school age]. *Teorija i praktyka suchasnoi' psyhologii'*. S. 34-38.
7. Kobyl'chenko, V. (1999). Kompleks nepovnocinnosti pidlitkiv iz fizychnymy vadamy [Inferiority complex of adolescents with physical disabilities]. *Navchannja i vyhovannja u special'nyh zakladah*, 3, 26. (in Ukrainian)
8. Koshyn's'ka, L.O., Gurina, Z.V. (2016). Osoblyvosti samoocinky molodshogo shkoljara [Peculiarities of junior schoolchildren's self-esteem]. *Molodij vchenyj*, 12.1(40), 226–229. Rezhym dostupu: http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2016_12.1_55 (in Ukrainian)
9. Mykytjuk, V. (2020). Vplyv tryvozhnosti na samoocinku u molodshomu shkil'nomu vici [The impact of anxiety on self-esteem in primary school age] / V.Mykytjuk, T.P. Berezhuk // *Students'kyj dajdzhest*. Vyp. 1. S. 103-104. (in Ukrainian)
10. Chausova, T. (2018). Vplyv tryvozhnosti na samoocinku v ditej molodshogo shkil'nogo viku [The impact of anxiety on self-esteem in primary school children]. *Visnyk L'viv's'kogo universytetu. Serija psyhologichni nauky*, (3), 159-164. (in Ukrainian)
11. Shtyfurak, V.S., Gryn'kova, L.M., Gryn'kova, O.Ju. (2022). Psyhologichni umovy formuvannja adekvatnoi' samoocinky u molodshyh shkoljariv [Psychological Conditions of Formation of Adequate Self-Esteem in Primary School Students]. *Suchasni informacijni tehnologii' ta innovacijni metodyky navchannja v pidgotovci fahivciv: metodologija, teorija, dosvid, problemy*. Vypusk 52, 125-128. <https://vspu.net/sit/index.php/sit/article/view/5277> (in Ukrainian)
12. Shherbakova, Iryna, Harchenko, Tamara (2021). Osoblyvosti samoocinky ta samoreguljacii' povedinky ditej molodshogo shkil'nogo viku z movlennjevyjmy porushennjamy [Features of self-esteem and self-regulation of behaviour of primary school children with speech disorders]. *Pedagogichni nauky: teorija, istorija, innovacijni tehnologii'*, 5(109), 396-405. (in Ukrainian)

Summary

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF POSITIVE SELF-ESTEEM
IN CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS

Balabushka Y. Candidate of Psychological Sciences,
Head of the Department of Military Political Science,
Military Faculty of Social and Behavioural Sciences,
Military Institute of Taras Shevchenko National
University of Kyiv

Smovzh M. Deputy Head of the Faculty of Postgraduate
Education for Academic and Scientific Work
- Head of the Educational Unit of the Military Institute
of Taras Shevchenko National University of Kyiv

Marushchenko M. student of Boryspil Institute of
Municipal Management at IAPM

Latutin Y. Head of the Training Course of the Military
Faculty of Social and Behavioural Sciences
of the Military Institute of Taras Shevchenko
National University of Kyiv

Introduction. Self-esteem is an integral part of this dynamic system and determines an individual's self-image, which is formed gradually and becomes habitual. This category reflects the degree of development of self-esteem, a sense of self-worth and a positive attitude towards all aspects of the self. Among all the stages of growing up, childhood is of particular value because of the active self-discovery and self-esteem building that goes into it. The formation of adequate self-esteem and positive self-image in children with special needs should be accompanied by the use of communication tools as a restorative process of socialisation.

The purpose is study of psychological aspects of positive self-esteem in children with special needs.

Methods - testing, surveys, methods of mathematical statistics..

Originality. A number of children may have low self-esteem as a result of external evaluations. At the same time, other individuals, who often have deeper developmental problems, may have inflated self-esteem due to a lack of response to any evaluation from the outside world. This phenomenon is referred to as a certain independence from external evaluation. It is also worth noting that such tendencies can be manifested even in children who have low self-esteem, but have accepted making mistakes and have created a kind of barrier, protection from the outside world.

Thus, children with special needs differ from healthy children in their relatively low self-esteem of the real self, which is due to the awareness and understanding of the fact that they have certain problems with their own health. On the other hand, they do not perceive the current situation as a factor limiting the possibilities of developing their own self in the future and have the same level of aspirations (ideal self) as healthy children. No significant differences were found between children with special needs and healthy children in terms of self-esteem and autosympathy. Children with special needs are characterised by low levels of meaningful life orientations. They are not confident in themselves and are not inclined to show social initiative and courage.

Conclusion The achievement of positive dynamics of changes in the formation of positive self-esteem in children with special needs is possible provided that specially organised pedagogical conditions are provided, focused on enriching the individual experience of individuals with new ideas about their own capabilities. In this case, the process should be based on self-expression and self-realisation of the individual in terms of communicative interaction. Social and psychological support for children's adaptation, aimed at creating favourable conditions for their integration into society with their peers, taking into account their own individual and typological characteristics, is also effective.

Key words: children with special needs; positive self-concept; adequate self-esteem; positive self-attitude; individual-typological characteristics.

Концептуалізація – Балабушка Є. О.

Методика – Марущенко М. С.

Моделювання – Смовж М. А.

Формальний аналіз – Латутін Ю. 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: 03.02.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 29.03.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ПРО ЩО СВІДЧАТЬ ЦІННОСТІ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

Будагьянц Л. М. кандидат філософських наук, доцент,
Національний університет оборони України
<http://orcid.org/0000-0002-3788-2372>

У статті проведено аналіз еволюція цінностей Збройних Сил України в контексті демократичного переходу, постання української політичної нації та ствердження суб'єктності української держави, а також значення поділюваних військовиками цінностей для успішності і стійкості демократії під час миру та війни. Тип і характер цінностей збройних сил розглядаються як маркери стану демократії, а спільність цінностей суспільства, держави та армії – як свідчення життєздатності демократичної країни.

Ключові слова: Збройні Сили України; цінності; демократія; демократичний перехід; революція; російсько-українська війна.

Вступ. Актуальність теми дослідження зумовлена значенням цінностей Збройних Сил у демократичному переході України та під час російсько-українській війні. Метою статті є філософська рефлексія над становленням основних цінностей Збройних Сил України задля визначення в базових цінностях війська спільного для цифрових демократій та особливого для України, зокрема, як для воюючої демократії. У зв'язку з визначеною метою потребує осмислення змін у системі цінностей Збройних Сил України, обумовлених ствердженням суб'єктності української політичної нації та держави, а також новими трендами суспільств та армій цифрових демократій у ХХІ столітті.

Теоретичне підґрунтя. Філософські рефлексії над цінностями вояка, що сформували образ шляхетної людини, надані в творах Платона, Арістотеля, Г. Гегеля, А. Шопенгауера, Ф. Ніцше, Й. Гейзинги (Huizinga), П. Тілліха (Tillich), М. Оссовської (Ossowska).

Цінності військового лідерства в Збройних Силах України та країнах НАТО досліджені в працях В. Мандрагелі, М. Ковалю, О. Кокуна, В. Осьодла, О. Хмільяра, О. Красницької, А. Вітченка, Л. Кримець.

Специфіку цінностей військовослужбовців Національної Гвардії України розкрили в наукових публікаціях Я. Мацегора, І. Приходько, О. Колесніченко.

Природа трансформації військового професіоналізму з переходом до постіндустріального суспільства

концептуалізована в працях Е. Тоффлера, М. Кастельса, М. Деланди.

Екзистенційно-антропологічний тренд у дослідженнях ціннісного світу та досвіду військовослужбовців обґрунтували Е. Хаген (Hagen), М. Янсен (Jansen), Д. Вервей (Verweij), Е. Крамер (Kramer), Т. Молендіjk (Molendijk), Дж. Калкман (Kalkman), А. Сукермані (Sookermany), О. Отич, В. Бліхар, Г. Католик, Б. Католик.

Філософський аналіз особливостей та ролі відносин суспільства та Збройних Сил в Україні як новій незалежній державі здійснили В. Горбулін, М. Требін, В. Чорний, В. Смолянук. Аналіз розвитку цивільно-військових відносин в Україні представлений в працях В. Білошицького, М. Лошицького, М. Сіціньської, У. Ільницької, С. Косінова.

Актуальну дотепер концепцій військового професіоналізму («компетентність, відповідальність, корпоративність») та цивільно-військових відносин («об'єктивний контроль» з боку держави – автономія для військових) обґрунтував С. Хантінгтон (Huntington), який нематеріальні чинники професійної ідентичності та цінностей військового професіоналізму вважав основою підпорядкування військових законній цивільній владі, припускаючи, що оптимальним для національної безпеки та оборони є відмежування цивільної та військової діяльності, разом з цим вбачаючи в лібералізмі загрозу для обороноздатності держави.

Критика зазначених концепцій С. Хантінгтона проведена в публікаціях Дж. Гейтса (Gates), Е. Коена (Cohen).

П. Фівер (Feaver) обґрунтував «принципатно-агентну» модель активних повсякденних стратегічних взаємодій цивільних і військових, звертаючи увагу саме на «матеріальних» аспектах цивільно-військових відносин в стійких демократіях. Т. Корн (Corn), І. Коул (Cole), Ф. Флурі (Fluri), С. Ланн (Lunn) розкрили зміни в умовах безпеки та новітні моделі військового професіоналізму, що вимагають «змішаних компетентностей» цивільних і військових.

Методи дослідження. Теоретичною базою дослідження є міждисциплінарний підхід на спільному проблемному полі соціальної філософії, філософії політики та військової аксіології. Теоретична конструкція статті будується на структурно-функціоналістській оптиці цінностей Толкота Парсонса (Parsons); як основи мотивації, орієнтирів в ситуації визначення соціальної дії, чинника інтеграції суспільства; на соціальній філософії, філософії політики та філософії війни постмодерних суспільств Елвіна Тоффлера (Toffler).

Результати і обговорення. Цінності – це фундаментальні смисли культури, які виражають гранично бажане та належне. Завдяки цьому цінності слугують засадою оцінного відношення до світу - виразу переваг, які надаються суспільствами, спільнотами, індивідами одним явищем перед одними. Цінності слугують для обґрунтування та осмислення місій, граничних цілей, покликань та образів життя (відповідей на питання «заради чого?»). Система цінностей є найважливішою підсистемою суспільств, спільнот, інститутів, організацій та особистості. Вона забезпечує стійкість, наступність досвіду, визначає спрямованість діяльності та спілкування, потреб та інтересів.

Триваюча війна рф проти має екзистенційний характер як в тому сенсі, що рф проголосила метою знищення українства і української ідентичності, так і в сенсі зударення несумісних життєсвітів, в якому «світ заперечення цінностей» російської імперії прагне до знищення світу свободи та гуманістичних цінностей як осереддя України (А. Єрмоленко, 2022; Є. Бистрицький, 2022). У такий спосіб онтологічним сенсом триваючої гарячої війни є війна антропологій, за висловом В. Кебуладзе (30 квітня 2024), «російсько-

українська війна — це не війна країн за території. Це не конфлікт цивілізацій, ідеологій. Зараз війна з росією — війна двох антропологій: уявлень про те, що таке людина, що все російське для нас небезпечно. І це треба доносити до партнерів. Щоб це зробити, ми маємо спочатку самі це усвідомити», на її бойовищах вирішуються питання, що, власне, є нормою і цінністю людського існування, що є межею людськості, за якою людина стає «найнечестивішою і дикою істотою» (Арістотель, 2000, Книга І. §11).

Для російських агресорів цінності демократії і гуманізму є пріоритетними «об'єктами ураження», як військові об'єкти та цивільна інфраструктура. Найближча причина цього є в тому, що поділювані суспільством цінності є джерелом стійкості, згуртованості, осмисленості спротиву збройній агресії і розвитку життєвого світу демократії навіть під час війни. В історичній перспективі боротьби тоталітарних режимів проти цифрових демократій, цінності України є дороговказами демократичного переходу й деколонізації, успіхи у яких сприймаються рф та іншими диктаторськими режимами як загрозові приклади для поневоленних народів та тих, що під загрозою поневолення.

У межах зазначених двох ракурсів цінностей як джерела 1) стійкості під час війни та 2) успіху демократичного переходу нових незалежних держав я проводжу конкретизацію стосовно інституційних цінностей Збройних Сил України та їхньої єдності з цінностями українських громадянського суспільства і держави.

По-перше, єдність цінностей армії та суспільства є засадою національної безпеки, стійкості в часи війни. Не випадково рф з перших годин повномасштабної війни проти України намагалась підірвати цю єдність, закликаючи українських офіцерів до зради України, та вдається до гібридних атак інформаційного та диверсійного типу, щоб підірвати авторитет військовослужбовців для цивільних, та довіру українських військовиків до власного суспільства та держави.

По-друге, успіх демократичного переходу країни визначається та вимірюється тим, які цінності поділяють військовики. Філософська рефлексія над історичним

становленням інституційних цінностей Збройних Сил України дає підстави для висновку про його (становлення) зв'язок із ствердженням суб'єктності української політичної нації та демократичної правової держави, у якому Збройні Сили України відіграли та відіграють важливу захисну і смислотворчу роль. Військові цінності відіграють спрямовуючу та формуючу роль для Збройних Сил. Водночас, військові цінності важливі для політичної нації, яка виборює свою суб'єктність у визвольних війнах за суверенітет, незалежність та територіальну цілісність власної держави.

Зазначивши у такий спосіб контекст і смисли філософської рефлексії над становленням інституційних цінностей Збройних Сил України розглянемо зазначений ціннісний процес від декларації до прийняття, захисту та смислотворення.

Військові цінності посідають особливе місце в історії культури через фундаментальне значення мілітарної діяльності для будь-якого суспільства (забезпечення базової потреби у воєнній безпеці, участь у державотворенні та творенні символів культурної ідентичності), а також через плекання образу шляхетної людини (Paul Tilligh, 1930, pp. 5-6), що до доби національних революцій (Модерну) тлумачився виключно як образ вояка. Універсалізація, тобто набуття загальнолюдського тлумачення, уявлень про мужність, честь, гідність, обов'язок, відповідальність вірність відбувається разом із формуванням політичних націй та усвідомленням обов'язку збройного захисту національної держави як громадянського та через це шляхетного.

Філософський аналіз історичного процесу формування основних цінностей Збройних Сил України у 1991-2025 роках передбачає висвітлення тих розмаїтих трендів, подій, викликів, загроз і можливостей внутрішнього і зовнішнього характеру і масштабу, які зумовили самовизначення та самоідентифікацію української військово-професійної спільноти у часових межах від відновлення державності України у 1991 році до «відтермінованої» національно-визвольної збройної боротьби у російсько-українській війні з 2014го – дотепер.

Нова незалежна держава Україна та її Збройні Сили. Із постановом нової незалежної суверенної України із розпадом срср національна українська еліта розпочала творення демократичної правової держави та революцію базових цінностей українського суспільства, держави та Збройних Сил. Ціннісні засади Акту про незалежність України (1991) та Конституції України (1996) належать до системи принципово нових смислів, ідеалів та орієнтирів соціально-політичного розвою українського суспільства, держави та військової організації, ніж були підвалини совітської імперії. Саме цінності демократії, незалежності, суверенітету, територіальної цілісності держави національної держави, яка ідентифікувала себе як світська і правова та така, що призначена для забезпечення реалізації прав і свобод людини і громадянина, вільного розвитку національної культури та багатства культурної різноманітності засвідчили прагнення України до повернення в європейську цивілізацію. У такий спосіб було зафіксовано та декларовано самовизначення суспільства і держави України, історичний європейський вибір, який буде не раз загрожений на тривалому шляху ствердження суб'єктності політичної нації та держави.

Відповідні до цього кардинальні зміни ціннісно-сміслового обґрунтуванні військової моралі відображені у “Кодексі честі офіцера Збройних Сил України” (1999), який складено на взірцях військових кодексів честі провідних країн демократії. Цей документ мав не лише внутрішньополітичне, але й зовнішньополітичне значення, оскільки в ньому наголошувалося, що Збройні Сили України підпорядковуються законно обраній демократичній правовій державі, яка має оборонну воєнну доктрину, та поділяють із українським громадянським суспільством цінності та ідеали цивілізованого світу.

Цінності Міжнародного гуманітарного права. Новим ціннісно-смісловим компонентом у новітній українській професійній військовій культурі із здобуттям незалежності стали імперативи міжнародного гуманітарного права (Кодекс поведінки військовослужбовця Збройних Сил України, імplementованого Україною по відновленню своєї державності. Базовими цінностями Міжнародного гуманітарного

права є людяність та суспільна мораль, що має витoki у лицарському ідеалі та християнській ідеї милосердя (згідно з нідерландським істориком та культурологом Йоганом Гейзингою (1994, С.113), та передусім вимагає захисту поранених, полонених, цивільного населення та культурних цінностей під час збройних конфліктів/ війн.

Натомість, згадаємо, що совітських союз Фактично протягом свого існування не визнавав Міжнародне гуманітарне право, висловивши намір про часткове визнання без підписання спеціальної угоди лише додаткового протоколу до Женевської конвенції щодо захисту жертв міжнародних збройних конфліктів у 1989му під час так званої “перестройки”, передодня розпаду срср. Ратифікацію цього протоколу рф відкликала за підписом путіна у 2019му.

Громадянсько-державницький патріотизм. Цінність патріотизму у демократичних країнах від перших національних революцій у новочасній Європі є центральним смилем, через який обґрунтовується та стверджується у значущості національна держава та її армія як інститути суспільства громадян. Із відновленням незалежності і суверенітету України як нової європейської демократії інтерпретація патріотизму як служіння політичній нації покладається в основу військового кодексу честі офіцера Збройних Сил України. Отже, військові кодекси ґрунтуються на спільних із громадянським суспільством фундаментальних цінностях прав і свобод людини, гідності, вільного розвитку та солідарності, правової держави як сервісного органу політичної нації (в дусі Жан-Жака Руссо). У такий спосіб закладається стрижень світогляду, цілепокладання, напряду розвитку, спільного для країн демократії з часів Великої Французької революції та її армії нового типу, створеної на основі політичного громадянського патріотизму.

Боротьба нових та старих смислів. У новій незалежній демократії та її Збройних Силах національно свідомі громадяни, цивільні та військові, виборювали нові смисли патріотизму, прагнули до звільнення від решток “совітського патріотизму” та “морального кодексу будівничого комунізму” - концепцій, які вбивають логіку

та семантику, ритуалізуючи мову задля знищення мислення людей та підміни реальності (Л. Масенко, 2017). Застосування технології ритуалізації мови є притаманним для тоталітарних режимів, як срср та рф.

При цьому на кожному загарбаному терені срср передусім через репресії та пропаганду “світлого майбутнього” домагався скасування прав і свобод людини і громадянина, придушення громадянського суспільства, заперечення цінності права, впровадження взірців необмеженої й волонтаристичної влади більшовицької партократії та її “середньовічної азійської моделі бюрократії”. Такі смислові покручі використовуються рф дотепер, зокрема міфологема про “перемогу у великій вітчизняній війні”, що приписувалася самим росіянам, виявилася єдиною подією, яка дозволяла би населенню рф представити себе позитивно, поділялася більшістю та консолідувала її та була придатна до використання срср, а тому рф для самовиправдання й пошуку позитивного позиціонування у міжнародному просторі. Поеднуючи православний фундаменталізм, цивілізаційне месіанство, імперський експансіонізм, більшовицький квазіфольклором із пізньосовітським “победобесієм” пропаганда рф намагається заперечити саму різницю між правдою та брехнею (Л. Масенко, 2017), підтримувати ерзац-реальність у внутрішньому просторі та просувати у зовнішньому.

Зазначені технології активно застосовуються рф вже з 90х років пропагандою рф . та її п’ятою колоною (кпу, партія прогресивних соціалістів, опзж та ін.) в Україні для “повзучого поглинання суверенітету” (С. Плохій, 2023). В межах “совітського патріотизму”, сформульованого під час II Світової, армія, що у совітських реаліях мала квазістанову природу та входила у партократичну управлінську номенклатуру, тлумачилась як “передовий загін комуністичної партії” із її наступальною імперською доктриною (“пролетарського інтернаціоналізму”) “експорту соціалістичної революції” назовні, експансії тоталітарного срср й поглинання державних, а тому і культурних суверенітетів поневолених народів та кранісателітів.

Для деяких громадян України, зокрема, військових, критичне усвідомлення й відкидання наративів радянсько-російської пропаганди “спільної історії”, “братніх народів”, навіть “радянського патріотизму” й «комуністичного/ соціалістичного інтернаціоналізму» сталося із початком війни рф проти України - окупації Криму та окремих районів Донецької та Луганської областей (з 2014го), чи навіть у лютому 2022го з широкомасштабною війною проти України. Дослідники пов’язують таку стійкість та інерційність наративів колишньої метрополії із особливими обставинами відносно мирного здобуття незалежності в наслідок розпаду совітської імперії та подальшого націодержавотворення й розбудови власної армії на організаційних, культурних, інституційних рештках срср та з управлінською елітою, що здобувала освіту, соціалізацію, ідентичність, світогляд в межах московитської метрополії (В.Чорний, 2000).

“Чистий військовий професіоналізм” за відносно мирного розпаду імперій та побудові війська з колишніх частин зниклої держави є своєрідним компромісом та контрактом лояльності для багатьох вихованців метрополії у вихідних умовах нових незалежних національних держав у такій історичній ситуації. Існування й майбутнє кожної нової незалежної держави при цьому залежить від того, чи зможе вона здійснити ідейну деколонізацію, «націоналізувати» власну армію (В. Чорний, 2000), оборонити спільні для громадянського суспільства, національної держави та всіх соціальних інститутів фундаментальні цінності. Для України це цінності демократичної національної моделі розвитку. В Україні цей процес триває дотепер та його чинниками є реформування інститутів безпеки та оборони, військової освіти і науки, становлення нової парадигми військового управління, що відбувається, живиться, підтримується та скеровується здобутками у ствердженні української політичної нації, розвитку громадянського суспільства та творення національної держави.

Європейський вибір України як цінність Збройних Сил. У націотворенні та державотворенні України курс на євроінтеграцію, впровадження стандартів НАТО та повноправне членство у Північноатлантичному Альянсі є здобутком

напруженої боротьби української нації, держави та Збройних Сил. Згорнути суверенітет України та повернути її у свою орбіту рф прагнула з моменту відновлення української державності. Політика рф у поглинанні суверенітету та незалежності України містить відтоді широкий спектр методик - від нав’язування симулякрів багатовекторності, нейтралітету та позаблоковості, тіньового “м’якого” загарбання через просування економічної, політичної та культурної “інтеграції” (поглинання), підкуп олігархічних груп, фінансування проросійських партій та ЗМІ, “газовий шантаж” тощо до гібридної та відкритої повномасштабної геноцидної війни з прагненням знищити українську державу та націю, саму українську ідентичність і культуру (С.Плохій, 2023). Єдність цінностей Збройних Сил України і громадянського суспільства не була даністю у 1991 році, а сформувалася в боротьбі за свободу та демократію, незалежність, суверенітет та територіальну цілісність України.

Три української революції кінця ХХ – початку ХХІ століття. Три українські революції - Революція на граніті 1990го, Помаранчева революція 2004го, Революція Гідності 2013-2014го, - та національно-визвольна боротьба у російсько-українській війні стали на заваді рф та контрольованим нею групам всередині країни, коли вони намагалися збити Україну з європейського демократичного курсу постали війні. Спільна боротьба українців сформувала спільні цінності, нагадуючи демократичному світу їхнє значення та те, що цінності виборюються, а не надаються, як само собою зрозуміле належне та бажане. Йдеться не лише про існування української держави та міжнародної правової системи і безпеки (сили права та сили зброї, а й про загальнолюдські цінності (С.Плохій, 2000), доля яких вирішується у відсічі Збройними Силами України збройної агресії рф на перетині несумісних ціннісно-екзистенційних світів цифрових демократій та тоталітарних режимів (країн-ізгоїв) (Є. Бистрицький, 2023).

У відповіді на виклики українській незалежності, суверенітету, територіальній цілісності, у боротьбі за історичний європейський вибір України народилася

політична українська нація та ствердилась суб'єктність її національної держави. Новітні потужні Збройні Сили необхідні лише політичній нації, яка саме і виникає у змаганнях за державу національних інтересів. та за умови актуальної суб'єктної національної держави, в якій цінність збройного захисту осмислюється не лише як професійна військова, а загальнозначуща громадянсько-політична, усвідомлення чого важко повертається більшості європейських країн сталої демократії після більше ніж 30ти років ілюзорної безпеки та на друге десятиліття національно-визвольної війни України проти російських загарбників.

Збройні Сили на полях бойовищ заслужили своє поважне місце в суспільстві а військові лідери стають національними героями та взірцями для всього українського суспільства. В Україні посилились довіра й повага, соціальний статус та престиж військово-професійної групи (С. Плохій, 2023), значущість державницької та суспільної місії військового лідерства. Це істотно впливає на неодмінно історично-конкретний та культурно-контекстуальний зміст центральних мілітарних цінностей військової честі й гідності. Оскільки військова честь являє собою цінність та стандарт самооцінки військовослужбовця відповідно до належності до Збройних Сил, причетності до їхнього доброго ймення й шляхетної місії, а військова гідність - цінність та стандарт самооцінки військовика відповідно до міри й значення власної участі в реалізації місії Збройних Сил, в чому полягають військова честь і гідність залежить від політичного змісту військової діяльності, типу військового професіоналізму й соціальних відносин, воєнної науки та освіти та новітніх військових практик та військового управління.

Нові цінності військовослужбовців Збройних Сил України, які пов'язані із революцією у парадигмі управління. Ціннісні засади діяльності Збройних Сил та військового лідерства оновлюються також під впливом революції у військовій справі в річищі глобалізації, інформатизації, діджиталізації, роботизації та розвитку III. Концепція «4.0 Індустрії» (так іменована Клаусом Швабом (Klaus Schwab, 2017), одним з засновників Всесвітнього економічного форуму в Давосі), вже

істотно змінила взірці військового професіоналізму. Відповідно, оновилися інтерпретації компетентності, відповідальності, єдності/ солідарності у парадигмі військового управління та філософії військового лідерства.

Плинність та невизначеність, посилення зв'язаності та взаємозалежності світу, гібридизація загроз, гібридних конфліктів, гібридних війн в переході від індустріального до інформаційного (постіндустріального, цифрового, технотронного, мережевого) суспільства підірвало ефективність першої наукової моделі управління індустріального суспільства – бюрократії.

Бюрократична модель управління будується як незалежна від зовнішніх впливів та непередбачуваних процесів «закрита система» деперсоніфікованої влади припису та регламенту, що не встигає за подіями “суспільства ризиків” (інформаційного суспільства) та “губить мету”, працюючи на самовідтворення та запобігання змінам. Пірамідально-ієрархічна модель бюрократії як типу архітектоніки організації зосереджує функції ухвалення управлінського рішення виключно на самій верхівці, середня ланка бюрократії адаптує управлінські рішення до специфіки умов його виконання та передає до нижчої й найчисельнішої за складом ланки, де рішення мають реалізовувати, виконувати.

Бюрократія передбачає виконавчу дисципліну, суворе слідування припису/ регламенту, що в умовах стрімко змінюваного середовища, викликів, завдань не забезпечує адекватності рішень щодо нових умов та обставин. Всі рішення мають узгоджуватись на верхівці управлінської піраміди, сигнал про загрозу, небезпеку, нові можливості та шанси - зворотній зв'язок «з низу» «нагору» так само має пройти за інстанціями, «не перестрибуючи» через щаблі ієрархії, в результаті чого втрачається час і енергія, адже час не є цінністю для бюрократії – цінністю є слідування припису/ регламенту. Інерційність, безініціативність, знеособлення, неповороткість, надання переваги засобам над метою (ритуалізм як тип девіантної поведінки, за Робертом Мертоном) притаманні бюрократичній організації, адже наріжним каменем її є об'єктивно науково розроблені, щоправда у минулому столітті, функції.

Виставлення на перший план теорії військового управління лідерства (Доктрина військового лідерства у Збройних Силах України, 2024), як і децентралізація управління, розподіл функцій ухвалення управлінського рішення за моделлю мережі (а не так піраміди) впливає на докорінну зміну змісту військового професіоналізму, культури управління та філософії спілкування в Збройних Силах. Військове лідерство кожного військовослужбовця стає цінністю. Зміна підходів до новітніх взірців ефективного військового управління виразно виявляється у протиставленні моделей “командування контролю” та “командування місії”, відповідно змінюються й основні цінності військового керівника-лідера, й Збройних Сил загалом.

Позаяк у новітній парадигмі військового управління смисловим центром постає лідерство, відмінності, унікальність індивідуального досвіду, нестандартне мислення та креативність лідера слугує ресурсом розвитку та стійкості організації завдяки винайденню нешаблонних відповідей на незнані дотепер обставини, виклики та загрози суспільству, державі, військовій організації. Відповідно до цього в комплексі військово-професійних чеснот акцентується цінність освіти протягом життя, адже військове лідерство в умовах змін потребує оновлення професіоналізму, світогляду, інтелектуального, морального, соціального, організаційного тощо капіталів, лідерського та Збройних Сил.

Людиноцентричність та військове лідерство. Водночас змінюється значення різнобічності особистості лідера, його наукового світогляду та “м’яких” соціальних навичок, адже креативність, інтуїція, провідництво походить із сили, зрілості та неординарності особистості. Разом із мужністю, стійкістю, рішучістю, експертністю військового професіонала, компетентністю у командотворенні та внутрішніх комунікаціях, військовий лідер постає як генератор творчих рішень (Доктрина лідерства у Збройних Силах України, 2024). Він надихає інших на розвиток та творчість силою власної особистості. Цінність людського життя, цінність особистості в арміях сучасних демократичних країн - це головна відмінність, що позначає прірву між ними та

арміями тоталітарних держав, де життя і гідність не важить нічого.

Ініціатива як практичний вияв причетності та відповідальності за місію Збройних Сил та виконання покладених на них завдань є необхідною складовою комплексу цінностей сучасних Збройних Сил, що справжні військові лідери впроваджують у культуру організації силою власного прикладу, створенням запиту на ініціативу військовослужбовців, укоріненням цінності ініціативи у військовий етос.

Із запитом на підтримку та розвиток ініціативи у новітніх моделях військового управління пов’язане також переосмислення дисципліни – розширення тлумачення від “взірця виконавця”, який суворо дотримується статутів, чинного законодавства, наказів, розпорядку військової служби тощо до “взірця лідера”, який бере на себе відповідальність за кращі способи здійснення місії/ виконання завдань Збройних Сил та інновацій у винайденні дієвих засобів та формування стійких спроможностей особового складу до досягнення успіхів у військовій діяльності під час миру, і тим більш, під час війни.

Доброчесність як цілісність. Доброчесність військовослужбовця виражається всім комплексом громадянсько-державницьких цінностей та військової моралі, які інтеріоризуються в процесі особистісного, громадянського та професійного становлення. Доброчесність розкривається як цілісність: “лад у всіх справах” (службових, громадянських, приватних, особистісних), тобто послідовне й принципове впровадження проголошуваних цінностей в усіх сферах діяльності і спілкування, в образі життя. Саме цілісність особистості військовослужбовця є підґрунтям довіри до нього. Довіра військовослужбовців один до одного, довіра до Збройних Сил з боку громадянського суспільства, соціальних інститутів, держави, союзників і партнерів є основою репутаційного капіталу військової організації та запорукою підтримки й співробітництва, що є надважливим..

Військова доброчесність не може бути зведена виключно до протидії корупції, хоча необхідною складовою доброчесності є нульова толерантність до корупції. Нове розуміння доброчесності військового лідера

як цінності, включає в себе піклування про розвиток, навчання та благополуччя підлеглих (фізичне, психологічне, інтелектуальне, професійне). Йдеться про нове розуміння готовності до ведення бойових дій у воєнній науці та практиці провідних демократичних держав поточного десятиліття, що включає в себе не лише навчання та тренування, але й створення ресурсів військовослужбовців для успішного виконання завдань в екстремальних умовах війни та їхньої стійкості («ефективно діяти та відновлюватись»).

Гендерна рівність та нульова толерантність до дискримінації як цінності Збройних Сил передбачають здолаття стереотипів, пов'язаних із статтю та гендерною ідентичністю, при чому йдеться не лише про упередження щодо гендерних ролей жінок і чоловіків, але й осіб із небінарною гендерною ідентичністю; забезпечення рівності можливостей професійного і особистісного зростання та особливих потреб військовослужбовців різних гендерних ідентичностей; захист прав вразливих гендерних груп.

Інклюзія як інституційна цінність Збройних Сил передбачає безбар'єрність у службовому та соціокультурному просторі військової організації, що передбачає створення рівних можливостей для військовослужбовців, незалежно від їхніх соціальних, культурних тощо відмінностей. Як приклад, жінки в збройних силах служать більше ста років, на 2023 рік у Збройних Силах України - 43479 військовослужбовиць, більше 7709 офіцерок, 11732 сержанток, на керівних посадах 5160, учасниць бойових дій 13487. В сучасній Україні йдеться про військовослужбовців, військових лідерів та лідерок, що також змінює дискурс та риторичу військових цінностей.

Військовим лідерам належить важлива роль у розвитку військового етосу – тобто реально і практично функціонуючого комплексу уявлень про належне, бажане, ціннісне, соціально-групову ідентичність, стилі спілкування у військовому середовищі та із більш широким суспільством. По суті справи, дистанція між проголошуваними цінностями та настановами, з одного боку, та фактично побутуючими та практикованими патернами поведінки, найвиразніше

характеризує чинність та силу основних цінностей Збройних Сил.

Висновки З огляду на шлях, що його пройшли Збройні Сили України з часів відновлення державності у 1991 році, маємо достатні підстави для висновку, що історичне становлення основних цінностей українського війська відбувається в поєднанні боротьбі за суб'єктність української політичної нації та держави, модернізації Збройних Сил за стандартами НАТО та на бойовищах національно-визвольних змагань. В цьому соціо-політично-культурному контексті відбулося оновлення змісту основних цінностей військового лідерства та включення до їхнього складу нових смислів у тренді розвитку ціннісних систем країн демократії.

Збройні Сили України відіграють провідну роль у переосагненні та поверненні ролі та значення мілітарних цінностей для сучасних політичних націй демократичних країн. Політичне та військове лідерство української держави та її Збройних Сил доби російсько-української війни надає важливий приклад, як демократії мають здавати відсіч збройним агресіям. Цей приклад є прийнятним для демократичних країн через спільність фундаментальних політичних, культурних, загальнолюдських цінностей.

Проведене дослідження дає підстави для висновку про спільність цінностей українського суспільства, держави та Збройних Сил. Це європейські цінності демократії, національної правової держави і національної культури, суб'єктності політичної нації та держави, прав і свобод людини і громадянина, вільного розвитку, співпраці та співдружності.

Успіх демократичного переходу України із відновленням державності після розпаду срср, що був тоталітарним та імперським утворенням, значною мірою визначився державницькими національними та загальнолюдськими цінностями Збройних Сил. Єдність цінностей Збройних Сил України, держави та суспільства є важливим чинником національної безпеки, стійкості та згуртованості українців під час війни.

Перспективними напрямками подальших досліджень є антропологія новітньої військової культури, екзистенційні виміри та феноменологія воєнного та повоєнного досвіду вояків .

Список використаних джерел.

1. Арістотель. (2000). Політика. Основи.
2. Бистрицький Є. (2023). До онтології війни: чому військові дії, а не мирні переговори. *Філософська думка*, 2, 74-98. <https://doi.org/10.15407/fd2023.02.074> УДК 17:159.942
3. Війна антропологій та культурний наратив: як не повернутися в минулого.(2024). Вахтанг Кебуладзе для Блога Громадської спілки Аспен Інститут Київ, 30 квітня 2024, 13:32. https://lb.ua/blog/aspen_institute_kyiv/610976_viyana_antropologiy_kulturniy.html (in Ukrainian)
4. Гейзинга Й. (1994). *Homo Ludens*. Досвід визначення ігрового елемента культури. Основи.
5. Доктрина військового лідерства у Збройних Силах України (2024)/ ОП 1-296: <https://sprotyvg7.com.ua/wpcontent/uploads/2024/01/%D0%94%D0%BE%D0%BA%D1%82%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%B0-%E2%84%962-.pdf>
6. Кодекс поведінки військовослужбовця Збройних Сил України. <https://sprotyvg7.com.ua/lesson/kodeks-povedinki-vijskovosluzhbovciv-zbrojnih-sil-ukraini>
7. Кодекс честі офіцера Збройних Сил України. <https://sprotyvg7.com.ua/lesson/kodeks-chesti-oficera-zbrojnih-sil-ukraini>
8. Масенко Л. (2017). Мова радянського тоталітаризму. Кліо.
9. Плохій С. (2023). Російсько-українська війна: повернення історії. КСД.
10. Чорний В.С. (2000) Типологізація армій нових незалежних держав та їхня участь в суспільно – політичних процесах. *Наук. світ*.
11. Єрмоленко А. (2022). Спротив замість перемовин. Відповідь українського філософа Анатолія Єрмоленка Юргену Габермасу. *Філософська думка*, 3, 59-63.
12. Klaus Schwab. (2016). The fourth industrial revolution. World Economic Forum.
13. Paul Tilligh. (1980). The courage to be. Yale University Pres.

References

1. Aristotel. (2000). *Polityka. Osnovy*. [Politics. Fundamentals.] (in Ukrainian)
2. Bystrytskyi Ye. (2023). Do ontolohii viiny: chomu viiskovi dii, a ne myrni perehovory. [Towards an ontology of war: why military action and not peace negotiations.] *Filosofska dumka*, 2, 74-98. <https://doi.org/10.15407/fd2023.02.074> UDK 17:159.942 (in Ukrainian)
3. Viina antropolohii ta kulturnyi naratyv: yak ne povernutysia v mynuloho.(2024). [The War of Anthropology and Cultural Narrative: How Not to Return to the Past] Vakhtanh Kebuladze dlia Bloha Hromadskoi spilky Aspen Instytut Kyiv, 30 kvitnia 2024, 13:32. https://lb.ua/blog/aspen_institute_kyiv/610976_viyana_antropologiy_kulturniy.html (in Ukrainian)
4. Heizynha Y. (1994). *Homo Ludens*. Dosvid vyznachennia irovoho elementa kultury. [Experience in defining the game element of culture.] *Osnovy*. (in Ukrainian)
5. Doktryna viiskovoho liderstva u Zbroinykh Sylakh Ukrainy [Military Leadership Doctrine in the Armed Forces of Ukraine] (2024)/ OP 1-296: <https://sprotyvg7.com.ua/wpcontent/uploads/2024/01/%D0%94%D0%BE%D0%BA%D1%82%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%B0-%E2%84%962-.pdf> (in Ukrainian)
6. Kodeks povedinky viiskovosluzhbovtisia Zbroinykh Syl Ukrainy. [Code of Conduct for a Serviceman of the Armed Forces of Ukraine.] <https://sprotyvg7.com.ua/lesson/kodeks-povedinki-vijskovosluzhbovciv-zbrojnih-sil-ukraini> (in Ukrainian)
7. Kodeks chesti ofitsera Zbroinykh Syl Ukrainy. [Code of Honor of an Officer of the Armed Forces of Ukraine.] <https://sprotyvg7.com.ua/lesson/kodeks-chesti-oficera-zbrojnih-sil-ukraini> (in Ukrainian)
8. Masenko L. (2017). Mova radianskoho totalitaryzmu. [The language of Soviet totalitarianism] *Klio*. (in Ukrainian)
9. Plokhii S. (2023). Rosiisko-ukrainska viina: povernennia istorii. [The Russian-Ukrainian War: The Return of History] *KSD*. (in Ukrainian)
10. Chornyi V. S. (2000). Typolohizatsiia armii novykh nezalezhnykh derzhav ta yikhnia uchast v suspilno – politychnykh protsesakh. [Typology of the armies of the newly independent states and their participation in socio-political processes.] *Nauk. svit*, (in Ukrainian)
11. Iermolenko A. (2022). Sprotyv zamist peremovyn. Vidpovid ukrainskoho filosofa Anatoliia Yermolenka Yurgenu Habermasu. [Resistance instead of negotiations. Ukrainian philosopher Anatoly Yermolenko's response to Jurgen Habermas.] *Filosofska dumka*, 3, 59-63. (in Ukrainian)
12. Klaus Schwab. (2016). The fourth industrial revolution. World Economic Forum.
13. Paul Tilligh. (1980). The courage to be. Yale University Pres.

Summary

WHAT THE VALUES OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE EVIDENCE

*Budahiants L. Ph.D., assistant professor
National Defence University of Ukraine*

Introduction. The relevance of the research topic is due to the importance of the values of the Armed Forces of Ukraine in the democratic transition and during the russian-Ukrainian war. For russian aggressors, the values of democracy and humanism are priority “objects of destruction”, like military facilities and civilian infrastructure. The most immediate reason for this is that the values shared by society are a source of stability, cohesion, meaningfulness of resistance to armed aggression and the development of the lifeworld of democracy even during war. In the historical perspective of the struggle of totalitarian regimes against digital democracies, the values of Ukraine are signposts of democratic transition and decolonization, the successes of which are perceived by the russian federation and other dictatorial regimes as threatening examples for enslaved peoples and those under the threat of enslavement.

Purpose. The purpose of the article is a philosophical reflection on the formation of the basic values of the Armed Forces of Ukraine in order to determine in the basic values of the army what is common for digital democracies and what is special for Ukraine, in particular, as a warring democracy. In connection with the specified goal, it is necessary to understand the changes in the system of values of the Armed Forces of Ukraine, caused by the establishment of the Ukrainian political nation and state as subjects, as well as new trends in societies and armies of digital democracies in the 21st century.

Methods. The theoretical basis of this study is an interdisciplinary approach in the common problem field of social philosophy, political philosophy and military axiology. The theoretical construction of the article is based on the structural-functionalist optics of values by Talcott Parsons; as the basis of motivation, guidelines in the situation of determining social action, a factor in the integration of society; on the social philosophy, political philosophy and philosophy of war of postmodern societies by Alvin Toffler, as well.

Originality. The article conducts a philosophical reflection on the formation of the values of the Armed Forces of Ukraine in the common problematic field of axiology, social philosophy, philosophy of politics and philosophy of war. The importance of the subject and methodology of the values of a democratic society and its state and army highlighted in the article lies not only in the fact that the said subject and methodology are constantly developing in hitherto unknown historical circumstances; but also in the fact that authoritarian and totalitarian regimes are trying to destroy the values of democracy and rationality by means of propaganda and war. The article analyzes the evolution of the values of the Armed Forces of Ukraine in the context of the democratic transition, the emergence of the Ukrainian political nation and the affirmation of the subjectivity of the Ukrainian state, as well as the importance of the values shared by the military for the success and stability of democracy during peace and war. The type and nature of the values of the armed forces are considered as markers of the state of democracy, and the commonality of the values of society, state and army - as evidence of the viability of a democratic country.

Further research into the specifics of the value world of democracies and their armies in the age of globalization and informatization and how to protect it is of theoretical and practical importance.

Conclusion. Given the path that the Armed Forces of Ukraine have taken since the restoration of statehood in 1991, we have sufficient grounds to conclude that the historical formation of the basic values of the Ukrainian army occurs in a combination of the struggle for the subjectivity of the Ukrainian political nation and state, the modernization of the Armed Forces according to NATO standards and on the battlefields of national liberation struggles. In this socio-political-cultural context, the content of the basic values of military leadership has been updated and new meanings have been included in their composition in the trend of development of value systems of democratic countries.

The Armed Forces of Ukraine play a leading role in re-understanding and restoring the role and significance of military values for modern political nations of democratic countries. The political and military leadership of the Ukrainian state and its Armed Forces during the russian-Ukrainian war provides an important example of how democracies should repel armed aggression. This example is acceptable for democratic countries due to the commonality of fundamental political, cultural, and universal humanitarian values.

The conducted research provides grounds for concluding that the values of Ukrainian society, the state, and the Armed Forces are common. These are the European values of democracy, the national legal state and national culture, the subjectivity of the political nation and the state, the rights and freedoms of man and citizen, free development, cooperation, and commonality.

The success of Ukraine's democratic transition with the restoration of statehood after the collapse of the ussr, which was a totalitarian and quasi-imperial entity, was largely determined by the state-oriented national and universal values of the Armed Forces. The unity of the values of the Armed Forces of Ukraine, the state, and society is an important factor in national security, stability, and cohesion of Ukrainians during the war.

Promising areas of further research are the anthropology of modern military culture, existential dimensions, and phenomenology of the military and post-war experience of soldiers.

Key words: Armed Forces of Ukraine; values; democracy; democratic transition; revolution; russian-Ukrainian war.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 14.02.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 05.04.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ІНТЕРНАЦІОНАЛЬНОГО ЛЕГІОНУ ДО ДІЯЛЬНОСТІ В БОЙОВИХ УМОВАХ

Василькевич Я. З. кандидат психологічних наук, доцент,
Університет Григорія Сковороди в Переяславі
<https://orcid.org/0000-0002-5946-3005>

Ломак М. М. магістр психології,
командир 4-го інтернаціонального легіону
інтернаціонального легіону оборони України
<https://orcid.org/0000-0003-4607-3830>

У статті проаналізовано проблему розвитку адаптивних здібностей людини до екстремальних умов життєдіяльності. Подано результати емпіричного дослідження психологічної готовності військовослужбовців-легіонерів до діяльності в бойових умовах. Визначено рівень стресостійкості та адаптивності, ефективність саморегуляції та рівень непродуктивної нервово-психічної напруженості, що є ресурсом фізичного та психічного здоров'я особистості.

Ключові слова: екстремальні ситуації; психологічна готовність; адаптивність; психоемоційний стан; стресостійкість; нервово-психічна напруженість.

Вступ. Повномасштабне російське вторгнення створило в Україні безліч екстремальних ситуацій. У таких умовах є вкрай актуальною наявність ефективної системи психологічного супроводження, підготовки та підтримки як цивільних осіб, так й особливо військовослужбовців, які перебувають під впливом інтенсивного травматичного стресу. Найважливішими показниками психологічної готовності військовослужбовців до виконання діяльності в бойових (екстремальних) умовах є адаптивні здібності до стресу, емоційна стійкість та професійна надійність. Психологічна стійкість військовослужбовців особливо важлива в умовах постійного стресу, у бойових діях. Психологічні чинники, що сприяють стійкості, визначаються як ключові компоненти, які працюють разом із фізичними та фізіологічними елементами.

Теоретичні та практичні питання психологічного забезпечення діяльності військовослужбовців в екстремальних (бойових) ситуаціях детально аналізуються у низці зарубіжних (R. Lazarus, S. Folkman, R. A. Grier, D. Grossman, N. Mittelman, J. P. McClung, M. E. Beckner, E. K. Farina, A. Flood, R. J. Keegan, E. R. Taylor, J. M. Richardson) та вітчизняних (В. Алещенко, Н. Агаєв, О. Кокун, І. Пішко, Н. Лозінська та ін.) публікацій.

Особливо важливою на сьогодні є проблема розвитку адаптивних здібностей людини до екстремальних умов життєдіяльності (В. Корольчук, В. Осьодло, В. Розов, В. Зливков, С. Лукомська, О. Федан та ін.).

Мета нашого дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично виявити особливості психологічної готовності військовослужбовців до діяльності в екстремальних (бойових) умовах.

Теоретичне підґрунтя. Аналіз наукової психологічної літератури показує надзвичайну важливість проблеми формування психологічної готовності військовослужбовців до діяльності в екстремальних (бойових) умовах. Водночас як у зарубіжній, так й у вітчизняній психології відзначається відсутність загальної концепції психологічної готовності до здійснення діяльності в екстремальних умовах та наявність розмаїття підходів до розвитку психологічної витривалості, психологічної стійкості (резильєнтності) до інтенсивного стресу, особистісних якостей і властивостей, необхідних для здійснення професійної діяльності військовослужбовців.

D. Grossman і N. Mittelman (2019) аналізують психологічну стійкість

військовослужбовців: досліджують поняття стійкості, механізми її формування та наслідки для військової підготовки й психічного здоров'я. Автори приходять до висновку, що психологічна стійкість є ключовим елементом ефективності військових операцій і збереження психічного здоров'я; і хоча стійкість залежить від біологічних, психологічних і соціальних чинників, її також можна розвивати через спеціальні тренування.

J. P. McClung, M. E. Beckner і E. K. Farina (2023) у дослідженні фізіологічної основи стійкості військовослужбовців розглядають психологічні чинники, що сприяють стійкості, як ключові компоненти, які працюють разом із фізичними та фізіологічними елементами. На думку авторів, психологічні чинники, що сприяють стійкості військовослужбовців, включають розумову стійкість, емоційну регуляцію, когнітивну гнучкість, соціальну підтримку та відчуття мети. Навчання та втручання, які розвивають ці риси, є важливими для формування стійкості. Автори також визначають взаємозв'язок між фізичним здоров'ям і психологічною стійкістю: взаємодія між психологічними та фізіологічними чинниками створює цілісний підхід до стійкості, коли і розум, і тіло потребують зміцнення, щоб протистояти викликам, з якими стикаються військовослужбовці.

A. Flood і R. J. Keegan (2022), аналізуючи когнітивну стійкість до психологічного стресу у військовослужбовців, підкреслюють велике значення розуміння природи стресу, який відчуває військовослужбовець, і стійкості когнітивних функцій до цього стресу. Стресори, з якими стикаються військовослужбовці, різноманітні: від ізоляваності та безсилля до загрози поранення або смерті. Удосконалення технологій і природа війни означають, що ці чинники стресу також постійно змінюються. Тому важко визначити стрес, який переживає військовослужбовець під час сучасних військових операцій, а також вплив цього стресу на когнітивні функції. Однак прояв когнітивної стійкості обмежений двома ключовими

міркуваннями: стрес є неминучою частиною життя військовослужбовців (Lazarus R., & Folkman S., 1984) та когнітивна продуктивність рідко є несприйнятливою до впливу стресу. Незважаючи на ці обмеження, когнітивну стійкість можна підвищити та існують індивідуальні відмінності як у психологічній реакції на стрес, так і в когнітивній стійкості до стресу. Виявлення характеристик, які пояснюють ці індивідуальні відмінності, має чітке застосування у військових умовах, зокрема у відборі когнітивно стійких військовослужбовців та визначення «когнітивної готовності» (R. A. Grier, 2012).

E. R. Taylor і J. M. Richardson (2017), вивчаючи мотиваційні чинники, які впливають на рішення вступити на військову службу, визначили різні аспекти мотивації, включаючи психологічні, соціальні та економічні чинники. Дослідження виявило багатогранність мотивацій і важливість різних аспектів, таких як фінансова стабільність, патріотизм і почуття обов'язку, кар'єрні можливості, персональна самореалізація та соціальні впливи. Для багатьох респондентів служба в армії була способом самовираження та можливістю перевірити себе у складних умовах, особистісного зростання та можливості долати труднощі, способом стати частиною чогось більшого, відчуваючи, що вони роблять внесок у безпеку та добробут своєї країни.

Психологічна підготовка, оцінка та прогнозування готовності до дій в умовах професійного стресу та ризику є одним із пріоритетних напрямків психологічного забезпечення. Психологічна готовність до дій в екстремальних умовах є метою та результатом психологічної підготовки й складається з двох системних блоків: 1) функціональної готовності, яка передбачає «сформованість професійно важливих знань, умінь та навичок адаптивного копінгу та управління стресом»; 2) особистісної готовності, яка включає сформованість та розвиненість адаптивних індивідуальних психологічних і психофізіологічних властивостей (Розов, 2024, с. 30).

Методи дослідження. Для вирішення поставлених у роботі завдань в емпіричному дослідженні було використано такі методи дослідження: методика Холмса-Раге для визначення рівня стресостійкості та адаптивності особистості (Зливков, Лукомська, & Федан, 2016; Розов, 2024);

методика вибору кольорів М. Люшера для диференційованої оцінки стану та діагностики ефективності саморегуляції (Зливков, Лукомська, & Федан, 2016; Розов, 2024).

Методика визначення стресостійкості та соціальної адаптації Т.Холмса і Р.Пейджа (Social Readjustment Rating Scale, SRRS) – це психометрична шкала, призначена для самооцінки актуального рівня стресу протягом останнього року. Використовується для простого, скринінгового визначення рівня актуального стресу та ймовірності розвитку межових нервово-психічних розладів. До складу шкали входить перелік травмуючих життєвих подій, ранжованих за балами, що визначають ступінь їх стресогенності. Досліджувані, прочитавши список життєвих подій, відмічають ті, які відбувалися у них протягом останнього року. Актуальний рівень стресу досліджуваного визначається за підсумковим балом шкали. Отриманий результат – це міра життєвих змін, що відображає рівень стресу та одночасно ступінь опору стресу.

Тест Люшера використаний для диференційованої оцінки стану та ефективності саморегуляції. Метод призначений для вивчення актуального стану, базових потреб, типу реагування і ступеня адаптованості досліджуваних. Процедура ранжування восьми кольорів, від найбільш приємного кольору до найбільш неприємного, дозволяє розрахувати показники сумарного відхилення (СВ) від аутогенної норми (АТ-норми) та коефіцієнт вегетації (Кв).

Х. Вальнефер виявив статистично достовірну послідовність вибору кольорів, яка на сьогодні використовується як стандарт так званої «аутогенної норми» (АТ-норма). Сумарне відхилення (СВ) – це сума відхилень позицій кольорів від АТ-норми. Сумарне відхилення є мірою гармонійності та внутрішньої оптимальності нервово-психічного стану людини.

Коефіцієнт вегетації (Кв) Шипоша (Розов, 2024, с. 492-493) – це «індикатор особливостей функціонування вегетативної

нервової системи, що фіксує наявність симпатичного або парасимпатичного домінування». К. Шипош виходив із твердження, що за М. Люшером червоний і жовтий – це кольори, які мобілізують, асоціюються з активністю, а синій і зелений – кольори пасивні, асоційовані з бездіяльністю. Ставлення обстежуваного до цих двох пар кольорів відображає його енергетичну настанову, числовим вираженням якої є коефіцієнт вегетації (Кв).

Розрахунок значень коефіцієнта вегетації (Кв) проводиться за формулою:

$$K_v = (18 - Ч_p - Ж) / (18 - С - 3),$$

де Ч_р – позиція червоного кольору; Ж – позиція жовтого кольору; С – позиція синього кольору; 3 – позиція зеленого кольору.

Значення $K_v > 1$ трактується як ерготропне домінування (збудження симпатичної нервової системи); $K_v < 1$ – як трофотропне домінування (збудження парасимпатичної нервової системи); $K_v = 1$ – вегетативний баланс. Оцінки Кв змінюються в діапазоні від 0,2 до 5 балів.

Отже, тест Люшера використовується для оцінювання емоційного стану досліджуваних, ефективності психічної саморегуляції, а також для оцінювання симпатичного або парасимпатичного домінування в функціонуванні вегетативної нервової системи. Превалювання симпатичної регуляції забезпечує поліпшення адаптивних можливостей, тому що сприяє генералізації нервових процесів, підвищує сенсорну чутливість і додає організму сил діяти відповідно до ситуації. Превалювання парасимпатичної регуляції, на противагу, погіршує адаптивні можливості людини (Зливков, Лукомська, & Федан, 2016, с. 123).

Дослідження психологічної готовності військовослужбовців до діяльності в бойових (екстремальних) умовах проводилося з військовослужбовцями міжнародного легіону. Для участі у дослідженні були залучені військовослужбовці з країн Європи та Америки у кількості 43 осіб різних вікових категорій.

Результати і обговорення. Методика визначення стресостійкості та соціальної адаптації Т.Холмса і Р.Паге (Social Readjustment Rating Scale, SRRS) дозволила оцінити актуальний рівень стресу досліджуваних військовослужбовців протягом останнього року. Отриманий результат – це міра життєвих змін, що відображає рівень стресу та одночасно ступінь опору стресу.

Розподіл досліджуваних військовослужбовців за рівнями

переживання актуального стресу наведено у табл. 1.

Дуже велику опірність стресу визначено у 42,1% досліджуваних військовослужбовців, що свідчить про їхню високу стресостійкість та мінімальний рівень стресового навантаження.

Високий рівень опірності стресу продемонстрували 5,3% військовослужбовців, яким притаманна стресостійкість та низький рівень стресового навантаження, діяльність таких досліджуваних достатньо ефективна.

Таблиця 1

Представленість рівнів переживання актуального стресу військовослужбовцями (у %)

Ступінь опору стресу			
дуже велика	висока	порогова (середня)	низька
менше 150	150-199	200-299	300 і більше
42,1	5,3	36,8	15,8

Пороговий (середній) рівень опірності стресу мають 36,8% досліджуваних, яким характерний середній рівень стресового навантаження; їхня стресостійкість знижується зі збільшенням стресових ситуацій у житті, тому такі люди змушені велику частину енергії і ресурсів витратити на боротьбу з негативними психологічними станами, що виникають в процесі стресу.

Низький рівень опірності стресу виявлено у 15,8% військовослужбовців, що проявляється у низькому рівні стресостійкості, такі досліджувані мають високий рівень стресового навантаження та їм не рекомендовано діяльність, пов'язану зі стресами. Велика кількість балів (понад 300) розцінюється як сигнал тривоги, оскільки існує велика ймовірність розвитку психосоматичних хвороб, а стан близький до нервового виснаження. Таким досліджуваним рекомендоване активне засвоєння способів саморегуляції стресу.

У шкалі стресогенних життєвих подій кожній життєвій ситуації відповідає певна кількість балів в залежності від ступеня їх стресогенності. При цьому в якості стресогенних розглядаються не тільки негативні події (наприклад, розлучення, тюремне ув'язнення), але й позитивні події, які вважаються приємними (одруження, видатне особисте досягнення). Наприклад, травми (53) та одруженню (50) приписується майже однакова кількість балів. Таким чином, в якості стресогенних розглядаються

будь-які події, які викликають серйозні життєві зміни, що призводять до фізіологічного та емоційного збудження.

Частота прояву стресогенних життєвих подій у військовослужбовців інтернаціонального легіону наведена у табл. 2.

Досліджувані найчастіше відмічають такі життєві події, які відбувалися у них протягом останнього року:

- Зміна місця проживання – 78,9%;
- Зміна професійної орієнтації, зміна місця роботи – 73,7%;
- Зміна умов життя – 68,4%;
- Зміна умов чи годин роботи – 68,4%;
- Різдво, зустріч Нового року, день народження – 52,6%;
- Зміна соціальної активності – 42,1%;
- Зміна звичок, пов'язаних з харчуванням – 42,1%;
- Травма або хвороба – 36,8%.

Більшість із відзначених життєвих подій пов'язана із переходом досліджуваних на військову службу в інтернаціональному легіоні.

Із травмуючих життєвих подій, які передували військовій службі досліджуваних, варто відмітити такі ситуації: Травма чи хвороба (36,8%); Зміна фінансового стану (21,1%); Смерть близького члена родини (15,8%); Смерть близького друга (10,5%), які мають високу ступінь стресогенності.

**Частота прояву стресогенних життєвих подій
у військовослужбовців інтернаціонального легіону**

Бали	Життєві події	%
63	Смерть близького члена родини	15,8
53	Травма або хвороба	36,8
45	Вихід на пенсію	5,3
44	Зміна в стані здоров'я членів родини	15,8
39	Поява нового члена родини, народження дитини	10,5
39	Реорганізація на роботі	10,5
38	Зміна фінансового стану	21,1
37	Смерть близького друга	10,5
36	Зміна професійної орієнтації, зміна місця роботи	73,7
29	Зміна посади, підвищення службової відповідальності	5,3
28	Видатне особисте досягнення, успіх	10,5
26	Початок або закінчення навчання	15,8
25	Зміна умов життя	68,4
20	Зміна умов чи годин роботи	68,4
20	Зміна місця проживання	78,9
20	Зміна місця навчання	21,1
19	Зміна звичок, пов'язаних із проведенням дозвілля чи відпустки	31,6
19	Зміна звичок, пов'язаних з віросповіданням	5,3
18	Зміна соціальної активності	42,1
17	Позичка чи позика для покупки не дуже великих речей (машини, телевізора)	15,8
16	Зміна індивідуальних звичок, пов'язаних зі сном, порушення сну	10,5
15	Зміна членів родини, зміна характеру і частоти зустрічей з іншими членами родини	31,6
15	Зміна звичок, пов'язаних із харчуванням	42,1
13	Відпустка	15,8
12	Різдво, зустріч Нового року, день народження	52,6
11	Незначне порушення правопорядку (наприклад, штраф)	10,5

Проте список життєвих подій, які відбувалися у досліджуваних протягом останнього року, не містить ситуацій, пов'язаних із сімейним та особистим життям. Військовослужбовці не відмічали як негативні події (Смерть дружини (чоловіка); Розлучення; Сексуальні проблеми; Посилення конфліктності стосунків з дружиною (чоловіком); Проблеми з родичами дружини (чоловіка) тощо), так і позитивні події, які відносяться до приємних (Одруження, весілля; Примирення подружжя тощо).

Процедура ранжування 8-ми кольорів Люшера дозволила здійснити розрахунок показника сумарного відхилення (СВ) від аутогенної норми та коефіцієнта вегетації (Кв) Шипоша.

Сумарне відхилення від аутогенної норми Вальнефера – це сума відхилень позицій кольорів від оптимального вибору. Сумарне відхилення (СВ) є мірою гармонійності та внутрішньої оптимальності нервово-психічного стану людини.

АТ-норма (аутогенна норма):

3 4 2 5 1 6 0 7

Вибір військовослужбовців:

2 1 5 4 3 6 7 0

Міра віддаленості кольірних переваг досліджуваного від аутогенної норми обчислюється як сума відхилень за всіма кольорами. Індивідуальні сумарні відхилення (СВ) досліджуваних військовослужбовців знаходяться у діапазоні від $\min=4$ до $\max=24$ (при можливих максимальних показниках – 56 балів).

Усереднене СВ = 15,38, що свідчить про незначне відхилення від АТ-норми.

Мінімальні значення СВ виявляють осіб з добре розвинутими механізмами саморегуляції (мимовільної та/або довільної): спокійні, стійкі, врівноважені, без ознак перевтоми та хронічної емоційної напруженості, глибоких особистісних конфліктів. Мінімальні значення сумарного відхилення є також показником адаптивності.

Інтерпретується значення СВ якісно: чим вище значення, тим більш виражені

конфліктність, песимістичність, нестабільність тощо.

Процедура розрахунку показника сумарного відхилення від аутогенної норми Х. Вальнефера передбачає переведення значень СВ у стандартну 7-ми бальну шкалу.

Аналіз розкиду індивідуальних значень показника СВ за стандартною 7-ми бальною

шкалою (табл. 3) показав, що у вибірці досліджуваних військовослужбовців домінує середній рівень (4 бали) непродуктивної нервово-психічної напруженості (56,25%), з достатнім ресурсом фізичного та психічного здоров'я, який дозволяє їм впоратися зі своїми професійними задачами.

Таблиця 3

Розкид значень показників сумарного відхилення (СВ) від аутогенної норми за стандартною 7-ми бальною шкалою (у %)

Стандартні бали	1	2	3	4	5	6	7
Значення СВ	-	6,25	25,0	56,25	12,5	-	-

Відсутня непродуктивна нервово-психічна напруженість (2 бали) у 6,25% досліджуваних військовослужбовців із високим вольовим самоконтролем, концентрацією на задачі та можливістю виконувати її протягом тривалого часу.

Незначна непродуктивна нервово-психічна напруженість (3 бали) визначена у 25% досліджуваних. Вона характеризується високо ресурсним станом, який дозволяє з легкістю долати стресові ситуації та спрямовувати свою увагу на професійну активність.

Підвищений рівень непродуктивної нервово-психічної напруженості (5 балів) виявлено у 12,5% досліджуваних військовослужбовців, загальний психоемоційний стан яких вирізняється підвищеною збудженістю, тривожністю, невпевненістю.

Найвищого рівня (6-7 балів) прояву показника сумарного відхилення від аутогенної норми, який характеризується вираженою непродуктивною нервово-психічною напруженістю у вибірці легіонерів не виявлено.

АТ-норма Вальнефера – це вибір, який прийнятий в якості норми колірних переваг та інтерпретується як еталон-індикатор нервово-психічного благополуччя. Чим ближче оцінка досліджуваного до нуля, тобто вибору аутогенної норми, тим ближчий він до ідеалу нервово-психічної стійкості. Чим більше значення СВ, тим більш виражена непродуктивна напруженість, скутість, нестабільність, стомлюваність, переважання негативних і астенічних переживань.

Відхилення від аутогенної норми збігається з підвищенням внутрішнього напруження і тривоги, зокрема, пов'язаної з

незадоволеністю базових потреб, зі схильністю до сумнівів, невпевненості, страхів, з падінням динамічної енергії дії, зі складнощами перемикання уваги.

Тест Люшера використовується для оцінювання не тільки емоційного стану досліджуваних, але й ефективності психічної саморегуляції, а також для оцінювання симпатичного чи парасимпатичного домінування в функціонуванні вегетативної нервової системи. Превалювання симпатичної регуляції забезпечує поліпшення адаптивних можливостей, тому що сприяє генералізації нервових процесів, підвищує сенсорну чутливість і додає організму сил діяти відповідно до ситуації (Зливков, Лукомська, & Федан, 2016; Розов, 2024). Превалювання парасимпатичної регуляції, на противагу, погіршує адаптивні можливості людини.

Коефіцієнт вегетації (Кв) Шипоша (Розов, 2024) виявляє особливості функціонування вегетативної нервової системи та фіксує наявність симпатичного або парасимпатичного домінування. Оцінки Кв змінюються в діапазоні від 0,2 до 5 балів.

Індивідуальні значення коефіцієнта вегетації (Кв) досліджуваних військовослужбовців знаходяться у діапазоні від $\min = 0,4$ до $\max = 1,86$.

Усереднене значення коефіцієнта вегетації $K_v = 0,88$, що свідчить про незначне трофотропне домінування (збудження парасимпатичної нервової системи) та незначне відхилення від вегетативного балансу ($K_v = 1$).

Представленість рівнів коефіцієнта вегетації (Кв) досліджуваних військовослужбовців подано у табл. 4. Індивідуальні значення коефіцієнта вегетації $K_v < 1$ становлять 68,75% у вибірці

легіонерів, що трактується як трофотропне домінування (збудження парасимпатичної нервової системи). Індивідуальні значення $K_v > 1$ становлять 31,25%, що свідчить про

ерготропне домінування (збудження симпатичної нервової системи) цієї групи досліджуваних легіонерів.

Таблиця 4

Представленість рівнів коефіцієнта вегетації (у %)

Коефіцієнт вегетації (K_v)				
$K_v < 1$			$K_v > 1$	
68,75			31,25	
$K_v < 0,6$	$0,75 > K_v > 0,6$	$1 > K_v > 0,75$	$1,8 > K_v > 1$	$K_v > 1,8$
37,5	25	6,25	25	6,25

Індивідуальні значення коефіцієнта вегетації $K_v > 1$ (31,25%) характеризують внутрішню готовність до реалізації сил в діяльності, проте при значеннях $K_v > 1,8$ (6,25% вибірки) виникають труднощі у сприйманні навантаження, необхідність значних вольових зусиль у виконанні діяльності. Оптимальне значення $K_v = 1,2$ [18].

Індивідуальні значення коефіцієнта вегетації $K_v < 1$ (68,75%), особливо $K_v < 0,75$ (25%), свідчать про втому, схильність до збереження та накопичення сил; значення в діапазоні $K_v < 0,6$ (37,5%) свідчать про парасимпатикотонію, тобто про недостатнє відновлення або хворобливий стан.

Висновки. В емпіричному дослідженні психологічної готовності військовослужбовців до діяльності в бойових умовах визначено рівень стресостійкості та адаптивності особистості за допомогою методики Холмса-Рей. У вибірці легіонерів домінує дуже високий і високий рівень опірності стресу, який характеризується стресостійкістю та низьким рівнем стресового навантаження, діяльність таких досліджуваних достатньо ефективна. Низький рівень опірності стресу виявлено у 15,8% військовослужбовців, що проявляється у низькому рівні стресостійкості, їм рекомендоване активне засвоєння способів саморегуляції стресу. Досліджувані найчастіше відмічають такі стресогенні життєві події, що відбувалися у

них протягом останнього року, які пов'язана із переходом на військову службу в інтернаціональному легіоні.

За методикою вибору кольорів М. Люшера діагностовано ефективність саморегуляції: усереднене сумарне відхилення від аутогенної норми Вальнефера ($CV = 15,38$) свідчить про незначне відхилення від АТ-норми, яка є мірою гармонійності та внутрішньої оптимальності нервово-психічного стану людини. У вибірці досліджуваних військовослужбовців домінує середній рівень непродуктивної нервово-психічної напруженості (56,25%), з достатнім ресурсом фізичного та психічного здоров'я, який дозволяє їм впоратися зі своїми професійними задачами. Середнє значення коефіцієнту вегетації (K_v) досліджуваних військовослужбовців свідчить про незначне відхилення від вегетативного балансу.

Отже, про психологічну готовність військовослужбовців до виконання діяльності в бойових (екстремальних) умовах свідчить стресостійкість, достатній ресурс фізичного та психічного здоров'я, внутрішня готовність до реалізації сил в діяльності. Для підвищення психологічної готовності до дій в екстремальних умовах особливо важливими є індивідуальна оптимізація адаптаційних можливостей та набуття навичок з психологічної саморегуляції.

Список використаних джерел

1. Алещенко, В. (2023). Формування психологічної готовності військовослужбовців до ведення бойових дій. *Вісник Національного університету оборони України*. 4(74), 5-13.
2. Зливков, В. Л., Лукомська, С. О., & Федан, О. В. (2016). Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Педагогічна думка.
3. Кокун, О. М., Агаєв, Н. А., Пішко, І. О., Лозінська, Н. С. & Корня, Л. В. (2019). Психологічне вивчення особового складу Збройних Сил України : методичний посібник. ФОП Маслаков.
4. Кокун, О. М., Лозінська, Н. С., & Пішко, І. О. Мороз, В. М. (Ред.) (2023). Практикум з формування стресостійкості військовослужбовців до раптових змін бойової обстановки : методичний посібник. Центр учбової літератури.

5. Корольчук, В. М. (2013). Детермінанти стійкості особистості до дії стресогенних факторів. *Проблеми екстремальної та кризової психології*, 14(1), 153-162.
6. Осодло, В. І., Грилюк, С. М., & Тютюнник, Л. Л. (2021). Сучасний стан і перспективи психологічного забезпечення в Збройних Силах України. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*, 1, 89-98.
7. Розов, В. І. (2024). Психологія екстремальних ситуацій: адаптивність до стресу та психологічне забезпечення : науково-практичний посібник. КНТ.
8. Adam, B. D., Hall, C. D. T., & Thomson, M. H. (2009). Military individual readiness. Defence Research and Development Canada. Toronto. URL: <http://www.journal.forces.gc.ca/vol14/no2/page36-eng.asp>
9. Flood, A., & Keegan, R. J. (2022). Cognitive Resilience to Psychological Stress in Military Personnel. *Front Psychol*, Mar 16; 13:809003.
10. Grier, R. A. (2012). Military cognitive readiness at the operational and strategic levels: a theoretical model for measurement development. *J. Cogn. Engin.*, Dec. Making 6, 358-392. doi: 10.1177/1555343412444606
11. Grossman, D., & Mittelman, N. (2019). Psychological Resilience in Military Personnel: A Comprehensive Review. *Military Medicine*, 184(6-7), 213-220.
12. Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York: Springer, 22-46. DOI: 10.4236/psych.2016.714171
13. McClung, J. P., Beckner, M. E., & Farina, E. K. (2023). Assessing the physiological basis for resilience in military personnel. *Stress Health*, 39, 33-39.
14. Taylor, E. R., & Richardson, J. M. (2017). Motivational Factors Influencing Enlistment in the U.S. Military. *Journal of Applied Psychology*, 102(3), 345-359.

References

1. Aleshchenko, V. (2023). Formuvannya psykholohichnoi hotovnosti viiskovosluzhbovtiv do vedennia boiovykh dii [Formation of psychological readiness of servicemen for combat operations]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*. 4(74), 5-13. (in Ukrainian)
2. Zlyvkov, V. L., Lukomska, S. O., & Fedan, O. V. (2016). Psykhodiahnostyka osobystosti u kryzovykh zhyttievykh sytuatsiakh [Psychodiagnostics of personality in crisis life situations]. *Pedahohichna dumka*. (in Ukrainian)
3. Kokun, O. M., Ahaiev, H. A., Pishko, I. O., Lozinska, N. S. & Kornia, L. V. (2019). Psykhologichne vyvchennia osobovoho skladu Zbroinykh Syl Ukrainy : metodychnyi posibnyk [Psychological study of personnel of the Armed Forces of Ukraine: a methodological manual]. FOP Maslakov. (in Ukrainian)
4. Kokun, O. M., Lozinska, N. S., & Pishko, I. O. Moroz, V. M. (Red.) (2023). Praktykum z formuvannya stresostiikosti viiskovosluzhbovtiv do raptovykh zmin boiovoi obstanovky: metodychnyi posibnyk [Workshop on developing stress resistance of military personnel to sudden changes in the combat situation: methodological manual]. Tsentr uchbovoi literatury. (in Ukrainian)
5. Korolchuk, V. M. (2013). Determinanty stiikosti osobystosti do dii stresohennykh faktoriv [Determinants of individual resistance to the effects of stress factors]. *Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii*, 14(1), 153-162. (in Ukrainian)
6. Osodlo, V. I., Hryliuk, S. M., & Tiutiunnyk, L. L. (2021). Suchasnyi stan i perspektyvy psykholohichnoho zabezpechennia v Zbroinykh Sylakh Ukrainy [Current status and prospects of psychological support in the Armed Forces of Ukraine]. *Dniprovskiyi naukovyi chasopys publichnoho upravlinnia, psykholohii, prava*, 1, 89-98. (in Ukrainian)
7. Rozov, V. I. (2024). Psykhologhiia ekstremalnykh sytuatsii: adaptivnist do stresu ta psykholohichne zabezpechennia : naukovo-praktychnyi posibnyk [Psychology of extreme situations: adaptability to stress and psychological support : a scientific and practical guide]. KNT. (in Ukrainian)
8. Adam, B. D., Hall, C. D. T., & Thomson, M. H. (2009). Military individual readiness. Defence Research and Development Canada. Toronto. URL: <http://www.journal.forces.gc.ca/vol14/no2/page36-eng.asp>
9. Flood, A., & Keegan, R. J. (2022). Cognitive Resilience to Psychological Stress in Military Personnel. *Front Psychol*, Mar 16; 13:809003.
10. Grier, R. A. (2012). Military cognitive readiness at the operational and strategic levels: a theoretical model for measurement development. *J. Cogn. Engin.*, Dec. Making 6, 358-392. doi: 10.1177/1555343412444606
11. Grossman, D., & Mittelman, N. (2019). Psychological Resilience in Military Personnel: A Comprehensive Review. *Military Medicine*, 184(6-7), 213-220.
12. Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York: Springer, 22-46. DOI: 10.4236/psych.2016.714171
13. McClung, J. P., Beckner, M. E., & Farina, E. K. (2023). Assessing the physiological basis for resilience in military personnel. *Stress Health*, 39, 33-39.
14. Taylor, E. R., & Richardson, J. M. (2017). Motivational Factors Influencing Enlistment in the U.S. Military. *Journal of Applied Psychology*, 102(3), 345-359.

Summary

PSYCHOLOGICAL READINESS OF SERVICEMEN IN THE INTERNATIONAL LEGION
FOR ACTIVITY IN COMBAT CONDITIONS

Vasylkevych Ya. Z. candidate of psychological sciences,
associate professor, Hryhorii Skovoroda University in Pereiaslav

Lomak M. M. master of psychology, commander of 4th
international legion, international legion of defense of Ukraine

Introduction. The full-scale Russian invasion has created numerous extreme situations in Ukraine. Under such conditions, it is critical to have an effective system of psychological support, training, and assistance for both civilians and, particularly, servicemen who are subjected to intense traumatic stress. The most important indicators of military personnel's psychological readiness for activities in combat (extreme) conditions are their adaptive abilities to stress, emotional resilience, and professional reliability. The psychological resilience of servicemen is particularly crucial in conditions of constant stress during combat operations. Psychological factors that contribute to resilience are considered key components that work alongside physical and physiological elements.

Purpose: The aim of our study is to theoretically substantiate and empirically identify the features of servicemen's psychological readiness for activity in extreme (combat) conditions.

Methods. To address the tasks set in the study, we used the following research methods in the empirical study: the Holmes-Rahe method for determining the level of stress resistance and personal adaptability; the Luscher Color Test for a differentiated assessment of state and diagnostics of self-regulation effectiveness. The procedure of ranking eight colors allowed us to calculate indicators of total deviation (TD) from the autogenic norm (AT-norm) and the vegetative coefficient (VC) by Shiposh.

Originality. The level of personal stress resistance and adaptability was determined using the Holmes-Rahe methodology. A very high and high level of stress resistance was demonstrated by 47.4% of the servicemen, who are characterized by stress resistance and a low level of stress load, making their activities quite effective. A threshold level of stress resistance was found in 36.8% of the subjects, characterized by a medium level of stress load. A low level of stress resistance was identified in 15.8% of the servicemen, which manifests in low stress resistance, and they are not recommended for activities associated with stress; instead, active mastery of stress self-regulation methods is recommended. The subjects most frequently noted stressogenic life events related to transitioning to military service in the international legion. The Luscher Color Test was used for diagnostics of self-regulation effectiveness. The average total deviation from the autogenic norm of Valnefer $TD = 15.38$ indicates a slight deviation from the AT-norm, which measures the harmony and internal optimality of an individual's nervous and psychological state. In the sample of servicemen under study, an average level of non-productive nervous-psychological tension dominates (56.25%), with sufficient physical and mental health resources, enabling them to cope with their professional tasks. Non-productive nervous-psychological tension is absent in 6.25% and is insignificant in 25% of the subjects. This level is characterized by a highly resourceful state that allows them to easily overcome stressful situations and focus their attention on professional activity. An elevated level of non-productive nervous-psychological tension was found in 12.5% of the studied servicemen, whose overall psycho-emotional state is distinguished by heightened excitability, anxiety, and insecurity. The highest level, characterized by pronounced non-productive nervous-psychological tension, was not found in the sample of legionnaires. The vegetative coefficient (VC) of the studied servicemen, determined by the Luscher test, has an average value indicating a slight deviation from the vegetative balance.

Conclusion. The psychological readiness of servicemen for activities in combat (extreme) conditions is evidenced by stress resistance, sufficient physical and mental health resources, and an internal readiness to apply effort to activities. To enhance psychological readiness for actions in extreme conditions, individual optimization of adaptive capabilities and the acquisition of psychological self-regulation skills are especially important.

Keywords: extreme situations; psychological readiness; adaptability; psycho-emotional state; stress resistance; nervous-psychological tension.

Концептуалізація – Василькевич Я. З.

Методика – Ломак М. 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: 08.03.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 10.04.25

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ВИЗНАЧЕННЯ ВПЛИВУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ НА ЕФЕКТИВНІСТЬ КОЛЕКТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СПІВРОБІТНИКІВ ДСНС УКРАЇНИ

*Горбачук Г. Б. перший заступник начальника
Головного управління ДСНС України у
Вінницькій області
<https://orcid.org/0009-0008-6642-9172>*

Співвідносячи показники колективної діяльності співробітників службових колективів із рівнями їхньої стресостійкості, можна зробити висновки про те, що вони перебувають у взаємозв'язку з основними компонентами стресостійкості. Співробітники службового колективу показують найвищий рівень ефективності колективної діяльності під час реалізації професійних завдань за такими рівнями стресостійкості, як середній і вище за середній. Співробітники із зазначеними рівнями стресостійкості демонструють вищу задоволеність спільною діяльністю та її результатом, ніж їхні колеги, що мають низький рівень стресостійкості. Отже, рівні стресостійкості середній і нижче за середній відповідають ідентичним рівням ефективності колективної діяльності. Цей факт свідчить про можливість підвищення ефективності колективної діяльності за допомогою розвитку у співробітників стресостійкості.

Ключові слова: стресостійкість; службовий колектив; колективна діяльність; ефективність колективної діяльності; задоволеність спільною діяльністю; професійні завдання.

Вступ. За задумом констатувального експерименту було організовано і проведено дослідження стресостійкості співробітників підрозділів ДСНС України, що виконують завдання із ліквідації наслідків аварій та катастроф, та ефективності їхньої колективної діяльності (Психологія стресу та стресових розладів, 2023). Аналіз змістовних характеристик стресостійкості у вибірці співробітників та оцінювання ефективності їхньої колективної діяльності здійснювались на основі попередньо визначених критеріїв і показників. Після завершення процедури психодіагностичного тестування отримані дані було перевірено на правильність заповнення, систематизовано і переведено в електронні таблиці даних із врахуванням підрозділів. Далі з використанням ПТК «Психо-тест – ПГС» (Гульбс О.А., Сафін О.Д., Мельник Я.І., Кобець О.В. Експериментальна психологія: практикум: ПТК «Психо-тест – ПГС», 2023) було проведено опрацювання отриманих вимірювань та їхню стандартизацію.

Теоретичне підґрунтя. В.М. Крайнюк, О.Д. Сафін, О.М. Сорока, О.В. Тімченко, Н.В. Онищенко, В.І. Осьодло та інші українські дослідники розглядають стресостійкість як один із різновидів психічної стійкості, яка є в основі

формування та розвитку як фізичного, так і психічного здоров'я людини, а також тією детермінантою, яка визначає розвиток психологічної готовності фахівця до професійної діяльності та підвищення її результативності та продуктивності.

Мета – визначення впливу стресостійкості співробітників ДСНС України на ефективність їхньої колективної діяльності.

Методи – тестування, експертне опитування, методи математичної статистики.

Виклад матеріалу та обговорення. Стандартизація дозволила зіставити різні рівні ознак, виявлених у респондентів, які мають неоднакову розмірність сирих балів, при цьому дисперсія ознак не змінювалася. Це надало можливість домогтися більшої наочності результатів і зберегти варіабельність, що необхідно під час подальшого аналізу та інтерпретації даних. Причиною стандартизації стало те, що для проведення психодіагностичного тестування застосовували кілька діагностичних методик (Методика діагностики самооцінки Ч.Спілберга і Ч.Ханіна, опитувальник PSM-25 і Шкала прийнятності Н.Бахаревої), інтерпретацію за якими здійснюють на підставі розрахункових балів, а подальше

співвідношення з іншими методиками, що представляють результати у стандартизованих балах, буде утруднене. Результати експертного опитування та анкетування було подано у порядкових шкалах від 1 до 5 балів, що сприяло оптимізації процедури подальшого опрацювання. Для оптимізації подальших дослідницьких процедур було сформовано систему співвідношення шкал. Так, результати, отримані після математичного опрацювання, що подаються у проміжку від 1 до 5 балів, було згруповано, виходячи із такої градації: 1 - низький рівень, 2 - рівень, нижчий за середній, 3 - середній рівень, 4 – рівень, вищий за середній; 5 - високий рівень. За аналогією подають і дані у стандартизованих балах: 1-2 стена -

низький рівень, 3-4 стена – рівень, нижчий за середній, 5-6 стенив - середній рівень, 7-8 стенив – рівень, вищий за середній; 9-10 стенив - високий рівень. Така градація дозволила визначити 5 відповідних рівнів стресостійкості та 5 рівнів ефективності колективної діяльності.

Дані, отримані в результаті обстеження колективів, було усереднено, що дозволило отримати загальне уявлення про рівні вираженості показників, за допомогою яких надалі визначали рівні стресостійкості співробітників підрозділів ДСНС України. Показники застосовуваних методик, п'ятифакторного особистісного опитувальника (Five-Factor Inventory) і методики діагностики самооцінки Ч.Спілберга і Ч.Ханіна, подано у табл. 1.

Таблиця 1

Середні показники п'ятифакторного особистісного опитувальника і методики діагностики самооцінки Ч.Спілберга і Ч.Ханіна

Підрозділи	Екстраверсія – інтроверсія (EI)	Прихильність – відособленість (PRV)	Самоконтроль – імпульсивність (CI)	Емоційна стійкість – емоційна нестійкість	Експресивність – практичність	Ситуативна тривожність (CT)	Особистісна тривожність (OT)
1	4	5	6	4	4	5	6
2	4	5	6	5	4	4	6
3	5	7	6	5	5	5	7
4	6	6	6	6	6	4	5

Наочне співвідношення показників даних методик подано на рис. 1.

Для вимірювання стресових відчуттів за соматичними, поведінковими та емоційними ознаками використовувався опитувальник PSM-25. Дані, отримані за його допомогою, також було стандартизовано із використанням можливостей ПТК «Психо-тест – ПГС», що дозволило класифікувати їх за п'ятьма раніше визначеними рівнями. Отримані результати подано у табл. 1 у відсотковому співвідношенні і відображено на рис. 1.

Оскільки в результаті проведеного

емпіричного дослідження із використанням методик П'ятифакторного особистісного опитувальника (Five-Factor Inventory) і Методики діагностики самооцінки Ч.Спілберга та Ч.Ханіна, Опитувальника PSM-25 було отримано понад сто перемінних, то для опрацювання первинних результатів доцільно було застосовувати багатовимірні методи аналізу даних (Гульбс О.А., Кравченко О.О., Сафін О.Д., Кобець О.В., 2022). У зв'язку з цим було підібрано метод зменшення розмірності вихідних даних - факторний аналіз.

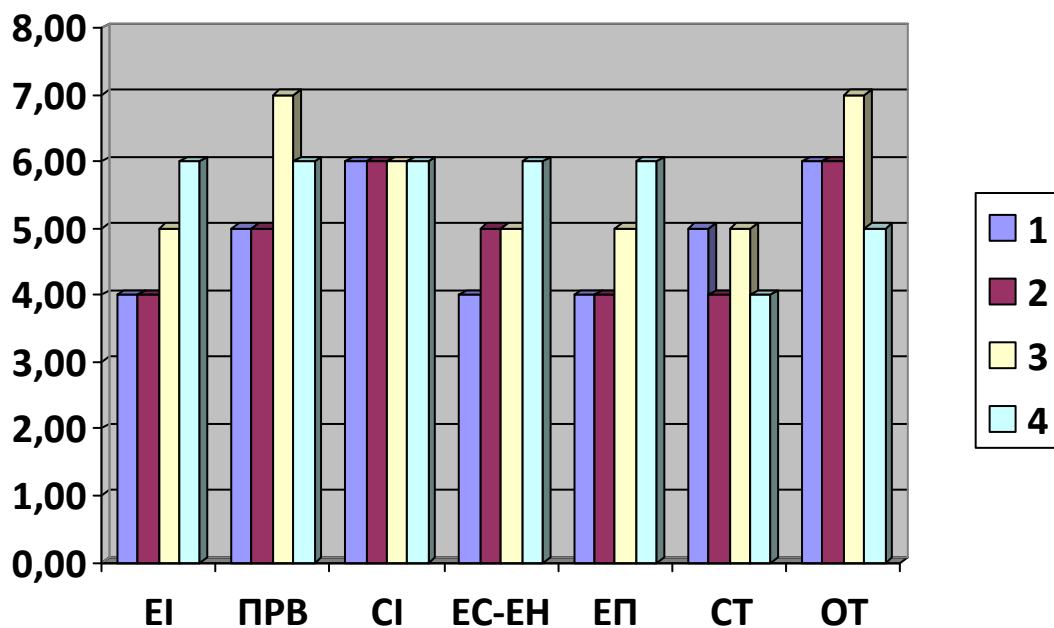


Рис. 1. Середні показники за п'ятифакторним особистісним опитувальником і методикою діагностики самооцінки Ч.Спілберга і Ч.Ханіна у 1-4 підрозділах

Таблиця 2

Рівні стреса, виявлені у співробітників підрозділів ДСНС України (у %)

Рівень стреса	1 підрозділ	2 підрозділ	3 підрозділ	4 підрозділ
низький		5		
нижче за середній	6	1	6	12
середній	66	62	51	82
вище за середній	27	32	42	6
високий	1		1	

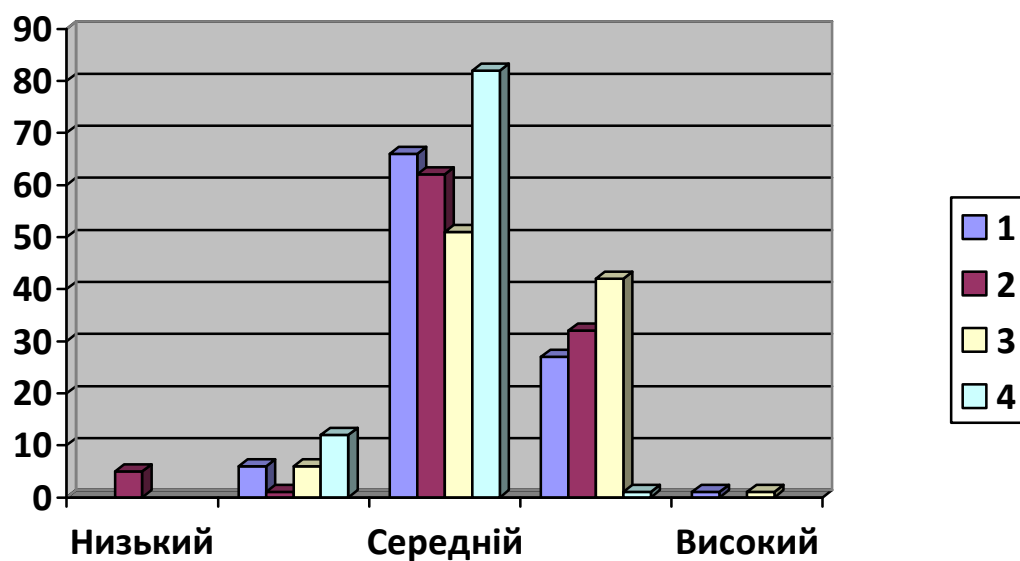


Рис. 2. Рівні стресу, виявлені у співробітників 1-4 підрозділів ДСНС України (у %)

Використання факторного аналізу дозволило із отриманого масиву даних, що складається із великої кількості вихідних ознак, дозволило встановити доволі вузький набір «властивостей», що характеризують зв'язок між групами цих ознак, які й називатимуться факторами. Проведення факторного аналізу стало можливим, оскільки було виконано такі умови: дослідження проводили на достатньо великій вибірці; отримані перемінні подано у порядкових шкалах, вони є незалежними, а їхній розподіл близький до нормального; усі зв'язки мають лінійний характер.

Процедура проведення факторного аналізу складалася із послідовних етапів:

обчислення кореляційної матриці для усіх перемінних, що беруть участь в аналізі. Для проведення факторного аналізу використовували такі показники: екстраверсія - інтроверсія; прив'язаність - відособленість; самоконтроль - імпульсивність; емоційна стійкість - емоційна нестійкість; експресивність -

практичність; рівень стресу; ситуативна тривожність - особистісна тривожність;

вилучення чинників. На цьому етапі вирішували перше завдання факторного аналізу - вибір взаємодіючих перемінних, взаємна кореляція яких визначає найбільшу частину загальної дисперсії. З них утворився перший фактор. Далі перший фактор виключали і за наведеною вище схемою утворили другий фактор, і т. п., поки не було вичерпано усю загальну дисперсію перемінних. У результаті було виокремлено 3 первинні компоненти;

обертання факторів. Основною метою цього етапу було отримання простої структури, якій відповідало велике значення навантаження кожної перемінної лише за одним фактором і мале значення - за іншими факторами. Для зміни початкової структури чинників, що сприяє подальшій інтерпретації, було застосовано один із трьох ортогональних методів обертання - Варімакс (табл. 2).

Таблиця 2

Результати факторного аналізу

Матриця повернутих компонентів			
Параметри	Компонента		
	1	2	3
Ситуативна тривожність	0,952		
Рівень стресу (PS25)	0,919		
Особистісна тривожність	0,622		
Експресивність – практичність		0,881	
Екстраверсія – інтроверсія		0,754	
Самоконтроль – імпульсивність			0,758
Прихильність – відособленість			0,737
Емоційна стійкість – емоційна нестійкість			-0,637

На завершення цього етапу було сформовано 3 фактори, в яких первинні перемінні було відсортовано у порядку зменшення факторних навантажень:

фактор - ситуативна тривожність $r=0,951$, рівень стресу $r=0,918$, особистісна тривожність $r=0,621$;

фактор - експресивність - практичність $r=0,880$, екстраверсія - інтроверсія $r=0,753$;

фактор - самоконтроль - імпульсивність $r=0,757$, прив'язаність - відособленість $r=0,736$, емоційна стійкість - емоційна нестійкість $r=-0,636$.

На цьому етапі проведено інтерпретацію чинників. Під час аналізу

першого фактора звертає на себе увагу те, що він містить перемінні із позитивними і значущими факторними вагами, пов'язані із переживанням почуття тривоги і стану психічної напруженості. Пункти, включені до цього чинника за їхнього перебування на високому або низькому рівнях, формують дезадаптивну поведінку особистості, що виявляється найчастіше у гострій, небезпечній ситуації у формі психічного напруження, заклопотаності, нервозності. Цьому фактору доцільно присвоїти мітку «Стрес».

Другий фактор увібрав у себе перемінні, пов'язані із соціальною

взаємодією, задоволенням цікавості та навчанням. Так, отримані дані свідчать про те, що більшість співробітників не прагнуть повною мірою задовольнити власну цікавість, виявляючи недостатній інтерес до різних аспектів життя. Вони відносно легко навчаються, але частіше довіряють власним почуттям та інтуїції, ніж здоровому глузду, мало звертають уваги на поточні повсякденні справи та обов'язки, намагаються уникнути рутинної роботи. Такі співробітники товариські, але спілкування вибіркове, є тенденції «відходу у себе». Вони не особливо люблять розваги і колективні заходи, але беруть у них участь. Мають невелике коло друзів і знайомих, але іноді відчують потребу у спілкуванні із людьми, з якими можна обмінятися враженнями і приємно провести час. Такі співробітники демонструють достатньо високий контроль над почуттями і вчинками, тому вони рідко бувають схильними до запальності та агресивності. Цей фактор можна назвати «Соціальна спрямованість».

До третього фактору було включено перемінні, що характеризують спрямованість особистості на досягнення результату, почуття відповідальності за колективну справу та емоційну стійкість. Переважна кількість співробітників обстежених підрозділів не завжди є наполегливими у діяльності, але намагаються досягти у ній високих результатів. Вони намагаються дотримуватися моральних принципів і не порушувати загальноприйнятих норм поведінки у суспільстві. Вони відчують потребу бути поруч з іншими людьми. Як правило, це добрі, чуйні люди, вони достатньо добре розуміють інших, толерантні до їхніх недоліків. Відчують відповідальність за колективну справу, сумлінно і відповідально виконують узяті на себе доручення. Взаємодіючи з іншими, такі люди намагаються уникати розбіжностей, не люблять конкуренції, більше вважають за краще співпрацювати із людьми, ніж змагатися, у власній поведінці виявляють доволі високе почуття відповідальності, не намагаються ухилитися від реальності, але бувають примхливими. Такі люди хоч і не почуваються безпорадними, їхня поведінка

багато у чому зумовлена ситуацією. Вони набагато гірше діють у стресових ситуаціях, у яких переживають психологічну напругу. Як правило, ці співробітники є дуже образливими, і у них спостерігається заниження рівня самооцінки. Цьому фактору присвоєно мітку «Саморегуляція».

Перш ніж оцінити ефективність колективної діяльності підрозділів загалом, досліджували ефективність діяльності кожного члена службового колективу за зазначеними вище критеріями (нормативно-продуктивним і соціально-психологічним) із використанням анкетування та експертного опитування керівників. Результати, отримані під час факторного аналізу, надали можливість визначити взаємозв'язок отриманих чинників стресостійкості та показників ефективності колективної діяльності співробітників підрозділів ДСНС України. Оскільки рівень вираженості компонентів стресостійкості та показників ефективності колективної діяльності було представлено у порядкових шкалах, то для визначення зв'язку між ними використовували критерій Пірсона.

Проведений аналіз емпіричних даних дозволив виявити значущі відмінності, які дозволяють стверджувати, що показники ефективності діяльності за результатами експертного опитування керівників не пов'язані з фактором «Соціальна спрямованість», а перебувають у взаємозв'язку з такими факторами стресостійкості:

фактор «Стрес» на рівні $p=0,01$ із показником «Здатність зберігати високу працездатність в екстремальних умовах», і на рівні $p=0,05$ із показниками «Дисциплінованість, старанність», «Витримка, самовладання», «Здатність працювати самостійно», «Ефективність діяльності у цілому». Із врахуванням змістовної частини чинників, за наявності вираженості чинника «Стрес» на високому або на низькому рівнях працівник характеризується як такий, що не здатний зберігати високу працездатність в екстремальних умовах, має низьку дисциплінованість і старанність, невитриманий, показує невисоку ефективність у діяльності загалом. Отже, при знаходженні фактора «Стрес» на

середньому рівні ці показники будуть максимально високими;

фактор «Саморегуляція» на рівні $p=0,01$ із показником «Професійна компетентність». Співробітники, які володіють низьким рівнем емоційної стійкості, слабкими навичками саморегуляції психоемоційних станів, які не відчувають почуття відповідальності за колективну справу, характеризуються керівниками як такі, що не володіють професійною компетентністю, тобто співробітники із низьким рівнем професіоналізму. На протилежному полюсі значення цього фактору співробітник характеризується як професіонал високого рівня.

Проведений кореляційний аналіз чинників стресостійкості та показників емоційної задоволеності спільною діяльністю, отриманих під час анкетного опитування співробітників, виявив їхню непов'язаність із чинником «Стрес», але детермінованість чинником «Саморегуляція» і чинником «Соціальна спрямованість». Отже, співробітники, у яких фактор «Соціальна спрямованість» перебуває на низькому рівні, емоційно не задоволені вимогливістю до себе із боку керівників, вважаючи її надмірно завищеною, взаємовідносинами із безпосереднім керівником і врахуванням керівником думок і пропозицій підлеглих, а також організацією служби, режимом роботи і перспективою службового зростання. У разі підвищення рівня цього чинника відбувається підвищення показників емоційної задоволеності спільною діяльністю зі співробітниками, з якими він перебуває у взаємозв'язку.

Виходячи із виявленої специфіки зв'язку фактора «Саморегуляція» із показниками емоційної задоволеності спільною діяльністю, можна стверджувати, що за його низьких рівнів показники також будуть знижені, і співробітник не відчуватиме емоційного задоволення спільною діяльністю на належному рівні, і навпаки, що вищим є значення фактору, то

вищим є рівень емоційної задоволеності. Виняток становитимуть показники «Заохочення добрим словом керівника» і «Перспектива службового зростання», з якими цей фактор не пов'язаний.

Аналізуючи дані, отримані в результаті експертного опитування, для кожного колективу, що залучений до експерименту, ефективність діяльності підрозділу визначалася в результаті математичного розрахунку, виходячи з ефективності діяльності кожного співробітника, для чого до середнього арифметичного значення показників, закладених в експертному опитуванні, додавалися додаткові коефіцієнти, пов'язані із кількістю заохочень і стягнень за останній рік. Отримані результати підсумовували, і кінцеву суму ділили на кількість членів колективу. Процедура розрахунку, зазначену вище, можна подати у вигляді формули:

$$E_{сд} = \frac{\sum n}{(R_1 + R_2 + \dots + R_{16})16} + (P * 0,1 + V(-0,1))$$

де $E_{сд}$ - показник ефективності діяльності службового колективу, $R_1..16$ - показники ефективності діяльності експертного опитування, P - кількість заохочень, V - кількість стягнень, n - кількість членів службового колективу.

Емоційна задоволеність спільною діяльністю усіх співробітників колективу визначалася за формулою:

$$E_{зд} = \frac{\sum n}{(R_1 + R_2 + \dots + R_{20})16}$$

де $E_{зд}$ - показник емоційної задоволеності спільною діяльністю, $R_1..20$ - показники емоційної задоволеності, визначені під час анкетування, n - кількість членів службового колективу. За результатами обстеження отримані дані щодо ефективності підрозділів та емоційної задоволеності спільною діяльністю заносили до таблиці (табл. 3).

Показники емоційної задоволеності спільною діяльністю та ефективність підрозділів ДСНС України за нормативно-продуктивним критерієм

Підрозділи	Емоційна задоволеність спільною діяльністю (ЕЗСД)	Ефективність діяльності (ЕД)
1	4	3
2	4	4
3	5	3
4	5	4

За нормативно-продуктивним критерієм встановлено, що ефективність діяльності підрозділів має показники середнього та вище за середній рівнів. Водночас результати соціально-психологічної ефективності підрозділів є

дещо іншими. Так, обидва підрозділи експериментальної групи мають рівень емоційної задоволеності вище за середній, а контрольної групи - високий рівень. Дані, подані у таблиці 4, знайшли своє відображення на графіку (рис. 3).

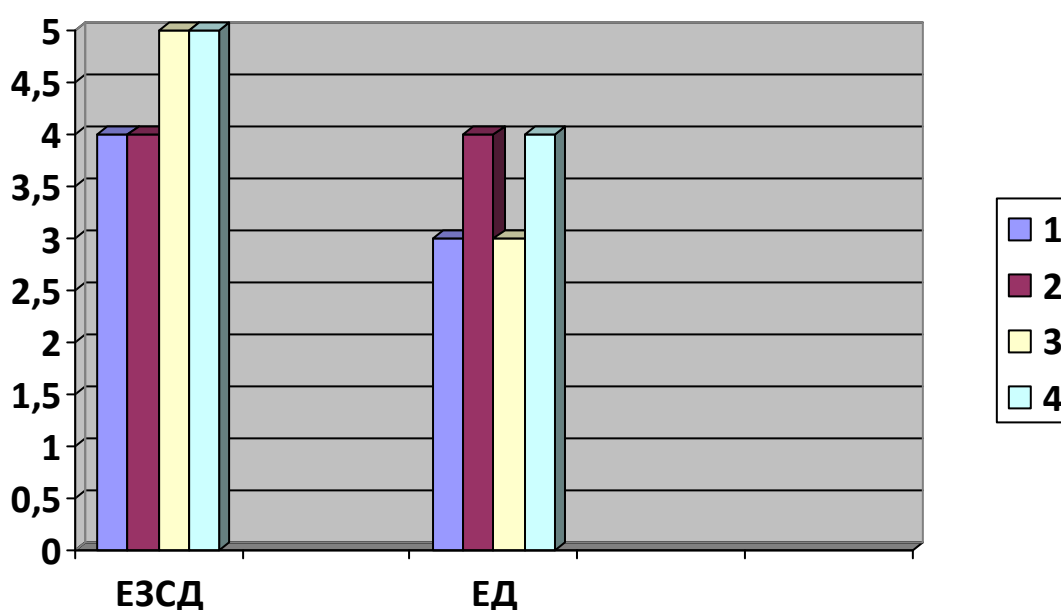


Рис. 3. Середні показники емоційної задоволеності спільною діяльністю та ефективності діяльності 1-4 підрозділів ДСНС України

Соціально-психологічний критерій ефективності колективної діяльності складається не лише із показників емоційної задоволеності самою діяльністю, а й визначається рівнем розвитку самої групи. Для вивчення порівняльних особливостей відповідно до зазначених показників у дослідженні використовували методику «Шкала прийнятності» Н.Бахаревої, що дозволило здійснити порівняння рівнів розвитку службових колективів. Отримані результати подано у табл. 4. Із таблиці

видно, що підрозділи 1 і 2 за вираженістю показників (ЕЕ), (ІСП) і (СС) перебувають на середньому рівні, а показники підрозділів 1 і 2 за показником (ЕЕ) - на рівні, вищому за середній. Далі показники варіюються: для підрозділу 3 показники (ІСП) і (СС) перебувають на середньому рівні, як і показник (ІСП) для підрозділу 4. Однак показник (СС) для цього самого підрозділу є вищим і перебуває на рівні, вищому за середній. Графічно це подано у вигляді гістограми (рис. 4).

Середні показники шкали прийнятності Н.Бахаревої

Підрозділи	Емоційна експансія (ЕЕ)	Індекс групової згуртованості (ІГЗ)	Соціометричний статус (СС)
1	6	5	5
2	6	5	6
3	7	6	6
4	7	6	7

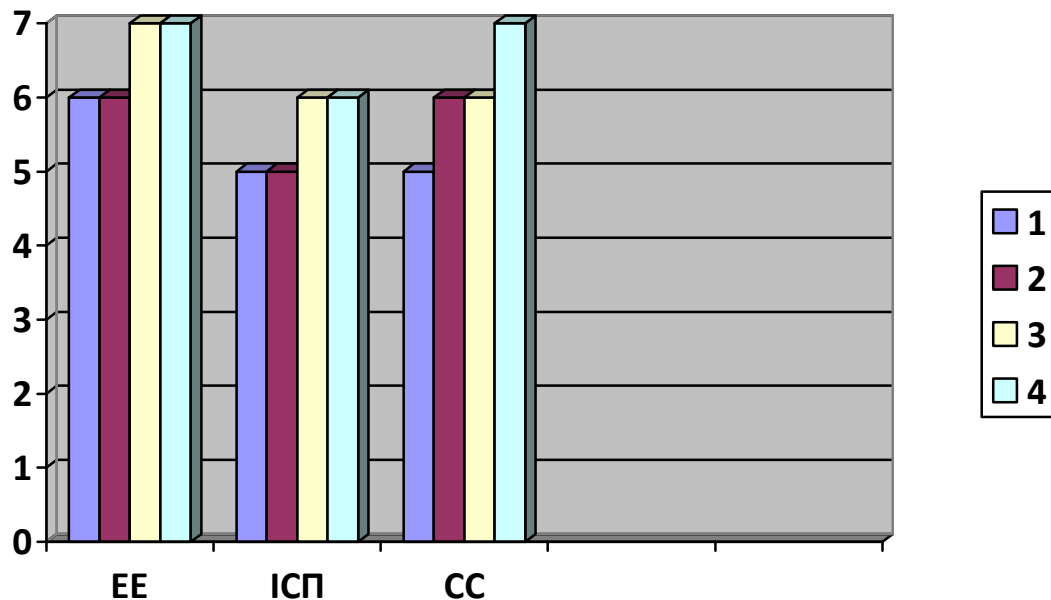


Рис. 4. Середні показники шкали прийнятності

Також було пораховано дані за основними показниками ефективності колективної діяльності. За нормативно-продуктивним критерієм дані наведено у табл. 5.

Таблиця 5

Співвідношення результатів діяльності за нормативно-продуктивним критерієм (у %)

Бали оцінки	1	2	3	4
2 бали	11,1		3,6	
3 бали	51,9	8,7	67,9	32,1
4 бали	29,6	91,3	28,6	64,3
5 балів	7,4			3,6

З отриманих за нормативно-продуктивним критерієм даних видно, що ефективність діяльності співробітників обстежуваних колективів перебуває на середньому рівні (4 бали) і на рівні, нижчому за середній (3 бали). Водночас є співробітники, ефективність яких у межах колективної діяльності перебуває на низькому рівні (2 бали), що пов'язано з результатами складання підсумкових перевірок із дисциплін, які визначають рівень професійної підготовки, та

порушеннями службової дисципліни, за які декількох співробітників було притягнуто до дисциплінарної відповідальності. Співробітники, які мають високий рівень (5 балів) ефективності діяльності, навпаки, високо оцінено під час перевірочних занять і за результатами експертного опитування, вони також не мають дисциплінарних стягнень або їх було заохочено за результатами їхньої діяльності керівниками різного рівня (рис. 5).

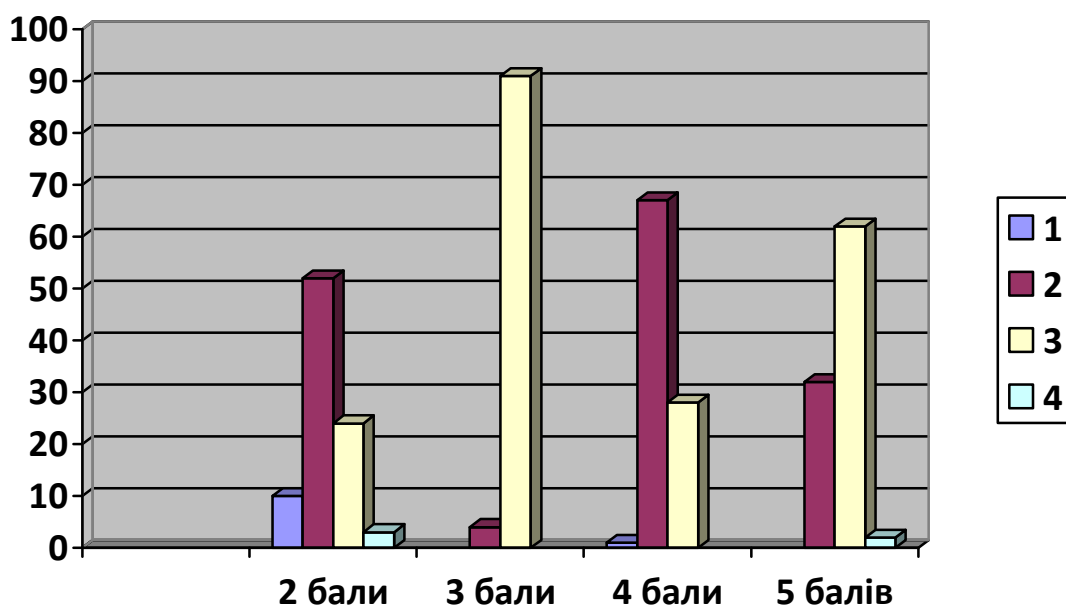


Рис. 5. Співвідношення результатів діяльності за нормативно-продуктивним критерієм (у %)

За соціально-психологічним критерієм отримані під час анкетування, подано у аналізувалися показники емоційної табл. 6. задоволеності спільною діяльністю. Дані,

Таблиця 6

Результати оцінки емоційної задоволеності спільною діяльністю

Бали оцінки	1	2	3	4
2 бали		4,3		
3 бали	11,1	4,3		
4 бали	55,6	47,8	17,9	18,2
5 балів	33,3	43,5	82,1	81,8

Дані, отримані під час підрахунку первинних перемінних індивідуальної емоційної задоволеності кожного члена службового колективу, дозволили виявити, що переважна більшість респондентів відчують емоційне задоволення від самої колективної діяльності на високому рівні або на рівні, вищому за середній, що свідчить про сприятливий соціально-психологічний клімат в усіх колективах, незважаючи на незначну кількість співробітників підрозділів 1 і 2, що виявили за зазначеним показником низький рівень (рис. 6).

За задумом дослідження ефективність колективної діяльності за соціально-

психологічним критерієм складається ще й із рівня розвитку самої групи, для оцінки якого використовувалася Шкала прийнятності. Отримані результати було згруповано у три шкали: соціометричний статус (СС), емоційна експансивність (ЕЕ), індекс згуртованості (ІЗ) (табл. 7). Соціометричний статус відображає ставлення групи до особистості, наскільки група приймає цю особистість. Чим вищий рівень цієї шкали, тим вищою є статусно-рольова позиція співробітника у службовому колективі, відповідно, такі співробітники більшою мірою прийнятні групою, чинять на неї більший вплив, і до них краще ставляться інші члени групи.

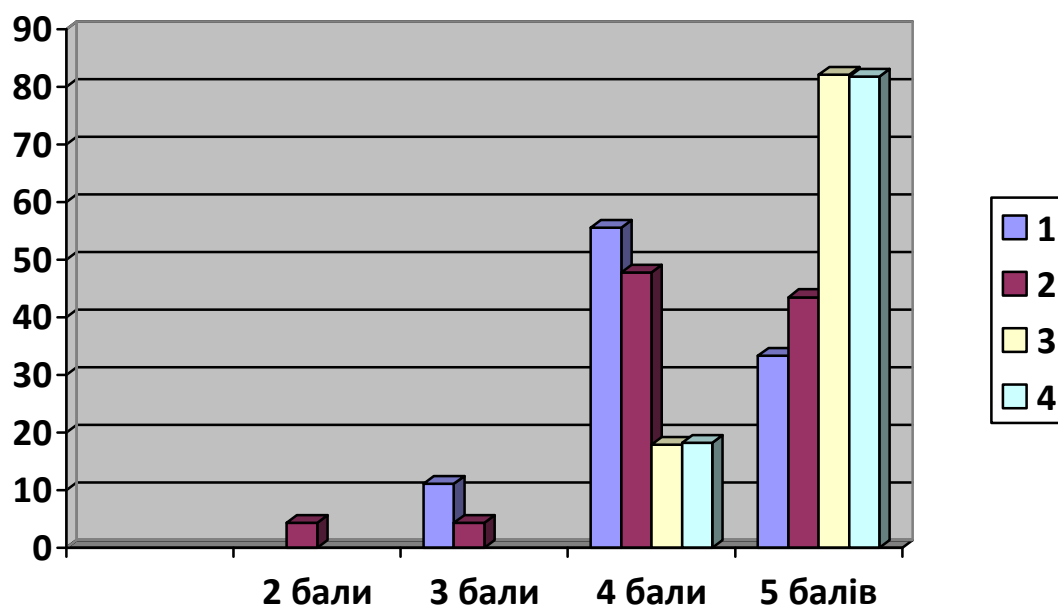


Рис. 6. Результати оцінки емоційної задоволеності спільною діяльністю (у %)

Таблиця 7

Результати обстеження за допомогою шкали прийнятності (у %)

Підрозділи	Показники	Низький	Нижче за середній	Середній	Вище за середній	Високий
1	емоційна експансивність		18,5	55,6	25,9	
	індекс згуртованості	3,7	29,6	59,3	7,4	
	соціометричний статус	7,4	29,6	29,6	25,4	7,4
2	емоційна експансивність	2,8	20,4	54,8	23	
	індекс згуртованості	4,3	34,8	34,8	17,4	8,7
	соціометричний статус		17,4	47,8	30,4	4,3
3	емоційна експансивність	7,1	7,1	39,3	14,3	32,1
	індекс згуртованості	10,7	25	14,3	28,6	21,4
	соціометричний статус		10,7	35,7	53,6	
4	емоційна експансивність		42,9	35,7	21,4	
	індекс згуртованості	7,1	17,9	25	46,4	3,6
	соціометричний статус		10,7	28,6	57,1	3,6

Низький рівень цієї шкали, навпаки, свідчить про те, що співробітник не має авторитету і поваги серед колег і меншою мірою прийнятний групою. Крім того, було

встановлено, що значення індексу «соціометричний статус» усіх членів обстежуваних підрозділів під час первинного опрацювання мали позитивний

знак, що свідчить про позитивне ставлення групи до особистості кожного її члена.

Емоційна експансивність відображає ставлення особистості до групи, наскільки ця особистість сприймає групу. Емоційна експансивність - це потреба у спілкуванні, т. з. характеристика психологічного самопочуття особистості у групі. Співробітники, які мають високі показники за цією шкалою, більш інтенсивно, ніж інші, прагнуть до встановлення дружніх зв'язків із більшістю членів службового колективу. Низькі показники шкали характеризують співробітника як такого, що не відчуває потреби у спілкуванні із членами свого підрозділу. Індекс згуртованості враховує як взаємні позитивні, так і взаємні негативні зв'язки у групі та являє собою алгебраїчну різницю значень індексів взаємної прийнятності та взаємної неприйнятності.

Поєднання оцінок емоційної задоволеності спільною діяльністю із показниками Шкали прийнятності, які в обстежуваних службових колективах практично не представлено низьким рівнем, дає підстави дійти висновку про зрілість цих колективів, про те, що вони у своєму розвитку перебувають на середньому рівні, навіть незважаючи на присутність у них співробітників, що одержали низькі показники за цією методикою.

Для визначення рівня стресостійкості було підсумовано показники чинників п'ятифакторного особистісного опитувальника та зворотні показники методики діагностики самооцінки Ч.Спілберга і Ч.Ханіна й опитувальника PSM-25, у результаті чого виведено середньоарифметичний показник. Отримані результати подано у табл. 8.

Таблиця 8

Рівні стресостійкості співробітників підрозділів (у %)

Рівні стресостійкості	Підрозділи			
	1	2	3	4
низький				
нижче за середній	29,6	26,1	42,9	3,6
середній	70,4	69,6	50	85,7
вище за середній			7,1	10,7
високий		4,3		

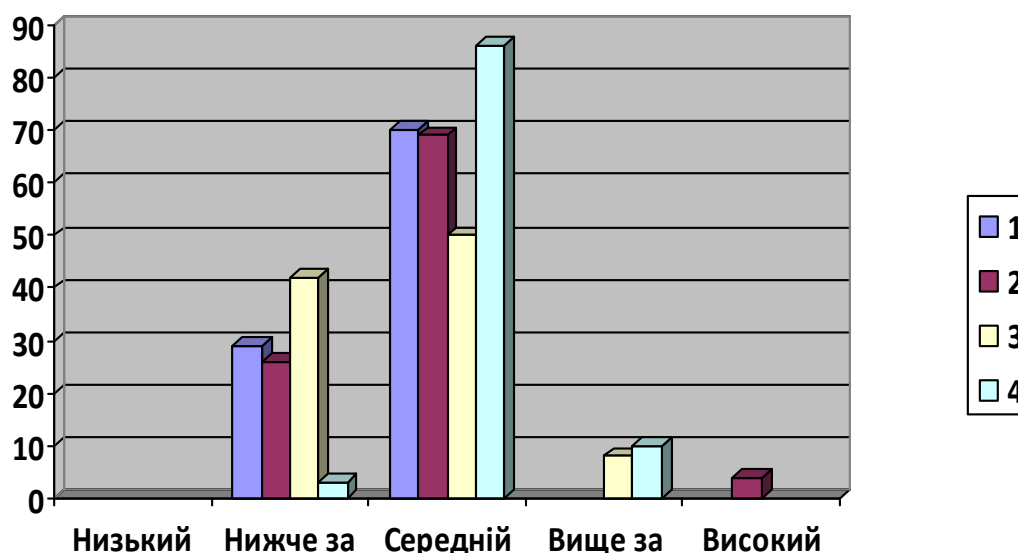


Рис. 7. Рівні стресостійкості співробітників 1-4 підрозділів ДСНС України (у %)

Із наведених у табл. 8 і рис. 7 даних видно, що у переважної більшості співробітників рівень стресостійкості має середній показник, на другому місці - рівень, нижчий за середній. Це зумовлено тим, що дослідження проводилося у регіоні,

де професійна діяльність має яскраво виражений екстремальний характер.

Висновки. Таким чином, співвідносячи показники колективної діяльності співробітників службових колективів із рівнями їхньої стресостійкості, можна

зробити висновки про те, що вони перебувають у взаємозв'язку з основними компонентами стресостійкості. Співробітники службового колективу показують найвищий рівень ефективності колективної діяльності під час реалізації професійних завдань за такими рівнями стресостійкості, як середній і вище за середній. Співробітники із зазначеними рівнями стресостійкості демонструють вищу

задоволеність спільною діяльністю та її результатом, ніж їхні колеги, що мають низький рівень стресостійкості. Отже, рівні стресостійкості середній і нижче за середній відповідають ідентичним рівням ефективності колективної діяльності. Цей факт свідчить про можливість підвищення ефективності колективної діяльності за допомогою розвитку у співробітників стресостійкості.

Список використаних джерел

1. Психологія стресу та стресових розладів: навч. посіб. / Уклад. О.Ю. Овчаренко. К.: Університет «Україна», 2023. 266 с.
2. Експериментальна психологія: практикум: ПТК «Психо-тест – ПГС»: навчальний посібник / Гульбс О.А., Сафін О.Д., Мельник Я.І., Кобець О.В. / ЦТРІ – «Друкарський дім», 2023. 352 с.
3. Методи статистичного аналізу у науковому дослідженні: навчальний посібник / Гульбс О.А., Кравченко О.О., Сафін О.Д., Кобець О.В. / ЦТРІ – «Друкарський дім», 2022. 449 с.

References

1. Psychologija stresu ta stresovyh rozladiv [Psychology of stress and stress disorders]: navch. posib. / Uklad. O.Ju. Ovcharenko. K.: Universytet «Ukrainna», 2023. (in Ukrainian)
2. Eksperymental'na psyhologija: praktykum: PTK «Psyho-test – PGS» [Experimental psychology: a workshop: PTK 'Psycho-test - PGS']: navchal'nyj posibnyk / Gul'bs O.A., Safin O.D., Mel'nyk Ja.I., Kobec' O.V. / CTRI – «Drukars'kyj dim», 2023. (in Ukrainian)
3. Metody statystychnogo analiza u naukovomu doslidzhenni [Methods of statistical analysis in scientific research]: navchal'nyj posibnyk / Gul'bs O.A., Kravchenko O.O., Safin O.D., Kobec' O.V. / CTRI – «Drukars'kyj dim», 2022. (in Ukrainian)

Summary

EXPERIMENTAL DETERMINATION OF THE INFLUENCE OF STRESS RESISTANCE ON THE EFFECTIVENESS OF COLLECTIVE ACTIVITY OF THE SSNS OF UKRAINE EMPLOYEES

Horbachuk H. First Deputy Head of the Main Department of the State Emergency Service of Ukraine in Vinnytsia Region

Introduction. According to the idea of the ascertaining experiment, a study of stress resilience of employees of the SES of Ukraine performing tasks related to elimination of consequences of accidents and disasters and the effectiveness of their collective activity was organised and conducted. The analysis of the substantive characteristics of stress resistance in a sample of employees and the assessment of the effectiveness of their collective activity were carried out on the basis of the above criteria and indicators. Upon completion of the psychodiagnostic testing procedure, the data obtained were checked for correctness of filling, systematised and transferred to spreadsheets with due regard to the divisions.

The purpose is determining the impact of stress resistance of SES of Ukraine employees on the effectiveness of their collective activity.

Methods - testing, expert survey, methods of mathematical statistics.

Originality. Employees of the service team show the highest level of efficiency of collective activity in the implementation of professional tasks at such levels of stress resistance as average and above average. Employees with these levels of stress resistance demonstrate higher satisfaction with joint activities and their results than their colleagues with low levels of stress resistance. Thus, the levels of average and below average stress resistance correspond to identical levels of teamwork effectiveness. This fact indicates that it is possible to increase the effectiveness of collective activity by developing employees' stress resistance.

Conclusion. Correlating the indicators of collective performance of employees of service teams with the levels of their stress resistance, it can be concluded that they are interrelated with the main components of stress resistance.

Keywords: stress resistance; service team; collective activity; efficiency of collective activity; satisfaction with joint activity; professional tasks.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 29.01.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 16.03.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ОСОБИСТІСНИХ ПРОЯВІВ І ПСИХОЛОГІЧНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ СТУДЕНТІВ OFFLINE ТА ONLINE

Гоцук Н. Є. кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри загальної та практичної психології,
Кам'янець-Подільський національний
університет імені Івана Огієнка
<https://orcid.org/0000-0003-2170-0666>

Відмінності у проявах психологічної саморегуляції офлайн та онлайн не пов'язані із суб'єктивним благополуччям. Можна припускати, що оцінка студентами власних можливостей психологічної саморегуляції онлайн, порівняно з офлайном, описує радше їхнє ставлення до своєї діяльності в Інтернеті та образ Я в Інтернеті, ніж ставлення до сучасних технологій і володіння ними.

Ключові слова: психологічна саморегуляція; порівняння поведінки offline та online; базові потреби; когнітивна регуляція емоцій; копінг-стратегії; студенти.

Вступ. Сучасні молоді люди студентського віку - це люди покоління, граничного між «Ігрек» та «Зет» і покоління «Зет», чиє дитинство та підлітковий вік багато у чому були цифровими (Danby et al., 2018), а соціалізація відбувалася і відбувається настільки великою мірою в Інтернеті, що це не лише вимагає враховувати інформаційну, або цифрову, складову соціалізації, а й запровадити у науковий обіг термін «цифрова соціалізація». Результати емпіричних міжгенераційних досліджень, проведених останніми роками на основі розробленої та апробованої соціально-когнітивної концепції цифрової соціалізації, дозволили зафіксувати початок формування нового антропологічного типу сучасної людини (як дитини, так і дорослої) як гіперпідключеної, безпрецедентно технологічно розширеної чи добудованої, яка існує у змішаній (конвергентній) реальності та яка через досвід проживання у ній набуває нової - цифрової соціальності.

Мета статті - виявлення особливостей особистісних проявів і психологічної саморегуляції студентів offline та online, а також їхнього зв'язку з особливостями діяльності в Інтернеті та суб'єктивним благополуччям.

Теоретичне підґрунтя. Діяльність в Інтернеті, особливо у підлітків і молодих людей, пов'язана з емоційними переживаннями і можливістю відчувати себе у ширшому колі соціальних ролей порівняно з діяльністю offline. Дослідження

засвідчують, що цифрова соціальність пов'язана з емоційними переживаннями online, ширшим колом соціальних ролей, у яких можна себе спробувати, специфікою рольової структури у ситуації кіберагресії тощо. Досліджень, присвячених оцінці власної діяльності та особливостям психологічної саморегуляції online, порівняно з offline, значно менше. Деякі дані вказують, що сама присутність електронного гаджета позначається на розв'язанні когнітивних завдань (Ward et al., 2017), однак відкритим лишається питання про те, наскільки однаковою мірою можливості психологічної саморегуляції, упорання зі стресом та навіть індивідуально-психологічні особливості проявляються online та offline. Згадані дані дозволяють припускати, що можливості подолання стресу і психологічної саморегуляції online у молоді також багатші і ширші, ніж offline, проте такого роду дослідження ускладнені внаслідок обмежень методичних інструментів, що дозволяють проводити таке порівняння.

Методи дослідження – тестування, методи математичної статистики.

Результати та обговорення. Висувалися такі гіпотези:

індивідуально-психологічні особливості та особливості психологічної саморегуляції більш яскраво проявляються online, порівняно з offline;

прояви психологічної саморегуляції online, порівняно з offline, залежать від загальної вираженості цих особливостей;

індивідуально-психологічні особливості та особливості психологічної саморегуляції яскравіше проявляються online, порівняно з offline, у студентів із більшою користувацькою та суміщеною активністю в Інтернеті, більш позитивним ставленням до технологій, вираженою цифровою компетентністю та позитивним ставленням до цифровізації освіти;

відмінності у проявах психологічної саморегуляції online та offline пов'язані із суб'єктивним благополуччям, і ці зв'язки виявляються після статистичного контролю загальних особливостей.

Дослідження проводилося онлайн на платформі Google Forms. Для виключення невалідних протоколів використовувалися чотири запитання з очевидною відповіддю (наприклад, «Я ніколи не бачив нікого із блакитними очима»). Після виключення цих протоколів вибірка становила 260 осіб віком 17-22 роки (середній вік $19,76 \pm 1,33$ роки), із них 77 юнаків (29,6%) і 183 юнок (70,4%).

Для оцінювання особливостей особистісних проявів і проявів саморегуляції online та offline використовували таку модифікацію наявних опитувальникових інструментів. Спочатку їх пред'являли респондентам з оригінальною інструкцією, а потім ті самі запитання пред'являли повторно з інструкцією оцінити, наскільки ці особливості є більш характерними для них offline чи online. Шкала відповідей була шкалою Лайкерта від 1 до 5 балів (1 бал - «Offline частіше, ніж online», 3 бали - «Немає відмінностей між online та offline», 5 балів - «Online частіше, ніж offline»). Таким чином, пред'являлися три методики:

А. Коротка особистісна шкала (TIPI (Gosling et al., 2003) - скринінговий інструмент оцінювання особистісних особливостей Великої П'ятірки (екстраверсія, доброзичливість, добросовісність, емоційна стабільність, відкритість досвіду).

Б. Збалансована шкала психологічних потреб (Sheldon, Hilpert, 2012; Осін та ін., 2015) являє собою інструмент для оцінювання задоволеності потреби в автономії, компетентності та зв'язності,

згідно з теорією самодетермінації Е.Десі та Р.Райана, α Кронбаха 0,71-0,76.

В. Опитувальник когнітивної регуляції емоцій (Garnefski et al., 2002) - методика, спрямована на оцінку різних емоційно-орієнтованих копінг-стратегій. Містить шкали самозвинувачення, прийняття, румінацій, позитивного перефокусування, позитивної переоцінки, фокусування на плануванні, розгляду у перспективі, каталогізації та звинувачення інших, α Кронбаха 0,66-0,84.

Суб'єктивне благополуччя оцінювали за допомогою шкали задоволеності життям (Diener et al., 1985) і шкали позитивних і негативних емоційних переживань SPANE (Diener et al.), α Кронбаха шкал 0,80-0,90. Для розрахунку загального бала суб'єктивного благополуччя показники задоволеності життям, позитивних і негативних емоцій були факторизовані (компонента благополуччя пояснювала 66,42% дисперсії даних; факторні навантаження були 0,80, 0,85 і -0,80 для задоволеності, позитивних і негативних емоцій відповідно). Розраховували факторні значення за цією компонентою для респондентів.

Цифрові чинники оцінювали за допомогою таких методик:

А. Оцінка користувацької активності містила два запитання про те, скільки часу студенти проводять online у будні та вихідні дні (α Кронбаха 0,73). Для оцінювання суміщеної активності студентів просили оцінити шість типових упродовж дня ситуацій за тим, наскільки часто вони суміщають ці справи з виходом в інтернет (наприклад, «Одразу після прокидання», «У громадських місцях (кафе, музеї, магазини, ін.)» і т. п.), α Кронбаха 0,69.

Б. Опитувальник ставлення до технологій дозволяє оцінити вираженість технофілії, технофобії, технорационалізму і технопесимізму, α Кронбаха 0,62-0,83.

В. Шкала прагнення до цифровізації освіти містить 8 пар протилежних тверджень, і респондент обирає за шкалою Лайкерта бажаний стан справ у закладах освіти у майбутньому (наприклад, «Навчання відбувається здебільшого за допомогою цифрових пристроїв» - «Навчання відбувається здебільшого без

використання цифрових пристроїв», α Кронбаха 0,74).

Г. Коротку версію індексу цифрової компетентності використовували для оцінювання знань, навичок, можливостей гарантування безпеки та мотивації щодо покращення компетентності (α Кронбаха 0,65-0,75).

Оброблення даних здійснювалось у програмі SPSS Statistics 23.0. У зв'язку зі

значним розміром вибірки критичний рівень значущості було обрано $p < 0,01$.

Порівняння психологічних особливостей offline та online: надійність-узгодженість, зв'язок зі статтю та віком. Усі три шкали збалансованої методики психологічних потреб продемонстрували достатню надійність-узгодженість (табл. 1).

Таблиця 1

Описова статистика та надійність-узгодженість шкал індивідуально-психологічних особливостей і саморегуляції, а також їхньої модифікації для порівняння online та offline

Особистісні риси та особливості психологічної саморегуляції	α Кронбаха за шкалою	α Кронбаха - порівняння офлайн і онлайн	Середнє за шкалою (бал від 1 до 5)	Ст. відх. за шкалою
TIPI - Екстраверсія	0,31	0,12	2,88	0,86
TIPI - Доброзичливість	0,34	-0,07	3,76	0,79
TIPI - Сумлінність	0,79	0,52	3,74	0,90
TIPI - Емоційна стабільність	0,65	0,11	2,89	1,09
TIPI - Відкритість досвіду	0,23	0,25	3,46	0,72
BMPN - Задоволеність потреби в автономії	0,72	0,69	3,23	0,75
BMPN - Задоволеність потреби в компетентності	0,77	0,61	3,27	0,79
BMPN - Задоволеність потреби у зв'язності	0,74	0,66	3,62	0,75
CERQ - Самозвинувачення	0,80	0,75	3,38	0,89
CERQ - Прийняття	0,67	0,76	3,31	0,80
CERQ - Румінації	0,82	0,81	3,65	1,01
CERQ - Позитивне перефокусування	0,79	0,79	2,62	0,92
CERQ - Фокусування на плануванні	0,70	0,80	3,44	0,78
CERQ - Позитивна переоцінка	0,85	0,80	3,57	0,98
CERQ - Розгляд у перспективі	0,75	0,73	3,11	0,95
CERQ — Катастрофізація	0,77	0,80	2,06	0,88
CERQ - Звинувачення інших	0,74	0,82	1,94	0,70

Узгодженість модифікації цих шкал для порівняння задоволеності та вираженості потреб online та offline варіювала від прийнятної до середньої, що дозволяє застосовувати таку модифікацію. Узгодженість субшкал опитувальника когнітивної регуляції емоцій варіювала від прийнятної до високої, а узгодженість модифікації цих шкал - від середньої до високої, також підтверджуючи застосовність цього варіанта діагностики. На відміну від цього, узгодженість трьох із п'яти шкал короткої версії методики оцінювання рис Великої П'ятірки була неприйнятно низькою, як низькими були показники узгодженості модифікованої версії за усіма п'ятьма шкалами. Цей результат пояснюється тим, що до стислої версії включено лише по два пункти на шкалу, тому результат оцінювання на різних вибірках може бути нестабільним.

Узгодженість цієї методики потребує підтвердження у подальших дослідженнях; у цьому випадку для повноти даних наведено показники описової статистики для неї, але не проведено іншого аналізу із використанням цих шкал з огляду на їхню недостатню надійність-узгодженість.

Показники емоційної стабільності ($t=4,87$, $p<0,01$, $d=0,66$) і задоволеності потреби в автономії ($t=3,16$, $p<0,01$, $d=0,43$) вищі в юнаків, ніж у юнок. Суб'єктивні оцінки успішності вищі у студентів, які почуваються компетентнішими ($r=0,24$, $p<0,01$). Не виявлено інших відмінностей між студентами різної статі та віку за вимірюваними показниками, а також зв'язку між показниками та віком студентів. Студенти зазначають, що менш доброзичливі та сумлінні, але більш емоційно стабільні online, порівняно з offline (табл. 2).

Порівняння психологічних особливостей offline та online

Порівняння особистісних рис та особливостей психологічної саморегуляції offline та online	Середня відмінність offline та online (бал від -2 до 2)	Ст. відх. відмінностей offline та online	Одно-вибірковий t-критерій Стьюдента	d Коена
TIPI - Екстраверсія	-0,04	0,77	-0,97	-0,05
TIPI - Доброзичливість	-0,14	0,55	-4,18**	-0,25
TIPI - Сумлінність	-0,13	0,65	-2,92**	-0,17
TIPI - Емоційна стабільність	0,14	0,66	3,28**	0,21
TIPI - Відкритість досвіду	-0,04	0,65	-0,83	-0,06
BMPN - Задоволеність потреби в автономії	0,05	0,55	1,98*	0,13
BMPN - Задоволеність потреби в компетентності	-0,04	0,52	-1,08	-0,06
BMPN - Задоволеність потреби у зв'язності	-0,27	0,64	-7,27**	-0,46
CERQ - Самозвинувачення	-0,26	0,54	-7,16**	-0,45
CERQ - Прийняття	-0,18	0,54	-5,16**	-0,33
CERQ - Румінації	-0,32	0,71	-7,26**	-0,44
CERQ - Позитивне перефокусування	-0,05	0,63	-1,66	-0,11
CERQ - Фокусування на плануванні	-0,24	0,53	-6,66**	-0,43
CERQ - Позитивна переоцінка	-0,18	0,53	-5,54**	-0,33
CERQ - Розгляд у перспективі	-0,15	0,49	-5,13**	-0,33
CERQ — Катастрофізація	-0,16	0,52	-5,21**	-0,33
CERQ - Звинувачення інших	-0,01	0,48	-0,48	-0,04

Примітка: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$. Позитивні значення означають, що ознака виражена сильніше online, ніж offline.

Online слабкіше задоволена потреба у зв'язності, слабше виражені самозвинувачення, прийняття, румінації, фокусування на плануванні, позитивна переоцінка, розгляд у перспективі та катастрофізація. Найбільш виражені відмінності за шкалами задоволеності зв'язністю, румінацій, самозвинувачення і фокусування на плануванні.

Не виявлено відмінностей між юнаками та юнками у порівнянні власних проявів online та offline. Не пов'язані ці відмінності також із віком і суб'єктивними оцінками успішності, за єдиним винятком: студенти з вищою успішністю вище оцінюють власну автономію offline, ніж online ($r = -0,19$, $p < 0,01$).

Зв'язок особливостей психологічної саморегуляції із відмінностями між їхніми проявами online та offline. Оцінка відмінностей за показниками психологічної саморегуляції offline та online пов'язана з

особливостями цієї саморегуляції негативно (табл. 3), хоча ці зв'язки слабкі і у багатьох випадках не досягають прийнятого рівня значущості. Іншими словами, якщо у людини більш виражені ці особливості, то зазвичай вони offline виражені сильніше, ніж онлайн. Студенти sz більшою автономією, прийняттям, румінаціями, позитивним перефокусуванням і розглядом у перспективі кажуть, що частіше ці особливості проявляються offline, а не online.

Цифрові чинники відмінностей між психологічною саморегуляцією online та offline. Студенти, які більше часу проводять online, частіше почуваються автономними та компетентними online, порівняно з offline ($r = 0,19$ і $r = 0,17$, $p < 0,01$ відповідно); студенти, які частіше поєднують активність онлайн з іншими видами діяльності, також почуваються більш компетентними ($r = 0,19$, $p < 0,01$).

Зв'язок показників за шкалами психологічної саморегуляції з оцінкою відмінностей online/offline за тими ж шкалами

Шкали психологічної саморегуляції	Кореляція бала за шкалою з оцінкою відмінностей online/offline
BMPN - Задоволеність потреби в автономії	-0,31**
BMPN - Задоволеність потреби в компетентності	-0,13
BMPN - Задоволеність потреби у зв'язності	-0,16*
CERQ - Самозвинувачення	-0,13
CERQ - Прийняття	-0,18**
CERQ - Румінації	-0,17**
CERQ - Позитивне перефокусування	-0,22**
CERQ - Фокусування на плануванні	-0,09
CERQ - Позитивна переоцінка	-0,11
CERQ - Розгляд у перспективі	-0,18**
CERQ — Катастрофізація	-0,12
CERQ - Звинувачення інших	0,02

Примітка: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$.

Відмінності у психологічній саморегуляції online та offline не пов'язані зі ставленням до технологій і цифровою компетентністю. Більша суб'єктивна привабливість цифровізації освіти пов'язана з більшою компетентністю online ($r=0,23$, $p<0,01$), а не offline і більшою позитивною переоцінкою online ($r=0,19$, $p<0,01$).

Відмінності у психологічній саморегуляції online та offline та суб'єктивне благополуччя. З метою перевірки гіпотези про те, що відмінності в психологічній саморегуляції online та offline можуть бути важливими для суб'єктивного благополуччя, проводили серію ієрархічних регресійних аналізів. Залежною перемінною були факторні значення суб'єктивного благополуччя (розраховані за показниками задоволеності життям, позитивних і негативних емоцій). Незалежною перемінною першого кроку була кожна з особливостей психологічної саморегуляції; на другому кроці до неї додавалася оцінка відмінностей саморегуляції offline та online за цією особливістю. Як показано у табл. 4, результати першого кроку є цілком очевидними.

Більшість змін пов'язані із суб'єктивним благополуччям (крім прийняття, розгляду у перспективі та звинувачення інших). Задоволеність базових потреб, а також позитивне перефокусування, фокусування на плануванні та позитивна переоцінка

пов'язані із благополуччям позитивно; самозвинувачення, румінації та катастрофізація - негативно. Додавання до моделі оцінки відмінності між поведінкою online та offline у жодному випадку не призвело до значущого покращення передбачення. Іншими словами, для суб'єктивного благополуччя важливими є загальні особливості саморегуляції, а не те, де вони більшою мірою реалізуються - online чи offline.

Методичні можливості порівняння психологічних проявів online та offline. У цьому дослідженні уперше для порівняння проявів психологічних особливостей online та offline використовували такий методичний прийом: після основної версії методики її пред'являють ще раз із завданням оцінити за шкалою Лайкерта (від 1 до 5 балів), де ці ознаки проявляються яскравіше - online чи offline. Отримані результати вказують на надійність цього способу: як три шкали збалансованої методики психологічних потреб, так і шкали опитувальника когнітивної регуляції емоцій продемонстрували за такого застосування узгодженість від прийнятної до достатньої та високої. Низька узгодженість за шкалами Великої П'ятірки пояснюється стислістю опитувальника і характерна у нашій вибірці вже для оригінальної версії. Це не дозволило інтерпретувати результати за цією методикою.

Відмінності у психологічній саморегуляції online та offline як чинник суб'єктивного благополуччя: результати ієрархічного регресійного аналізу

Шкали психологічної саморегуляції як чинники суб'єктивного благополуччя	Крок 1: показники за шкалою		Крок 2: оцінювання відмінностей	
	β	$\Delta R^2, \%$	B	$\Delta R^2, \%$
BMPN - Задоволеність потреби в автономії	0,59	33,2**	-0,05	0,0
BMPN - Задоволеність потреби в компетентності	0,48	22,4**	-0,06	0,1
BMPN - Задоволеність потреби у зв'язності	0,54	28,1**	-0,02	0,0
CERQ - Самозвинувачення	-0,28	8,2**	0,03	0,0
CERQ - Прийняття	0,02	0,0	-0,07	0,1
CERQ - Румінації	-0,23	5,7**	0,08	0,1
CERQ - Позитивне перефокусування	0,33	10,2**	-0,08	0,7
CERQ - Фокусування на плануванні	0,21	4,1**	0,03	0,1
CERQ - Позитивна переоцінка	0,28	8,6**	-0,03	0,1
CERQ - Розгляд у перспективі	0,03	0,0	-0,03	0,0
CERQ — Катастрофізація	-0,27	8,1**	0,04	0,1
CERQ - Звинувачення інших	-0,08	0,2	-0,11	0,2*

Примітка: * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$.

Прояв особистісних рис та особливостей психологічної саморегуляції offline та online. Усупереч першій гіпотезі, студенти online, порівняно з offline, є менш доброзичливими і сумлінними, більш емоційно стабільні, у них менш задоволена потреба у зв'язності, слабкіше виражені самообвинувачення, прийняття, румінація, фокусування на плануванні, позитивна переоцінка, розгляд у перспективі та катастрофізація. Це означає, що, незважаючи на більш яскраві емоції, пережиті підлітками та молодими людьми online, можливості регуляції цих емоцій (як продуктивні, так і непродуктивні) в Інтернеті виражені слабкіше. Хоча результати, що стосуються особистісних рис, слід інтерпретувати з обережністю з огляду на низьку узгодженість цих шкал, вони відповідають даним про те, що online люди є менш схильними до дотримання правил спілкування, ніж offline. Ба більше, сама потреба у зв'язності, вочевидь, не отримує в Інтернеті такого ж задоволення, як offline. Метафоричною мовою, найширші можливості для спілкування, які надає цифровий світ, не забезпечують того душевного тепла і підтримки від цього спілкування, як offline. Ці закономірності не залежать від статі та віку студентів. Тут слід зазначити два моменти, які, мабуть, можуть пояснити те, що, за даними ранніх досліджень, емоції online проявляються

яскравіше і молоді люди почуваються носіями більшого кола соціальних ролей, а за даними поточного дослідження, стратегії регуляції емоцій виражені offline сильніше, ніж online. По-перше, у цьому дослідженні йдеться про когнітивні стратегії регуляції (задоволеність базових потреб також є результатом когнітивної оцінки). Можна попередньо припускати, що емоційність online посилена, а когнітивний аспект психологічної саморегуляції - ослаблений. По-друге, у дослідженні емоцій та образу Я ці прояви online були гострішими у підлітків і менш вираженими у дорослих, тоді як молодь посідала проміжне становище. У цьому дослідженні вибіркою були студенти, і можливо, що їхні оцінки себе в інтернеті не були настільки яскравими.

Відповідно до другої гіпотези, частіший прояв особливостей психологічної саморегуляції offline, порівняно з online, є характерним для тих, у кого ці особливості у середньому більш виражені. Насамперед це стосується автономії, прийняття, румінацій, позитивного перефокусування і розгляду у перспективі. Можна припустити, що, оцінюючи власну саморегуляцію загалом, студенти частіше відповідають щодо власної діяльності offline, і вираженість певних рис означає їхній яскравіший прояв offline. Прояв особливостей психологічної

саморегуляції online слабко пов'язаний із користувацькою активністю та ставленням до технологій.

У третій гіпотезі передбачалося, що яскравіші прояви особливостей психологічної саморегуляції online, порівняно з offline, пов'язані із позитивнішим ставленням до технологій і цифровою компетентністю, оскільки, з одного боку, стимулюють їхній розвиток, а з іншого боку, технофілія і цифрова компетентність можуть сприяти яскравості переживання себе та особливостей власної психологічної саморегуляції в Інтернеті. Таких зв'язків виявлено небагато: більша користувацька активність пов'язана з автономією online, частіше поєднання онлайн та інших діяльностей - із компетентністю, а більша привабливість цифровізації освіти - із компетентністю та позитивною переоцінкою. Хоча за своїм напрямом ці зв'язки відповідають третій гіпотезі, їх недостатньо, щоб стверджувати про закономірність. Можна припустити, що компетентність і здатність до позитивної переоцінки допомагають студентам оцінити можливості цифровізації та частіше поєднувати діяльність online із виконанням інших завдань, а автономія молодих людей сприяє більшому залученню в інтернет-активність, де можливості для неї є особливо широкими.

Відмінності в оцінці психологічної саморегуляції online та offline не пов'язані із суб'єктивним благополуччям. Усупереч четвертій гіпотезі, відмінності в оцінці студентами задоволеності базових потреб і когнітивної регуляції емоцій online та offline не є чинниками суб'єктивного благополуччя. Цими предикторами виступають суто загальні оцінки базових потреб і стратегій регуляції - у цьому аспекті результати відповідають наявним даним щодо більшої чи меншої продуктивності різних копінг-стратегій (Garnefski et al., 2002) і ролі задоволеності базових потреб у благополуччі людини (Sheldon, Hilpert, 2012).

Висновки. Таким чином, запропонована модифікація збалансованої методики психологічних потреб та

опитувальника когнітивної регуляції емоцій характеризується достатньою надійністю-узгодженістю, що дозволяє застосовувати її у дослідженнях, спрямованих на порівняння психологічних проявів online та offline. В Інтернеті, порівняно з оцінками потреб offline, студенти відзначають меншу задоволеність потреби у зв'язності; у них слабше виражені самозвинувачення, прийняття, румінації, фокусування на плануванні, позитивна переоцінка, розгляд у перспективі та катастрофізація. За вищого рівня автономії, прийняття, румінацій, позитивного перефокусування і розгляду у перспективі ці особливості частіше проявляються offline, а не online. Користувацька активність пов'язана із більшою автономією online, поєднання online- та інших видів діяльності - з компетентністю online, а більша привабливість цифровізації освіти - з компетентністю та позитивною переоцінкою проблеми в інтернеті.

Відмінності у проявах психологічної саморегуляції online та offline не пов'язані із суб'єктивним благополуччям. Можна припустити, що оцінка студентами власних можливостей психологічної саморегуляції online, порівняно з offline, описує радше їхнє ставлення до власної діяльності в Інтернеті та образ Я в інтернеті, ніж ставлення до сучасних технологій і володіння ними. Ключове обмеження дослідження полягає в його опорі на суб'єктивні оцінки студентів, що не дозволяє стверджувати, чи йдеться про справжні відмінності у поведінкових проявах online та offline, чи про те, як респонденти бачать ці відмінності, тобто про їхній образ Я. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на уточнення психологічного змісту порівняння проявів різноманітних когнітивних та емоційних особливостей online та offline. Крім цього, у дослідженні вибірка була суто студентською, і порівняння отриманих результатів на вибірках підлітків і дорослих людей могло б відкрити додаткові перспективи обговорення результатів.

Список використаних джерел

1. Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71–75.
2. Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., Biswas-Diener, R. (2020). New well-being measures: short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97, 143–156.
3. Danby, S.J., Flear, M., Davidson, C., Hatzigianni, M. (2018). Digital childhood. Amsterdam: Springer. <https://doi.org/10.1007/978-981-10-6484-5>
4. Garnefski, N., Kraaij, V., Spinhoven, P. (2002). Manual for the use of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire. Leiderdorf: DATEK2.
5. Gosling, S.D., Rentfrow, P.J., Swann, W.B. (2003). A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in Personality*, 37, 504–528. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(03\)00046-1](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(03)00046-1)
6. Sheldon, K., Hilpert, J.C. (2012). The Balanced Measure of Psychological Needs (BMPN) scale: An alternative domain general measure of need satisfaction. *Motivation and Emotion*, 36(4), 439–451. <https://doi.org/10.1007/s11031-012-9279-4>
7. Ward, A.F., Duke, K., Gneezy, A., Bos, M.W. (2017). Brain Drain: the mere presence of one's own smartphone reduces available cognitive capacity. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 140–154. <https://doi.org/10.1086/691462>

Summary

COMPARATIVE ANALYSIS OF PERSONAL MANIFESTATIONS AND PSYCHOLOGICAL SELF-REGULATION OF OFFLINE AND ONLINE STUDENTS

Hotsuliak N. Candidate of Psycholog, Associate Professor;
Docent of the Department of General and Practical Psychology,
Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University

Introduction. The results of empirical intergenerational research conducted in recent years on the basis of the developed and tested socio-cognitive concept of digital socialisation have allowed us to record the beginning of the formation of a new anthropological type of modern person (both child and adult) as a hyper-connected, unprecedentedly technologically expanded or completed person who exists in a mixed (convergent) reality and who, through the experience of living in it, acquires a new - digital sociality.

The purpose is to identify the peculiarities of personal manifestations and psychological self-regulation of students offline and online, as well as their connection with the peculiarities of online activity and subjective well-being.

Methods - testing, methods of mathematical statistics.

Originality Compared to offline needs assessments, online students report less satisfaction with the need for connectedness; they have lower levels of self-blame, acceptance, rumination, planning focus, positive reappraisal, perspective taking, and catastrophising. With higher levels of autonomy, acceptance, rumination, positive refocusing, and perspective taking, these traits are more likely to be manifested offline than online. User activity is associated with higher online autonomy, combination of online and other activities - with online competence, and greater attractiveness of digitalisation of education - with competence and positive reassessment of the problem online.

Conclusion Differences in the manifestations of psychological self-regulation online and offline are not related to subjective well-being. It can be assumed that students' assessment of their own psychological self-regulation capabilities online compared to offline describes their attitude to their own online activities and self-image on the Internet rather than their attitude to and mastery of modern technologies. The key limitation of the study is its reliance on students' subjective assessments, which does not allow us to say whether we are talking about real differences in online and offline behavioural manifestations or how respondents see these differences, i.e. their self-image. Further research could be aimed at clarifying the psychological content of comparing the manifestations of various cognitive and emotional features online and offline. In addition, the sample in the study was exclusively students, and a comparison of the results obtained on samples of adolescents and adults could open up additional perspectives for discussing the results.

Key words: psychological self-regulation; comparison of offline and online behaviour; basic needs; cognitive regulation of emotions; coping strategies; students.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 30.01.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 19.03.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ОСОБЛИВОСТІ ВІДНОСИН УСЕРЕДИНІ СІМ'Ї З ДИТИНОЮ ІЗ РОЗЛАДОМ АУТИЧНОГО СПЕКТРА ТА ІЗ СОЦІАЛЬНИМ ОТОЧЕННЯМ

Кобець О. В. доктор психологічних наук,
професор, професор кафедри психології,
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини
<https://orcid.org/0000-0003-2185-4606>

Піуткіна Т. В. аспірантка кафедри
психології, Уманський державний
педагогічний університет імені Павла Тичини
<https://orcid.org/0009-0003-5552-0302>

У статті висвітлюється проблема психоемоційного стану батьків дітей з розладами аутичного спектра та необхідності надання їм кваліфікованої та своєчасної допомоги. Розглядається взаємозв'язок між виникненням пролонгованого стресу у батьків з хворобою дитини. Як з'ясувалось, аутизм дитини впливає на багато сфер життя її сім'ї та стосунки сім'ї з її широким соціальним оточенням. Зроблено висновок про те, що труднощі взаємодії із суспільством нарастають у міру розширення кола суспільних стосунків і зумовлені низьким рівнем поінформованості про аутизм і про пов'язані з ним питання. Як основний шлях подолання виявлених труднощів розглядається надання кваліфікованої психологічної допомоги батькам і членам сім'ї дитини з РАС, а також просвітницька робота у суспільстві.

Ключові слова: діти з розладами аутистичного спектру (РАС); діти з аутизмом; батьки дітей з розладами аутистичного спектра; внутрішньосімейні стосунки; соціальне оточення; психологічна допомога.

Вступ. В сім'ї, крім дитини з розладом аутистичного спектра, є ще й батьки (або хоча б один із них, і, як правило, це мати), брати і сестри, бабусі й дідусі. Останні, навіть якщо не проживають разом із дітьми та онуками, теж можуть впливати на життя такої сім'ї. Народження дитини з РАС змінює характер стосунків у ній, стосунків із родичами, друзями, сусідами, сторонніми людьми - впливає на всі рівні соціального оточення. Це великий переворот у житті сім'ї, бо це не те, про що мріяли батьки, не те, до чого вони готувалися, очікуючи дитину (Романчук О., 2001). В своїх мріях вони бачили свою дитину найкращою, найрозумнішою, уявляли, як пишатимуться нею, подумки малювали наперед все її щасливе життя. В перший рік життя дитини ніхто не помічає відхилень, і лише ближче до 3 років батьки розуміють, що їхня дитина відрізняється від інших. Проголошення діагнозу стає для них стресом, з яким їм доведеться жити все життя.

Актуальність дослідження визначається головним загальним завданням супроводу дітей з РАС - прагненням досягти якомога вищого рівня соціальної адаптації та соціалізації, а батьки – перша і основна ланка в цій системі. Вони роками живуть у

пригніченому стані, під тиском довготривалого психоемоційного навантаження. Це ускладнює соціальну інтеграцію дитини з розладом аутистичного спектра в середовище її однолітків. Батьки потребують відповідної психологічної підтримки, і власне особистісні якості батьків визначають можливості соціалізації дітей та адаптації до життя, тобто їхнє майбутнє. Важливою є наявність у батьків такої важливої якості як стресостійкість, саме вона необхідна для підтримки дитини.

У пропонованому дослідженні визначалося, як аутизм дитини впливає на психологічний стан батьків, внутрішньосімейні стосунки та на стосунки сім'ї із суспільством, чи наявність розладу в дитини впливає на сімейний бюджет чи місце проживання. Було поставлено завдання: вивчити, як впливає аутизм дитини на стосунки між членами сім'ї, на стосунки сім'ї з родичами, друзями, сторонніми людьми та чи потребують батьки дитини з розладами аутистичного спектра психологічної допомоги.

Теоретичне підґрунтя. Особливості розвитку дитини з аутизмом: якісні порушення соціальної комунікації, незвичайні поведінкові прояви тощо (Rosen

N.E., Lord C., Volkmar F.R., 2021; Volkmar F.R., Wiesner L.A., 2009) - викликають суттєві зміни внутрішньо- та позасімейних стосунків. Водночас у доступній літературі розгорнутих узагальнювальних досліджень з теми стосунків усередині сім'ї, що має дитину з РАС, і в її соціальному оточенні не виявлено, і здебільшого доводиться орієнтуватися на приватні думки, описи окремих випадків. У закордонних роботах було представлено, як до аутизму дитини ставляться члени сім'ї (O'Nions E., Ceulemans E., Harpé F., 2020), до яких змін у області зайнятості батьків та їхніх можливостей для самореалізації це призводить (Feldman I., Koller J., Lebowitz E.R., 2019), та як наявність розладу в дитини впливає на сімейний бюджет (Rogge N., Janssen J., 2019).

Мета статті – презентація результатів емпіричного дослідження даної проблеми.

Методи дослідження – опитування, анкетування та статистичне опрацювання отриманих результатів.

Результати та обговорення. З метою визначення найсуттєвіших особливостей впливу аутизму дитини на життя сім'ї, у якій вона росте, було проведено анкетування, у якому взяли участь 10 матерів, які мають дітей з аутизмом. Всі сім'ї проживають в Одеській області. Учасникам було запропоновано заповнити п'ять опитувальників, що містили від 3 до 15 запитань, шостий спонукав людину відтворити і систематизувати свій день, звернути увагу на емоційний стан протягом дня, висловити свої бажання та мрії. Було обумовлено заздалегідь, що батьки можуть коментувати опитувальники, додавати свої варіанти відповідей, яких немає в опитувальнику, за необхідністю обирати декілька варіантів відповідей.

У пропонованому дослідженні визначалося, як аутизм дитини впливає на психологічний стан батьків, внутрішньосімейні стосунки та на стосунки сім'ї із суспільством, чи наявність розладу в

дитини впливає на сімейний бюджет чи місце проживання. Було поставлено завдання: вивчити, як впливає аутизм дитини на стосунки між членами сім'ї, на стосунки сім'ї з родичами, друзями, сторонніми людьми та чи потребують батьки дитини з розладами аутистичного спектра психологічної допомоги.

Вік батьків 29 – 43 ; середній вік – 37,2. Освіта: середня - 2 ; середньо-спеціальна - 2; середньо-технічна - 1; вища – 5. Місце роботи не працюють – 5; в приватній організації – 1; в держструктурі – 4. Місце проживання (місто/сільс.міст): обласний центр - 6 ; область – 4. Сімейний стан: заміжня - 7; розведена - 2; самотня – 1. Дохід сім'ї (за вашою думкою – низький, середній, достатній, високий) : низький - 1; середньо-низький – 2; середній -2 ; достатній-4 ; високий – 1. Пологи (які за рахунком, обтяжені): 7 – не обтяжені, 1 - обтяжені, 2 – кесарев розтин; 1 сім'я – 3-ті пологи, 2 сім'ї – 2-гі пологи. Вік батьків на момент народження дитини: середній вік – 28,2. Вік батьків на момент встановлення діагнозу дитини : середній вік – 31,7. Ім'я, вік дитини, стать: хлопчиків - 6, дівчаток – 4. Вік дитини на момент встановлення діагнозу: середній вік – 3,5 р. Якщо батьки розлучились, скільки років було дитині: середній вік – 4 р. Кількість дітей в родині, вік: 5 сімей – по 1 дитині, 4 – по 2 дітей, 1 сім'я – 3 дітей. Релігійна належність: 2 віруючих родини.

На момент проведення опитування 3 (табл. 1) жінки почували себе спокійно; звичайний (фоновий) психічний стан у 1 жінки рішучий (лікування дитини дає позитивний результат), 9 з 10 жінок тривожний, тобто людина постійно живе в стресовому стані. На момент захворювання дитини 5 жінок опинились в шоківому стані, 3 – «почувалися депресивно», розгублено, не розуміли, що робити, як далі жити, 2 – відчували невеликий стрес, бо припускали можливість народження хворої дитини.

Таблиця 1

Результати за опитувальником «Ваш психічний стан»

Актуальний на момент дослідження	Спокійний – 3; нервовий, тривожний – 4; пригнічений – 2; збуджений – 1
Звичайний (фоновий) психічний стан	Рішучий – 1; тривожний, нервовий – 9
Стан на момент (початок) захворювання дитини	Шок – 5; депресивний – 3; невеличкий стрес – 2

Родини, що проживають в області, не завжди мають можливість отримувати для своєї дитини кваліфіковану допомогу (корекційні, розвиваючі заняття), також це недоступно родинам з низьким і середньо-низьким рівнем доходу. Матері, що мають одну дитину, більш пригнічені ніж ті, що мають двоє і більше дітей. Матері, в сім'ях яких є старші діти, відчують від них підтримку, допомогу. Віруючі жінки поводяться і відчують себе спокійніше.

Наведені дані (табл. 2) показують, що встановлення дитині діагнозу «аутизм» ніяк не вплинуло на 2 сім'ї, де на час встановлення діагнозу мати сама виховувала дитину; через хворобу дитини розпалась 1 сім'я; 3 сім'ї відмічають зразу 2 пункти – появу напруження в стосунках і послаблення внутрішньосімейних зв'язків; у 2-х сім'ях з'явилося напруження в стосунках через те, що дружина більше часу приділяє дитині (на думку матерів); 3 сім'ї згуртувались, з них 2 - віруючі і 1 родина, що звернулася по допомогу до сімейного психолога (пройшли поетапно: 1

– напруження в стосунках, 2 – послаблення внутрішньосімейних зв'язків, 3 – зустрічі з психологом і постійні розмови привели до покращення стосунків, 4 – сім'я згуртувалась). Вплив фінансових проблем на внутрішньосімейні відносини реально дослідити не вдалось, тому що згуртувались сім'ї з високим (1) та середнім (2) рівнем достатку. З урахуванням недостовірності впливу фінансово-економічних чинників, і оскільки запитання анкети прямо стосувалося саме аутизму дитини, можна вважати, що основними причинами внутрішньосімейних проблем, які виникли, з великою ймовірністю стали чинники, пов'язані з особливостями поведінки дитини, зумовленими аутизмом, із труднощами виховання, дефіцитом кваліфікованої допомоги тощо.

6 з 10 жінок зазначили, що звертались по психологічну допомогу, але залишились незадоволені якістю наданих послуг, так як фахівець не пов'язував пролонгованого стресу з наявністю дитини з особливостями розвитку та «не розумів проблем».

Таблиця 2

Результати за опитувальником «Вплив аутизму у дитини на взаємопорозуміння в сім'ї»

№ з/п	Коли з'ясувалось, що в дитини РАС, як це вплинуло на взаємовідносини в сім'ї	Так/Ні, кількість обраних відповідей
1	Ніяк не вплинуло	2
2	Сім'я розпалась	1
3	З'явилося напруження у стосунках	5
4	Сім'я згуртувалась	3
5	Постійні розмови привели до кращого взаємопорозуміння	1
6	Внутрішньосімейні зв'язки ослабли	3
7	Свій варіант	

З опитувальника 4 (табл. 3) впливає, що серед сторонніх людей переважають байдужі реакції та уникання контакту (4 жінки вибрали одночасно ці дві реакції), тільки «байдуже» - 3 особи. П.7 обрали дві жінки (одна з них ще додала варіант «з засудженням»), що мають дітей з важким перебігом хвороби і такими

проявами поведінки як агресія, крики, афективні спалахи та інші форми проблемної поведінки, що сприймається оточуючими як результат невихованості, розбещеності тощо (з особистих спостережень і нечисленних коментарів батьків до відповідей на запитання).

Таблиця 3

Результати за опитувальником «Реакції оточуючих на поведінку дитини в громадських місцях»

№ з/п	Реакція оточуючих людей на поведінку дитини з РАС	Так/Ні (кількість обраних відповідей)
1	Байдуже	7 відповідей
2	З засудженням	1
3	З різким засудженням, неприйняттям	1
4	Уникали контакту	4 відповіді
5	Пропонували допомогу	
6	З порозумінням, співчуттям	1
7	Свій варіант	1-Звертались до поліції 1-Різні ситуації – від засудження до порозуміння

Як впливає з опитувальника 5 (табл. 4), в обох групах (близькі родичі та друзі) значно переважають позитивні реакції («стали допомагати» і «поставилися з розумінням»). Така схожість зрозуміла: і близькі родичі, і друзі зазвичай знають батьків, ситуацію в сім'ї, у них є база для співчуття і розуміння проблем, що виникли. 2 матері додали «постійно вчать, як треба

робити» стосовно близьких родичів, ці повчання дратують їх і додають стресу; 1 особа в графі «друзі» зауважила, що зникли деякі, тобто невелика кількість. Наскільки звулилося коло знайомих дослідити не вдалося, тому що тому що на початку анкетування було обумовлено, що описують тільки близьких сім'ї друзів.

Таблиця 4

Результати за опитувальником «Вплив появи дитини з РАС на стосунки з родичами і друзями»

№ з/п	Варіанти відповіді	Близькі родичі (так/ні), к-ть обраних варіантів	Друзі (так/ні), к-ть обраних варіантів
1	Стали допомагати	4	4
2	З розумінням	4	3
3	Байдуже	1	1
4	Почали уникати спілкування	2	1
5	Взагалі «зникли»		1
6	Ваш варіант	2- Постійно вчать, як треба робити правильно	1-деякі зникли

Опитувальник 6. Мій день

1. Описати свій звичайний день, бажано почасово (або основні справи, що займають багато часу), ситуації, емоції, думки, які виникали. 5 жінок описали день, що поєднує материнські клопоти і роботу; 5 – опікуються тільки дитиною і хатніми роботами, 4 після анкетування додали «не живу, а існую».

2. Яких емоцій протягом дня було більше? _тривога – у 5 респондентів, не змогли визначити стан – 2 особи (постійно змінюється); 1 – позитивний + хвилювання (жінка-психолог); 2 – нервовий + хвилювання.

3. Як Ви вважаєте, чому? Пов'язано з часом, щоб встигнути зробити всі справи, і когнітивними здібностями (не забути)

4. Що Ви робите для того, щоб привести себе в «ресурсний» стан? _

3 відповіді – прогулянка на свіжому повітрі; 3 відповіді – нічого не роблю (немає часу, фінансів, не знаю); 2 – відвідування салону краси, масажу; 2 – молитва, сон.

5. Які у Вас є бажання, які Ви не дозволяєте собі або відкладаєте на потім? Провести час для себе – 2 особи (салон краси, масаж); вийти на роботу – 1 жінка (з низьким рівнем достатку); виспатись – 2 (працюючі жінки); відпочити без дітей (подорож) – 4 жінки, що постійно проводять час з дитиною; 1 жінка (мати-психолог) – все намагаюсь реалізувати поступово, за планом.

6. Про що Ви мрієте для себе? _Власна квартира – 1; виспатись, відпочити, побути в тиші, провести день в СПА – 4; переїзд до великого міста (як нові можливості для самореалізації) – 1; 2 – переїзд в велике місто задля дитини (спеціалізована школа, кваліфіковані спеціалісти, заняття, можливість знайти роботу); душевний спокій – 1; віднайти себе – 1.

За результатами опитувальника 6 лише 1 людина з 10 має конкретні цілі, відносно позитивний настрій, а хвилювання пояснює тим, що треба все планувати і встигати; вона активно приймає допомогу від родичів, друзів, вдало поєднує роботу і активне соціальне життя. Не зважаючи на проживання в невеликому місці, максимально використовує для своєї дитини можливості дитячого інклюзивно-ресурсного центру, постійно приймає участь в організації заходів, пов'язаних з поширенням інформації про аутизм, допомогу людям з РАС у соціалізації.

Жінки, що працюють, відзначають у себе тривогу протягом дня, що пов'язана з дитиною, а саме: чи помічники (чоловік, бабусі/дідусі, няня та ін.) вчасно покормили дитину, дали ліки, відвели на заняття, якою була поведінка дитини, чи добре вона займалась. Їхніми бажаннями було відпочити, виспатись, побути на самоті в тиші.

Не працюючі жінки весь свій час проводять з дітьми, не відділяють себе від

дітей. Жінки, що написали мрії про самореалізацію, душевний спокій, віднайти себе, не змогли пояснити, що саме вони мали на увазі, але пояснили, що на даний час не задоволені своїм життям.

Коли перед жінками поставали питання описати свої емоції, почуття, відчуття, то вони зазнавали труднощів у їх формулюванні (алекситимія) та в основному виділяли стомленість, сум, відсутність відчуття радості, а нещасна, безрадівна людина не може нікого зробити щасливим.

Написання міні-твору «Мій день» показав, що більшість свого часу жінки витрачають на дитину, її розвиток (гуртки, фахівці); 6 – постійно слідкують за зовнішністю; 7 відчують нестачу фінансів для реалізації потреб, пов'язаних виключно з потребами дитини (бажання дати дитині все найкраще); 2 мають улюблену справу, яка відволікає і дає ресурс; 4 жінки усвідомили, що вони «не живуть, а існують».

Висновки. Результати проведеного дослідження показують, що наявність у сім'ї дитини з аутизмом спричиняє широкий спектр різноманітних за знаком і якістю змін як у внутрішньосімейних стосунках, так і у стосунках такої сім'ї із суспільством. Основні проблеми в сім'ї пов'язані насамперед із зумовленими аутистичним розладом дитини особливостями поведінки, труднощами її виховання та навчання, соціалізації та отримання необхідної допомоги, меншою мірою – з фінансово-економічним чинником та місцем проживання.

У суспільстві знак і якість реакції на особливості поведінки дитини з аутизмом залежать від ступеня зв'язку соціального кола із сім'єю: якщо в близьких родичів і

друзів переважають позитивні реакції, то поза цим мікросоціальним середовищем – негативні (осуд, неприйняття); родичі дещо більшою мірою, ніж друзі, готові до активної допомоги. Показано, що основною причиною негативних реакцій на зумовлені аутизмом особливості поведінки та розвитку дитини є недостатня та викривлена поінформованість усіх прошарків суспільства про аутизм, розлади аутистичного спектра, про особливості людей із цим порушенням розвитку, про можливості адекватної допомоги та підтримки.

У такому висновку міститься і головний напрямок роботи з поліпшення ситуації – кваліфікована та своєчасна психологічна допомога батькам дітей з розладами аутичного спектра, просвітницька діяльність у всіх можливих формах і всіма доступними засобами: виступи у ЗМІ, лекції, бесіди, відповідні зміни в програмах підготовки педагогів, лікарів, психологів, соціальних працівників, а також спільні тренінги фахівців і батьків дітей з РАС. Можна досягти значних результатів у роботі безпосередньо з аутичною дитиною, але повністю адаптувати її до життя в реальному світі вдається нечасто, тому потрібно зробити навколишнє середовище сприятливим для людини з аутизмом, і соціальне середовище – найважливіша складова такого оточення. Позитивні зміни в цьому секторі комплексного супроводу – дуже суттєвий чинник підвищення його ефективності. Основними напрямками подальших досліджень є уточнення ступеня впливу вивчених чинників та особливостей регіону на соціальну ситуацію в сім'ях, які мають дітей з аутизмом, на більшому контингенті обстежуваних.

Список використаних джерел

1. Радченко М. Соціально-психологічна допомога батькам дітей із вадами розвитку в контексті хронічної екстремальності. *Magisterium*. 2008. №32. С. 10-16. URL: <https://ekmair.ukma.edu.ua/server/api/core/bitstreams/f052afa9-de31-4ee9-b540-b34fd79ee356/content>
2. Романчук О. Дорога любові: дитина з особливими потребами в родині. Львів: Свічадо, 2001. – 44 с. URL: https://k-s.org.ua/wp-content/uploads/2019/02/The_way_of_love.pdf
3. Романчук О. Неповносправна дитина в сім'ї та в суспільстві. – Львів: Літопис, 2008. – 334 с. URL: <https://k-s.org.ua/wp-content/uploads/2019/02/Неповносправна-дитина-в-сім'ї-і-в-суспільстві.pdf>
4. Руденюк А.І., Ільницька І.Є. Особливості стосунків в сім'ях з дітьми з розладами аутистичного спектру. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. 2022. С.71-75.
5. Столярик О., Семигіна Т. Соціальна робота із сім'ями, які виховують дітей з аутизмом: інтервенція з розвитку сильних сторін. Таллінн: Teadmus, 188с. URL: https://www.researchgate.net/publication/363691319_Socialna_robota_iz_sim'ami_aki_vihovuut_ditej_z_autilzmozom_intervencia_z_rozvitku_silnih_storin

6. Сухіна І. Емоційне вигорання у батьків дітей з особливими освітніми проблемами: реальності та шляхи подолання. *Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови*. 2020. №17. С.220-235
7. Baxter C. Intellectual disability: parental perceptions and stigmas stress. Monash University, Clayton, Victoria, Australia, 1986.
8. Feldman I., Koller J., Lebowitz E.R. et al. (2019). Family Accommodation in Autism Spectrum Disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*. 2019. 49(9), 3602-3610. DOI:10.1007/s10803-019-04078-x
9. O'Nions E., Ceulemans E., Happé F. et al. (2020). Parenting Strategies Used by Parents of Children with ASD: Differential Links with Child Problems Behavior. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 50(2), 386-401. DOI:10.1007/s10803-019-04219-2
10. Rogge N., Janssen J. (2019). The Economic Cost of Autism Spectrum Disorder: A Literature Review. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49(7), 2873-2900. DOI:10.1007/s10803-019-04014-z
11. Rosen N.E., Lord C., Volkmar F.R. (2021). The Diagnosis of Autism: From Kanner to DSM-III to DSM-5 and beyond. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51(12), 4253-4270. DOI:10.1007/s10803-021-04904-1
12. Volkmar F.R., Wiesner L.A. A Practical Guide to Autism: What Every Parent, Family Member, and Teacher Needs to Know. London: Wiley, 2009. 610 p. ISBN 978-0-4703-9473-1.

References

1. Radchenko, M. (2008). Social'no-psychologichna dopomoga bat'kam ditej iz vadamy rozvytku v konteksti hronichnoi' ekstremal'nosti [Social and psychological assistance to parents of children with developmental disabilities in the context of chronic extremity]. *Magisterium*, 2008 (32), 10-16. URL: <https://ekmair.ukma.edu.ua/server/api/core/bitstreams/f052afa9-de31-4ee9-b540-b34fd79ee356/content> (in Ukrainian)
2. Romanchuk, O. (2001). Doroga ljubovi: dytyna z osoblyvymy potrebamy v rodyini [Romanchuk O. The Road of Love: A Child with Special Needs in the Family]. URL: https://k-s.org.ua/wp-content/uploads/2019/02/The_way_of_love.pdf (in Ukrainian)
3. Romanchuk, O. (2008). Nepovnospravna dytyna v sim'i' ta v suspil'stvi [The disabled child in the family and in society]. URL: <https://k-s.org.ua/wp-content/uploads/2019/02/Неповносправна-дитина-в-сімі-і-в-суспільстві.pdf> (in Ukrainian)
4. Rudenjuk A.I., Il'nyk I. Je. (2022). Osoblyvosti stosunkiv v sim'jah z dit'my z rozladamy autystychnogo spektru [Peculiarities of relationships in families with children with autism spectrum disorders]. *Naukovyy visnyk Uzhgorods'kogo nacional'nogo universytetu*, 71-75. (in Ukrainian)
5. Stoljaryk, O., Semygina, T. (2020). Social'na robota iz sim'jami, jaki vyhovujut' ditej z autyzmom: intervencija z rozvytku syl'nyh storin [Social work with families raising children with autism: a strengths-based intervention]. Tallinn. URL: https://www.researchgate.net/publication/363691319_Socialna_robota_iz_sim'ami_aki_vihovuut_ditej_z_autizmom_intervencija_z_rozvytku_silnih_storin (in Ukrainian)
6. Suhina, I. (2020). Emocijne vygorannja u bat'kiv ditej z osoblyvymy osvithnimy problemamy: realii' ta shljahy podolannja. [Emotional burnout in parents of children with special educational needs: realities and ways to overcome]. *Osvita osib z osoblyvymy potrebamy: shljahy rozbudovy*, 17, 220-235.
7. Baxter, C. (1986). Intellectual disability: parental perceptions and stigmas stress. Monash University, Clayton, Victoria, Australia.
8. Feldman, I., Koller, J., Lebowitz, E.R. et al. (2019). Family Accommodation in Autism Spectrum Disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49(9), 3602-3610. DOI:10.1007/s10803-019-04078-x
9. O'Nions, E., Ceulemans, E., Happé, F. et al. (2020). Parenting Strategies Used by Parents of Children with ASD: Differential Links with Child Problems Behavior. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 50(2), 386-401. DOI:10.1007/s10803-019-04219-2
10. Rogge, N., Janssen, J. (2019). The Economic Cost of Autism Spectrum Disorder: A Literature Review. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 49(7), 2873-2900. DOI:10.1007/s10803-019-04014-z
11. Rosen, N.E., Lord, C., Volkmar, F.R. (2021). The Diagnosis of Autism: From Kanner to DSM-III to DSM-5 and beyond. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 51(12), 4253-4270. DOI:10.1007/s10803-021-04904-1
12. Volkmar, F.R., Wiesner, L.A. A Practical Guide to Autism: What Every Parent, Family Member, and Teacher Needs to Know. London: Wiley, 2009. 610 p. ISBN 978-0-4703-9473-1.

Summary

PECULIARITIES OF RELATIONS WITHIN A FAMILY WITH A CHILD WITH AN AUTISM SPECTRUM DISORDER AND WITH THE SOCIAL ENVIRONMENT

Kobets O. Doctor of Psychological Sciences, Full Professor,
Professor of the Department of Psychology,
Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

Piutkina T. Postgraduate student of the Department of Psychology,
Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

Introduction. The relevance of the study is determined by the main general task of supporting children with ASD - the desire to achieve the highest possible level of social adaptation and socialisation, and parents are the first and main link in this system. They have been living in a depressed state for years, under the pressure of long-term psycho-emotional stress. This complicates the social integration of a child with an autism spectrum disorder into the environment of his or her peers. Parents need appropriate psychological support, and their own personal qualities determine the possibilities of socialisation and adaptation to life, i.e. their future. It is important for parents to have such an important quality as stress resistance, which is necessary to support their child.

The purpose is presentation of the results of empirical research of this problem.

Methods - interviews, questionnaires and statistical processing of the results.

Originality. The results of the study show that the presence of a child with autism in a family causes a wide range of changes of various types and quality in both intra-family relations and in the relations of such a family with society. The main problems in the family are primarily related to the child's behavioural characteristics caused by autism, difficulties in upbringing and education, socialisation and obtaining the necessary assistance, and to a lesser extent - to financial and economic factors and place of residence.

Conclusion. In society, the type and quality of reactions to the peculiarities of behaviour of a child with autism depend on the degree of connection of the social circle with the family: while positive reactions prevail among close relatives and friends, negative reactions (condemnation, rejection) prevail outside this microsocial environment; relatives are somewhat more ready to provide active assistance than friends. It is shown that the main reason for negative reactions to autism-related peculiarities of a child's behaviour and development is insufficient and distorted awareness of all layers of society about autism, autism spectrum disorders, the characteristics of people with this developmental disorder, and the possibilities of adequate help and support.

Key words: child with autism; children with autism spectrum disorders (ASD); children with autism; parents of children with autism spectrum disorders; intra-family relations; social environment; psychological assistance.

Концептуалізація, моделювання – Кобець О. В.

Формальний аналіз – Піуткіна Т. 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: 17.01.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 05.03.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

STUDY OF PERSONAL TENSION AMONG EMPLOYEES OF THE EDUCATION SECTOR

Kostiu S. J. *c.p.s., as.prof,*
Mukachevo State University
<https://orcid.org/0000-0002-1799-4043>
Almashi S. I. *Senior Lecturer at the*
Department of Psychology
Mukachevo State University
<https://orcid.org/0000-0002-5494-9014>

The article is devoted to the analysis of the problem of personal tension of employees in the field of education. The purpose is to theoretically substantiate and empirically study the factors of personal tension of education workers. It is established that organizational and functional factors have a limited impact, while anxiety and rigidity are key factors. The results emphasize the need to develop a psycho-correctional program to overcome personal tension of educational workers.

Key words: *personal tension; factors of personal tension; psychoemotional tension; educational workers; professional stress; socio-psychological climate.*

Introduction. The personal stress of educators in the context of war is a particularly relevant research topic due to several specific challenges they face. War significantly increases stress levels as educators worry about their lives and the safety of their loved ones. Constant air raids, the danger of shelling, and other factors of war create strong psychological pressure that can lead to the development of post-traumatic stress disorder (PTSD) and other psychological problems. The war forces educational institutions to adapt to new conditions. This includes switching to distance learning, working in temporary shelters or schools that have been relocated to other regions. Educators must quickly adapt their methods and materials to the new circumstances, which adds to the tension. Teachers often act as psychological support for their students, who are also experiencing the effects of war. This places an additional emotional burden on educators who must not only fulfill their professional responsibilities but also support their students in difficult psychological conditions.

The purpose of the study is to theoretically substantiate and empirically investigate the factors of personal tension of education workers.

In accordance with this goal, the main objectives of the study were identified:

1. To reveal the theoretical foundations of personal tension of employees in the field of education.

2. To empirically study the factors of personal tension of employees of educational institutions.

Theoretical background. An analysis of the literature shows that there are many works by both foreign and domestic scholars on the problem of personal tension. These studies cover various aspects of this topic. In particular, the works of L. Abolin, N. Nayenko, and T. Nemchin analyze the peculiarities of tense and difficult professional situations. The works of D. Barlow, A. Beck, D. Westbrook, and A. Karachevsky focus on the content of maladaptive states and mechanisms of their regulation. Studies by D. Beck, D. Clark, R. Leahy, V. Parobiy, O. Romanchuk, and O. Sergienko examine the features of negative mental states and methods of overcoming them.

The dynamic changes taking place in Ukrainian society have a significant impact on the education sector. This leads to the emergence of numerous stress factors in the activities of educators, which, together with their personal characteristics, contribute to the emergence of professional stress. Such stress negatively affects the effectiveness of professional activity and general well-being, which causes tension. Given these circumstances, the study of psychological factors of personal tension among employees of educational institutions requires further research.

Research methods. To study the manifestations and factors of personal tension

of employees in the field of education, we used the methods of theoretical analysis. We also used empirical methods. During the study, we used two groups of methods. The first group of methods aimed at studying the main manifestations of personal tension among teachers are: the Taylor Anxiety Inventory adapted by T. Nemchinov, the PSM-25 Psychological Stress Scale (adapted by N. Vodopianova), the Diagnostic of Stiffness (G. Eysenck) and the Express Diagnostic of Psychoemotional Tension (O. Kopina, K. Suslova, E. Zaikin). The second group of methods aimed at identifying the relationship between the level of development of personal tension of employees in the field of education and meso-level factors includes the following methods: a questionnaire "passport", a questionnaire "How is your organization developing?" by W. Siegert, L. Lang (modified by L. Karamushka), the methodology "Diagnostics of psychological climate in the team" (V. Shpalinsky and E. Shelest); methodology "Determination of the group cohesion index" (Sishor). The meso-level factors include three subgroups: organizational and functional, psychological, and organizational and pedagogical.

The results of the study were processed using mathematical and statistical methods (correlation analysis by Spearman's criterion). The results were generalized using interpretive methods (classification and generalization of empirical data).

Results and discussion. The study sample consisted of 60 teachers from Mukachevo Lyceum No. 8 and Mukachevo Lyceum No. 6. According to the characteristics of the staff, the respondents formed the following groups. According to the criterion of the position in the educational institution, 10 people among the respondents are the administration of educational institutions, 50 people are pedagogical staff. As for the length of teaching experience, the respondents were divided into the following groups: 15 respondents have up to 5 years of work experience; 25 people - from 6 to 12 years; and 20 teachers - with experience of 13 years or more. In terms of age, the sample included 15 people under the age of 30, 45 teachers aged 31-45, and 10 people aged 46 and older. In terms of gender, all the respondents were women.

To study the level of anxiety, we used the Taylor Anxiety Inventory as adapted by T. A. Nemchinov. The graphical representation of the research results is shown in Fig. 1.

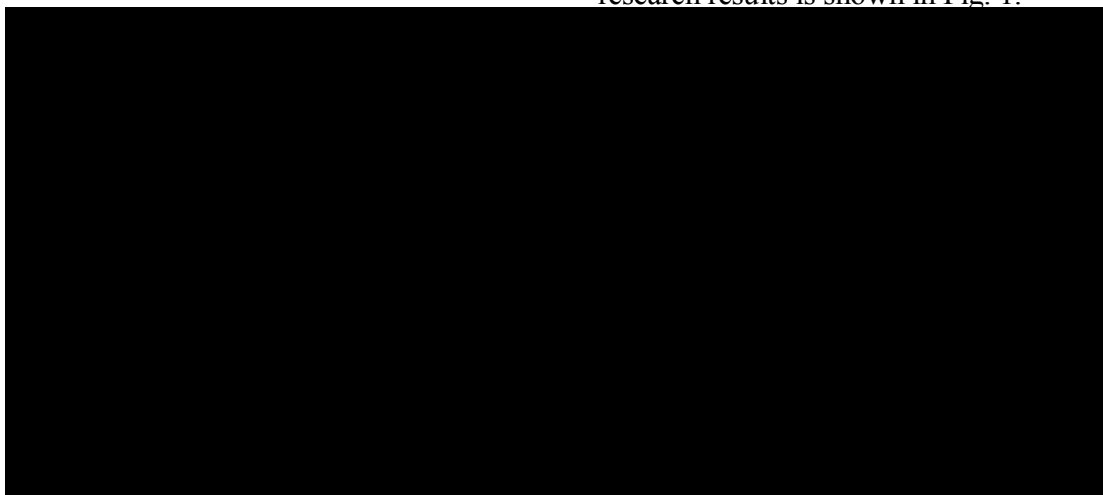


Fig. 1. Levels of anxiety among teachers (%)

The results obtained indicate a pronounced anxiety in the surveyed teachers, in particular, very high levels are observed in 20% of the respondents, and high levels - in 45%. This is a serious indicator that indicates that this part of the workforce may have significant mental health and stress problems. In 27% of respondents, we observe pronounced indicators of the average level with a tendency to high, and only 8% of the surveyed teachers have an

average level with a tendency to low. It should be noted that the low level of teachers is not observed. The results, which indicate a high level of anxiety among teachers, may be due to several factors. In particular, the workload of lessons and extracurricular activities. Teachers often have a heavy workload, including preparing lessons, conducting classes, checking homework, and organizing extracurricular activities. Teachers are required to keep a lot of

documentation, including lesson plans, reports, and student assessments. The constant interaction with students and their parents can be emotionally draining, especially in the case of conflict.

Teachers often act not only as teachers but also as mentors, which can cause additional emotional stress. Requirements for the quality of education are constantly increasing, which can increase teachers' anxiety levels. The need to constantly improve their knowledge and skills can be an additional stressor.

Relatively low salaries compared to other professions can cause financial stress. Lack of public recognition and respect for the teaching profession can reduce motivation and increase anxiety. Lack of support and understanding from school management can increase feelings

of isolation and stress. Thus, according to the results of the study, high levels of anxiety are one of the manifestations of personal tension among teachers.

To study the structure of stressful experiences, namely, somatic, behavioral and emotional stressful feelings of pedagogical workers, we used the methodology "Psychological Stress Scale PSM-25" (adaptation by N. E. Vodopianova). The test results are presented in the form of a graphical representation in Fig. 2.

Analyzing the results of stress indicators according to the PSM 25 psychological stress scale, we conclude that: 33% of teachers have a high level of stress, 50% have an average level, and only 17% of the study subjects have a low level of stress.

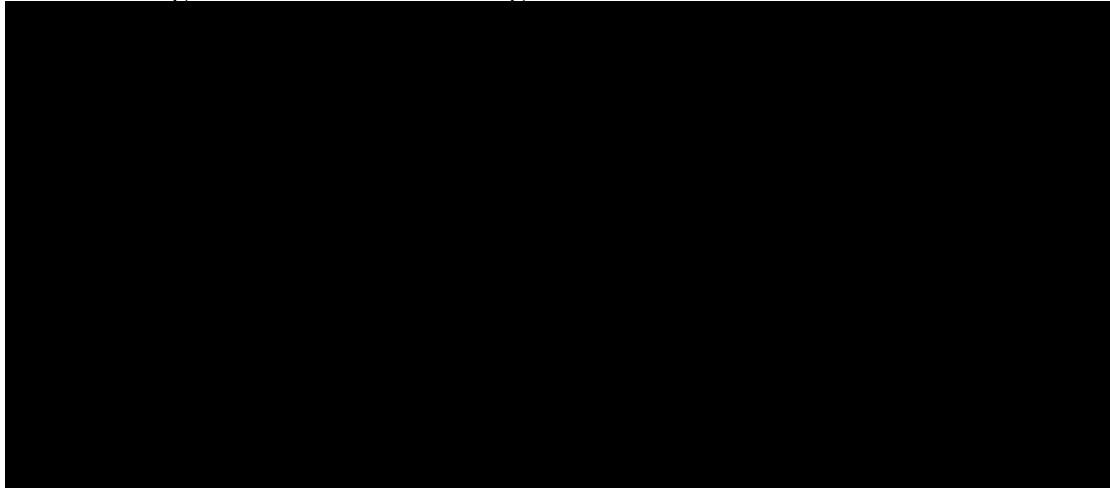


Fig. 2. Levels of teachers' stress severity according to the PSM 25 psychological stress scale (adapted by N. E. Vodopianova)

Stress is caused by a mismatch between individual needs and capabilities. When this balance is disturbed, stress occurs. A high level of stress, which according to the results of the study can be traced in 20 teachers, indicates maladjustment, mental discomfort and the need to implement comprehensive measures to reduce neuropsychological tension, psychological relief, change the style of thinking and lifestyle. The average level of stress expressed by 30 teachers is an intermediate state between maladjustment and adaptation to workload. Only 10 teachers are adapted to working conditions.

Prolonged stress prevents the body from returning to a normal state, which leads to increased fears, sleep disorders, burnout syndrome, and depression. The personal tension of teachers arises as a result of prolonged stress and psychological pressure. Therefore, teachers

with pronounced indicators of high stress levels are at increased risk of personal tension.

In times of war, the development of the ability to cope with stressful situations and maintain emotional balance depends on readiness for mobilization. That is, the ability to quickly adapt to new conditions, change approaches to the learning and communication process. Therefore, the next methodology we used in this study is the "Diagnosis of rigidity" methodology (G. Eysenck). We consider teachers' rigidity as a correlate of personal tension. The graphical representation of the test results is shown in Figure 3.

The majority of respondents (43%) showed a medium level of rigidity, which indicates a rather flexible personal position and the ability to respond adequately to the changing situation in the war. However, a significant part of the respondents (37%)

showed the dominance of personality rigidity traits, which indicates a tendency to stereotypes (cognitive, emotional, behavioral) in various

spheres of life, difficulties in manifesting personality decentering and changing the point of view, etc.

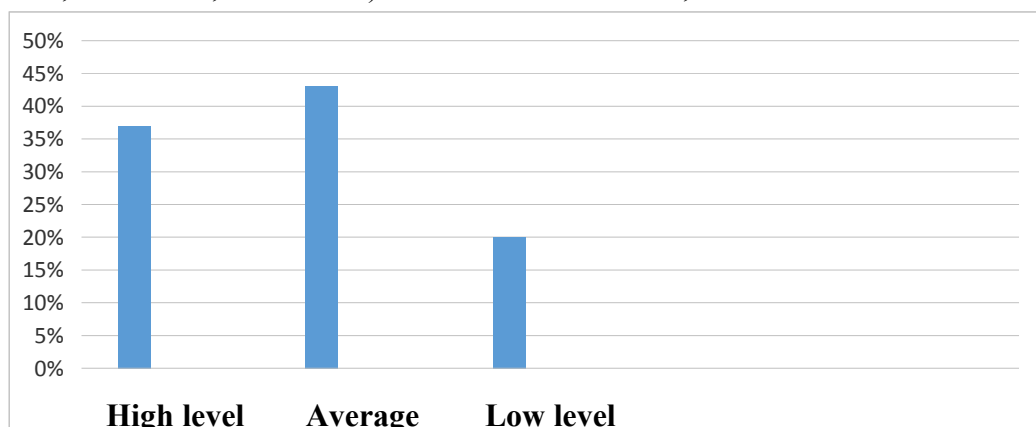


Fig. 3. Levels of severity of rigidity of teachers

Only 20% of teachers with a low level of rigidity showed high levels of personal mobility, which suggests that they are capable of flexibility and adequate changes in response and behavior in different social situations.

Rigidity is a kind of defense mechanism that blocks information that does not correspond to a person's perceptions of the world, preventing the adoption of new decisions if they do not correspond to the currently available perceptions, thus complicating the change of point of view and cognitive decentralization, which determines the inertia of subjective positions. Personality rigidity also makes it difficult to reflect on the past; a person focuses on past events, retains irrelevant, outdated knowledge, and has difficulty gaining new experience. In view of the above, we can summarize that personality rigidity is an important systemic property of a personality that can play a positive role in personality development, maintaining internal balance, stability and constancy of the personality's mental makeup, and (at high levels) to act as a kind of obstacle to the necessary personal transformations in changing external circumstances, to be a psychological barrier to the manifestation of flexibility, mobility, plasticity in various spheres of human life (including professional), which, in turn, contributes to the manifestation of personal tension of teachers.

The next stage of our study is the implementation of rapid diagnostics of the level of psychoemotional stress (O. S. Kopina, K. O. Suslova, E. V. Zaikin). The questionnaire includes methods of rapid diagnosis of PES and

related factors: self-assessment of health; psychosocial stress; life satisfaction; satisfaction with living conditions; satisfaction of basic life needs. Analyzing the results of the study using this methodology, we can state the following:

-The respondents have a low level of self-assessment of health (42%). Low self-assessment of health, according to our data, is associated with increased stress levels and low life satisfaction. This indicator indicates that most teachers consider their health to be unsatisfactory. This may be due to physical and mental exhaustion caused by the stressful conditions of war. Low self-assessment of health can be the cause of increased anxiety, depression and a general deterioration in quality of life.

-Regarding the indicator "L. Reeder's Psychosocial Stress Scale", we also observe a pronounced low level of its manifestation (36%). This indicator can reflect both the presence of high levels of stress and possible adaptation to chronic stressful conditions. Teachers may experience constant pressure that affects their ability to effectively perform their professional duties and maintain emotional well-being.

-O. S. Kopina's life satisfaction scale is characterized by a low level of expression (42%). The teachers who participated in the study are generally dissatisfied with their lives. This may be the result of prolonged experience of stressful situations, lack of stability and security, which are typical for war conditions. Low levels of life satisfaction can also affect motivation and overall mental health.

-The low levels of the studied teachers' scores on the scales of "satisfaction with the living conditions of O. S. Kopina" (50%) and "satisfaction with the basic life needs of O. S. Kopina" (48%) were found. These indicators show that teachers are not satisfied with their living situation. This may include dissatisfaction with material conditions, social support, housing conditions, and other aspects that affect their ability to feel stable and comfortable.

War creates extreme conditions that significantly affect the psycho-emotional state of people. Teachers, like other professional groups, face constant risk, uncertainty and anxiety about their future and the future of their loved ones, which causes constant personal tension in the subjects. As a result, this can lead to increased levels of anxiety and stress, exhaustion and reduced performance, social isolation and a sense of helplessness.

The study of organizational development of general education institutions where the employees under study work was conducted using the questionnaire "How is your organization developing?" by W. Siegert and L. Lang (modified by L. Karamushka). The diagnostics we conducted made it possible to study two selected indicators of organizational development: "organizational maturity"

(maturity of organizational development) and 'problematic organizational development'. Based on these indicators, the following levels of organizational development were identified: "constructive" level; 'crisis level'; 'problematic' level.

As for such indicators of organizational development as "organizational maturity" and "organizational development challenges" (see Fig. 4), the data obtained show that a significant number of surveyed teachers indicated an average level of development of "organizational maturity" (55%) and a low level of development of "organizational development challenges" (47%). This indicates, in our opinion, certain positive trends in the organization: employees have an idea of the goals of their organization; participate in the life of the organization; understand that they can contribute new ideas and suggestions to improve organizational processes, but do not fully do so.

In their turn, organizations strive to create favorable working conditions for their employees; try to give preference to a democratic management style; identify and implement promising, innovative areas of activity, etc. However, the average indicator of "organizational maturity" still indicates insufficient work in this direction.



Fig. 4. The level of development of organizational development indicators in educational organizations (in % of the total number of respondents)

At the same time, it should be noted that 20% of respondents note a low level of development of "organizational maturity" and

16% - a high level of development of "organizational development problems". This means, in our opinion, that despite all the efforts

of the organization to promote organizational development, there are still significant problems in the activities of general education institutions, since a relatively large proportion of respondents believe that their organization lacks clarity in defining the goals of the organization, many goals are not known to employees; employees do not participate in defining goals; they rarely identify with the decisions made, rather they perceive these decisions not as “theirs” but as directed against them; employees find it difficult and almost impossible to communicate with the management of the organization. Thus, it can be said that school leaders should pay special attention to departments where favorable working conditions are not created, where authoritarian management style prevails, where access to information is determined by the status of the employee rather than his or her functions, where inefficient performance of functions is observed, where performance evaluation is often based on emotions or superficial observations.

The results also made it possible to determine the levels of organizational development of general education institutions (see Figure 5). The study found that only 20% of respondents consider the level of development of the general education institution where they work to be “constructive”. More than half of the respondents (67%) consider the level of organizational development of their educational institution to be “problematic”. A relatively small part of the respondents (13%) noted the “crisis” level of organizational development. The data obtained indicate, in our opinion, the need for the management to review the policy and style of leadership in educational institutions, improve working conditions in the organization, create conditions for teachers' self-realization, etc. Thus, educational institutions are on the way to developing and improving management systems, increasing the efficiency of the organization.

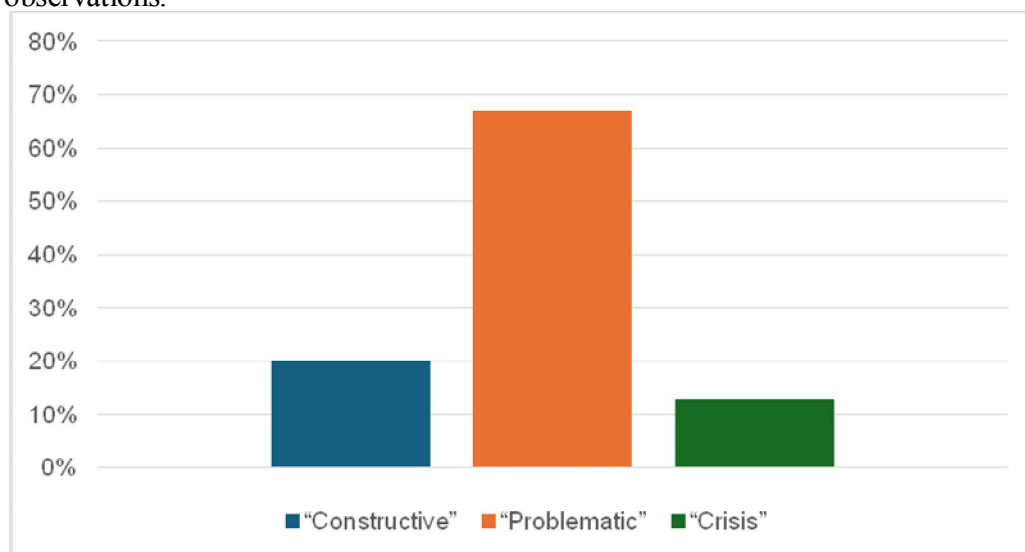


Fig. 5. Level of development of organizational development indicators in educational institutions

In our opinion, the prevalence of the “constructive” level of organizational development (20%) over the “crisis” level (13%) indicates a positive trend in the development of general education institutions during the war.

To study the psychological climate in the team of pedagogical workers, we conducted the methodology “Diagnostics of the psychological climate in the team” (V. Shpalinsky, E. Shelest). The graphical representation of the results is

shown in Fig. 6. According to the data obtained, more than half of the respondents assess the psychological climate in their team as favorable. 55% of the surveyed teachers are satisfied with their relationships with colleagues, managers, as well as with their work, its process and results. They note the overall positive mood in the team, which contributes to their creative potential and desire to work in the institution, using their creative and physical resources to benefit others.

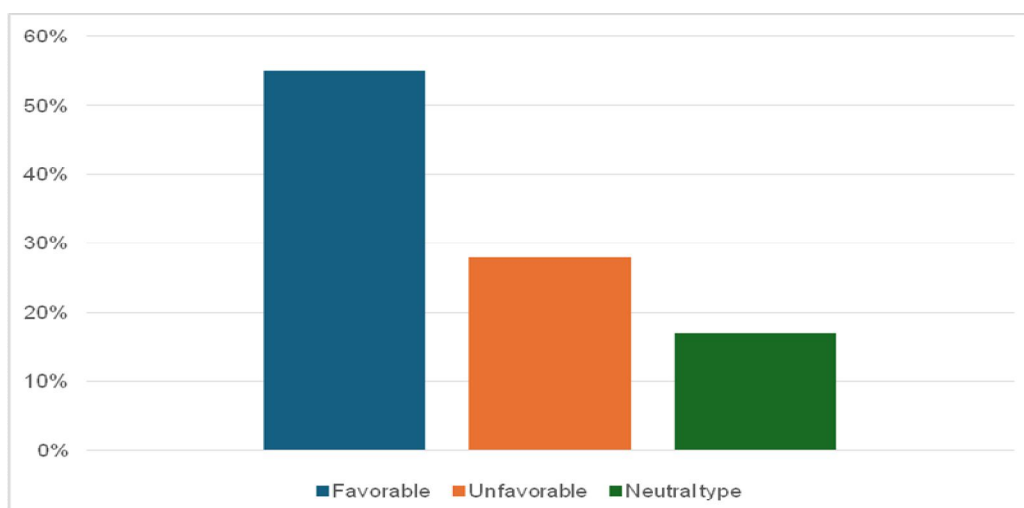


Fig. 6. Levels of organizational development according to the methodology “Diagnostics of the psychological climate in the team” (V. Shpalinsky, E. Shelest)

At the same time, 28% of teachers assessed the psychological climate in their teams as unfavorable. They express dissatisfaction with interpersonal relationships with colleagues and management, as well as with working conditions and content. They report a low level of satisfaction with cooperation, mutual assistance, and trust among employees. Also noteworthy are the responses of 17% of respondents who rated the psychological climate in their team as neutral. These teachers point out the simultaneous existence of signs of both favorable and unfavorable climate, recognizing the prevalence of trusting interpersonal relationships, but consider the level of their manifestation insufficient, and note a positive but low degree of mutual assistance, mutual support, and job satisfaction.

To study the meso-level factors, we also used the methodology “Determination of the Group

Cohesion Index” (Sichor). The graphical representation of the results is shown in Fig. 7.

According to the survey results, the respondents mostly have an average level of team cohesion (45%). Teams with this level of cohesion are characterized by a stable system of interpersonal relations, where team members successfully solve tasks requiring joint and coordinated actions, especially those considered important by the majority. Tasks that the team considers less important are solved less effectively, although a friendly style prevails in the relations between team members. A high level of cohesion was found in 17% of teachers. Teams with this level of cohesion are characterized by a democratic style of leadership and a clear understanding of the goals and objectives of joint activities. Members of such teams can solve complex and diverse tasks, including those that go beyond their immediate responsibilities, but are socially necessary and socially useful.

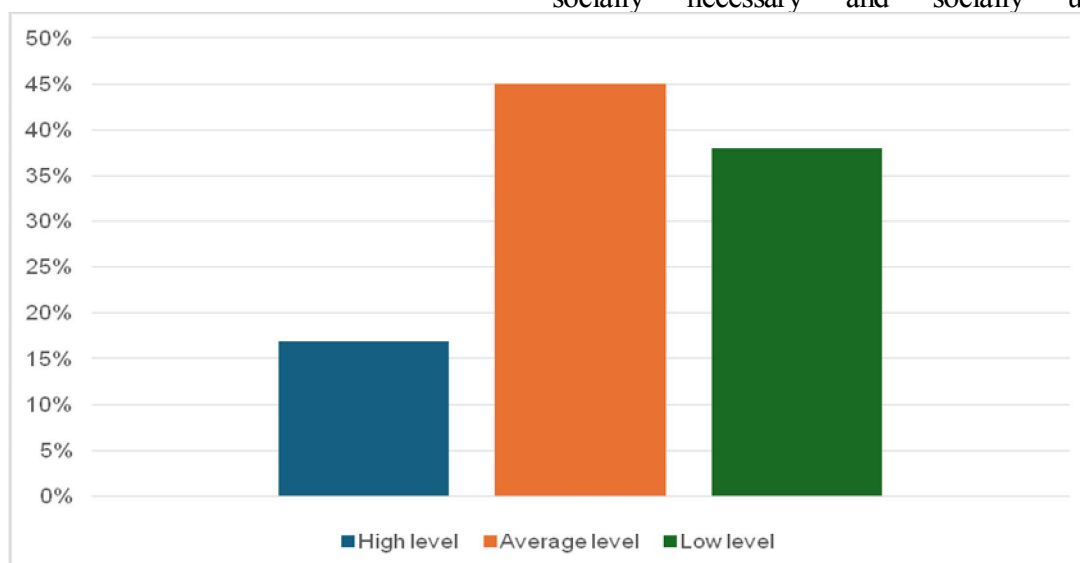


Fig. 7. Results of the diagnostic methodology “Determination of group cohesion” (Sisor)

A low level of cohesion is observed in 38% of teachers. Such teams lack well-established joint activities, cohesion and motivation to work together. Tasks can be solved only after they are divided into independent components, which is proposed to be solved by individual team members.

Heads of educational institutions should pay attention to the level of team cohesion. It is necessary to introduce measures aimed at increasing team spirit and cooperation. These can include team building trainings, joint projects and activities that promote communication and trust between team members. It is also important to stimulate motivation to work together through a system of rewards and recognition of achievements. Ensure effective adaptation of new employees to the team so that they quickly become part of the team and can effectively interact with other members.

Monitor the emotional state of employees, provide psychological support if necessary, and promote a positive and supportive atmosphere in the team.

In general, educational managers should pay constant attention to the development of team cohesion, as it directly affects work efficiency, employee motivation, and the achievement of educational goals.

Conclusions. Personal tension is a psycho-emotional state that occurs in response to a variety of internal and external factors that cause stress. This condition is characterized by feelings of anxiety, nervousness, irritation, a sense of uncertainty and sometimes helplessness. In the context of professional activities, personal tension can affect an employee's performance, motivation, and overall mental health.

Professional manifestations of personal tension are characterized by a decrease in productivity, procrastination, burnout, and emotional disorders. Personal tension is a complex multifactorial condition that manifests itself at different levels of personality functioning: emotional, cognitive, physical, behavioral, and professional.

Educators, like workers in many other fields, may be exposed to a variety of factors of personal tension. Many scholars group these factors into the following groups: organisational and professional, socio-demographic, meso-level, micro-level, etc.

Based on the empirical study of the factors of personal tension of education workers, it was found that on average, most of the studied education workers have high rates of severity of the main manifestations of personal tension (anxiety, rigidity, psychological stress and indicators of psycho-emotional stress), which negatively affects their psychological well-being. Considering the influence of organisational and pedagogical factors of employees of educational institutions can help reduce anxiety, rigidity and stress and regulate the psycho-emotional stress of teachers. Particular attention from the management of the educational institution and psychologists in terms of preventing personal tension is required for 'ordinary' employees with less work experience, less seniority and lower qualification level.

In general, the results of the ascertaining stage of the study revealed the severity of personal tension in a significant number of the studied teachers. Most of the organizational-functional factors we studied have a very limited statistically significant relationship, both positive and negative, with all manifestations of personal tension, except for anxiety and rigidity, and therefore are not important correlates of personal tension. Whereas the group of psychological factors, which includes such characteristics as the level of organizational development, psychological climate in the team and team cohesion, and the group of organizational and pedagogical factors, according to the results of our study, are important correlates of personal tension of teachers. This emphasizes the need to develop and implement a correction program aimed at reducing tension and improving the psychological climate in the educational environment, which is a prospect for further research.

References

1. Ismail, A., & Saudin, N. (2014). Occupational stress and its impact on job performance. *У 2014 international conference on information, business and education technology (ICIBET 2014)*. Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/icibet-14.2014.13>
2. Kyriacou, C. (2001). Teacher Stress: Directions for future research. *Educational Review*, 53(1), 27–35. <https://doi.org/10.1080/00131910120033628>

3. Oh, H. (2024). Teacher burnout in educational organizations. *У Burned out - exploring the causes, consequences, and solutions of workplace stress in public service organizations [working title]*. IntechOpen. <https://doi.org/10.5772/intechopen.1006832>

Анотація

Костю С. Й. кандидат психологічних наук,
доцент, доцент кафедри психології

Мукачівського державного університету

Алмаші С. І. старший викладач кафедри

психології Мукачівського державного університету

ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНОЇ НАПРУЖЕНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ СФЕРИ ОСВІТИ

Вступ. Особистісна напруженість працівників сфери освіти в умовах війни є особливо актуальною темою дослідження через низку специфічних викликів, з якими вони стикаються. Війна значно підвищує рівень стресу, оскільки освітяни переживають за своє життя та безпеку своїх близьких. Постійні повітряні тривоги, небезпека обстрілів та інші фактори війни створюють сильний психологічний тиск, що може призвести до розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР) та інших психологічних проблем. Війна змушує освітні установи адаптуватися до нових умов. Це включає перехід на дистанційне навчання, роботу у тимчасових притулках або школах, що були переведені в інші регіони. Освітяни повинні швидко адаптувати свої методи та матеріали до нових обставин, що додає додаткової напруженості. Вчителі часто виступають в ролі психологічної підтримки для своїх учнів, які також переживають наслідки війни. Це накладає додатковий емоційний тягар на освітян, які повинні не лише виконувати свої професійні обов'язки, але й підтримувати своїх підопічних у складних психологічних умовах.

Теоретичне підґрунтя. Аналіз літератури показує, що існує чимало робіт як зарубіжних, так і вітчизняних вчених, присвячених проблемі особистісної напруженості. Ці дослідження охоплюють різні аспекти цієї теми. Зокрема, праці Л.Аболіна, Н.Наєнко, Т.Немчина аналізують особливості напружених і складних професійних ситуацій. Роботи Д.Барлоу, А.Бека, Д.Вестбрука, А.Карачевського зосереджуються на змісті дезадаптивних станів і механізмах їхньої регуляції. Дослідження Д.Бека, Д.Кларка, Р.Ліхі, В.Паробія, О.Романчука та О.Сергієнка розглядають особливості негативних психічних станів і методи їх подолання.

Динамічні зміни, що відбуваються в українському суспільстві, значною мірою впливають на освітню сферу. Це призводить до появи численних стресових факторів у діяльності працівників освіти, які разом з їхніми особистісними характеристиками сприяють виникненню професійного стресу. Такий стрес негативно впливає на ефективність професійної діяльності та загальне самопочуття, що викликає напруженість. Враховуючи ці обставини, дослідження психологічних чинників особистісної напруженості серед працівників закладів освіти потребує додаткового вивчення.

Методи дослідження. Зокрема, в ході дослідження нами використані дві групи методик. Першу групу методик, які спрямовані на вивчення основних проявів особистісної напруженості серед педагогічних працівників складають: методика виявлення рівня тривожності Тейлора в адаптації Т. А. Немчинова, методика «Шкала психологічного стресу PSM-25» (адаптація Н. Є. Водоп'янової), методика «Діагностика ригідності» (Г. Айзенк) та «Експрес-діагностика рівня психоемоційної напруги» (О. Копіна, К. Суслова, Є. Заїкін). До другої групи методик, які спрямовані на виявлення взаємозв'язків між рівнем розвитку особистісної напруженості працівників сфери освіти та чинниками мезорівня, нами віднесено такі методики: анкета-«паспортника», опитувальник «Як розвивається Ваша організація?» В. Зігерта, Л. Ланга (модифікація Л. Карамушки), методика «Діагностика психологічного клімату в колективі» (В. Шпалінський і Е. Шелест; методика «Визначення індексу групової згуртованості» (Сішор). До чинників мезорівня нами віднесено три підгрупи: організаційно-функціональні, психологічні та організаційно-педагогічні.

Обробка результатів дослідження проведена за допомогою математико-статистичних методів (використаний кореляційний аналіз за критерієм Спірмена). Узагальнення результатів здійснено з використанням інтерпретаційних методів (класифікація й узагальнення емпіричних даних).

Результати дослідження. На основі проведеного емпіричного дослідження чинників особистісної напруженості працівників сфери освіти, встановлено, що в середньому більша частина досліджуваних працівників сфери освіти мають високі показники вираженості основних проявів особистісної напруженості (тривожності, ригідності, психологічного стресу та показників психоемоційної напруги), що негативно позначається на їх психологічному благополуччю. Врахування впливу організаційно-педагогічних чинників працівників закладів освіти може сприяти зниженню тривожності, ригідності проявам стресу та регулюванню психоемоційної напруги педагогів.

Особливої уваги з боку керівництва освітнього закладу та психологів у плані профілактики особистісної напруженості потребують «рядові» працівники, з меншим стажем трудової діяльності, меншим стажем на посаді та з нижчим рівнем кваліфікації.

Загалом, результати констатувального етапу дослідження виявили вираженість особистісної напруженості у значній кількості досліджуваних педагогічних працівників. Більшість досліджуваних нами чинників з групи організаційно-функціональних мають дуже обмежений статистично значущий зв'язок, як позитивний, так і негативний, з усіма проявами особистісної напруженості, окрім тривожності та ригідності і тому не є важливими корелятами особистісної напруженості. Тоді як група психологічних чинників, яка включає такі характеристики, як: рівень організаційного розвитку, психологічний клімат у колективі та згуртованість колективу та група організаційно-педагогічних чинників, за результатами нашого дослідження, є важливими корелятами особистісної напруженості педагогічних працівників. Це підкреслює необхідність розробки та впровадження програми корекції, спрямованої на зниження рівня напруженості та покращення психологічного клімату в освітньому середовищі, що є перспективою подальшого дослідження.

Висновки. Особистісна напруженість – це психоемоційний стан, який виникає у відповідь на різноманітні внутрішні та зовнішні фактори, що викликають стрес. Це стан характеризується почуттям тривоги, нервозності, роздратування, відчуттям невизначеності та іноді безпорадності. В контексті професійної діяльності, особистісна напруженість може впливати на ефективність виконання обов'язків, мотивацію та загальне психічне здоров'я працівника.

Професійні вияви особистісної напруженості характеризуються зниженням продуктивності, проявами прокрастинації, вигоранням, розладами емоційної сфери. Особистісна напруженість – це складний багатофакторний стан, що виявляється на різних рівнях функціонування особистості: емоційному, когнітивному, фізичному, поведінковому та професійному.

Освітняни, подібно до працівників у багатьох інших сферах, можуть зазнавати впливу різноманітних чинників особистісної напруженості. Багато науковців об'єднують чинники в групи: організаційно-професійні та соціально-демографічні; чинники мезорівня, чинники мікрорівня тощо.

Ключові слова: особистісна напруженість; чинники особистісної напруженості; психоемоційна напруга; працівники сфери освіти; професійний стрес; соціально-психологічний клімат.

Концептуалізація – Костю С. Й.

Методика – Алмаші С. 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: 02.03.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 08.04.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ТЕОРЕТИЧНІ ТА ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ РЕАЛІЗАЦІЇ СИСТЕМИ ВИВЧЕННЯ ТА ВПРОВАДЖЕННЯ ДОСВІДУ У ЗБРОЙНИХ СИЛАХ УКРАЇНИ

Кривець Л. В. доктор філософських наук,
старший науковий співробітник,
військовослужбовець Збройних Сил України
<https://orcid.org/0000-0001-7451-5208>

Погорельчук А. В. військовослужбовець Збройних Сил України
Юнгер Б. Я. військовослужбовець Збройних Сил України

В статті розглянуто теоретичні та практичні аспекти реалізації системи вивчення та впровадження досвіду у Збройних Силах України, що зазнали суттєвого розвитку у 2024-2025 роках. Головною метою вивчення та впровадження досвіду у ЗС України є підвищення ефективності діяльності, спрямованої на організацію виконання, в межах визначених законодавством повноважень, заходів із підготовки, всебічного забезпечення, розвитку, застосування та управління військами (силами) ЗС України, інших складових сил оборони для оборони держави, захисту її суверенітету, територіальної цілісності та недоторканності.

Авторами наведена низка практичних кроків щодо оптимізації роботи системи вивчення та впровадження досвіду у підрозділах різних видів (родів) військ ЗС України та окреслено проблемні питання з огляду на позитивний досвід підрозділів спеціальних дій Сил спеціальних операцій ЗС України з врахуванням специфіки діяльності за напрямком відповідальності, в тому числі психологічні аспекти готовності особового складу до впровадження процедур вивчення та впровадження досвіду.

Ключові слова: вивчення та впровадження досвіду; Збройні Сили України; психологічні аспекти; російсько-українська війна; Сили спеціальних операцій; взаємосумісність; НАТО.

Вступ. На сучасному етапі історичного розвитку людства у збройних силах більшості держав світу існує розуміння того, що для підвищення якості та ефективності функціонування військової організації необхідно розвивати систему вивчення та впровадження досвіду, особливо, якщо збройні сили країни беруть активну участь в збройних конфліктах та бойових діях (Krymets, L., Chorny, V. S., Cherkovniak-Horodetska, O., Sadykova, V., & Manzia, Y., 2023).

Актуальність проблеми реалізації системи вивчення та впровадження досвіду (ВВД) у Збройних Силах України зумовлена значним розвитком, якого зазнали всі складові українського війська у процесі протидії російським загарбникам як з 2014 по 2022 роки, так і під час повномасштабного вторгнення у 2022-2025 роках і не відповідністю станом на початок 2025 року керівних документів щодо вивчення та впровадження досвіду (попереднього видання Доктрини з ВВД та Інструкції з ВВД), затверджених Начальником Генерального штабу ЗС України ще у липні 2020 року, вимогам і викликам часу.

Науковий інтерес до розвитку системи ВВД у Збройних Силах України обумовлений поглибленням демократичних перетворень в

Україні та необхідністю виконання вимоги взаємосумісності Україна-НАТО ІО 0009 “Вивчення та впровадження досвіду”.

Метою статті є дослідження теоретичних та практичних аспектів реалізації системи вивчення та впровадження досвіду у Збройних Силах України, що зазнали змін і суттєвого розвитку у 2024-2025 роках з акцентом на діяльності підрозділів спеціальних дій Сил спеціальних операцій Збройних Сил України.

Теоретичне підґрунтя. Проблема дослідження різних аспектів системи вивчення та узагальнення досвіду є предметом наукових досліджень низки українських дослідників. Є. Гончаренко та А. Ткаченко в статті “Вивчення та впровадження досвіду у Збройних Силах України” у 2022 році розкрили певні аспекти досвіду щодо проведення антитерористичних та миротворчих операцій Збройними Силами України. (Гончаренко, Є., & Ткаченко, А., 2022). Ю. Пашук у своїх роботах аналізує організаційні аспекти вивчення і впровадження досвіду Збройних Сил України у міжнародних операціях із підтримання миру та безпеки. Вище-зазначена діяльність досліджується протягом двох періодів еволюції організаційного вивчення та впровадження досвіду в Збройних Силах

України: з грудня 1991 р. по грудень 2018 р., та з січня 2019 р. по лютий 2022 р. (Пашук, Ю., 2023).

Психологічні особливості діяльності керівників-лідерів з вивчення досвіду у процесі розвитку військової організації з огляду на виклики російсько-української війни є предметом наукових досліджень Н. Логвіненко, О. Недвиги, І. Підопригори (2024). У працях О. Серпухова, О. Макогона, Л. Маср, О. Клімова, О. Акіншина побіжно розкриваються деякі аспекти вивчення і впровадження досвіду бойових дій за оперативними стандартами НАТО, проте детального аналізу цієї теми не проводиться.

Методи дослідження. Дослідження здійснено на засадах системного підходу та холістичної парадигми, з огляду на необхідність комплексного вивчення окресленої проблеми та актуалізації ролі та відповідальності кожного суб'єкта організаційної структури Системи ВВД задля підвищення загальної ефективності діяльності, спрямованої на організацію виконання заходів із підготовки, всебічного забезпечення, розвитку, застосування та управління військами (силами) ЗС України.

Авторами використано методи наукового аналізу, синтезу, традукції та екстраполяції результатів наукових досліджень з метою окреслення можливостей досягнення взаємосумісності системи ВВД ЗС України та відповідної системи Lessons Learned в НАТО.

Результати і обговорення. Повномасштабна війна, розвязана російською федерацією проти України негативно впливає на значну кількість суспільно-політичних процесів в Україні, Європі і світі, проте саме необхідність гідної відповіді загарбникам на полі бою спонукала Збройні Сили України до прискореного розвитку та вдосконалення. Цей розвиток вимагає глибокого аналізу як позитивного, так і негативного досвіду застосування різних складових сил оборони України, озброєння і військової техніки, новітніх технологій та інноваційних рішень.

На початку 2025 року у Збройних Силах України затверджена нова редакція Доктрини з вивчення та впровадження досвіду у ЗС України, ОП 7-0(162) (далі – Доктрини) опрацьована за результатами перегляду попередньої редакції Доктрини з вивчення та впровадження досвіду у ЗС України (2020 року видання), з урахуванням досвіду

ведення бойових дій в російсько-Українській війні 2022 – 2025 років.

Доктрина визначає загальний порядок організації вивчення та впровадження досвіду у ЗС України, а також роль органів військового управління, командирів (начальників) всіх рівнів з організації вивчення та впровадження досвіду у ЗС України. Головною метою вивчення та впровадження досвіду у ЗС України Доктрина визначає підвищення ефективності діяльності, спрямованої на організацію виконання, в межах визначених законодавством повноважень, заходів із підготовки, всебічного забезпечення, розвитку, застосування та управління військами (силами) ЗС України, інших складових сил оборони для оборони держави, захисту її суверенітету, територіальної цілісності та недоторканності (Доктрина, 2025).

Важливо підкреслити, що в процесі вивчення та впровадження досвіду має брати участь весь особовий склад ЗС України. Основними організаторами вивчення та впровадження досвіду в Збройних Силах України є командири і начальники всіх рівнів, які несуть персональну відповідальність за вивчення досвіду, виконання належних заходів (коригувальних дій) із впровадження досвіду, поширення його серед підпорядкованих військово-організаційних структур, особового складу. Проте кожен військовослужбовець ЗС України має право ініціювати вивчення питання, яке на його думку є важливим для подальшого впровадження в практичну діяльність. Найважливіший вивчений досвід, насамперед бойовий, критичні за важливістю ідентифіковані уроки, за результатами яких вироблені рекомендації, потребують негайного доведення до командирів всіх рівнів та особового складу в частині, що стосується, для їх подальшого впровадження (Доктрина, 2025).

Як зазначено в Доктрині, система ВВД призначена для збору, узагальнення та аналізу інформації про проблемні питання (кращі практики), визначення їх головних причин і шляхів вирішення (повторення), а також для поширення та впровадження досвіду в діяльність ЗС України з метою підвищення ефективності підготовки та застосування, забезпечення актуалізації розвитку спроможностей військ (сил). Вона визначає дієві прийоми та способи здійснення процесу вивчення та

впровадження досвіду у ЗС України, що дозволяє знизити ризики повторення помилок, збільшити шанси досягнення позитивного результату. Передусім, це стосується зменшення ймовірності поразки під час проведення операцій (бойових дій), зниження втрат серед особового складу та ОВТ, покращення діяльності та забезпечення розвитку ЗС України з меншими ресурсними затратами тощо (Доктрина, 2025).

В основі Системи ВВД у ЗС України, відповідно до нової редакції Доктрини, лежать чотири головні складові частини (рисунк 1):

- організаційна структура;
- стандартизований процес ВВД;
- підготовка особового складу з питань ВВД;
- засоби, що застосовуються для здійснення стандартизованого процесу ВВД.



Рис. 1. Основні складові Системи ВВД відповідно до Доктрини.

Відповідно до Доктрини, ефективність функціонування Системи ВВД має базуватися на готовності командувачів, командирів, начальників усіх рівнів до обміну інформацією як щодо інноваційних практик, так і щодо прорахунків та невдач, створенні комфортного соціального мікроклімату у ЗС України та формуванні відповідного менталітету і культури поведінки особового складу, заснованих на довірі, а не на страху покарання. Для цього необхідно забезпечити належну мотивацію військовослужбовців щодо виявлення проблемних питань, їх аналізу та вирішення; заохочувати до дискусій; розвивати уміння спільними зусиллями знаходити оптимальні рішення та втілювати їх у життя, а також сприяти поширенню найкращих практик (Доктрина, 2025).

Лідерство командирів, начальників реалізується шляхом керівництва напрямками роботи процесу ВВД. Вони мають

зосереджувати увагу на найбільш важливих сферах вивчення досвіду, надавати запити на пріоритетні напрями ВВД, затверджувати плани вивчення досвіду, ідентифіковані уроки, приймати рішення щодо рекомендованих коригувальних заходів.

Авторський колектив підкреслює важливість формування і розвитку психологічної готовності командирів, начальників всіх рівнів до проведення щирого, відкритого, конструктивного обговорення успіхів і невдач під час набуття визначених оперативних (бойових) спроможностей військами (силами) ЗС України. На цьому шляху кожному командир (начальнику) потрібно приділяти увагу формуванню психологічно комфортного мікроклімату в підрозділі, сприяти проведенню об'єктивного самоаналізу й самокритики без взаємних звинувачень. Задля здійснення аналізу і самоаналізу виконаних завдань у військових колективах повинен застосовуватись Аналіз проведених дій.

Аналіз проведених дій (АПД) є основою вивчення та впровадження досвіду в Збройних Силах України. Він має велике організаційне, психологічне, навчально-виховне та науково-практичне значення, сприяє розвитку кругозору, формуванню психологічно комфортного мікроклімату, критичному мисленню і сприйняттю своїх дій, підвищенню активності та повинен носити творчий характер, органічно поєднувати глибокий теоретичний аналіз з конкретним практичним досвідом дій військовослужбовців.

Досвід практичної реалізації процесу ВВД в Силах спеціальних операцій ЗС України (ССпО) засвідчує, що на тактичному рівні найбільш ефективним є аналіз проведених дій, який за умов належної підготовки, здійснюється самим підрозділом під керівництвом безпосереднього командира (начальника) не пізніше, ніж протягом 5 діб після завершення виконання кожного спеціального (бойового) завдання. За необхідності, АПД може бути проведений у бойових умовах. При цьому доцільність та формат проведення АПД в бойових умовах є мистецтвом командира-лідера. Здатність особового складу проводити АПД виконання завдань за призначенням має бути включена до програми підготовки за напрямком.

Відповідно до результатів реалізації ВВД

в ССПО слід засвідчити, що на оперативному рівні під час проведення АПД важливе значення має аналіз інноваційних дій і рішень, демонстрація творчого, ініціативного вирішення проблемних питань, особливо щодо нових напрямків тактики застосування військ (сил), озброєння і військової техніки, оперативного мистецтва, з акцентом на оцінці ефективності результатів виконання завдань командувачами (командирами, начальниками) і органами військового управління (штабами).

Загалом, значним досягненням 2024-2025 років є підсилення взаємосумісності системи і процесу ВВД в ЗС України і відповідних процесів в НАТО. Наразі функціонування Системи ВВД у ЗС України здійснюється в рамках виконання стандартизованого процесу вивчення та впровадження досвіду, що є аналогічним процесу вивчення та впровадження досвіду

Об'єднаних збройних сил НАТО, за двома основними етапами (рисунок 2) (Directive, 2018).

Перший етап – вивчення досвіду, що розпочинається з моменту розроблення плану, організації збору інформації та виявлення проблеми (в тому числі, за допомогою проведення АПД) і завершується після оформлення спостереження і затвердження ідентифікованого уроку, в тому числі і найкращої практики.

Другий етап – впровадження досвіду, який розпочинається після затвердження ідентифікованого уроку і завершується затвердженням впровадженого уроку. Ідентифікований урок трансформується у впроваджений урок (найкращу практику) після проведення коригувальних дій за умови підтвердження ефективності (вирішення проблемних питань, досягнення поставленої мети, необхідних результатів тощо).

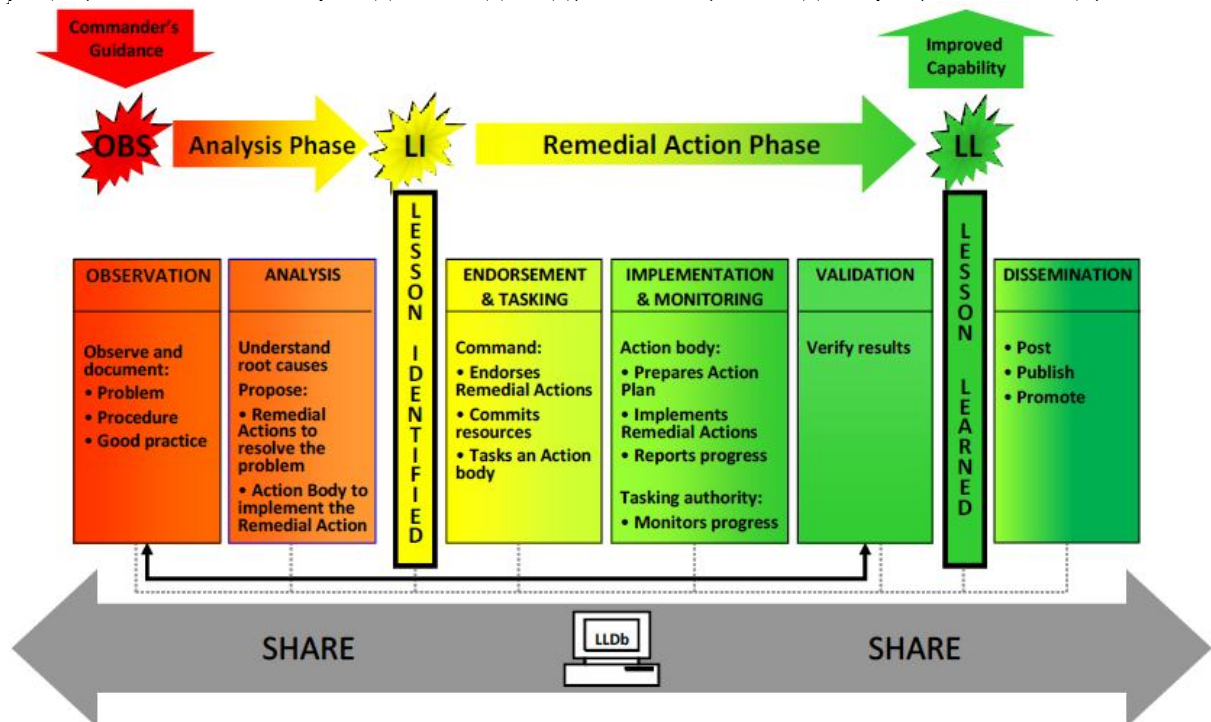


Рис. 2. Основні етапи процесу ВВД (Lessons Learned) в НАТО відповідно до Директиви 080-006.

Загальне керівництво Системою ВВД в ЗС України здійснює начальник Генерального штабу ЗС України. В ОВУ, у військах (силах) загальне керівництво процесом ВВД здійснюють командувачі (командири, начальники) всіх рівнів, а в ВВНЗ (ВНП ЗВО), НЦПП (МЦПП), НЦ (НТЦ), центрах підготовки, військових частинах – відповідні керівники, начальники закладів, командири військових частин. Безпосередньо зазначену роботу організовує начальник штабу

(заступник з організації навчального процесу, інші призначені посадові особи), безпосереднє керівництво ВВД здійснює заступник командувача (командира, начальника).

Важливо розуміти, що призначення та застосування різних видів (родів) військ має свою специфіку. Не зважаючи на те, що загальний процес ВВД у ЗС України є уніфікованим відповідно до керівних документів, для ефективного функціонування

Системи ВВД у командуваннях видів та окремих родів військ (сил), у ВВНЗ та центрах підготовки, навіть у окремих військових частинах мають відпрацьовуватися військові публікації (Настанови, Положення, Інструкції тощо) з вивчення та впровадження досвіду для урахування особливостей їх практичної діяльності та розроблятися алгоритми з метою практичної реалізації і деталізації процесу для кожного структурного підрозділу ЗС України.

Для підтвердження зазначеного вище, практичні аспекти реалізації процесу ВВД на тактичному рівні автори розкривають з оптимікою на перелік ефективних кроків і заходів, що протягом 2024-2025 років були впроваджені у підрозділах Силах спеціальних операцій ЗС України. Загалом, потрібно підкреслити, що Сили спеціальних Операцій Збройних Сил України протягом останніх років активно оптимізують систему вивчення та впровадження досвіду, в т. ч. і з залученням міжнародних експертів, що долучаються до підготовки персоналу та обміну досвідом.

Наведемо приклад позитивного досвіду організації системи ВВД в одній з військових частин ССПО у 2024-2025 роках. Процес ВВД в частині відбувається за загальним керівництвом командира частини, організація здійснена начальником штабу – заступником командира військової частини. Протягом 2024-2025 років в частині було розроблено дієвий алгоритм ВВД, що регулярно забезпечує очікуваний результат. Розкриємо основні складові цього алгоритму.

До кінця грудня кожного року в частині розробляється і затверджується командиром частини план вивчення та впровадження досвіду підрозділів військової частини на наступний календарний рік. План є основним плануючим документом, у якому враховуються основні заходи, які проводяться у військовій частині протягом зазначеного періоду. План ВВД передбачає розподіл завдань, терміни їх виконання, у ньому визначаються відповідальні посадові особи за виконання завдань та зазначаються очікувані результати. Сплановані заходи доводяться до відповідальних виконавців.

Відповідно до Плану ВВД на 2025 рік, в частині було розроблено Положення про вивчення та впровадження досвіду підрозділів військової частини, затверджене наказом командира частини, що містить:

1. Загальні положення – перелік **керівних документів** з питань ВВД, на підставі яких здійснюється процес ВВД в частині і на виконання яких розроблено Положення (як нормативно-правових актів ЗС України, так і керівних документів НАТО).

2. Опис **основних термінів**, які вживаються в Положенні. Термінологічний апарат розроблено з врахуванням вимог керівних документів, досвіду та специфіки діяльності військової частини. Терміни вживаються в наступних дефініціях:

Досвід – накопичення знань, умінь і навичок, набутих під час проходження військової служби, в тому числі реальний досвід участі в бойових діях, тренуваннях та спеціальних операціях, а також знання та розуміння практичних аспектів військової діяльності, використання зброї та обладнання.

Процес вивчення та впровадження досвіду (англ., Lessons Learned Process) – це сукупність систематизованих послідовних дій, які застосовуються для збору, аналізу та узагальнення інформації про проблемні питання (передового досвіду), визначення головних причин їх виникнення і шляхів вирішення (повторення), а також для поширення та впровадження досвіду під час навчально-бойової діяльності ЗС України. У процесі вивчення і впровадження досвіду підрозділами військової частини опрацьовується низка документів відповідно до вимог керівних документів і розпоряджень Командування ССПО.

Вивчення досвіду (англ., Analysis) – один із основних етапів процесу вивчення та впровадження досвіду, в ході якого проводяться стандартизовані процедури щодо вивчення шляхів вирішення проблемних питань або повторень найкращих практик, впровадження яких призведуть до зміни підходів у виконанні завдань, удосконалення операцій або діяльності у відповідних сферах. Вивчення досвіду розпочинається з моменту розроблення плану основних заходів військової частини щодо вивчення та впровадження досвіду і завершується після розробки звітної документи з питань вивчення досвіду. Основними методами вивчення досвіду є аналіз проведених дій і спостереження.

Урок (англ., Lesson) – це досвід, з якого можна зробити певний висновок для подальшого покращення (удосконалення) діяльності і вирішення проблеми, яка вивчається або досліджується.

Впровадження досвіду – один із основних етапів процесу вивчення та впровадження досвіду, в ході якого на підставі ретельного вивчення звітних документів з питань вивчення досвіду та наведених в них рекомендацій проводяться стандартизовані процедури щодо здійснення коригувальних дій (впровадження передового досвіду) у відповідні сфери діяльності підрозділів військової частини з метою підвищення їх ефективності та відбувається впровадження результатів звіту з питань вивчення досвіду у процес підготовки особового складу.

Аналіз проведених дій (After action review) – це метод дослідження проблемних питань по завершенні будь-якого завдання, дії або події шляхом усного обговорення з ключовими учасниками того, що планувалося, що відбулось, а також причин успіху і в і невдач, надання пропозицій для покращення діяльності та підвищення її ефективності. Кожен військовослужбовець може і повинен брати участь в аналізі проведених дій, якщо в нього є розуміння, інформація, погляди чи питання, що допоможуть підрозділу визначити і подолати слабкі сторони та зміцнити сильні.

Спостереження – це метод вивчення, що полягає в активному систематичному, цілеспрямованому та планомірному опрацюванні проблемного питання та оформлення результатів за встановленим зразком. За результатами аналізу спостереження (спостережень) робляться висновки та розробляються рекомендації щодо проведення відповідних заходів (коригувальних дій).

3. Вимоги щодо створення *робочої групи* з вивчення та впровадження досвіду – тимчасово створеного колективу для оперативного вивчення досвіду підрозділів військової частини та здійснення контролю за впровадженням досвіду, до складу якого входять представники командування та окремих підрозділів військової частини. Склад робочої групи визначається Наказом командира частини.

4. *Порядок роботи* щодо вивчення та впровадження досвіду у військовій частині.

Порядок включає питання керівництва та організації процесу ВВД у військовій частині та безпосереднє виконання заходів вивчення та впровадження досвіду, що покладається на визначену командиром частини робочу групу.

Заступники командира військової частини, командири структурних підрозділів, начальники служб, головний сержант військової частини залучаються до вивчення досвіду підготовки і застосування підрозділів військової частини за своїми напрямками діяльності як експерти. Вони відповідають за об'єктивність, достовірність і повноту узагальненої інформації, надання допомоги робочій групі в проведенні аналізу, систематизації інформації і підготовці рекомендацій. У подальшому забезпечують впровадження затверджених рекомендацій за напрямком діяльності.

5. Опис *очікуваних результатів* вивчення та впровадження досвіду у військовій частині. Результати вивчення та впровадження досвіду оформлюються у донесеннях (інформаційно-довідкових матеріалах) відповідно до вимог керівних документів і розпоряджень Командування ССПО.

Зазначено, що щорічний звіт з питань вивчення та впровадження досвіду у військовій частині оформлюється у вигляді методичного порадилика. Впровадження результатів звіту з питань вивчення та впровадження досвіду у військовій частині відбувається шляхом здійснення коригувальних дій та впровадження передового досвіду у відповідні сфери діяльності підрозділів та включення рекомендацій (внесення змін) у процес підготовки особового складу військової частини, з метою підвищення загальної ефективності.

Відповідно до вимог Положення з ВВД, та плану з ВВД, затвердженого наказом командира військової частини, представники всіх структурних підрозділів, що входять до складу в/ч регулярно проходять підготовку з метою набуття спроможності самостійно здійснювати процес ВВД в структурних підрозділах частини з врахуванням її специфіки. Підготовка (інформування) особового складу військової частини з питань ВВД здійснюється в ході проведення навчальних занять, а також під час індивідуальної (самостійної) підготовки.

За результатами проведених занять за активної участі представників всіх структурних підрозділів в частині було розроблено типові бланки проведення Аналізу проведених дій за напрямками діяльності. Відповідні бланки враховують специфічні задачі і особливості діяльності підрозділів спеціальних дій, що входять до складу військової частини, проте всі бланки АПД розроблені за уніфікованою структурою, що рекомендована в Доктрині.

Важливим результатом підготовки особового складу з витань ВВД в частині є психологічна готовність командирів структурних підрозділів і спроможність всіх підрозділів спеціальних дій самостійно здійснювати аналіз проведених дій і оформлювати його за результатами виконаних завдань за затвердженим у бланку алгоритмом. Як результат, кожен проведений аналіз містить детальний опис процесів планування, підготовки, забезпечення виконання спеціального (бойового) завдання, детальний опис дій особового складу щодо досягнення встановлених цілей, фактори, що позитивно та негативно впливали на виконання завдання, критичні ситуації, з якими зіткнувся особовий склад, опис інноваційних дій і рішень, висновки і рекомендації щодо внесення змін в процеси планування, підготовки, забезпечення та виконання подібних завдань іншими підрозділами спеціальних дій.

За результатами аналізу проведених дій членами робочої групи в військовій частині кожного місяця оформлюються звіти Спостереження (ідентифікованих уроків) за встановленою формою та відправляються визначеним способом до розгляду і врахування в роботі до Командування виду. Рекомендації, щодо оптимізації планування, підготовки, забезпечення та виконання завдань підрозділами спеціальних дій, що можуть бути враховані і виконані лише за допомогою сил і засобів військової частини – реалізуються невідкладно, за рішенням командира частини.

Протягом календарного року, відповідно до Плану ВВД в частині формується Звітний документ з питань вивчення досвіду, в якому описується як позитивний, так і негативний досвід діяльності військової частини, підрозділів спеціальних дій, упродовж визначеного періоду. Він містить інформацію про ідентифіковані і вивчені уроки,

результати спостережень, їх аналіз та узагальнення, результати здійснення заходів або рекомендації щодо необхідності виконання заходів впровадження досвіду (коригувальних дій) у військовій частині.

Висновок. На шляху розбудови ефективної системи вивчення та впровадження досвіду в Збройних Силах України протягом останніх років зроблено чимало успішних кроків. Затвердження нової редакції Доктрини ВВД у ЗС України на початку 2025 року є довгоочікуваним звершенням, що позитивно вплине на більш глибоке розуміння процесів ВВД в українському війську. Проте, не зважаючи на загальний позитивний розвиток системи ВВД в ЗС України, у висновках авторський колектив має окреслити проблемні питання, реалізація яких є викликом для майбутнього ЗС України.

З огляду на досвід і практичні результати процесу ВВД в ССпО, запорукою успішної реалізації системи ВВД є якісна підготовка особового складу (не тільки особового складу, відповідального за ВВД, а і керівного складу військових частин та центрів, окремих структурних підрозділів). Підготовка персоналу має здійснюватися регулярно і системно кваліфікованими фахівцями. Однак кількість фахівців з практичним досвідом викладання в ЗС України за напрямком ВВД є вкрай обмеженою. На думку авторського колективу, саме відсутність достатньої кількості фахівців, здатних якісно забезпечити підготовку персоналу всіх рівнів за напрямком ВВД є суттєвою проблемою для сил оборони України. Адже професійна підготовка персоналу з питань ВВД, відповідно до Доктрини у військах (силах) має здійснюватися за трьома основними рівнями: базовим курсом ВВД; підвищеним курсом ВВД тактичного рівня; підвищеним курсом ВВД оперативного рівня (для начальників підрозділів (старших офіцерів) ВВД корпусів, оперативних командувань, командувань видів, родів військ, сил, інших ОВУ), який має проводитись за рішенням начальника Генерального штабу ЗС України.

Важливо розуміти, що підготовка інструкторсько-викладацького складу з питань ВВД для роботи на всіх трьох рівнях потребує часу і вимагає значних ресурсів. Як варіант, для задоволення цієї потреби в середньостроковій перспективі, у ВВНЗ (ВНП ЗВО), центрах підготовки особового

складу ЗС України для підготовки сержантського та молодшого офіцерського складу повинна бути введена (та оновлюватись відповідно до розвитку Системи ВВД) навчальна дисципліна з організації Процесу ВВД у ЗС України з відведенням у навчальних планах та програмах необхідної кількості годин.

Для підготовки командирів (начальників) структурних підрозділів органів військового управління, військ (сил) з питань ВВД, підвищення їх готовності до створення психологічно комфортного мікроклімату, а також для обміну досвідом та відпрацювання єдиних поглядів з ВВД, за рішенням відповідного начальника у Збройних Силах України доцільно організовувати круглі столи, брифінги з обміну досвідом, проводити науково-практичні семінари та конференції, методичні збори. Інформація щодо позитивних практик і результатів ВВД має регулярно висвітлюватись у наукових виданнях.

Наступною проблемою, вирішення якої вимагає об'єднання зусиль всіх складових сил оборони України – є проблема обміну досвідом між різними структурними підрозділами сил оборони та проблема захисту інформації. Станом на зараз, в ЗС України активно розбудовується

інформаційно-телекомунікаційна система “Портал ВВД”. Програмне забезпечення Порталу має передбачати можливість подання документації з питань ВВД в електронній формі, можливість поширення досвіду та надання необхідної інформації за запитом авторизованих користувачів та дотримання вимог щодо захисту інформації, у тому числі персональних даних, згідно із законодавством. Розбудова такої системи є вкрай перспективною для можливостей масштабування досвіду і обміну досвідом між різними складовими сил оборони України.

Загалом аналіз особливостей розбудови процесу ВВД в Збройних Силах України з врахуванням вимог та викликів сучасності та специфіки реалізації процесу ВВД в різних видах (родах) військ є перспективним напрямком наукових досліджень. Автори закликають наукову спільноту долучатися до фундаментальних досліджень в окресленій галузі, адже вивчення бойового досвіду та зроблені висновки з цього досвіду однозначно сприятимуть підвищенню загальної ефективності ЗС України як в питаннях підготовки та застосування, психологічної підтримки персоналу, так і в плані забезпечення розвитку спроможностей військ (сил).

Список використаних джерел:

1. Доктрина з вивчення та впровадження досвіду у ЗС України, ОП 7-0(162), лютий 2025.
2. Гончаренко Є., & Ткаченко А., (2022). ВИВЧЕННЯ ТА ВПРОВАДЖЕННЯ ДОСВІДУ У ЗБРОЙНИХ СИЛАХ УКРАЇНИ. Повітряна міць України, 1(2(3), 56–59. [https://doi.org/10.33099/2786-7714-2022-1-2\(3\)-56-59](https://doi.org/10.33099/2786-7714-2022-1-2(3)-56-59)
3. Пашук Ю. (2023) Організаційне вивчення і впровадження досвіду Збройних Сил України у міжнародних операціях із підтримання миру та безпеки. Військово-науковий вісник, №39 <https://doi.org/10.33577/2313-5603.39.2023.78-89>
4. Bi-STRATEGIC COMMAND DIRECTIVE 080-006, “Lessons Learned”, February 2018
5. Krymets L., Chornyi V. S., Cherkovniak-Horodetska O., Sadykova V., & Manzia, Y., (2023). The impact of the russian-ukrainian war on the psychological resilience. Synesis (ISSN 1984-6754), 15(4), 407–420. Retrieved from <https://seer.ucp.br/seer/index.php/synesis/article/view/2821>
6. Krymets L., Logvinenko N., Nedvyha O., Pidopryhora I., & Chornyi V., (2024). Ethical dimensions of leadership in the context of the Russian-Ukrainian war. Amazonia Investiga, 13(75), 248-261. <https://doi.org/10.34069/AI/2024.75.03.21>
7. The NATO Lessons Learned, Handbook, June 2022.

References

1. Doctryna z vyvchennia i vprovadzennia dosvidu u Zbroynykh Sylakh Ukrainy (2025) [Lessons Learned Doctrine], OP 7-0(162 (in Ukrainian)
2. Honcharenko Ye., & Tkachenko A., (2022). Vyvchennia ta vprovadzhennia dosvidu u Zbroynykh Sylakh Ukrainy. Povitriana mits Ukrainy [Lessons Learned in the Armed Forces of Ukraine], 1(2(3), 56–59. [https://doi.org/10.33099/2786-7714-2022-1-2\(3\)-56-59](https://doi.org/10.33099/2786-7714-2022-1-2(3)-56-59) (in Ukrainian)
3. Pashchuk Yu. (2023) Orhanizatsiine vyvchennia i vprovadzhennia dosvidu Zbroynykh Syl Ukrainy u mizhnarodnykh operatsiakh iz pidtrymannia myru ta bezpeky. Viiskovo-naukovy visnyk [Organization of the AFU Lessons Learned in peacekeeping operations], №39 (2023), 78-89 <https://doi.org/10.33577/2313-5603.39.2023.78-89> (in Ukrainian)

4. Bi-STRATEGIC COMMAND DIRECTIVE 080-006, "Lessons Learned", February 2018
5. Krymets L., Chornyi V. S., Cherkovniak-Horodetska O., Sadykova V., & Manzia Y., (2023). The impact of the russian-ukrainian war on the psychological resilience. Synesis (ISSN 1984-6754), 15(4), 407–420. Retrieved from <https://seer.ucp.br/seer/index.php/synesis/article/view/2821>
6. Krymets L., Logvinenko N., Nedvyha O., Pidopryhora I., & Chornyi V., (2024). Ethical dimensions of leadership in the context of the Russian-Ukrainian war. Amazonia Investiga, 13(75), 248-261. <https://doi.org/10.34069/AI/2024.75.03.21>
7. The NATO Lessons Learned, Handbook, June 2022.

Summary

THEORETICAL AND PRACTICAL ASPECTS OF THE IMPLEMENTATION OF THE LESSONS LEARNED SYSTEM IN THE ARMED FORCES OF UKRAINE

Krymets L. V. Doctor of Science in Philosophy,
Senior Researcher, officer of the Armed Forces of Ukraine

Pogorelchuk A. V. officer of the Armed Forces of Ukraine

Younger B. Y. officer of the Armed Forces of Ukraine

Introduction. The article examines the theoretical and practical aspects of implementing the lessons learned system in the Armed Forces of Ukraine, which underwent significant development in 2024-2025. The main purpose of lessons learned in the Armed Forces of Ukraine is to increase the efficiency of activities aimed at organizing the implementation, within the limits of the powers defined by law, of measures for training, comprehensive support, development, employment and management of troops (forces) of the Armed Forces of Ukraine and other components of the defense forces for the defense of the State, protection of its sovereignty, territorial integrity and inviolability.

The authors provide a number of practical steps to optimize the operation of the lessons learned system in units of various branches of the Armed Forces of Ukraine and outline problematic issues, taking into account the positive experience of the Special Operations Forces of the Armed Forces of Ukraine, taking into account the specifics of activities in the area of responsibility, including psychological aspects of personnel's readiness to implement procedures for studying and implementing experience.

Purpose. Study of theoretical and practical aspects of the lessons learned system in the Armed Forces of Ukraine, which underwent changes and significant development in 2024-2025, with a focus on the activities of the Special Operations Forces of the Armed Forces of Ukraine.

Methods. The study was carried out on the basis of a systematic approach and holistic paradigm, taking into account the need for a comprehensive study of the outlined problem and actualization of the role and responsibility of each subject of the organizational structure of the lessons learned System in order to increase the overall efficiency of activities aimed at organizing the implementation of measures for the training, comprehensive support, development, employment and management of the troops (forces) of the Armed Forces of Ukraine.

The authors used the methods of scientific analysis, synthesis, traduction and extrapolation of research results to outline the possibilities of achieving interoperability between the lessons learned System of the Armed Forces of Ukraine and the corresponding Lessons Learned system in NATO.

Originality. It is important to understand that the purpose and use of different types (branches) of troops has its own specifics. Despite the fact that the general process of combat operations in the Armed Forces of Ukraine is unified in accordance with the guiding documents, for the effective functioning of the combat operations system, the commands of the types and separate branches of troops (forces), military educational institutions and training centers, even in individual military units should work out military publications (Guidelines, Regulations, Instructions, etc.) to study and implement experience to take into account the peculiarities of their practical activities and develop algorithms for the practical implementation and detailing of the process for each structural unit.

In order to confirm the above, the authors will reveal the practical aspects of the implementation of the LL process at the tactical level with a focus on the list of effective steps and measures that were implemented in the units of the Special Operations Forces of the Armed Forces of Ukraine in 2024-2025. In general, it should be emphasized that the Special Operations Forces of the Armed Forces of Ukraine have been actively optimizing the lessons learned system in recent years, including with the involvement of international experts involved in personnel training and experience exchange.

Here is an example of the positive experience of organizing the LL system in one of the military units of the AFU in 2024-2025 (the name and number of the unit are not disclosed). The LL process in the unit is carried out under the general supervision of the unit commander, and is organized by the chief of staff- deputy commander of the military unit. During 2024-2025, the unit developed an effective algorithm for the combat training, which regularly provides the expected result. Let's reveal the main components of this algorithm.

By the end of December of each year, the unit develops and approves a lesson learned PLAN of the unit's combat units for the next calendar year. The plan is the main planning document that takes into account the main

activities that are carried out in the military unit during the specified period. The LL plan provides for the distribution of tasks, deadlines for their implementation, identifies responsible officials for the implementation of tasks and indicates the expected results. The planned activities are communicated to the responsible executors.

In accordance with the 2025 LL Plan, the unit developed a regulation on studying and implementing the experience of military unit units, approved by an order of the unit commander, which contains:

1. General Points - a list of guiding documents on the issues of LL, on the basis of which the LL process is carried out in part and for the implementation of which the Regulations are developed (both normative legal acts of the Armed Forces of Ukraine and NATO guiding documents).

2. Description of the main terms used in the Regulation. The terminology is developed taking into account the requirements of the governing documents, experience and specifics of the military unit's activities.

3. Requirements for the establishment of a working group for the lessons learned - a temporarily created team for the provide the lessons learned process in a military unit and control over the implementation of experience, which includes representatives of the command and individual units of the military unit. The composition of the working group is determined by the order of the unit commander.

4. Procedure for lessons learned in a military unit. The procedure includes the issues of management and organization of the LL process in a military unit; direct implementation of measures for studying and implementing experience, which is assigned to the working group determined by the commander of the unit.

5. Description of the expected results of the lessons learned process in the military unit. The results of the lessons learned are formalized in reports (information and reference materials) in accordance with the requirements of the governing documents and orders of the command of the SOF.

In accordance with the requirements of the Regulations on the LL and the LL plan approved by the order of the military unit commander, representatives of all structural units that are part of the unit are regularly trained to acquire the ability to independently carry out the LL process in the unit's structural units, taking into account its specifics. The training (informing) of the personnel of a military unit on the issues of LL is carried out during training sessions, as well as during individual (self) training.

Conclusion. Taking into account the experience and practical results of the lessons learned process in the SOF, the key to the successful implementation of the LL system is the quality training of personnel (not only personnel responsible for LL, but also the leadership of military units and centers, and individual structural units). Personnel should be trained regularly and systematically by qualified specialists. However, the number of specialists with practical experience in teaching in the Armed Forces of Ukraine in the area of LL is extremely limited. In the opinion of the authors, the lack of a sufficient number of specialists capable of providing high-quality training of personnel at all levels in the field of LL is a significant problem for the Ukrainian defense forces. According to the Doctrine, professional training of personnel in the field of LL, in accordance with the Doctrine, should be carried out at three main levels.

The next problem, the solution of which requires joint efforts of all components of the Ukrainian defense forces, is the problem of exchange of experience between different structural units of the defense forces and the problem of information protection. As of now, the Ukrainian Armed Forces are actively developing the information and telecommunication system "Portal LL". The software of the Portal should provide for the possibility of submitting documentation on the issues of military combat operations in electronic form, the possibility of sharing experience and providing the necessary information at the request of authorized users and compliance with the requirements for the protection of information, including personal data, in accordance with the law. The development of such a system is extremely promising for the possibility of scaling up experience and sharing experience between different components of the Ukrainian defense forces.

Key words: lessons learned; Armed Forces of Ukraine; psychological aspects; russian-Ukrainian war; Special Operations Forces; interoperability; NATO.

Концептуалізація, методика, систематизація – Кримець Л.В.

Формальний аналіз – Погорельчук А.В.

Практична апробація, моделювання – Юнгер Б.Я.

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: 19.02.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 06.04.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСУ
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Кучеренко Н. С. кандидат психологічних наук, доцент,
Навчально-науковий інститут «Українська
інженерно-педагогічна академія» Харківського
національного університету імені В. Н. Каразіна
<https://orcid.org/0000-0002-6644-3117>

Приходько І. І. доктор психологічних наук, професор,
Національна академія Національної гвардії України
<https://orcid.org/0000-0002-4484-9781>

У статті розкриваються теоретичні основи травматичного стресу, що виникає у військовослужбовців під час виконання бойових завдань. Розглянуто основні сучасні концепції резильєнтності (англ. *resilience*, стійкість, пружність, еластичність, гнучкість) військовослужбовця, яку можна представити як процес позитивної адаптації після травматичної події, яка загрожує здоров'ю чи життю людини.

Ключові слова: стрес; травматизація; бойовий стрес; психологічна стійкість; резильєнтність; психологічна гнучкість; посттравматичний стресовий розлад; військовослужбовці.

Вступ. Протягом останніх десятиліть у галузі нейронауки, психічного здоров'я, медицини, психології та соціології багато досліджень було зосереджено на короткострокових та довгострокових наслідках стресу, а останнім часом і на екстремальному стресі. Крім того, що стрес є реальністю у повсякденному мирному житті, сьогодні через війну практично всі українці відчувають щоденний стрес. Раніше було доведено, що в якийсь момент більшість людей зазнають одного або кількох потенційно небезпечних для життя травматичних переживань, які можуть вплинути на психічне здоров'я та призвести до таких порушень, як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) (Karam et al., 2014). До таких травматичних подій належать схильність до міжособистісного насильства, травми війни, смерть близької людини, стихійні лиха і тероризм (Southwick, Bonanno, Masten, Panter-Brick, & Yehuda, 2014). Результати глобального дослідження схильності до травматичних подій, що визначаються як загроза смерті, серйозна травма або сексуальне насильство, показали, що в усьому світі більше 70 % респондентів (генеральна вибірка склала 68 894 осіб) повідомили про схильність принаймні однієї травматичної події у своєму житті, а майже третина повідомили про схильність до чотирьох або більше подій, які травмують (Benjet et al., 2016).

Проте найпоширенішим результатом після травматичної події є стабільна траєкторія здорового функціонування чи резильєнтність (від англ. *resilience*, у перекладі стійкість, пружність, еластичність, гнучкість) особистості.

Проведені дослідження показали, що не всі люди, які зазнали травми та негараздів, мають негативні наслідки: деякі люди зберігають функціональність після стресового періоду або події (стресора), тоді як в інших частково або повністю порушується діяльність (Crane, 2017). Це передбачає наявність процесів, які можуть послабити чи порушити несприятливі наслідки впливу травми. Дійсно, здатність людей протистояти негативним наслідкам або демонструвати резильєнтність після вкрай несприятливих впливів стала основною галуззю досліджень (Bonanno, 2021). Про це зростання інтересу до резильєнтності в останні десятиліття свідчать результати пошуку в PubMed, що передбачають чотириразове збільшення досліджень з використанням ключового слова “резильєнтність” у період з 2008 по 2017 рік порівняно з лише 1,7-кратним збільшенням досліджень, присвячених “травмі та стресу” за той самий період часу (Kalisch et al., 2017). Цей зростаючий обсяг досліджень дозволить заповнити прогалину в профілактиці і передбачає зсув парадигми, що намічається, від досліджень,

орієнтованих на хворобу, до досліджень, орієнтованих на здоров'я. Такий напрямок також дозволить розширити розуміння механізмів стійкості до стресів, яке, ймовірно, може призвести до появи нових терапевтичних і профілактичних стратегій (Mary et al., 2020).

Однак ця сфера не позбавлена протиріч. Основні проблеми включають: а) відсутність консенсусу щодо визначення та значні варіації в операціоналізації конструкції; б) розбіжності та плутанину навколо статичної концепції проти динамічної; в) методологічні обмеження в існуючій літературі, які не дозволяють робити однозначні висновки про причинність та узагальнення резильєнтності.

Метою статті є визначення теоретичних основ травматичного стресу військовослужбовців для розроблення моделі психологічного відновлення українських комбатантів після участі в бойових діях.

Теоретичне підґрунтя. В останні чотири десятиліття вивчення травматичного стресу термін “резильєнтність” не використовувався і вважався рідкісним, наприклад, він описувався як форма “виключної емоційної сили” (Casella & Motta, 1990) або “ілюзорне психічне здоров'я” (Shedler, Mayman, & Manis, 1993). Однак по мірі розширення досліджень травматичного стресу ставало дедалі очевиднішим, що термін “резильєнтність” у формі траєкторії “щодо стабільних, здорових рівнів психологічного та фізичного функціонування” був значно поширенішим після потенційно травматичних подій (ПТП), ніж передбачалося раніше (Bonanno, 2021).

Результати проведених досліджень дозволили виявити, що більшість індивідуально-психологічних особливостей особистості та поведінкових факторів були описані як “сприятливі резильєнтності” (Bonanno, 2021). Автор вважає, що хоча багато з цих даних ще не знайшли емпіричного підтвердження, деякі з них статистично пов'язані зі стійкими результатами. Якість цих доказів також різниться, але серед інших можна виділити такі предиктори: особистісні змінні, що підтримують ресурси; фінансові та освітні активи; стратегії подолання стресу (копінги)

та регуляції емоцій; ціннісне-сміслові конструкти; переживання та вираження позитивних емоцій (Bonanno, Romero, & Klein, 2015).

Методи дослідження. Аналіз, порівняння, узагальнення, систематизація та інтерпретація отриманих даних дозволили проаналізувати наукову літературу щодо дослідження травматичного стресу та запропонувати напрями вивчення резильєнтності українських військовослужбовців.

Результати і обговорення. Американська психологічна асоціація визначає резильєнтність як “процес гарної адаптації перед негараздами, травмами, трагедіями, загрозами або навіть значними джерелами стресу” (American Psychological, 2014). Резильєнтність є складним комплексом захисних факторів і процесів, важливих для розуміння здоров'я і хвороби, а також процесу лікування та відновлення. В її основі закладено механізм подолання ПТП, тобто здатність людини успішно адаптуватися до змін, протистояти негативним наслідкам стресорів та уникати серйозних дисфункцій, зберігаючи чи відновлюючи нормальне функціонування (Sisto et al., 2019). Отже, чим вищий рівень резильєнтності, тим нижча вразливість та ризик виникнення захворювань. Люди з високою резильєнтністю, як правило, більш оптимістичні, схильні розглядати все як корисний досвід, зосереджуються на своїх сильних сторонах і якостях, використовують конструктивну критику, вибудовують близькі відносини з іншими, розвивають соціальні навички та мають емоційну обізнаність (Ryff, 2014). Тому хороша резильєнтність дозволить запобігти виникненню хвороб, забезпечить хороше здоров'я, сприятиме та прискорить відновлення, а також забезпечить надалі продуктивне життя та почуття добробуту в умовах хронічних захворювань.

Фактори, що визначають резильєнтність, включають безліч біологічних, психологічних, соціальних і культурних аспектів, які взаємодіють один з одним, визначаючи, як людина буде реагувати на ПТП (Southwick, Bonanno, Masten, Panter-Brick, & Yehuda, 2014). Для визначення резильєнтності її необхідно розглядати не лише як індивідуально-

психологічну особливість чи рису особистості, а й як процес, і як результат. Однак насправді резильєнтність існує в континуумі, який може бути різною мірою в різних сферах життя (Pietrzak & Southwick, 2011). Людина, яка добре адаптується до стресу у повсякденній професійній діяльності, може не адаптуватися при виконанні завдань в екстремальних умовах, наприклад, у бойовій обстановці (Prykhodko et al., 2022).

Розглядаючи один із аспектів стресостійкості, дослідники дійшли висновку, що її найпопулярнішим поясненням є резильєнтний тип особистості. Це пояснення передбачає, що люди стають резильєнтними, перепрацьовуючи попередній стресовий досвід і поступово набуваючи всіх “необхідних інгредієнтів для успішної здатності справлятися зі стресом” (Connog & Davidson, 2003). На думку авторів, ключове припущення полягає в тому, що не все, що пов’язане з резильєнтністю, важливе, а важливі лише ключові характеристики (риси) особистості. І як тільки людина розвинула ці ключові риси і стала резильєнтним типом, то наступного разу, коли станеться ПТП, у неї буде менше проблем як із цим впоратися (Connog, 2006).

Однак існують певні проблеми у використанні психодіагностичного інструментарію для оцінки резильєнтності. Ці проблеми, на думку Galatzer-Levy, Ruggles, & Chen (2018), можна вирішити за допомогою машинного навчання, яке використовується для визначення траєкторій результатів після ПТП. У цьому випадку аналіз неконтрольований, оскільки цільові траєкторії не визначені заздалегідь. Однак як тільки результати стають відомими, спроби визначити предиктори цих результатів стають контрольованим аналізом. Тому об’єднання цих двох підходів, контрольованого та неконтрольованого машинного навчання, створює особливо потужний метод (Galatzer-Levy, Ruggles, & Chen, 2018).

Schultebraucks, Choi, Galatzer-Levy, & Bonanno (2021) використовували цей комбінований метод для визначення траєкторій резильєнтності та симптомів ПТСР, а також їх предикторів під час лікування у відділенні невідкладної

допомоги з приводу ПТСР. Завдяки універсальності цього підходу автори змогли розглянути понад 70 базових психологічних та біологічних предикторів. Отриманий алгоритм розрізняв траєкторії симптомів ПТСР з високим ступенем точності як вихідної вибірки, і у незалежній перевіірчій вибірці. Потім дослідники повторили цю комбінацію контрольованого та неконтрольованого машинного навчання в іншому дослідженні, щоб розрізнити траєкторії на основі генетичних предикторів (Schultebraucks, Choi, Galatzer-Levy, & Bonanno, 2021). Зокрема, автори виявили комбінації 21 унікальної полігенної оцінки, пов’язаної з різними психічними розладами та станами здоров’я, де загальна дискримінаційна точність була досить гарною.

Проте, якими б ефективними не були ці методи, є принаймні три причини, на думку Bonanno (2021), з яких машинне навчання також не може повністю вирішити парадокс резильєнтності. По-перше, хоча точність класифікації є досить надійною, коли вона ґрунтувалася на широкому спектрі предикторів, у практичному застосуванні біологічні та генетичні маркери не завжди можуть бути доступні. По-друге, навіть коли загальна класифікація є надійною, дискримінаційна точність має тенденцію бути менш точною для траєкторії резильєнтності. По-третє, навіть коли може бути доступний різноманітний набір біологічних та психологічних предикторів, алгоритми машинного навчання, як і раніше, значною мірою обмежені прогнозуванням. Хоча прогностичні алгоритми можуть інформувати про досягнення в теорії, їх використання досі ще не прояснило механізм, за допомогою якого предиктори об’єднуються для забезпечення стійких результатів.

На підставі цих результатів Bonanno (2021) робить висновок, що “резильєнтність – це складніша конструкція, на яку впливають багато факторів ризику та захисту, і, мабуть, генетичний компонент може пояснити лише її частину”. Автор вважає, що механізм, який лежить в основі резильєнтності, повинен включати якийсь процес переробки відповіді організму на стресор та визначення найкращої реакції, а потім її реалізації. Цей процес і механізм,

що лежить в основі резильєнтності, Bonanno (2021) позначив як “гнучка саморегуляція (flexible self-regulation)”, яка, як і резильєнтність, не є простою одновимірною конструкцією, а включає безліч взаємодіючих компонентів. Автором емпірично було доведено, що у компонент гнучкої саморегуляції входять, як мінімум, дві складові: “послідовність гнучкості (flexibility sequence)” і “гнучкість мислення (flexibility mindset)”.

Механізм реалізації “послідовності гнучкості”, на думку Bonanno & Burton (2013), можна уявити у вигляді алгоритму з трифазовою реалізацією. Спочатку при впливі стресора виникає “чутливість до контексту (context sensitivity)”, тобто як необхідно відреагувати у конкретній травматичній ситуації. На думку авторів, цей крок є найважливішим у послідовності гнучкості, оскільки він надає контекстне-залежну інформацію, необхідну для управління всіма наступними відповідями. На наступному етапі, названому “репертуар (repertoire)”, вибирається регуляторна відповідь, яка найбільше відповідає конкретним проблемам в даний момент, з набору регуляторних стратегій, які можна ефективно використовувати. Далі слідує третій та останній етап – “моніторинг зворотного зв'язку (feedback monitoring)”. Донедавна майже всі дослідження саморегуляції зупинялися на виборі стратегії подолання стресу (копінг-стратегії). Однак гнучке реагування, на думку авторів, вимагає постійного моніторингу, тобто проводиться самоаналіз дій у відповідь на стресор: або продовжуючи, або припиняючи, або коригуючи, або замінюючи стратегії подолання стресу по мірі необхідності.

Залежно від характеру ситуаційних проблем людина може циклічно проходити послідовність гнучкості будь-яку кількість разів. Наприклад, особливо складні або екстремальні ситуації можуть вимагати багаторазового виправлення та перегляду використання стратегії. Крім того, оскільки травматичні події нестатичні, а постійно змінюються, то регуляторна стратегія, яка, ймовірно, має бути найбільш ефективною, матиме тенденцію змінюватися протягом одного і того ж стресового епізоду: “те, що працює зараз, може перестати бути

ефективним через деяке час” (Bonanno & Burton, 2013). Часто буває необхідно циклічно проходити послідовність гнучкості кілька разів протягом одного і того ж стресового епізоду. Нарешті, для більш стійких травматичних стресових реакцій може знадобитися циклічно проходити послідовність гнучкості багаторазово протягом періоду від кількох годин до кількох тижнів або довше (Bonanno, 2021).

Bonanno & Burton (2013) також дійшли висновку, що другим компонентом гнучкої саморегуляції є “гнучкість мислення (flexibility mindset)”. Надалі Chen & Bonanno (2021) виявили взаємозв'язки між компонентами гнучкої саморегуляції: більшість учасників дослідження потрапили у профілі середньої чи високої здатності за всіма трьома фазами послідовності гнучкості. Автори зробили висновок, що якщо гнучкість є механізмом резильєнтності, а більшість людей резильєнтні, то більшість людей також мають бути досить гнучкими. Однак, щоб розкрити ці взаємозв'язки, на думку авторів, необхідно використати складний аналіз даних машинного навчання, який дозволить дозволити парадокс резильєнтності.

Як показали дослідження, резильєнтність має велике значення для розуміння результатів функціонування військовослужбовців (Polusny et al., 2021). Військовослужбовці повинні бути резильєнтними, щоб залишатися психологічно стійкими та гнучкими, ефективними, мотивованими та мати гарне психічне та фізичне здоров'я. Військові організації часто вибирають резильєнтність як предиктор, щоб визначити, чи підходять кандидати за своїми психологічними параметрами для військово-професійної діяльності (Reed-Fitzke et al., 2022).

Загальновідомо, що військові операції завжди спричиняють стресори різних видів для військ, що беруть участь. Військовослужбовці постійно піддаються впливу різних високих професійних ризиків, включаючи психологічні стресори, вплив загроз життя та здоров'я, суворі умови праці та тривалу розлуку з сім'єю або іншими системами соціальної підтримки (Campbell & Nobel, 2009). Деякі з цих стресорів є помірними (наприклад, позбавлення сну, високий рівень невизначеності), тоді як інші

потенційно травматичними (наприклад, втрата товаришів, моральна травма, ризик отримання травми і смерті). Вплив унікальних військових стресорів збільшується під час бойових дій (Prykhodko et al., 2024).

Тому все більше досліджень показує важливість резильєнтності для фахівців високого ризику. У військовій сфері було доведено, що стресостійкість передбачає психічне здоров'я (Kamphuis, Delahaij, Duel, Geuze, & Vermetten, 2021) і була пов'язана з ефективністю виконання завдань в екстремальних умовах.

Iversen, Almagor Tikotzki, & Kurman (2022) вивчали особливості резильєнтності в ізраїльських військовослужбовців і встановили, що такий комплекс предикторів мають відношення до військовослужбовців загалом та бойових офіцерів зокрема: стиль прив'язаності, регулювання емоцій, оптимізм, самоефективність, упор, соціальна підтримка, стиль подолання, а також фізична підготовка та здоров'я.

Результати, отримані Cabrera, Trachik, Ganulin, Dretsch, & Adler (2023), показали, що розгортання в зоні бойових дій може з

часом погіршити резильєнтність. Автори також підтвердили, що після завершення виконання завдань у бойових умовах самотність є висхідним фактором ризику, що впливає на зміну (зниження) резильєнтності.

Висновки. Таким чином, чим більше розглядається різних конструктів резильєнтності, тим більше можливостей для інтеграції основних концепцій у відповідні галузі психології, медицини, психічного здоров'я та науки. Ця інтеграція сприяє важливому та необхідному зрушенню парадигми. Замість того, щоб витрачати більшу частину часу та енергії на вивчення негативних наслідків травми, необхідно навчитися одночасно оцінювати та навчати методам підвищення резильєнтності. Такий підхід дозволить трансформувати дефіцитарну модель психічного здоров'я до включення моделей, заснованих на силі та компетентності, які фокусуються на профілактиці та розвитку позитивних сторін на додаток до вирішення проблеми травматичного стресу у військовослужбовців та виникнення психопатології у них.

Список використаних джерел

1. American Psychological Association. (2014). The road to resilience. Washington, DC: American Psychological Association. <http://www.apa.org/helpcenter/road-resilience.aspx>
2. Benjet, C., Bromet, E., Karam, E. G., Kessler, R. C., McLaughlin, K. A., Ruscio, A. M., ... Koenen, K. C. (2016). The epidemiology of traumatic event exposure worldwide: results from the World Mental Health Survey Consortium. *Psychological medicine*, 46(2), 327–343. <https://doi.org/10.1017/S0033291715001981>
3. Bonanno, G. A. (2021). The resilience paradox. *European Journal of Psychotraumatology*, 12(1). <https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1942642>
4. Bonanno, G. A., & Burton, C. L. (2013). Regulatory flexibility: An individual differences perspective on coping and emotion regulation. *Perspectives on Psychological Science*, 8(6), 591–612. <https://doi.org/10.1177/1745691613504116>
5. Bonanno, G. A., Romero, S. A., & Klein, S. I. (2015). The temporal elements of psychological resilience: An integrative framework for the study of individuals, families, and communities. *Psychological Inquiry*, 26(2), 139–169. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2015.992677>
6. Cabrera, O. A., Trachik, B. J., Ganulin, M. L., Dretsch, M. N., & Adler, A. B. (2023). Longitudinal measurement invariance and growth curve modeling of psychological resilience across the deployment cycle. *Military Psychology*, 36(4), 393–402. <https://doi.org/10.1080/08995605.2023.2188846>
7. Campbell, D. J., & Nobel, O. B.-Y. (2009). Occupational stressors in military service: A review and framework. *Military Psychology*, 21(sup2), S47–S67. <https://doi.org/10.1080/08995600903249149>
8. Casella, L., & Motta, R. W. (1990). Comparison of characteristics of Vietnam veterans with and without Posttraumatic Stress Disorder. *Psychological Reports*, 67, 595–605. <https://doi.org/10.2466/pr0.1990.67.2.595>
9. Chen, S., & Bonanno, G. A. (2021). Components of emotion regulation flexibility: Linking latent profiles to depressive and anxious symptoms. *Clinical Psychological Science*, 9 (2), 236–251. <https://doi.org/10.1177/2167702620956972>
10. Connor, K. M. (2006). Assessment of resilience in the aftermath of trauma. *Journal of Clinical Psychiatry*, 67(2), 46–49. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>

11. Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
12. Crane, M. F. (2017). A manager's introductory guide to resilience. In M. F. Crane (Ed.), *Managing for resilience: A practical guide for employee wellbeing and organizational performance* (pp. 1–12). Routledge.
13. Galatzer-Levy, I. R., Ruggles, K. V., & Chen, Z. (2018). Data science in the Research Domain Criteria era: Relevance of machine learning to the study of stress pathology, recovery, and resilience. *Chronic Stress*, 2, 24705. <https://doi.org/10.1177/2470547017747553>
14. Iversen, Z. A., Almagor Tikotzki, M., & Kurman, J. (2022). Psychological resilience: Predictors and measurement among Israel Defense Force combat officer candidates. *Military Psychology*, 35(6), 493–506. <https://doi.org/10.1080/08995605.2022.2127986>
15. Kalisch, R., Baker, D. G., Basten, U., Boks, M. P., Bonanno, G. A., Brummelman, E., ... Kleim, B. (2017). The resilience framework as a strategy to combat stress-related disorders. *Nature human behaviour*, 1(11), 784–790. <https://doi.org/10.1038/s41562-017-0200-8>
16. Kamphuis, W., Delahaij, R., Duel, J., Geuze, E., & Vermetten, E. (2021). The relationship between resilience resources and long-term deployment-related PTSD symptoms: A longitudinal study in Dutch veterans. *Military Behavioral Health*, 9(3), 267–274. <https://doi.org/10.1080/21635781.2020.1864528>
17. Karam, E. G., Friedman, M. J., Hill, E. D., Kessler, R. C., McLaughlin, K. A., Petukhova, M., ... Koenen, K. C. (2014). Cumulative traumas and risk thresholds: 12-month PTSD in the World Mental Health (WMH) surveys. *Depression and anxiety*, 31(2), 130–142. <https://doi.org/10.1002/da.22169>
18. Mary, A., Dayan, J., Leone, G., Postel, C., Fraisse, F., Malle, ... Gagnepain, P. (2020). Resilience after trauma: The role of memory suppression. *Science (New York, N.Y.)*, 367(6479), eaay8477. <https://doi.org/10.1126/science.aay8477>
19. Masten, A. S., & Cicchetti, D. (2016). Resilience in development: Progress and transformation. In D. Cicchetti (Ed.), *Developmental psychopathology* (Vol. 4, risk, resilience, and intervention) (3rd ed., pp. 271–333). New York: Wiley.
20. Pietrzak, R. H., & Southwick, S. M. (2011). Psychological resilience in OEF-OIF Veterans: application of a novel classification approach and examination of demographic and psychosocial correlates. *Journal of affective disorders*, 133(3), 560–568. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2011.04.028>
21. Polusny, M. A., Marquardt, C. A., Hagel-Campbell, E., Filetti, C. R., Noël, V. V., Disner, S. G., ... Erbes, C. R. (2021). Advancing research on mechanisms of resilience (armor) longitudinal cohort study of new military recruits: results from a feasibility pilot study. *Research in Human Development*, 18(3), 212–229. <https://doi.org/10.1080/15427609.2021.1964898>
22. Prykhodko, I., Kolesnichenko, O., Matsehora, Y., Aleshchenko, V., Kovalchuk, O., Matsevko, T., Krotiuk, V., & Kuzina, V. (2022). Effects of posttraumatic stress and combat losses on the combatants' resilience. *Československá Psychologie*, 66(2), 157–169. <https://doi.org/10.51561/cspych.66.2.157>
23. Prykhodko, I., Matsehora, Y., Kolesnichenko, O., Voloshko, S., Vintoniak, V., Vasyukova, N., Budahiants, L., Kuzina, V., Motyka, S. (2024). Combat Stress in Military Personnel: Theory, Genesis, Prevention, and Control. *Romanian Journal of Military Medicine*, 127(1), 15–24. <https://doi.org/10.55453/rjmm.2023.127.1.3>
24. Reed-Fitzke, K., Ferraro, A. J., Duncan, J. M., Wojciak, A. S., Hamilton, A., & Pippert, H. D. (2022). Resilience in Army STARRS: Evaluating psychometrics of a multi-dimensional resilience measure. *Military Psychology*, 35(6), 521–528. <https://doi.org/10.1080/08995605.2022.2131187>
25. Ryff C. D. (2014). Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and psychosomatics*, 83(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
26. Schultebraucks, K., Choi, K. W., Galatzer-Levy, I. R., & Bonanno, G. A. (2021). Discriminating Heterogeneous Trajectories of Resilience and Depression After Major Life Stressors Using Polygenic Scores. *JAMA psychiatry*, 78(7), 744–752. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2021.0228>
27. Shedler, J., Mayman, M., & Manis, M. (1993). The illusion of mental health. *American Psychologist*, 48(11), 1117–1131. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.48.11.1117>
28. Sisto, A., Vicinanza, F., Campanozzi, L. L., Ricci, G., Tartaglini, D., & Tambone, V. (2019). Towards a Transversal Definition of Psychological Resilience: A Literature Review. *Medicina (Kaunas, Lithuania)*, 55(11), 745. <https://doi.org/10.3390/medicina55110745>
29. Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: interdisciplinary perspectives. *European journal of psychotraumatology*, 5, 10.3402/ejpt.v5.25338. <https://doi.org/10.3402/ejpt.v5.25338>

Summary

THEORETICAL BASIS OF TRAUMATIC STRESS IN MILITARY SERVICEMEN

Kucherenko N. PhD, Associate Professor,
Teaching and Scientific Institute “Ukrainian
Engineering and Pedagogical Academy”

V. N. Karazin Kharkiv National University

Prykhodko I. Doctor of Science in Psychology,
Professor, National Academy of the
National Guard of Ukraine

Introduction. Everyday stress is present in the life of almost every person. Since the large-scale invasion of the Russian armed forces in Ukraine on February 24, 2024, every Ukrainian is exposed to the stress of war daily. For more than eleven years, Ukrainian servicemen participating in hostilities have been constantly experiencing combat stress, which negatively affects their physical and mental health. However, not all people who have been exposed to mental trauma experience negative consequences: some people retain functionality after a stressful period or event (stressor). In contrast, others experience partial or complete impairment of professional activity. A serviceman's resilience (stability, elasticity, flexibility) can be imagined as a process of positive adaptation after a traumatic event that threatens a person's health or life.

Purpose. The purpose of the article is to determine the theoretical foundations of traumatic stress in military personnel in order to develop a model of psychological recovery of Ukrainian combatants after participation in combat operations.

Methods. Analysis, comparison, generalization, systematization, and interpretation of the obtained data allowed us to analyze the scientific literature on traumatic stress and propose directions for studying the resilience of Ukrainian military personnel.

Originality. Resilience is a complex set of protective factors and processes that are important for understanding health and illness, as well as the process of treatment and recovery. It is based on the mechanism of overcoming a potentially traumatic event, the ability of a person to successfully adapt to change, resist the negative consequences of stressors, and avoid serious dysfunctions, while maintaining or restoring normal functioning.

Resilience is of great importance in understanding the performance of military personnel. Military personnel must be resilient in order to remain psychologically stable and flexible, effective, motivated, and have good mental and physical health. Military organizations often choose resilience as a predictor to determine whether candidates are psychologically suitable for military careers.

Conclusions. Therefore, the more varied constructs of resilience are considered, the greater the opportunity for incorporating core concepts into the relevant fields of psychology, medicine, mental health, and science. This incorporation contributes to a significant and necessary paradigm shift. Instead of spending most of our time and energy on studying the negative consequences of trauma, we must learn to simultaneously evaluate and teach resilience-enhancing methods. This strategy will transform the deficit model of mental health to include frameworks based on strengths and competencies, focusing on the prevention and development of positive aspects in addition to addressing the issue of traumatic stress in military personnel and the emergence of psychopathology among them.

Keywords: stress; traumatization; combat stress; psychological stability; resilience; psychological flexibility; post-traumatic stress disorder; military personnel.

Концептуалізація – Кучеренко Н.С.

Формальний аналіз – Приходько І.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: 27.01.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 08.03.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

РЕСУРСИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ
ДО УМОВ ВІЙНИ

Кушнерик М. О. здобувач PhD
зі спеціальності 053 Психологія
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини
<https://orcid.org/0000-0001-6571-0976>

Перепелюк Т. Д. кандидат психологічних наук,
професор кафедри психології
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини
<https://orcid.org/0000-0001-6313-2279>

Стаття присвячена ресурсам психологічної адаптації студентів до умов війни. Визначено, що психологічний стан і психічне здоров'я під час війни надзвичайно важливі. Війна призводить до постійної напруги, емоційних змін, масових людських страждань, зниження рівня психологічного благополуччя. Метою цієї статті є вивчення особливостей ресурсів психологічної адаптації студентів до умов війни. Встановлено, що ресурси адаптації значною мірою пов'язані із особистісною та соціальною ідентичностями людини, особливо це проявляється в умовах війни, або у контексті популярного нині поняття «воєнної повсякденності». Доведено, що важливою метою дослідження є вивчення факторів (тобто соціальної підтримки, задоволення потреб; стратегії подолання та адаптації), які передбачають внутрішньо індивідуальні зміни в соціальних ідентичностях, які відбуваються з часом. Інша ціль, яку варто досягти, полягає у визначенні наслідків таких змін. Ми припустили, що посилене почуття ідентифікації з новою соціальною групою (наприклад, студентською для першокурсників чи мілітарною для волонтерів чи цивільних, так чи інакше залучених до подій воєнної повсякденності) повинно передбачати підвищення психологічного благополуччя. Встановлено, що найбільше у досліджуваних студентів виражені адаптивні копінг-стратегії, зокрема поведінкові, емоційні і когнітивні. Найменше досліджуваним властиві емоційні та поведінкові неадаптивні копінг, натомість когнітивні неадаптивні копінг виражені достатньо сильно за рахунок досліджуваних студентів 3-4 курсів. Базуючись на принципах розвитку, доведено, що з часом особистість має тенденцію ставати все більш складною, оскільки різні соціальні ідентичності інтегруються в Я-концепцію. Коли ідентичності інтегровані в Я-концепцію, вони можуть співіснувати всередині Я, не стикаючись і не конфліктуючи одна з одною. Відповідно, інтеграція ідентичності повинна передбачати стан покращеної психологічної адаптації та психологічного благополуччя.

Ключові слова: адаптація; психологічне благополуччя; копінг-стратегії; ідентичність; ресурси; воєнна повсякденність.

Вступ. Війна в Україні – одне з найбільш руйнівних лих для української нації, здоров'я, життя та добробуту населення. Це жах, який існує за межами розуміння та досвіду більшості людей. Постійні новини з гарячих точок бойових дій, вбивства та тортури цивільного населення і військових, бомбардування та обстріли мирних міст і сіл, примусова зміна населенням місця проживання, втрата майна та роботи – все це призводить до втрати почуття безпеки, впевненості, стабільності і передбачуваності життя загалом. Психологічний стан і психічне здоров'я під час війни надзвичайно важливі. Багато людей страждають від виснаження, спустошення, перевтоми, тривоги та паніки.

Війна призводить до постійної напруги, емоційних змін, масових людських страждань, зниження рівня психологічного благополуччя. Крім того, вже понад два роки в інформаційному полі ключовими є дані про наслідки війни, які шокують кожного українця. За таких умов питання психологічного супроводу особистості під час війни набувають особливої актуальності.

Ми зазначаємо, що війна є способом формування консолідованої української ідентичності, а не змаганням між різними ідентичностями (західної, східної чи південної «ми одесити», «ми харків'яни»). Тому варто запобігти насильницьким процесам конструювання ідентичності, а отже зосередитися на формуванні тимчасово

консолідуючої соціальної ідентичності, яка стане важливим чинником виживання нації в буремні часи війни. Ми наголошуємо, що нинішня російсько-українська війна – це війна за ідентичність, зокрема дітей, підлітків та молоді.

Метою цієї статті є вивчення особливостей ресурсів психологічної адаптації студентів до умов війни. Завданнями статті є визначення зв'язку адаптації із ідентичністю, психологічним благополуччям та копінгам в умовах воєнної повсякденності.

Завдання статті полягає у висвітленні проблеми адаптації до складних життєвих умов/ кризових/екстремальних та звернути увагу на дослідження ресурсності особистості для подолання кризових ситуацій.

Теоретичне підґрунтя.

Основоположником розробки адаптаційної проблематики прийнято вважати Г. Сельє. Науковці виділяють різні рівні адаптації, залежно від того, який аспект у системі «організм – середовище» розглядається (субклітинний, клітинний, тканинний, системи органів; цілісного організму; груповий; популяційний; видовий; біогенетичний; екосферний), а також різні аспекти аналізу процесу адаптації – статичний (відображає властивість (стан) біосистеми, її стійкість до умов середовища як рівень її адаптованості) та динамічний (відображає процес, динаміку пристосування біосистеми до умов середовища, що змінюються) (Кузікова С. та ін., 2024).

Ресурси адаптації значною мірою пов'язані із особистісною та соціальною ідентичностями людини, особливо це проявляється в умовах війни, або у контексті популярного нині поняття «воєнної повсякденності». Під воєнною повсякденністю ми розуміємо весь комплекс повсякденно-побутових реалій людей, в яких провідну роль відігравав «військовий фактор». До воєнної повсякденності слід віднести фронтову повсякденність – самі війни та збройні локальні конфлікти, а також тилкову повсякденність – реалії, що їх супроводжують – розквартирування військ у тилу під час ротації, волонтерство, забезпечення повсякденних потреб життєдіяльності військових угруповань і таке інше.

Люди відповідають на запитання «Хто Я?» не лише через досвід міжособистісної схожості чи відмінності, а через поєднання обох. Іншими словами, міжособистісні подібності та відмінності сприяють ідентичності людини, тобто «риси та характеристики, соціальні відносини, ролі та членство в соціальних групах, які визначають, ким є людина» (D. Oyserman, Jr. N. A. Lewis, V. X. Yan, O. Fisher, 2017). Відповідно, атрибути, які відрізняють людину від інших членів групи, формують «особисте Я», а атрибути, якими користуються інші члени групи, сприяють колективному Я, тобто «Ми» (M. Alvesson, K. Lee Ashcraft, R. Thomas, 2008). Замість того, щоб просто визнавати співіснування «особистого Я» та «соціального Я», як це зробили деякі теоретики ідентичності, B. W. Walker запропонував модель оптимальної відмінності, яка аналізує, як два аспекти особистості ідентичність взаємопов'язані (Caprar D. V., Walker B. W., Ashforth B. E., 2022). Завдяки своїй концепції оптимальної відмінності він зосереджується на перевагах досягнення рівноваги між «особистим Я» та «соціальним Я». Надалі дослідники ідентичності далі досліджували плинність між цими двома аспектами і розробили різні погляди на взаємодію між особистими та соціальними компонентами ідентичності людини (Onorato R. S., Turner J. C., 2004). Звідси, «соціальне «Я» – це самовизначення, яке базується на подібності з іншими в соціальному порівнянні, натомість «особисте Я» – це самовизначення, яке відрізняє індивіда від інших у міжособистісному порівнянні.

Психологічне благополуччя як наслідок зміни соціальної ідентичності. Важливою метою дослідження є вивчення факторів (тобто соціальної підтримки, задоволення потреб; стратегії подолання та адаптації), які передбачають внутрішньо індивідуальні зміни в соціальних ідентичності, які відбуваються з часом. Інша ціль, яку варто досягти, полягає у визначенні наслідків таких змін. Ми припустили, що посилене почуття ідентифікації з новою соціальною групою (наприклад, студентською для першокурсників чи мілітарною для волонтерів чи цивільних, так чи інакше залучених до подій воєнної повсякденності) повинно передбачати підвищення психологічного благополуччя. Сформована

соціальна ідентичність передбачає покращення добробуту, а також задоволеність навчанням, роботою та життям (S. Chambers, C. O. Mayfield, A. Valenti, 2023) і навіть діє як буфер проти негативних подій (яких дуже багато у воєнній повсякденності).

Хоча інтеграція нових соціальних ідентичностей і посилення почуття ідентифікації з новою соціальною групою з часом є бажаними цілями, соціальний контекст також має забезпечувати ресурси, які дозволять новій ідентичності фактично розвиватися. При приєднанні до нової соціальної групи два соціальні чинники, які виникають у групі – соціальна підтримка та задоволення потреб – пропонуються як адаптаційні ресурси, які сприятимуть як адаптації членів групи в новій групі, так і інтеграції нової соціальної ідентичності. Це передбачення узгоджується з роботами з психології розвитку, які підкреслюють роль соціального середовища та міжособистісних стосунків у процесі розвитку. Дослідження, проведені під час таких змін, як імміграція та злиття організацій, показали важливість соціальної підтримки для прогнозування адаптації до цих змін (J. W. Berry, 2022). Соціальна підтримка також передбачає використання більш адаптивних стратегій під час подолання змін у житті (L. Boileau, P. Gaudreau, A. Gareau, M. Chamandy, 2021). Застосовуючи підхід соціальної ідентичності до соціальної підтримки, E. A. West, S. Iyengar (2022) показали, що інформаційна підтримка мала особливо позитивний ефект на послаблення стресу, коли її надавали члени групи (E. A. West, S. Iyengar, 2022).

На додаток до соціальної підтримки, отриманої в груповому контексті, ступінь задоволення фундаментальних психологічних потреб у групі також має бути потужним предиктором того, як нові члени групи мають справу зі своїм входженням у нову соціальну групу та пристосовуються до них (D. Kealy, S. Ben-David, D. W. Cox, 2022). Відповідно до теорії самовизначення, коли задоволені фундаментальні потреби в автономії, компетентності та спорідненості, це призведе до оптимального функціонування та психологічного благополуччя людини. Дослідження показали, що ці потреби можуть бути задоволені через наші соціальні

групи задоволення потреб в автономії (тобто сприйняття того, що людина може бути автентичною у груповому контексті та її приймають такою, якою вона є насправді), компетентність (відчуття, що цінується внесок людини в групу і є компетентним членом групи), зв'язок (встановлення значущих стосунків з іншими членами групи) позитивно впливає як на ідентифікацію з групою, так і на психологічне благополуччя (K. M. Sheldon, B. A. Bettencourt, 2002).

Зусилля подолання та адаптації також мають відігравати важливу роль у прогнозуванні того, чи розвинеться нова соціальна ідентичність і чи її схвалить члени групи. Процес приєднання до нової групи вимагає зусиль і мотивації. Членам групи необхідно збільшити енергію та зусилля, щоб впоратися з новими вимогами, нормами та способами функціонування в новому груповому контексті. У той час як копінг було формально визначено як поведінкові та когнітивні зусилля людини керувати внутрішніми та зовнішніми вимогами проблемної людини та середовища, спроби подолання також можна концептуалізувати як механізми розвитку. Тривалі переговори з вимогами навколишнього середовища характеризують процес саморозвитку та інтеграції, завдяки якому нові елементи засвоюються людиною. На основі цих пропозицій ми пропонуємо, щоб стратегії подолання та адаптації являли собою конкретні дії, за допомогою яких члени групи активно стають частиною своєї нової групи та ідентифікують себе з цією групою (C. Tang, Y. Liu, 2024). Таким чином стратегії індивідуального рівня включають орієнтовані на завдання стратегії подолання, такі як інвестування зусиль, планування та пошук відповідної інформації. Ці орієнтовані на завдання стратегії повинні передбачати підвищення рівня ідентифікації з новою групою. І навпаки, індивідуальні стратегії подолання, орієнтовані на розмежування, які передбачають розумову та поведінкову розмежування з новою ситуацією, повинні передбачати зниження соціальної ідентифікації з часом.

Методи дослідження. Процедура емпіричного дослідження проводилася в 3 етапи: підготовка, діагностика та аналіз. На підготовчому етапі було здійснено підбір психодіагностичного інструментарію,

визначено експериментальну базу дослідження. Діагностичний етап включав збір психодіагностичних матеріалів та їх статистичну обробку. На третьому етапі аналізуються результати, розробляються рекомендації щодо поліпшення адаптації студентів із застосуванням низки психологічних ресурсів. Ми використали опитувальник симптомів ПТСР PCL-5, спрямований на спостереження за симптомами посттравматичного стресового розладу, даний опитувальник складається з 20 пунктів, які респонденти оцінюють за 5-бальною шкалою, від ніколи до дуже часто, оцінюється тяжкість симптомів за останній місяць і використовуються для постановки попереднього діагнозу ПТСР. Визначаються як загальні показники ПТСР, так і тяжкість симптомів у кожному кластері (відповідно до DSM-5). Для діагностики рівня соціальної адаптації студентів нами було використано методику копінг-стратегій Е.Хейма. Методика психологічної діагностики копінг-стратегій Е.Хейма дозволяє дослідити 26 ситуаційно-специфічних варіантів копіngu, розподілених на три основні сфери психічної діяльності – когнітивні, емоційні і поведінкові, які, у свою чергу можуть бути адаптивними, відносно адаптивними та дезадаптивними.

Наприклад, до адаптивних копінг-механізмів відносяться: проблемний аналіз, встановлення власної цінності, збереження самовладання (когнітивні), протест і оптимізм (емоційні) та альтруїзм, співпраця, звернення (поведінкові); відносно адаптивними копінг-механізмами є відносність, релігійність, надання сенсу (когнітивні), емоційна розрядка, пасивна кооперація (емоційні), відволікання, компенсація, конструктивна активність (поведінкові), а неадаптивними – покора, дисимуляція, ігнорування, розгубленість (когнітивні), придушення емоцій, покірність, самозвинувачення, агресивність (емоційні), активне уникнення, відступ (поведінкові).

Результати і обговорення. У нашому дослідженні взяли участь 128 студентів 1-4 курсів закладів вищої освіти Черкаської області.

Отже, у досліджуваних найбільше виражені симптоми інтрузій та симптоми надмірної реактивності, за результатами статистичного аналізу відмінностей між

досліджуваними підлітками за цими критеріями виявлено не було (при $p > 0,05$). Найменше студентам властиві симптоми уникнення, ми припускаємо, що це пов'язано і з тим, що більшість наших досліджуваних не змінювали місця проживання та адаптувалися до умов війни. Ми наголошуємо, що надмірна реактивність – часто вибухове, аномальне реагування на нормальні стимули, у студентському віці варте особливої уваги через те, що збудження може бути дисфоричним і тривожним. Це можна помітити шляхом спостереження за поведінкою студентів під час тестування та у тренінгових кімнатах чи навчальних класах.

Найбільше у досліджуваних студентів виражені адаптивні копінг-стратегії, зокрема поведінкові, емоційні і когнітивні. Найменше досліджуваним властиві емоційні та поведінкові неадаптивні копінг, натомість когнітивні неадаптивні копінг виражені достатньо сильно за рахунок досліджуваних студентів 3-4 курсів.

Адаптивні когнітивні та емоційні копінг найбільше виражені у студентів 2-3 курсів, натомість поведінкові – у студентів 4-х курсів. Тобто у більш старшому віці копінг спрямований переважно на активну діяльність з метою усунення чи зменшення небезпеки. Часто це виявляється зокрема й у турботі про інших і передачі їм свого досвіду (від старшокурсників до першокурсників, наприклад через групи в соціальних мережах чи живе спілкування), необхідного для виживання в екстремальних умовах.

Студенти-першокурсники характеризуються вираженими адаптивними емоційними копінгами, натомість когнітивні (раціональний аналіз екстремальної ситуації, пошук логічних можливостей її подолання) у них розвинені найменше.

Окремо у нашому дослідженні слід згадати про студентів ВПО. Люди з міст, які зазнавали прямих і постійних нападів, зіткнулися з дилемою: втекти чи залишитися. У деяких містах на деяких етапах війни існувала також офіційна заборона на виїзд чоловіків (Харків, весна 2022 року). Багато ж людей залишалися у своїх містах протягом усієї війни, незважаючи на такі заборони. Вони вважали, що було б абсурдом залишати свої домівки, якщо тільки вони не відчують страху, надто сильного, щоб з ним боротися.

«Люди по-різному терплячі до страждань», – резюмувала набуті на війні знання харків'янка років тридцяти. Ніхто з тих, з ким нав доводилося спілкуватися в Харкові весною 2022 року не засуджував тих, хто втікав, за те, що вони нестерпно боялися за своє життя, особливо якщо знали їх особисто. «Моя подруга побачила, як біля її будинку горить автобус, а днями втекла», – з подивом, але з розумінням розповіла інша мешканка Салтівки, хоча сама вирішила не тікати, незважаючи на те, що її будинок був пошкоджений, а її брат-близнюк ледь не загинув у ньому.

У наративах українців виникає скромне визначення хоробрості, дуже далеке від концепції хоробрості героїв поля бою, поширеної у військових фільмах. Хоробрість, яку люди визнавали та якою захоплювалися в обговорюваному тут контексті, була визначена у зв'язку з воєнним повсякденним життям, у якому було вкрай важливо дотримуватися якомога більше рутин мирного часу. Усі ці рутини були обмежені простором: сам акт перебування у містах, які знаходяться під обстрілами, не ходити до сховищ, а залишатися вдома під час нападів, регулярно ходити на роботу, наражатися на небезпеку, щоб допомогти громаді, наприклад, приносячи воду чи ремонтуючи чужі пошкоджені дахи. Вони були вирішальними не лише як засоби опору, а й як засоби зв'язку нав'язаної (ненормальної) ідентичності жертви війни з аспектами ідентичності, що ґрунтуються на мирній нормальності.

У Харкові буквально всі наголошували, що щоранку їдять свіжоспечений хліб. «Пекарям честь!» «Все завдяки їм!» Ці фрази неодноразово виявляли справжнє захоплення людьми, які допомагали своїм співгромадянам зберегти матеріальний зв'язок зі своїм попереднім життям у мирі – зв'язок, який об'єднував обіцянку збереження нормальності та надію на мирне майбутнє. Буханець хліба, поставлений на імпровізованому «кухонному» столі у притулку, став оазисом нормальності. Запах і смак теплого хліба (люди ризикували життям, щоб вийти на вулицю, щоб купити його) дозволили втілити (мінімальний) досвід нормальності, який виявився

надзвичайно емоційним. Багато наративів чітко виявляють усвідомлення сенсу життя людей, закріплених у просторі їхньої щоденної взаємодії, що охоплює сім'ю, друзів і роботу. Зазначимо, що ізоляції ні в Харкові, ні в Києві не було, що полегшило ідентифікаційні процеси на суспільному рівні. Деякі люди «несли ізоляцію з собою», покидаючи атаковані міста, перетворюючи простір ізоляції на місце, про яке прагнули. Наприклад, в іншій країні не відчували себе у безпеці і прагнули повернутися навіть в окуповані міста. Розрив між фізичною присутністю та емоційною дистанцією був нестерпним для багатьох людей, які стали біженцями, щоб уберегти своїх дітей від небезпеки, але залишили своїх друзів і родину. А так описав свій досвід мешканець Північної Салтівки в Харкові, який на деякий час виїхав з родиною до Львова «Любов до дому і до тварин тягла назад. Ми не могли там залишатися, ми повернулися».

Таким чином, вивчення наративів українців, зокрема студентської молоді буде корисним з точки зору аналізу особливостей їх адаптації та ідентифікації із різними соціальними групами.

Висновки. В основі нашої моделі лежить концепція соціальної ідентичності, яка відноситься до тієї частини Я-концепції індивіда, яка впливає з його або її знання про членство в соціальній групі разом із цінністю та емоційним значенням, які надаються цьому. Оскільки кожен із нас належить до різних соціальних груп, наше відчуття «Я» складається з кількох соціальних ідентичностей. Базуючись на принципах розвитку, ми припускаємо, що з часом особистість має тенденцію ставати все більш складною, оскільки різні соціальні ідентичності інтегруються в Я-концепцію. Коли ідентичності інтегровані в Я-концепцію, вони можуть співіснувати всередині Я, не стикаючись і не конфліктуючи одна з одною. Відповідно, інтеграція ідентичності повинна передбачати стан покращеної психологічної адаптації та психологічного благополуччя.

Перспективами подальших досліджень є вивчення гендерних аспектів ресурсів адаптації особистості студентів в умовах війни та подальшого повоєнного відновлення.

Список використаних джерел

1. Кузікова, С., Зливков, В., Лукомська С., Щербак Т., & Котух О. (2024). Психологічний супровід особистості в умовах війни. 261 с.
2. Alvesson, M., Lee Ashcraft, K., & Thomas, R. Identity matters: Reflections on the construction of identity scholarship in organization studies. *Organization*. 2008. Vol. 15(1). P. 5-28.
3. Berry, J. W. Family and youth development: Some concepts and findings linked to the ecocultural and acculturation models. *Societies*. 2022. Vol. 12(6). P. 181.
4. Boileau, L., Gaudreau, P., Gareau, A., & Chamandy, M. Some days are more satisfying than others: A daily - diary study on optimism, pessimism, coping, and academic satisfaction. *British Journal of Educational Psychology*. 2021. Vol. 91(1). P. 46-62.
5. Caprar, D. V., Walker, B. W., & Ashforth, B. E. The dark side of strong identification in organizations: A conceptual review. *Academy of Management Annals*. 2022. Vol. 16(2). P. 759-805.
6. Chambers, S., Mayfield, C. O., & Valenti, A. The impact of perceived fairness, organizational and professor support on students' intentions to quit. *International Journal of Educational Management*. 2023. Vol. 37(4). P. 863-883.
7. Kealy, D., Ben-David, S., & Cox, D. W. Early parental support and meaning in life among young adults: The mediating roles of optimism and identity. *Current Psychology*. 2022. Vol. 41(6). P. 3865-3872.
8. Onorato, R. S., Turner, J. C. Fluidity in the self - concept: The shift from personal to social identity. *European journal of social psychology*. 2004. Vol. 34(3). P. 257-278.
9. Oyserman, D., Lewis, Jr N. A., Yan, V. X., Fisher, O., O'Donnell, S. C., & Horowitz, E. An identity-based motivation framework for self-regulation. *Psychological Inquiry*. 2017. Vol. 28(2-3). P. 139-147.
10. Sheldon, K. M., Bettencourt, B. A. Psychological need - satisfaction and subjective well - being within social groups. *British Journal of Social Psychology*. 2002. Vol. 41(1). P. 25-38.
11. Tang, C., Liu, Y. Agent-Based Modeling. In *Computational Modeling for Industrial-Organizational Psychologists*. 2024. P. 181-210.
12. West, E. A., Iyengar, S. Partisanship as a social identity: Implications for polarization. *Political Behavior*. 2022. Vol. 44(2). P. 807-838.

References

1. Kuzikova, S., Zlyvko, V., Lukoms'ka, S., Shcherbak, T., & Kotukh, O. (2024). Psykholohichnyy suprovod osobystosti v umovakh viyny. [Psychological support of the individual in war conditions.] 261 s. (in Ukrainian)
2. Alvesson, M., Lee Ashcraft, K., & Thomas, R. (2008). Identity matters: Reflections on the construction of identity scholarship in organization studies. *Organization*, 15(1), 5-28.
3. Berry, J. W. (2022). Family and youth development: Some concepts and findings linked to the ecocultural and acculturation models. *Societies*, 12(6), 181.
4. Boileau, L., Gaudreau, P., Gareau, A., & Chamandy, M. (2021). Some days are more satisfying than others: A daily - diary study on optimism, pessimism, coping, and academic satisfaction. *British Journal of Educational Psychology*, 91(1), 46-62.
5. Caprar, D. V., Walker, B. W., & Ashforth, B. E. (2022). The dark side of strong identification in organizations: A conceptual review. *Academy of Management Annals*, 16(2), 759-805.
6. Chambers, S., Mayfield, C. O., & Valenti, A. (2023). The impact of perceived fairness, organizational and professor support on students' intentions to quit. *International Journal of Educational Management*, 37(4), 863-883.
7. Kealy, D., Ben-David, S., & Cox, D. W. (2022). Early parental support and meaning in life among young adults: The mediating roles of optimism and identity. *Current Psychology*, 41(6), 3865-3872.
8. Onorato, R. S., & Turner, J. C. (2004). Fluidity in the self - concept: The shift from personal to social identity. *European journal of social psychology*, 34(3), 257-278.
9. Oyserman, D., Lewis Jr, N. A., Yan, V. X., Fisher, O., O'Donnell, S. C., & Horowitz, E. (2017). An identity-based motivation framework for self-regulation. *Psychological Inquiry*, 28(2-3), 139-147.
10. Sheldon, K. M., & Bettencourt, B. A. (2002). Psychological need - satisfaction and subjective well - being within social groups. *British Journal of Social Psychology*, 41(1), 25-38.
11. Tang, C., & Liu, Y. (2024). Agent-Based Modeling. In *Computational Modeling for Industrial-Organizational Psychologists* (pp. 181-210). Routledge.
12. West, E. A., & Iyengar, S. (2022). Partisanship as a social identity: Implications for polarization. *Political Behavior*, 44(2), 807-838.

Summary

RESOURCES OF PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF STUDENTS TO
THE CONDITIONS OF WAR

Kushneryk M. O. candidate for PhD
in specialty 053 Psychology Pavlo Tychyna
Uman State Pedagogical University

Perepeluk T. D. PhD in psychological sciences,
professor of the department of psychology
Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

Introduction. The article is devoted to the resources of psychological adaptation of students to the conditions of war. It was determined that the psychological state and mental health during the war are extremely important. War leads to constant tension, emotional changes, massive human suffering, and a decrease in the level of psychological well-being. The purpose of this article is to study the peculiarities of the resources of psychological adaptation of students to the conditions of war. It has been established that the resources of adaptation are largely related to the personal and social identities of a person, especially this is manifested in the conditions of war, or in the context of the currently popular concept of «military everyday life». It has been proven that an important research goal is to study the factors (i.e., social support, satisfaction of needs; coping and adaptation strategies) that predict intra-individual changes in social identities that occur over time. Another goal worth pursuing is to determine the implications of such changes. We hypothesized that an increased sense of identification with a new social group (for example, a student group for first-year students or a military group for volunteers or civilians, one way or another involved in the events of military everyday life) should predict an increase in psychological well-being. It was established that adaptive coping strategies, in particular behavioral, emotional and cognitive, are most pronounced in the studied students. Emotional and behavioral maladaptive coping are the least characteristic of the studied subjects, on the other hand, cognitive maladaptive coping is expressed quite strongly at the expense of the studied students of 3-4 years. Based on developmental principles, it has been shown that personality tends to become more complex over time as different social identities are integrated into the self-concept. When identities are integrated into the self-concept, they can coexist within the self without clashing or conflicting with one another. Accordingly, identity integration should predict a state of improved psychological adjustment and psychological well-being.

Purpose Studying the peculiarities of the resources of psychological adaptation of students to the conditions of war. The tasks of the article are to determine the connection of adaptation with identity, psychological well-being and coping in the conditions of military everyday life.

Methods We used the PCL-5 PTSD symptom questionnaire. We used E. Heim's method of coping strategies to diagnose the level of social adaptation of students.

Originality We have established that the most pronounced symptoms of intrusions and symptoms of excessive reactivity in the subjects. Adaptive coping strategies, in particular behavioral, emotional and cognitive, are most pronounced in the studied students. Adaptive cognitive and emotional coping are most pronounced in students of the 2nd-3rd years, while behavioral coping - in the students of the 4th years. That is, at an older age, coping is mainly aimed at active activities with the aim of eliminating or reducing danger. First-year students are characterized by pronounced adaptive emotional coping, on the other hand, they have the least developed cognitive (rational analysis of an extreme situation, search for logical possibilities to overcome it). We assume that in the future the personality will become complex because different social roles will be performed, which will be integrated into the self-concept. Identity integration should involve a state of improved psychological adjustment and psychological well-being.

Conclusion Prospects for further research are the study of gender aspects of the resources of students' personality adaptation in the conditions of war and subsequent post-war recovery.

Key words: adaptation; psychological well-being, coping strategies; identity; resources; military; everyday; life.

Концептуалізація – Перепелюк Т. Д.

Моделювання – Кушнерик М. 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: 31.01.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 24.03.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ПРОФІЛАКТИКА АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ЯК ЧИННИК ЗНИЖЕННЯ РИЗИКІВ ДЕПРОФЕСІОНАЛІЗАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ: ЗАГАЛЬНІ ПІДХОДИ

*Мороз В. М. Науково-дослідний центр
гуманітарних проблем Збройних Сил України
<https://orcid.org/0000-0003-3363-3712>*

У статті актуалізується проблема дослідження адиктивної поведінки, депрофесіоналізації фахівців, профілактики залежної поведінки військовослужбовців як чинників їх депрофесіоналізації. Розглядаються основні стратегії (моделі) побудови профілактики, підходи до вибору профілактичних технологій. Визначаються координаційні принципи профілактичної роботи. Обґрунтовуються загальні підходи щодо видів профілактики залежностей у військовослужбовців (первинна, вторинна, третинна), їх сутність та особливості застосування.

Ключові слова: адиктивна поведінка; депрофесіоналізація; військовослужбовці; профілактика; принципи; технології.

Вступ. На теперішній час можна констатувати, що кількість досліджень у сфері профілактики адиктивної поведінки (поведінкових залежностей) динамічно зростає. Дослідження часто мають різні напрями та ґрунтуються на різних теоретичних концепціях, що свідчить про відсутність єдиної точки зору з багатьох питань у зазначеній проблематиці. Водночас, різні підходи доповнюють один одного або представляють різні перспективи, сприяють більш глибокому розумінню поведінкових залежностей як явища, що зрештою може призвести до точніших і більш обґрунтованих висновків щодо профілактики таких залежностей. Так, останнім часом поведінкові залежності активно обговорюють у контексті DSM-5, що може змінювати підходи до їхньої профілактики та лікування (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, (2013). Адже відсутність достовірних відомостей про психологічні механізми, феноменологію та психологічну структуру поведінкових нехімічних залежностей є основною причиною недостатньої ефективності профілактичних і корекційних заходів.

Військово-професійна діяльність пов'язана із ситуаціями ризику та з непередбачуваністю для життя. В умовах збройних конфліктів, бойових дій, зазвичай, разом із підвищенням рівня агресивності, тривожності, поширенням депресивних ознак та проявами інших негативних наслідків впливу бойових стресових чинників (знижена здатність витримувати

труднощі, потреба у підтримці, невміння піклуватися про себе, прагнення до звинувачень за результати дій, низька стресостійкість, слабка сила волі тощо) завжди відбувається збільшення частоти саморуйнівної, адиктивної поведінки (Мороз, 2023, с.72). За таких обставин зростає значення проведення психопрофілактичної роботи з військовослужбовцями з адитивною поведінкою з надання допомоги в усвідомленні механізмів її формування, гармонійного розвитку особистості, розвитку адекватного уявлення про себе, уміння брати відповідальність за власне життя, уміння спілкуватися з оточуючими, співпереживати їм, знаходити підтримку та самим її надавати (Приходько, Байда, 2018, с. 72).

Проблема профілактики адиктивної поведінки військовослужбовців, її впливу на військово-професійну діяльність (депрофесіоналізацію) в контексті зовнішнього універсального (селективного за особистістю) втручання та внутрішнього (індивідуального) характеру, як процесу трансформації особистості, у роботах науковців висвітлені недостатньо, що актуалізує важливість її подальшого дослідження на засадах загальної теорії трансформації систем різного походження з використанням інструментів штучного інтелекту (Prihodko, 2022).

Теоретичне підґрунтя. Теоретико-методологічну основу дослідження профілактики адиктивної поведінки

складають наукові праці вітчизняних і зарубіжних учених з таких напрямів:

– адитивна поведінка (О. Безпалько, С. Вайнер, М. Гріфітс, А. Джонсон, Є. Змановська, О. Камінська, Д. Кларк, О. Ключко, Ц. Короленко, А. Личко, Н. Максимова, Н. Малєєва, В. Мороз, А. Мудрик, Н. Пихтіна, В. Пушкар, Т. Робінс, Т. Синіцька, О. Смуk, В. Стасюк та ін.; у військовій сфері вивченню цього питання приділили увагу С. Байда, О. Колесніченко, О. Кокун, Н. Лозінська, Я. Мацегора, В. Мороз, І. Пішко, І. Приходько, О. Сафін та ін.);

– депрофесіоналізація, професійне вигорання (Р. Айсін, А. Баккер, В. Бойко, М. Борисова, А. Бунк, Ф. Вілюнас, Ж. Вірна, С. Грінсберг, С. Джексон, З. Кісіль, С. Максименко, Л. Колтунович, Ю. Ковровський, Т. Кокс, О. Конт, П. Лілієнфельд, М. Лодердейл, Е. Маєр, Л. Морроу, Б. Перлман, О. Рогова, Г. Сельє, Е. Симанюк, Г. Фраунбергер, О. Хайрулін, Е. Хартман, В. Шаурелі, К. Черніс та ін.);

– профілактика адитивної поведінки (Н. Бугайова, О. Вакуленко, В. Великий, Я. Гошовський, Н. Дідик, Т. Журавель, Л. Завадська, Т. Зленко, А. Золотова, А. Капська, І. Ковальова, М. Ковальчук, А. Кульчицька, М. Лис, В. Лютий, Т. Мацевко, Л. Мафтин, М. Міщенко, У. Михайлишин, А. Мудрик, Я. Посохова, Д. Прохаска, В. Пушкар, А. Романишин, Н. Савельєва, О. Сердюк, В. Терпелюк, А. Шульга, О. Хайрулін, R. Karasek, T. Theorell, A. Thomas, R. Sgoranzano та ін.

Мета дослідження: обґрунтування загальних підходів щодо профілактики адитивної поведінки як чинників депрофесіоналізації військовослужбовців.

Методи дослідження. Для реалізації визначеної мети використана система загальнонаукових методів дослідження, а саме: а) аналіз наукових досліджень з проблем адитивної поведінки, депрофесіоналізації, професійного вигорання фахівців, профілактики адитивної поведінки – для узагальнення теоретичних положень і практичних результатів вітчизняних і зарубіжних науковців щодо понять та сутності психосоматичних і професійних деформацій особистості, профілактики адитивної поведінки; б) системний підхід – для

обґрунтування загальних підходів щодо профілактики адитивної поведінки як чинників депрофесіоналізації військовослужбовців.

Результати та обговорення.

Адитивну поведінку більшість науковців в інтегрованому виді (Ц. Короленко) визначають як різновид девіантної поведінки з формуванням прагнення до відходу від реальності шляхом штучної зміни свого психічного стану за допомогою прийому деяких речовин або постійною фіксацією уваги на певних видах діяльності з метою розвитку та підтримки інтенсивних емоцій; адитивна поведінка управляє життям людини, робить її безпорадною та позбавляє її можливості протидіяти адикціям. До загальних ознак адитивної поведінки В. Пушкар відносить такі: стійке прагнення до зміни психофізичного стану; безперервний процес формування та розвитку адикції; циклічність узалежненої поведінки; закономірне виникнення особистісних змін і соціальної дезадаптації; формування адитивної установки, тобто сукупності когнітивних, емоційних і поведінкових особливостей, які викликають адитивне відношення до життя; надмірне емоційне відношення до об'єкту залежності; недовіра до спеціалістів, що намагаються здійснити медико-соціальну допомогу; перетворення об'єкту адикції в мету існування; заперечення залежності та її тяжкості. (Пушкар, 2010, с.10).

На нашу думку, до основних зовнішніх і внутрішніх чинників адитивної поведінки слід віднести такі: соціально-економічні, соціально-психологічні, педагогічні, психологічні, інформаційні, медико-біологічні.

Адитивна поведінка є показником професійної деформації особистості (професійна деформація – від лат. *deformatio* – спотворення – вид емоційно-когнітивного спотворення, що виникає під впливом професійної діяльності) і свідчить, що людина в процесі діяльності втрачає професійні навички, неналежним чином виконує покладені на неї функції, тобто відбувається процес її депрофесіоналізації з різних причин внутрішнього характеру (неготовність і нездатність до продуктивної професійної діяльності, небажання самовдосконалюватися, невміння визначати

пріоритети, планувати свою діяльність, наполегливо працювати за обраною спеціальністю, уникати ризиків, втрата ідентичності) та зовнішнього – несприятливі, ризиконебезпечні умови діяльності, складності з перекваліфікацією, напружений психологічний клімат в колективі, низька оплата праці тощо.

Як відомо, військово-професійна діяльність пов'язана із ситуаціями ризику та з непередбачуваністю для життя, як в умовах мирного часу, так і особливо в період ведення бойових дій. Частина особового складу на цьому ґрунті набуває впевненості в собі (що інколи переходить у самовпевненість) і почуття переваги над іншими. В іншій частині з'являється прихований комплекс неповноцінності, швидке виникнення тривоги й депресії, нестабільна самооцінка, перебільшення негативних подій і мінімізація позитивних. Як спосіб відновлення психологічного комфорту вони обирають адиктивну поведінку, прагнучи штучної зміни психічного стану, отримання суб'єктивно приємних емоцій. Таким чином, створюється ілюзія розв'язання проблеми. Подібний спосіб "боротьби" з реальністю закріплюється в поведінці та стає стійкою стратегією взаємодії з дійсністю. Як результат – неоднозначний вплив на особистісний розвиток і професіоналізм, а зрештою – втрата психологічного та фізичного здоров'я. Виникнення подібного стану та його подолання самотужки є досить проблемним і потребує профілактичного втручання – антиадиктивної установки, здоров'язбережувальних компетенцій, діяльнісної самоефективності, відповідальності тощо.

Послуга соціальної профілактики – комплекс заходів, що здійснюються суб'єктом, який надає соціальні послуги, спрямований на попередження, обмеження та зупинення негативних соціальних і особистісних (поведінкових) явищ та їх наслідків у соціальному середовищі та реалізується за допомогою різних інструментів впливу соціального, юридичного, педагогічного, психологічного характеру. Профілактичний захід – спеціально організована взаємодія надавачів та отримувачів соціальної послуги, спрямована на попередження соціальної

проблеми, негативного явища, складних життєвих обставин чи подолання окремих її чинників. (Державний стандарт соціальної послуги профілактики, 2015).

У соціально-педагогічних, психологічних дослідженнях дефініція "профілактика" перебуває у центрі уваги науковців. В. Безпалько вважає, що "профілактика ґрунтується на своєчасному виявленні та виправленні негативних інформаційних, педагогічних, організаційних факторів, що зумовлюють відхилення в психологічному та соціальному розвитку, поведінці, стані здоров'я, а також в організації життєдіяльності та дозвілля" (Безпалько, 2009, с. 35). Профілактика у розумінні А. Капської – це "комплекс економічних, політичних, правових, медичних, психолого-педагогічних заходів, спрямованих на попередження, обмеження, локалізацію негативних явищ у соціальному середовищі" (Капська, 2003, с.32).

Профілактика адиктивної поведінки, на думку В. Лютого, передбачає усунення або нейтралізацію умов, чинників та механізмів її формування та створення умов, необхідних для розвитку адаптивних якостей особистості... формування адиктивної поведінки пов'язане не з особливостями певних предметів або видів активності, а з індивідуальним ставленням людини до них: прагненням за допомогою даних активностей втекти від проблеми або травмуючої реальності; подолати дискомфорт, викликаний незадоволеними потребами або компенсувати їх; контролювати свій психічний стан, поведінку, обставини своєї життєдіяльності; швидко та просто отримати гедоністичне задоволення.

Профілактика адиктивної поведінки військовослужбовців – це процес випереджаючого формування норм військової діяльності, що унеможливають залежність і зміцнюють позитивну військово-професійну спрямованість службових, функціональних дій. Профілактика адиктивної поведінки охоплює активні зовнішні втручання універсального, селективного (за агентом залежності) та індикативного (індивідуального) характеру (Лютий, 2012, с.227).

Нині існує низка стратегій (моделей) побудови профілактики – це загальні підходи до визначення основних цілей профілактики певної проблеми і шляхів їх досягнення, а саме: інформаційна, поведінкова, модель формування життєвих навичок, модель альтернативної діяльності, модель афективного (емоційного) навчання, що базується на подоланні емоційних проблем тощо. Багато з них ефективні, але вони мало використовуються ізольовано від інших підходів. Сучасні підходи до обґрунтування профілактичних концепцій, як правило, спираються на патогенетичні основи, тобто розглядають ці питання з точки зору механізмів розвитку захворювання. Умови засвоєння індивідом чинників стійкості до впливу зовнішніх і внутрішніх несприятливих дій, причин підтримання та розвитку здоров'я вивчено мало, оскільки недостатньо експериментальних даних для доказів суворо наукового обґрунтування саногенетичного підходу до формування профілактичних програм. Однак саме саногенетичний аспект превенції визнають більш перспективним і більш універсальним, ніж патогенетичні теорії.

Т. Журавель акцентує увагу на таких стратегіях: 1) стратегія попередження та подолання (недопущення та усунення негативного явища, проблеми, їх ризиків і наслідків); проблема чи явище визнаються однозначно негативними та неприпустимими; профілактика спрямована на їх недопущення;

2) стратегія нормалізації (обмеження ризику, негативного впливу проблеми чи явища); негативне явище, проблема визнаються небажаними, але припустимими (принаймні частково, за певних обставин); профілактика спрямовується на недопущення (обмеження) їх негативних наслідків.

Різноманітність стратегій свідчить про складність профілактичних процедур, методик, які в цілому мають базуватися на таких координаційних принципах:

– науковості та інноваційності (продукування та застосування нових підходів, протоколів, методик, в тому числі – на основі штучного інтелекту);

– системності та комплексності (інтегративний підхід щодо застосування профілактичних заходів);

– послідовності (діагностування поточного стану та визначення подальших дій);

– безперервності та тривалості (профілактика має неперервну динаміку та достатню тривалість до набуття позитивного результату);

– диференційованого підходу (облік вікових, професійно-діяльнісних, статевих та інших характеристик);

– своєчасності (уникнення затримки з вжиття необхідних профілактичних заходів, що відповідають потребам);

– особистісного підходу (допомога людині у самоусвідомленні себе особистістю, у виявленні, розкритті її можливостей, становленні суб'єктності, самосвідомості, самореалізації і самоствердженні);

– спрямованості у майбутнє (оцінка наслідків залежної поведінки, актуалізація позитивних цілей і цінностей, планування майбутнього без адикції);

– застосування групових форм роботи (групова психотерапія; соціальна групова робота; самокерована групова робота);

– оптимальності (динамічний процес покрокового оптимального досягнення позитивних профілактичних результатів) (Журавель, 2013, с.8)

З урахуванням рекомендацій Всесвітньої організації з охорони здоров'я щодо профілактики збереження життя, наукових публікацій вітчизняних учених: профілактика відхильної поведінки у військовослужбовців (Романишин, Мацевко, 2017); профілактика залежності від азартних ігор (Великий, 2019); соціальна профілактика девіантної поведінки (Савельєва, 2016); соціальна профілактика (Журавель, 2013); зарубіжних науковців: (Karasek & Theorell, 1990), (Kuss, 2017), Thomas & Wright, 2000), а також авторських напрацювань – профілактика адитивної поведінки з позиції загальних підходів представляється такими комплексними складовими: первинна, вторинна, третинна.

Підходи до вибору профілактичних технологій:

– інформаційний підхід з наступними напрямками інформаційної роботи: права та

обов'язки людей, а також вимоги, які висуває суспільство й держава до виконання встановлених соціальних норм; правові аспекти наслідків поведінки, що відхиляється від норми; клініко-біологічні наслідки аномальних звичок; шляхи та способи утвердження здорового способу життя;

– соціально-профілактичний підхід спрямований на виявлення, усунення та нейтралізація причин і умов, які створюють різного роду негативні явища та передбачає: вивчення особливостей фізичного та психічного розвитку осіб в процесі соціально-культурних умов, навчання, професійної діяльності;

– соціально-психологічний і педагогічний підходи передбачають відновлення чи корекцію якостей особистості з девіантною поведінкою, особливо його моральних і вольових якостей;

– медико-біологічний підхід передбачає попередження можливих відхилень від соціальних норм цілеспрямованими заходами лікувально-профілактичного характеру щодо осіб, які страждають різними психічними аномаліями, тобто патологією на біологічному рівні.

Первинна профілактика – це попередження розвитку поведінкових залежностей у здорових осіб шляхом впливу на фактори ризику (біологічні, медичні, психологічні, соціальні, професійні тощо), що можуть слугувати причиною формування поведінки, що відхиляється від норми, та є чинником депрофесіоналізації.

Первинна профілактика має інформаційно-роз'яснювальний характер, передбачає підвищення обізнаності осіб з певних питань, формування у них цінності здоров'я та відповідних особистісних якостей, а також навичок, що допоможуть відмовитися від деструктивної поведінки та негативних звичок.

Основними завданнями первинної профілактики адиктивної поведінки військовослужбовців є такі:

– формування цінності здоров'я та здорового способу життя, професійної діяльності;

– створення умов для розвитку особистісного потенціалу, самореалізації особистості у різних видах військової,

творчої, інтелектуальної та наукової діяльності;

– підвищення поінформованості різних категорій військовослужбовців щодо загальних питань здоров'я та здорового способу життя, здійснення професійної діяльності, наслідків протиправних дій, вживання різних видів алко-, нарко-, токсичних речовин тощо;

– мотивування до збереження та використання безпечних поведінкових практик у процесі керування колективами, виконання службових та бойових завдань;

– формування та розвиток навичок культурного проведення колективного та сімейного дозвілля;

– формування у військовослужбовців позитивної життєвої та службової перспективи, умінь щодо прогнозування власної поведінки з оцінкою її наслідків і впливу на результати службової діяльності;

– застосування в процесі заходів з бойової підготовки методик з розвитку у військовослужбовців системного, критичного мислення.

Первинна профілактика є неспецифічною, масовою та найбільш ефективною у разі її своєчасності, повноти, постійності та має спрямовуватись на уникнення несприятливих впливів провокувальних чинників, на підвищення стійкості організму людини до несприятливих чинників, на створення системи нових компенсуючих мотивів здорової поведінки, чому, в першу чергу, має сприяти інформаційно-просвітницький підхід.

Інформаційно-просвітницький підхід первинної профілактики являє собою розширення компетенції військовослужбовця в таких важливих галузях, як стресостійкість, культура міжособистісних стосунків, технологія спілкування, способи подолання стресових ситуацій, конфліктологія та власне проблеми адиктивної поведінки з розглядом основних адиктивних механізмів, видів адиктивної реалізації, динаміки розвитку адиктивного процесу та наслідків, природи виникнення поведінкових адикцій (пов'язані з моральною або духовною проблемою, незнанням когнітивних шляхів уникнення залежностей, відсутністю мотивації до самообмежень тощо).

Первинна профілактика військовослужбовців передбачає такі складові, як інформаційні кампанії, забезпечення відповідних засобів захисту, пропозицію альтернативної поведінки в даному суспільному та культурному середовищі. Усі перелічені варіанти можуть бути частиною первинної профілактики, залежно від мети та контексту. Іншими словами, первинна профілактика передбачає підвищення компетентності військовослужбовця, формування психологічних ресурсів і навичок подолання стресових ситуацій, зміцнення традиційних цінностей, психологічну підтримку тих, хто потрапляє до групи ризику. Життєстійкість при цьому має розглядатись як ресурсна система військовослужбовця, що дає йому змогу виживати та позитивно розвиватися в кризових ситуаціях. Це максимальна реалізація успадкованих механізмів і резервів життєдіяльності людини, підтримання на високому рівні можливостей її адаптації до умов внутрішнього та зовнішнього середовища, а також формування серйозного ставлення до здоров'я як до найважливішої людської цінності.

Вторинна профілактика спрямована на раннє виявлення осіб групи ризику, містить діагностичний етап, тренінги особистісного зростання з елементами корекції окремих особистісних особливостей і форм поведінки, що передбачають формування та розвиток навичок роботи над собою. На вторинному рівні профілактики основна увага приділяється індивідуальному навчанню, консультуванню та психологічній корекції для усунення негативних наслідків адиктивної поведінки.

Вторинна профілактика передбачає: а) цілеспрямовані інформаційні кампанії; б) діагностику; в) надання засобів захисту та пояснення їхнього використання; г) методи психологічного впливу на конкретну людину; д) навчання психологів та осіб, які реалізують профілактичні програми.

Основними завданнями вторинної профілактики адиктивної поведінки військовослужбовців є такі:

– діагностування, виявлення та усунення причин і умов, що сприяють

формуванню залежної поведінки військовослужбовців;

– надання своєчасної соціально-психологічної підтримки військовослужбовцям, які перебувають у складних, ризиконебезпечних умовах, ситуаціях, життєвих обставинах;

– мотивування до зміни підходів у професійній діяльності та відмови від небезпечних та/або неправомірних поведінкових практик;

– відпрацювання умінь та навичок, які дозволять військовослужбовцю змінити руйнівну модель залежної поведінки;

– посилення підтримуючого психологічного середовища з числа керівництва підрозділів, особового складу, психологічних, соціальних служб.

Зміст вторинної профілактики адиктивної поведінки військовослужбовців має такі складові:

– засвоєння знань про чинники продуктивної відповідальної поведінки в професійній діяльності, ситуаціях ризику;

– формування навичок критичного, творчого мислення, аналізу дій при виконанні службових обов'язків, отриманих завдань в умовах мирного та воєнного часу;

– знання поведінкових наслідків, що можуть призвести до стану стресу та підвищених ризиків у професійній діяльності;

– знання про сутність нехімічних видів адикцій та прояв залежності від них;

– усвідомлення різних видів відповідальності за дії в стані афективної поведінки;

– усвідомлення інформації про негативний вплив поведінкових адикцій на фізичний, психологічний, соціальний та інтелектуальний стан військовослужбовця та його професійну діяльність.

Вторинна профілактика адиктивної поведінки має торкнутися всіх сфер життя військовослужбовця: сім'ї, служби, громадського життя загалом. Для будь-якого військовослужбовця значущими чинниками є емоційна стабільність і захищеність, взаємна довіра членів військового колективу. Адикт потребує помірного контролю його дій з тенденцією до розвитку самостійності та усвідомлення несення відповідальності за вчинені деструктивні дії. Велику роль може відігравати система психологічної та

соціальної підтримки військовослужбовців, що забезпечує допомогу в становленні, у здоровому задоволенні потреб, належному здійсненні професійної діяльності.

Третинна профілактика

військовослужбовців охоплює, головним чином, соціальну та професійно-діяльнісну реабілітацію неодноразових поведінкових рецидивів і безуспішного лікування та містить такі реабілітаційні складові:

- соціальну (зменшення шкоди, яку завдає особі, сім'ї, соціальній групі, суспільству, професійній діяльності існує негативне явище, формування впевненості у власній соціальній і спеціалізованій придатності);

- службову, трудову (можливість відновлення професійних навичок);

- психологічну (відновлення поведінкової активності особистості в роботі (службі) за обраною спеціальністю, мотивування осіб до зміни способу життя, девіантної поведінки, попередження рецидивів адиктивної поведінки в осіб, які її подолали);

- медичну (відновлення функцій органів і систем).

Третинний рівень профілактики поєднує в собі когнітивні та поведінкові втручання, які забезпечують професійну та соціальну реінтеграцію адиктів. Когнітивно-поведінкова терапія є найбільш прийнятною формою терапії та сприяє наданню адиктові інструментів і методів, які дають йому змогу "повернути собі контроль" над своїм життям і діяльністю.

Метод когнітивно-поведінкової терапії передбачає зосередження основної уваги на поведінці адикта й тому, що з нею можна зробити, а не тому, чому вона виникла. Частково йдеться про вивчення методів самоконтролю та програмування різних моделей поведінки. Досить ефективними є також короткострокові когнітивно-поведінкові групові інтервенції.

Основним змістом третинної профілактики військовослужбовців є соціально-психологічна, медична підтримка, психологічний супровід, корекція особистісного, соціального, професійного розвитку, подолання негативізму, підвищеної

тривожності, депресивних станів, емоційної напруги, стресів.

В якості підсумку наведемо алгоритм дій, що має бути дотриманий під час реалізації профілактики адиктивної поведінки військовослужбовців незалежно від її виду: діагностика, дослідження причин та факторів проблеми; організація взаємодії суб'єктів профілактики у подоланні проблеми; планування діяльності, організаційна та методична підготовка; вплив на особистість, досягнення стану, щоб суб'єкт профілактичного впливу сам виступив суб'єктом профілактики; вплив на проблемне середовище; моніторинг проблеми, аналіз ефективності профілактичних заходів; коригування (за потребою) профілактичного впливу.

Висновки та перспективи подальших досліджень.

1. Проблема профілактики адиктивної поведінки військовослужбовців, її впливу на військово-професійну діяльність (депрофесіоналізацію) в контексті процесу трансформації особистості у роботах науковців висвітлені недостатньо.

2. Адиктивна поведінка є показником професійної деформації особистості, що виникає під впливом зовнішніх і внутрішніх чинників у процесі професійної діяльності, та свідчить, що людина втрачає професійні навички, неналежним чином виконує покладені на неї функції, тобто відбувається процес її депрофесіоналізації.

3. Розглянуто основні стратегії (моделі) побудови профілактики, підходи до вибору профілактичних технологій. Визначені координатні принципи профілактичної роботи, обґрунтовані загальні підходи щодо видів профілактики залежностей. Результати дослідження можуть бути застосовані в практичній діяльності психологів.

Основні напрями подальших досліджень: пошук та запровадження оптимальних методик профілактики адиктивної поведінки як чинника зниження ризиків депрофесіоналізації військовослужбовців на засадах загальної теорії трансформації систем і новітніх досягнень психологічної науки з використанням інструментів штучного інтелекту.

Список використаних джерел

1. Безпалько О.В. (2009) Соціальна педагогіка: схеми, таблиці, коментарі: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Київ: Центр учбової літератури.
2. Великий В.М. (2019) Сутність і профілактика залежності від азартних ігор // *Соціальна робота в Україні: теорія і практика*. № 5.
3. Журавель Т.В. (2013) Соціальна профілактика як напрям соціально-педагогічної діяльності // *Соціальна педагогіка: навч. посібник* / За заг. ред. О.В. Безпалько К.: Академвидав.
4. Лютий В.П. (2012) Профілактика соціально-прийнятних видів адиктивної поведінки підлітків та молоді // *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді: Збірник наукових праць*. Вип. 16, книга 2. Кам'янець-Подільський: Видавець: ПП Зволейко.
5. Мороз В.М. (2023) Аналіз поглядів на проблему ургентної адикції та ургентної поведінки в сучасній психології // *Вісник Національного університету оборони України*. № 5(75). DOI: 10.33099/2617-6858-2023-75-5-78-86.
6. Про затвердження Державного стандарту соціальної послуги профілактики: Наказ Міністерства соціальної політики України від 10.09.2015 № 912. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1155-15#Text>
7. Приходько І.І., Байда М.С. (2018) Теоретичні аспекти адиктивної поведінки військовослужбовців // *Честь і закон*. № 3 (66).
8. Профілактика відхильної поведінки у військовослужбовців: навчально-методичний посібник (2017) / А.М. Романишин, Т.М. Мацевко та ін. Львів: НАСВ.
9. Пушкар В.А. (2010) Психологія адиктивної поведінки: Методичні рекомендації до курсу "Психологія адиктивної поведінки" для студентів IV курсу спеціальності "Психологія". Чернівці: Чернівецький національний педагогічний університет імені Т.Г.Шевченка.
10. Савельєва Н.М. (2016) Соціальна профілактика девіантної поведінки: курс лекцій з презентацією: навч. посіб. [для студ. і магістр. спец-тей «Соц. робота» і «Соц. педагогіка»]. Полтава: ПНПУ.
11. Соціальна педагогіка: підручник (2003) / За ред. А.Й. Капської. Київ: Центр навчальної літератури.
12. American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-5)*. Arlington, VA: American Psychiatric Publishing, 2013.
13. Chaos and Confusion in Diagnosing the Gaming Disorder of Internet Games in DSM-5 (2017): Problems, and Recommendations for Clarity in this Field / D.J. Kuss et al. *Journal of Behavioral Dependencies*. № 6.
14. Karasek R., Theorell T. (1990). *Healthy work. Stress, productivity and the reconstruction of working life*. New York: Basic Books, Inc.
15. Prikhodko Yu.I. (2022). Fundamentals of theory and methodology for the study of the transformation of systems of various origins // *Journal of Scientific Papers "Social Development and Security"*, Vol. 12, No. 1.
16. Thomas A. Wright R. Cropanzano (2000). *The Role of Organizational Behavior in Occupational Health Psychology: A View as We Approach the Millennium*. 5(1).

References

1. Bezpalko O.V. (2019). *Sotsialna pedahohika: skhemy, tablytsi, komentari* [Social pedagogy: diagrams, tables, comments]: navchalnyi posibnyk dlia studentiv vyshchych navchalnykh zakladiv. Kyiv : Tsentru uchbovoi literatury (in Ukrainian).
2. Velykyi V.M. (2019). *Sutnist i profilaktyka zalezhnosti vid azartnykh ihor* [The nature and prevention of gambling addiction] // *Sotsialna robota v Ukraini: teoriia i praktyka*. № 5. (in Ukrainian).
3. Zhuravel T.V. (2013). *Sotsialna profilaktyka yak napriam sotsialno-pedahohichnoi diialnosti* [Social prevention as a direction of social and pedagogical activity] // *Sotsialna pedahohika : navch. posibnyk / Za zah. red. O.V. Bezpalko : K. Akademvydav* (in Ukrainian).
4. Liutyi V.P. (2012). *Profilaktyka sotsialno-pryiniatnykh vydiv adyktivnoi povedinky pidlitkiv ta molodi* [Prevention of socially acceptable types of addictive behavior among adolescents and young people] // *Teoretyko-metodychni problemy vykhovannia ditei ta uchnivskoi molodi: Zbirnyk naukovykh prats*. Vyp. 16, knyha 2. Kamianets-Podilskyi: Vydavets PP Zvoleiko (in Ukrainian).
5. Moroz V.M. (2023). *Analiz pohliadiv na problemu urhentnoi adyksii ta urhentnoi povedinky v suchasni psykhologii* [Analysis of views on the problem of urgent addiction and urgent behavior in modern psychology] // *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*. № 5(75). DOI: 10.33099/2617-6858-2023-75-5-78-86. (in Ukrainian).
6. *Pro zatverdzhennia Derzhavnogo standartu sotsialnoi posluhy profilaktyky*: Nakaz Ministerstva sotsialnoi polityky Ukrainy vid 10.09.2015 № 912. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1155-15#Text> (in Ukrainian).
7. Prykhodko I.I., Baida M.S.. (2018). *Teoretychni aspekty adyktivnoi povedinky viiskovosluzhbovtziv* [Theoretical aspects of addictive behavior of military personnel] // *Chest i zakon*. № 3 (66). (in Ukrainian).
8. *Profilaktyka vidkhylnoi povedinky u viiskovosluzhbovtziv* [Prevention of deviant behavior in military personnel] : navchalno-metodychnyi posibnyk (2017) / A.M. Romanyshyn, T.M. Matsevko ta in. Lviv: NASV (in Ukrainian).

9. Pushkar V.A. (2010). *Psykhologhiia adyktivnoi povedinky* [Psychology of addictive behavior]: *Metodychni rekomendatsii do kursu "Psykhologhiia adyktivnoi povedinky" dlia studentiv IV kursu spetsialnosti "Psykhologhiia"*. Chernihiv: Chernihivskyi natsionalnyi pedahohichnyi universytet imeni T.H.Shevchenka (in Ukrainian).
10. Saveliieva N.M. (2016). *Sotsialna profilaktyka deviantnoi povedinky* [Social prevention of deviant behavior] : kurs lektsii z prezentatsiieiu: navch. posib. [dlia stud. i mahistr. spets-tei «Sots. robota» i «Sots. pedahohika»] Poltava: PNPU. (in Ukrainian).
11. *Sotsialna pedahohika* [Social pedagogy] : pidruchnyk (2003) / Za red. A.I. Kapskoi. Kyiv: Tsentr navchalnoi literatury. (in Ukrainian).
12. American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-5). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
13. Chaos and Confusion in Diagnosing the Gaming Disorder of Internet Games in DSM-5 (2017): Problems, and Recommendations for Clarity in this Field / D.J. Kuss et al. *Journal of Behavioral Dependencies*. № 6.
14. Karasek R., Theorell T. (1990). *Healthy work. Stress, productivity and the reconstruction of working life*. New York: Basic Books, Inc.
15. Prihodko Yu.I. (2022). Fundamentals of theory and methodology for the study of the transformation of systems of various origins // *Journal of Scientific Papers "Social Development and Security*, Vol. 12, No. 1.
16. Thomas A. Wright R. Cropanzano (2000). *The Role of Organizational Behavior in Occupational Health Psychology: A View as We Approach the Millennium*. 5(1).

Summary

PREVENTION OF ADDICTIVE BEHAVIOR AS A FACTOR IN REDUCING THE RISKS OF DEPROFESSIONALIZATION OF MILITARY PERSONNEL: GENERAL APPROACHES

Moroz V. Scientific-Research Center for Humanitarian problems of the Armed Forces of Ukraine

Introduction. *The problem of prevention of addictive behavior of servicemen, its impact on military professional activity (deprofessionalization) in the context of the current universal (personality-selective) intervention and internal (individual) nature as a process of personality transformation is not sufficiently covered in the works of scientists, which actualizes the importance of its further study on the basis of the general theory of transformation of systems of different origins.*

Purpose. *The purpose of the article is to substantiate general approaches to the prevention of addictive behavior as a factor in the deprofessionalization of military personnel.*

Methods: *system of general scientific research methods: analysis of scientific research on the problems of addictive behavior; prevention of behavioral addictions - to update and generalize theoretical positions and practical results of domestic and foreign scientists on the main strategies (models) for building prevention of addictive behavior; a systematic approach - to determine the coordination principles of prevention work, substantiation of general approaches to the types of prevention of addictions of servicemen as factors of their deprofessionalization.*

Originality. *The problem of studying addictive behavior; deprofessionalization of specialists, prevention of addictive behavior of military personnel as a factor in their deprofessionalization, the main strategies for building prevention, approaches to the choice of prevention technologies are considered. The coordination principles of prevention work are defined for the first time. The general approaches to the types of addiction prevention (primary, secondary, tertiary), their essence and peculiarities of application are substantiated.*

Conclusion. *Addictive behavior is an indicator of professional deformation of the personality that occurs under the influence of professional activity) and indicates that a person loses professional skills in the process of activity, improperly performs the functions assigned to him/her; i.e., the process of deprofessionalization takes place. The problem of prevention of addictive behavior of servicemen, its impact on military professional activity (deprofessionalization) in the context of the process of personality transformation is not sufficiently covered in the works of scientists. The principles of preventive work are defined, general approaches to the types of addiction prevention are substantiated. The results of the study can be applied in the practical work of psychologists.*

The main directions for further research are: search and implementation of optimal methods of preventing addictive behavior as a factor of deprofessionalization of military personnel based on the general theory of systems transformation and the latest achievements of psychological science using artificial intelligence.

Key words: *addictive behavior; deprofessionalization; military personnel; prevention; principles; technologies.*

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 01.03.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 07.04.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

СТИЛЬ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЯК ЧИННИК УСПІШНОСТІ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО НАВЧАННЯ У ЗВО

*Мороз Л. І. докторка психологічних наук,
професорка, професорка кафедри психології,
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини
<https://orcid.org/0000-0003-2840-6689>*

Когнітивний стиль діяльності є стійкою особистісною характеристикою, що дозволяє прогнозувати успішність професійного навчання студентів і подальшої їхньої діяльності як фахівця. Структура стилів інтелектуальної діяльності студентів під час навчання у ЗВО є характеристикою динамічною (за рахунок перетворення до закінчення навчання у ЗВО «дискорданного» стилю інтелектуальної діяльності (тип F) на оптимальніші стилі), багато у чому обумовленою формуванням у перебігу навчально-виховного процесу у ЗВО професійно важливих якостей, необхідних майбутньому фахівцеві. Однак, у досліджуваних п'яти когнітивних стилях інтелектуальної діяльності (умовні типи А, В, С, D і E) простежується тенденція до їхньої стійкості в процесі навчання.

Ключові слова: когнітивний стиль діяльності; успішність професійного навчання; студенти; стилі інтелектуальної діяльності; стійкість; процес навчання.

Вступ. Одним з основних чинників, що впливають на успіх професійного навчання та подальшої професійної діяльності фахівця, є стиль діяльності, що формується або вже сформований, який містить повний перелік індивідуально-психологічних особливостей особистості. Стиль діяльності, якому надається перевага, дозволяє особистості ефективно адаптуватися до певних умов життєдіяльності. Прояв стилю діяльності різноманітний і знаходить своє відображення у способах дії, прийомах організації психічної діяльності та особливостях реакцій і психічних процесів. Ця стійка система як сукупність найефективніших прийомів і способів організації людиною власної діяльності та поведінки має адаптивну функцію (Кокун, 2004).

Теоретичне підґрунтя. На думку деяких дослідників (Бондар С.І., 2000 та ін.), найпростішим та найінформативнішим методом оцінювання індивідуального стилю діяльності людини є врахування когнітивних стилів. Когнітивні стилі - це індивідуально-своєрідні способи перероблення інформації про власне оточення, що суттєво впливають на особливості перебігу індивідуальних адаптаційних процесів до різних видів діяльності (у т. ч. і навчальної). Особливу

увагу на вивчення особливостей адаптації до умов навчання слід приділяти у ЗВО з неструктурованим типом діяльності, де висувуються підвищені вимоги до інтелектуальних якостей та особистісних властивостей кандидата і майбутнього фахівця (Гармаш Л., Коцур Н., 2009; Дідух М.М., 2019; Перетятко В., 2023; Спіріна Т.П., Зарюгіна Ю.Є., 2014).

Відмінна риса емпіричного підходу полягає у тому, що деякими авторами зроблено акцент на адаптивній функції стилю, у структурі якого виокремлено два компоненти: психофізіологічний і психологічний. Природничо-науковий підхід - третій етап розвитку досліджень індивідуального стилю діяльності (Гарднер Г., 2004; Witkin, Herman A. et al., 1977). Цей підхід дозволяє вважати, що стиль діяльності характеризує багато комбінацій різних дій. При цьому ці комбінації виконуються людьми однаковиими способами, що дозволяє об'єднати цю популяцію в єдину категорію за стильовими особливостями діяльності.

При зіставленні прийнятих у психології понять «когнітивний стиль» та «індивідуальний стиль діяльності» людини перший може розглядатися як більш вузьке поняття порівняно з індивідуальним стилем діяльності. Аналіз основних категорій

когнітивного стилю та індивідуального стилю діяльності, ухвалених у психології, засвідчив, що вони не є рядоположними і що перша перебуває у відношенні супідрядності до другої.

У психології було розроблено типологію стилів інтелектуальної діяльності (СІД). На сьогодні виокремлюють шість умовних типів: А («креативний»), В («популяційний»), С («дефіцитний»), D («продуктивний»), Е («ригідний»), F («дискорданний»). Стили виокремлювали на основі результатів, отриманих за батареєю психофізіологічних тестів, спрямованих на вивчення наявності та вираженості пізнавальних здібностей індивіда (пам'яті, уваги, мислення тощо). Досліджуваними перемінними були: продуктивність (темپ сприйняття і перероблення інформації), ефективність (раціональний компонент

інтелектуальної діяльності, тобто здатність за обмежений час знаходити єдиний правильний варіант розв'язання задачі) і надійність (співвідношення двох попередніх перемінних) виконання методик.

Мета статті – презентація результатів вивчення психологічних особливостей студентів з різними стилями інтелектуальної діяльності та оцінка їхньої значущості для успішності адаптації до умов навчання у ЗВО.

Методи дослідження – експертне опитування, тестування, методи математичної статистики.

Результати та обговорення. Відповідно до мети та завдань дослідження було обстежено 160 осіб. У табл. 1 зазначено психологічні та соціально-психологічні методики, які використовувалися під час обстеження.

Таблиця 1

Методики, що використовуються під час дослідження

Назва методики	Призначення
<i>Методики психологічного та психофізіологічного обстеження</i>	
«КР-3-85» (М.Решетников, 1989)	Вивчення пізнавальних психічних функцій - рівня загального інтелектуального розвитку (ЗІР)
Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (БОО) (О.Маклаков, 2002)	Вивчення адаптаційних можливостей індивіда на основі оцінки деяких психофізіологічних і соціально-психологічних характеристик особистості.
Стандартизований багатофакторний метод дослідження особистості (СБДО) (Л.Собчик, 2000)	Вивчення особистісних особливостей, побудови «профілю» особистості
<i>Методики соціально-психологічного дослідження</i>	
Експертні оцінки студентів в процесі навчання	Успішність професійного навчання (УПН), дисципліна (Д), якість виконання обов'язків (О), дії у стресових ситуаціях (ДСС), професійна спрямованість (ПС), авторитет у студентському колективі (А)
Катамнестичний аналіз, що дозволяє зіставити дані професійного психологічного добору та експертні оцінки успішності професійної діяльності фахівців	Через 5 років після закінчення студентами ЗВО було здійснено експертне оцінювання рівня професіоналізму, професійної спрямованості та якості виконання обов'язків фахівців

Результати, отримані під час експериментального дослідження, було піддано математико-статистичному опрацюванню за допомогою методів частотного, порівняльного (t-критерій Стюдента, χ^2 -критерій Пірсона) і кореляційного (r-коефіцієнт лінійної кореляції Пірсона) аналізу. Обчислювали такі значення і параметри одновимірних

статистик: середнє арифметичне, дисперсія і стандартне відхилення, середня помилка.

Досліджували частоту зустрічальності когнітивних стилів у досліджуваних вибірках юнаків та інок, які вступають до ЗВО. Більшість тих, хто вступає до ЗВО незалежно від статі було віднесено до «популяційного» типу (умовний тип В) (табл. 2).

Частота зустрічальності стилів інтелектуальної діяльності в абітурієнтів (%)

Умовні стилі інтелектуальної діяльності	Група абітурієнтів ЗВО зі структурованим типом діяльності (ЗВО-1)		Група абітурієнтів до ЗВО з неструктурованим типом діяльності (ЗВО-2)	
	Юнаки (n=40)	Юнки (n=40)	Юнаки (n=40)	Юнки (n=40)
A (креативний)	9,5	11,8	14,3	1,5
B (популяційний)	42,9	29,4	33,2	29,4
C (дефіцитний)	19,1	31,8	15,1	20,1
D (продуктивний)	4,8	2,4	10,5	13,9
E (ригідний)	4,8	7,1	1,4	3,1
F (дискордантний)	20,2	18,8	25,4	31,7

Однак юнкам, порівняно з юнаками, більшою мірою притаманний «дефіцитний» (тип C) і «ригідний» (тип E) СІД. Ці умовні типи СІД характеризуються нижчим темпом мислення і відповідно схильністю до повільного темпу виконання діяльності, але надійного при монотонії. Водночас юнаків, найчастіше, відрізняє наявність СІД «продуктивний» (тип D). Такий розподіл

умовних типів СІД у групах юнаків та юнок, можливо, пов'язаний з особливостями виховання юнаків та юнок. Частота зустрічальності СІД у юнок, які вступають до ЗВО із неструктурованим типом діяльності, багато у чому відрізняється від аналогічних показників порівняно із юнками, які вступають до ЗВО зі структурованим типом діяльності (рис. 1).

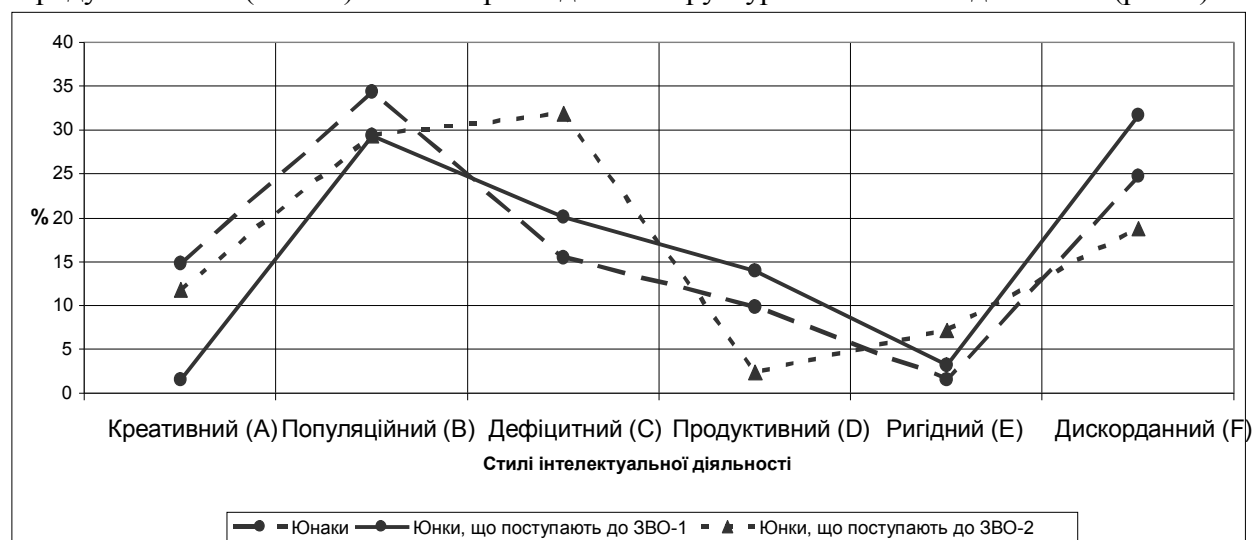


Рис. 1. Частота зустрічальності стилів інтелектуальної діяльності у групах юнаків та юнок

Це може свідчити про наявність у таких дівчат психологічних характеристик, що формувалися в умовах виховання, характерних більшою мірою для юнаків, що може бути зумовлено ціннісними орієнтаціями та мотиваційними установками у представниць цієї вибірки. Частота зустрічальності «дискордантного» (F) СІД є однаковою у вибірках юнаків та юнок. Вона сягає 25-31,7% випадків, що може свідчити про незавершений віковий процес формування когнітивних стилів.

Найуспішнішими в процесі вступу до

ЗВО з підготовки фахівців із неструктурованим типом діяльності виявилися кандидати із «креативним» (A) і «популяційним» (B) стилями інтелектуальної діяльності (до 58%) (рис. 2, вступ. - абітурієнти, зараховані до ЗВО; не вступили - абітурієнти, які пройшли ППД, але не вступили до ЗВО у зв'язку із невдалим складанням предметних іспитів; ППД4 - абітурієнти, віднесені до 4 категорії професійно-психологічного добору = професійно непридатні).

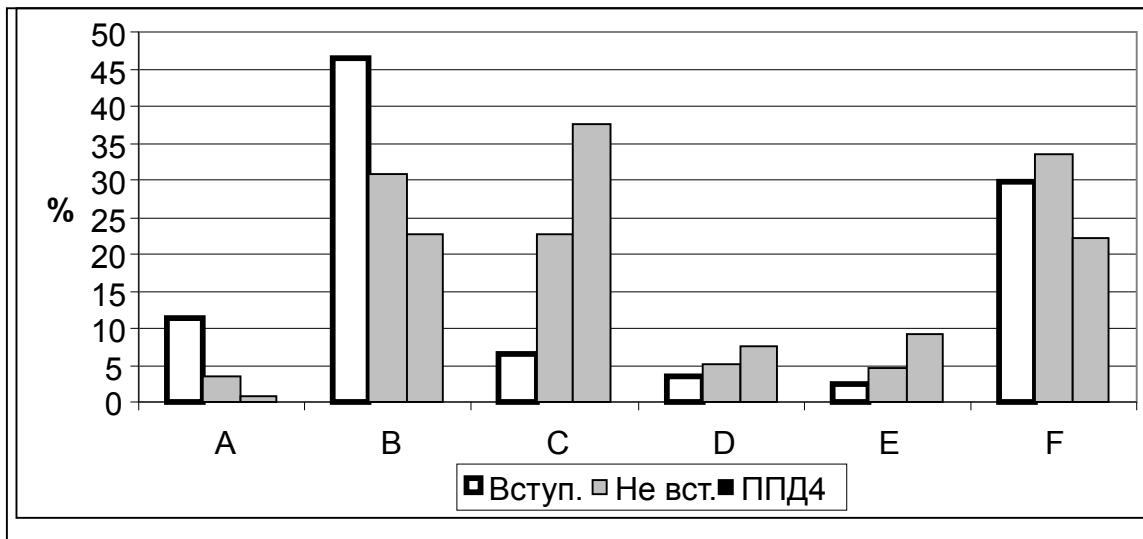


Рис. 2. Частота зустрічальності стилів інтелектуальної діяльності в абітурієнтів на навчання у ЗВО (у %)

Серед тих, хто вступив, до 58% кандидатів було віднесено до умовних типів А і В (від загальної кількості абітурієнтів, які вступили до ЗВО). Найменш успішними в аспекті вступу до ЗВО виявилися абітурієнти із «дефіцитним» (тип С), «ригідним» (тип Е), «продуктивним» (тип D) СІД (2,6% - 3,5% відповідно, від загальної вибірки абітурієнтів). Найбільш неуспішними в процесі вступу до ЗВО є абітурієнти «дефіцитного» (С) СІД: процедури ППД не пройшли 37,7%, надалі не склали предметні іспити 22,6%, а вступили лише 6,4% від загальної кількості осіб зазначеного когнітивного стилю.

Виявлено, що у досліджуваних вибірках абітурієнтів до 29,5% обстежених осіб виявилися із «дискордантним» стилем інтелектуальної діяльності (умовний тип F). Надалі відмічається зменшення кількості осіб із цим стилем і перетворення його під впливом навчально-виховного процесу у ЗВО на більш оптимальні СІД: «креативний», «популяційний» і «ригідний». Однак, у решти п'яти досліджуваних когнітивних стилів діяльності простежується тенденція до їхньої стійкості в процесі навчання. У

більшій частині студентів до кінця навчання у ЗВО властивий стиль інтелектуальної діяльності був збережений.

Вивчення успішності професійної адаптації студентів із різними стилями інтелектуальної діяльності на початковому етапі навчання у ЗВО (за даними експертних оцінок) показало, що найуспішнішими у навчанні та професійній адаптації є студенти «креативного» та «популяційного» СІД (табл. 3). Крім того, вищий рівень професійного навчання (РПН) у цієї категорії осіб зберігається і на завершальному етапі навчання.

Студенти «дефіцитного» і «продуктивного» СІД є менш успішними у навчанні. Їм важче, ніж іншим, пристосуватися до умов професійного навчання, що пояснюється наявністю особистісних особливостей. Для них характерною є наявність затяжної професійної адаптації.

Під час навчання у ЗВО найбільшу кількість відрахованих студентів становили особи із «креативним», «дефіцитним» і «продуктивним» СІД. Представники «популяційного» та «ригідного» СІД становили найменший відсоток відрахованих студентів (рис. 3).

Порівняння середніх значень експертних оцінок різних когнітивних стилів

Експертні оцінки	Умовні стилі інтелектуальної діяльності					P
	A (M $\pm$ m)	B (M $\pm$ m)	C (M $\pm$ m)	D (M $\pm$ m)	E (M $\pm$ m)	
РПН	3,75 $\pm$ 0,13		3,1 $\pm$ 0,19			< 0.001
О	3,72 $\pm$ 0,10		3,25 $\pm$ 0,17			< 0.01
РПН	3,75 $\pm$ 0,13			2,90 $\pm$ 0,21		< 0.001
РПН		3,62 $\pm$ 0,07	3,1 $\pm$ 0,19			< 0.01
О		3,60 $\pm$ 0,06	3,25 $\pm$ 0,17			< 0.05
РПН		3,62 $\pm$ 0,07		2,90 $\pm$ 0,21		< 0.001
ДСС		3,51 $\pm$ 0,05			3,13 $\pm$ 0,22	< 0.05
ДСС				3,64 $\pm$ 0,15	3,13 $\pm$ 0,22	< 0.05

Примітка: УПО - успішність професійного навчання, О - якість виконання обов'язків, ДСС - дії в стресових ситуаціях

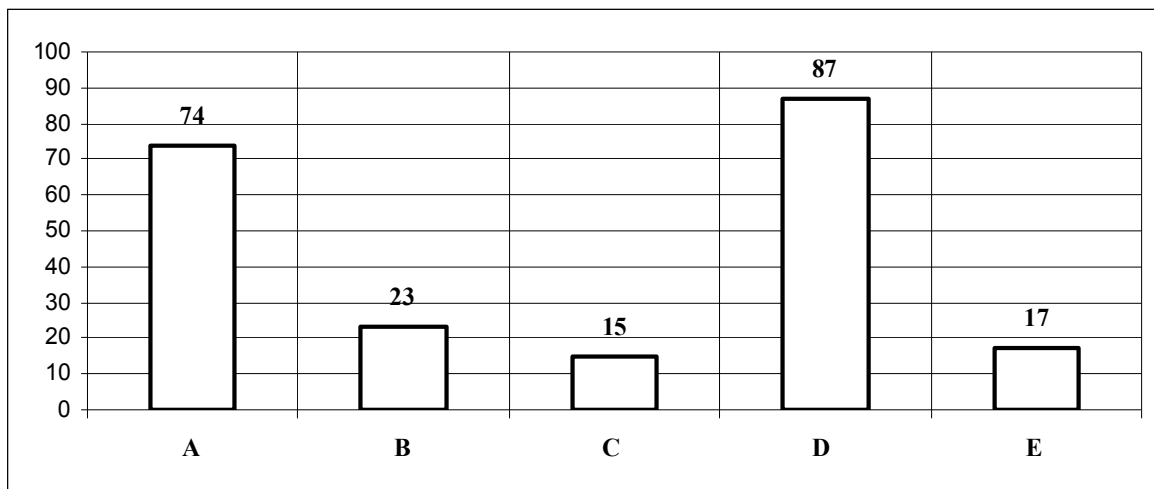


Рис. 3. Частота зустрічальності стилів інтелектуальної діяльності у студентів, відрахованих під час навчання у ЗВО (у %)

Основною причиною відретування студентів із «креативним» СІД стала негативна професійна спрямованість і небажання продовжувати навчання у ЗВО.

Представники «продуктивного» (D) когнітивного стилю частіше за інших відретувані з причин «недисциплінованості» та через хворобу. Відсоток відретування через хворобу у цього типу у 2-6 разів є вищим, ніж в інших, що свідчить про зтяжний період професійної адаптації, який багато у чому визначається особистісними особливостями студентів типу D.

Особи із «дефіцитним» (тип C) СІД здебільшого було відретувано через

академічну неуспішність і недисциплінованість, що багато у чому пояснюється особливостями організації у них пізнавальних психічних процесів, які не сприяють ефективному засвоєнню навчальної інформації.

Під час вивчення ефективності професійної діяльності випускників ЗВО різних стилів інтелектуальної діяльності як спеціалістів встановлено, що найуспішнішими у професійній діяльності є представники «популяційного» (тип B) і «ригідного» (тип E) когнітивного стилю, позаяк показники за оцінками їхніх керівників (експертні оцінки) у таких осіб є достовірно вищими, ніж у решти (рис. 4).

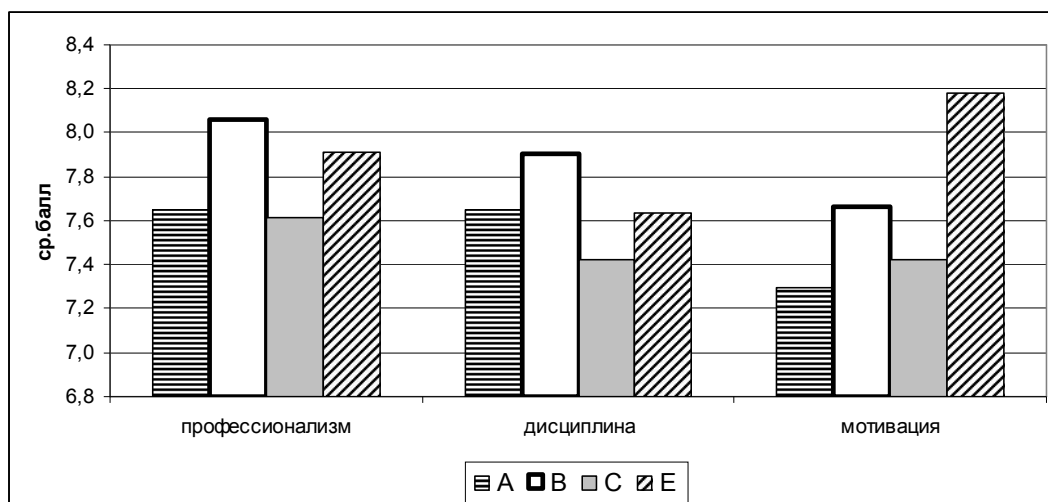


Рис. 4. Показники експертних оцінок випускників із різними стилями інтелектуальної діяльності (у балах)

Фахівці умовного типу А недостатньо успішні у діяльності на первинних посадах, зорієнтовані на звільнення з роботи, проте вельми успішні на наукових і викладацьких посадах, де їхній високий інтелектуальний потенціал знаходить свою затребуваність.

Невисокими показниками за усіма досліджуваними критеріями вирізняються представники «дефіцитного» (С) СІД. Це може свідчити про меншу ймовірність досягнення подальших успіхів у професійній діяльності.

Найбільш гармонійними особистісними особливостями володіють студенти із «популяційним» СІД (тип В), оскільки середні значення за усіма шкалами перебувають у діапазоні 50-65Т балів. У представників «креативного» когнітивного стилю (тип А) порівняно із «популяційним» (В) СІД, за $p < 0,05$, спостерігалось підвищення за шкалою «емоційної лабільності» (шкали Ну, СБДО). Відомо, що студенти із «креативним» СІД, здебільшого, володіють високим рівнем інтелектуального розвитку і з часто неадекватно завищеною самооцінкою.

Студенти із «дефіцитним» СІД (тип С) більше за інших схильні до прояву різних акцентуацій. Вони є менш товаришескими (Si, СБДО), більш замкнутими та схильними до стресогенного впливу (D, СБДО), фіксованими на зовнішніх і внутрішніх проблемах (Pa, СБДО), що може ускладнювати процес подальшої професійної адаптації. Крім того, нові умови

життєдіяльності не дозволяють деяким представникам типу С працювати у комфортному для такого типу людей режимі, що може призвести до гіпостенізації та наростання тривожності (середнє значення за шкалою Pt вище, ніж у студентів із «популяційним» СІД).

Представники із «продуктивним» СІД (тип D) вирізнялися ознаками нестійкості інтересів та уподобань, емоційної нестійкості (Ну, СБДО), імпульсивності (Pd, СБДО), емоційної напруженості у разі труднощів в адаптації, акумуляції афектів із подальшою розрядкою.

Достатньо гармонійними є профілі студентів із «ригідним» СІД (тип Е). Однак, особам типу Е більш властива пасивність особистісної позиції, сентиментальність, чутливість і вразливість (Mf, СБДО за $p < 0,05$). У студентів із «ригідним» когнітивним стилем помітніше проявляються чуйність, м'якість, емпатійність. Крім того, для них характерною є рефлексивність «застрагуючого типу» (D, СБДО за $p < 0,05$), що безпосередньо ускладнює процес професійної адаптації.

Під час проведення порівняльного аналізу особистісних адаптаційних здібностей представників різних стилів інтелектуальної діяльності встановлено, що соціально-психологічна адаптація у студентів із «креативним» СІД відбувається легше та успішніше, ніж у представників інших когнітивних стилів (табл. 4).

Показники шкал Багатовимірного особистісного опитувальника у студентів із різними стилями інтелектуальної діяльності

Шкали БОО	Середнє значення (бали) і стандартна помилка		Р
	А («креативний»)	В («популяційний»)	
Поведінкова регуляція (ПР)	5,31±0,67	8,36±0,51	< 0,001
Комунікативний потенціал (КП)	5,56±0,40	7,31±0,30	< 0,001
Моральна нормативність (МН)	3,97±0,48	5,90±0,27	< 0,001
Особистісний адаптивний потенціал (ОАП)	14,83±1,30	21,58±0,89	< 0,001
	В («популяційний»)	С («дефіцитний»)	
Поведінкова регуляція (ПР)	8,36±0,51	13,00±1,80	< 0,01
Особистісний адаптивний потенціал (ОАП)	21,58±0,89	29,10±3,08	< 0,01
	В («популяційний»)	Д («продуктивний»)	
Комунікативний потенціал (КП)	7,31±0,30	9,55±0,95	< 0,05
Моральна нормативність (МН)	5,90±0,27	8,55±0,71	< 0,01
Особистісний адаптивний потенціал (ОАП)	21,58±0,89	29,90±2,69	< 0,01
	С («дефіцитний»)	Е («ригідний»)	
Поведінкова регуляція (ПР)	13±1,80	7,88±2,12	< 0,05
Особистісний адаптивний потенціал (ОАП)	29,1±3,08	21,25±2,73	< 0,05

Найбільших труднощів у соціально-психологічній адаптації зазнають особи із «дефіцитним» СІД (тип С). Вищі показники за шкалами ПР і ОАП ($p < 0,01$) можуть свідчити про їхню більшу психічну нестійкість. Студенти із «дефіцитним» СІД (тип С) є більш схильними до нервово-психічних зривів, менш адекватними в самооцінці з огляду на наявність особистісних особливостей та особливостей психічної діяльності («нав'язаний» темп навчання в ЗВО призводить до сильного емоційного напруження).

В осіб із «продуктивним» стилем інтелектуальної діяльності соціальна адаптація проходить важче, ніж в осіб умовних типів А і В, але легше, ніж у представників умовного типу С. Для студентів із цим когнітивним стилем характерним є ігнорування інструкцій, повчань і вимог, що підтвердилося нижчим рівнем МН ($p < 0,01$) (табл. 3). У зв'язку з тим, що для представників типу Д більше за інших є характерними переважаючі реакції психотичного характеру (Pd, Hy, СБДО), схильність до афектів із подальшою

розрядкою, можна припустити, що їм складніше встановлювати контакти у новому колективі, ніж особам типу В (КП, методика БОО, при $p < 0,05$).

Представники «ригідного» СІД є психічно стійкішими за «дефіцитний», оскільки володіють такими якостями, як наполегливість, посидючість, ригідність, що дає змогу стримувати емоції, успішніше контролювати власну поведінку (ПР, ОАП, методика БОО, за $p < 0,05$). Крім того, осіб із цим СІД вирізняє висока толерантність до монотонії, що також може свідчити про стриманість і більшу врівноваженість.

Розроблено рекомендації щодо врахування стилів інтелектуальної діяльності студентів при організації навчального процесу у ЗВО (рис. 5).

Із врахуванням віднесення осіб до того чи іншого СІД фахівцями, які проводять професійне консультування (1 етап), можуть бути проведені роз'яснювальні бесіди щодо можливих труднощів адаптації до подальшої професійної та навчальної діяльності, що можуть виникнути в абітурієнтів певних типів на етапах вступу та навчання до ЗВО.

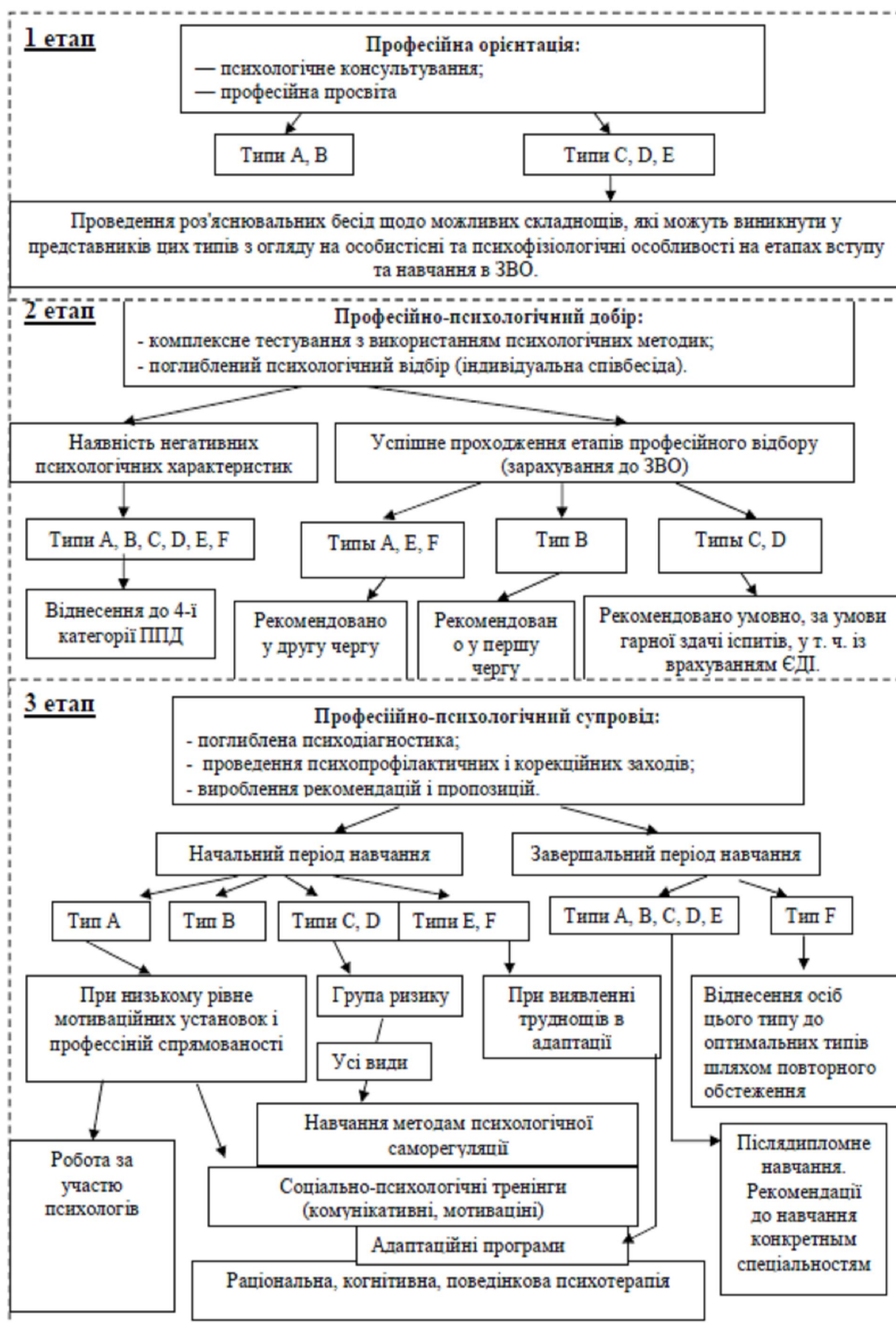


Рисунок 5. Рекомендації щодо врахування стилів інтелектуальної діяльності студентів при організації навчального процесу у ЗВО

На етапі власне професійного психологічного добору за рівних умов (успішного) проходження професійного добору (віднесення до певної категорії професійної придатності) особи із різними типами, що визначають СІД, можуть бути більшою чи меншою мірою рекомендовані до зарахування до ЗВО.

Заходів психологічної корекції (на 3-му етапі) потребують насамперед студенти, які мають недостатній рівень розвитку адаптаційних здібностей (студенти із «дефіцитним» і «продуктивним» СІД), а також студенти з ознаками зниження професійної мотивації та спрямованості в процесі навчання у ЗВО (студенти із «креативним» СІД). Представників із «дефіцитним» і «продуктивним» СІД слід віднести до особливої групи студентів (групи ризику), оскільки вони більше за інших схильні до проявів дезадаптаційних порушень.

Використовуючи психологічні та психофізіологічні особливості осіб із різними СІД можна підготувати більш інформативні та якісні рекомендації на навчання за конкретними спеціальностями.

Висновки. Когнітивний стиль діяльності є стійкою особистісною характеристикою, що дозволяє прогнозувати успішність професійного навчання студентів і подальшої їхньої діяльності як фахівця. Найоптимальнішими для навчання у ЗВО є студенти із «креативним», «популяційним» та «ригідним» СІД. Однак, незважаючи на успішність професійного навчання, студенти із «креативним» стилем інтелектуальної діяльності вирізняються нижчим рівнем професійної спрямованості, що часто є основною причиною їхнього відрахування із ЗВО. Найменш успішними у сфері професійного навчання є студенти із «дефіцитним» і «продуктивним» стилями інтелектуальної діяльності.

Студенти із «креативним» і «популяційним» СІД володіють найгармонійнішими особистісними особливостями, що сприяють найоптимальнішій професійній адаптації до умов навчання у ЗВО. Студенти із «дефіцитним» і «продуктивним» стилями інтелектуальної діяльності більш схильні до формування дезадаптаційних порушень, особливо на ранніх етапах навчання.

Існують певні стилі інтелектуальної діяльності, характерні для юнаків та юнок, які навчаються у ЗВО. Зокрема, у групі юнок, які навчаються у ЗВО, структура частоти зустрічальності стилів інтелектуальної діяльності близька до частоти зустрічальності у групі юнаків. Це багато у чому пояснюється особливостями розвитку і виховання цієї категорії юнок.

У студентів із «дискорданним» (перехідним) стилем у період навчання у ЗВО під впливом педагогічних і виховних заходів переважно до кінця навчання формуються переважно «креативний», «популяційний» і «ригідний» стилі інтелектуальної діяльності.

Найуспішнішими у навчанні та професійній адаптації є студенти із «креативним» (тип А) і «популяційним» (тип В) СІД. Однак, нарівні із високим рівнем професійного навчання та адаптації, студентів із «креативним» СІД вирізняє нестійка професійна спрямованість, що виявляється у високому відсотку відрахування студентів цього типу в процесі навчання через небажання продовжувати навчання у ЗВО та зниження мотивації до подальшої діяльності на завершальних етапах навчання. Менш успішними у сфері професійного навчання є студенти із «дефіцитним» (тип С) та «продуктивним» (тип D) когнітивними стилями. Для цієї категорії осіб більшою мірою характерною є затяжна професійна адаптація.

Найбільш гармонійними особистісними особливостями володіють студенти із «креативним» (тип А) і «популяційним» (тип В) СІД. Студенти із «дефіцитним» (тип С) і «продуктивним» (тип D) СІД більше за решту схильні до проявів акцентуацій характеру і, відповідно до цього, дезадаптаційних порушень під час навчання у ЗВО, що потребує проведення із такими студентами виховної роботи та заходів психологічної корекції в умовах ЗВО.

У юнок, які вступають до ЗВО, частота зустрічальності СІД є близькою до частоти зустрічальності стилів, характерних для юнаків. Однак, «дефіцитний» (тип С) і «ригідний» (тип Е) когнітивні стилі в юнок зустрічаються частіше, ніж у юнаків, що може бути пов'язано з особливостями їхнього виховання.

Структура стилів інтелектуальної діяльності студентів під час навчання у ЗВО є характеристикою динамічною (за рахунок перетворення до закінчення навчання у ЗВО «дискорданного» стилю інтелектуальної діяльності (тип F) на оптимальніші стилі), багато у чому обумовленою формуванням у перебігу навчально-виховного процесу у ЗВО професійно важливих якостей, необхідних майбутньому фахівцеві. Однак, у досліджуваних п'яти когнітивних стилях інтелектуальної діяльності (умовні типи А,

В, С, D і Е) простежується тенденція до їхньої стійкості в процесі навчання.

Найбільшою ефективністю в аспекті професійної діяльності вирізняються випускники ЗВО із «популярним» і «ригідним» стилями інтелектуальної діяльності. Представники цих когнітивних стилів мають найбільшу вираженість професійної спрямованості, високий рівень дисциплінованості та професіоналізму, порівняно із випускниками з іншими СІД.

Список використаних джерел

1. Бондар, С.І. (2000). Когнітивний стиль як індивідуальна стратегія переробки інформації особистістю. *Вісник Харківського Університету*, 498, серія «Психологія». Харків, 13-17.
2. Гарднер, Г. (2004). Множинні інтелекти. Теорія у практиці. Хрестоматія. К.: МегаТайп. 288 с.
3. Гармаш, Л., Коцур, Н. (2009). Шляхи оптимізації інтелектуального потенціалу студентів-першокурсників при адаптації до навчального процесу в ВНЗ. *Актуальні проблеми психології. Психологія навчання. Медична психологія*. Вип. 13. Т. 10.
4. Дідух, М.М. (2019). Проблеми й основні напрями адаптації студентів до умов навчання в закладах вищої освіти. *Юридична психологія*. Том 25, 2, 61-59. DOI: <https://doi.org/10.33270/03192502.61>
5. Кокун, О.М. (2004). Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: монографія. Київ: Міленіум. 265 с.
6. Перетятко, В. (2023). Рівень інтелектуального розвитку як складова дидактичної адаптації студента-першокурсника університету. *Педагогічні науки: теорія та практика*, 2, 223-226. <https://journalsofznu.zp.ua/index.php/pedagogics/article/view/3691>
7. Спіріна, Т.П., Зарюгіна, Ю.Є. (2014). Особливості адаптації студентів-першокурсників до умов навчання у вищому навчальному закладі. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*, 32, 182–184. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvuuped_2014_32_69
8. Witkin, Herman A. et al. (1977). Field-Dependent and Field-Independent Cognitive Styles and Their Educational Implications. *Review of Educational Research*, 47, 1-64.

References

1. Bondar, S.I. (2000). Kognityvnyj styl' jak indyvidual'na strategija pererobky informacii' osobystistju [Cognitive style as an individual strategy of information processing]. *Visnyk Harkivs'kogo Universytetu*, 498, serija «Psychologija». Harkiv, 13-17 (in Ukrainian)
2. Gardner, G. (2004). Mnozhynni intelektu. Teorija u praktyci [Multiple intelligences. Theory in practice]. Hrestomatija. K.: Mega-tajp (in Ukrainian)
3. Garmash, L., Kocur, N. (2009). Shljahy optymizacii' intelektual'nogo potencialu studentiv-pershokursnykiv pry adaptacii' do navchal'nogo procesu v VNZ [Ways to Optimise the Intellectual Potential of First-Year Students in Adapting to the Educational Process at a University]. *Aktual'ni problemy psihologii'. Psihologija navchannja. Medychna psihologija*. Vyp. 13. T. 10 (in Ukrainian)
4. Diduh, M.M. (2019). Problemy j osnovni naprjamy adaptacii' studentiv do umov nav-channja v zakladah vyshhoi' osvity [Problems and main directions of students' adaptation to the conditions of study in higher education institutions]. *Jurydychna psihologija*. Tom 25, 2, 61-59. DOI: <https://doi.org/10.33270/03192502.61> (in Ukrainian)
5. Kokun, O.M. (2004). Optymizacija adaptacijnyh mozhlyvostej ljudyny: psyhofiziologichnyj aspekt zabezpechennja dijal'nosti [Optimisation of human adaptive capacities: psychophysiological aspect of activity support]: monografija. Kyi'v: Milenium (in Ukrainian)
6. Peretjat'ko, V. (2023). Riven' intelektual'nogo rozvytku jak skladova dydaktychnoi' adaptacii' studenta-pershokursnyka universytetu [The level of intellectual development as a component of didactic adaptation of a first-year university student]. *Pedagogichni nauky: teorija ta praktyka*, 2, 223-226. <https://journalsofznu.zp.ua/index.php/pedagogics/article/view/3691> (in Ukrainian)
7. Spirina, T.P., Zarjugina, Ju.Je. (2014). Osoblyvosti adaptacii' studentiv-pershokursnykiv do umov navchannja u vyshhomu navchal'nomu zakladi [Peculiarities of adaptation of first-year students to the conditions of study in a higher education institution]. *Naukovyj visnyk Uzhgo-rods'kogo nacional'nogo universytetu*, 32, 182–184. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvuuped_2014_32_69 (in Ukrainian)

8. Witkin, Herman A. et al. (1977). Field-Dependent and Field-Independent Cognitive Styles and Their Educational Implications. *Review of Educational Research*, 47, 1-64.

Summary

STYLE OF INTELLECTUAL ACTIVITY AS A FACTOR IN THE SUCCESS
OF STUDENTS' ADAPTATION TO STUDYING IN A UNIVERSITY

*Moroz L. Doctor of Psychological Sciences, Full Professor,
Professor of Psychology Department,
Pavlo Tychyna, Uman State Pedagogical University*

Introduction. One of the main factors influencing the success of professional training and further professional activity of a specialist is the style of activity that is being formed or has already been formed, which contains a complete list of individual psychological characteristics of the personality. The preferred style of activity allows the individual to effectively adapt to certain conditions of life. The manifestation of the activity style is diverse and is reflected in the ways of action, methods of organising mental activity and the peculiarities of reactions and mental processes. This stable system as a set of the most effective methods and ways of organising a person's own activities and behaviour has an adaptive function.

The purpose is to presentation of the results of studying the psychological characteristics of students with different styles of intellectual activity and assessment of their importance for the success of adaptation to the conditions of study in higher education.

Methods - expert survey, testing, methods of mathematical statistics.

Originality. Graduates with the 'population' and 'rigid' styles of intellectual activity are the most effective in terms of professional activity. Representatives of these cognitive styles have the highest degree of professional orientation, high level of discipline and professionalism compared to graduates with other styles of intellectual activity.

Conclusion. The cognitive style of activity is a stable personal characteristic that allows predicting the success of students' professional training and their further activity as a specialist. The structure of students' intellectual activity styles while studying at a higher education institution is a dynamic characteristic (due to the transformation of the "discordant" style of intellectual activity (type F) into more optimal styles by the end of their studies at a higher education institution), largely due to the formation of professionally important qualities required by a future specialist during the educational process at a higher education institution. However, in the studied five cognitive styles of intellectual activity (conditional types A, B, C, D and E), there is a tendency towards their stability in the learning process.

Keywords: cognitive style of activity; success of professional training; students; styles of intellectual activity; sustainability; learning process.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 02.02.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 27.03.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**ОБҐРУНТУВАННЯ РІВНЕВОЇ СТРУКТУРИ ПОСТДОСВІДНОГО ЗРОСТАННЯ
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ – УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ**

*Олійник В. О. аспірант кафедри соціології та психології навчально-наукового інституту № 5, Харківський національний університет внутрішніх справ
<https://orcid.org/0000-0001-6891-0906>*

У статті викладені результати дослідження рівнів прояву та групових ознак постдосвідного зростання військовослужбовців – учасників бойових дій, як результат позитивних психологічних змін особистості внаслідок переживання травматичних і стресових подій.

За підсумками емпіричного дослідження запропоновано чотирирівневу градацію прояву постдосвідного зростання з визначенням відповідних їм групових ознак.

Ключові слова: *постдосвідне зростання; посттравматичне зростання; індивідуально-психологічні особливості; самоефективність; резильєнтність; особистісні чинники; військовослужбовці – учасники бойових дій.*

Вступ. Результатом подолання військовослужбовцями – учасниками бойових дій (УБД) наслідків впливу стрес-факторів бойової обстановки та військово-професійної діяльності можуть бути, поруч з негативними, позитивні психологічні зміни, які проявляються щонайменше у трьох сферах: а) самосприйнятті, б) філософії та цінності життя, в) стосунках з оточуючими (Tedeschi, & Calhoun, 2004), які концептуалізуються нами, як постдосвідне зростання (ПДЗ).

Під час проведення заходів психологічного відновлення, реабілітації та реінтеграції військовослужбовців з метою їх повернення до умов повсякденної життєдіяльності, позитивні психологічні зміни є важливим особистісним ресурсом, який часто використовується психологами під час роботи із зазначеною категорією осіб. В цьому контексті виникає необхідність визначення наявності не тільки ознак позитивних психологічних змін, а й рівня їх прояву, що допоможе сформувати індивідуальну програму плекання ПДЗ з урахуванням психологічних особливостей військовослужбовця – УБД.

Мета статті полягає в емпіричному дослідженні різнорівневого прояву ПДЗ у військовослужбовців – УБД та його групових ознак.

Завданнями статті є визначення рівнів прояву ПДЗ військовослужбовців – УБД; виявлення психологічних особливостей військовослужбовців – УБД за рівнями прояву ПДЗ.

Теоретичне підґрунтя. Дослідженню посттравматичного / постдосвідного зростання (ПТЗ / ПДЗ) в різних країнах, серед різних категорій населення, яке пережило травматичні або стресові події, присвячено багато наукових публікацій. Значна увага учених прикута і до вивчення позитивних психологічних змін військовослужбовців внаслідок впливу на них бойових стресорів. Закордонні дослідники проблему ПТЗ вивчали переважно в середовищі ветеранів (P. Arbisi, G. Elder, C. Erbes, E. Clipp, A. Hiji, M. Kaler, J. Keith, C. O'Brien, M. Polusny, R. Tedeschi et al. – серед ветеранів Другої світової війни, війн в Іраку, Афганістані, Кореї, R. Dekel, J. Dorset, V. Đuričić, A. Feder, M. Jukić, W. Sledge, Z. Solomon et al. – серед колишніх військовополонених). Українські ж учені проблему ПТЗ / ПДЗ досліджували, як у середовищі ветеранів, так і діючих військовослужбовців (Е. Балашов, В. Зубовський, О. Капінус, О. Кокун, В. Кондратюк, К. Кудар, Н. Лозінська, В. Олійник, Л. Олійник, В. Осьодло, І. Пішко, Н. Харитонова, І. Чухрій та ін.). При цьому важливою характеристикою української вибірки останніх років є триваючий психогенний вплив на неї чинників російсько-української війни.

Аналіз джерельної бази показав, що на даний час відсутнє науково обґрунтоване визначення рівнів розвитку ПТЗ / ПДЗ (загального та за субшкалами), а їх оцінка здійснюється за принципом “чим вищий бал, тим більший прояв позитивних

психологічних змін”, що ускладнює аналіз та порівняння результатів досліджень, в т. ч. на вибірках військовослужбовців. Відповідно в науковому обігу немає достатньої інформації щодо групових ознак ПДЗ на різних рівнях його прояву.

Усі відомі варіанти і модифікації опитувальників ПТЗ / ПДЗ оцінюють наявність позитивних психологічних змін без рівневого розмежування. Це, зокрема, класичний опитувальник ПТЗ – PTGI (Calhoun, & Tedeschi, 1996) та його розширена версія PTGI-X (Tedeschi, Cann, Taku, Senol-Dirak, & Calhoun, 2017), а також опитувальник постдосвідних змін (PECI-R) (Blight, & Norris, 2018). В останніх двох опитувальниках відповіді на запитання оцінювалися за 6-бальною шкалою Лайкерта, де 0 – зміни зовсім не відчувалися, 5 – зміни відчувалися в дуже значній мірі; отримані бали підсумовувалися за кожною зі шкал опитувальників та в цілому за всіма запитаннями з визначенням лише загального показника ПТЗ / ПДЗ, що варіювався в межах від 0 до 125 балів.

Низка дослідників у своїх наукових розвідках робили спроби диференціювати показники ПТЗ / ПДЗ. Так, Зубовський (2019) у дисертаційному дослідженні зазначає такі рівні прояву ПТЗ серед військовослужбовців – учасників АТО за опитувальником PTGI: низький, помірний (середній), значний (високий), розділяючи їх відповідно на три діапазони (від 0 до 35; від 36 до 75; від 76 до 105) (с. 125–126, 205–206). Kondratyuk та Puchalska-Wasyl (2019), досліджуючи позитивні психологічні зміни у військовослужбовців – учасників ООС за опитувальником PTGI, середнє значення рівня прояву ПТЗ визначили на позначці 52,5, розділивши максимально можливу кількість балів (105) навпіл. Американські учені Tsai, Sippel, Mota, Southwick та Pietrzak (2016) під час лонгітюдного дослідження серед ветеранів армії США визначили п'ять рівнів розвитку ПТЗ: стабільно низький (Consistently Low); різко знижений (Dramatically Declining); помірно знижений (Moderately Declining); підвищений (Increasing); стабільно високий (Consistently High). Аналогічний підхід був застосований й австралійськими дослідницями Blight та Norris (2018).

Методи дослідження. Для досягнення мети дослідження було використано загальнонаукові (вимірювання, порівняння, аналіз, синтез, узагальнення та інтерпретація) та спеціальні (статистичні, кореляційні, ранжування, групування, факторний аналіз) методи.

Дослідження ґрунтується на оприлюднених нами результатах вивчення показників ПДЗ військовослужбовців – УБД та особливостей його взаємозв'язків із особистісними рисами “Великої п'ятірки” (Олійник, & Ларіонов, 2024б), яке проводилося з січня по серпень 2023 року і в ході якого були використані такі психодіагностичні методики:

1. Опитувальник постдосвідного зростання (ОПДЗ) (Blight, & Norris, 2018) для оцінювання загального показника ПДЗ та п'яти його складових: стосунки з оточуючими, нові можливості, особистісне зміцнення, духовні й екзистенційні зміни, поцінювання життя.

2. Короткий п'ятифакторний опитувальник особистості TIPI в адаптації М. Кліманської та І. Галецької (TIPI-UKR) (Gosling, Rentfrow, & Swann, 2003; Кліманська, & Галецька, 2019) за яким діагностувалися п'ять глибинних особистісних рис: екстраверсія, дружелюбність, сумлінність, емоційна стабільність, відкритість новому досвіду.

3. Модифікована методика “Шкала загальної самоефективності” (ШЗС) (Schwarzer, & Jerusalem, 1995) в адаптації Галецької (2003) та Бірона (2014) для визначення ефективності військово-професійної діяльності.

4. Шкала резильєнтності Коннора–Девідсона–10 (Campbell Sills, & Stein, 2007) в українській адаптації (Школіна, Шаповал, Орлова, Кедик, & Станіславчук, 2020; Кіресва, Односталко, & Бірон, 2020), що вимірює те, як людина пристосовується до змін; справляється зі стресом; залишається зосередженою з чітким мисленням; опирається невдачам; вправляється з неприємними почуттями.

Статистичний аналіз результатів емпіричного дослідження здійснювався з використанням комп'ютерної програми IBM SPSS Statistics версія 21.

Результати та обговорення. Вибірку дослідження склали військовослужбовці Збройних Сил України –УБД (n = 368), в т. ч.

які проходять військову службу у військових частинах бригадного рівня та у їх складі беруть безпосередню участь у бойових діях ($n = 140$); звільнені з російського полону під час їх перебування на етапі реінтеграційних заходів ($n = 198$); які проходять медико-психологічну реабілітацію після отриманих поранень ($n = 30$). Загальна кількість досліджуваних складає 368 осіб віком від 20 до 65 років ($M = 36,62$, $SD = 9,55$), в т. ч. чоловічої статі – 358 (97,3%), жіночої статі – 10 (2,7%).

Отримані в результаті дослідження дані засвідчили, що загальний показник ПДЗ військовослужбовців – УБД знаходиться на рівні $M = 69,58$, $SD = 30,10$, що є вищим за середній показник за методикою ($M = 62,5$).

Визначення рівня прояву ПДЗ було проведене методом частотного аналізу шляхом процентильної градації його загального показника за трьома варіантами розподілу – на три, чотири та п'ять груп. Трирівнева градація загального показника ПДЗ включає високий (87,0...125,0), середній (62,0...86,0) та низький (0...61,0) рівні. За чотирирівневою градацією загальний показник ПДЗ розподіляється на високий (92,0...125,0), вищий за середній (77,0...91,0), нижчий за середній (51,0...76,0) та низький (0...50,0) рівні. П'ятирівневий варіант розподілу включає високий (96,0...125,0), вищий за середній (83,0...95,0), середній (67,0...82,0), нижчий за середній (43,0...66,0) та низький (0...42,0) рівні.

Результати наукових досліджень на вибірках військовослужбовців та ветеранів щодо взаємозв'язків особистісних рис “Великої п'ятірки” (екстраверсії, дружельності, сумлінності, емоційної стабільності, відкритості новому досвіду), резильєнтності та самоєфективності з ПТЗ / ПДЗ є неоднозначними. Так, дослідження на вибірці українських військовослужбовців –

УБД показали значущу кореляцію ПДЗ з такими особистісними рисами, як дружельність, відкритість новому досвіду, сумлінність та емоційна стабільність, а також з рівнем загальної самоєфективності та резильєнтності (Кокун, Олійник, Пішко, & Лозінська, 2024; Олійник, & Ларіонов, 2024б). За дослідженнями Зубовського (2019), позитивні психологічні зміни військовослужбовців статистично значуще також пов'язані із дружельністю і сумлінністю (с. 171–172). Про емоційну стабільність, як предиктор ПТЗ серед звільнених з в'єтнамського полону військовослужбовців збройних сил США, йдеться у дослідженні, проведеному Feder et al. (2008).

Отже, першим кроком нашого дослідження було визначення кореляційного зв'язку між загальним показником ПДЗ та особистісними рисами “Великої п'ятірки”, резильєнтністю та самоєфективністю.

За результатами перевірки нормальності розподілу отриманих даних з використанням тесту Шапіро–Вілка встановлено, що дані за всіма шкалами психодіагностичних методик не мають нормального розподілу ($W=0,000$, $p<0,05$). Зважаючи на це, кореляційний аналіз здійснювався з використанням критерію г-Спірмена для непараметричних даних (табл. 1).

Враховуючи результати аналізу, групові ознаки за варіантами різномірного прояву ПДЗ визначалися за такими індивідуально-психологічними характеристиками, як дружельність, сумлінність, відкритість новому досвіду, самоєфективність та резильєнтність, які мали позитивні статистично значущі кореляції із загальним показником ПДЗ. Були виключені з подальшого дослідження екстраверсія та емоційна стабільність, що не корелювалися із загальним показником ПДЗ.

Таблиця 1

Коефіцієнт рангової кореляції за критерієм г-Спірмена

Психодіагностичні методики		Показники кореляції із загальним рівнем ПДЗ	
		г	Знач. (2-сторон)
Шкали ТРП-UKR	Екстраверсія	,012	,812
	Дружельність	,176**	,001
	Сумлінність	,122*	,019
	Емоційна стабільність	,023	,654
	Відкритість новому досвіду	,153**	,003
Резильєнтність		,239**	,000
Самоєфективність		,256**	,000

** $p<0,01$; * $p<0,05$

На наступному кроці дослідження було проведено визначення середніх значень детермінант ПДЗ за кожним різнорівневим варіантом та їх порівняння. Достовірність зміни показників досліджуваної ознаки під час переходу від рівня до рівня була перевірена із застосуванням непараметричного Н-критерію Крускала-Уолліса (χ^2 -квадрат), що є непараметричним аналогом методу дисперсійного однофакторного аналізу для незалежних вибірок та призначений для оцінки відмінностей під час переходу від групи до групи між трьома і більше вибірками за рівнем будь-якої ознаки без зазначення напрямку цих відмінностей (Москальов, & Лисенко, 2023, с. 106–113).

Було встановлено, що при 3- та 4-рівневій градації різниця усіх міжрівневих показників є статистично значущою. У 5-рівневому варіанті не має статистично значущої відмінності між рівнями прояву показників сумлінності. Зважаючи на це, ми

відкинули 5-рівневий варіант градації ПДЗ як неспроможний.

Подальший аналіз двох варіантів градації показав наступне:

у 3-рівневому варіанті усі середні значення показників зменшуються відповідно до зменшення рівня ПДЗ, за винятком сумлінності, середнє значення якої після зменшення в напрямку від високого до середнього рівня має незначне збільшення на низькому рівні;

у 4-рівневій градації відмічається поступове зменшення усіх середніх значень показників у напрямку від високого рівня до рівня нижче середнього. На низькому рівні середні значення показники трьох детермінант ПДЗ, а саме сумлінності, дружельності й відкритості новому досвіду, збільшуються.

На нашу думку, саме 4-рівнева градація загального показника ПДЗ (таблиця 2) найбільш повно відображає зміни прояву його індивідуально-психологічних детермінант на різних його рівнях.

Таблиця 2

Середні значення та статистичні критерії Крускала-Уолліса для 4-рівневої градації ПДЗ

Показники	1 рівень	2 рівень	3 рівень	4 рівень	χ^2 -квадрат	Асимптотична значущість
Дружелюбність	11,29	10,63	10,08	10,32	23,95**	,000
Сумлінність	11,38	10,45	10,37	10,45	11,93**	,008
Відкритість новому досвіду	10,39	9,65	9,37	9,47	10,29*	,016
Резильєнтність	27,80	25,42	23,45	22,35	25,11**	,000
Самоефективність	31,52	30,19	28,30	27,75	28,64**	,000

** $p < 0,01$; * $p < 0,05$

Для перевірки адекватності проведеного розподілу вибірки на різнорівневі групи розвитку ПДЗ за визначеними індивідуально-психологічними характеристиками ми провели ієрархічний кластерний аналіз методом Варда з використанням інтервальної міри евклідового квадрату відстаней. В результаті кластеризації були скореговані показники

4-рівневої градації ПДЗ, внаслідок чого високий рівень його розвитку був визначений у проміжку між 100 і 125 балами, вищий за середній рівень – від 71 до 99 балів, нижчий за середній рівень – від 41 до 70 балів, низький рівень – до 40 балів включно. При цьому до кластеру високого рівня увійшли 14,9% (55 осіб) вибірки, вищого за середній – 41,6% (153 особи), нижчого за середній – 24,2% (89 осіб), низького – 19,3% (71 особа).

Наступним кроком дослідження стало визначення величини навантаження структурних компонентів у кожному різнорівневому кластері (групі), що дозволило виділити основні характерологічні особливості військовослужбовців, які зумовлюють різний рівень розвитку ПДЗ. З цією метою нами був проведений факторний аналіз з використанням методу головних компонентів з обертанням Varimax. Перевірка вибірки за критерієм Кайзера-Мейєра-Олкіна (0,617) та критерієм сферичності Барлетта ($p = 0000 \leq 0,05$) засвідчила задовільний ступінь адекватності факторного аналізу.

Для аналізу використовувалися значення вилученої спільності для кожного показника індивідуально-психологічних характеристик, що засвідчують величину його навантаження, а, отже, й силу впливу на загальний показник

ПДЗ на кожному рівні. Результати факторного аналізу наведені на рис. 1.

Як бачимо, серед найважливіших детермінант виникнення і розвитку позитивних психологічних змін у військовослужбовців – УБД на усіх рівнях їх прояву знаходяться резильєнтність та самоефективність. Відкритість новому досвіду має найменшу вагу на усіх рівнях прояву ПДЗ, а, отже, і найслабший вплив на його розвиток.

Для опрацювання коротких узагальнених характеристик індивідуально-психологічних детермінант різнорівневого прояву ПДЗ ми використовували, крім зазначених вище результатів дослідження, також і дані з побудованих нами таблиць спряженості між рівнями ПДЗ і кожної з її детермінант. Зважаючи на обсяги цієї статті, таблиці спряженості ми не наводимо.

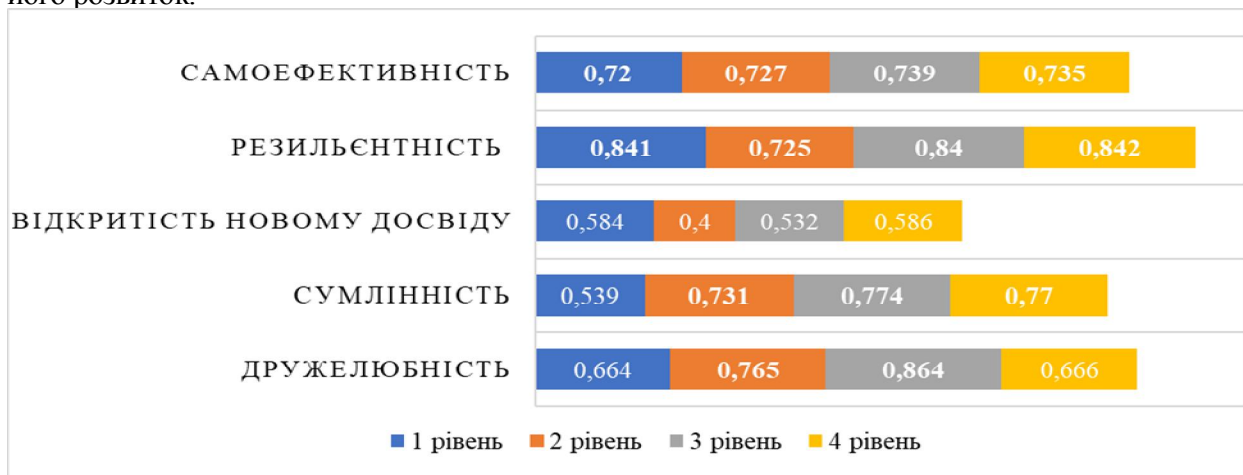


Рис. 1. Матриця факторних навантажень

Отже, військовослужбовців, які мають різні рівні розвитку ПДЗ, можна в загальному охарактеризувати таким чином:

4 (низький) рівень, 1–40 балів – більшість військовослужбовців, які включені до цієї групи, мають середній рівень резильєнтності (61%). Водночас в цій групі найбільша з-поміж усіх груп кількість осіб з низьким рівнем самоефективності (25,4%) та відкритості новому досвіду (23,9%). Рівень сумлінності та дружелюбності є високими і суттєво не відрізняються від показників в трьох інших групах. Зважаючи на те, що резильєнтність (0,842), сумлінність (0,770) та самоефективність (0,735) є найвагомішими детермінантами подальшого розвитку ПДЗ, важливо їх розвивати та підтримувати в ході психологічної роботи з військовослужбовцями – УБД;

3 (нижчий за середній) рівень, 41–70 балів – переважна більшість військовослужбовців цієї групи мають середній рівень резильєнтності (80%). Майже у половини осіб цієї групи низький і нижче за середній рівень самоефективності (49,4%). Незважаючи на те, що на цьому рівні зростає кількість осіб з відкритістю до нового досвіду (78,7%), зазначений показник залишається не досить вагомим чинником ПДЗ, крім того, його середні значення, як і

значення показників дружелюбності та сумлінності, в порівнянні з попередньою групою, помірно знижені. Відмінністю цієї групи є вихід на першу позицію серед детермінант позитивних психологічних змін дружелюбності (0,864), за якою слідують резильєнтність (0,840), сумлінність (0,774) та самоефективність (0,739);

2 (вищий за середній) рівень, 71–99 балів – на цьому рівні кількість осіб з низькими показниками резильєнтності зведена практично до нуля (0,7%), також різко зменшується кількість осіб з низькими показниками самоефективності (5,9%). Відмічається поступове зростання середніх значень усіх детермінант ПДЗ. Питома вага чотирьох основних складових, крім відкритості новому досвіду, приблизно однакова і коливається від 0,725 до 0,765;

1 (високий) рівень, 100–125 балів – у представників цієї групи відмічається різке збільшення середніх значень усіх детермінант ПДЗ. В групі найменша кількість військовослужбовців з низькими показниками усіх п'яти особистісних чинників ПДЗ. Найважливішими детермінантами ПДЗ залишаються резильєнтність з питомою вагою 0,841 та самоефективність – 0,720. Вага дружелюбності і сумлінності у порівнянні з

попереднім рівнем зменшується, а відкритості до нового досвіду зростає і досягає своїх значень, проявлених на 4 рівні.

Проведений порівняльний аналіз показав, що серед усіх категорій досліджуваних військовослужбовців в групі з високим рівнем ПДЗ в процентному співвідношенні найбільше представлені звільнені з полону військовослужбовці (22,7%), решта категорій не вийшли за 8%. У групах двох наступних рівнів кількість досліджуваних у процентах розподілилася майже однаково – від 37,9% – 43,4% на 2-му рівні та від 23,2% до 26,7% на 3-му рівні. Найнижчі показники ПДЗ спостерігаються серед досліджуваних, які відносяться до категорії військовослужбовців, які на момент опитування перебували на відновленні, що складають третину від їх загальної кількості (33,3%). Найменша кількість осіб з низьким рівнем ПДЗ серед військовослужбовців, звільнених з полону (10,6%).

Припускаємо, що, відповідно до нашої концептуальної моделі ПДЗ (Олійник, & Ларіонов, 2024а), військовослужбовці з високим рівнем ПДЗ (звільнені з полону) пройшли усі три етапи шляху до ПДЗ, тобто їхня травматична подія (перебування у примусовій ізоляції) завершилася, вони набули життєвого досвіду, який трансформувався в особистий та особистісний досвід. Військовослужбовці з низьким рівнем ПДЗ (переважно УБД у період відновлення після повернення з району виконання бойових завдань) ще перебувають на етапах когнітивної й емоційної обробки, усвідомлення набутого життєвого досвіду, його осмислення і прийняття. В подальшому це може завершитися, або трансформацією в особистісний досвід (у разі тривалих термінів перебування на відновленні), або переходом до попередніх етапів розвитку ПДЗ (у разі повернення в район виконання бойових завдань). Тобто вказана категорія військовослужбовців перебуває в процесі розвитку ПДЗ з усвідомленням того, що етап відновлення – це лише перепочинок між травматичними / стресовими подіями воєнного часу.

Висновки. На вибірці українських військовослужбовців – УБД нами були визначені чотири рівні прояву ПДЗ та їх відповідні числові показники: 1-й – високий рівень (від 100 до 125 балів); 2-й – рівень вищий за середній (від 71 до 99 балів); 3-й –

рівень нижчий за середній (від 41 до 70 балів); 4-й – низький рівень (від 1 до 40 балів).

Кожен із зазначених рівнів має своє наповнення у вигляді групових ознак, які включають особистісні детермінанти розвитку ПДЗ, а саме дружелюбність, сумлінність, відкритість новому досвіду, резильєнтність та самоефективність. Останні два чинники є вагомими детермінантами ПДЗ на усіх рівнях його прояву.

Для групи військовослужбовців – УБД з 1-м (високим) рівнем розвитку ПДЗ характерні високі показники резильєнтності та самоефективності, збільшення ваги відкритості новому досвіду, зменшенням дружелюбності і сумлінності. В цій групі найбільший відсоток військовослужбовців, звільнених з примусової ізоляції (полону).

Група із 2-м (вищим за середній) рівнем характеризується достатнім балансом між чотирма детермінантами – дружелюбністю, сумлінністю, резильєнтністю і самоефективністю. До цієї групи входять близько 40% досліджуваних.

Груповими ознаками 3-го (нижчого за середній) рівня є значний вплив на ПДЗ дружелюбності, середні показники резильєнтності і сумлінності, недостатній прояв самоефективності, вплив якої також знижений. До цієї групи входять близько 25% досліджуваних.

Група військовослужбовців з 4-м (низьким) рівнем розвитку ПДЗ характеризується також низьким рівнем самоефективності й відкритості новому досвіду, але має достатній рівень резильєнтності. При цьому резильєнтність, сумлінність та самоефективність мають найбільший вплив на подальший розвиток позитивних психологічних змін. В цій групі найбільший відсоток військовослужбовців, які відновлюються після виведення з районів виконання завдань за призначенням.

Визначення рівнів розвитку ПДЗ та їх групових ознак мають важливе значення для врахування індивідуально-психологічних особливостей військовослужбовців – УБД у процесі роботи з їх психологічного відновлення, реабілітації та реінтеграції.

Подяки. Автор висловлює подяку начальнику кафедри психології та педагогіки Національної академії Національної гвардії України Ларіонову С.О., кандидату психологічних наук, доценту, за цінні настанови і підтримку.

Список використаних джерел

1. Бірон, Б. В. (2014). Психометричний аналіз української версії шкали загальної самоефективності. *Актуальні проблеми прикладної психології: матеріали Всеукраїнської конференції*. Київ: Український НМЦ практичної психології і соціальної роботи.
2. Галецька, І. І. (2003). Самоефективність у структурі соціально-психологічної адаптації. *Вісник Львівського університету. Серія "Філософські науки"*, 5, 433–441.
3. Зубовський, Д. (2019). *Особистісне зростання учасників АТО у посттравматичний період*. (Дис. канд. псих. наук). Національний університет оборони України, Київ.
4. Кіреєва, З., Односталко, О., & Бірон, Б. (2020). Психометричний аналіз адаптованої версії шкали резильєнтності (CD-RISC-10). *Габітус*, 14, 110–117. <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.14.17>
5. Кліманська, М., Галецька, І. (2019). Українська адаптація короткого п'ятифакторного опитувальника особистості TIPI (TIPI-UKR). *Психологічний журнал*, 5(9), 57–74. <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.9.4>
6. Кокур, О. М., Олійник, В. О., Пішко, І. О., Лозінська, Н. С. (2024). *Психологічне опитування "Посттравматичне зростання військовослужбовців в умовах війни": препринт*. Київ: ТОВ "7БЦ".
7. Москальов, І.О., Лисенко, Д. П. (2023). *Застосування методів математичної статистики у психолого-педагогічних дослідженнях: навч. посіб.* Київ : НУОУ.
8. Олійник В. О., Ларіонов С. О. (2024a). Концептуальна модель постдосвідного зростання особистості військовослужбовця в сучасному соціокультурному контексті. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія психологія*, 3, 101–108. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2024.3.19>
9. Олійник, В., & Ларіонов, С. (2024b). Особливості взаємозв'язків особистісних рис "Великої п'ятірки" і показників постдосвідного зростання військовослужбовців – учасників бойових дій. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*, 21, 195–202. <https://doi.org/10.30970/PS.2024.21.24>
10. Школіна, Н., Шаповал, І., Орлова, І., Кедик, І. & Станіславчук, М. (2020). Адаптація та валідація україномовної версії Шкали стресостійкості Коннора – Девідсона-10 (CD-RISC-10): апробація у хворих на анкілозівний спонділіт. *Український ревматологічний журнал*, 2, 66–72. <https://doi.org/10.32471/rheumatology.2707-6970.80.15236>
11. Blight, S., & Norris, K. (2018). Positive psychological outcomes following Antarctic deployment. *The Polar Journal*, 8(2), 351–363. <https://doi.org/10.1080/2154896X.2018.1541552>
12. Campbell-Sills, L., & Stein, M. B. (2007). Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress*, 20(6), 1019–1028. <https://doi.org/10.1002/jts.20271>
13. Feder, A., Southwick, S. M., Goetz, R. R., Wang, Y., Alonso, A., Smith, B.W., Buchholz, K. R., Waldeck, T., Ameli, R., Moore, J., Hain, R., Charney, D. S., Vythilingam, M. (2008). Posttraumatic growth in former Vietnam prisoners of war. *Psychiatry*, 71(4), 359–70. <https://doi.org/10.1521/psyc.2008.71.4.359>
14. Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., Swann, W. B., Jr. (2003). A Very Brief Measure of the Big Five Personality Domains. *Journal of Research in Personality*, 37, 504–528. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(03\)00046-1](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(03)00046-1)
15. Kondratyuk, V., & Puchalska-Wasyl, M. M. (2019). Posttraumatic growth, resiliency, and basic hope in soldiers fighting in eastern Ukraine. *Roczniki Psychol*, 22, 213–231. <https://doi.org/10.18290/rpsych.2019.22.3-2>
16. Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized Self-Efficacy scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston (Eds.), *Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs* (pp. 35–37). Windsor: NFER-NELSON.
17. Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9, 455–471. <https://doi.org/10.1007/BF02103658>
18. Tedeschi, R.G. & Calhoun, L.G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 1–18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01
19. Tedeschi, R.G., Cann, A., Taku, K., Senol-Dirak, E., & Calhoun, L.G. (2017). The Posttraumatic Growth Inventory: A revision integrating existential and spiritual change. *Journal of Traumatic Stress*, 30(1), 11–18. <https://doi.org/10.1002/jts.22155>
20. Tsai, J., Sippel, L. M., Mota, N., Southwick, S. M., & Pietrzak R. H. (2016). Longitudinal course of posttraumatic growth among U.S. military veterans: Results from the national health and resilience in veterans study. *Depression and Anxiety*, 33, 9–18. <https://doi.org/10.1002/da.22371>

References

1. Biron, B. V. (2014). Psykhometrychnyi analiz ukrainskoi versii shkal'y zahalnoi samoefektyvnosti. [Psychometric Analysis of the Ukrainian Version of the General Self-Efficacy Scale]. *Aktualni problemy prykladnoi psykhologii: materialy Vseukrainskoi konferentsii*. Kyiv: Ukrainskyi NMTs praktychnoi psykhologii i sotsialnoi roboty. (in Ukrainian)
2. Haletska, I. I. (2003). Samoefektyvnist u strukturi sotsialno-psykhologichnoi adaptatsii. [Self-efficacy in the structure of social and psychological adaptation]. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Seriya "Filosofski nauky"*, 5, 433–441. (in Ukrainian)

3. Zubovskyi, D. (2019). Osobystisne zrostantia uchasnykiv ATO u posttravmatychnyi period. (Dys. kand. psyk. nauk). [Personal growth of ATO participants in the post-traumatic period. (Thesis Ph.D. psychol. sciences)]. Natsionalnyi universytet oborony Ukrainy, Kyiv. (in Ukrainian)
4. Kireieva, Z., Odnostalko, O., & Biron, B. (2020). Psykhometrychnyi analiz adaptovanoi versii shkaly rezyliientnosti (CD-RISC-10). [Psychometric analysis of the adapted version of the resilience scale (CD-RISC-10)]. *Habitus*, 14, 110–117. <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.14.17> (in Ukrainian)
5. Klimanska, M., Haletska, I. (2019). Ukrainska adaptatsiia korotkoho piatyfaktornoho opytuvalnyka osobystosti. [Ukrainian adaptation of the short five-factor personality inventory TIPI (TIPI-UKR)]. *Psykhologichnyi zhurnal*, 5(9), 57–74. <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.9.4> (in Ukrainian)
6. Kokun, O. M., Oliinyk, V. O., Pishko, I. O., Lozinska, N. S. (2024). *Psykhologichne opytuvannia "Posttravmatychnie zrostantia viiskovosluzhbovtiv v umovakh viiny": preprint*. [Psychological survey "Post-traumatic growth of servicemen in war conditions": preprint]. Kyiv: TOV "7BTs". (in Ukrainian)
7. Moskalov, I.O., Lysenko, D. P. (2023). Zastosuvannia metodiv matematychnoi statystyky u psykholoho-pedahohichnykh doslidzhenniakh: navch. posib. [Application of Mathematical Statistics Methods in Psychological and Pedagogical Research: A Study Guide]. Kyiv: NUO Ukrainy. (in Ukrainian)
8. Oliinyk V. O., Larionov S. O. (2024a). Kontseptualna model postdosvidnoho zrostantia osobystosti viiskovosluzhbovtia v suchasnomu sotsiokulturnomu konteksti. [Conceptual model of post-experiential growth of a serviceman's personality in the modern socio-cultural context]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriiia psykholohiia*, 3, 101–108. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2024.3.19> (in Ukrainian)
9. Oliinyk, V., & Larionov, S. (2024b). Osoblyvosti vzaïmozv'язkiv osobystisnykh rys "Velykoi piatirky" i pokaznykiv postdosvidnoho zrostantia viiskovosluzhbovtiv – uchasnykiv boiovykh dii. [Peculiarities of the relationship between the Big Five personality traits and indicators of post-experiential growth of military personnel - combatants]. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Seriiia psykholohichni nauky*, 21, 195–202. <https://doi.org/10.30970/PS.2024.21.24> (in Ukrainian)
10. Shkolina, N., Shapoval, I., Orlova, I., Kedyk, I. & Stanislavchuk, M. (2020). Adaptatsiia ta validyzatsiia ukrainomovnoi versii Shkaly stresostiikosti Konnora – Devidsona-10 (CD-RISC-10): aprobatyia u khvorykh na ankilozyvnyi spondylit. [Adaptation and validation of the Ukrainian version of the Connor-Davidson Stress Resilience Scale-10 (CD-RISC-10): testing in patients with ankylosing spondylitis]. *Ukrainskyi revmatologichnyi zhurnal*, 2, 66–72. <https://doi.org/10.32471/rheumatology.2707-6970.80.15236> (in Ukrainian)
11. Blight, S., & Norris, K. (2018). Positive psychological outcomes following Antarctic deployment. *The Polar Journal*, 8(2), 351-363. <https://doi.org/10.1080/2154896X.2018.1541552>
12. Campbell-Sills, L., & Stein, M. B. (2007). Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress*, 20(6), 1019–1028. <https://doi.org/10.1002/jts.20271>
13. Feder, A., Southwick, S. M., Goetz, R. R., Wang, Y., Alonso, A., Smith, B.W., Buchholz, K. R., Waldeck, T., Ameli, R., Moore, J., Hain, R., Charney, D. S., Vythilingam, M. (2008). Posttraumatic growth in former Vietnam prisoners of war. *Psychiatry*, 71(4), 359–70. <https://doi.org/10.1521/psyc.2008.71.4.359>
14. Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., Swann, W. B., Jr. (2003). A Very Brief Measure of the Big Five Personality Domains. *Journal of Research in Personality*, 37, 504-528. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(03\)00046-1](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(03)00046-1)
15. Kondratyuk, V., & Puchalska-Wasyl, M. M. (2019). Posttraumatic growth, resiliency, and basic hope in soldiers fighting in eastern Ukraine. *Roczniki Psychol*, 22, 213–231. <https://doi.org/10.18290/rpsvch.2019.22.3-2>
16. Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized Self-Efficacy scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston (Eds.), *Measures in health psychology: A user's portfolio. Causal and control beliefs* (pp. 35–37). Windsor: NFER-NELSON.
17. Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9, 455-471. <https://doi.org/10.1007/BF02103658>
18. Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 1–18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01
19. Tedeschi, R.G., Cann, A., Taku, K., Senol-Dirak, E., & Calhoun, L.G. (2017). The Posttraumatic Growth Inventory: A revision integrating existential and spiritual change. *Journal of Traumatic Stress*, 30(1), 11-18. <https://doi.org/10.1002/jts.22155>
20. Tsai, J., Sippel, L. M., Mota, N., Southwick, S. M., & Pietrzak R. H. (2016). Longitudinal course of posttraumatic growth among U.S. military veterans: Results from the national health and resilience in veterans study. *Depression and Anxiety*, 33, 9–18. <https://doi.org/10.1002/da.22371>

Summary

SUBSTANTIATION OF THE LEVEL STRUCTURE OF POST-EXPERIENCE GROWTH OF SERVICEMEN – COMBATANTS

Oliinyk V. graduate student,

Kharkiv National University of Internal Affairs

Introduction. *The result of overcoming the consequences of the impact of the stressors of the combat situation and military professional activities by servicemen can be, along with negative ones, positive psychological changes that manifest themselves in changes in at least three areas: a) self-perception, b) philosophy and values of life, c) relationships with others, which we conceptualize as post-experience growth (PEG).*

In the course of psychological recovery, rehabilitation, and reintegration of servicemen with the aim of returning them to the conditions of everyday life, positive psychological changes are an important personal resource that is often used by psychologists when working with this category of people. In this context, there is a need to determine not only the presence of signs of positive psychological changes, but also the level of their manifestation, which will help to form an individual program for the cultivation of PEG, taking into account the psychological characteristics of the servicemen – combatants.

Purpose. *An empirical study of the multilevel manifestation of post-experience growth in servicemen - combatants and its group characteristics.*

Methods: *The study used general scientific (measurement, comparison, analysis, synthesis, generalization and interpretation) and special (statistical, correlation, ranking, grouping, factor analysis) methods were used.*

Originality. *The scientific novelty of the study is that the article is the first to empirically investigate the gradation of indicators of the general level of PEG on a sample of Ukrainian servicemen - combatants and to identify generalized psychological characteristics of this category of persons by the levels of PEG manifestation.*

Determining the levels of development of PEG and their group characteristics is important for taking into account the individual psychological characteristics of combatants in the process of their psychological recovery, rehabilitation and reintegration. The results of the study can be used during the further empirical study of the post-experience growth of military personnel participating in combat operations.

Conclusion. *In a sample of Ukrainian military personnel participating in combat operations, we identified four levels of PEG manifestation and their corresponding numerical indicators: 1st - high level (92.0-125.0 points); 2nd - above average level (51.0-76.0); 3rd - below average level (77.0-91.0); 4th - low level (from 0 to 50.0 points).*

Each of these levels has its own content in the form of group features that include personal determinants of the development of PEG, namely friendliness, conscientiousness, openness to new experiences, resilience, and self-efficacy. The latter two factors are important determinants of PEG at all levels of its manifestation.

The group of servicemen with the 1st (high) level of development of PEG is characterized by high rates of resilience and self-efficacy, an increase in the importance of openness to new experiences, and a decrease in friendliness and conscientiousness. This group has the highest percentage of servicemen released from forced isolation (captivity).

The group with the 2nd (above average) level is characterized by a sufficient balance between the four determinants - friendliness, conscientiousness, resilience and self-efficacy. This group includes about 40% of the respondents.

The group characteristics of the 3rd (below average) level are a significant impact on the PEG of friendliness, average indicators of resistance and conscientiousness, insufficient manifestation of self-efficacy, the influence of which is also reduced. This group includes about 25% of the subjects.

The group of servicemen with the 4th (low) level of development of the PEG is also characterized by a low level of self-efficacy and openness to new experiences, but has a sufficient level of resistance. At the same time, resilience, conscientiousness, and self-efficacy have the greatest impact on the further development of positive psychological changes. This group has the highest percentage of servicemen who recover after being withdrawn from the areas of assigned missions.

Key words: *post-experience growth; post-traumatic growth; individual psychological characteristics; self-efficacy; resilience; personal factors; servicemen - combatants.*

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 29.01.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 12.03.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

АНАЛІЗ НАУКОВИХ ПІДХОДІВ ДО ВИЗНАЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗМІСТУ ФЕНОМЕНА ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ

*Павлушенко С. М. доктор філософії, заступник
начальника кафедри внутрішніх комунікацій
Національного університету оборони України
<https://orcid.org/0000-0001-6222-0656>*

У статті проаналізовано основні наукові підходи вітчизняних та зарубіжних учених до визначення психологічного змісту і структури феномена психологічної стійкості, виокремлено основні чинники, що сприяють психологічній стійкості військовослужбовців, зроблено порівняння психологічної стійкості з тотожними психологічними феноменами, досліджено досвід формування психологічної стійкості у країнах-партнерах.

Ключові слова: бойові дії; військовослужбовці; психологічна стійкість; психологічна готовність; психічна стійкість; психологічна підтримка персоналу; резильєнтність; стресостійкість.

Вступ. Негативні стресові чинники сучасного бою істотно впливають на особистість військовослужбовця, перебіг його психічних процесів (сприйняття, увагу, пам'ять, мислення, волю, емоції), змінюючи їх якість і швидкість перебігу, (константність, вибірковість, цілісність, стійкість, обсяг, концентрацію, продуктивність, реалістичність тощо), що негативно позначається на ефективності бойової діяльності. Вимушене переживання стресу може бути як мобілізуючим (бойова мотивація), так і дестабілізуючим (страх, ступор, паніка). Одним із чинників, що забезпечує здатність військовослужбовців переживати стрес і фрустрацію за “мобілізуючим” типом, є достатній рівень психологічної стійкості – здатності підтримувати необхідний рівень психологічної готовності протягом визначеного часу у конкретних умовах обстановки та швидко відновлювати свій психоемоційний стан після екстремальних (кризових) ситуацій (наказ Головнокомандувача Збройних Сил України від 01.08.2024 року № 349). Аналіз відкритих джерел на цей час не дає змоги зробити висновки про кількість психотравмованих військовослужбовців під час російсько-української війни. Водночас за наявними статистичними даними кількість психологічних травм військовослужбовців значно зростає з розвитком озброєння і військової техніки та зміною форм застосування військ (сил). Так, у збройних силах США за період Першої світової війни від психічного напруження і бойового

стресу постраждали майже 100 тис. військовослужбовців, за період Другої світової війни – 1 млн. осіб. За підсумками війни в Кореї незворотні психологічні втрати американських військовослужбовців становили 4, а у В'єтнамі – 7 осіб на кожен 1000 військовослужбовців. У період ізраїльсько-ліванської війни 9% ізраїльських військовослужбовців були неспроможні виконувати бойові завдання через психологічну нестійкість (О. Кокун, 2022, с. 4). З огляду на тривалість російсько-української війни, інтенсивність бойових зіткнень, використання високотехнологічної зброї та неможливість повноцінної ротації військових частин (підрозділів) ймовірність психологічної травматизації зростає в рази порівняно з попередніми війнами і локальними конфліктами. Зазначене актуалізує питання розвитку психологічної стійкості військовослужбовців Збройних Сил та інших складових сил оборони і потребує істотних змін в організації психологічної підготовки особового складу під час базової підготовки військовослужбовців.

Метою статті є аналіз наукових підходів вітчизняних та зарубіжних науковців до визначення психологічного змісту і структури феномена психологічної стійкості.

Теоретичне підґрунтя. Тематика психологічної стійкості опрацьована у багатьох вітчизняних та зарубіжних дослідженнях. Зарубіжні автори схильні використовувати термін “стресостійкість”

або “резильєнтність” (Г. Сельє, Г. Лазарус, М. Борневассер,

Р. Бернс), вітчизняні – “стресостійкість”, “емоційна, психічна та психологічна стійкість особистості” (Л. Аболін, О. Білінов, В. Клочков, М. Корольчук, О. Кокун, В. Крайнюк, Н. Лозінська, О. Левенець, Г. Ложкін, В. Мороз, В. Осьодло, І. Пішко, О. Сафін, В. Стасюк, О. Тімченко, О. Хміляр та ін.)

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань використано теоретичні методи дослідження: аналіз наукових джерел з проблеми дослідження, синтез, порівняння, узагальнення.

Результати й обговорення. Тлумачення категорії стійкості дуже багатогранне. У Великому тлумачному словнику сучасної української мови поняття “стійкий” визначено так: 1) здатний твердо стояти, триматися, не падаючи, не коливаючись; 2) який довго зберігає і виявляє свої властивості, не піддається руйнуванню, псуванню; 3) для якого характерні стабільність, постійність; 4) здатний витримати зовнішній вплив, протидіяти чомусь, до чого, проти чого; здатний зберігатися, існувати за несприятливих умов; витривалий; 5) який виявляє наполегливість, твердість, непохитність у намірах, поглядах, вчинках, діях; вірний своїм переконанням; незламний. У свою чергу “стійкість” трактується так: 1) властивість; 2) здатність об’єкта, системи, виведеної зі стійкого стану, самостійно повертатися в цей стан (*Великий тлумачний словник сучасної української мови, 2005. с. 1393*). У філософії “стійкість” розглядається як чеснота, яка “надає людям силу вистояти в тяжкі часи” (*Є. Грейтенс, 2021. с. 15*). У вітчизняній психології термін “стійкість” використовують для опису стійкості психіки як динамічної якості особистості, що змінюється під впливом зовнішніх і внутрішніх чинників, як життєвого ресурсу, який допомагає долати стрес, фрустрацію та швидко адаптуватися до умов бойової обстановки.

У західній психології на сьогодні широкого застосування набув термін “psychological resilience” (психологічна пружність). Поняття “резильєнтність” (від англ. *resilience* – “пружність”, “еластичність”) потрапило у психологію з

фізики, де позначає “здатність твердих тіл відновлювати свою форму після механічного тиску” (*В. Клочков, 2024, с. 17*). Ідею фізичної пружності було екстрапольовано на психологічну пружність. В APA dictionary of psychology психологічну пружність визначено як процес і результат успішного пристосування до складного життєвого досвіду, особливо через розумову, емоційну та поведінкову гнучкість, а також пристосування до зовнішніх і внутрішніх вимог. Наскільки добре люди адаптуються до негараздів, залежить від низки чинників, а саме способів, якими люди бачать світ і взаємодіють із ним, наявності і якості соціальних ресурсів і конкретних стратегій подолання проблем (*APA dictionary of psychology, 2015, с. 910*). На думку М. Вебстера, психологічну пружність можна визначати як “здатність оговтатися після нещастя чи змін або легко пристосуватися до них”. Отже, феномен пружності у психологічному сенсі набуває низки спільних ознак: здатності витримати певний тип травматичного стресу або несприятливих обставин; адаптивного подолання з поверненням до базового рівня функціонування; позитивного зростання (*Connor, 2006; Punamaki et al., 2006; Tedeschi and Calhoun, 2003; Tedeschi and Calhoun, 2004*) або процвітання (*Fredrickson et al., 2003*) поза межами базового функціонування (*В. Клочков, 2024, с. 17*).

Одночасно з поняттям “психологічної стійкості” в науковій літературі широко використано поняття “психічної стійкості”. Ці поняття схожі, але не тотожні. Так, цілісну, інтегральну якість особистості, що проявляється в її здатності оптимально відображати дійсність у складних, у тому числі стресових ситуаціях, трактують, як “психічну стійкість” (*В.В. Синявський & О.П. Сергєєнкова, 2007, с. 234*). Отже, психічну стійкість треба розглядати як вроджену (біологічну) динамічну властивість особистості, певний внутрішній ресурс, який залежить від властивостей нервової системи (сили, врівноваженості, рухливості) та визначає особливості перебігу психічних процесів, стабільність психічних станів, адаптаційні можливості організму до несприятливих умов.

На переконання В. Клочкова (2025), поняття “психологічна стійкість” необхідно

відрізняти від інших понять, які стосуються різних аспектів стійкості людини, надаючи перевагу особистісним властивостям. Найчастіше поняття “психологічна стійкість” вживають для позначення складної та ємної якості особистості яка забезпечує стабільність її функціонування під час впливу стресорів або фрустраторів та в ході відновлення після завершення їх негативного впливу. Як вважає дослідник, саме у понятті “психологічна стійкість” поєднано комплекс різнорівневих явищ, зумовлених властивостями нервової системи, якостями особистості, службовим і життєвим досвідом, поглядами військовослужбовця, його мотивацією та цінностями. Показниками психологічної стійкості військовослужбовців Сухопутних військ до бойових стресорів дослідник вважає: здатність контролювати свій стан, впевненість у собі, готовність нищити ворога, спрямованість на виконання завдань у складі підрозділу, переконаність у перевазі над ворогом, впевненість у командирах і товаришах по службі, готовність до самопожертви (В. Ключков, 2025, с. 60).

У праці О. Левенець (2017) психологічну стійкість розглянуто як цілісну характеристику особистості, своєрідний фундамент професійної готовності, що забезпечує надійність її функціонування в умовах несприятливого впливу внутрішніх і зовнішніх чинників. Функціональною ознакою психологічної стійкості є ефективна діяльність (успішність) в екстремальних умовах виконання завдань за призначенням (О. Левенець, 2017, с. 137).

У дослідженні М. Корольчука, В. Крайнюка (2007) зазначено, що у психологічній стійкості як складній якості особистості, що є синтезом окремих якостей і здібностей, поєднані: врівноваженість (здатність утримувати рівень напруження, не доводячи психіку та організм до руйнівного стресу); стійкість, стабільність (відсутність перепадів настрою, постійний рівень настрою); опірність (резистентність, здатність зберігати свободу поведінки). Ці складові функціонують на біологічному, психологічному і соціальному рівнях організації особистості військовослужбовця (М. Корольчук & В. Крайнюк, 2007, с. 211).

Підтримання психічної стійкості військовослужбовців на рівні, що забезпечує

ефективне виконання завдань, і її відновлення пов'язані з пошуком внутрішніх (особистісних) і зовнішніх (міжособистісних, соціальної підтримки) ресурсів. Так, Е. Фромм виокремлював три психологічні ресурси, що допомагають людині подолати важкі життєві ситуації:

надія – психологічна категорія, яка сприяє життю і зростанню, є активним очікуванням і готовністю зустрітися з тим, що може з'явитися;

раціональна віра – переконаність у тому, що існує багато реальних можливостей і потрібно вчасно їх виявити. Віра є раціональною інтерпретацією сьогодення;

душевна сила – мужність, здатність чинити опір, не наражати на небезпеку надію і віру, не зруйнувати їх, перетворюючи на голий оптимізм і раціональну віру (М. Корольчук & В. Крайнюк, 2007, с. 209).

В більшості країн – партнерів України в доктринальних документах які стосуються персоналу, розглянуто людський чинник як ключовий у забезпеченні високої боєздатності військ (сил). В армії США психологічну здатність військовослужбовців до виконання завдань за призначенням розглядають через систему психологічної стійкості (resilience) усіх категорій військовослужбовців до негативних психотравмуючих чинників виконання бойових завдань. Оперативна група Американської психологічної асоціації із забезпечення стійкості у відповідь на виклики і загрози визначила психологічну стійкість як “процес успішної адаптації до різноманітних травм, трагічних ситуацій, загроз та інших значних джерел стресу” (О. Коун, 2022, с. 11).

На думку західних дослідників, психологічна стійкість військовослужбовця, виявляється за наявності в нього: когнітивних ресурсів, що дозволяють ефективно вирішувати проблеми; емоційних умінь протистояти стресові; соціальних та сімейних ресурсів, які можуть бути залучені в потрібний час; здатності знаходити мету і сенс своєї служби; фізичної стійкості до тривалих труднощів. На їх переконання, здатність військовослужбовця виконувати професійні завдання закладена на клітинному рівні, але ефективність діяльності буде неоптимальною, якщо

солдат не зможе адаптуватися до оперативного середовища, що швидко змінюється. Саме тому формування адаптивної стійкості в особового складу дуже необхідне для підвищення боєготовності бойових команд (О. Кокун, 2022, с.27).

В сучасних дослідженнях науковці виокремлюють чотири групи чинників, що сприяють психологічній стійкості військовослужбовців:

індивідуальні – позитивне мислення, реалізм, позитивний копінг, контроль за поведінкою, рівень фізичної підготовленості, альтруїзм;

сімейні – емоційні зв'язки, комунікація, близькість, підтримка, виховання;

рівня військового підрозділу – сприятливий командний клімат, згуртованість, командна робота, корпоративний дух;

суспільні – приналежність, згуртованість, колективна ефективність, прихильність (О. Кокун, 2022, с. 30).

Військові психологи довели, що психологічна стійкість залежить від врівноваженості як здатності зіставляти рівень напруження з ресурсами своєї психіки та організму. Рівень напруження завжди зумовлений не лише внутрішніми і зовнішніми обставинами, а й їх особистісною суб'єктивною інтерпретацією. Як чинники психологічної стійкості доцільно розглядати особистісні властивості, що поєднують характер та якості особистості (рівень самооцінки, спрямованість, установки та цінності). Так, схильні до гніву, ворожнечі, цинізму, дратівливості особи більш піддатливі до стресу, а відкриті, доброзичливі, з почуттям гумору – навпаки, більш стійкі. Індивіди з вираженням почуттям гумору легше переборюють стрес і допомагають це робити іншим (В. Клочков, 2024 с. 44). В екстремальних ситуаціях бойової обстановки на реакції військовослужбовця також впливає особистісна самооцінка. Так, особовий склад зі свідомо заниженою самооцінкою зазвичай більшою мірою виявляє ознаки тривожності, невпевненості, ніж люди з адекватною самооцінкою (В. Клочков, 2024 с. 46). Отже, психологічна стійкість – це не тільки індивідуальна особистісна характеристика, а процес, що включає “взаємодію між

людиною, її життєвим досвідом та поточним життєвим контекстом” (О. Кокун, 2022, с. 29)

Аналіз наукових підходів дав змогу зробити висновок про різноманітність підходів до структури феномена психологічної стійкості. Так, С. Лисюк (2011) виокремлює емоційний, вольовий та особистісно-професійний компоненти психологічної стійкості, які створюють підґрунтя для забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців (С. Лисюк, 2011, с. 5).

У праці М. Білової (2007) виокремлено та описано комплекс пов'язаних зі стресостійкістю психологічних властивостей особистості, складовими якого визначені такі компоненти: когнітивно-інтелектуальний (сприйняття, пам'ять, увага, мислення) та емоційно-особистісний (рівень емоційної стійкості, тривожності, агресивності, домінуючий емоційний фон настрою, локус контролю, спрямованість особистості, рівень поведінкової активності) (М. Білова, 2007, с. 4).

За результатами факторного аналізу В. Корольчук за інформативною вагою змінних виокремила чотири провідні компоненти, які свідчать про психологічну стійкість особистості: фактор F₁ – особистісний; фактор F₂ – соціальний; фактор F₃ – типологічний; фактор F₄ – поведінковий (В. Клочков, 2024, с. 49).

У дослідженні психологічної стійкості військовослужбовців Сухопутних військ В. Клочков (2024) виокремив морально-психологічний, мотиваційний, когнітивно-оцінний, емоційний, вольовий та індивідуально-особистісний компоненти (В. Клочков, 2024, с. 51–52).

Психологічні дослідження доводять, що ресурси та навички, пов'язані з позитивною адаптацією, тобто більшою пружністю або стійкістю до психотравмуючих чинників сучасного бою, можна формувати і розвивати. Узагальнення і аналіз досвіду розвитку психологічної стійкості дають змогу стверджувати, що на сьогодні у провідних країнах НАТО (принаймні США, Великій Британії і Канаді) розроблено технології та програми формування психологічної стійкості військовослужбовців (В. Клочков, 2024, с. 54):

Stress Management Training – тренінг управління стресом (щеплення від стресу, медитації, управління увагою тощо);

Preparatory Education – попереднє навчання (програму формування бойової свідомості “Battlemind”, надання військовослужбовцям необхідної інформації про психологічні явища сучасного бою);

Stress-Related Cognitive Appraisals – формування ефективних копінг-стратегій;

Rolemodeling – використання поведінкових зразків (досвіду успішних військовослужбовців) для наслідування;

Exposure/Mission Rehearsal Exercises – тренування військовослужбовців із виконання завдань в обстановці, максимально наближеній до бойової, зокрема з використанням технології віртуальної реальності;

Exposure to Internal Stimuli – тренування апарату стресового реагування.

Ці програми реалізують силами фахівців з психічного здоров'я (їх пропорції щодо військовослужбовців у Британії – 1:2500–4000, США – 1:700, Канаді – 1:500–600) для цілеспрямованого тренування психологічної стійкості військовослужбовців. Досвід наших партнерів та зазначені програми доцільно використовувати для розвитку психологічної стійкості військовослужбовців усіх категорій

під час організації заходів психологічної підтримки персоналу.

Висновки.

1. Психологічна стійкість – це індивідуальна характеристика кожного військовослужбовця, яка відображає його здатність підтримувати необхідний рівень психологічної готовності протягом визначеного часу в конкретних умовах обстановки та швидко відновлювати свій психоемоційний стан після екстремальних (кризових) ситуацій.

2. Важливим ресурсом збереження психологічної стійкості воїнів в умовах російсько-української війни є впевненість у собі, комунікаційні зв'язки по горизонталі і вертикалі, позитивність і раціональність мислення, підтримка оточення (родини, побратимів), позитивний психологічний клімат і командна робота.

3. Аналіз зарубіжного досвіду формування та розвитку психологічної стійкості військовослужбовців показав, що фахівці із психічного здоров'я використовують комплексний підхід з урахуванням широкого спектру психологічних, соціально-психологічних та поведінкових чинників.

Список використаних джерел

1. APA dictionary of psychology (2015). с.1221.
2. Білова М. Е. (2007). Психологічні особливості осіб з різним рівнем стресостійкості (на прикладі працівників стресогенних професій) : автореф. дис. канд. психол. Наук: 19.00.01. Одеса. 20 с
3. Грейтенс Е. (2021). Стійкість: тяжко виборена мужність до ліпшого життя. Харків : Фабула. 432 с.
4. Ключков В. В. (2024). Психологічна стійкість воїна : монографія. Тернопіль : “ЗАЗА ПРІНТ”, 2024. 323 с.
5. Ключков В. В. (2025). Розвиток психологічної стійкості військовослужбовців сухопутних військ до дій в бойових умовах : дис. ... д-ра філософії: 19.00.09 – Психологія діяльності в особливих умовах. Київ : НУОУ. 213 с.
6. Кокун О. М. (2022). Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій : метод. посіб. Київ: Фенікс. 128 с.
7. Корольчук М. С. & Крайнюк В.М. (2006). Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах. Київ : Ніка-Центр. 580 с.
8. Левенець А. Є. (2017). Психологічні засоби підвищення професійно-психологічної стійкості працівників пенітенціарних закладів. Київ : Вісник пенітенціарної асоціації України, № 2. С. 135–145.
9. Лисюк С. Г. (2011). Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців до екстремальних ситуацій професійної діяльності : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.09. Хмельницький. 20 с.
10. Психологічний словник (2007). Авт.-уклад. В. В. Синявський, О. П. Сергєєнкова. За ред. Н. А. Побірченко. Київ : Науковий світ. 336 с.

References

1. APA dictionary of psychology (2015). 1221 s.
2. Bilova M. E. (2007). Psy`xologichni osoby`vosti osib z rizny`m rivnem stresostijkosti [Psychological characteristics of a person with different levels of stress resistance] (na pry`kladi pracivny`kiv stresogenny`x profesij): avtoref. dy`s. kand. psy`xol. Nauk: 19.00.01. Odesa. 20 s. (in Ukrainian).

3. Grejtens E. (2021). Stijkist` : tyazhko vy`borena muzhnist` do lipshogo zhy`ttya [Resilience: Hard-Won Courage for a Better Life]. Xarkiv : Fabula. 432 s. (in Ukrainian).
4. Klochkov V.V. (2024). Psy`xologichna stijkist` voyina : monografiya [The psychological resilience of a warrior]. Ternopil` : "ZAZA PRINT", 2024. 323 s. (in Ukrainian).
5. Klochkov V.V. (2025). Rozvy`tok psy`xologichnoyi stijkosti vijs`kovosluzhbovciv suxoputny`x vijs`k do dij v bojovy`x umovax [Development of psychological resilience of land forces servicemen to actions in combat conditions]: dy`s. ... d-ra filosofiyi: 19.00.09 – Psy`xologiya diyal`nosti v osobly`vy`x umovax. Ky`yiv : NUOU. 213 s. (in Ukrainian).
6. Kokun O.M. (2022). Zabezpechennya psy`xologichnoyi stijkosti vijs`kovosluzhbovciv v umovax bojovy`x dij [Ensuring the psychological stability of military personnel in combat conditions]: metod. posib. Ky`yiv: Feniks. 128 s. (in Ukrainian).
7. Korol`chuk M.S. & Krajnyuk V.M. (2006). Social`no-psy`xologichne zabezpechennya diyal`nosti v zvy`chajny`x ta ekstremal`ny`x umovax [Socio-psychological support for activities in normal and extreme conditions]. Ky`yiv: Nika-Centr. 580 s. (in Ukrainian).
8. Levenecz` A. Ye. (2017). Psy`xologichni zasoby` pidvy`shhennya profesijno-psy`xologichnoyi stijkosti pracivny`kiv penitenciarny`x zakladiv [Psychological means of increasing the professional and psychological resilience of penitentiary workers]. Ky`yiv : Visny`k penitenciarnoyi asociaciyi Ukrayiny`, # 2. S. 135–145. (in Ukrainian).
9. Ly`syuk S. G. (2011). Zabezpechennya psy`xologichnoyi stijkosti vijs`kovosluzhbovciv do ekstremal`ny`x sy`tuacij profesijnoyi diyal`nosti [Ensuring the psychological resilience of military personnel to extreme situations of professional activity]: avtoref. dy`s. ... kand. psy`xol. nauk : 19.00.09. Xmel`ny`cz`ky`j. 20 s. (in Ukrainian).
10. Psy`xologichny`j slovny`k [Psychological Dictionary] (2007). Avt.-uklad. V. V. Sy`nyavs`ky`j, O. P. Serhyeyenkova. Za red. N. A. Pobirchenko. Ky`yiv : Naukovy`j svit. 336 s. (in Ukrainian).

Summary

ANALYSIS OF SCIENTIFIC APPROACHES TO DETERMINING THE PSYCHOLOGICAL CONTENT OF THE PHENOMENON PSYCHOLOGICAL RESILIENCE

Pavlushenko S. Doctor of Philosophy, Deputy
Head of the Department of Internal Communications,
National Defense University of Ukraine

Introduction. The article analyzes the main scientific approaches of domestic and foreign scientists to determining the psychological content and structure of the phenomenon of psychological resilience, identifies the main factors and factors that contribute to the psychological resilience of military personnel, comparison of psychological resilience with similar psychological phenomena was made, and the experience of partner countries in the formation of psychological resilience was investigated.

Purpose. Analysis of scientific approaches of domestic and foreign scientists to determining the psychological content and structure of the phenomenon of psychological resilience

Methods. To solve the tasks, theoretical research methods were used: analysis of scientific sources on the research problem, synthesis, comparison, generalization.

Originality. The author compared psychological resilience with similar psychological phenomena and explored the experience of partner countries in the formation of psychological resilience.

Conclusion.

1. Psychological resilience is an individual characteristic of each serviceman, which reflects his ability to maintain the necessary level of psychological readiness for a certain time in specific conditions and to quickly restore his psycho-emotional state after extreme (crisis) situations.

2. Important resource for maintaining the psychological stability of soldiers in the conditions of the Russian-Ukrainian war is self-confidence, horizontal and vertical communication links, positivity and rationality of thinking, support from others (family, brothers and sisters), a positive psychological climate, and teamwork.

3. Analysis of foreign experience in the formation and development of psychological resilience of military personnel showed that when working in this direction, mental health specialists use a comprehensive approach, taking into account a wide range of psychological, socio-psychological and behavioral factors.

Key words: combat operations; military personnel; psychological stability; psychological readiness; mental stability; psychological support of personnel; resilience; stress resistance.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 04.03.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 11.04.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

МОРАЛЬНА СТІЙКІСТЬ ВОІНА ЯК ЧИННИК УБЕЗПЕЧЕННЯ ЙОГО ВІД МОРАЛЬНОЇ ТРАВМАТИЗАЦІЇ ПІД ЧАС ВИНИКНЕННЯ МОРАЛЬНОЇ ДИЛЕМИ В ХОДІ БОЙОВИХ ДІЙ

Педченко О. В. кандидат психологічних наук,
Черкаський національний університет
імені Б. Хмельницького

<https://orcid.org/0000-0003-4725-940X>

Сасенко О. Г. кандидат технічних наук, доцент,
Військовий інститут телекомунікацій та
інформатизації імені Героїв Крут

<https://orcid.org/0000-0001-7127-6686>

Манзя Є. В. Військовий інститут телекомунікацій
та інформатизації імені Героїв Крут
<https://orcid.org/0000-0002-5350-1162>

У статті розглядається проблема моральної стійкості воїна як складової психологічної стійкості. Обґрунтовано важливість розвитку моральних якостей військовиків як підґрунтя формування моральної стійкості. Акцентовано увагу на важливості навчання військових лідерів для опанування алгоритмом процесу ухвалення рішень в ситуації моральної дилеми для забезпечення від моральної травматизації та забезпечення високої бойової активності особового складу.

Ключові слова: моральна травма; моральна дилема; моральна стійкість; моральні якості воїна; алгоритм етичного процесу ухвалення рішення.

Вступ. Війна, що триває в Україні з 2014 р. та яка увійшла до нової фази з лютого 2022 р., ставить перед суспільством нові виклики. Особливо гостро ці виклики відчують захисники нашої держави – воїни, які боронять її на передньому краї та постійно перебувають в умовах бойового стресу. Бойовий стрес, якого зазнають воїни Збройних Сил України, пов'язаний з діяльністю в умовах щоденної напруги, в умовах екстремальних ситуацій, з тривалою ізоляцією від звичних умов життя. Як окрему групу стресорів у професійній діяльності військових виокремлюють стресори морально-етичного характеру. До цих стресорів відносять докори сумління, відповідальність військових за життя та здоров'я мирного населення, відповідальність за життя та здоров'я ворогів, необхідність застосування зброї чи інших засобів ураження. Ще одним важливим чинником стресу військовослужбовців є необхідність ухвалювати рішення в ситуації складного морального вибору, тобто, в ситуації моральної дилеми.

Війна привносить до життя військових багато ситуацій, коли важко або й неможливо ухвалити рішення та діяти у повній відповідності з моральними

переконаннями: врятувати одного побратима ціною життя іншого; віддати наказ, розуміючи, що його виконання майже не залишає воїнам шансів залишитися живими. Наслідком ситуацій, коли людина є або безпосереднім учасником, або свідком подій, у яких руйнівного впливу зазнають підвалини її моральності, є особливий вид травматизації. Травма, за якої під руйнівний вплив підпадають основні цінності людини, отримала назву моральної травми. Наслідком такої травми, як стверджує Е. Свобода (Svoboda E., 2022) є відчуття гніву, провини, нездатність пробачити себе або іншого, висока ймовірність депресії та суїцидальні імпульси. Криза моральної травми є особливо значущою у часи війни, і особливо для військових – адже моральні дилеми з якими вони стикаються під час виконання бойових завдань стають ледве не щоденним явищем їхнього життя. Наявність у професійній діяльності військових стресорів морально-етичного характеру дозволяє вести мову про важливість формування моральної стійкості військовослужбовця як складової його психологічної стійкості, зокрема, в контексті забезпечення його від моральної травматизації.

Відтак **метою статті** є розкриття важливості моральної стійкості воїна у контексті забезпечення його від моральної травматизації, зокрема, під час ухвалення рішення в ситуації моральної дилеми.

Завдання. Досягнення означеної мети зумовило постановку та виконання дослідницького завдання спрямованого на виявлення особливостей стресорів морально-етичного характеру, обґрунтування напрямів професійної підготовки та практичної діяльності, пов'язаних з формуванням і підтриманням моральної стійкості українських військовослужбовців з урахуванням стандартів країн-членів НАТО.

У статті дістали подальшого розвитку напрями зниження негативного впливу стресорів морально-етичного характеру на стійкість та бойову активність українських військовослужбовців з урахуванням досвіду сучасної російсько-української війни та функціонування збройних сил країн-членів НАТО.

Теоретичне підґрунтя. Проблема формування морально-психологічної стійкості воїна у контексті забезпечення його від моральної травматизації є відносно новою у вітчизняній психології. Засади формування психологічної стійкості воїнів розкриті у працях А. Беспалька (Bespalko A. O., 2018), В. Клочкова (Klochkov V. V. 2022), О. Кокуна, В. Мороза, І. Пішко (Kokun O. M. et al, 2022), З. Комара (Komar Z., 2017), О. Романчука (Romanchuk O., 2022), В. Чорного, А. Романишина, О. Остапчука (Chornyi V., Romanychyn A. & Ostanchuk O., 2024). Поняття морально-психологічної стійкості постулюється у роботах Г. Бондарева та П. Круть (Bondarev H. V., & Krut P. P., 2020), А. Соколова (Sokolov A., 2020), В. Ягупова (Iahupov V., 2004), О. Ярешенко (Iareschenko O. V., 2019). Сутність поняття моральної травми у порівнянні з поняттями колективної травми, ПТСР та травматичного стресу розкривається у роботі Т. Гордовської (Hordovska T. I., 2021). Проявам симптомів моральної травми у військових та цивільних під час війни присвячена наукова розвідка М. Козігори (Kozihora M. A., 2022). Різні аспекти моральної травматизації військових вивчали західні дослідники: К. Браян (див. (Kozihora M. A., 2022) – подібність та

відмінність симптомів моральної травми та ПТСР; Р. Мартін (див. (Kozihora M. A., 2022) – прогнозування ризику самогубства під час моральної травматизації. І. Севрук та Ю. Соколовська (Sevruk I., & Sokolovska Y., 2022) наголошують на новизні вивчення питання ухвалення рішення військовими під час розв'язання морально-етичної дилеми в умовах бойових дій. Ю. Соколовська, І. Севрук, Н. Чупрінова (Sokolovska Y., Sevruk I., & Chuprinova N., 2021) зауважують, що проблема “оптимального морального вибору військовослужбовця та відповідного морального вчинку в контексті невизначеності ситуації збройної боротьби” залишається за межами теоретичного розгляду вітчизняних науковців.

Методи дослідження. Методологічне підґрунтя 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 стресорів морально-етичного характеру сучасної російсько-української війни на моральну стійкість українських військовослужбовців.

Серед спеціальних методів, використаних під час дослідження, відзначимо: спостереження, аналіз спеціальної літератури, експертні оцінки з метою аналізу поняття моральної стійкості особистості в екстремальних умовах, визначення підходів до формування моральної стійкості військовослужбовців до умов бойових дій.

Результати і обговорення. Моральні страждання виникають тоді, коли дії людини, або ж її бездіяльність суперечать її ж моральним принципам та цінностям. Моральний біль супроводжується емоціями провини, сорому, ненависті, агресії. Ці переживання і зумовлюють те, що у психології називають моральною травмою.

Моральна травматизація зумовлюється невідповідністю між тією реальністю з якою людина зіштовхнулася і у якій вона змушена ухвалювати рішення і діяти – та моральними

принципами людини. Е. Свобода (Svoboda E., 2022), звертаючись до історії виникнення поняття моральної травми зауважує, що це поняття до наукового обігу запровадив психіатр Дж. Шей у 90-х рр. XX ст. Але явище моральної травматизації існувало набагато раніше. Б. Літц, який працював у Сполучених Штатах Америки з ветеранами воєн у В'єтнамі, Іраку та Афганістані, зауважив, що більшість задовнених травм були пов'язані із посиленням почуття провини та безнадії. Моральна травма, як зауважує Б. Літц виникає тоді, коли "ваше уявлення про справедливий і добрий у своїй суті світ руйнує щось, що ви зробили або чого ви стали свідком" (див. (Svoboda E., 2022)). Людина переживає подію, яка перевертає її систему цінностей. Це й зумовлює реальні, а не вигадані моральні страждання.

Відповідно до досліджень Т. Ходжсона (див. (Kozihora M. A., 2022)), моральна травма може бути зумовлена такими чинниками: аморальними вчинками, смертю та травмуванням, свідками яких суб'єкт стає чи вчиняє сам; необхідністю ухвалення рішення в ситуації моральної дилеми, що може тягти за собою відчуття зради іншим чи собі самому, відчуття дегуманізації, насильства. Підкреслимо, що моральну дилему, що постає перед воїном, дослідник визначає як один з важливих чинників травматизації. На нашу думку, саме цей чинник є надзвичайно важливим, адже усі інші чинники – відчуття аморальності здійсненого, травматизація чи смерть, відчуття зради, насилля – можуть бути наслідком ухвалення в ситуації моральної дилеми рішення.

Розглянемо сутність поняття моральної дилеми. Т. Федотова (Fedotova T. V., 2022). визначає моральну дилему як ситуацію, коли суб'єкт має зробити вибір між двома моральними припущеннями, за умови, що кожне з цих припущень має для суб'єкта однакову вагу та значущість, а їхнє втілення до життя матиме однакові наслідки. При цьому жодне з моральних припущень не може бути втілене до життя без порушення іншого. Л. Мальцева та О. Гончарова (Maltseva L. K., & Honcharova O. O., 2020) стверджують, що моральна дилема є проблемною ситуацією, яка може бути розв'язана за допомогою двох

взаємовиключних рішень. При цьому, з морального погляду обидва рішення не є бездоганними. Тобто, це важкий для людини вибір між несприятливими чи навіть взаємовиключними альтернативами. Рішення, яке б відповідало моральним нормам під час розв'язання дилеми не існує. Прикладами моральних дилем можуть бути питання: "Чи вартий порятунком життя кількох людей шляхом убивства однієї людини?" або "Кого рятувати першим за рахунок життя іншого – рідну людину чи незнайому?" (Dylema (dilemma, 2023)).

Моральна дилема, як наголошує Т. Федотова (Fedotova T. V., 2022), зумовлює в особистості моральний дистрес. Моральний дистрес описується В. Флемінгом як збіг або ж зіткнення у свідомості людини таких моральних рішень, які є конкуруючими, але які особистість сприймає як обов'язкові для втілення. Тобто, особистість має водночас втілити або виконати конкуруючі між собою моральні рішення. Це завдає людині моральних страждань та може зумовити переживання екзистенційної провини та сорому, невпевненості та безпорадності, відчаю, абсурдності життя та втрату сенсу, тобто, тих переживань що є характерними для моральної травматизації.

Питання вирішення моральних дилем, як наголошує О. Бойко (Boiko O. V., 2020) є доволі поширеною проблемою, особливо у представників тих професій, від рішень та дій яких залежать життя людей. До низки таких професій відноситься й професія військового. Перед військовим може постати моральний вибір: дотримуватися своїх чи делегованих державою моральних принципів або ж погодитися з іншими принципами, які є доцільними, наприклад, з військового погляду. Небезпека дилем у контексті можливої моральної травматизації у тому, що не існує такого її розв'язання, яке б відповідало загальновизнаним моральним нормам (Boiko O. V., 2020). Найбільша ж проблема дилем у тому, що вони можуть паралізувати дії людини, що є смертельно небезпечно в умовах війни.

Той факт, що моральна дилема є однією з важливих моральних проблем війни зауважує Н. Головіна (Holovina N. I., 2022). Дослідниця також визначає дилему як проблему, що не має однозначного та

простого рішення і яка містить суперечність, що не піддається формальному аналізу. Вона стверджує, що головна моральна дилема війни пов'язана з відповіддю на питання: “за яких умов людина має моральне право і навіть моральний обов'язок вбити іншу людину?” (Holovina N. I., 2022, с. 13). Шукаючи відповідь на це питання, Н. Головіна звертається до розробленої у філософії доктрини морально виправданої війни та її принципів. Перший принцип визначає за яких обставин війна стає справедливою справою. Значущою обставиною, яка зумовлює справедливість війни є її морально виправдана мета – це ситуація, коли ви захищаєтеся від агресора, який на вас напав, запобігаєте геноциду, захищаєте союзників чи друзів. Підтвердження цієї тези знаходимо у В. Кравченко та В. Пашченко: “У межах справедливого застосування військової сили етичним і легітимним вважається самозахист від жорстокого насилля агресора, той на кого здійснили напад має повне право захищати себе та свій народ” (Kravchenko V. Y., & Pashchenko V. I., 2016, с. 7). У цьому контексті підкреслимо також позицію Г. Бондарева та П. Круть (Bondarev N. V., & Krut P. P., 2020). Дослідники констатують: для того, аби виник моральний внутрішньо-особистісний конфлікт, суперечність, що зумовлена дилемою, має набутися для людини глибокого особистісного сенсу, інакше вона не буде сприйматися як дилема. І тоді для людини не буде проблеми вибору між християнською цінністю “не вбий” та обов'язком захищати свою країну на полі бою.

Підтвердження дієвості окресленого вище знаходимо в інтерв'ю психотерапевта, майора Збройних Сил України у відставці О. Карачинського (Krykunenko I., 2022), яке він дав кореспонденту “New voice. Україна”. Відповідаючи на питання про те, чи виникають у бійців моральні дилеми пов'язані із вбивством іншої людини, зазначив, що не зустрічав таких дилем у військових під час бойових дій. Науковець пояснює це двома чинниками. Перший – це особливості ведення бою. Адже, коли відбуваються бойові дії, то часу розмірковувати “вбивати чи не вбивати” просто немає, діють інстинкти. Другий чинник – особливості сприйняття ситуації

військовими. Мається на увазі сприйняття супротивника не як людини, стосовно якої виникає моральна дилема – чи маю я право її вбити?, – а як ворога, агресора, негідника який прийшов убити тебе та захопити твою землю. Така дегуманізація супротивника, зауважує О. Карачинський, є важливою для виконання бойових завдань військовими (Krykunenko I., 2022). З такою позицією солідаризується З. Комар (Komar Z., 2017). Він підкреслює важливість морально-психологічної підготовки воїна у контексті його убезпечення від руйнівних емоцій. Одним з видів підготовки до бойових дій є встановлення між воїном та ворогом моральної дистанції за допомогою усвідомлення: “вони – агресори”, “вони прийшли знищити нас та наш дім”.

Другий принцип доктрини морально виправданої війни, на який вказує Н. Головіна (Holovina N. I., 2022) – це справедливість у самій війні. Це ті моральні обмеження відповідно до яких людина діє під час війни. Тобто, не достатньо мати моральне обґрунтування справедливості війни, важливо вести цю війну відповідно до правил та норм моралі. Для забезпечення справедливості у самій війні важливо діяти відповідно до принципів пропорційності та вибірковості. Пропорційність передбачає використання такої міри насильства під час конкретної військової операції, яка є необхідною для досягнення мети і не більше. Тобто, має бути адекватне співвідношення між завданням насиллям та мірою відповіді на нього. Проте, зауважимо, що реалізація цього принципу вже передбачає можливість виникнення певних моральних дилем – як визначити пропорційність та відповідність міри насильства та мети військової операції? Принцип вибірковості як практична реалізація принципу справедливості, передбачає заборону знищення не комбатантів. Справедливість під час військових дій можлива за умови, що у кожному ухваленому військовим рішенні відображені його моральні переконання. Тоді рішення будуть, у тому числі, спрямовані також на обмеження жорстокості, страждань та руйнувань. Як зауважують В. Кравченко та В. Пашченко (Kravchenko V. Y., & Pashchenko V. I., 2016), для “справедливої” війни не достатньо її

моральних та справедливих цілей – засоби ведення війни та засоби досягнення конкретних бойових цілей також не мають бути аморальними.

Морально-етичні дилеми та проблеми вибору постають на війні як перед рядовими солдатами так і перед представниками вищого командного складу армії. Кожного разу такі ситуації будуть супроводжуватися невизначеністю та певними ризиками. Як приклад морально-етичної дилеми, що постає перед військовослужбовцем, може бути питання того, як розпорядитися їжею, персональною аптечкою або власною безпекою для того, аби забезпечити можливість рідним загиблого побратима поховати його на своїй землі. У ситуації війни це питання набуває проблеми вибору між власним життям та здоров'ям чи життям та здоров'ям іншого або між власним життям і здоров'ям та самосприйняттям себе як гідної людини.

І. Севрук та Ю. Соколовська (Sevruk I., & Sokolovska Y., 2022) також звертають увагу на той факт, що проблема ухвалення персонального рішення та відповідальності за нього у ситуації морально-етичної дилеми є надзвичайно гострою у військовий час. Проблема ухвалення такого рішення не може оминати жодна цивільна, а тим більше військова особа. Дослідниці зауважують: “Етичне рішення, що пов’язане з морально-етичною дилемою у ситуації морального вибору, – завжди постає як необхідність вирішення внутрішнього морального конфлікту. Це завжди надскладний та болючий вибір з неочевидними наслідками, що потребує від людини повного усвідомлення можливих наслідків та готовності взяти на себе персональну та соціальну відповідальність” (Sevruk I., & Sokolovska Y., 2022, с. 83). Л. Мальцева та О. Гончарова також акцентують увагу, що для того, аби здійснити вибір одного з двох можливих варіантів рішень та “прийняти до розуміння наслідки цього вибору, потрібна сила” (Maltseva L. K., & Honcharova O. O., (2020), с. 65). У контексті вищесказаного набуває значущості сформованість у суб’єкта такої властивості як моральна стійкість, яку ряд дослідників визначають як складову психологічної стійкості.

У науково-методичній розвідці О. Кокуна та ін. (Kokun O. M., 2022)

здійснений аналіз наукових підходів до розуміння поняття психологічної стійкості. Дослідники наголошують, що у сучасній науковій літературі психологічну стійкість розглядають у різних аспектах: як особистісну властивість, яка має складну структуру; як вияв адекватності психічного стану суб’єкта; як здатність до відновлення позитивних психічних станів; “як сукупність адаптаційних процесів, що забезпечують інтегрованість особистості в плані збереження узгодженості основних функцій, стабільність їхнього виконання” (Kokun O. M., 2022, с. 9). Зауважимо, що у якому б контексті психологічна стійкість не розглядалася науковцями, характерною є спільна позиція щодо того, що саме її сформованість дозволяє суб’єкту протистояти важким, напруженим та несприятливим життєвим обставинам, зберігаючи при цьому працездатність, здатність до самоорганізації та регуляції власної поведінки та емоційного стану. Одним з важливих ресурсів психологічної стійкості дослідниками визначається ресурс характеру. Під цим ресурсом розуміється можливість людини опертися на власні стійкі та здорові переконання, які узгоджуються із системою особистісних цінностей, що є підґрунтям моралі та надають сенс життю. Підкреслимо, що у зазначеній праці (Kokun O. M., 2022) виокремлюються шість компонентів психологічної стійкості: індивідуально-особистісний, вольовий, емоційний, мотиваційний, когнітивно-оцінний та морально-психологічний.

З опорою на моральність, як особистісну властивість, поняття стійкості тлумачиться О. Шемчуком, В. Гаврюшенко та Н. Вербиним (Shemchuk O. M., Navriushenko V. V., & Verbyn N. B., 2023). Дослідники розглядають це поняття у контексті моральних рис та чеснот воїнів Збройних Сил України, які виконують бойові завдання. Як моральна чеснота стійкість виявляється у силі духу та незламності, у здатності переносити усі випробування війни, усі обмеження та складності, зумовлені війною, не втрачаючи при цьому непохитність прагнення перемоги та любов у серці. Підґрунтям для формування та розвитку моральних чеснот є ціннісно-мотиваційна та вольова сфери

особистості. Дослідники підкреслюють значущість моральних чеснот військовослужбовців Збройних Сил України в умовах сучасної російсько-української війни з огляду на низку чинників. По-перше, як зауважують науковці, саме моральні цінності та чесноти військових є запорукою їхньої перемоги, оскільки забезпечують впевненість, волю до перемоги, сприяють збереженню психологічного здоров'я та ухваленню зрілих рішень. По-друге, саме опора на моральні цінності дозволяє воїну “чинити правильно у повсякденному житті у межах своєї кар'єри” (Shemchuk O. M., Havriushenko V. V., & Verbyn N. B., 2023, с. 151). Особливо важливим це є з огляду на інформаційно-психологічну війну, яку здійснює ворог, намагаючись дискредитувати українських воїнів як перед світовою спільнотою, так і перед населенням тимчасово окупованих територій України. Третій чинник, який обумовлює значущість моральних чеснот воїнів Збройних Сил України – це те, що саме опора на них дозволяє не просто пережити вплив травматичного стресу війни, а й сприяє подальшому посттравматичному особистісному зростанню.

А. Соколов (Sokolov A., 2020) наголошує на характерних рисах морально стійкої особистості. До таких рис він відносить такі, як витримка, незламність, непохитність, міцність та здатність протистояти проявам аморальності. Дослідник переконаний, що моральну стійкість військовослужбовця варто розглядати як його характерологічну особливість. Саме моральну стійкість дослідник вважає найбільш важливою якістю у контексті формування готовності військовослужбовця до виконання своїх обов'язків.

На думку В. Ягупова (Iahupov V., 2004), визначальними для морально-політичної стійкості воїна під час виконання ним бойових завдань є дві групи почуттів. Перша – це морально-політичні почуття до яких з погляду науковця варто віднести патріотизм, відданість Батьківщині, відчуття громадянськості. Друга група почуттів – це почуття відповідальності, яке проявляється у низці властивостей: усвідомлення обов'язку перед суспільством, уміння оцінювати свої

вчинки, відповідальне ставлення по відношенню до самого себе, до інших, до військового колективу. В. Ягупов (Iahupov V., 2004) підкреслює важливість морального чинника у вирішенні бойових завдань та досягненні поставлених цілей під час війни.

На тому, що морально-психологічна стійкість воїна залежить від розвиненості моральних почуттів, а саме: любові до Батьківщини, ненависті до ворогів, почуття військового обов'язку, честі, гідності, совісті, акцентують увагу Г. Бондарев та П. Круть (Bondarev H. V., & Krut P. P., 2020).. Саме ці моральні почуття мотивують військового у бою. Усі почуття, у тому числі й моральні, як підкреслюють науковці, тісно пов'язані із світоглядом воїна, його переконаннями.

У контексті формування моральної стійкості воїна акцентуємо увагу на позиції О. Завгородньої (Zavhorodnia O. V., 2009). Дослідниця стверджує, що моральне становлення особистості передбачає розвиток двох компонент моральності – мотиваційного та регуляційного. Високий рівень розвитку мотиваційної компоненти передбачає домінування у потребнісно-мотиваційній сфері особистості емпатійно-альтруїстичної мотивації: цінності служіння людям, любові, творчості. Високий рівень розвитку регулятивної компоненти моральності означає здатність особистості регулювати свою поведінку на підставі самосвідомості, здатність самостійно ставити та розв'язувати завдання, здатність до наднормативної активності. Результатом морального становлення особистості воїна є формування у структурі його характеру таких рис як емпатійне ставлення до людей, відсутність егоцентричної обмеженості, здатність не робити “атрибутивних помилок”, тобто не приписувати собі шляхетні мотиви, а іншим людям – більш низькі, а також здатність до надситуативної активності, до постановки надзавдань, спроможність діяти в умовах невизначеності та ризику. На нашу думку, сформованість цих рис є важливим компонентом моральної стійкості воїна, а, відтак, чинником убезпечення його від моральної травматизації.

На тому, що моральність є надзвичайно важливим чинником ефективної діяльності військовослужбовців, акцентується увага й у

монографії “Психологічні засади ефективності службово-бойової діяльності військовослужбовців військової служби за контрактом внутрішніх військ МВС України” (Matsehora Y. V. та ін., 2013), у якій наведені результати дослідження, що було проведене у контексті розробки психологічного профілю військовослужбовців. Під час дослідження науковці виокремили особистісні властивості високоефективних та слабоефективних військовослужбовців. Відповідно до отриманих результатів, військовослужбовці з високою ефективністю професійної діяльності мають значно вищі показники моральності, ніж ті військові, які є слабоефективними. Підкреслимо, що у цьому ж дослідженні відзначається й високий рівень адаптивності високоефективних військових. Дослідники припустили, що саме розвиненість ціннісно-моральної сфери, а також високий рівень нервово-психічної стійкості є важливою умовою адаптивності високоефективних військових.

Відтак, аналіз наукових джерел дозволяє констатувати важливість формування моральних якостей воїнів Збройних Сил України не лише в аспекті успішності їхньої діяльності по захисту незалежності та суверенності нашої держави, а й в аспекті формування їхньої моральної стійкості, як чинника убезпечення від моральної травматизації в ситуації моральної дилеми та чинника посттравматичного зростання.

У контексті убезпечення воїнів від травматичних наслідків необхідності ухвалення рішення в ситуації моральної дилеми наголосимо також на позиції О. Бойка (Boiko O. V., 2020). Дослідник констатує: оскільки людство постійно стикалося з моральними дилемами, то існували й спроби віднайти рішення для їхнього розв’язання. Результатом наукових пошуків стали певні рекомендації, до яких можливо звертатися у ситуації моральної дилеми. По-перше, варто пам’ятати, що у деяких випадках наявність дилеми може бути спростована шляхом логічних розмірковувань. По-друге, якщо дилема все ж присутня, вибрати те рішення, реалізація якого передбачає більше добро та, відповідно, менше зло. По-третє –

спробувати розширити горизонти бачення ситуації, що може дозволити переглянути проблему, знайшовши нові альтернативні рішення її розв’язання. Як зауважує О. Бойко (Boiko O. V., 2020), ухвалити рішення в ситуації моральної дилеми, військовому може допомогти алгоритм “етичного процесу ухвалення рішення”. Цей алгоритм пропонується військовим лідерам в арміях цивілізованих країн світу. Опанування алгоритмом процесу етичного ухвалення рішення дозволить військовому в ситуації моральної дилеми не лише ухвалити єдино можливе та ефективне рішення, а й бути при цьому захищеним від моральної травматизації.

Проте, тут виникає ще одна моральна дилема, про яку пишуть Р. Пагулич та ін. (Pahulych R. et al., 2023). Згаданий вище алгоритм вивчають військові лідери, зокрема, армій країн НАТО. Навчання є ключовим елементом для успішних бойових дій. На сьогодні, Збройні Сили України мають проблему: в активній фазі війни втрачено багато досвідчених бійців та молодших офіцерів – це ті люди, що мали досвід бойових дій, могли ухвалити рішення, були навченими та ефективними. Постає проблема постійного навчання військових – адже навченість однаково важлива для усіх починаючи від простого солдата до старших офіцерів. Оскільки без відповідної підготовки і навчання збільшуються втрати. Тому тих, хто виявляє навички ефективного управління під час виконання бойових завдань, важливо навчати. Але поки вони проходять навчання хтось виконує бойові завдання і платить свою ціну, у тому числі й через брак відповідних знань. Якраз у цьому й полягає сутність моральної дилеми, яку має розв’язати військове керівництво: перспективних військових з управлінського погляду необхідно відривати від виконання бойових завдань, забезпечуючи їхнє навчання, але хтось при цьому має залишатися на бойовому посту, виконувати бойові завдання, жертвуючи собою.

Висновок. Таким чином, моральні дилеми в умовах сучасної російсько-української війни є невід’ємною частиною життя українського війська як рядового, так і командного складу. Ці дилеми стосуються не ставлення до ворога, не реалізації

християнської цінності “не убий” відносно ворога, що прийшов знищити український народ та державність, а ставлення до побратимів у контексті збереження їхнього життя з одного боку, а з іншого – необхідністю пожертвувати їхнім життям чи власним життям для захисту Батьківщини. Підґрунтям, що допоможе ухвалити складне моральне рішення, допоможе убезпечити воїна від моральної травматизації в ситуації моральної дилеми є його моральні якості, що є підвалинами моральної стійкості, важливим змістом якої є глибоке усвідомлення воїном сенсу того, що він

робить і за що бореться, усвідомлення змісту та цінності цієї діяльності, а також усвідомлення приналежності до історії своєї держави та її боротьби за свободу та незалежність.

За межами даної роботи залишилося коло питань, що очікують свого вирішення, а саме: дослідження практичних аспектів формування моральної стійкості майбутніх воїнів та формування під час їхнього навчання навичок та алгоритмів дій у ситуації моральної дилеми з метою запобігання їхньої моральної травматизації в умовах бойових дій.

Список використаних джерел

1. Беспалько А. О. (2018). Теоретичний аналіз психологічної стійкості особистості. Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи: матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції. Київ: КНУ імені Тараса Шевченка. С. 21-24.
2. Бойко О. В. Етична дилема прийняття рішення військовим лідером. URL: https://petrimazepa.com/uk/etichna_dilema_priinyattya_rishennya_viykovim_liderom. (дата звернення: 26.01.2025).
3. Бондарев Г. В., & Круть П. П. (2020). Основи військової психології: навчальний посібник. Харків: Харківський національний університет внутрішніх справ. 272 с.
4. Головіна Н. І. (2022 р.). Етика війни: моральні дилеми військових конфліктів. Людський потенціал у контексті сучасних соціокультурних перетворень [матеріали Всеукр. наук.-практ. Конференції]. Полтава: ПНПУ імені В. Г. Короленка, С. 13-16.
5. Гордовська Т. І. (2021). Конструкт моральної травми та його концептуальний зміст. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. Вип. 4. С. 7-16.
6. Кокун О. М. та ін. (2022). Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій: метод. посіб. Київ-Одеса: Фенікс, 128 с.
7. Завгородня О. В. (2009). Моральність як психологічна проблема. Психологія і суспільство № 2. С. 60-77.
8. Ключков В. В. (2022). Особливості формування психологічної стійкості майбутніх офіцерів збройних сил України. Вісник Національного університету оборони України № 6. С. 67-77.
9. Козігора М. А. (2022). Прояви симптомів моральної травми у військовослужбовців та цивільного населення під час війни. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки. Вип. 2. С. 20-27.
10. Комар З. (2017). Психологічна стійкість воїна: підручник для військових психологів. Київ.
11. Кравченко В. Ю., & Пашенко В. І. (2016). Практика та теорія “справедливої війни” в XXI столітті. Вісник Дніпропетровського університету № 1. С. 4-12.
12. Крикуненко І. Коли тебе можуть завтра вбити. Військовий психолог – про те, які розлади найпоширеніші серед бійців “на нулі” [Інтерв’ю НВ]. URL: <https://nv.ua/ukr/ukraine/events/psihologichna-pidtrimka-pid-chas-viyni-psiholog-pro-nauposhirenishi-travmi-i-rozradi-u-viyskovih-50270146.html>. (дата звернення: 26.01.2025).
13. Мальцева Л. К., & Гончарова О. О. (2020). Моральна дилема як етична проблема і варіанти її вирішення. Філософські та культурологічні проблеми людства очима студентів [Матеріали III Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції]. Миколаїв: НУК, С. 62-65.
14. Пагулич Р., & Кречко Я. та ін. Чому в бій ведуть молоді командири? URL: <https://www.radiosvoboda.org/a/chomu-v-bii-vedyt-molodi-komandyry/32324937.html> (дата звернення: 26.01.2025).
15. Мацегора Я. В. та ін. (2013). Психологічні засади ефективності службово-бойової діяльності військовослужбовців військової служби за контрактом внутрішніх військ МВС України: монографія. Харків: Акад. ВВ МВС України, 326 с.
16. Романчук О. Психологічна стійкість в умовах війни: індивідуальний та національний вимір. URL: https://i-cbt.org.ua/resilience_ukraine/. (дата звернення: 26.01.2025).
17. Свобода Е. Моральна травма: невидима епідемія. URL: <https://zbruc.eu/node/113373>. (дата звернення: 26.01.2025).
18. Севрук І., & Соколовська Ю. (2022). Морально-етичні аспекти діяльності цивільних та військових на території країни, що зазнала військової агресії: український досвід. Вісник Львівського університету. Серія: філос.-політолог. студії. Вип. 41. С. 78-87.

19. Соколов А. (2020). Теоретичний аналіз поняття “моральна стійкість майбутнього офіцера”. Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету. Серія: Педагогіка № 25. С. 158-162.
20. Соколовська Ю., Севрук І., & Чупрінова Н. (2021). “Етика збройної боротьби”: поняття, проблеми, перспективи дослідження. Перспективи. Соціально-політичний журнал № 4. С. 157-166.
21. Федотова Т. В. (2022). Емпіричне дослідження моральних дилем осіб юнацького віку в умовах військових дій. Перспективи та інновації науки. Серія: Педагогіка. Психологія. Медицина № 13. С. 706-719.
22. Чорний В., Романишин А., & Остапчук О. (2024). Стійкість українських військовослужбовців в ході російсько-української війни: психологічні чинники. Вісник Національного університету оборони України, № 81(5), С. 181-189.
23. Шемчук О. М., Гаврюшенко В. В., & Вербин Н. Б. (2023). Науково-теоретичні аспекти психології моральності військовослужбовців в сучасній російсько-українській війні. Вісник Національного університету оборони України № 2. С. 146-160.
24. Ягупов В. (2004). Військова психологія. Теорія і практика. Київ: ТанDEM, 656 с.
25. Ярещенко О. В. (2019). Умови розвитку морально-психологічної стійкості співробітників національної поліції України. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки № 3. С. 193-198.
26. Дилема (dilemma) – що це таке і як вирішуються дилеми. URL: <https://termin.in.ua/dylema-dilemma/>. (дата звернення: 26.01.2025).

References

1. Bessalko A. O. (2018). Teoretychnyi analiz psykholohichnoi stiikosti osobystosti. [Theoretical analysis of psychological resilience of the individual] *Viiskova psykholohiia u vymirakh viiny i myru: problemy, dosvid, perspektvy: materialy III Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii*. Kyiv: KNU imeni Tarasa Shevchenka. S. 21-24. (in Ukrainian).
2. Boiko O. V. Etychna dilemma pryiniattia rishennia viiskovym liderom. [The ethical dilemma of decision-making by a military leader.]. URL: https://petrimazepa.com/uk/etichna_dilema_priynyattya_rishennya_viiskovim_liderom. (in Ukrainian).
3. Bondarev H. V., & Krut P. P. (2020). Osnovy viiskovoi psykholohii: navchalnyi posibnyk. [Fundamentals of Military Psychology: A Study Guide] Kharkiv: Kharkivskiy natsionalnyi universytet vnutrishnikh sprav. 272 s. (in Ukrainian).
4. Holovina N. I. (2022). Etyka viiny: moralni dylemy viiskovykh konfliktiv. Liudskiy potentsial u konteksti suchasnykh sotsiokulturnykh peretvoren [Ethics of War: Moral Dilemmas of Military Conflicts. Human Potential in the Context of Modern Sociocultural Transformations] [materialy Vseukr. nauk.-prakt. Konferentsii]. Poltava : PNPu imeni V. H. Korolenka, S. 13-16. (in Ukrainian).
5. Hordovska T. I. (2021). Konstrukt moralnoi travmy ta yoho kontseptualnyi zmist. [The construct of moral trauma and its conceptual content]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu*. Seriya: Psykholohichni nauky. Vyp. 4. S. 7-16. (in Ukrainian).
6. Kokun O. M. et al (2022). Zabezpechennia psykholohichnoi stiikosti viiskovosluzhbovtiv v umovakh boiovykh dii. [Ensuring the psychological stability of military personnel in combat conditions: metod. posib. Kyiv-Odesa: Feniks, 128 s. (in Ukrainian).
7. Zavorodnia O. V. (2009). Moralnist yak psykholohichna problema. [Morality as a psychological problem]. *Psykholohiia i suspilstvo* № 2. S. 60-77. (in Ukrainian).
8. Klochkov V. V. (2022). Osoblyvosti formuvannia psykholohichnoi 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* № 6. S. 67-77. (in Ukrainian).
9. Kozihora M. A. (2022). Proiavy symptomiv moralnoi travmy u viiskovosluzhbovtiv ta tsyvilnoho naselennia pid chas viiny. [Symptoms of moral trauma in military personnel and civilians during war]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu*. Seriya: Psykholohichni nauky. Vyp. 2. S. 20-27. (in Ukrainian).
10. Komar Z. (2017). Psykholohichna stiikist voina: pidruchnyk dlia viiskovykh psykholohiv. [Psychological resilience of a warrior: a textbook for military psychologists]. Kyiv. (in Ukrainian).
11. Kravchenko V. Y., & Pashchenko V. I. (2016). Praktyka ta teoriia “spravedlyvoi viiny” v XXI stolitti. [The practice and theory of “just war” in the 21st century]. *Visnyk Dnipropetrovskoho universytetu* № 1. S. 4-12. (in Ukrainian).
12. Krykunenko I. Koly tebe mozhut zavtra vbyty. Viiskovy psykholoh – pro te, yaki rozlady naiposhyrenishi sered biitsiv “na nuli”. [When you can be killed tomorrow. A military psychologist talks about the most common disorders among soldiers “at zero”]. [Interviu NV]. URL: <https://nv.ua/ukr/ukraine/events/psihologichna-pidtrimka-pid-chas-viyni-psiholog-pro-nayposhyrenishi-travmi-i-rozladi-u-viyskovih-50270146.html>. (in Ukrainian).

13. Maltseva L. K., & Honcharova O. O. (2020). Moralna dylema yak etychna problema i varianty yii vyrishennia. [Moral dilemma as an ethical problem and options for its solution]. *Filosofski ta kulturolohichni problemy liudstva ochyma studentiv* [Materialy III Vseukrainskoi studentskoi naukovo-praktychnoi konferentsii]. Mykolaiv: NUK, S. 62-65. (in Ukrainian).
14. Pahulych R., & Krechko Y. ta in. Chomu v bii vedut molodi komandyry? [Why are young commanders leading into battle?]. URL: <https://www.radiosvoboda.org/a/chomu-v-bii-vedyt-molodi-komandyry/32324937.html>. (in Ukrainian).
15. Matsehora Ya. V. ta in. (2013). *Psykhologichni zasady efektyvnosti sluzhbovo-boiovoi diialnosti viiskovosluzhbovtiv viiskovoi sluzhby za kontraktom vnutrishnikh viisk MVS Ukrainy: monohrafiia*. [Psychological principles of the effectiveness of service and combat activities of military personnel of the internal troops of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine: monograph]. Kharkiv: Akad. VV MVS Ukrainy, 326 s. (in Ukrainian).
16. Romanchuk O. *Psykhologichna stiikist v umovakh viiny: indyvidualnyi ta natsionalnyi vymir*. [Psychological resilience in wartime: individual and national dimensions]. URL: https://i-cbt.org.ua/resilience_ukraine/. (in Ukrainian).
17. Svoboda E. *Moralna travma: nevydyma epidemiia*. [Moral trauma: an invisible epidemic]. URL: <https://zbruc.eu/node/113373>. (in Ukrainian).
18. Sevruck I., & Sokolovska Y. (2022). *Moralno-etychni aspekty diialnosti tsyvilnykh ta viiskovykh na terytorii krainy, shcho zaznala viiskovoi ahresii: ukrainskyi dosvid*. [Moral and ethical aspects of the activities of civilians and military personnel on the territory of a country that has experienced military aggression: Ukrainian experience]. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Serii: filos.-politoh. studii*. Vyp. 41. S. 78-87. (in Ukrainian).
19. Sokolov A. (2020). *Teoretychnyi analiz poniattia "moralna stiikist maibutnoho ofitsera"*. [Theoretical analysis of the concept of "moral stability of a future officer"]. *Naukovyi visnyk Melitopolskoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu. Serii: Pedahohika* № 25. S. 158-162. (in Ukrainian).
20. Sokolovska Y., Sevruck I., & Chuprinova N. (2021). *"Etyka zbroinoi borotby": poniattia, problemy, perspektyvy doslidzhennia*. ["Ethics of armed struggle": concepts, problems, research prospects]. *Perspektyvy. Sotsialno-politychnyi zhurnal* № 4. S. 157-166. (in Ukrainian).
21. Fedotova T. V. (2022). *Empyrychne doslidzhennia moralnykh dylem osib yunatskoho viku v umovakh viiskovykh dii*. [An empirical study of the moral dilemmas of adolescents in conditions of military operations]. *Perspektyvy ta innovatsii nauky. Serii: Pedahohika. Psykhologhiia. Medytsyna* № 13. S. 706-719. (in Ukrainian).
22. Chornyi V., Romanychn A., & Ostanchuk O. (2024). *Stiikist ukrainskikh viiskovosluzhbovtiv v hodi rosiisko-ukrainskoi viiny: psyhologichni chynnyky*. [Resilience of the Ukrainian military during the Russian-Ukrainian war: psychological factors]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, № 81(5), S. 181-189. (in Ukrainian).
23. Shemchuk O. M., Havriushenko V. V., & Verbyn N. B. (2023). *Naukovo-teoretychni aspekty psykhologhii moralnosti viiskovosluzhbovtiv v suchasni rosiisko-ukrainskii viini*. [Scientific and theoretical aspects of the psychology of the morality of military personnel in the modern Russian-Ukrainian war]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, № 2. S. 146-160. (in Ukrainian).
24. Iahupov V. (2004). *Viiskova psykhologhiia. Teoriia i praktyka*. [Military Psychology. Theory and Practice]. Kyiv: Tandem, 656 s. (in Ukrainian).
25. Iareshchenko O. V. (2019). *Umovy rozvytku moralno-psykhologichnoi stiikosti spivrobitnykiv natsionalnoi politsii Ukrainy*. [Conditions for the development of moral and psychological resilience of employees of the National Police of Ukraine]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Serii: Psykhologichni nauky* № 3. S. 193-198. (in Ukrainian).
26. *Dylema (dilemma) – shcho tse take i yak vyrishuiutsia dylemy*. [Dilemma – what it is and how dilemmas are solved]. URL: <https://termin.in.ua/dylema-dilemma/>. (in Ukrainian).

Summary

THE MORAL STABILITY OF A WARRIOR AS A FACTOR OF ENSURING HIM FROM MORAL TRAUMATIZATION DURING THE EMERGENCE OF A MORAL DILEMMA DURING COMBAT ACTIONS

Pedchenko O. candidate of psychological sciences,
Cherkasy National University named after B. Khmelnytsky
Sayenko O. candidate of technical sciences, associate
professor, Military Institute of Telecommunication and
Information Technologies named after the Heroes of Kruty
Manzya Y. Military Institute of Telecommunication and
Information Technologies named after the Heroes of Kruty

The article considers the problem of the moral stability of a soldier as a component of psychological stability. The importance of developing the moral qualities of military personnel as a basis for the formation of

moral stability is substantiated. Attention is focused on the importance of training military leaders to master the algorithm of the decision-making process in a moral dilemma situation to protect against moral traumatization and ensure high combat activity of personnel.

Introduction. The war that has been going in Ukraine since 2014 and entered in a new phase in February 2022 poses new challenges to society. The defenders of our state - soldiers who defend it on the front line and are constantly under combat stress - feel these challenges especially acutely. Combat stress experienced by the soldiers of the Armed Forces is associated with activities in conditions of daily stress, in conditions of extreme situations, with long-term isolation from the usual conditions of life. As a separate group of stressors in the professional activity of the military, stressors of a moral and ethical nature are singled out.

The presence of moral and ethical stressors in military professional activity allows us to talk about the importance of forming the moral stability of a serviceman as a component of his psychological stability, in particular, in the context of protecting him from moral traumatization.

Purpose. To reveal the importance of a soldier's moral and psychological stability in the context of protecting him from moral traumatization, in particular, when making a decision in a moral dilemma situation.

Methods. The methodological basis of the study is a set of general scientific and special methods of scientific knowledge, the application of which allowed ensuring the reliability of the results obtained and achieving the formulated goal and objectives of the study.

Originality. Moral traumatization is caused by the discrepancy between the reality that a person has encountered and in which he is forced to make decisions and act - and the moral principles of a person. E. Svoboda, referring to the history of the emergence of the concept of moral trauma, notes that this concept was introduced into scientific circulation in the 90s of the 20th century by the psychiatrist J. Shay. But the phenomenon of moral traumatization existed much earlier. B. Litz, who worked in the United States with veterans of the wars in Vietnam, Iraq and Afghanistan, noted that most past traumas were associated with increased feelings of guilt and hopelessness. Moral trauma, as noted by B. Litz, occurs when "your idea of a just and essentially good world is destroyed by something you did or witnessed". A person experiences an event that overturns his value system. This causes real, not invented moral suffering.

According to T. Hodgson's research, moral trauma can be caused by the following factors: immoral actions, death and injury, which the subject witnesses or commits himself; the need to make a decision in a situation of a moral dilemma, which can entail a feeling of betrayal by others or oneself, a feeling of dehumanization, violence. Let's emphasize that the moral dilemma faced by the soldier is defined by the researcher as one of the important factors of traumatization. From our point of view, it is this factor that is extremely important, because all other factors - the feeling of immorality of what has been done, injury or death, the feeling of betrayal, violence - can be the result of a decision made in a moral dilemma situation.

The result of scientific research became certain recommendations that can be turned to in a situation of a moral dilemma. First, it is worth remembering that in some cases the existence of a dilemma can be refuted by logical reasoning. Secondly, if the dilemma is still present, choose the solution, the implementation of which involves more good and, accordingly, less evil. Thirdly, try to expand the horizons of seeing the situation, which can allow you to review the problem, finding new alternative solutions to its solution. This algorithm is offered to military leaders in the armies of civilized countries of the world. Mastering the algorithm of the ethical decision-making process will allow a soldier in a situation of moral dilemma not only to make the only possible and effective decision, but also to be protected from moral traumatization.

Conclusion. The basis that will help to make a difficult moral decision, will help to protect a soldier from moral traumatization in a situation of a moral dilemma are his moral qualities, which are the basis of moral stability, the important content of which is a deep awareness by the warrior of the meaning of what he does and what he fights for, awareness of the content and the value of this activity, as well as the awareness of belonging to the History of one's country and its struggle for freedom and independence.

Keywords: moral injury; moral dilemma; moral stability; moral qualities of a warrior; the algorithm of the ethical decision-making process.

Концептуалізація – Педченко О. В.

Методика – Саєнко О.Г., Манзя Є. 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: 01.02.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 25.03.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

РОЛЬ КОМАНДИРІВ У ФОРМУВАННІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ПІДЛЕГЛИХ ДО ВИКОНАННЯ БОЙОВИХ ЗАВДАНЬ

Тіторенко О. М. слухач Національного
університету оборони України

Філіпчук Ю. Л. слухач Національного
університету оборони України

Стасюк В. В. доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри внутрішніх комунікацій
Національного університету оборони України
<https://orcid.org/0000-0002-7943-8456>

У статті висвітлено актуальність формування психологічної готовності військовослужбовців Збройних Сил України до виконання бойових завдань у сучасних умовах війни. Розглянуто вплив бойового стресу на психіку військовослужбовців, визначено значення моральної, фізичної та професійної підготовки в забезпеченні психологічної готовності. Окремлено роль командирів у формуванні бойової готовності підлеглих шляхом організації навчально-тренувальних заходів, підтримки мотивації, згуртованості підрозділу та особистого прикладу.

Зазначено, що психологічна готовність включає такі компоненти, як моральна стійкість, емоційна врівноваженість, стресостійкість і самоконтроль. У статті акцентовано увагу на необхідності впровадження цілеспрямованої психологічної підготовки, яка наближає умови навчання до реальних бойових ситуацій. Також підкреслено важливість лідерських якостей командирів для ефективної взаємодії з особовим складом, забезпечення довіри, мотивації та підтримання високого морального духу.

Стаття має на меті запропонувати практичні рекомендації для командирів щодо посилення психологічної готовності особового складу, що сприяє підвищенню боєздатності військових підрозділів.

Ключові слова: психологічна готовність; страх; бій; російсько-українська війна; командири; стрес; підготовка.

Вступ Російсько-українська війна – це виклик сьогодення, який ставить перед українським суспільством та її Збройними Силами величезні випробування та вимагає від них надзвичайної фізичної та психологічної витривалості. В умовах війни, психологічна готовність та здатність до витривалості є вирішальними для успіху під час ведення бойових дій. Командири відіграють вирішальну роль у формуванні цієї готовності, оскільки саме від їхніх дій, рішень та підходів залежить моральний дух та психологічна стійкість підлеглих. Проте, незважаючи на важливість цього аспекту, питання ефективних методів та підходів, які можуть використовувати командири для підвищення психологічної готовності своїх підлеглих, залишається недостатньо дослідженим та висвітленим у науковій літературі. Це створює необхідність у більш глибокому аналізі та розробці рекомендацій щодо оптимальних підходів до формування

психологічної готовності
військовослужбовців.

Мета статті полягає у дослідженні ролі командира у формуванні психологічної готовності підлеглих до виконання бойових завдань. В статті розкриватимуться ефективні підходи, методи та механізми, які командири можуть використовувати для підтримки та розвитку психологічної готовності військовослужбовців, що, в свою чергу, сприяє підвищенню загальної боєздатності військових підрозділів.

Науковим завданням даної статті є визначення основних чинників, що впливають на формування та підтримання психологічної готовності в умовах бойових дій та дослідження ролі командира у забезпеченні психологічної готовності підлеглих до виконання бойових завдань.

Теоретичне підґрунтя. Останні дослідження у сфері психологічної готовності військовослужбовців зосереджуються на вдосконаленні методів

оцінювання, формування та підтримання цієї готовності у контексті сучасних викликів і загроз. Зокрема, у фокусі наукових робіт знаходяться питання впливу бойового стресу, значення мотивації та морально-психологічного клімату в підрозділах, а також роль лідерства командирів у забезпеченні психологічної стійкості.

Вивченню цього питання приділяли увагу такі українські та зарубіжні науковці: В. Алещенко, В. Барко, А.Кириченко, Г. Ложкін, , Л. Матохнюк, Д. Лисенко, О. Красницька, О. Скрипкін, Я. Мацегора, В. Молотай, В. Осьодло, Н. Пенькова, Є. В. Стасюк, О. Тімченко, М. Томчук, О. Хміляр. В публікаціях українських та зарубіжних вчених детально викладені основні проблеми психологічної готовності особистості, визначення її ознак, сутності і структури, а також питання щодо організації та проведення заходів спрямованих на успішне виконання бойових завдань.

Методи дослідження. Аналіз, порівняння, узагальнення, систематизація та інтерпретація отриманих даних дозволили дослідити наукову літературу щодо оцінки рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань та визначити методи, які найбільше сприяють її формуванню.

Результати та обговорення. Опинившись у вирі війни, військовослужбовець підсвідомо відчуває дихання смерті. Знаходячись в нестерпному очікуванні того, що твоя смерть так чи інакше коли-небудь станеться, організм з часом стомлюється, стає просто на все наплювати. Нове загострення відчуттів виникає безпосередньо під час бою, коли, як говориться “смерть дивиться в обличчя”. Страшно стає всім, проте кожен веде себе по-своєму. Тільки той, хто психологічно зуміє скоріше пройти очікування і перейде так званий “пориг страху”, зможе холоднокрівно приймати правильні рішення і тверезо діяти на полі бою. Значить, у нього буде більше шансів вийти з бою переможцем. Характер сучасних бойових дій і нова технологічна зброя ускладнюють бойову діяльність, висувають

підвищені вимоги до моральної і психологічної готовності особового складу досягати цілей збройної боротьби. При цьому слід розрізняти перебування військовослужбовця в районі бойових дій і його безпосередню участь у бою. Не викликає сумніву, що участь у бою здійснює більш сильний вплив на психіку військовослужбовця, ніж просте перебування його в районі ведення бойових дій. Під час бойових дій, де фізичне та психологічне навантаження досягають максимальних рівнів, військовослужбовці повинні бути готові до посиленого фізичного навантаження, стресових ситуацій, шокуючих подій та прийняття важких рішень. Розвиток психологічної готовності військовослужбовців допомагає їм зберігати спокій та концентрацію в будь-яких умовах. У формуванні психологічної готовності військовослужбовців, вирішальну роль відіграють їх командири, які повинні забезпечувати належну підготовку, підтримку та мотивацію своїх підлеглих та їх зусилля перш за все, повинні бути спрямовані на формування у військовослужбовців психологічної готовності виконати свої обов'язки в умовах бою. Командири виступають не лише організаторами і координаторами дій підлеглих, а й своєрідними морально-психологічними лідерами, здатними мотивувати та підтримувати своїх підлеглих.

У відповідності до наказу Головнокомандувача ЗС України № 349 від 01 серпня 2024 року “Про затвердження Порядку проведення психологічної підтримки військовослужбовців Збройних Сил України”, визначено, що психологічна готовність - це взаємопов'язана система мотиваційних і психологічних чинників, вольових ресурсів і витривалості особового складу, а також професійної компетенції, що забезпечує реалізацію ним поставлених завдань (Наказ Головнокомандувача ЗС України №349, 2024).

Психологічна готовність військовослужбовця визначається його здатністю швидко адаптуватися до стресових ситуацій, зберігати впевненість у своїх силах, концентрувати увагу на

виконанні завдань і діяти раціонально навіть в умовах небезпеки. Вона включає такі елементи, як моральна стійкість, емоційна врівноваженість, стресостійкість і самоконтроль. Відсутність або низький рівень психологічної готовності може призвести до паніки, дезорганізації і навіть провалу військових операцій.

Для підтримання належного рівня психологічної готовності військовослужбовців необхідно впроваджувати спеціальні методи підготовки, серед яких чільне місце посідає робота командирів. Саме вони здатні сформувавши в підлеглих віру у власні сили та впевненість у виконанні бойових завдань.

Так яким же чином командири можуть сформувавши психологічну готовність своїх підлеглих до виконання бойових завдань?

На нашу думку це перш за все шляхом проведення занять з бойової, фізичної та психологічної підготовки, здійснення психологічної підтримки підлеглих, формуванням їх мотивації, командною згуртованістю та особистим прикладом.

Перемога в бою значною мірою залежить від того, наскільки добре професійно і фізично підготовлений військовослужбовець, сформовані його моральні та психологічні установки, наскільки вони відповідають вимогам сучасного бою. Діяльність командирів щодо підготовки військовослужбовців має вирішальне значення для ефективності підрозділу та боєздатності кожного військовослужбовця. Підготовка охоплює три ключові аспекти: фізичну, професійну та психологічну підготовку, і всі вони взаємопов'язані (Кокун, Клочков, Мороз, Пішко, & Лозінська, 2022).

Високий рівень бойової підготовки забезпечує впевненість у власних силах і можливостях. Це знижує рівень тривоги та страху у військовослужбовців перед невідомим, що є важливим фактором для підтримання психологічної готовності. Першочергове завдання командирів забезпечити військовослужбовців необхідними навичками та знаннями для ефективного виконання своїх обов'язків. Це

включає володіння штатною зброєю, знання тактики, основ тактичної медицини, роботу з сучасними засобами зв'язку та іншим обладнанням. Чим більш професійно підготовлений солдат, тим повніше його об'єктивне уявлення про майбутню бойову діяльність і способу її виконання, тим більша ймовірність його успіху в бою та виконання поставлених завдань з мінімальними втратами.

Не менш важливим завданням командирів є формування у підлеглих належного рівня фізичної витривалості та сили. Фізично підготовлений солдат краще витримує навантаження під час бойових дій, зменшується ризик травм та підвищується загальна стійкість організму. Це важливо не лише для виконання бойових завдань, але й для збереження власного здоров'я та життя в складних умовах.

У складних умовах війни також одним із головних завдань командирів є формування у військовослужбовців психологічної стійкості і психологічної готовності до дій у бою, у складних і небезпечних умовах, в обстановці, що різко змінюється, під час тривалої нервово-психічної напруги, подолання труднощів, пов'язаних із виконанням військового обов'язку, стійкості до бойових стрес-чинників і негативних психологічних впливів. Військовослужбовець для досягнення перемоги над противником не лише повинен вміти користуватися зброєю і бойовою технікою, знати тактику ведення бойових дій, але й бути здатним застосувати всі свої знання, вміння і навички в будь-яких умовах, які можуть виникнути в бойовій обстановці. Зробити людину здатною якісно виконувати професійну діяльність в реальних умовах бою – основне завдання командирів. Ці завдання досягаються за допомогою проведення цілеспрямованої психологічної підготовки з військовослужбовцями. Основним напрямком на якому має базуватися психологічна підготовка є стирання граней між навчально-бойовою і бойовою діяльністю. Наближення навчання до бойових умов проводиться шляхом внесення різних елементів притаманних

для бойової обстановки. Заняття з психологічної підготовки також сприяють згуртованості військових колективів, що забезпечує їхню психологічну готовність до організованих, ініціативних та активних дій у бою (операції) (Осьодло, 2014).

Таким чином, діяльність командирів щодо всебічної підготовки військовослужбовців дозволяє створювати добре навчені, фізично витривалі й психологічно стійкі підрозділи, здатні ефективно виконувати бойові завдання.

Щоб перемагати чисельнішого ворога, командири повинні вміти формувати підрозділи та організовувати заходи щодо підтримки його високого морального духу. Командири повинні бути спроможними формувати злагоджений підрозділ із людей різного віку, різного досвіду і різних професій. Має усвідомлювати завдання і здатність підрозділу виконати його, намагатися знайти для людини ті функції, які вона буде максимально ефективно виконувати. Для цього командир повинен вміти знаходити спільну мову із різними людьми, спілкуватися одноосібно і в групах, вміти навчати, переконувати і надихати. Зберігати повагу до людської гідності в нестерпних умовах війни, коли навколо смерть, кров, людські страждання і руйнування – це складний виклик для будь якої людини. Нам потрібна довіра людей, щоб перемогти у війні. І наші люди воюють за те, щоб не бути приниженими. Важливо, щоб солдати відчували підтримку не лише з боку своїх товаришів, а й керівництва. Відкрите спілкування з командиром, чітке розуміння бойових завдань та очікувань допомагають уникнути невизначеності та знижують рівень стресу. Командири повинні бути одним цілим зі своїм підрозділом, постійно бути в курсі його бойової підготовки та відпочинку, виховувати військовослужбовців у дусі товариськості. Якщо військовослужбовці будуть жити в атмосфері невизначеності, якщо до них будуть відноситись прискіпливо, залякувати і переслідувати, якщо дисципліна буде підтримуватися в основному репресіями, то в такій обстановці інстинкт страху набуває загрозливих масштабів і завдає серйозної

шкоди боєздатності підрозділу. Але якщо до підлеглих ставитися уважно і дбайливо, якщо вони відчують себе згуртованими в єдиному, монолітному колективі, то не виникає труднощів, які вони не змогли б подолати (Pravda.com.ua 2023).

Для перемоги у війні нам потрібні військові лідери, тобто командири, обізнані з природою війни і воєнної стратегії, здатні критично мислити, якісно і швидко планувати, які розуміють природу людської психіки та групової динаміки, спроможні ефективно спілкуватися та поважати людську гідність. Лідери здійснюють вирішальну роль у формуванні психологічної готовності підлеглих, демонстрації високого рівня дисципліни, компетентності та моральних цінностей для своїх підлеглих відіграють командири-лідери. Командири-лідери відповідальні за підтримання високого морального духу серед підлеглих, надаючи їм необхідну підтримку та наставництво. Вони допомагають створювати атмосферу довіри та впевненості, що сприяє більш ефективній роботі підрозділу і підвищенню його бойової готовності. Їхній особистий приклад мотивує солдатів і сприяє розвитку лідерських якостей у всіх військовослужбовців підрозділу.

Лідер – це особистість, що користується визнанням та авторитетом в групі, за якою група визнає право приймати рішення щодо дій у важливих ситуаціях, бути організатором діяльності групи і регулювати відносини в ній.

Лідерство засновується здебільшого на процесі соціальної взаємодії з військовослужбовцями підрозділу. Цей процес є набагато складнішим, вимагає високого рівня взаємозалежності учасників. На відміну від командування лідерство базується на послідовності, а не на підпорядкованості.

Існує низка основних якостей, якими має володіти лідер:

здатність встановлювати й підтримувати систему взаємин із рівними собі людьми;

здатність керувати підлеглими, долати усі перешкоди, труднощі і проблеми, які приходять разом з відповідальністю;

здатність вирішувати конфлікти й знімати напругу у колективі;

вміння ефективно обробляти й оцінювати інформацію;

уміння приймати нестандартні керівні рішення за умов браку інформації;

здатність знаходити оптимальний варіант рішення в умовах обмеженого часу й нестачі інших видів ресурсів;

здатність йти на певний ризик у разі необхідності;

здатність до самоаналізу;

наявність достатньо високих морально-етичних якостей)Мороз, & Скрипкін, 2020).

До речі історія становлення лідерів часів першої та другої світових війн, чудово описана в книзі Ллойда Кларка “Командири. Шляхи військових лідерів Джорджа Паттона, Бернарда Монтгомері та Ервіна Роммеля”.

Однією з ключових складових психологічної готовності є мотивація військовослужбовців. Останні мають бути готові віддати своє життя за свою країну, боротися за свободу та незалежність. Чітке усвідомлення мети своєї служби допомагає воїнам витримувати стрес та психологічний тиск під час бойових дій. Тут задача командирів провести якісну ідеологічну підготовку з військовослужбовцями, а саме підтримання української ідентичності та патріотизму, навчання історії України, її героїчним подіям та видатним особистостям, формування знань про моральні та етичні принципи (честь, вірність, захист Батьківщини, готовність до самопожертви), які є основою служби військовослужбовців. Мотивація ідеями боротьби за справедливість та свободу (24tv.ua, 2023; Наказ Генерального штабу Збройних Сил України № 4, 2017).

Застосування командиром методу аналізу проведених дій, також є важливим інструментом для допомоги у формуванні психологічної готовності військовослужбовців. Ця процедура допомагає аналізувати помилки, вивчати бойовий досвід, навчати особовий склад та згуртовувати людей. Аналіз проведених дій забезпечує: особисте розуміння дій (ситуацій) кожним військовослужбовцем,

командиром (начальником); оцінку сильних та слабких сторін підрозділу з різних точок зору; некаральну атмосферу і розвиток критичного мислення командирів (начальників) та особового складу; налагодження комунікації і зворотного зв'язку командирів (начальників) з особовим складом, що забезпечує спільне розуміння дій і розвиток злагодженості під час виконання завдань за призначенням (Наказ Генерального штабу Збройних Сил України №4, 2017);

не менш суттєвим фактором формування психологічної готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань є застосування командирами такої форми командування, як Mission Command, що включає методи децентралізованого прийняття рішень. Вона базується на принципах довіри, спільного розуміння та ініціативи. Mission Command має великий вплив на психологічну готовність особового складу. Ця філософія командування підвищує впевненість і мотивацію військовослужбовців, оскільки дозволяє їм відчувати більше контролю над ситуацією та приймати рішення на місцях. Mission Command стимулює кращу комунікацію між командирами та підлеглими, сприяючи розумінню загальних цілей і намірів. Це підвищує моральний дух та згуртованість колективу (Tro.mil.gov.ua, н.д.);

для подолання стресу, роботи в деприваційних умовах, ефективного виконання завдань у бойових умовах, адекватного сприйняття бойової обстановки військовослужбовцю необхідно мати високий рівень психічної готовності й водночас постійно знаходити засоби її підвищення. Одним із них є мотиваційна промова командира, що в найкоротший час може активізувати діяльність воїнів, спонукати їх до дій та здійснення вчинків, сформувати необхідну емоційну установку, мобілізувати ресурси організму, підняти бойовий дух, сформувати готовність до боротьби, згуртувати особовий склад, спонукати подолати страх і проявити сміливість, мужність та відвагу, підвищити віру в себе й можливості свого підрозділу, спонукати до виконання бойового завдання

та досягнення бажаного результату. Командир через мотиваційну промову активізує всі ресурси організму військовослужбовців на боротьбу з противником, створює внутрішню готовність до дії, що, зі свого боку, знижує вплив деприваційних умов на психіку воїнів (Красницька, 2022);

важливим аспектом для формування і підтримання психологічної готовності українських військовослужбовців до бойових дій є створення образу ворога в їхній свідомості. Бажання помститися може давати воїнам додаткові психологічні ресурси, активізувати мислення, спонукати до пошуку нестандартних рішень та нешаблонних дій. Способами підвищення активності військовослужбовців під час бойових дій є активне поширення інформаційних матеріалів (фото, відео, текстові документи) про звірства російських військ по відношенню до мирного населення та військовополонених, впровадження у життєдіяльність підрозділів символів і ритуалів, у тому числі пов'язаних із загибеллю товаришів. Використання клятв на могилах бойових товаришів або під час мобілізуючих мітингів сприятимуть формування почуття ненависті до ворога та бажання помститися. Жага помсти може стати істотною груповою потребою, яка на певних етапах відіграватиме значущу роль у групових процесах військового

підрозділу, зокрема створенні мотивації до бойової діяльності (Лисенко & Підопригора, 2022).

Висновки. Ефективна діяльність командирів є ключовим чинником забезпечення психологічної готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань. Психологічна готовність – це комплексна система, яка охоплює мотиваційні, емоційні, вольові, професійні аспекти і т.д. Вона допомагає військовим адаптуватися до стресових умов війни, зберігати впевненість у своїх силах і приймати раціональні рішення під час бойових дій.

Успішна підготовка військовослужбовців передбачає інтеграцію фізичних, професійних і психологічних тренувань. Командири, які демонструють лідерські якості, зокрема, вміння мотивувати, підтримувати своїх підлеглих, забезпечувати атмосферу довіри та згуртованості, стають каталізаторами формування морально і психологічно стійких підрозділів.

Перемога в сучасних конфліктах значною мірою залежить від здатності командирів формувати психологічно підготовлені, фізично витривалі та професійно обізнані колективи. Лише завдяки гармонійному поєднанню цих компонентів можна досягти успіху на полі бою з мінімальними втратами.

Список використаної літератури

1. 24tv.ua. (2023). Від партизанів до професійної армії: боєць "Азову" розповів, як формувався легендарний підрозділ. [Електронний ресурс]. Режим доступу: https://24tv.ua/azovu-10-rokiv-yak-formuvavsysya-pidrozdil-yaka-yogo-ideologiya_n2549442
2. Кокун, О. М., Клочков, В. В., Мороз, В. М., Пішко, І. О., & Лозінська, Н. С. (2022). Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій: Методичний посібник. Київ-Одеса: Фенікс.
3. Красницька, О. В. (2022). Мотиваційна промова командира як засіб формування психічної стійкості військовослужбовців та спонуки до дії. *Військова освіта*, (1)45.
4. Лисенко, Д. П., & Підопригора, І. І. (2022). Феномен помсти у структурі психологічної готовності військовослужбовців до бойових дій. *Вісник Національного університету оборони України*, (6)70.
5. Мороз, В. М., & Скрипкін, О. Г. (2020). Керівні психологічні техніки: Посібник для командира роти (взводу). Київ: НДЦ ГП ЗС України.
6. Наказ Генерального штабу Збройних Сил України № 4. (2017, 4 січня). Про затвердження Інструкції з організації інформаційно-пропагандистського забезпечення у Збройних Силах України.
7. Наказ Головнокомандувача ЗС України № 349. (2024, 1 серпня). Про затвердження Порядку проведення психологічної підтримки військовослужбовців Збройних Сил України.
8. Осьодло, В. І. (2014). Психологія поведінки на війні: Практичний poradnik. Київ: НУОУ.

9. Pravda.com.ua. (2023, 22 листопада). Навчені перемагати. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://www.pravda.com.ua/columns/2023/11/22/7429819/>
10. Tro.mil.gov.ua. (н.д.). Знати, щоб перемагати: Що таке Mission Command. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://tro.mil.gov.ua/shho-take-mission-command/>
11. Навчально-методичний посібник. (2022). Організація психологічної підготовки у Збройних Силах України.

References

1. 24tv.ua. (2023). Vid partyzaniv do profesiinoi armii: boiets "Azovu" rozpoviv, yak formuvavsia lehendarnyi pidrozdil. [From partisans to a professional army: an Azov fighter told how the legendary unit was formed]. Retrieved from https://24tv.ua/azovu-10-rokiv-yak-formuvavsya-pidrozdil-yaka-yogo-ideologiya_n2549442 (in Ukrainian)
2. Kokun, O. M., Klochkov, V. V., Moroz, V. M., Pishko, I. O., & Lozinska, N. S. (2022). Zabezpechennia psykholohichnoi stiihosti viiskovosluzhbovtiv v umovakh boiovykh dii [Ensuring the psychological stability of military personnel in combat conditions]: Metodichniy posibnyk. Kyiv-Odesa: Feniks (in Ukrainian)
3. Krasnytska, O. V. (2022). Motyvatsiina promova komandira yak zasib formuvannia psykhičnoi stiihosti viiskovosluzhbovtiv ta sponuky do dii [Commander's motivational speech as a means of forming the mental stability of military personnel and incentives for action]. Viiskova osvita, (1) 45 (in Ukrainian)
4. Lysenko, D. P., & Pidopryhora, I. I. (2022). Fenomen pomsty u strukturі psykholohichnoi hotovnosti viiskovosluzhbovtiv do boiovykh dii [The phenomenon of revenge in the structure of psychological readiness of military personnel for combat operations]. Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy, (6)70 (in Ukrainian)
5. Moroz, V. M., & Skrypkin, O. H. (2020). Kerivni psykholohichni tekhniki: Posibnyk dlia komandira roty (vzvodu) [Guiding psychological techniques: a guide for a company (platoon) commander]. Kyiv: NDTs HP ZS Ukrainy (in Ukrainian)
6. Nakaz Heneralnoho shtabu Zbroinykh Syl Ukrainy № 4. (2017, 4 sichnia). Pro zatverdzhennia Instruksii z orhanizatsii informatsiino-propahandystskoho zabezpechennia u Zbroinykh Sylakh Ukrainy [On approval of the instruction on the organization of information and propaganda support in the armed forces of Ukraine] (in Ukrainian)
7. Nakaz Holovnokomanduvacha ZS Ukrainy № 349. (2024, 1 serpnia). Pro zatverdzhennia Poriadku provedennia psykholohichnoi pidtrymky viiskovosluzhbovtiv Zbroinykh Syl Ukrainy [On approval of the procedure for conducting psychological support for servicemen of the armed forces of Ukraine] (in Ukrainian)
8. Osodlo, V. I. (Red.). (2014). Psykholohiia povedinky na viini: Praktychnyi poradnyk [Psychology of behavior in war: a practical guide]. Kyiv: NUOU (in Ukrainian)
9. Pravda.com.ua. (2023, 22 lystopada). Navcheni peremahaty. [Trained to win]. Retrieved from <https://www.pravda.com.ua/columns/2023/11/22/7429819/> (in Ukrainian)
10. Tro.mil.gov.ua. (н.д.). Znaty, shchob peremahaty: Shcho take Mission Command. [To know to win: what is it Mission Command]. Retrieved from <https://tro.mil.gov.ua/shho-take-mission-command/> (in Ukrainian)
11. Navchalno-metodychnyi posibnyk. (2022). Orhanizatsiia psykholohichnoi pidhotovky u Zbroinykh Sylakh Ukrainy [Organization of psychological training in the Armed Forces of Ukraine] (in Ukrainian)

Summary

THE ROLE OF COMMANDERS IN THE FORMATION OF PSYCHOLOGICAL READINESS OF SUBORDINATES TO PERFORM COMBAT MISSIONS

Titorenko O. M. Student at the National Defense University of Ukraine

Filipchuk Yu. L. Student at the National Defense University of Ukraine

Stasiuk V. V. doctor of psychological sciences, professor, professor of the Internal Communications Department of National Defense University of Ukraine

Introduction. *The Russian-Ukrainian war is a challenge of today, which poses enormous challenges to Ukrainian society and its Armed Forces and requires extraordinary physical and psychological endurance from them. In wartime, psychological preparedness and endurance are crucial for success in combat.*

Commanders play a crucial role in shaping this readiness, as it is on their actions, decisions and approaches that the morale and psychological stability of subordinates depend. However, despite the importance of this aspect, the issue of effective methods and approaches that commanders can use to increase the psychological readiness of their subordinates remains insufficiently researched and covered in the scientific literature. This creates the need for a deeper analysis and development of recommendations on optimal approaches to the formation of psychological readiness of military personnel.

Purpose. *It consists in studying the role of the commander in the formation of the psychological readiness of subordinates to perform combat missions. The article will reveal effective approaches, methods and mechanisms that commanders can use to maintain and develop the psychological readiness of military personnel, which, in turn, contributes to increasing the overall combat capability of military units.*

Methods. *Analysis, comparison, generalization, systematization and interpretation of the data obtained made it possible to study the scientific literature on assessing the level of psychological readiness of military personnel to perform combat missions and determine the methods that most contribute to its formation.*

Originality. *This scientific article is a review, generalization and analysis of modern approaches to assessing the psychological readiness of servicemen of the Armed Forces of Ukraine to perform combat missions. The paper systematizes modern scientific approaches, identifies key methods of assessment, and analyzes their effectiveness in the conditions of real hostilities. The originality of the article lies in a comprehensive analysis of theoretical and empirical studies with an emphasis on the specifics of the Ukrainian military context, which allows us to formulate practical recommendations to increase the level of psychological readiness of military personnel.*

Conclusion. *The effective activity of commanders is a key factor in ensuring the psychological readiness of military personnel to perform combat missions. Psychological readiness is a complex system that covers motivational, emotional, volitional, professional aspects, etc. It helps the military to adapt to the stressful conditions of war, maintain confidence in their abilities and make rational decisions during hostilities. Successful training of military personnel involves the integration of physical, professional and psychological training. Commanders who demonstrate leadership qualities, in particular, the ability to motivate, support their subordinates, provide an atmosphere of trust and cohesion, become catalysts for the formation of morally and psychologically stable units.*

Victory in modern conflicts largely depends on the ability of commanders to form psychologically prepared, physically resilient and professionally knowledgeable teams. Only through the harmonious combination of these components can success be achieved on the battlefield with minimal losses.

Key words: *psychological readiness; fear; battle; the russian-Ukrainian war; commanders; stress; preparation.*

Концептуалізація – Стасюк В. В.

Методика – Тіторенко О. М.

Формальний аналіз – Філіпчук Ю. Л.

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: 05.02.25.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 31.03.25.

© 2025. 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 (побудована за структурою IMRAD): 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.

Редакційна колегія журналу приймає до розгляду та публікує статті наступних типів:

емпірична стаття – стаття, у якій представлено результати дослідження першоджерел інформації. Статті цього типу повинні містити оригінальну інтерпретацію розглянутого матеріалу;

теоретична стаття – стаття, в якій на основі аналізу наукової літератури та з застосуванням першоджерел розробляються та висувуються нові теоретичні положення, які роблять внесок в розвиток психології. У статтях такого типу представлено: оригінальні теорії, уточнення, доповнення та критика наявних теоретичних конструкцій та концептів, порівняння різних теорій, критика та розробка методологічних рекомендацій у галузі міждисциплінарного підходу до психологічних досліджень, огляди сучасного стану досліджень різних теоретичних аспектів психології;

оглядова стаття – стаття, структура якої залежить від її змісту і в якій аналізується історія досліджень та сучасний стан наукової розробки певної тематики (проблематики). У такій статті відсутній розділ «Матеріали та методи», стаття структурується за тематичними розділами.

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.**

Загальний об'єм основного тексту статті від 23 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 (друкується великими літерами (шрифт 12, жирно, вирівнювання посередині); під заголовком після пропуску в один інтервал у правому друкуються (шрифтом 12, вирівнювання справа): прізвище ім'я по батькові автора (авторів); науковий ступінь; вчене звання; посада, 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 (2021) 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, 2021, с.263)	(Kernis, Cornell, Sun, Berry, & Harlow, 2020) або (Kernis, Cornell, Sun, Berry, & Harlow, 2020, p. 199) (Бойко, Петренко, & Філіпів, 2020) або (Бойко, Гречка, & Поліщук, 2020, с. 18) Результати дослідження Бойко, Петренко, та Філіпів (2020) підтверджують ... або Бойко, Петренко, та Філіпів (2020) підтверджують (2020) стверджують: "Психологія – це наука ..." (с. 18).	(Jones et al., 2022) або (Jones et al., 2022, p. 7) (Бойко та ін., 2021) або (Бойко та ін., 2021, 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, 2021, с.12).

Посилання на кілька робіт різних авторів (одночасно):

Якщо внутрішньотекстове посилання відноситься до кількох робіт різних авторів, тоді після парафрази 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;

Готуючи статтю до публікації, автор повинен вказувати посилання на джерела, матеріали або окремі результати, які використано в тексті. Список використаних джерел повинен містити нові джерела (за останні

5 роки) і на 30% складатися з наукових робіт, які включені в журнали, що входять до бази даних Scopus або Web of Science.

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 (-іє). (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 Богдан Володимирович

доктор психологічних наук, професор,

Національний університет оборони України

<https://orcid.org/0000-0002-5318-9172>

E-mail: petrenko@ukr.net

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. Вплив війни на психічне здоров'я. Міністерство охорони здоров'я України (07 червня 2022 року). URL: <https://www.kmu.gov.ua/news/vpliv-vijni-na-psiichne-zdorovya-kolosalnij-viktor-lyashko>
2. Кисленко Д.П. (2023) Діагностика проявів психоемоційного та професійного вигорання у військовослужбовців. *Академічні візії*, (23). Режим доступу: <https://academyvision.org/index.php/av/article/view/649>
3. Ключков 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>
4. Стратегія інформаційної безпеки. Затв. Указом Президента України від 28 грудня 2021 року № 685/2021. URL: <https://www.president.gov.ua/documents/6852021-41069> (дата звернення: 04.01.2022).
5. Taghva A, Seyedi Asl ST, Rahnejat AM, Elikaee 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. Vplyv viiny na psykhychne zdorovia. [The impact of war on mental health]. Ministerstvo okhorony zdorovia Ukrainy (07 chervnya 2022 roku). URL: <https://www.kmu.gov.ua/news/vpliv-vijni-na-psiichne-zdorovya-kolosalnij-viktor-lyashko>. (in Ukrainian).
2. Kyslenko D.P. (2023) Diahnostyka proiaviv psykhoemotsiinoho ta profesiinoho vyhorannia u viiskovosluzhbovtstv [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).
3. Klochkov V. (2022). Osoblyvosti formuvannia psykholohichnoi stiikosti maibutnikh ofitseriv zbroinykh syl Ukrainy [Peculiarities of Formation of Psychological Resilience of Future Officers of the Armed Forces of Ukraine]. *Visnyk Natsionalnogo universytetu oborony Ukrainy*, 70(6), 67–77. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-70-6-67-77> (in Ukrainian).
4. Stratehiia informatsiinoi bezpeky. [Information Security Strategy]. Zatv. Ukazom Prezydenta Ukrainy vid 28 hrudnia 2021 roku № 685/2021. URL: <https://www.president.gov.ua/documents/6852021-41069> (data zvernennia: 04.01.2022). (in Ukrainian).
5. Taghva A, Seyedi Asl ST, Rahnejat AM, Elikaee 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

ADMINISTRATIVE COMPETENCE OFFICERS OF MILITARY-SOCIAL MANAGEMENT

Petrenko Bogdan *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)

Key words (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 обґрунтовано);
- про визначення внеску авторів (за наявності) згідно системи [CRediT](https://www.crediteurope.org/) (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**

3 (85) / 2025

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 28. 04. 2025. Здано до набору 30. 04. 2025. 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