

**КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА
Факультет психології
Кафедра соціальної психології
Військовий інститут**

**ІНСТИТУТ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ПОЛІТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ
НАПН УКРАЇНИ**

**ВІЙСЬКОВА ПСИХОЛОГІЯ У ВИМІРАХ
ВІЙНИ І МИРУ:
ПРОБЛЕМИ, ДОСВІД, ПЕРСПЕКТИВИ**

Матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції

03-04 квітня 2020 року

Київ 2020

Редакційна колегія: **Данилюк І. В.** член-кореспондент НАПН України,
д.психол.н., професор
Толок І.В. к.пед.н., генерал-майор
Васютинський В. О. д.психол.н., професор
Коваленко А. Б. д.психол.н., професор
Найдьонова Л. А. д.психол.н., професор
Чуйко О. В. д.психол.н., професор
Дубровинський Г. Р. к.психол.н., доцент
Соснюк О.П. к.психол.н., доцент
Грищук Е. Ю. к.психол.н
Рогаль Н. І. к.психол.н

Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи: матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції «Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи» – К.: КНУ імені Тараса Шевченка 2020. – 158 с.

Збірник містить тези та інші матеріали учасників V Міжнародної науково-практичної конференції «Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи» з теоретико-методологічних та практичних проблем психологічної підготовки військових фахівців, питань психологічної реабілітації потерпілих осіб та проблеми громадської активності у воєнний час.

Матеріали подаються в авторській редакції.

УДК 316+159.9+37(082)

ББК 88.4

© КНУ імені Тараса Шевченка, 2020

ЗМІСТ

АНОТАЦІЇ СТАТЕЙ, ОПУБЛІКОВАНИХ У ЗБІРНИКУ НАУКОВИХ ПРАЦЬ
«УКРАЇНСЬКИЙ ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЖУРНАЛ» 1 (13) 2020..... 6

ТЕЗИ ТА ІНШІ МАТЕРІАЛИ

Афанасьєва Н.Є. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ В УКРАЇНІ	18
Базарний С.В. НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПСИХОТРАВМОВАНИМ В БОЙОВИХ УМОВАХ	20
Безверхий О.С. ПРОБЛЕМА ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ В СУЧАСНІЙ ПРАКТИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ	24
Березовська Л.І. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОЕФЕКТИВНОСТІ ВІЙСЬКОВИХ	26
Беспалько А.О. КОГНІТИВНЕ ЕПІЗОДИЧНЕ МОДЕЛЮВАННЯ ЯК ЗАСІБ ПОКРАЩЕННЯ ПОВЕДІНКОВИХ РЕАКЦІЙ ТА РЕГУЛЮВАННЯ ЕМОЦІЙ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ	28
Блінов О.А. МОДЕЛЬ ПОВЕДІНКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ БОЙОВОГО СТРЕСУ «КОМПАС»	32
Бобровицька А.А. ЕМОЦІЙНА СТІЙКІСТЬ ЯК ВАЖЛИВА РИСА ПРЕДСТАВНИКІВ ВОЛОНТЕРСЬКОГО РУХУ	34
Богуславець А.В., Лавриненко Н.Ю. ПСИХОЛОГІЧНЕ СУПРОВІДЖЕННЯ ОСВІТНЬОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СЛУХАЧІВ – УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ У ВНЗ ІЗ СПЕЦИФІЧНИМИ УМОВАМИ НАВЧАННЯ	37
Богучарова О.І., Бурлаченко О.С. СПЕЦИФІКА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСУ ТА ІНТЕЛЕКТУ У БІЙЦІВ ООС	39
Богучарова О.І., Бутенко С.В., Руденко М.Ю. ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСУ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ТА ПОЛЩЕЙСЬКИХ В УМОВАХ ООС	42
Богучарова О.І., Стеценко В.В., Травіна Д.В. ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНИХ ПРОЯВІВ УКРАЇНСЬКИХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ТА ПОЛЩЕЙСЬКИХ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ ООС	45
Бойко-Бузиль Ю.Ю., Пампура І.І. ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ РЕІНТЕГРАЦІЇ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ	47
Василенко С.В. ПРОТИДІЯ НЕГАТИВНОМУ ІНФОРМАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОМУ ВПЛИВУ НА ОСОБОВИЙ СКЛАД ВІЙСЬК (СИЛ) ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ В УМОВАХ ГІБРИДНОЇ ВІЙНИ	50
Васильєва-Халатникова М.О. ПРОФЕСІЙНА РЕФЛЕКСІЯ ЯК ВАЖЛИВА ХАРАКТЕРИСТИКА ЯКОСТІ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	52
Воробйова І.В. ОСНОВНІ НАПРЯМИ ОПТИМІЗАЦІЇ ІМІДЖУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ	54
Городецька О.Б. ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ МІЖОСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У ВІЙСЬКОВИХ КОЛЕКТИВАХ	57
Грилюк С.М. ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДИКИ СПОРТИВНОЇ КІНЕЗІОЛОГІЇ У ПСИХОЛОГІЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВЕТЕРАНІВ АТО	59

Грищук Е.Ю. ТЕРИТОРІАЛЬНА ІДЕНТИЧНІСТЬ: РІВНІ ТА КОМПОНЕНТИ	61
ДУБРОВИНСЬКИЙ Г.Р. ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ОФЦЕРІВ-ПСИХОЛОГІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	62
Кириленко Т.С. ОСОБЛИВОСТІ НАПРЯМІВ ДОСЛІДЖЕННЯ ПЕРЕЖИВАННЯ ПСИХОТРАВМУЮЧИХ ПОДІЙ	64
Клименко І.В. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ У ВІЙСЬКОВІЙ СПРАВІ	66
Коробка Л.М. ГРОМАДСЬКЕ ЗДОРОВ'Я ТА ЙОГО ПІДТРИМАННЯ ЯК УМОВА АДАПТАЦІЇ СПІЛЬНОТИ ДО НАСЛІДКІВ ВОЄННОГО КОНФЛІКТУ	70
Колесніченко О.С., Куруч О.С. ВИЗНАЧЕННЯ ТИПІВ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ-СУЇЦИДЕНТІВ, ЯКІ СКОЇЛИ САМОГУБСТВО У 2014-2016 РОКАХ	72
Костюкова Н.В. ПРОГРАМА ВИЖИВАННЯ (SERE) ЯК НАПРЯМОК ЦІЛЬОВОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ДО БОЙОВИХ ДІЙ В АРМІЯХ КРАЇН НАТО	76
Кравченко С.І. КОНСОЛІДАЦІЯ ВІЙСЬКОВИХ ГРУП: СТРУКТУРА ТА ФУНКЦІЇ	78
Кудар К.В. ПІДТРИМАННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	81
Лазоренко Б.П. ДИХАЛЬНІ ПСИХОТЕХНОЛОГІЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ СТРЕСОВИХ ТА ПОСТТРАВМАТИЧНИХ СТАНІВ У СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОМУ СУПРОВОДІ РЕАДАПТАЦІЇ ВЕТЕРАНІВ АТО/ООС ТА ВОЛОНТЕРІВ	83
Лаптев О.М., Мулява В.Д. ОСНОВНІ ЗАВДАННЯ КОНТРПРОПАГАНДИ В УМОВАХ ПРОВЕДЕННЯ ОПЕРАЦІЇ ОБ'ЄДНАНИХ СИЛ	86
Леонова І.М. СОЦІАЛЬНА МОБІЛЬНІСТЬ ЯК ПРИЧИНА СОЦІАЛЬНО ОБУМОВЛЕНОЇ САМОТНОСТІ	88
Ломакіна А.В. ВПЛИВ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ НА ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКОНАННЯ БОЙОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМИ	92
Марку О.М. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО ДІЙ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ	94
Мороз В.М. ДЕЯКІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ ПІД ЧАС ВЕДЕННЯ БОЙОВИХ ДІЙ НА СХОДІ ДЕРЖАВИ	96
Наконечна М.М. ІНТЕРСУБ'ЄКТНІСТЬ ЯК ПРОБЛЕМА ВІЙСЬКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ	99
Неурова А.Б., Радійчук Р.А. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ЯК СКЛАДОВОЇ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ УЧАСНИКІВ ООС	101
Орловська О.А. ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ З ОГЛЯДУ НА ДОСВІД ВІЙНИ	103
Осьодло В.І., Зубовський Д.С. ЗАСТОСУВАННЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНИХ ІНТРВЕНЦІЙ ДЛЯ СПРИЯННЯ ПРОЯВУ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ	106
Папуча М.В. ПСИХОЛОГІЯ ПЕРЕЖИВАННЯ БОЙОВОЇ ТРАВМИ	108

Полівко Л.Ю. СОЦІАЛЬНА РОБОТА В УМОВАХ ГЛОБАЛЬНИХ ЗМІН	110
Поліщук М.С. АСПЕКТИ РОЗВИТКУ СИСТЕМИ ПРОФЕСІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ВІДБОРУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІДРОЗДІЛІВ РОЗВІДКИ СИЛ СПЕЦІАЛЬНИХ ОПЕРАЦІЙ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ	113
Полтораков О.Ю. ВІЙСЬКОВИЙ ПОЛОН У ГІБРИДНІЙ ВІЙНІ: СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ ТА ВОЄННА ПОЛІТИКА	116
Предко В.В. ІНФОРМАЦІЙНО – ПСИХОЛОГІЧНА ВІЙНА ЯК ОСНОВНИЙ МЕХАНІЗМ ЗНИЩЕННЯ ЕТНОНАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ	118
Сиропятов О.Г., Древіцька О.О. БІОЛОГІЧНІ ПЕРЕДУМОВИ СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ	120
Сікорська Л.Б., Бурбан Н.В. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ МАЙБУТНІХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	122
Смірнова Т.М. ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ЯК ЧИННИК ЗНИЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	124
Сорокіна О.А., Шинкарьова Л.В. ВТОРИННА ТРАВМАТИЗАЦІЯ ДРУЖИН УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ	126
Соснюк О.П., Остапенко І.В. РОЗВИТОК РЕЗИСТЕНТНОСТІ ДО ДЕСТРУКТИВНИХ ІНФОРМАЦІЙНИХ ВПЛИВІВ У КОРИСТУВАЧІВ СОЦІАЛЬНИХ МЕДІА	128
Старокінь В.В. СТРАТЕГІЧНІ КОМУНІКАЦІЇ: ДОСВІД НАТО	130
Сторожук Н.А. ДОСВІД РОБОТИ ВІЙСЬКОВОГО ПСИХОЛОГА ЩОДО СУПРОВОДУ МЕДИКО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ В ООС	132
Сулятицький І.В., Островська К.О., Островський М.М. ГЕОПСИХОЛОГІЧНІ РЕЗЕРВИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ГІБРИДНОСТІ ВІЙНИ	137
Умеренкова Н.Ф. СИСТЕМА ПІДТРИМКИ СІМЕЙ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІД ЧАС ЦИКЛУ РОЗГОРТАННЯ: ДОСВІД США ТА КАНАДИ	140
Уркуметов М.К. ЛЮДСЬКИЙ ФАКТОР – ОСНОВНИЙ ЧИННИК ДОСЯГНЕННЯ ПЕРЕМОГИ В СУЧАСНОМУ БОЮ	144
Черновський А. Й. ІПОТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД ПСИХОЛОГІЧНОЇ ТА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ УЧАСНИКАМ БОЙОВИХ ДІЙ ТА ВІЙСЬКОВИМ ІНВАЛІДАМ	147
Чуйко О.В., Зеленько А.С. СПОРТИВНА РЕАБІЛІТАЦІЯ В УКРАЇНІ: ДОСВІД УПРОВАДЖЕННЯ	149
Шестопалова М.Ю. ПРО ЗАГАЛЬНОМЕТОДОЛОГІЧНІ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ ПІДХОДИ ДО РОЗРОБКИ ПРОГРАМИ ТРЕНІНГУ РОЗВИТКУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ-ЗВ'ЯЗКІВЦІВ	152
Юрчинська Г.К., Марініна В.М. ОСОБЛИВОСТІ СХИЛЬНОСТІ ДО РИЗИКУ У ПРОФЕСІЙНИХ ВОДІЇВ	154

**АНОТАЦІЇ СТАТЕЙ, ОПУБЛІКОВАНИХ У ЗБІРНИКУ НАУКОВИХ ПРАЦЬ
«УКРАЇНСЬКИЙ ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЖУРНАЛ»**

1 (13) 2020

Александров Д. О.

*доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри соціальної роботи,
Київський національний університет імені Тараса Шевченка*

E-mail: denisaleks73@gmail.com

**НЕРВОВО-ПСИХІЧНА СТІЙКІСТЬ ЯК ПЕРЕДУМОВА
ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯ ДО СПЕЦІАЛЬНОЇ
ФІЗИЧНОЇ БОЙОВОЇ ПІДГОТОВКИ**

У статті наведені результати авторського емпіричного дослідження нервово-психологічної стійкості як передумови готовності військовослужбовця до спеціальної фізичної бойової підготовки. Описано особливості особистісних рис військовослужбовців, які визначають формування нервово-психічної стійкості та психологічної готовності до службово-бойової та службово-навчальної діяльності. Дослідження включало психодіагностичне вивчення військовослужбовців у процесі їхньої спеціальної фізичної бойової підготовки. Встановлено, що в міру зростання нервово-психічної стійкості військовослужбовця, як передумови формування готовності до спеціальної фізичної бойової підготовки, відбувається зростання загального рівня його адаптивності, підвищується психоемоційна стійкість та самовладання, зростає наполегливість та рішучість у межах нормативної поведінки, підвищується сміливість та готовність до виправданого ризику. У міжособистісній взаємодії провідного значення набуває екстравертованість, довіра, розслабленість, високий самоконтроль, практичність, певна конформність та готовність до дотримання дисципліни й субординаційних відносин, що у сукупності вказує на покращення професійної комунікативності в міру набуття досвіду, розвитку нервово-психічної стійкості та професійної адаптивності загалом. Окрім того, спостерігається загальна гармонізація системи самоствавлень та формування впевненості у власному потенціалі. Сформульовано висновок про те, що нервово-психічна стійкість, як одна з провідних складових професійно значущих якостей в структурі особистості військовослужбовця, безпосередньо пов'язана із формуванням психологічної готовності як до службово-бойової,

так і службово-навчальної діяльності, яка реалізується у процесі спеціальної фізичної бойової підготовки. Це дозволяє вдосконалити інструментарій професійно-психологічного відбору, що стане підґрунтям комплектування особового складу військовослужбовцями, наділеними задатками, необхідними для ефективного виконання службових обов'язків і професійного зростання у процесі діяльності.

Ключові слова: спеціальна фізична бойова підготовка, нервово-психічна стійкість, психологічна готовність, особистість військовослужбовця, індивідуально-психологічні якості, службово-навчальна та службово-бойова діяльність.

Богучарова О. І.

доктор психологічних наук, доцент, Луганський державний університет внутрішніх справ імені Е.О. Дідоренка, м. Северодонецьк, Україна

СПЕЦИФІКА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЕМОЦІЙНИХ ПРОЯВІВ, ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ТА ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСУ БІЙЦІВ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ ООС

В дослідженні вивчалась роль емоційних чинників, інтелекту та диспозиційних характеристик в подоланні посттравматичного стресу у військових та поліцейських, які виконують службові завдання в операції об'єднаних сил (ООС). У дослідженні на репрезентативній вибірці 172 бійців – військовослужбовці Національної гвардії України та поліцейські Національної поліції України – доведено, що існують статистично значущі відмінності між індивідами, які мають ознаки ПТСР та знаходяться в зоні «норми» щодо емоційних проявів, станів тривожності, депресії та безнадії. Відповідно до отриманих результатів бійці як суб'єкти збройного конфлікту в ООС також мають відмінності в емоційній складовій посттравматичного стресу та показниках диспозиційних рис й інтелектуальних здібностей. Окрім того, встановлено, що у поліцейських задовільний рівень інтегрального показника особистісного адаптаційного потенціалу, що мінімально відповідає вимогам, які пред'являються до бійців в умовах воєнної діяльності, а у військовослужбовців – цей рівень вище та є достатній. Завдяки використанню потужного діагностичного комплексу, який включав 12 стандартних інструментів оцінки, доведено, що генетично зумовлені базові характеристики особистості бійця як складові особистісного адаптивного потенціалу: негативна емоційність (нейротизм), екстра-, інтроверсія, особиста та нервова-психічна

стійкість, – відіграють більш вагому роль в формуванні ознак (симтомів) посттравматичного стресу, ніж ситуаційні чинники, зокрема тяжкий бойовий досвід учасника військової події. Підтверджено, що інтелект як особливість системної організації особистості, що ґрунтується на складній схемі опосередкованості, обумовлює слабкіший ступінь вразливості до посттравматичного стресу. Зроблено висновок, що інтроверсія, недоброзичливість, недостатній рівень адаптації та нервово-психічної стійкості здатні загострювати тяжкість перебігу посттравматичного стресового стану та блокувати можливість послаблення реагування на бойову травму у військовослужбовців та поліцейських Національної гвардії та Національної поліції України, які виконують оперативні завдання в ООС.

***Ключові слова:** посттравматичний стрес, інтелект, емоційні прояви бійців, військовслужбовець, поліцейські, операція об'єднаних сил, військові події, бойова травма, особистісний адаптаційний потенціал.*

Інґріда Баранаускіне

доктор наук, професор, Шауляйський університет, Литва

E-mail: ingrida.baranauskiene@ku.lt

Коваленко А. Б.

доктор психологічний наук, професор, завідувач кафедри соціальної психології, Київський національний університет імені Тараса Шевченка

E-mail: abk2015@ukr.net

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ ДІТЕЙ-СИРИТ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

У статті наведено результати дослідження особливостей міжособистісних стосунків дітей-сиріт старшого дошкільного віку. Виявлено відмінності у функціонуванні сфери міжособистісних стосунків у дітей-сиріт та дітей, які виховуються в сім'ї. У дітей-сиріт переважає підвищений інтерес до дорослого, що свідчить про незадоволення потреби в увазі з його боку. Головним мотивом спілкування дітей, які виховуються в сім'ї, є пізнавальний мотив, тоді як у дітей-сиріт - потреба в увазі й доброзичливості.

У дітей-сиріт відмічається підвищена конфліктність, приводом для чого є побутові проблеми і боротьба за увагу і доброзичливість дорослого, на відміну від дітей, що виховуються в сім'ї, в яких приводом для конфлікту є самоствердження в грі.

Діти-сироти слабше та рідше виражають у спілкуванні свої власні емоції,

рідко звертаються до партнера за порадою, підтримкою та для обміну враженнями, на відміну від дітей з сім'ї. Стосунки з однолітками у дітей-сиріт викликають відчуття байдужості.

Виявлено відмінності між дітьми-сиротами та дітьми, які виховуються в сім'ї за показниками благополуччя взаємостосунків: у групі дітей-сиріт він є досить низьким, водночас як у дітей, які виховуються в сім'ї, - високий.

У дітей-сиріт через проблеми у міжособистісних стосунках з дорослими та однолітками спостерігаються певні відхилення в становленні найважливіших психологічних утворень: спотворення образу себе, затримка у становленні суб'єктного ставлення до самого себе, а також уповільнений і неповноцінний розвиток активності, що в подальшому може негативно позначитися на психологічному благополуччю особистості.

Ключові слова: міжособистісні стосунки, старший дошкільний вік, діти-сироти, соціометричний статус, емоційні компоненти ставлення.

Васютинський В. О.

*доктор психологічних наук, професор, головний науковий співробітник,
Інститут соціальної та політичної психології НАПН України*

E-mail: vadytvas55@gmail.com

ЦІННІСНО-ІДЕНТИФІКАЦІЙНІ ПІДСТАВИ АТРИБУЦІЇ МОЛОДДЮ ПРОВИН УЧАСНИКАМ СОЦІАЛЬНИХ ВЗАЄМОДІЙ

У статті висвітлено результати вивчення ціннісно-ідентифікаційного підґрунтя атрибуції провин учасникам соціальних взаємодій. 111 студентів Київського національного університету імені Тараса Шевченка оцінили рівень взаємних провин 41 пари учасників міжособових, міжгрупових та міжнаціональних взаємодій. Анкету було доповнено методикою цінностей С. Шварца, методикою інтернального та екстернального локусу контролю Дж. Роттера, методиками на діагностику колективного нарцисизму та ідентифікації з людством.

Узагальнення отриманих даних дало змогу визначити найбільш значущі ціннісно-ідентифікаційні характеристики, що зумовлюють напрям і зміст атрибуції молоддю провин учасникам міжособових і міжгрупових взаємодій, а саме: колективний нарцисизм, ідентифікація зі спільнотою, зокрема з українцями, прихильність до цінностей конформності, традицій, доброти та безпеки.

У міжособовій сфері найбільш чутливими до приписування провин виявилися стосунки з батьками і батьківською сім'єю. Значуща сімейна взаємодія лежить в основі пізніших звинувачувальних постав у широкому соціальному оточенні на різних рівнях спільноти.

У політизованому українському суспільстві психологічно важливою постаттю виявляється політичний опонент із близького оточення. Звинувачення його/її допомагає особі ідентифікувати себе як активного суб'єкта соціальної поведінки.

Вагомий вплив на оцінку міжгрупових провин справляє політичний контекст поточного громадського життя. Найважливішими чинниками є політико-ідеологічні постави в просторі українсько-російського ціннісного протистояння та ставлення до офіційної влади як найімовірнішого винуватця в наявних проблемах.

З-поміж трьох оцінених сфер соціальних взаємодій найменше звинувачувального змісту виявлено щодо відносин українців із сусідніми народами.

Ключові слова: атрибуція провин, звинувачення, цінності, ідентифікація, соціальна взаємодія.

Коваленко А. Б.

доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри соціальної психології, Київський національний університет імені Тараса Шевченка

E-mail: abk2015@ukr.net

Грищук Е. Ю.

кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної психології, Київський національний університет імені Тараса Шевченка

E-mail: eliso_m@ukr.net

Рогаль Н. І.

кандидат психологічних наук, асистент кафедри соціальної психології, Київський національний університет імені Тараса Шевченка

E-mail: RogalNina@ukr.net

ЧИННИКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ КУРСАНТІВ

Розглядаються чинники психологічного благополуччя курсантів. Встановлено, що курсанти мають середній рівень вираженості показників за шкалами психологічного благополуччя. Вони здебільшого характеризуються як незалежні, такі, що не бояться протиставити свою думку думці більшості,

відкриті до спілкування та оволодіння новим досвідом, здатні досягати бажаного і долати життєві труднощі на цьому шляху тощо.

Показники психологічного благополуччя хлопців та дівчат-курсантів майже не відрізняються за всіма шкалами опитувальників, крім «самоприйняття», «позитивні стосунки з оточенням» «гарні стосунки з близькими». Зокрема, хлопці, порівняно з дівчатами, мають вищий рівень самоприйняття, що проявляється у позитивнішій оцінці себе та свого життя. Дівчата мають кращі стосунки з соціальним оточенням та близькими людьми, що виражаються у більш довірливих, дружніх стосунках, відкритості до спілкування, здатності до співпереживання та співчуття.

На основі результатів факторного аналізу виділено два структурні компоненти психологічного благополуччя курсантів, це: цілеспрямованість/самостійність (чіткість та стійкість наміченого вектору руху, прагнення самостійності і незалежності та отримання відповідальності і можливості приймати важливі рішення); схвалення з боку соціального оточення (суб'єктивне усвідомлення задоволеності від життя через призму позитивної оцінки існуючих соціальних контактів та схвалення і визнання власного образу членами соціального оточення).

Визначено чинники психологічного благополуччя хлопців та дівчат-курсантів. Зокрема, для хлопців це: автономія, управління навколишнім середовищем, особистісне зростання, мета в житті, низька соціальна дистантність, суб'єктивне психологічне благополуччя; для дівчат: позитивні стосунки, автономія, самоприйняття, соціальне схвалення, позитивне ставлення, суб'єктивне психологічне благополуччя.

***Ключові слова:** психологічне благополуччя, суб'єктивне соціальне благополуччя, автономія, соціальне схвалення, соціальне оточення.*

Кравченко С. І.

аспірантка факультету психології, Київський національний університет імені Тараса Шевченка

E-mail: sophi6378@gmail.com

РОЗРОБКА ІНСТРУМЕНТАРІЮ ДЛЯ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНИХ УЯВЛЕНЬ ПРО КОНСОЛІДАЦІЮ ТА СПОСОБИ ЇЇ ДОСЯГНЕННЯ

У статті представлено розробку авторської методики для дослідження моделі соціальних уявлень про консолідацію та способи її досягнення. В

основу її створення покладено положення про консолідацію, як вид єдності, який полягає в наявності в групі спільної ідейної основи та відчуття групової ідентичності, що повною мірою реалізується у готовності до сумісних з однодумцями дій заради досягнення спільних цілей. До структури консолідації входять: когнітивно-рефлексивний (уявлення про консолідацію та ідеологічне ядро групи, що на рівні ідей об'єднує її членів), афективний (групова ідентичність, відчуття «ми») та поведінковий компоненти (готовність до спільних дій). Системотвірним компонентом консолідації є когнітивно-рефлексивний компонент, який по суті є соціальним уявленням про консолідацію та способи її досягнення.

Методика розрахована на повнолітніх громадян, етап психолого-політичного розвитку яких передбачає політичну соціалізованість. Психологічний інструмент містить 26 питань, розділених на три шкали: діалогічність – категоричність; тоталітаризм – примат права; монолітність – баланс інтересів, зміст яких відображає різні сторони консолідації та можливі способи її формування.

Методика пройшла перевірку на надійність (метод розщеплення, альфа Кронбаха). Для виявлення внутрішньої структури та виокремлення шкал використовувався факторний аналіз, а також частотний, кореляційний аналізи, статистичний критерій Мана-Уїтні для оцінки різниці між двома вибірками (електоральних груп). Стандартизація методики здійснювалась через розрахування процентильних рангів, які відповідають чотирьом рівням: високий, середній, нижчий за середній, низький.

***Ключові слова:** консолідація, соціальне мислення, солідарність, ідеологія, політична свідомість, електорат, атомізація.*

Леонова І. М.

кандидат психологічних наук

E-mail: inoskazanie@mail.ru

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ПОЧУТТЯ САМОТНОСТІ ЖІНКАМИ З РІЗНИХ СОЦІАЛЬНИХ ГРУП

У статті представлено результати дослідження особливостей переживання почуття самотності жінками з різних соціальних груп. Встановлено, що на переживання почуття самотності у жінок, безпосередньо впливає специфіка групи членства. На рівні тенденції виявлено, що найвищий рівень самотності спостерігається в групі жінок з інвалідністю, а найнижчий в групі жінок, які

знаходяться на тимчасово окупованій території Донбасу та переселенок. Середній рівень спостерігається в групі релігійних жінок та киянок.

Встановлено, що наявність або відсутність дітей у жінок не має суттєвого впливу на рівень переживання самотності. В описі вказується тільки те, що жінки релігійні, що знаходяться у виправній колонії і інваліди (глухонімі), мають вищі показники самотності, ніж жінки, які перебувають на тимчасово окупованій території Донбасу, переселенки і киянки.

Виявлено психологічні чинники, які впливають на рівень самотності: життєрадісність, особистісний потенціал (успішний або неуспішний) та наявність чи або відсутність мотивації на самореалізацію та займана позиція особистості позиція щодо до себе й інших: агресивно-негативна чи позитивно-поблажлива (соціально адаптований або дезадаптований). Жінки, в яких відсутня мотивація на досягнення успіху і на особистісний розвиток, з агресивною поведінкою та негативною позицією щодо себе й інших, які відчувають наслідки конфліктів, більш соціально дезадаптовані в соціумі і відчувають себе самотніми, ніж жінки, які мають позитивний настрій, займають поблажливу позицію щодо себе й інших, життєрадісні, мотивовані на самореалізацію та успіх.

***Ключові слова:** самотність, соціальні групи, наявність чи відсутність дітей, психологічні чинники, рівень самотності.*

Соснюк О. П.

кандидат психологічних наук, доцент, Київський національний університет імені Тараса Шевченка, доцент кафедри соціальної психології

ПСИХОСЕМАНТИЧНИЙ АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТЕЙ СТАВЛЕННЯ МОЛОДІ ДО КОРУПЦІЇ

Однією з серйозних перешкод для впровадження ефективних реформ в сфері економіки, права та політики, успішності суспільних трансформацій, українськими та міжнародними експертами вважається корупція. Саме тому, це явище відносять до переліку загроз національній безпеці країни. Вивчення феномену корупції здійснюється представниками різних наук та має яскраво виражений міждисциплінарний характер. Стаття присвячена аналізу даного явища з позицій психології.

Проаналізовано основні підходи до вивчення правової свідомості та феномену корупції в психологічній науці. Запропоновано визначення поняття антикорупційна стійкість, яка розглядається як інтегральна психологічна властивість особистості, що реалізується в мотивації, морально-етичних

якостях, провідних цінностях і проявляється в ситуаціях корупційного тиску. Визначено структурні компоненти антикорупційної стійкості.

Розглянуто можливості вивчення особливостей ставлення до корупції психосемантичними методами (техніки візуалізації понять, рангові решітки). Наведено результати емпіричного дослідження візуалізації уявлень молоді про корупцію, виявлено специфіку прояву базових конструктів ставлення до корупції в площинах: раціонального, емоційного та життєвого досвіду, творчої пізнавальної активності.

Визначено перелік основних ситуацій корупційного тиску. Встановлено типові способи реагування молоді в цих ситуаціях. З'ясовано специфіку готовності до певних способів реагування в конкретних ситуаціях корупційного тиску.

Окреслено перспективи подальших досліджень, які полягають у вивченні вікових та крос-культурних відмінностей в уявленнях про корупцію, визначенні специфіки ставлення до корупції на різних рівнях регуляції соціальної поведінки.

***Ключові слова:** правова свідомість, корупційний тиск, антикорупційна стійкість, проективна техніка колаж, репертуарні решітки.*

Сердюк Л.З.

доктор психологічних наук, професор, завідувач лабораторії психології особистості, Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України

Володарська Н.Д.

кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії психології особистості, Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України

ОСОБЛИВОСТІ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ВНУТРІШНЬОПЕРЕМІЩЕНИМ ОСОБАМ ВНАСЛІДОК КОНФЛІКТУ НА СХОДІ УКРАЇНИ

Окреслена актуальність дослідження проблеми відновлення психоемоційного стану внутрішньопереміщених осіб у наслідок військового конфлікту на сході України. Здійснено аналіз сучасних досліджень психологічних проблем та особливостей психологічної допомоги внутрішньопереміщеним людям. Визначено спектр соціально-економічних та психологічних проблем, з якими вони зазвичай зустрічаються і потребують психологічної допомоги. Виявлено, що найбільш гострими залишаються

проблеми: прийняття ситуації «свій–чужий»; втрата ідентичності; адаптації на новому місці; втрата відчуття стабільності і безпеки; сімейні конфлікти тощо. Визначено психологічні способи надання психологічної допомоги, напрямки подальшої роботи: соціалізація та інтеграція дітей і підлітків; профорієнтація; організація груп підтримки; тематичний жіночий клуб (жіноче здоров'я, сімейні конфлікти, вікові кризи та ін.); організація груп психоедукації – (освітні групи: як допомогти собі та іншим, навчитись навичкам саморегуляції); залучення психологів з числа переселенців в роботу груп підтримки; організація оздоровчих, розвиваючих програм для дітей, підлітків; проведення досліджень з питання «Що і як змінилося у ставленні до ВПЛ через 5 років». Надані рекомендації щодо організації психологічної допомоги внутрішньоопереміщеним людям у відновленні її психоемоційного стану. Проведений аналіз бар'єрів соціальної адаптації особистості у кризових ситуаціях. Обґрунтовано засоби застосування методик зниження емоційної напруги особистості, відновлення психоемоційного стану, спрямованих на зміцнення здоров'я, сприяння подальшому працевлаштуванню, особистісному розвитку, психологічному благополуччю та повноцінній інтеграції у суспільство.

Keywords: *адаптація, переселенці, гештальттерапія, позитивна психотерапія, казкотерапія, групова терапія, психологічні захисти.*

Титаренко Т. М.

доктор психологічних наук, професор, дійсний член НАПН України, головний науковий співробітник, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, Київ, Україна

E-mail: tytarenkotm@gmail.com

ЛАНДШАФТИ ОСОБИСТІСНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ УНАСЛІДОК ТРАВМАТИЧНОГО ВОЄННОГО ДОСВІДУ

Ландшафт особистісних трансформацій визначено як територію життя особистості, що має особливу динаміку, структурно-функціональні характеристики, смислове наповнення. Крім специфікації поняття «ландшафт особистісних трансформацій» завдання полягало у визначенні типів ландшафтів комбатантів після повернення з фронту. Вибірка складалася з 91 комбатанта – курсантів вищого навчального закладу та добровольців. Використовувався метод письмового наративу за запропонованою схемою, бесіда та сфокусоване індивідуальне інтерв'ю. Згідно з результатами

дослідження, тематика посттравматичних наративів учасників бойових дій включала травми, пов'язані з воєнними діями (41,9%); сімейні зради (24,7%); пережиті в мирний час втрати (23,5%); інші складні життєві ситуації (9,9%).

Розроблено критерії визначення типу ландшафту: осмисленість минулого, оцінка теперішнього, бачення майбутнього, ціннісна домінанта. Як інтегральний показник ландшафту розглянуто ціннісно-сміслову конфігурацію життя особистості. Виявлено такі типи ландшафтів: а) екзистенційний (відрізняється неготовністю переосмислювати травматичне минуле, нездатністю адекватно оцінювати теперішнє, неможливістю конструювати майбутнє, домінантою виживання); б) сімейний (відрізняється добрим осмисленням минулого, адекватною оцінкою теперішнього, розгорнутим конструюванням майбутнього, домінантою значущих стосунків); в) служіння (відрізняється від сімейного насамперед за критерієм домінантної цінності – бути корисним державі, боротьбі з агресором, армії); г) самореалізації (відрізняється головною цінністю саморозвитку); д) прагматичний (відрізняється головною цінністю кар'єрного просування).

Серед найбільш поширених ландшафтів виявилися екзистенційний і сімейний (по 25,0%); далі йдуть ландшафти служіння і самореалізації (по 17,3%); найменше траплявся прагматичний (13,6%). Підтверджено гіпотезу, згідно з якою безпосередня участь військовослужбовців у бойових діях може правити за тригер зміни особистісного ландшафту.

Ключові слова: ландшафт особистісних трансформацій, воєнний досвід, посттравматичний наратив, ціннісно-смістова конфігурація життя, тематика наративів, критерії ландшафту, типи ландшафтів.

Chaika G.V.,

PhD in Psychological Sciences, Senior researcher of the Laboratory of Psychology of Personality, Kostiuk Institute of Psychology of the NAES of Ukraine

E-mail: chaika_g@hotmail.com

PERSONAL TRAITS SUPPORTING POSITIVE RELATIONS WITH OTHERS

У статті розглядаються психологічні якості та характеристики особистості, завдяки яким підтримуються її позитивні стосунки з іншими (як ці позитивні стосунки розуміються у моделі психологічного самопочуття К.Ріфф), і порівнюються з тими особистісними якостями, які зазвичай розглядаються як такі, завдяки яким підтримується автономія особистості. Для вирішення цього

завдання використовувалася відповідна шкала з методики вивчення психологічного благополуччя (К.Ріфф); тест сенсожиттєвих орієнтацій Д.О.Леонтєєва; опитувальник самоствавлення В.В. Століна, С.Р. Пантелєєва; тест самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалима (адаптований В. Г. Ромеком), тест життєстійкості С. Мадді (адаптована Д.О. Леонтєєвим та ін.), самоактуалізаційний тест (САТ), шкала самовираження з тесту самодетермінації Осіна Е. та ін. Загалом у дослідженні взяли участь 150 студентів київських університетів.

Дані дослідження показують, що існує сильна кореляція між позитивними стосунками з іншими та такими особистісними рисами, як процес життя та результативність життя та інші показники сенсожиттєвих орієнтацій життя; самовираження, яке розкриває, чи відчувається життя особистістю як таке, що відповідає її власним бажанням, потребам та цінностям; самоповага та очікуване ставлення оточуючих і кілька інших показників самоствавлення та загальна шкала самоствавлення особистості; ціннісні орієнтації на самоактуалізацію і психологічна стійкість. Показниками успішних позитивних стосунків є залученість як характеристика життєстійкості, очікуване ставлення оточуючих, самовираження та самоповага, існуючі життєві цілі та позитивні життєві результати. Високий локус контролю-Я та контроль як чинник психологічної стійкості можуть запобігти розвитку теплих, добрих та глибоких стосунків.

Отримані результати показують, що існує лінія особистісних характеристик, що підтримують як автономію особистості, так і її позитивні стосунки з іншими, а саме - самовираження, самоповага та наявні життєві цілі. Це дає підстави говорити про те, що автономія особисті та її позитивні стосунки з оточуючими – це не абсолютно протилежні особистісні риси, а потреба в автономії не задовольняється лише шляхом нехтування стосунками з іншими людьми.

Ключові слова: психологічне благополуччя, позитивні стосунки з іншими, сенсожиттєві орієнтації, самоствавлення, самоактуалізація, психологічна життєстійкість, самовираження.

ТЕЗИ ТА ІНШІ МАТЕРІАЛИ

V Міжнародної науково-практичної конференції «Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи»

Афанасьєва Н. Є.

Національний університет цивільного захисту України, доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах, д.психол.н., доцент (м. Харків, Україна)

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ В УКРАЇНІ

Серед економічних, політичних, соціальних проблем, які вирішуються у сучасній Україні, особливе місце займають питання адаптації та інтеграції вимушених переселенців. Вимушені мігранти в Україні (з 2014 року) це особи, які виїхали з зони збройного конфлікту на сході України та з АР Крим. За даними прес-центру Міністерства соціальної політики України, найбільша кількість внутрішніх переселенців проживає у Київській, Харківській, Дніпропетровській, Запорізькій областях; найменша – в Тернопільській, Чернівецькій, Івано-Франківській і Закарпатській областях [1]. Це обумовлено, в першу чергу, територіальною близькістю або віддаленістю від зони проведення ООС.

Більшість вимушених мігрантів безпосередньо перебували в місцях збройних зіткнень, а тому за багатьма ознаками є особами, які переживають травму, тобто у них спостерігаються симптоми посттравматичного стресового розладу: флешбеки, уникнення, підвищена збудливість, тривожність, інвазивні думки тощо.

У суспільних науках сучасної України продовжують існувати певні протиріччя між усвідомленням важливості надання психологічної допомоги внутрішньо переміщеним особам і недостатньою розробленістю цього питання дослідниками і психологами-практиками, між значущістю психологічної та соціальної допомоги таким людям в процесі інтеграції до нової спільноти і недостатньою увагою до проблем їхнього життя. Ситуація ускладнюється тим, що «гібридна війна» триває, і неможливо передбачити час і спосіб її завершення. Це негативно впливає на психологічний стан вимушених переселенців, їх мотивацію до діяльності, адаптацію тощо. Пошук шляхів і

способів психологічної допомоги людям, які пристосовуються до життя в новому середовищі, вимагає дослідження їх психологічного стану і виявлення основних чинників, що перешкоджають успішній адаптації та інтеграції.

Соціально-психологічна адаптація та інтеграція вимушених переселенців, зазвичай, проходить в декілька етапів: на першому етапі спостерігаються симптоми культурного шоку: переживання від втрати друзів, рідних, а також статусу, професії, порушення соціальних ролей і самоідентифікації, нездатність асимілюватися в новому середовищі. Адаптаційна діяльність носить орієнтовний характер і визначає ступінь відповідності між очікуваннями і реальністю. На другому етапі здійснюється оцінка нового оточення, соціонормативної сфери і культурних відмінностей спільноти. На третьому етапі відбувається взаємодія середовища і переселенців. Мігранти відчують себе більш пристосованими і інтегрованими в життя спільноти. Пригніченість змінюється помірним оптимізмом, відчуттями впевненості та задоволення.

Аналіз психологічних проблем вимушених переселенців показує, що вони носять комплексний характер, зачіпаючи всі сфери психічного життя особистості: емоційну, когнітивну, поведінкову, мотиваційно-потребову, комунікативну. Найважливішою проблемою залишається криза ідентичності, наслідками якої є: зниження самооцінки, невпевненість у собі, спотворене сприйняття оточуючих, зниження толерантності [2].

Основними завданнями психологічного супроводу вимушених переселенців ми вбачаємо: збереження емоційного балансу, контроль за негативними почуттями; допомога в подоланні страхів, почуття вразливості, безнадійності, гніву; збереження й підтримка «образу Я», соціальної ідентичності, впевненості в собі; пошук балансу між прийняттям допомоги і збереженням самоповаги. Тобто завдання психологічної допомоги та підтримки зосереджені на трьох основних сферах: оцінка ситуації, вирішення практичних проблем і емоційний стан. Головною метою психологічного супроводу вимушених переселенців є покращення якості життя, створення та усвідомлення нових сенсів та стратегій.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Офіційний веб-портал Міністерства соціальної політики України. Режим доступу: <https://www.msp.gov.ua/news/16996.html>
2. Afanaseva N., Bosniuk V., Deinychenko L. and oth. Quality of life of internally displaced persons in Ukraine : social psychological analysis / N. Afanaseva, V. Bosniuk, L. Deinychenko and oth. // 18th International scientific conference International Relations 2017 : Current Issues of World Economy and Politics, Smolenice Castle 30th November–1st December 2017. – Pp. 44–57.

Базарний С. В.

Військова частина А3880. Заступник командира військової частини А3880 з морально-психологічного забезпечення – начальник відділення морально-психологічного забезпечення. (м. Одеса, Україна)

НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПСИХОТРАВМОВАНИМ В БОЙОВИХ УМОВАХ

Психологічна допомога – це комплекс профілактичних, лікувальних та евакуаційних заходів, які забезпечують збереження психічного здоров'я військовослужбовців як основи їх боєздатності. Основними завданнями психологічної допомоги і реабілітації є: вивчення й узагальнення особливостей виникнення, проходження та ефективності психологічних заходів, що здійснюються при психічних розладах у військовослужбовців; організація і проведення заходів щодо надання психологічної допомоги при бойовій психічній травмі, пораненнях і захворюваннях психічними розладами; організація профілактики розвитку психічних розладів і воїнів в бойових умовах; запобігання розвитку адиктивних відхилень у військовослужбовців; організація і проведення психодіагностичних заходів із військовослужбовцями, що вимагають підвищеної психолого-педагогічної уваги; організація і проведення психокорекційної роботи, психологічного консультування, заходів психопрофілактичної і психогігієнічної спрямованості; організація і проведення психологічного супроводу військовослужбовців у період проходження військової служби; надання кваліфікованої психологічної допомоги військовослужбовцям, які несуть бойове чергування; організація психологічної освіти [1, с.147].

Психологічна допомога поділяється на: самопомогу (військовослужбовці здійснюють самі); сумісну психологічну допомогу (разом з іншими більш підготовленими військовослужбовцями); спеціалізовану допомогу (здійснює фахівець: військовий психолог, психіатр, психотерапевт). У сучасних умовах використовуються такі види психологічної допомоги: психодіагностика, психопрофілактика, психологічна корекція, психологічна підтримка, психологічна реабілітація, психологічне консультування, психотерапія (медична та психологічна).

Організація системи надання психологічної допомоги в частині як на етапі підготовки, так і в ході бойової діяльності повинна передбачати такі заходи: прогнозування психогенних втрат; організацію та здійснення роботи

командним складом щодо роз'яснення військовослужбовцям можливості травматизації їх психіки під час виконання професійних обов'язків; проведення практичних занять з воїнами щодо оволодіння засобами попередження психічних травм та надання першої психологічної допомоги на полі бою; виявлення осіб, які отримали психічні травми; евакуацію їх у батальйонний медичний пункт та надання психологічної допомоги; направлення в медичну роту з'єднання військовослужбовців, боєздатність яких не поновлюється впродовж декількох годин; направлення військовослужбовців з більш складними розладами до стаціонарних шпиталів. *Критеріями для евакуації* з поля бою у разі розвитку психічних травм можуть бути: неможливість виконання професійних обов'язків; неадекватна оцінка небезпеки, яка загрожує; деморалізуючий вплив осіб, які мають психічні травми, на особовий склад; загроза з боку осіб з гострими розладами свідомості.

Психологічна травма – це подія, яка виходить за рамки звичайного повсякденного людського переживання, в результаті військовослужбовець отримує психологічну травму[2, с.134]. Під час критичного стрес-факту організм розцінює як загрозу. Під час довгого перебування в травматичній ситуації організм отримує хронічний стрес, ПТСР. Найголовніше завдання мозку — це виживання. Друге за важливістю завдання — мінімізація витрат енергії. Тому мозок завжди береже енергію. Наприклад асоціації, ігнорування фактів, які порушують нашу картину світу. Важливо, що сила волі та пізнавальне зусилля мають один ресурс. Третє завдання — зміцнення тих нейронних зв'язків, які вже є і використовуються частіше. Таким чином, закріплюється те, що ефективно для виживання. Перша психологічна допомога включає такі компоненти: самопомога: розпізнавання ситуації (стану) зі своїми відчуттями пов'язаних з емоціями, дихальні вправи, вправа заземлення, позитивне мислення; взаємодопомога дії та теми розмов стосуються тільки теперішнього часу; травмуюча ситуація оговорюється тільки за потреби постраждалого[3, с.296]. Психологічна травма у гострому періоді несе за собою порушення системи цінностей, тверджень, уявлень про світ та себе. Втрата само ідентичності дуже небезпечна. У динаміки переробки травми виділяємо на ступні етапи: 1) заперечення; 2) переосмислення; 3) прийняття. Різні наслідки бойових психічних травм та розладів є першопричиною бойових психогенних втрат серед військовослужбовців Збройних Сил України[4, с.172].

Бойовий стрес — це сукупність психічних станів, що воїни переживають в процесі адаптації до умов бойової обстановки, несприятливих для їх життєдіяльності або тих, що загрожують їх здоров'ю і життю, відповідна

реакція організму на перенапругу, негативні емоції або просто незрозумілі ситуації.

Симптоми стресу: 1. Фізіологічні симптоми (головний біль, тремор, неконтрольовані рухи). 2. Емоційні симптоми (дратівливість, підвищена тривожність, нервові напруження). 3. Поведінкові симптоми (підвищення конфліктності, підвищення кількості помилок при роботі, метушливість). 4. Інтелектуальні симптоми (проблеми з концентрацією уваги, погіршення пам'яті). Загальні симптоми посттравматичного стресового розладу: повторне проживання ситуації; повторне переживання події, яка ніби відбувається щоразу знову (флешбеки); почуття вини або сорому; нав'язливі спогади; відчуття сильної напруги в м'язах при спогадах; інтенсивні фізіологічні реакції при спогадах (серцебиття, часте дихання, нудота, напружені м'язи, пітливість чи морозить та ін.); проблеми зі сном, нічні жахи; сильно контрольована поведінка [5, с.246].

Типи посттравматичного стресового розладу: Тривожний тип ПТСР - немотивована тривога, зміна настрою, порушення сну (нічні жахіття, безсоння). Астенічний тип ПТСР - в'ялість, слабкість, апатичність. Дисфоричний тип ПТСР - агресивність, дратівливість, образливі. Соматоформний тип ПТСР - відчуття болю по всьому тілу. Фантичний тип ПТСР - труднощі адаптації, замкнутість, авторитарність. Посттравматичний розвиток. Більшість військових (демобілізованих) зазначають, що після отримання психотравмуючих подій, найефективнішою є підтримка та розуміння рідних, спосіб вирішення проблем особистий для кожного. Важливо, щоб кожному була можливість висловити свої негативні емоції, переживання. Але якщо остається психологічний надлом, родина не справляється з випробуваннями симптомами ПТСР, потрібна допомога фахівця [6, с.153].

Схема надання психологічної допомоги психотравмованим військовослужбовцям включає наступні етапи: Короткотривалі: 1) позаштатні інструктори з першої психологічної допомоги - місце (точка) надання психологічної допомоги в районі бойових дій, виконання завдань (в кожній роті, батальйоні) до 2 годин; 2) штатні психолог, медичний працівник - пункт психологічної допомоги та реабілітації бригади, полку (пропускна спроможність до 80 чол./добу) до 3 діб. Тривалі: 1) штатні психіатр, психоневропатолог, психолог - Центр медико-психологічної реабілітації військового шпиталю, ВМКЦ (всього до 500 ліжок) від 3 діб до 1 місяця; 2) штатні та позаштатні психіатр, психолог, психоневропатолог – Територіальна госпітальна база, обласна психіатрична лікарня, санаторно-курортний заклад, обласний шпиталь ветеранів війни (всього до 2000 ліжок) до 3 місяців. Довготривалі: 1) реабілітаційні центри за кордоном (до 200 чоловік); 2) центри

реабілітації громадських організацій (до 1000 ліжок); 3) приватні заклади психологічної реабілітації (до 2000 ліжок) [7, с.571].

***Ключові терміни:** психологічна травма, профілактика психічних розладів, перша психологічна допомога, сутність, поняття бойового стресу та його основні характеристики, посттравматичний стресовий розлад та посттравматичне зростання, саморегуляція у нестабільній ситуації.*

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Агаєв О., Скрипкін О., Дейко А., Поливанюк В. Алгоритм роботи військового психолога щодо психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України (методичні рекомендації) – К.: НДЦ ГП ЗС України, 2016. – 147.
2. Алещенко В., Сафін О., Потапчук Є.М. Організація забезпечення збереження психічного здоров'я військовослужбовців. Навчальний посібник. К.: ВІКНУ. – 2007. – 134 с.
3. Алімпієв А., Афанасенко В., Пасічник В. та ін. Психологічна підготовка та адаптація військовослужбовців Повітряних Сил до ведення бойових дій (на основі досвіду антитерористичної операції): навчально-методичний посібник. – Х.: ХНУПС, 2018. – 296 с.
4. Балашова С., Васильєв С., Дубровинський Г. Практичний курс військової психології: Навчальний посібник. Част. 2. – К.: ВПЦ "Київський університет", 2013. – 172 с.
5. Блінов О. Психологія бойової психічної травми: монографія. – К. Талком, 2016. – 246 с.
6. Кокун О., Пішко І., Лозінська Н., Копаниця О. Діагностування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до діяльності у складі миротворчих підрозділів. Методичний посібник. – К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2011. – 153.
7. Колесніченко О., Тімченко О. та ін.; за заг. ред. проф. Приходька І. Психологія екстремальної діяльності: навч. посіб. – Х.: НАНГУ, 2016. – 571 с.

Безверхий О. С.

*Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського,
доцент кафедри психології та соціальної роботи, к.психол.н. (м. Вінниця,
Україна)*

ПРОБЛЕМА ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ В СУЧАСНІЙ ПРАКТИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

Посттравматичне зростання (posttraumatic growth або, скорочено, PTG) — це явище виникнення позитивних результатів у тих, хто пережив травматичну подію, наприклад авткатастрофу, пожежу, сексуальне насильство, бойові дії або був біженцем [5]. Внаслідок посттравматичного зростання (надалі – PTG) поліпшуються стосунки (більше співстраждання та міцніший емоційний зв'язок), відновлюється віра в життя, покращується сприйняття життя, зміцнюється відчуття власної сили, відбувається духовний розвиток. Значна більшість американських ветеранів війни у В'єтнамі повідомляли, що пережили позитивні наслідки після участі у військових діях [3].

В українських реаліях психологічна допомога ветеранам обмежується подоланням симптомів ПТСР та запобіганням вторинним проблемам (вживанню алкоголю і наркотичних речовин та суїцидальна поведінка). Натомість, можливості PTG рідко використовуються.

Науковці виокремлюють три області PTG: сила через страждання; екзистенційна переоцінка та психологічна готовність (до нових випробувань) [4]. Ці результати не є взаємовиключними альтернативами – вони показують можливі напрямки позитивних змін. Сила через страждання означає як обмежене в часі зростання життєвої сили протягом посттравматичного періоду, так і одержання можливості управляти новим ресурсом такої сили як нову здатність. Екзистенційна переоцінка означає перебудову системи цінностей, зміну системи ставлень, оцінок, переживань. Психологічна готовність до нових випробувань характеризується такими чинниками, які виникли під час подолання травми: досвід протидії руйнівному впливу травми через використання системи копінг-стратегій; досвід подолання психологічної кризи шляхом перебудови власної системи цінностей; наявність оновленої системи цінностей з вищою стійкістю проти травми; наявність оптимістичних очікувань у подоланні можливої травми та у зростанні власного потенціалу після травми.

У західній психології поставлено проблему системної підтримки PTG зі сторони державних інституцій, які опікуються ветеранами. Американські науковці Річард Тедеші (Richard Tedeschi) та Лоренце Калхун (Lawrence Calhoun) запропонували психологічну методику сприяння PTG, яку назвали

«експертним спілкуванням» [6]. Першим кроком у РТГ є особливе розуміння травми як події, які відкриває можливості розвитку: найкращою вважається метафора «землетрусу» – старий внутрішній світ зруйновано і є можливість відбудувати його, і зробити його значно кращим, ніж був. Принципи експертного спілкування: повага до тих, хто вижив; позиція експерта як скромного учня; підкреслення ознак РТГ у досвіді ветерана; складання оповідання про травму в аспекті можливостей позитивних змін та розвитку; формування розуміння травми як можливості розвитку (вразливість як сила, втрата як драйвер розвитку). Важливим чинником РТГ є соціокультурний контекст: справедливий характер війни, героїзація ветеранів широким соціальним оточенням, гордість за ветерана у членів сім'ї та родини, гордість ветерана своєю армією та бойовим підрозділом тощо.

У 2011 році Річард Тедеші оприлюднив результати реалізації Комплексної програми оздоровлення воїнів (Comprehensive Soldier Fitness program), спрямованої на РТГ ветеранів військових кампаній [7], яка показала високу ефективність.

Таким чином, науковцями досліджено феномен посттравматичного зростання, його механізми та методи підтримки. Розроблені психотерапевтами програми мають потенціал зробити феномен РТГ масовим та стійким за умов системної підтримки цієї діяльності з боку держави. Ми вважаємо, що держава Україна повинна забезпечити розробку та реалізацію програм РТГ для ветеранів війни, які пережили бойову психічну травму.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Aldwin, C., Levenson, M., & Spiro, A. (1994). Vulnerability and resilience to combat exposure: Can stress have lifelong effects? *Psychology and Aging*, 9, 34–44.
2. Calhoun LG, Tedeschi RG. (1998). Posttraumatic growth: future directions. In: Tedeschi RG, Park CL, Calhoun LG, eds. *Posttraumatic Growth: Positive Changes in the Aftermath of Crisis* (pp. 215-238). Mahwah, NJ: Erlbaum Publishers.
3. Dohrenwend, B., Neria, Y., Turner, J., Turse, N., Marshall, R., Lewis-Fernandez, R., et al. (2004). Positive tertiary appraisals and posttraumatic stress disorder in U.S. male veterans of the war in Vietnam: The roles of positive affirmation, positive reformulation, and defensive denial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72, 417–433.
4. Janoff-Bulman, R. (2006). Schema-change perspectives on posttraumatic growth. In L. G. Calhoun & R. G. Tedeschi (Eds.). *Handbook of posttraumatic*

growth: Research and practice (pp. 81–99). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

5. Tedeschi R. G., & Calhoun L. G. (2004). Posttraumatic growth: A new perspective on psychotraumatology. *Psychiatric Times*, 21, 58-60.

6. Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2006). Expert companions: Posttraumatic growth in clinical practice. In L. G. Calhoun & R. G. Tedeschi (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice* (pp. 291–310). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

7. Tedeschi, R. G., & McNally, R. J. (2011). Can we facilitate posttraumatic growth in combat veterans? *American Psychologist*, 66, 19–24.

Березовська Л. І.

Національний університет «Львівська політехніка», доцент кафедри теоретичної та практичної психології, к.психол.н., доцент (м. Львів, Україна)

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОЕФЕКТИВНОСТІ ВІЙСЬКОВИХ

Сучасний стан української держави потребує високоефективних військових фахівців, що здатні правильно оцінити як результат своєї діяльності, так і власні можливості. На суб'єктивне ставлення до своєї діяльності впливає багато чинників. Серед них вміння проявляти волюві зусилля, волюва регуляція, наполегливість, самовладання. Професійне вигорання, що виникає в процесі здійснення професійних обов'язків, також певним чином впливає на самоефективність особистості.

Проблема самоефективності у психології стало предметом досліджень І. Брунова-Калісецької, Т. Гордєєвої, А. Бояринцевої, Є. Жорнікова, Т. Зелінської, С. Занюк, О. Огнева, Д. Леонтьєва, В. Ромека та ін. Концепція самоефективності розроблена представником соціально-когнітивного напрямку в психології А. Бандурою. Вона є чітко вибудованою системою наукових уявлень, які включають пояснення джерел, природи, опосередковуючих механізмів, різних впливів (виявляють уявлення про особистісну ефективність) та рекомендацій з вимірювання самоефективності [4]. Самоефективність А. Бандура вважає ключовою детермінантою людської поведінки, визначаючи її як судження людей про свої здібності організувати і виконувати ланцюжки дій, що необхідні для досягнення встановлених заздалегідь типів результатів діяльності [2]. Тобто сутність самоефективності в тому, наскільки компетентною почуває себе людини при виконанні справи.

З метою визначення взаємовпливу самоефективності, професійного вигорання та вольової регуляції у військових було проведено опитування. Методичним інструментарієм виступили такі методики, як: опитувальник вольової саморегуляції особистості А.В. Зверькова і Е.В. Ейдмана [3], методика «Синдром «вигорання» в професіях системи «людина - людина» [1], методика «Шкала самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема» [3]. В дослідженні взяли участь 39 військових, віком від 29 до 42 років, всі вони брали участь у бойових діях.

Емпіричні наші розвідки показали, що за рівнем прояву самоефективності наші досліджувані розподілилися так: 12 військових демонструють дуже високий рівень самоефективності, 18 осіб – високий та 9 – середній. Військові, що виявляють дуже високий та високий рівень самоефективності демонструють високий рівень вольової регуляції ($20,6 \pm 3,5$), вони добре володіють власною поведінкою у різних ситуаціях, здатні свідомо управляти своїми діями, станами та спонуканнями. Їм притаманний високий рівень прояву наполегливості ($14,2 \pm 1,9$), тобто високий рівень прагнення до завершення розпочатої справи; а також самоконтролю ($10,1 \pm 2,3$), що виявляється у високому рівні вільного контролю емоційних реакцій і станів. Для осіб із середнім рівнем самоефективності притаманний середній рівень прояву загальної вольової саморегуляції ($12,1 \pm 3,4$), наполегливості ($8,9 \pm 1,7$), та низький рівень самоконтролю ($4,8 \pm 1,7$). Очевидно тим, хто виявляє середній рівень самоефективності не мають достатнього самоконтролю, що не дає їм бути високоефективними.

Щодо прояву професійного вигорання, то у осіб з дуже високим рівнем самоефективності проявляється низький рівень емоційного виснаження ($12,3 \pm 4,6$), деперсоналізації ($4,9 \pm 2,8$), редукції особистих досягнень ($38,8 \pm 6,7$). Найвищий рівень (хоча і в межах середніх значень) емоційного виснаження ($20,0 \pm 6,4$), деперсоналізації ($10,5 \pm 4,6$) проявляється у групі з високим рівнем самоефективності. Щодо групи з середнім рівнем прояву самоефективності, то для неї притаманний високий рівень прояву редукції особистих досягнень ($29,9 \pm 8,6$), що виявляється у негативному оцінюванні себе, своїх професійних досягнень та успіхів, негативізм, або у нівелюванні особистої гідності, обмеженні своїх можливостей, обов'язків щодо інших. Очевидно, досліджувані даної групи вважають себе не достатньо ефективними, в той же час негативно оцінюють себе, свої професійні досягнення та успіхи, виявляють негативізм щодо службової гідності і можливостей у професійній діяльності.

Застосування кореляційного аналізу дозволило нам підтвердити припущення про взаємозв'язки. Самоефективність має прямі помітного рівня кореляційні зв'язки з загальною вольовою регуляцією ($r=0,651$ при $p=0,00$),

наполегливістю ($r=0,632$ при $p=0,00$), самовладанням ($r=0,667$ при $p=0,00$), редукцією особистих досягнень ($r=0,520$ при $p=0,01$). Щодо інших зв'язків, то зворотні помірні визначаються між самоефективністю та емоційним виснаженням ($r=-0,474$ при $p=0,02$), деперсоналізацію ($r=-0,467$ при $p=0,03$).

Отже, на прояв самоефективності військових впливають як вольові зусилля особистості, які дозволяють результативно діяти, так і вигорання, що формується в процесі здійснюваної професійної діяльності та в деякій мірі блокує її.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Березовська Л.І. Психодіагностика та корекція внутрішньоособистісних конфліктів як умова подолання професійного вигорання у вчителів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.10 / Березовська Лариса Іванівна. – К., 2013. – 200 с.
2. Гордеева Т.О. Психология мотивации достижения. М.: Смысл, Издский центр «Академия», 2006. 336 с.
3. Коқун О.М., Агаев Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Корня Л.В. Психологічне вивчення особового складу Збройних Сил України. Методичний посібник. К.: ФОП Маслаков, 2019. 288 с
4. Корсини Р., Ауэрбах А. Психологическая энциклопедия 2-е изд. СПб.: Питер, 2006. — 1876 с.

Беспалько А.О.

Військовий інститут Київського національного університету імені Тараса Шевченка, ад'юнкт (штатний) науково-організаційного відділення, кафедра військової психології та педагогіки (м. Київ, Україна)

КОГНІТИВНЕ ЕПІЗОДИЧНЕ МОДЕЛЮВАННЯ ЯК ЗАСІБ ПОКРАЩЕННЯ ПОВЕДІНКОВИХ РЕАКЦІЙ ТА РЕГУЛЮВАННЯ ЕМОЦІЙ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

Життєдіяльність сучасної особистості постійно перебуває у важких, не передбачувальних і часто критичних життєвих обставинах, що істотно впливають на її розвиток, фізичне самопочуття та психологічне благополуччя людини. Особливо це стосується людей, діяльність яких пов'язана з екстремальними умовами та критичними ситуаціями, що містять у собі безпосередню загрозу життю та здоров'ю особистості, можуть завдати непоправної фізичної чи психологічної шкоди, а отже потребують від людини

як суб'єкта існування, високого рівня розвитку психологічних ресурсів, що створюють передумови для успішного подолання наслідків зазначених ситуацій.

Акумулюючи конструктивний досвід виходу із критичної, екстремальної ситуації особистість створює передумови для особистісного розвитку, навчається жити перемагаючи себе та складні життєві обставини. Саме усвідомлення, аналіз життєвої ситуації робить особистість більш зрілою, психологічно адаптованою до діяльності в екстремальних умовах. Одним із варіантів для зниження стресового впливу на суб'єкт існування є когнітивне епізодичне моделювання. При цьому слід зазначити, що в зазначеному процесі ключові позиції мають: складність екстремальної (стресової) ситуації, вплив стресу на особистість та її психологічне благополуччя, а також реакція мнемічних процесів на вплив стресу.

Відповідно до наслідків, небезпеки, та складності екстремальні ситуації заведено поділяти на три групи: кризові, екстремальні та гіперекстремальні ситуації. Кризова ситуація – це ситуація, коли відбувається суттєві зміщення звичних ознак, занепад, погіршення звичних параметрів існування у сферах життєдіяльності. Екстремальні ситуації – це ситуації, що спричиняють об'єктивні чи суб'єктивні труднощі, призводять до максимального напруження ресурсів організму для досягнення безпечної та успішної діяльності, збереження життя та здоров'я. Гіперекстремальні ситуації – це ситуації, що перевищують можливості людини, руйнують звичність способу життя та призводять до небезпечних наслідків. Діяльність у будь-якій екстремальній ситуації супроводжується стресовим навантаженням на організм особистості [1].

Гострий і хронічний стрес призводить до змін в психологічному благополуччі особистості: відчуття невпевненості в завтрашньому дні та повна залежність від зовнішніх обставин, високий рівень стресу, низька самоефективність. Вплив стресу на особистість супроводжується певною тривожністю, яка здійснює підготовку організму для протистояння стресорам шляхом залучення когнітивних ресурсів до процесу аналізу, усвідомлення інформації про можливу загрозу, формування адекватної відповіді фізіологічної системи, зокрема конструктивної поведінки у небезпечній ситуації. L. Notebaert в статті “Ризикувати або не ризикувати: тривожність і калібрування між сприйняттям ризику та зниженням небезпеки” зазначає, що “підвищена тривожність диспозиції пов'язана з упередженнями як у когнітивних, так і в поведінкових реакціях на ризики” [2]. На когнітивному рівні люди з високим рівнем тривожності мають підвищену уяву про тяжкість потенційних негативних подій, а на поведінковому – знижену схильність до сприйняття

ризик. Знижена здатність уявляти собі позитивний досвід, очікування більш негативного майбутнього, надмірне занепокоєння про можливі наслідки може приймати руйнівні форми для безпечного функціонування та психологічного благополуччя особистості. З іншого боку, готовність до ризику у несприятливій ситуації сприяє пом'якшенню суб'єктивної оцінки важкості загрозової події, що у свою чергу може свідчити про свідому готовність до можливого негативного розвитку критичної ситуації. Поняття ризику у критичній ситуації співвідноситься із готовністю прийняття відповідальності за власні дії. З цього погляду, ризик – це завжди прогнозований негативний наслідок власних дій, ризик завжди йде за дією, і лише прогнозування передуює дії.

Н. Jing зазначає, що “когнітивне епізодичне моделювання, що має гнучку епізодичну пам'ять відіграє ключову роль у підтримці моделювання можливого майбутнього досвіду, дозволяючи людям уявляти або імітувати майбутні сценарії, спираючись на минулий досвід” [3]. У зазначеному контексті, одну із ключових позицій посідають пізнавальні функції психіки, зокрема мнемічні процеси та їхнє використання для здійснення конструктивного епізодичного моделювання майбутнього досвіду. До мнемічних процесів заведено відносити перспективну пам'ять, що спрямована на майбутнє з використанням життєвого досвіду прив'язаного до часу та конкретної події (ретроспективна пам'ять, яка суттєво впливає на стресове навантаження особистості). Так, у здорових людей стрес може викликати посилення мнемічних процесів або викликати тривожність, а у пацієнтів із посттравматичним стресовим розладом (далі – ПТСР), навпаки, порушення та погіршення процесів перспективної пам'яті [4].

Процес когнітивного епізодичного моделювання містить три етапи. На першому етапі здійснюється усвідомлення та аналіз подібних подій, що відбулися у минулому, визначенні наслідків (позитивних чи негативних); на другому – переоцінка, самоусвідомлення попереднього негативного чи позитивного досвіду, визначення чітких вірогідних кроків та конструктивних завдань для досягнення визначеного результату. На завершальному етапі – процес уявного розіграшу можливих варіантів дій при подібному повторенні подібної ситуації в майбутньому, формування чіткого плану з нейтралізації негативного впливу. На думку М. Piefke, “процес моделювання майбутньої події може бути корисним у різних контекстах, включаючи планування, перспективну пам'ять, прийняття рішень, розв'язання проблем і регулювання емоцій” [4]. Крім того, епізодичне моделювання в свою чергу може конструктивно або деконструктивно впливати на процес адаптації. Конструктивність адаптивної можливості епізодичного моделювання проявляється в тому, що вона дозволяє людям моделювати різні способи поведінки не приймаючи безпосередньої участі у кризовій ситуації. Проте, слід

зазначити, що у людей з підвищеною тривожністю або у пацієнтів із ПТСР, навпаки, спостерігається підвищена стурбованість у зв'язку з очікуванням більш негативного майбутнього досвіду на основі попереднього.

Отже, конструктивне епізодичне моделювання – це моделювання майбутніх сценаріїв на основі минулого досвіду. Його сутність полягає у самоусвідомленні попереднього досвіду і переоцінці тривожності майбутньої події. Аналіз послідовності дій минулого досвіду з урахуванням причинно-наслідкових зв'язків між подією та її наслідками, формування чіткого плану дій у майбутньому створює передумови для отримання додаткової, важливої інформації про можливу подію, чітке і реалістичне відображення обмежень і вимог до конкретної події.

Використання конструктивного епізодичного моделювання дозволяє покращити процес планування поведінкових реакцій в екстремальних ситуаціях, регулювати емоції.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Психологія соціальної роботи: підручник / за ред. Ю.М. Швалба. – К.: Видавничо-поліграфічний центр “Київський університет”, 2010. 272 с.
2. Lies Notebaert, Stijn Masschelein and etel. To Risk or Not to Risk: Anxiety and the Calibration Between Risk Perception and Danger Mitigation. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition* © 2015 American Psychological Association 2016, Vol. 42, No. 6, 985–995
URL:<http://dx.doi.org/10.1037/xlm0000210>.
3. Martina Piefke and Katharina Glienke. The Effects of Stress on Prospective Memory: A Systematic Review. *Psychology & Neuroscience* © 2017 American Psychological Association 2017, Vol. 10, No. 3, 345–362
URL:<http://dx.doi.org/10.1037/pne0000102>.
4. Helen G. Jing, Kevin P. Madore, and Daniel L. Schacter. Worrying About the Future: An Episodic Specificity Induction Impacts Problem Solving, Reappraisal, and Well-Being. *Journal of Experimental Psychology: General* © 2016 American Psychological Association 2016, Vol. 145, No. 4, 402– 418
URL:<http://dx.doi.org/10.1037/xge0000142>.

Блінов О. А.

Національний авіаційний університет, доцент кафедри соціальних технологій, к.психол.н., доцент (м. Київ, Україна)

МОДЕЛЬ ПОВЕДІНКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ БОЙОВОГО СТРЕСУ «КОМПАС»

В умовах бойових дій військовослужбовці знаходяться під дією різнобічних стрес-факторів, які загрожують життю людини. У людини в таких умовах є два основні сценарії поведінки для виконання бойових завдань: або покластися на свої первісні інстинкти і максимально зберегти своє життя, або, незважаючи на існуючі загрози, виконувати поставлені бойові завдання [1].

На основі аналізу наукової та художньої літератури про поведінку людини під час бойових дій, думок експертів та власного досвіду участі в бойових діях, вважаємо, що поведінка людини в умовах бойового стресу має шість основних типів (дивись модель «Компас» на рис. 1).

У різновидах поведінки під загальною назвою «На штурм!» домінують соціальні мотиви (обов'язок захищати Батьківщину, власну родину, багатство предків, помста за загиблих бойових друзів та ін.). Вони поділяються на три типи:

1. Перший тип поведінки «Бий». Вектор поведінки розкриває прояв максимальної активності поведінки бійців на виконання бойового завдання при мінімальному рівні страху за збереження свого життя. Прикладом поведінки є подвиг Олександра Матросова. Гаслом є «Ніхто, крім нас!».

2. Другий тип поведінки «Штовхай». Він має прояв при встановленні рівноваги між активністю на виконання бойового завдання та розумною обережністю. Це ситуація створюється, коли виконання завдання під загрозою у зв'язку зі значними втратами особового складу у підрозділах, високим рівнем бойової втоми та ін. Гаслом є «Тихіше їдеш далі будеш».

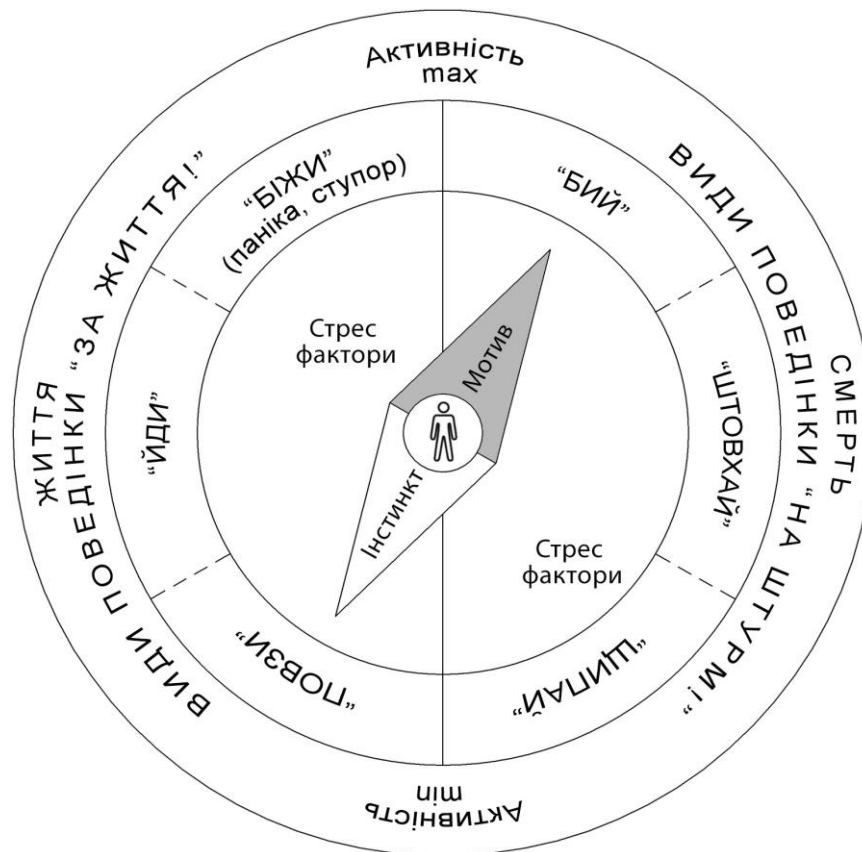


Рис. 1. Модель поведінки військовослужбовців в умовах бойового стресу «Компас»

3. Третій тип поведінки «Щипай». Цей тип поведінки є результатом повного виснаження. Ідея продовження бойової діяльності є, але сил вже немає! Максимально припиняється спрямованість на активне ураження противника. Але образ цієї активності залишається в наслідок дії інертності процесів у зв'язку з невиконанням бойових завдань, їх актуальності в сучасний момент, які не зупинилися після закінчення безпосередньої дії. Гаслом є «Все з'їсти не можу, то хоч понадкушую».

У протилежних стратегіях поведінки військовослужбовців, в яких переважають первісні інстинкти, домінуюче положення займають їх три різновиди, які об'єднані загальним гаслом «За життя!».

4. Четвертий тип поведінки «Біжи» (паніка, ступор). Людина знаходиться в стані зміненої свідомості у зв'язку з паралізуючою дією страху за життя (стан емоційного шоку від побаченого та почутого). Стратегія поведінки є в двох формах – або тікати від загрози дуже швидко нікого і нічого не помічаючи, або увійти в стан заціпеніння – ступор.

Коли людина входить у стан зміненої свідомості, відбувається повна паралізація волі, людина завмирає, дихання залишається на мінімальному рівні.

Спрацьовують тваринні первісні інстинкти виживання «сховатися і завмерти». Гаслом є «Біжи, може виживеш».

5. П'ятий тип поведінки «Йди». Людина вже не біжить, а інстинктивно йде від загрози життю, притому вона зберегла контроль над свідомістю та поведінкою. Сила мотивів «За життя!» залишається актуальною, але швидкість руху значно знижується.

Свідомість періодично включається в процес прийняття рішень, але у неї недостатньо енергії щоб зупинити рух людини. Наступає рівновага соціальних мотивів і рівня страхів за власне життя. Гаслом є «Береженого бог береже».

6. Шостий тип поведінки «Повзи». У бійця є в голові образ «кинути все і втекти від цих проблем». Але це тільки образ. Психомоторно це ніяк не відображається, але готовність присутня. У людини відбувається роздвоєння особистості. Вона вже готова діяти (і може вже відбувається процес діяльності), але ментально вона знаходиться далеко – вона образно в думках ще повзе від цих проблем в протилежний бік. Гаслом є «Дорогу здолає той, хто повзе (що йде)».

Таким чином, поведінка людини в умовах бойового стресу має шість типів, які об'єднані в два основні вектори під назвами «На штурм!» і «За життя!». До складу типів поведінки входять наступні її різновиди: «Бий», «Штовхай», «Щипай», «Біжи», «Йди», «Повзи».

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Блінов О. А. Бойова психічна травма : монографія / О. А. Блінов. – К.: Талком, 2019. – 700 с.

Бобровицька А. А.

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, кафедра загальної психології, аспірантка 1-го року навчання (м. Київ, Україна)

ЕМОЦІЙНА СТІЙКІСТЬ ЯК ВАЖЛИВА РИСА ПРЕДСТАВНИКІВ ВОЛОНТЕРСЬКОГО РУХУ

Соціально-економічні зміни, що відбуваються в нашому суспільстві, спричинили за собою виникнення напруженості в суспільстві, виникнення соціальних проблем у різних верств населення. З початком бойових дій на території з'явилося багато волонтерських організацій, які мають на меті допомогу військовим, їх сім'ям та постраждалим. За даними загальнонаціонального дослідження Організації Об'єднаних Націй

«Волонтерство в Україні» за 2014 рік майже чверть українців (23 %) мали досвід волонтерської діяльності. Головним же напрямом стала допомога українській армії та пораненим. За новими даними волонтерською діяльністю протягом 2019 року займалися 9% громадян – фактично стільки ж, скільки у 2012 році (10%), а це значно менше ніж за попередній рік 2018 (18%) і менше, ніж у 2017 році (12%), 2016 році (14 %) і 2015 році (13 %). Ми бачимо, що рівень задіяності у волонтерській діяльності значно впав, що може бути обумовлено різними факторами, одним з яких може виступати емоційна готовність особистості до досить стресової та невизначеної діяльності. [4,5].

Ми можемо розглядати емоційну стійкість як один з формуючих факторів особистості волонтера, особливо тих представників, які безпосередньо якимось чином перебувають у стресових ситуаціях, до тих хто працює з тими, хто пережив надзвичайні події.

Для того, щоб зрозуміти, чого емоційна стійкість є важливою властивістю особистості задіяної в такій діяльності, потрібно для початку розібратися із самим визначенням. Існує значна кількість визначень поняття «емоційна стійкість». Більшість з них мають принципові відмінності і не мають закінченої дефініції. Такий стан більшою мірою пояснюється тим, що дана проблема - порівняно молодий напрямок психології. Її розвиток пов'язаний, перш за все, із запитам практиці. [2,3].

Показано, що передумовами до постановки і дослідженню проблеми емоційної стійкості є теоретичні і експериментальні роботи Вундта, Йеркса, Додсона виконані в кінці XIX і початку XX століть. Основний висновок цих робіт полягав в наступному: характер впливу емоцій на перебіг продуктивності діяльності (доцільності поведінки) залежить від якості і інтенсивності емоційного компонента, а так само від ступеня складності, напруженості зовнішніх обставин. Тобто при низькій показниках емоційної стійкості особистості – робота, як волонтера буде виконуватися не досить якісно та без необхідного рівня її виконання.

Емоційна стійкість розглядається Аболіним як системна якість особистості, що набувається індивідом і з'являється у нього в напруженій діяльності, все емоційні механізми якої отримують свою визначеність у структурі саморегуляції. Оскільки емоційні механізми мають пристосувальним ефектом, виступаючи в динамічній єдності стосовно прийнятої суб'єктом мети, то емоційна стійкість повинна бути представлена як цілісний процес емоційної саморегуляції напруженої діяльності. [1].

Варто розібратися з тим, які фактори впливають та який їх напрямок. До зовнішніх факторів, дезорганізують діяльність, а також виключає можливість звичайного адекватної поведінки, відносять інтенсивні подразники, складні або

важкі завдання (Наєнко, Фресс), надлишок або недолік інформації, дефіцит часу, невизначеність (Мільман, Симонов), високий темп надходження сигналів, великі фізичні та психічні навантаження і ін. (Алаторцев, Олександрівський, Горбів,).

До внутрішніх проміжних факторів, які визначають залежність емоційної стійкості від зовнішніх умов, відносять найчастіше особливості емоційно - фізіологічної реактивності (Ігуменів, Мерлін, Наєнко, Писаренко, Родіонов, Сиротін), властивості нервової системи (Бірюкова, Вяткін, Голубєва, Гуревич, Ільїн, Мерлін, Небиліцин, Павлов, Пейсахов, Сиротін, Стреляу, Суворова), стійкі соціально - психологічні особливості особистості (Айзенк, Гіссен, Грей, Калінін, Кетелла, Кретті, Марищук, Мільман, Рейковский, Косов), особливості інтелекту (Гератеволь, Мюнстерберг, Сурков, Конопкін).

Для подальшого дослідження емоційної стійкості потрібно проводити дослідження та визначати фактори, які впливають на особистість волонтера та як вони визначають його діяльність.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Аболин Л. М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека / Л. М. Аболин., 1987.
2. Бучек Л. І. Аналіз емоційної стійкості як прояву особливостей саморегуляції особистості : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук / Бучек Л. І., 1994.
3. Чебыкин А. Я. Проблема эмоциональной устойчивости / А. Я. Чебыкин., 1995.
4. Загальнонаціональне дослідження ООН «Волонтерство в Україні» [Електронний ресурс]. – 2014. – Режим доступу до ресурсу: <http://www.un.org.ua/images/volunteer.pdf>.
5. Загальнонаціональне дослідження громадської думки населення України було проведене Фондом «Демократичні ініціативи» імені Ілька Кучеріва спільно з Київським міжнародним інститутом соціології [Електронний ресурс]. – 2019. – Режим доступу до ресурсу: <https://dif.org.ua/article/gromadyanske-suspilstvo-v-ukraini-poglyad-gromadyan>.

Богуславець А. В.

Воєнно-дипломатична академія імені Євгенія Березняка, начальник науково-дослідної лабораторії, к.психол.н. (м. Київ, Україна)

Лавриненко Н. Ю.

Воєнно-дипломатична академія імені Євгенія Березняка, старший науковий співробітник науково-дослідної лабораторії, к.фіз.-мат.н., доцент. (м. Київ, Україна)

ПСИХОЛОГІЧНЕ СУПРОВОДЖЕННЯ ОСВІТНЬОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СЛУХАЧІВ – УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ У ВНЗ ІЗ СПЕЦИФІЧНИМИ УМОВАМИ НАВЧАННЯ

Однією з важливих проблем, в умовах консцієнтальної війни Росії проти України, є психологічна реабілітація військовослужбовців (ВС) України, зокрема слухачів – учасників бойових дій (УБД) у процесі їх адаптації до умов освітнього процесу у закладі вищої освіти (ЗВО) із специфічними умовами навчання, оскільки багато з них пережили бойовий стрес (БС).

У цьому контексті доцільно зазначити, що реабілітація – це використання різних можливостей для зменшення впливу чинників, що обмежують життєдіяльність особистості або призводять до їх інвалідизації; забезпечення особам із обмеженням життєдіяльності можливості досягнути оптимальної соціальної інтеграції [1].

У нашій державі прийняте визначення, сформульоване на нараді міністрів охорони здоров'я європейських країн: реабілітація – це система державних, соціально-економічних, медичних, професійних, педагогічних, психологічних та інших заходів, спрямованих на попередження розвитку паталогічних процесів, що призводять до тимчасової або стійкої втрати працездатності, і на ефективне та раннє повернення постраждалих (дітей і дорослих) у суспільство і до суспільно корисної діяльності. На теперішній час проблема реабілітації ВС – УБД є предметом досліджень багатьох науковців, які розглядали особливості психічних станів особистості в стресових та екстремальних ситуаціях (Л. Балабанова, О. Думбрава, О. Кокун, О. Тімченко, Т. Титаренко, та ін.), напрями психологічної допомоги УБД та збереження їх психологічного здоров'я (Н. Гуцуляк, В. Климчук, В. Осьодло, О. Сафін, О. Хміляр та ін.), вплив наслідків БС та шляхи його мінімізації (Н. Агаєв, М. Корольчук, Т. Ларіна, Н. Лозинська, С. Максименко) [2, с. 1–2].

Кількість слухачів – УБД, постійно збільшується, тому необхідність їх подальшої психологічної реабілітації в процесі психологічного супроводження освітньої діяльності є актуальною [2, с. 4–18]. Важливість досліджень у цьому

напрямі зумовлена, з одного боку, нестатком інформації щодо особливостей психологічної реабілітації саме слухачів – УБД, а з іншого – необхідністю підвищувати ефективність профілактики ВС, заходи якої мають базуватися на результатах психологічного діагностування слухачів – УБД у процесі адаптації до умов підготовки у ВНЗ із специфічними умовами навчання. З огляду на це цікавими для використання у процесі психологічного супроводження освітньої діяльності слухачів – УБД є наробки вітчизняних інституцій та закордонних фондів, які впроваджують навчальні та тренінгові програми і здійснюють підготовку фахівців у сфері травмотерапії. Так, на конференціях Української асоціації фахівців з подолання наслідків психотравматичних ситуацій та “Veteran HUB”, було представлено тренінги та майстер-класи, в яких презентувалися арт-терапевтичні, імагінативно-кататимні, клієнт-центровані, тілесно-орієнтовані, а також когнітивно-поведінкові процедури роботи з ВС, які зазнали впливу ВС.

Крім того, під час психологічного супроводження освітньої діяльності слухачів – УБД врахували основні принципи психологічної реабілітації, єдність психосоціальних і фізіологічних методів впливу, поетапність, ступінчастість, послідовність і наступність. Різноманітні впливи (заходи), серед яких є і психосоціальні, що здійснюються дозовано, з поступовим переходом від однієї форми організації до іншої. При проведенні психологічної реабілітації слухачів – УБД насамперед дотримувалися принципу науковості, який передбачає не лише структуровану та планомірну діяльність, єдність та обґрунтованість цілей, змісту та методик психологічної реабілітації слухачів, а й валідність усіх методик, які використовуються, а їх наукова обґрунтованість дозволяє уникнути помилок під час їх застосування.

Різноманітність реабілітаційних заходів, спрямованих на різні сфери життєдіяльності слухачів, визначається як складний процес, що об’єднує зусилля керівного складу ВНЗ, медичних працівників, психологів і самого слухача – УБД. Тому лише за умов дотримання комплексу принципів можна було ефективно організувати психологічну реабілітацію й адаптацію слухачів – УБД у ВНЗ із специфічними умовами навчання.

Отже, для регламентації системи психологічної реабілітації слухачів – УБД, зокрема підготовки до дій в екстремальних ситуаціях, нами розроблено проект методичних рекомендацій щодо психологічної реабілітації слухачів – УБД у процесі адаптації до умов підготовки у ВНЗ із специфічними умовами навчання, мета яких полягає в збереженні та зміцненні психологічного здоров’я, нівелювання наслідків негативного психологічного впливу отриманого під час виконання завдань у районах ведення бойових дій, відновлення психологічної та фізичної готовності слухачів – УБД до навчального навантаження та

майбутньої професійної діяльності в умовах вітальної загрози.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. World Health Organization. URL: <https://www.who> (дата звернення: 24.02.2020).
2. Лозінська Н. С. Особливості психологічної травматизації військовослужбовців-учасників АТО : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.09. Харків, 2019. 26 с.

Богучарова О. І.

Луганський державний університет внутрішніх справ імені Е.О. Дідоренка, професор кафедри юридичної лінгвістики та практичної психології, д.психол.н., доцент (м. Сєвєродонецьк, Україна)

Бурлаченко О. С.

Луганський державний університет внутрішніх справ імені Е.О. Дідоренка, курсант (м. Сєвєродонецьк, Україна)

СПЕЦИФІКА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСУ ТА ІНТЕЛЕКТУ В БІЙЦІВ ООС

Метапізнавальні процеси, інтелект є важливою передумовою не тільки успішності навчання та професійної праці, а й подолання наслідків посттравматичного стресового розладу (ПТСР) в учасників бойових дій. Так, за даними зарубіжних досліджень (Linley, McNally, Pitman., Shalev, Orr), вираженість ПТСР і рівень інтелекту щільно взаємопов'язані [1]. Водночас низький показник IQ притаманний особам з високим рівнем нейротизму. Звідти якщо особистість має низький нейротизм, вона є більш емоційно стійкою до впливів стресогенних чинників, зокрема військової діяльності. Про це свідчить навіть кількість негативних переживань (афектів), про яку повідомляють особи з високим нейротизмом: вона значно більше у невірноважених та емоційно нестабільних людей (Айзенк, Айзенк, 2001) [за 2]. Можна припустити, що процес подолання бойової травми у бійців з низьким рівнем нейротизму не вимагає додаткових когнітивних ресурсів, і навпаки.

Метою дослідження є встановлення характеру взаємозв'язку між рівнем ПТСР у військовослужбовців та поліцейських, які брали участь в операції об'єднаних сил (ООС), та інтелектуальною й метакогнітивною компетентністю бійців.

Гіпотезою є припущення про наявність негативного кореляційного зв'язку між ступенем розвитку метапізнавальних процесів і властивостей особистості та рівнем прояву симптомів ПТСР.

Методики дослідження: опитувальник метакогнітивної включеності в діяльність (Metacognitive Awareness Inventory) (G. Schraw, R. Dennison); Шкала самооцінки метакогнітивної поведінки ЛаКоста; методика діагностики рефлексивності (А. Карпов, В. Пономарьова); Стандартні прогресивні матриці Равена (СПМ Равена); опитувальник травматичного стресу І.Котенєва; Місісіпська шкала ПТСР; опитувальник Big Five в адаптації А. Хромова (5PFQ). В дослідженні взяли участь 86 військовослужбовців НГУ, ЗСУ та поліцейських НПУ. Спочатку було встановлено відсотковий розподіл за рівнем СПМ Равена: високорозвинений інтелект – 16%, нормальний – 52, середній – 32%. Потім вибірку досліджуваних за допомогою медіанного розщеплення було розділено на дві підгрупи. Першу склали особи з «високим нейротизмом та низьким бойовим досвідом» (n = 35), другу навпаки, – «низький нейротизм/висока інтенсивність бойового досвіду» (n =51). Дані в табл.1

Таблиця 1

Результати розбіжностей за t-критерія Стьюдента

Шкала	Середнє значення		Показники t-критерію Стьюдента
	Військові /Поліцейські (n=35)	Військові /Поліцейські (n =51)	
Нейротизм	16,963	9,338	5,334**
Бойвий досвід	13,822	22,646	-5,807**
ПТСР	73,891	56, 245	4,980**

Згідно відсоткового розподілу щодо рівня СПМ Равена у осіб з високорозвиненим інтелектом – найвища рефлексивність, нормального – найвищі показники метакогнітивної поведінки. Результати кореляційного аналізу нейротизму та показників рівня інтелектуальних здібностей та метакогнітивної компетентності у досліджуваних з високим ПТСР дано в табл. 2, 3. Встановлено статистично значущі кореляційні від'ємні зв'язки між показниками нейротизму та метакогнітивною включеністю у діяльність ($p<0,01$), нейротизму та рівнем рефлексивності ($p<0,05$), нейротизму та загальним балом тесту Равена ($p<0,05$).

Значення коефіцієнтів кореляції у військовослужбовців та поліцейських з ПТСР

Шкала Нейротизму M ± SD	Показники метакогнітивної компетентності r-Пірсона			
	метакогнітивна включеність	метакогнітивна поведінка	рефлексивність	СПМ Равена
Нейротизм/ 22,4±5,89	-0,297**	-0,166	-0,249*	-0,282*

Тобто в осіб з високим нейротизмом та низьким рівнем травматичного бойового досвіду – від’ємні кореляції за загальними балами метакогнітивної компетентності, СПМ Равена. В групі бійців з низьким нейротизмом кореляцій між інтелектуальними показниками та ПТСР не знайдено (табл.3).

Значення коефіцієнтів кореляції r-Пірсона

Шкали інтелекту		ПТСР		
		Показники коефіцієнт кореляції r-Пірсона		
		Вся вибірка (n=86)	Військові / Поліцейські (n=35)	Військові/ Поліцейські (n=51)
СПМ Равена інтелект	високорозвинений	-0,252*	-0,462**	-0,142
	нормальн.	-0,354**	-0,654**	-0,148
	середній	-0,423**	-0,696**	-0,158
Метакогніт. включен.		-0,255*	-0,321*	-0,204*
Рефлексивність		-0,174	-0,217*	-0,013

Отже, отримані дані доводять, що нейротизм, на відміну від метапізнавальних та інтелектуальних процесів є надійним предиктором ПТСР у військовій діяльності. Загалом інтелект має негативний зв'язок з ПТСР, але пов'язані з ним процеси постають в якості фасилітуючого ресурсу важкого бойового досвіду військовослужбовців та поліцейських в умовах ООС. Саме тому подолання посттравматичного стресу вимагає від бійців з негативною емоційністю – високий нейротизм більшого додаткового когнітивного ресурсу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Pitman R.K. Lower precombat intelligence is a risk factor for posttraumatic stress disorder/ R.K. Pitman // Journal of Consulting and Clinical Psychology. – 1998. – Vol. 66. – №2. – P. 323–326.
2. McNally R.J. Cognitive abnormalities in post-traumatic stress disorder / R.J. McNally// Trends in Cognitive Sciences. – 2006. – Vol. 10. – № 6. – P. 271–277.

Богучарова О. І.

Луганський державний університет внутрішніх справ імені Е.О. Дідоренка, професор кафедри юридичної лінгвістики та практичної психології, д.психол.н., доцент (м. Сєвєродонецьк, Україна)

Бутенко С. В.

Луганський державний університет внутрішніх справ імені Е.О. Дідоренка, курсант (м. Сєвєродонецьк, Україна)

Руденко М. Ю.

Луганський державний університет внутрішніх справ імені Е.О. Дідоренка, курсант (м. Сєвєродонецьк, Україна)

ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСУ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ТА ПОЛІЦЕЙСЬКИХ В УМОВАХ ООС

У структурі психічних порушень, асоційованих із бойовими діями, особливе місце займає посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) та посттравматичний стрес (ПТС) учасників бойових дій особового складу військових та поліцейських місій. Під час проведення операції об'єднаних сил (ООС) на території Донецької та Луганської областей у військовослужбовців Збройних сил України (ЗСУ) та працівників Національної поліції України (НПУ), які виконують оперативні завдання військових та поліцейських операцій, навряд чи можна знайти абсолютно ідентичну картину переживання посттравматичного стресу. Тому актуальною залишається проблема не тільки діагностики травматичного стресу, а також оцінки адаптаційних можливостей та нервово-психічної стійкості особистості, яка може бути залучена до перебігу збройного конфлікту.

Мета даного дослідження: порівняння особливостей переживання наслідків посттравматичного стресу у військовослужбовців та поліцейських, які брали участь в ООС.

Методики, що використані в дослідженні: багаторівневий особовий опитувальник (БОО) „Адаптивність-200” А. Маклакова, версія, що містить 200 питань, в якій до традиційних шкал особистісного адаптаційного потенціалу (ОАП) додано шкали військово-професійна спрямованість (ВПС), схильність до девіантних форм поведінки (ДАП), суїцидальний ризик (СР); опитувальник травматичного стресу І.О. Котенєва; Місісіпська шкалу ПТСР. В дослідженні взяли участь 86 військовослужбовців НГУ та поліцейських НПУ. Також використовувались показники тривалості перебування та останнього

відрядження в ООС. Дані кореляційного аналізу на підставі коефіцієнта кореляції г-Пірсона представлені в таблиці 1.

Таблиця 1

Результати кореляційного аналізу між показниками посттравматичного стресу та шкалами БОО «Адаптивність-200» А. Маклакова, опитувальника травматичного стресу І.О. Котенева у військовослужбовців та поліцейських в ООС

Шкали	ПТСР		
	Значення коефіцієнту кореляції г-Пірсона		
	Вся вибірка (n=86)	Військовослужбовці (n=30)	Поліцейські (n=56)
Оптимізм	-0,359**	-0,242*	-0,462**
Адаптивність	0,542**	0,654**	0,487**
Поведінкова регуляція (ПР)	0,523**	0,696**	0,458*
Комуникативний Потенціал (КП)	0,355**	0,321*	0,404*
Моральна нормативність (МН)	0,424**	0,417*	0,434*
ВПС	-0,598**	-0,711**	-0,499**
ДАП	0,242*	0,250*	0,261*
СР	0,158	0,144	0,161
Заг. тривожність	0,501**	0,753**	0,293*
Депресія	0,238*	0,151	0,309*
Надпильність	0,075	-0,004	0,138
Понаднормове реагування	0,518**	0,414*	0,611**
Притупленість емоцій	0,278*	0,218*	0,274*
Агресивність	0,468**	0,361*	0,478**
Напади люті	0,150	0,250*	0,151
«Винний у тому, що вижив»	0,478*	0,718**	-0,335

Примітка: статистична значущість на рівні * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

Основні симптоми та форми вияву посттравматичних стресових розладів у військових та поліцейських разом, як бачимо, включають зв'язки з: соціальною дезадаптацією ($r=0,542$, $p \leq 0,01$); загальною тривожністю ($r=0,501$, $p \leq 0,01$), перебільшеним (понаднормовим) реагуванням ($r=0,518$, $p \leq 0,01$); депресією ($r=0,238$, $p \leq 0,05$), притупленістю емоцій ($r=0,278$, $p \leq 0,05$), переживанням «провини у тому, що вижив» ($r=0,478$, $p \leq 0,05$ та $r=0,718$, $p \leq 0,01$ всі та військові відповідно); агресивністю ($r=0,468$, $p \leq 0,01$). З урахуванням зазначеного, ми вирахували розбіжності між групами військовослужбовців та поліцейських, які повернулися з зони ООС (табл.2). Найбільші розбіжності виявлено за адаптивністю, поведінковою регуляцією, комунікативним

потенціалом, моральною нормативністю, ВПС БОО Адаптивність-200 та ПТСР (Місісіпська шкала). Водночас за оптимізмом та депресією значущих розбіжностей між групами військовослужбовців та поліцейських, які повернулися із зони ООС, не виявлено. Але якщо КДВ (0,23 – с/р похибка) перевищує 3 міс. в зоні ООС, то усі негативні показники ПТСР зростають, незважаючи на підрозділ ЗСУ або НПУ, в яких виконують свої службово-бойові завдання військовослужбовці та поліцейські.

Таблиця 2

Результати розбіжностей між групами військовослужбовців та поліцейських за шкалами БОО Адаптивність-200, опитувальником травматичного стресу І.О. Котенева, Місісіпською шкалою ПТСР за t-критерію Стьюдента

Шкала	Середнє значення		Показники t-критерію Стьюдента
	Військовослужбовці (n=30)	Поліцейські	
Адаптивність (ОАП)	32,763	55,398	-5,811**
Поведінкова регуляція	15,823	32,646	-5,807**
Комунікативний потенціал	10,919	14,704	-3,819**
Моральна нормативність	6,039	8,043	-2,516*
ВПС	4,001	7,851	-3,436*
Оптимізм	5,339	6,634	-0,688
Депресія	1,975	4,159	-1,827
ПТСР	73, 245	96,891	-4,980**

Висновки. Отже, більш адаптивними до умов ООС є військовослужбовці ЗСУ, адже за загального підрахунку ОАП у них є другий, достатній його рівень. Середнє значення Місісіпської шкали склало $85,1 \pm 6,8$ бал., що дорівнює середньому значенню групи норма без ознак «ПТСР» за статданими ($73,76 \pm 19,64$, за Тарабриною, 2001). Водночас у поліцейських отримано лише задовільний рівень розвитку ОАП та ознаки ПТСР, що мінімально відповідає вимогам, що пред'являються до бійців в умовах воєнної діяльності.

Богучарова О. І.

Луганський державний університет внутрішніх справ імені Е.О. Дідоренка, професор кафедри юридичної лінгвістики та практичної психології, д.психол.н., доцент (м. Сєвєродонецьк, Україна)

Стеценко В. В.

Луганський державний університет внутрішніх справ імені Е.О. Дідоренка, курсант (м. Сєвєродонецьк, Україна)

Травіна Д. В.

Луганський державний університет внутрішніх справ імені Е.О. Дідоренка, курсант (м. Сєвєродонецьк, Україна)

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНИХ ПРОЯВІВ УКРАЇНСЬКИХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ТА ПОЛІЦЕЙСЬКИХ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ ООС

Зважаючи на рівень інтенсивності надзвичайних подій, непередбачуваних ситуацій та стресів, а також безпосередньої участі в бойових діях і несення служби на блок-постах в зоні ООС на сході України сьогодні підвищилася увага до визначення суттєвих чинників виникнення психологічних проблем у співробітників Національної поліції України (НПУ), військовослужбовців Національної гвардії України (НГУ). Результати літературних джерел підтверджують, що розробка тематики щодо особливостей емоційних станів в екстремальних умовах під час несення служби військовими та поліцейськими не байдужа фахівцям різних напрямків: О. Чебикін, В. Андросюк, Л. Казміренко, І. Котенєв, Т. Левашова та ін.

Мета дослідження полягала у встановленні особливостей психологічного реагування поліцейських НПУ і військовослужбовців НГУ, які знаходяться в ООС, стосовно стресових реалій.

До *емпіричної вибірки* увійшли 162 особи, віком від 25 до 47 років (М середній вік – 36,2 років). Для визначення психологічних станів досліджуваних, зокрема рівня посттравматичних стресових реакцій (ПТС) та загального рівня нервово-психічних станів ми використовували анкету оцінки нервово-психічної стійкості (НПС) «Прогноз-2» В. Бодрова, Місісіпську шкалу оцінки ПТСР, особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ) А. Маклакова, тест тривожності Спілбергера-Ханіна, шкалу прояву тривоги Дж. Тейлора в адаптації В. Норахідзе, три шкали А. Бека для самооцінки рівня тривоги, депресії та безнадії, шкалу оцінки впливу травматичної події (ШОВТП) Горовіца з співавт. Кореляційні зв'язки між різними шкалами встановлювалися за допомогою коефіцієнта кореляції r-Пірсона (табл.).

Таблиця 1

Результати кореляційного аналізу між показниками ПТС та шкалами тривожності, депресії, адаптивності, травматичної події

Шкали	ПТС		
	Показники коефіцієнт кореляції r-Пірсона		
	Вся вибірка (n=162)	Військовослужбовці (n=80)	Поліцейські (n=82)
НПС	0,581**	0,711**	0,499**
Депресія	0,305*	0,101	0,509**
Безнадія	0,493**	0,443*	0,540**
Невротизація	-,497**	-0,641**	-0,357
Психопатизація	0,075	-0,003	0,138
Адаптивність	0,542**	0,654**	0,487**
Поведінкова регуляція (ПР)	0,523**	0,696**	0,458*
Комутативний потенціал (КП)	0,355**	0,321	0,404*
Моральна нормативність (МН)	0,424**	0,417*	0,434*
Вторгнення	0,459**	0,342	0,562**
Уникнення	0,422**	0,205	0,611**
Фізіологічна збудливість	0,518**	0,414*	0,611**

Згідно отриманих даних, у військовослужбовців Національної гвардії ПТС має статистично значущі кореляційні зв'язки із всіма показниками нервово-психічних станів, окрім психопатизації. Проте, не виявлено статистично значущих кореляційних зв'язків з показниками невротичних реакцій, депресії, прямих симптомів ПТСР – «вторгнення» і «уникнення». До того ж у військовослужбовців, на відміну від поліцейських більш щільний зв'язок показників посттравматичного стресу та нервово-психічної стійкості, адаптивності, поведінкової регуляції. Наступним, вважаємо за доречне розглянути взаємозв'язки показника ситуативної тривожності з шкалами адаптивності, комунікативного потенціалу, особистісної тривожності та поведінкової регуляції МЛО-АМ. Зважаючи на отримані дані, можемо зауважити, що ситуативна тривожність, згідно із коефіцієнтами кореляції r-Пірсона, вказує, що у військовослужбовців показники шкал адаптивності ($r=0,679$ і $r=0,529$ при $p \leq 0,01$), КП ($r=0,475$ і $r=0,442$ при $p \leq 0,01$), ПР ($r=0,697$ і $r=0,511$ при $p \leq 0,01$) у цифрових значеннях переважають по відношенню до аналогічних показників поліцейських. Однак щодо показників особистісної тривожності то, на відміну від військовослужбовців коефіцієнти поліцейських фіксують істотно підвищений її рівень ($r=0,759$ при $p \leq 0,01$ і $r=0,295$, невірне значення). Звідти було встановлено розбіжності у показниках шкал МЛО-АМ між групами військовослужбовців НГУ та поліцейських шляхом

використання t-критерію Стьюдента. Аналіз середніх значень цих шкал довів, що у військовослужбовців вищий рівень адаптивності та ПР ($t=5,816$ і $t=5,807$, $p \leq 0,01$). Однак значення КП і МН сягає більшого показника у поліцейських ($t=2,516$ і $t=3,819$ при $p \leq 0,01$).

Висновки. Діяльність військовослужбовців та поліцейських, які знаходяться в зоні ООС, значною мірою відрізняється від інших сфер професійної діяльності постійним нервово-психічним напруженням, високим ризиком для життя та особистої безпеки. Ураховуючи це, нами було встановлено, що бійці особового складу зазвичай відчують увесь спектр негативних емоцій. Водночас у військовослужбовців вищий рівень адаптованості до бойового стресу, ніж у поліцейських, в яких значно вищі показники депресії, безнадії та тривожності. Проте, щодо комунікативного потенціалу та моральної нормативності, які у поліцейських дещо вищі й корелюють із ПТС завдяки щільних зв'язків цих психологічних індикаторів з показниками ПТС за симптомами ШОВТП, тому прояв негативних тенденцій нервово-психічних станів у поліцейських, хоч і є таким, що корелює з потужною травматизацією, але піддається корекції. Отже, для обох груп особового складу при здійсненні ними своїх службових повноважень в зоні ООС симптоми ПТС не є тотальною характеристикою, водночас зниження й пом'якшення негативних станів нервово-психічного напруження відбувається по-різному у бійців НГУ і НПУ.

Бойко-Бузиль Ю. Ю.

Державний науково-дослідний інститут МВС України, заступник завідувача науково-дослідної лабораторії психологічного забезпечення, к.психол.н., доцент (м. Київ, Україна)

Пампура І. І.

Державний науково-дослідний інститут МВС України, старший науковий співробітник науково-дослідної лабораторії психологічного забезпечення (м. Київ, Україна)

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ РЕІНТЕГРАЦІЇ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

Військові дії на Сході нашої держави, завдали та надалі продовжують завдавати непоправних втрат, а головне накладають незгладимий відбиток на психічне здоров'я учасників бойових дій та членів їхніх сімей. За даними Державної служби України у справах ветеранів війни та учасників

антитерористичної операції, нині статус учасника бойових дій надано 369 тисячі 451 особі. Відтак, вкрай актуальним питанням постає повернення осіб, які приймали участь у військових конфліктах, до мирного життя.

У записці Генерального секретаря ООН від 24 травня 2005 року реінтеграція визначена як процес, за допомогою якого екс-комбатанти набувають цивільний статус і отримують стабільну зайнятість і дохід. Тобто, реінтеграція, є по суті соціально-економічним процесом з відкритими часовими рамками, який відбувається, передусім, у громадах на місцевому рівні. Термін «реінтеграція» в юридичній практиці, також застосовується щодо постраждалих від торгівлі людьми; бездомних осіб; мігрантів; громадян, які переселилися з тимчасово окупованої території з метою сприяння набуття ними втрачених громадянських прав та можливостей. Тобто, термін «реінтеграція» збирає навколо себе осіб, коли мова йде про відновлення їх повноцінного соціального життя, організацію належних умов життєдіяльності, забезпечення соціальної, медичної, психологічної та матеріальної підтримки, створення передумов для компенсації завданої їм майнової та моральної шкоди тощо.

У психології «реінтеграція» досліджується через призму «Я-концепції» особистості, де «Я», це не просто індивідуальність, а особистість, яка розглядається зсередини. І якщо, в силу певних життєвих подій, зокрема екстремальних, до яких беззаперечно відносяться військові дії, особистість зустрічаючись зі страхами та смертю, переживає травматичні події, вона втрачає психологічний баланс. І як наслідок пережитого травматичного досвіду, виникає внутрішньо особистісний конфлікт переоцінки цінності життя.

Мета реінтеграції полягає не в тому, щоб повернути військового до того стану, в якому він перебував до війни, а показати йому як можна співіснувати з отриманим досвідом військових дій, оскільки деякі бойові навички так необхідні під час війни є небезпечними або шкідливими в умовах мирного життя, та головне допомогти його рідним жити в умовах, що змінилися.

Реінтеграція як завершальна стадія емоційного мобілізаційного циклу (поряд з очікуванням дислокації; віддаленістю та відчуженням; емоційною дезорганізацією; відновленням та стабілізацією; очікуванням повернення; пристосуванням по поверненню) є дуже важливим етапом роботи з учасниками бойових дій і саме кваліфікована її організації є запорукою відновлення особи та її повернення до умов мирного життя.

Аналізуючи міжнародний досвід існуючих реінтеграційних програм, варто відмітити успішний досвід таких країн як [1]:

– Сполучені Штати Америки – на національному рівні працює програма з іпотерапії, яка реалізується завдяки співпраці спеціалізованих військових госпіталів з кінськими клубами. Послуги іпотерапії надаються на безоплатній

основі. Взаємодія із тваринами, які подібно до людей мають свій характер, позитивно впливає на емоційний фон, а в поєднанні з груповими заїздами сприяє реінтеграції у суспільство.

– Шрі-Ланка – функціонує державний орган, Служба Верховного Комісара з питань реабілітації, яка покликана допомогти повернутися до нормального життя через творчі, психологічно-соціальні, освітні практики та програми «4R» (реабілітація, включення у суспільство, реінтеграція, примирення) та «Модель 6+1», яка була доповнена духовно-релігійною складовою, з метою відповідності потребам інтеграції до багатокультурного і мультиетнічного населення.

– Ізраїль – життя учасників бойових дій забезпечується завдяки співпраці уряду та Veit Haloschem – міжнародної мережі закладів допомоги. Великі центри площею від 5,500 до 10,000 квадратних метрів надають ветеранам та членам їхніх родин послуги фізіотерапії, гідротерапії та реабілітації. Окрім тренажерних залів і басейнів, такі центри пропонують низку освітніх та культурних заходів, а також творчих майстерень.

Нині в Україні функціонує єдина програма психологічної допомоги СЕТА, яка відповідає міжнародним стандартам та спеціально розроблена для роботи з учасниками та ветеранами бойових дій та членами їхніх сімей. Програма розроблена в рамках когнітивно-поведінкового підходу, групою з прикладних досліджень психічного здоров'я університету Джонса Гопкінса. В Україні СЕТА реалізовується проектною групою Центру психічного здоров'я і психосоціального супроводу Національного університету Києво-Могилянської Академії. Також за фінансової підтримки Європейського Союзу та втілення Міжнародної організації з міграції (МОМ), функціонує проект «Підтримка реінтеграції ветеранів конфлікту на сході України та їхніх сімей». Даний проект орієнтований на надання правової і психологічної підтримки ветеранам конфлікту на сході України та їхнім родинам. Варто згадати колег з Центру «Open Doors». Ними за американськими стандартами підготовлена та реалізується програма травмафокусованої терапії для військовослужбовців, їх сімей та людей, чиє життя зазнало впливу війни або інших травматичних подій.

Таким чином, проблема повернення учасників бойових дій до мирного життя є нагальною та потребує подальшої теоретико-методологічної розробки та практичного впровадження у реалії сьогодення.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Шабан О. Шлях додому у різних країнах світу: реабілітаційні програми для колишніх учасників бойових дій. URL: <https://gurt.org.ua/articles/32330/> (дата звернення: 20.02.2020).

Василенко С. В.

Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського, заступник начальника кафедри морально-психологічного забезпечення діяльності військ (сил), гуманітарний інститут, к.психол.н., доцент (м. Київ, Україна)

ПРОТИДІЯ НЕГАТИВНОМУ ІНФОРМАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОМУ ВПЛИВУ НА ОСОБОВИЙ СКЛАД ВІЙСЬК (СИЛ) ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ В УМОВАХ ГІБРИДНОЇ ВІЙНИ

Події сьогодення, коли однією з характерних світових тенденцій є випереджувальний розвиток форм, способів, технологій і методів впливу на психіку людини, зумовлюють необхідність удосконалення організації протидії негативному інформаційно-психологічному впливу на військовослужбовців Збройних Сил (ЗС) України та суспільство в цілому.

Застосування Російською Федерацією (РФ) технологій гібридної війни проти України перетворило інформаційну сферу на ключову арену протиборства. Саме проти України РФ використовує найновіші інформаційні технології впливу на свідомість громадян, спрямовані на розпалювання національної і релігійної ворожнечі, пропаганду агресивної війни, зміну конституційного ладу насильницьким шляхом або порушення суверенітету і територіальної цілісності України.

Відповідно до переліку основних завдань структур морально-психологічного забезпечення в 2020 навчальному році включено пропагування та популяризацію традицій духовно-культурної самобутності українського народу, української мови, героїки боротьби за незалежність, територіальну цілісність України, організацію та проведення заходів внутрішньо-комунікаційної та інформаційної роботи, приурочених до знакових подій історії України та українського війська, зокрема, до 5-ї річниці 242-денної героїчної оборони Донецького аеропорту та героїчних боїв і гідної операції виходу із Дебальцевого (січень-лютий 2015 року) [3].

У якості одного з пріоритетних напрямів забезпечення гуманітарного і соціального розвитку у Збройних Силах України у 2020 році визначено активізацію співпраці з інститутами громадянського суспільства, представниками волонтерського руху, цивільними засобами масової інформації в інтересах забезпечення суспільної підтримки дій Міністерства оборони та Збройних Сил [2].

Основними заходами, спрямованими на захист особового складу частин (підрозділів) ЗС України в умовах гібридної війни, є:

висвітлення позитивних моментів діяльності військовослужбовців в районі проведення операції Об'єднаних сил (ООС) на території Донецької та Луганської областей у засобах масової інформації;

розгортання мережі (відновлення роботи) телевізійних та радіомовних станцій FM-діапазону для цілодобового надання населенню Донецької та Луганської областей об'єктивної інформації з офіційних джерел України у взаємодії з Міністерством інформаційної політики України;

дискредитація та компрометація керівництва самопроголошених “ДНР” і “ЛНР”, лідерів незаконних збройних формувань, військово-політичного керівництва Російської Федерації з використанням ЗМІ, в мережі Інтернет та шляхом поширення матеріалів (інформації) відповідного спрямування в районах проведення операції Об'єднаних сил (ООС) та в інформаційному просторі загалом;

вивчення місцевої інфраструктури та прогнозування її впливу на виконання військовими частинами (підрозділами) Збройних Сил України завдань за призначенням в районах проведення ООС;

участь в аналізі соціально-політичної, економічної, релігійної, економічної, санітарно-епідеміологічної обстановки та прогнозування її впливу на виконання військовими частинами (підрозділами) Збройних Сил України завдань за призначенням;

щоденне доведення до військових частин інформаційних бюлетенів, інформаційних вісників, в яких висвітлюються основні події в Україні та світі, в районах проведення ООС на території Донецької та Луганської областей, героїчні вчинки військовослужбовців ЗС України тощо;

оперативне реагування на негативну інформацію щодо діяльності Збройних Сил України та надання пропозицій командирам військових частин щодо її спростування та нейтралізації;

доведення до особового складу офіційних поглядів керівництва держави, патріотично налаштованих політичних лідерів, громадськості, керівництва Збройних Сил України під час бойового інформування на взводних та ротних опорних пунктах та інформування особового складу, який виконує завдання у відриві від основних сил [1].

На даний час існує нагальна потреба узагальнення існуючих напрацювань вітчизняних та іноземних дослідників щодо протидії негативному інформаційно-психологічному впливу на особовий склад військ (сил) з метою розроблення практичних рекомендацій службовим особам структур морально-психологічного забезпечення та органів військового управління Збройних Сил України.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Наказ Генерального штабу Збройних Сил України від 04.01.2017 року № 4 “Про затвердження Інструкції з організації інформаційно-пропагандистського забезпечення у Збройних Силах України”. – К. : РВВ ЦЗСД МО та ГШ ЗС України, 2017.
2. Організаційно-методичні вказівки з питань гуманітарного і соціального розвитку у Збройних Силах України на 2020 рік. – К.: РВВ ЦЗСД МО та ГШ ЗС України, 2019.
3. Організаційно-методичні вказівки щодо організації морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України у 2020 році – К.: РВВ ЦЗСД МО та ГШ ЗС України, 2019.

Васильєва-Халатникова М. О.

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, асистент кафедри соціальної реабілітації та соціальної педагогіки, к.пед.н. (м. Київ, Україна)

ПРОФЕСІЙНА РЕФЛЕКСІЯ ЯК ВАЖЛИВА ХАРАКТЕРИСТИКА ЯКОСТІ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Сьогодні змінюється відношення військослужбовців до здійснюваної ними професійної діяльності. Актуальними стають саморозвиток, самоосвіта, саморегуляція, самовиховання.

Ключовою кваліфікаційною характеристикою військовослужбовців є рівень сформованості професійної рефлексії, що дозволяє адекватно оцінювати зміни, що відбуваються у особистості суб'єкта професійної взаємодії, у професійному колективі, у власній професійній діяльності, у собі як професіоналі.

Професійна рефлексія дозволяє здійснювати системну цілісну регуляцію професійної діяльності, а отже, вирішувати завдання, пов'язані з оволодінням інноваційним, творчим інструментарієм.

Серед вітчизняних та зарубіжних учених, у яких є суттєві наукові здобутки з проблем рефлексії та професійної рефлексії, слід виокремити праці В.А. Лекторського, М.К. Мамардашвілі (загальнофілософські дослідження); Л.С. Виготського [1], Б.Ф. Ломова, В.Н. Мясіщева, С.Л. Рубінштейна (загальнопсихологічні теорії); Н.В. Кузьміна, В.А. Сластьоніна (теорії професійної освіти та особистісного розвитку у процесі професійного становлення фахівця); І.С. Кона [4] (теорія соціалізації людини); А.В. Карпова [3] (системно-функціональний підхід до розглядання рефлексії); В.А. Лефевра

[5] (психолого-педагогічна концепція рефлексії); В.В. Давидова, А.З. Зака [2] (підходи до реалізації рефлексії у педагогічній діяльності); Г.П. Щедровицького [6], О.С. Анісімова (підходи до формування рефлексії); В.П. Беспалько, І.В. Волкова (концепції реалізації педагогічних технологій).

Поняття професійної рефлексії активно входить у практику професійної підготовки військовослужбовців, адже рефлексивна здатність розуміється як складова професійної компетентності.

Умовою ефективної професійної рефлексії є пошук підстав вирішення проблеми, розкриття провідних ідей, визначення критеріїв, показників успішності реалізації. Наприклад, у самоосвіті військовослужбовця головне – не ознайомлення з новою інформацією, а процес вивчення проблеми, способів та прийомів її вирішення, а потім вироблення власних практичних рішень. Реальним результатом засвоєння професійного досвіду є відношення до досліджуваної проблеми, а потім практична апробація способів її вирішення у конкретних умовах діяльності.

У повсякденній діяльності військовослужбовця професійна рефлексія виконує профілактичну функцію з попередження «професійного вигоряння», а також є необхідною умовою більш глибокого усвідомлення, критичного аналізу та конструктивного удосконалення його роботи; характеризує самосвідомість військовослужбовця.

Саме професійна рефлексія допомагає військовослужбовцю виробити, та, якщо необхідно, скорегувати індивідуальний стиль професійної діяльності, тому що, не аналізуючи досвід колег, не можна сприйняти найбагатший досвід попередніх поколінь, не співвідносячи його зі своєю діяльністю; є необхідною умовою для організації рефлексивного керування процесом професійної діяльності, тобто постановкою суб'єктів професійної діяльності у позицію активних суб'єктів діяльності та розвиток у них здатності до самоврядування.

У структурі професійної діяльності військовослужбовця професійна рефлексія відіграє системоутворюючий характер, стаючи особистісною основою його професіоналізму. Зміст, структура та адекватність професійної рефлексії військовослужбовця детермінується ступенем усвідомлення та прийняття ним професійної ролі, а також ступенем його референтності до тих, у відносинах з якими вона проявляється.

Наявність сформованої професійної рефлексії у військовослужбовця дозволяє йому адекватно діяти у складних професійних ситуаціях.

Отже, професійна рефлексія військовослужбовця – це механізм, що визначає відношення до самого себе як до суб'єкта професійної діяльності, передбачення себе у конкретній робочій ситуації. Вона допомагає вийти зі

стану своєрідного «занурення у професію» й подивитися на неї з позиції «стороннього» спостерігача, зайняти позицію «поза нею», «над нею».

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Выготский Л. С. Педагогическая психология / Л. С. Выготский. – М.: Педагогика, 1991. – С. 140 – 160.
2. Давыдов В. В., Зак А. З. Уровень планирования как условие рефлексии / В. В. Давыдов, А. З. Зак // Проблемы рефлексии. Современные комплексные исследования. – Новосибирск: Наука, 1987. – С.43 – 49.
3. Карпов А. В. Рефлексивность как психологическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. 2003. Т. 24. №5. С. 45 – 57.
4. Кон И. С. Открытия «Я» / И. С. Кон. – М.: Политиздат, 1978. – 367 с.
5. Лефевр В. А. Исходные идеи логики рефлексивных игр. Проблемы исследования систем и структур. – М., Изд-во АН СССР. – 1965. – 234 с.
6. Щедровицкий Г. П. Коммуникация, деятельность, рефлексия / Г. П. Щедровицкий // Исследование речемыслительной деятельности: Сб. ст. / Отв. ред. М. М. Муқанов. – 1974. – Вып.3. – С. 12 – 28.

Воробйова І. В.

Національна академія Національної гвардії України, доцент кафедри психології та педагогіки, к.психол.н., старший науковий співробітник (м. Харків, Україна)

ОСНОВНІ НАПРЯМИ ОПТИМІЗАЦІЇ ІМІДЖУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ

Процес побудови іміджу повинен відбуватися постійно, імідж – дуже плінна категорія, не здатна без перманентного підживлення створювати атмосферу позитиву навколо носія іміджу.

Ефективна діяльність щодо оптимізації іміджу військовослужбовця НГУ повинна бути організована на основі психологічної структури іміджу і динаміки його формування, виходити з конкретної мети іміджу у вигляді ідеального уявлення результатів цієї діяльності – цільового образу, враховувати механізми формування іміджу і включати напрямки роботи щодо його оптимізації.

Запропоновані заходи окреслюють стратегічні напрямки діяльності НГУ, що спрямовані на подолання негативних чинників, які підривають імідж НГУ, а також висвітлює концептуальні засади інформаційної політики НГУ та МВС

України в цілому з метою формування позитивного суспільно-політичного клімату навколо НГУ.

Оптимізація іміджу військовослужбовців НГУ має такі основні напрями діяльності:

1. Підвищення інформованості населення про діяльність НГУ, підвищення правової свідомості і культури населення, зміцнення взаємодії з громадськістю: регулярно повідомляти громадськість про позитивні результати службово-бойової діяльності НГУ, що сприяє поліпшенню іміджу НГУ та досягненню лояльності і довіри пересічних громадян; посилювати профілактичну спрямованість, а також орієнтованість на нагальні потреби громадян тематики теле- і радіопередач за участю керівного складу МВС, НГУ організувати підготовку і демонстрацію на центральних і регіональних каналах рекламних роликів з висвітленням позитивних досягнень НГУ; створити систему обов'язкового і регулярного спілкування керівного складу НГУ із населенням; провідні представники НГУ повинні постійно брати участь як спеціалісти, консультанти у найбільш рейтингових популярних програмах, ток-шоу; проводити моніторинг висвітлення діяльності НГУ у ЗМІ, у разі виявлення негативної інформації ретельно перевіряти викладені факти; активізувати використання можливостей Інтернет-мережі для висвітлення діяльності НГУ; налагодити співробітництво з представниками журналістського «цеху»: засідання журналістських клубів, прес-конференції, круглі столи тощо; спільні акції, на зразок запрошення журналістів взяти участь у тренуваннях, у навчальних стрільбах, заходах з фізичної та фахової підготовки військовослужбовців тощо; проводити в загальноосвітніх навчальних закладах профорієнтаційно-виховні заходи із розповсюдженням інформаційно-агітаційних матеріалів про діяльність НГУ, вищих навчальних закладів МВС України із залученням курсантів військовослужбовців за контрактом, офіцерів НГУ; активізувати шефську роботу в загальноосвітніх закладах, школах-інтернатах, будинках дитини з метою надання необхідної допомоги в соціальному захисті дітей, а також їх правовому вихованні.

2. Подолання негативних явищ у службово-бойовій діяльності, підвищення соціальної орієнтованості діяльності НГУ, укріплення кадрового потенціалу, досягнення відповідності професійних і особистих якостей військовослужбовців очікуванням громадян, міжнародним стандартам: забезпечити постійний моніторинг громадської думки щодо: служб та підрозділів, діяльність яких викликає найбільше нарікань громадян; резонансних подій, в які потрапляють військовослужбовці НГУ під час взаємодії з цивільним населенням; для запобігання проявам корупції в НГУ, порушень службової дисципліни, вчинення правопорушень серед особового

складу, мінімізації психологічних стресів у службово-бойовій діяльності військовослужбовців; запровадити систему корпоративної етики та протидії професійній деформації, психологічної допомоги персоналу з метою запобігання негативних явищ, а також безконфліктної реалізації особистих, корпоративних та державних інтересів; проаналізувати існуючий професійний психологічний відбір кандидатів на службу до НГУ та навчання у ВВНЗ; удосконалити критерії ефективності діяльності НГУ в напрямку зміщення акцентів на задоволення запитів громадян; важливими «внутрішніми» заходами є проведення психологічної роботи з військовослужбовцями НГУ – організація психологічних тренінгів, які б доводили важливість «іміджевого» аспекту та формували конкретні навички (тренінг «Імідж військовослужбовця НГУ», який має містити п'ять модулів занять, що відповідають основним змістовим осям іміджу військовослужбовців НГУ. Вправи до тренінгових занять потрібно підбирати виходячи з особливостей тренінгових груп та особливостей службово-бойової діяльності учасників груп. Тривалість тренінгу має складати 5 робочих днів. Комплекс тренінгових вправ, спрямованих на підвищення ефективності професійного спілкування, вдосконалення особистості як суб'єкта невербальних комунікацій, а також на формування та тренування мовних навичок, створення так званої «організаційної» мови. Тренінгові заняття з відновлення мотивації професійної діяльності тощо для забезпечення мотивації до сумлінної служби); забезпечити ведення в системах службово-бойової підготовки і підвищення кваліфікації циклу занять з розвитку загальної, мовної культури особового складу, формування навичок публічних виступів, спілкування з громадянами та журналістами; розробити стандарти сучасної корпоративної культури військовослужбовців НГУ; вивчити передовий міжнародний досвід у сфері взаємодії правоохоронних органів з населенням та визначити можливі шляхи його використання в діяльності НГУ.

Таким чином, оптимізацію іміджу військовослужбовців НГУ доцільно проводити з орієнтацією на очікування цивільного населення як шляхом вдосконалення системи професійного психологічного відбору, професійної та службово-бойової підготовки військовослужбовців НГУ, так і шляхом проведення роз'яснювальної роботи серед населення щодо діяльності НГУ. Поліпшення іміджу військовослужбовця НГУ має своїм наслідком підвищення престижу професії військовослужбовця, авторитету та поваги до нього – все це, у свою чергу, сприятиме підвищенню загального рівня правосвідомості громадян, їх готовності брати участь у вирішенні правоохоронних проблем.

Городецька О. Б.

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, факультет психології, студентка 4 курсу спеціальності «Психологія» (м. Київ, Україна)

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ МІЖСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ У ВІЙСЬКОВИХ КОЛЕКТИВАХ

Різноманітність видів, конкретних форм і змісту конфліктів робить їх предметом уваги різних областей знання - від психології та правознавства до військових наук. Сьогодні міжособистісні конфлікти виступають одним з несприятливих чинників, що перешкоджають продуктивності діяльності військовослужбовців і ускладнюють зростання їх професійного потенціалу. Численні конфлікти, призводять до того, що значна частина часу керівників йде на залагодження порушених відносин між військовими.

Конфліктність взаємовідносин військовослужбовців, невміння багатьох суб'єктів військової діяльності правильно оцінювати конфліктні ситуації і попереджати їх деструктивний розвиток зумовлюють актуальність вивчення цієї проблематики в умовах військової служби з метою їх попередження та конструктивного вирішення.

«Конфлікт — зіткнення протилежно спрямованих, несумісних між собою тенденцій у свідомості окремо взятого індивіда, у міжособистісних взаємодіях або в міжособистісних взаєминах індивідів або груп людей, пов'язаних з гострими емоційними переживаннями» [5, с. 152-153].

Умовою виникнення конфлікту може виступати наявність у суб'єктів військово-професійної взаємодії протилежно спрямованих мотивів або суджень, а також стан протиборства між ними. Ситуація, коли суб'єкти конфлікту протидіють без негативних емоцій або ж переживають негативні емоції, але зовні не виявляють їх, є передконфліктною. Протидія суб'єктів конфлікту може розгортатися в трьох сферах: спілкуванні, поведінці або військово-професійній діяльності. Крім того, конфліктна взаємодія (протистояння) має дві основні особливості: 1) конфлікт характеризується протидією сторін, тобто спілкуванням, поведінкою, діяльністю, однією з цілей яких є нанесення моральної або матеріальної шкоди опоненту; 2) конфлікт це така протидія, яка супроводжується вираженими або прихованими негативними емоціями по відношенню до опонента [1, 2, 3].

Міжособистісні конфлікти між військовими можна класифікувати за ознаками (за результатом «корисності»). Тобто на основі принципу доцільності і недоцільності конфлікту можна виділити конструктивні (позитивні) та деструктивні (негативні) конфлікти. Дослідження Л'юїса Козера і Мортонна

Дойча засвідчили, що конструктивний (стабілізуючий) конфлікт виконує в оптимізації організаційної структури персоналу інтегративну функцію [4].

Конструктивний (стабілізуючий) конфлікт спрямований на усунення недоліків у житті підрозділу, відхилень від загальнолюдських та усталених колективом норм і правил поведінки. У міжособистісних конфліктах він проявляється як: запобігання стагнації життєдіяльності військового підрозділу, сприяння його розвитку та формуванню позитивного морально-психологічного клімату, утвердження нової мети, норм, ціннісних орієнтацій, прийомів, способів і форм колективної діяльності, згуртованості перед зовнішньою небезпекою.

Отже, конструктивний конфлікт у житті військового колективу виконує такі позитивні функції: пізнавальну, розвивальну, коригувальну, стабілізаційну і основну — інтегративну.

Відповідно до цього науковці виділяють два види мотивації конфліктів: позитивну і негативну. Конфлікт позитивно мотивований тоді, коли він спрямований на затвердження істини та усунення недоліків життєдіяльності військового колективу, на об'єктивне розв'язання проблем, наявних як у офіційній, так і в неофіційній сфері взаємин, на оптимальне розв'язання проблем бойової та гуманітарної підготовки, які мають місце у життєдіяльності військового підрозділу. До негативно-мотиваційних конфліктів належать також конфлікти, які вносять розбрат у структуру управління підрозділом, погіршують якість бойової та гуманітарної підготовки, створюють умови для здійснення різноманітних антисупільних вчинків.

Отже, узагальнюючи висвітлений матеріал теоретичного аналізу, варто зазначити, що міжособистісні конфлікти у військових колективах мають певні особливості, які варто враховувати для спрямування їх у конструктивне русло вирішення протиріччя. Це своєю чергою, може сприяти не лише їх усуненню і вирішенню, а й покращенню соціально-психологічного клімату всередині військових колективів, підвищенню рівня згуртованості тощо.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Анцупов, А. Я. Конфликты в подразделениях, основные способы их преодоления и предупреждения / А. Я. Анцупов, В. В. Ковалев // Ориентир. – 2002. – № 2. – С. 50–53.
2. Гришина Н. В. Психология конфликта / Н. В. Гришина. – СПб.: Питер, 2005. – 464 с.
3. Калюжный А. С. Конфликты в коллективах военнослужащих : учеб. пособие / А. С. Калюжный. – Н. Новгород : НГТУ, 2004. – 33 с.

4. Козер Л. Функции социального конфликта / Л. Козер. – М.: Идея пресс, 2000. – 205 с.

5. Ягупов В. В. Альбом схем із загальної і військової психології. – К., 1999.

Грилюк С. М.

Національний університет оборони України імені Івана Черняховського, викладач кафедри морально-психологічного забезпечення, гуманітарний інститут (м. Київ, Україна)

ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДИКИ СПОРТИВНОЇ КІНЕЗІОЛОГІЇ У ПСИХОЛОГІЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВЕТЕРАНІВ АТО

На даний час в Україні значна увага приділяється організації заходів психологічної реабілітації ветеранів українсько-російської війни. На наш погляд, будь-яку роботу щодо реабілітації варто розпочинати з методів тілесно-орієнтованої терапії, що в подальшому покращує застосування інших психотерапевтичних методик.

Для швидкого повернення ветерана, який перебуває в деструктивному стресі (емоційному, фізичному, хімічному або комбінованому) дуже ефективним є використання такого напрямку тілесно-орієнтованої терапії як кінезіологія, і зокрема спортивна кінезіологія (HYPERTON X), який розроблено Френком МАХОНІ (Frank Machonu).

HYPERTON-X – підвищує рівень розумової та фізичної працездатності шляхом виявлення та усунення гіпертонічного стану ключових м'язів, що пов'язані з інтеграцією всього головного мозку та інтеграцією тіла і мозку. Це виражається у наступному: збільшення потоку ліквору (спинномозкової рідини (CSF)), підвищення продуктивності ендокринної системи, та вивільнення від перешкод нервово-м'язових сигналів (нейро-статичних), що викликано гіпертонічним станом м'язів [3, с. 4].

Робота з клієнтом базується на використанні м'яза індикатора, як дуже тонкого та точного діагностичного інструмента для неврологічного біологічного зворотного зв'язку, який буде сигналізувати про стан тої чи іншої групи м'язів, їх гіпертонованості (неспроможності м'язів у повному ступені розтягнутися, відновити пам'ять м'язу про правильну роботу). Практично кожен з м'язів нашого тіла напряму або опосередковано пов'язаний із тим чи іншим органом або залозою тіла. Гіпертонованість м'язу може свідчити про порушення функцій органу тіла, як реакції тіла на дистрес та початку розвитку

психосоматичного захворювання. Під час кінезіологічного сеансу через відновлення нормального фізіологічного стану м'язів (зняття гіпертонусу) ми розсіюємо накопичені у свідомості, підсвідомості та тілі наслідки дистресів.

Загалом проводиться балансування роботи трьох груп м'язів: основної, вторинної та допоміжної.

Основна група м'язів (8): м'яз діафрагми, довгі розгиначі великого пальця стопи, довгі розгиначі інших пальців стопи, литковий м'яз, камболовидний м'яз, великий сідничний м'яз, підколінне сухожилля, верхній трапецієвидний м'яз.

Вторинні м'язи (8): чотирьохголовий м'яз ноги, грушовидний м'яз ноги, середній сідничний м'яз, клубово-поперековий м'яз, нижня частина прямого м'яза живота, верхня частина прямого м'яза живота, зовнішній та внутрішній косі м'язи живота, крижово-поперековий м'яз (верхня та нижня частини), грудинно-ключично-сосцеподібний м'яз, великий круглий м'яз.

Допоміжні м'язи (18): задні розгиначі шиї, передні згиначі шиї, м'яз, що піднімає лопатку, латеральні м'язи, що повертають шию, ромбовидний м'яз, найширший м'яз спини, підлопаточний м'яз, надостний м'яз, ключична частина великого грудного м'язу, грудна частина великого грудного м'язу, передній зубчастий м'яз та загальне вивільнення плеча, квадратний м'яз попереку, загальне вивільнення тазу, широка фасція стегна, м'язи, що приводять стегно, довгі згиначі великого та інших пальців ноги.

Після проведення балансу роботи м'язів проводиться перевірка балансу через сигнальні (тривожні) точки тіла, які співпадають із основними меридіанами тіла (у традиції китайської медицини) [1, с. 286].

З досвіду практичної роботи з ветеранами АТО (понад 100 пацієнтів) за відповідним напрямком у більшості пацієнтів в гіпертонусі знаходиться ряд м'язів тіла, зокрема:

діафрагма, що практично унеможлиблює абдомінальне дихання та спричиняє постійну активацію тривожності (активовано ключичне дихання) (пов'язаний з меридіаном легенів);

довгі згиначі великого та малих пальців ніг (надактивна робота надниркової залози, що виробляє гормони стресу);

верхній трапецієвидний м'яз, м'язів згиначів, розгиначів та тих, що латерально-повертають шию (постійне намагання людини втягнути шию в плечі як підсвідоме реагування на страх) (пов'язані з меридіаном шлунку);

м'язи спини та попереку (тривале перебування у бронезилеті та постійне прагнення “розігнутися”) (пов'язані з меридіанами нирок, сечового міхура, товстої кишки та печінки).

Для якісного розсіювання емоційного стресу ми додатково застосовували методику “Барометр поведінки”. Барометр поведінки включає в себе 150 назв різних емоційно-поведінкових реакцій, які розширюють горизонти розуміння того, що відбувається [1. с. 273].

Після проведення сеансу кінезіологічного балансування м’язів за методикою HYPERTON X практично у кожного пацієнта відновлювався нормальний тонус м’язів, розсіювався накопичений у м’язах стрес, покращувався емоційний, фізичний стан, настрій та концентрація уваги, що продовжувалось від 4-5 тижнів до 6 місяців.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Волтер С.Девид Прикладная кинезиология. М.-2008., 574 с.
2. Малкина-Пых И.Г.Телесная терапия. Справочник практического психолога // Эксмо. Москва – 2009, 436 с. (С.266-285)
3. Тревор Севидж, Париджан Уисмер, Дон и Сильвия Дейвис HYPERTON-X. Полная интеграция тела и мозга. Перевод с английского. Австралия 1995 г.114с.

Грищук Е. Ю.

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, доцент кафедри соціальної психології, к.психол.н. (м. Київ, Україна)

ТЕРИТОРІАЛЬНА ІДЕНТИЧНІСТЬ: РІВНІ ТА КОМПОНЕНТИ

Територіальна ідентичність може бути розглянута як один з видів соціальної ідентичності, що має ієрархічну систему та включає наднаціональну, національну, регіональну, локальну ідентичності. *Територіальна ідентичність* є цілісним психологічним утворенням, структура якого представлена трьома компонентами - когнітивним, емоційним і ціннісним. *Когнітивний компонент* ідентичності складається з образу місця проживання (реального та ідеального), образу спільноти, а також образу себе як жителя. Формування цього компоненту ідентичності відбувається шляхом активного освоєння простору через дію: при освоєнні простору формується «когнітивна карта» свого місця проживання. *Емоційний* - включає в себе емоції і переживання, пов'язані з місцем проживання, емоційне ставлення до нього. У контексті прив'язаності до місця особливе значення має символічний сенс, який надається «своєму» місцю: це не просто місце саме по собі, місце народження, скоріше це спільнота, де людина відчуває себе прийнятою, де відчуває себе вдома.

Останній компонент представлений *ціннісними* характеристиками, в яких описується місце проживання, значущість місця проживання, мотиви збереження або зміни місця проживання.

За результатами проведеного опитування, в якому взяли участь 67 осіб (жителі м. Київ у віці від 20 до 55 років, серед яких 25 чоловіків та 42 жінки), було виділено три групи випробуваних: перша група – респонденти, для яких пріоритетною є регіональна територіальна ідентичність (22,4%), друга – для респондентів якої пріоритетною є національна ідентичність (53,7%), третя група респондентів – з вираженою наднаціональною / глобальною ідентичністю (23,9%). Більш виражений когнітивний компонент у представників першої групи (при ототожненні себе із місцем, регіоном проживання), що свідчить про більш різнобічний, диференційований образ свого місця чи регіону проживання. Більша вираженість емоційного та ціннісного компонентів властива другій групі досліджуваних, що свідчить про перевагу сильних почуттів патріотизму, почуття гордості, унікальності своєї країни та історії. Серед представників третьої групи усі компоненти територіальної ідентичності (порівняно з показниками інших груп) виражені найменше, що може свідчити про її меншу значимість та підтверджується найвищою частотою негативної оцінки свого місця проживання порівняно з двома іншими групами. Водночас, варто зауважити, що респонденти усіх груп використовують переважно позитивні характеристики для опису свого місця проживання: середні показники позитивної оцінки у трьох групах є значно вищими, ніж показники негативної оцінки. Прослідковується тенденція, згідно якої прихильність респондентів до свого місця проживання зростає пропорційно з показником тривалості проживання у цьому місці: когнітивний компонент виражений в них сильніше при одночасному переважанні позитивної оцінки свого місця проживання. Тобто, чим довше респонденти проживають в одному місці, тим сильніша їх територіальна ідентичність.

Дубровинський Г.Р.

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, доцент кафедри соціальної психології, к.психол.н. (м. Київ, Україна)

ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ОФІЦЕРІВ-ПСИХОЛОГІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Аналізуючи особливості структури психологічної готовності можна зробити наступний висновок: не зважаючи на дещо відмінні погляди науковців

на структуру психологічної готовності особистості до діяльності, вони остаються однаковими у тому, що основні її складники визначаються змістом та умовами конкретної професійної діяльності.

М. Корольчук вважає, що спеціальна психологічна готовність складається з:

позитивного ставлення до власної діяльності;

професійних рис сприймання, уяви, мислення, пам'яті тощо;

емоційно-вольової стійкості;

професійних знань, навичок, умінь;

А ситуативна психологічна готовність у своїй структурі має такі компоненти:

усвідомлення суспільних та колективних потреб;

глибоке розуміння цілей та завдань, що стоять перед колективом;

оцінки умов, за яких необхідно діяти;

визначення способів та засобів виконання завдань;

мобілізація внутрішніх сил для досягнення мети, оцінка результатів дій. [2].

В. Ягупов до основних структурних елементів психологічної готовності військовослужбовців відносить:

мотиваційний – прагнення подолати труднощі майбутнього бою і розуміння необхідності їх подолання, оцінка своїх можливостей щодо управління психічними станами та діями на основі накопиченого досвіду;

пізнавальний – забезпечується необхідним обсягом відповідної інформації, який потрібен для цілеспрямованої діяльності в екстремальних умовах бойової обстановки;

емоційний – переживання почуття впевненості або сумніву у своїй готовності до подолання труднощів сучасного бою, уміння управляти своїми емоційно-вольовими процесами в екстремальних умовах;

вольовий – забезпечує воїнам можливість подолання труднощів сучасного бою [3, с.376].

Кожен період життя офіцера-психолога, кожен його більш або менш значний крок в системі суспільних відносин, кожний успіх (чи не успіх) під час виконання професійних обов'язків може призвести до зміни його мотиваційної сфери: відбудеться її диференціація чи інтеграція, перетворення одних мотивів в інші, пригнічення одних іншими, можуть виникнути суперечності між ними (боротьба мотивів), взаємне підсилення або послаблення, зміниться співвідношення домінуючих або підпорядкованих мотивів та інше.

Робота офіцера психолога пов'язана з особливостями комплектування військових підрозділів та процесів, які відбуваються в них. *Особливостями сьогодення* – є те, що при комплектації військових підрозділів збільшений

відсоток військовослужбовців, призваних для проходження контрактної служби; зменшений строк служби військовослужбовців строкової служби, що не дозволяє їх ставити на більш відповідальні посади; наявність у підрозділі військовослужбовців, які мають бойовий досвід; гендерна рівність, наявність у підрозділі осіб жіночої статі на посадах військовослужбовців контрактної служби; різна вислуга років у військовослужбовців, від 1 до 25 років, відповідно різний вік, тощо. [1].

Одним з найважливіших чинників, що впливає на ефективність професійної діяльності офіцера є його психологічна готовність, як істотна передумова будь-якої цілеспрямованої діяльності. Дослідження даної психологічної готовності у сучасній науці триває за трьома напрямками: особистісному, функціональному, особистісно-діяльнісному.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Дубровинський Г.Р., Рябова О.В. Зв'язок емоційного інтелекту військовослужбовця з психологічною сумісністю у військовому колективі // Вісник Національного університету оборони України. - 2019. – С. 11-17.
2. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К. : Ніка-Центр, 2006. - 580 с.
3. Ягупов В. В. Військова психологія : Підручник. К. : Тандем, 2004. - 656 с.

Кириленко Т. С.

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, доцент кафедри загальної психології, к.психол.н., доцент (м. Київ, Україна)

ОСОБЛИВОСТІ НАПРЯМІВ ДОСЛІДЖЕННЯ ПЕРЕЖИВАННЯ ПСИХОТРАВМУЮЧИХ ПОДІЙ

Розвиток суспільства на будь-якому етапі потенційно містить у собі можливість виникнення психотравмуючих реакцій людини на зміни в її житті. Сучасний розвиток українського суспільства не є винятком, а скоріше демонстрацією моделей травмуючих переживань особистості в епоху змін, в епоху «перемін», в епоху «гібридної війни». Це травмуючі події, що їх переживає суспільство та травмуючі події в житті окремої людини, дослідження яких можуть бути представлені в міждисциплінарному ракурсі: в

політології, економіці, соціології, педагогіці, психології. Насамперед це має стосуватися вивчення особливостей прогностичної діяльності, а саме перспективи передбачення, як наслідка такої діяльності з метою аналізу і творення майбутнього для достойного життя людини. (І.Г.Батраченко, 2012; В.О.Васютинський, 2017; В.П.Горбатенко, 2006; Л.М.Гритковець, 2016; Т.М.Траверсе, 2017, та ін.).

Особливості переживання травмуючих подій в житті окремої особистості представлено в низці робіт з теорії і практики досліджень психологічної науки. (Л.І.Анциферова, 2007; Ф.Є.Василюк, 2004; Б.Б.Іваненко, 2018; Т.С.Кириленко, 2018; Т.Н.Титаренко, 2017 та ін.).

Можно виокремити наступні групи досліджень.

- *За змістом травмуючої події.* За нашими дослідженнями найбільш виразно за змістом травмування представлені події втрати, міжособових стосунків військових дій, аварій, захворювань, насильства, в яких проявляються емоційні переживання страху, гніву, тривоги, жаху, сорому, провини, що мають виступати предметом дослідження.

- *За стратегіями переживання та подолання травмуючої події* предметом дослідження виступають стратегії уникнення, вторгнення, в яких відмічаються статеві, вікові відмінності, і вивчення яких поєднується зі змістовим наповненням події для захисту від блокування життєвої самореалізації особистості та спрямоване на створення програм референтної підтримки, програм роботи з психічними станами свідків події, також з тими хто вижив, тощо.

- *За особливостями трансформації особистості при переживанні травмуючої події,* зміст досліджень спрямований на виникнення психологічних новоутворень, на аналіз таких феноменів як «формування образу втраченого», «психологічний зв'язок з втраченим», «духовне випробування», тощо.

- *За особливостями процесу протікання травмуючої події* дослідження включають аналіз детермінант травмуючої події, критеріїв її виокремлення, специфіки наслідків як то посттравмуючі переживання, вторинна травма, тощо.

- *За особливостями попередження та раннього реагування* в дослідженнях наголошується на особливостях психологічної допомоги, необхідності виокремлення етапів роботи з гострою травмою (до, під час та після події) на аналізі феноменів «пружності травми), «мембрани травми», тощо.

Отже, як бачимо, запропонована систематизація особливостей переживання психотравмуючих подій включає і політико-соціальні, і специфічно психологічні аспекти вивчення психотравмуючих подій, що може вказувати на необхідність пошуку спільної платформи досліджень різно

пощинних проявів виникнення і переживання психотравмуючих ситуацій та подій на життєвому шляху людини.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Гридковець Л.М. Світ життєвих криз людини як дитини своєї сім'ї, свого роду та народу: монографія /Л.М.Гридковець. – Л., 2016. – 516 с.
2. Кириленко Т.С. Психологія травмуючих ситуацій. Навч.посібник/ Т.С.Кириленко – К.: Видавчо-поліграфічний центр «Київський університет», 2014. – 135 с.
3. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях/ И.Г.Малкина-Пых. – М., 2005.
4. Титаренко Т.М. Методичні засоби подолання психотравмуючих ситуацій / Т.М.Титаренко. – К., 2016.

Клименко І. В.

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, доцент кафедри соціальної психології, к.психол.н. (Київ, Україна)

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ У ВІЙСЬКОВІЙ СПРАВІ

Соціальні мережі міцно увійшли у життя сучасних організацій. Оперативність, адресність, діалогічність, успішна конкуренція із традиційними ЗМІ зробили їх одним із найбільш затребуваних організаційних інструментів. Військова сфера не стала виключенням, втім використання соціальних мереж тут носить специфічний характер та потребує окремого підходу.

Роль соціальних медіа у військовій справі варто розглядати на двох рівнях: макрорівні (в загальному контексті військових протистоянь чи кооперації) та мікрорівні (в контексті окремих військових організацій).

Радикальні зміни, які соціальні мережі привнесли в глобальний інформаційний простір, змінили також і спосіб висвітлення, сприйняття і, зрештою, ведення воєн. Британський журналіст Дейвид Патрикаракос, досліджуючи україно-російське протистояння та військові конфлікти на Близькому Сході, відзначив, що соціальні медіа зруйнували старий порядок трьома способами: часом (розмілося поняття початку та завершення війни, позаяк інформаційний конфлікт може розгортатися задовго до початку військових дій і тривати неозначений час); простором (соціальні мережі не

мають кордонів і охоплюють максимально широку аудиторію) та методом (інформаційні операції тепер не підтримують військові дії, а виходять на перший план) [1; 339]. Сучасні війни стають протистоянням наративів, і боротьба за світогляд, цінності, фокус протистояння фактично стає більш значимою, ніж традиційні баталії. «Якщо ви не розумієте, як ефективно застосовувати силу нових медіа, то можете виграти випадкову битву, але програєте війну ХХІ століття...», – пише Д. Патрикаракос [1; 21].

Томас Ніссен визначив декілька основних функцій, які можуть виконувати соціальні мережі у військовому протистоянні ХХІ ст. Соціальні медіа стають ефективним способом збору розвідувальних даних (наприклад, відслідковування тенденцій, настроїв, даних геолокації, контент-аналіз, моніторинг активності певних осіб тощо). Відповідно, соціальні мережі можуть виконувати функцію таргетингу для ідентифікації потенційних цілей для військових дій. За допомогою соціальних медіа можуть здійснюватися наступальні чи оборонні кібер-операції. Вони виконують захисні функції (наприклад, шифрування, антистеження та / або ІР-приховування). Соціальні медіа можна використовувати також для розповсюдження інформації, мобілізації та координації недержавних суб'єктів, значимих для досягнення військових цілей [3; 61-73].

Найважливішими психологічними функціями соціальних медіа у глобальних військових протистояннях є інформування та вплив. Вони стають одним із основних інструментів психологічних воєн або окремих інформаційно-психологічних операцій. Використання соціальних медіа в цьому випадку спрямоване на досягнення певних військових ефектів у когнітивній сфері: формування наративів, вплив на цінності та переконання, внесення розбрату, паніки, зневіри, мобілізація або гуртування тощо. Інструментами психологічного впливу може ставати як відкрите переконання (через канали та сторінки в соціальних мережах, коментарі лідерів думок тощо), так і дезінформація та маніпулювання (повідомлення від ботнетів та троллінг).

Офіційні військові структури в силу негнучкої ієрархії та етично-правових обмежень у цьому сенсі суттєво поступаються супротивникам. Найбільш досліджуваними кейсами з інформаційно-психологічного протистояння у ХХІ ст. є дії Росії (в тому числі, по відношенню до України) та дії Ісламської держави. В аналітичному звіті, підготовленому у Центрі стратегічних комунікацій НАТО, де були проаналізовані відповідні кейси, зазначається, що психологічне протистояння з такими суперниками нагадує гру в кішки-мишки, де «погані актори» постійно розробляють нові, складні методи впливу та маніпулювання громадською думкою, в той час як служби безпеки змушені займатися наздоганяючою боротьбою з ними [4; 41]. Такий стан речей

на макрорівні вказує на нагальну необхідність переосмислення та поглиблення використання соціальних медіа військовими структурами.

На мікрорівні значення соціальних мереж варто розглядати в контексті діяльності окремих військових організацій та підрозділів. Як і для будь-яких інших сучасних організацій, соціальні мережі можуть виконувати цілий перелік управлінських та маркетингових функцій. Райян Валінські зазначає, що основними функціями тут є комунікативна та іміджетвіривна. Соціальні мережі сприяють налагодженню двостороннього зв'язку, безперешкодної взаємодії, це інструмент для оцінки реакцій цільових груп та цільовідповідної адаптації дій. Вони допомагають інформувати громадськість про діяльність військових організацій, різні військові місії, забезпечують можливість оперативно протидіяти чуткам та поширенню недостовірної інформації. Соціальні мережі допомагають підтримувати моральний стан військ, ділитися їхніми досягненнями. Крім того, соціальні мережі сприяють збільшенню рекрутингових можливостей для армійських підрозділів [6; 14-20].

На думку Т.Ніссена, використання соціальних медіа також є важливим для внутрішнього спілкування, обміну інформацією, координації та синхронізації дій всередині та між військовими підрозділами, тобто вони сприяють виконанню функцій командування на контролю [3; 71].

Фахівці відзначають також, що використання соціальних мереж дозволяє військовим здійснювати взаємодію в межах глобальної спільноти військових професіоналів та приймати участі у професійному дискурсі. Це також спосіб забезпечення прозорості діяльності військових організацій у демократичних суспільствах. Окрім того, вони слугують механізмом прориву бар'єру поколінь: старшого покоління військового командування з молодшим поколінням, яке зараз складає переважну більшість військових організацій [5; 218].

З'являється все більше досліджень, присвячених тому, як соціальні мережі можуть ефективно використовуватися військовими психологами як інструмент адаптації, мотивації, формування згуртованості військових колективів, спосіб підтримки та реінтеграції ветеранів, зміцнення зв'язків із сім'ями військовослужбовців, засіб профілактики суїцидів тощо.

Попри очевидний позитив, використання соціальних мереж в армії пов'язано з рядом небезпек. Передусім, це ризики витоку секретної інформації (дислокація, переміщення військ, озброєння, чисельність особового складу, плани тощо). Значимими є ризики для військовослужбовців, оскільки особиста інформація може використовуватися зловмисниками та нести ризики ідентифікації, погроз, шантажу їх та членів їхніх родин [5; 220]. Основними чинниками таких загроз є погані налаштування безпеки у профілях; поширення повідомлень з географічними тегами; завантаження зображень, що можуть

використовуватися при зборі даних; відмітки конкретних осіб (родичі, командування); додавання у списки друзів неперевірених осіб; поширення некоректних чи конфіденційних коментарів тощо. Очевидно, що ризики використання соціальних медіа для обміну такою інформацією повинні бути визнані та оцінені, втім це не є підставою для відмови від використання соціальних мереж чи їх директивного обмеження.

Дослідження загальних уявлень про потенціал використання соціальних медіа, яке провела група шведських фахівців серед представників інформаційних підрозділів чи профільних міністерств усіх збройних сил країн-членів ЄС (за винятком Греції та Кіпру), продемонструвало, що військові високо оцінюють можливості соціальних мереж як засобу двосторонньої комунікації та маркетингового інструменту для армії. Респонденти зазначили, що найбільшим ризиком їх використання є небезпека розкриття конфіденційної інформації. Втім, учасники дослідження зазначили, що переваги використання соціальних мереж є більш значимими, ніж потенційні ризики [2; 54-57].

Досягнення балансу між безпековими питаннями та реалізацією потенціалу використання соціальних мереж у збройних силах можливе за рахунок формування відповідних стратегій та національної політики. Першими стратегії використання соціальних медіа збройними силами прийняли Ірландія (2008 р.), Великобританія (2009 р.) та США (2010 р.). Станом на 2016 рік вже 11 країн Європи мали і ще 8 збиралися розробляти відповідні офіційні стратегії [2; 54-57]. Для підвищення безпеки у провідних арміях світу ведеться ретельна робота з особовим складом та членами їх родин щодо практик використання соціальних медіа. У США, наприклад, з 2013 року видаються та постійно оновлюються керівництва з відповідною інформацією (The United States Army Social Media Handbook) [6 13]. Означені питання в Україні частково регулюються рекомендаціями для персоналу Міністерства оборони та Генерального штабу Збройних сил (2014 р.), а також Правилами інформаційної та кібернетичної безпеки з зони проведення АТО (2016 р.). Втім, попереду ще багато роботи, пов'язаної як з ефективним використанням соціальних медіа на мікрорівні, так і з напрацюванням стратегії використання їх макрорівні. Адже для України, яка у світових дослідженнях представлена як типовий кейс жертви інформаційно-психологічного впливу та сторони, що програє у сучасній війні наративів, це питання реального виживання у майбутньому.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Патрикаракос Д. Війна у 140 знаках. Як соціальні медіа змінюють конфлікти у XXI столітті. Пер. з англ. / Дейвид Патрикаракос. – Yakaboo Publishing, Київ, 2019. – 352 с.

2. Hellman M., Olsson E., Wagnsson Ch. EU Armed Forces' Use of Social Media in Areas of Deployment / Maria Hellman, Eva-Karin Olsson & Charlotte Wagnsson // Media and Communication, Cogitatio Press, – vol. 4(1), 2016. – P.51-62.
3. Nissen Th. The Weaponization of Social Media / Thomas Nissen. – Royal Danish Defence College, Copenhagen, 2015. – 148 p.
4. Svetoka S. Social media as a tool of hybrid warfare / Sanda Svetoka. – NATO Strategic Communications Centre of Excellence, – Riga, 2016. – 49 p.
5. Social media in the military: opportunities, perils and a safe middle path // Technology and Leadership: International Perspectives. Edited by Daniel J. Watola & Allister MacIntyre. – Canadian Defence Academy Press, 2017 – P.217-225.
6. Walinski R.G. The U.S. Military and Social Media / Ryan G. Walinski. – Maxwell Air Force Base, Alabama, 2015. – 48 p.

Коробка Л. М.

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, завідувачка лабораторії психології мас і спільнот, к.психол.н., доцент. (м. Київ, Україна)

ГРОМАДСЬКЕ ЗДОРОВ'Я ТА ЙОГО ПІДТРИМАННЯ ЯК УМОВА АДАПТАЦІЇ СПІЛЬНОТИ ДО НАСЛІДКІВ ВОЄННОГО КОНФЛІКТУ

Здоров'я людей постає як один із основних чинників національної безпеки та благополуччя держави. Водночас, як одна з найбільших цінностей, здоров'я є необхідною умовою успішної адаптації до змін, що відбуваються в суспільстві внаслідок воєнного конфлікту. В концепції розвитку громадського здоров'я визначено засади формування системи громадського здоров'я, серед яких слід виокремити принцип цілісного підходу до здоров'я, що передбачає сукупність його фізичної, психічної, психологічної, духовної і соціальної складових та принцип солідарної відповідальності, що визнає взаємну залежність та відповідальність територіальних громад, спільнот, сімей та окремих осіб за їх діяльність або бездіяльність щодо підтримки здоров'я та покращення благополуччя населення.

Однією із найважливіших реформ в нашій державі є реформа системи охорони психічного здоров'я, яка відбувається в непростий, як в соціально-економічному, так і в психологічному сенсі період, що пов'язано із військовою агресією Росії. Її успішна реалізація потребує наукового базису для соціальної та психологічної підтримки здоров'я як на індивідуальному, так і на громадському рівні. У світлі цієї реформи в поле зору як громадських діячів,

так і науковців потрапляють проблеми психосоціального благополуччя населення, а також його підтримки та відновлення на особистісному і громадському рівнях. Про необхідність соціально-психологічної підтримки населення в кризових умовах задля його захисту і збереження психічного здоров'я та психосоціального благополуччя наголошується в усіх зарубіжних рекомендаціях і протоколах [2, с. 23].

Соціально-психологічна підтримка, яка необхідна людині щоб ефективно протистояти негативному впливу стресових подій та зберегти своє здоров'я, є одним із важливих чинників соціальної адаптації. Особливо в кризових умовах постає потреба в підтримці, допомоги в налагодженні зв'язків між людьми, із спільнотою, в мобілізації ресурсів долаття труднощів та формуванні впевненості щодо можливості взяти під контроль власне життя, успішно інтегруватися в нових умовах, спільнотах, реалізувати себе. Отже соціально-психологічна підтримка постає важливою складовою роботи з громадянами, які на собі відчули конфлікт та його наслідки, а її запровадження є частиною стандарту надання гуманітарної допомоги, без чого остання не є ефективною.

Соціально-психологічна підтримка здоров'я повинна бути спрямована на активізацію та відновлення адаптаційних ресурсів постраждалих осіб, ресурсів спільноти для активізації колективних зусиль із підвищення рівня індивідуальної та колективної адаптивності до наслідків воєнного конфлікту.

Проблема підтримання громадського здоров'я та посилення адаптаційних можливостей населення в кризових умовах актуалізує потребу в мобілізації ресурсів спільноти та активізації колективних зусиль. Аналіз сучасних українських досліджень (Л.Коробка, Н.Кривоконь, Н.Рингач) показав важливість проблеми мобілізації потенціалу спільноти для покращання громадського здоров'я, в яких зазначається про те, що надзвичайно важливо усвідомлювати роль громади, спільноти у вирішенні проблем, пов'язаних із формуванням та збереженням здоров'я населення, її спроможність до цілеспрямованої діяльності у цій сфері.

В умовах війни одним із важливих соціально-психологічних аспектів підтримання і захисту здоров'я людей є задоволення таких базових потреб як потреба в безпеці, належності, любові та повазі, які задовольняються в процесі міжособистісного спілкування, і джерелом цього задоволення є люди та добрі міжособистісні стосунки [3, с. 90]. Соціальна згуртованість спільноти, активізація її колективних зусиль, якщо вони мають характер підтримки, можуть сприяти засвоєнню форм здорової поведінки, збереженню і відновленню здоров'я, сприяти виробленню ефективних психологічних стратегій адаптації особи і спільноти до умов і наслідків воєнного конфлікту.

Спільноти, яким притаманна стійкість, пружність здатні до проактивного реагування на нові, складні кризові ситуації. В цьому контексті слід зважати на активізацію та розвиток психологічної пружності не лише окремого індивіда, а й громади, спільноти, їхньої стійкості до зовнішніх впливів, які відповідно документу ВООЗ «Здоров'я-2020», розуміються як динамічний процес індивідуального та колективного реагування на несприятливі обставини, економічну кризу, трагічні події, воєнні конфлікти тощо. Вони визначаються як здатність протистояти таким обставинам, опанувувати їх та відновлюватися після їхнього впливу, виявляти та застосовувати необхідні ресурси і сприятливі фактори [1, с. 223]. Такі ресурси можуть функціонувати на індивідуальному рівні, на рівні групи, спільноти, всього населення в якості захисних факторів для протистояння стресу і в якості чинників сприяння досягненню максимальних можливостей щодо здоров'я.

Отже в аналізі проблеми підтримання та зміцнення громадського здоров'я, як умови адаптації спільноти до наслідків воєнного конфлікту акцентуємо увагу на активізації і залученні індивідуальних та колективних ресурсів, на визнанні здатності людей справлятися із негараздами і перетворювати їх на потенціал для відновлення благополуччя.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Здоров'я 2020 : Основи європейської політики та стратегія для XXI століття – Копенгаген : Європейське регіональне бюро ВООЗ. – 2013. – 224 с.
2. Керівництво МПК з психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в умовах надзвичайної ситуації – Міжвідомчий постійний комітет (МПК) (2007). Київ. : Університетське видавництво ПУЛЬСАРИ. – 2017. – 216 с.
3. Коробка Л.М. Підтримання здоров'я спільноти в умовах воєнного конфлікту: соціально-психологічний аспект / Коробка Л.М // Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи: матеріали II Міжн. наук.-практ. конф. «Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи» – К. : КНУ імені Тараса Шевченка, 2017. – С. 88-93.

Колесніченко О. С.

Національна академія Національної гвардії України, начальник науково-дослідної лабораторії забезпечення службово-бойової діяльності Національної гвардії України науково-дослідного центру службово-бойової діяльності Національної гвардії України, д.психол.н., с.н.с. (м. Харків, Україна)

Куруч О. С.

Національна академія Національної гвардії України, ад'юнкт (м. Харків, Україна)

ВИЗНАЧЕННЯ ТИПІВ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ-СУЇЦИДЕНТІВ, ЯКІ СКОЇЛИ САМОГУБСТВО У 2014-2016 РОКАХ

Самогубство залишається актуальною проблемою, попри значні зміни, які відбуваються у суспільстві і стосуються усіх галузей – від рівня матеріального забезпечення людини до духовних цінностей. При цьому розробка ефективних засобів профілактики суїцидальної активності нашою наукою зосереджена на проблемі нестачі емпіричних даних, що дозволяють точно описати особистість людей, які зважуються на самогубство. Реалізація диференційованого підходу у здійсненні профілактики самогубств потребує розробки типології суїцидентів, пошуку оптимального рівня узагальнення на шкалі від визнання повного індивідуалізму у причинах скоєння суїциду до пошуку універсального фактору вчинення суїциду.

Для вирішення поставленої проблеми, нами використано дані військовослужбовців, які скоїли самогубство у 2014-2016 роки – період, коли до служби залучалась велика кількість військовослужбовців за мобілізацією. Військовослужбовці в цей період приймали активну участь у бойових діях проведення АТО.

За цей період для статистичного аналізу було відібрано дані 12 військовослужбовців, які скоїли суїцид з 2014 по 2016 рр., і в картці психологічного супроводження яких були данні за 4 основними методиками – БОО «Адаптивність» (А.Г. Маклакова), «Методика визначення типу акцентуації рис характеру і темпераменту» (К. Леонгард та Х. Шмішек), 16-факторний особистісний опитувальник Р. Кеттелла, «Опитувальник суїцидального ризику» (О.Г. Шмельов).

Процедура кластерного аналізу дозволила виділити в цій вибірці одну однорідну стійку підгрупу з 10 осіб, яку було позначено як перший тип суїцидального ризику. Опишемо виділену підгрупу (тип), порівнюючи її данні з даними загальної вибірки військовослужбовців та вибірки військовослужбовців, які за даними експертного оцінювання характеризуються високою професійною ефективністю.

Дані військовослужбовців, які скоїли суїцид, за багаторівневим особистісним опитувальником «Адаптивність» та 16-факторним особистісним опитувальником Р. Кеттелла на статистичному рівні практично не відрізняються від показників двох інших груп порівняння.

Найбільша кількість розбіжностей між даними військовослужбовців, які вчинили самогубство, та даними за двома іншими групами військовослужбовців виявлено за методикою Леонгарда-Шмішека. Показники військовослужбовців, які вчинили самогубство, за переважною більшістю шкал методики є більш вираженими, хоча і не завжди сягають рівня акцентуації. Єдине виключення становлять показники за шкалою «Дистимічність», які є значно меншими, ніж в загальній вибірці військовослужбовців.

Відповідно до запропонованого Ю.В. Кортневою угруповання шкал методики Леонгарда-Шмішека на шкали активності (гіпертимність, дистимність, циклотимія), шкали реактивності (застрягання, неврівноваженість), шкали контролю (педантичність, демонстративність) та шкали емоційної сфери (емотивність, екзальтованість, тривожність) лише за останньою групою шкал між порівнюваними вибірками не визначено значущих розбіжностей.

Розглядаючи шкали активності, зазначимо, що за шкалою «Циклотимія» показники військовослужбовців, які вчинили самогубство, є значно вищими ($12,00 \pm 3,21$), а за «Дистимічність» значно нижчими ($7,13 \pm 2,75$), ніж у військовослужбовців загальної вибірки. Зниження показників за шкалою «Дистимічність» порівняно з загальною вибіркою за інтерпретаційною схемою, запропонованою Ю.В. Кортневою, може свідчити про слабку критичність щодо власних ресурсів, переоцінку власних фізичних можливостей. Збільшення показників за шкалами «Гіпертимність» ($18,00 \pm 4,54$) та «Циклотимія» свідчить про напруження сил і самовідданість у певній значущій для людини сфері. При такому поєднанні особа може ставити перед собою завдання, які для неї є потенційно недосяжними, що потенційно може призводити до фрустрації, переживанню сорому, провини.

За шкалами реактивності – «Застрягання» ($14,00 \pm 1,51$) та «Неврівноваженість» ($8,63 \pm 4,37$) – військовослужбовці, які вчинили самогубство, мають значно вищі показники, ніж військовослужбовці контрольної групи. Підвищення показників за шкалою «Застрягання» характерне при так званих «егоїстичних афектах», тобто коли фруструється «Я», почуття самолюбства, гордості та значимі для військовослужбовця цінності. Підвищення показників за шкалою «Неврівноваженість» порівняно з загальною вибіркою військовослужбовців може бути свідченням більш вираженої орієнтації на власні потреби та наміри.

За шкалами контролю «Педантичність» ($12,50 \pm 1,77$) та «Демонстративність» ($17,50 \pm 3,66$) показники в групі військовослужбовців, які вчинили самогубство, є значно вищими, ніж у контрольній, і за шкалою «Демонстративність» сягають рівня акцентуації.

Підвищення показників за шкалою «Педантичність» може бути пов'язаним як із надмірним прагненням контролювати ситуацію, підкорити своїй волі обставини, що об'єктивно не можуть бути залежними від цієї людини, зі значним тягарем відповідальності, так і з певною інертністю психічних процесів, тривалим переживанням травматичних подій.

Шкалу «Демонстративність», за якою у військовослужбовців-самогубців в дослідженні отримано одні з найвищих показників, можна вважати полюсом «центральної осі», на якому ґрунтується інтерпретація графіка за методикою Леонгарда-Шмішека. Так, одночасне підвищення цієї шкали зі шкалою «Гіпертимність» може описуватися як цілеспрямована демонстрація власної енергійності, а поєднання з мінімумом за шкалою «Тривожно-боязкий» ($4,13 \pm 2,75$) – як демонстрація безтурботності, благополуччя. Військовослужбовці з таким профілем характеризуються вираженою ролевою поведінкою, прагненням приховувати свої істинні переживання, відповідати ідеалізованому образу військовослужбовця, очікуванням оточуючих щодо вираженості маскуліних рис. Така ролева поведінка небезпечна через те, що, по-перше, значна частина психічної енергії у військовослужбовця, який переживає актуальний конфлікт, травму йде не на його вирішення та покращення ситуації, а на підтримання «гідного» зовнішнього вигляду; по-друге, приховування своїх переживань за «маскою» не дає змогу оточуючим, командирів, психологу вчасно визначитися з необхідністю надання невідкладної психологічної допомоги військовослужбовцю.

Таким чином, можемо сформулювати наступний узагальнений портрет військовослужбовця, який закінчив життя самогубством у 2014-2016 роках. Так, схильність переоцінювати свої можливості, яка в умовах бойових дій може стати підґрунтям для психологічної травматизації особистості, фрустрації «Я», почуття гідності; тривале приховування від оточуючих своїх негативних переживань внаслідок самолюбства, схильності самому контролювати ситуацію і прагненню відповідати очікуванням щодо ідеалізованого образу військовослужбовця; знижений страх перед смертю та фізичним болем у сукупності стають фактором суїцидального ризику військовослужбовця.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Кокур О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Корня Л.В. Психологічна оцінка суїцидального ризику у військовослужбовців. Методичний посібник. К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2019. 206 с.

Костюкова Н. В.

Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних сил України (НДЦ ГП ЗСУ), заступник начальника науково-дослідного відділу воєнно-психологічних досліджень (м. Київ, Україна)

ПРОГРАМА ВИЖИВАННЯ (SERE) ЯК НАПРЯМОК ЦІЛЬОВОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ДО БОЙОВИХ ДІЙ В АРМІЯХ КРАЇН НАТО

Перехід на стандарти НАТО – одне з головних завдань розвитку Збройних Сил України. Розробка нормативних документів у напрямку співробітництва України та НАТО зумовлює реорганізацію системи підготовки Збройних Сил за відповідними стандартами НАТО. Зокрема основні превентивні психологічні заходи, які висвітлені у стандартах НАТО, пов'язані з виживанням військовослужбовців в екстремальних умовах та полоні:

STANAG 7196 «Підготовка з питань виживання в екстремальних умовах та полоні» (The NATO Survival, Escape /Evasion, resistance and extraction (SERE) training Standard - APRP-3.3.7.5 Edition A) розкриває детальні стандарти підготовки з питань виживання в екстремальних умовах та полоні;

STANAG 7225 «Стандартизація програм реінтеграції» (Standardization of reintegration – APRP-3.3.7.2 Edition A) визначає завдання щодо реінтеграції особового складу, який був повернутий з полону чи ізоляції;

STANAG 7226 «Тренінг поведінки після захоплення у полон» (Conduct after capture (CAC) Training – APRP-3.3.7.3 Edition A) надає державам стандартизовані методики для супроводження програм підготовки з питань правил поведінки після захоплення у полон.

Актуальним напрямком цільової психологічної підготовки в арміях країн НАТО визначена реалізація програми та школи виживання “Виживання, ухилення, стійкість та втечі” (SERE). Ця програма регулюється Настановою 3500.11 Міністерства оборони США “Психологічна програма виживання, ухилення, стійкості та втечі” (Survivor, Evasion, Resistance and Escap – SERE) (2013), Директивою 3002.01 “Відновлення особового складу в Міністерстві Оборони” (2013), Стандартом НАТО AJP-3.7 “Об’єднана союзницька доктрина щодо психологічного відновлення особового складу в умовах ворожого (агресивного) середовища” (2016) та Стандартом НАТО STANAG 7226 “Тренінг щодо поведінки після захоплення (CAC)” (Conduct After Capture (CAC) Training).

Необхідно зазначити, що саме колишні військовополонені відносяться до тієї групи військовослужбовців, які зазнають найбільш інтенсивного

психотравмуючого впливу військового часу. Ці особи переживають ряд травматичних подій, що свідомо використовуються для підриву їхнього духу: небезпека втрати життя, голод, психологічне насильство та тортури, травми і смерть товаришів, втрата підтримки родини, одиночне ув'язнення, систематичне позбавлення основних потреб.

Проте, не зважаючи на тяжкість описаного вище психотравмуючого досвіду, навіть у цій групі військовослужбовців спостерігалися певні позитивні зміни. Так, ще у 1980 році, група військових психіатрів під керівництвом Вільяма Следжа встановила, що 61,1% полонених американських пілотів під час війни у В'єтнамі повідомили про сприятливі психологічні зміни. При цьому дослідники влучно зазначали що ці позитивні зміни жодним чином не означають відсутність фактичної інвалідності (яка може бути присутньою, а може і не бути в окремих осіб, які повідомили про отримання вигод від власного досвіду) [3].

У арміях країн НАТО заходи програми під час підготовки до розгортання (pre-deployment) сфокусовані на підготовці військовослужбовців до можливих ситуацій ізоляції та полону. Тренінги побудовані на рольових іграх, що моделюють реальні життєві ситуації.

Базовими психологічними компонентами школи виживання SERE є: *самоефективність (self-efficacy)* як віра людини в його природну здатність до досягнення цілей; *психологічна витривалість (mental hardiness)* як екзистенційна стійкість, здатність до опору, виживання та втечі, життєстійкість; *психологічна стійкість (Resilience)* як підтримка психічної пружності, здатність до відновлення психічних функцій в екстремальних умовах, складних життєвих обставинах; *активний опір (Active Resistance)* складним життєвим обставинам (ізоляція, полон); *пасивний опір (Passive Resistance)* складним життєвим обставинам (ізоляція, полон); *ресурси (Resources)* зовнішні (середовища) та внутрішні (особистісні) підтримання витривалості, стійкості та опору [1].

Програма включає комплекс заходів підтримки, супроводу та реінтеграції військовослужбовців, що опинилися в ситуаціях ізоляції та полону та членів їх сімей (SERE-Debriefing, Decompression, Family Support, Reintegration).

У ЗС України програма “Виживання, ухилення, стійкість та втеча” (SERE) реалізується частково. У програму психологічної підготовки ЗС України введено “Тренінг щодо поведінки після захоплення (CAC)” (Conduct After Capture (CAC) Training).

Перспективним напрямком підвищення ефективності психологічної підготовки військовослужбовців ЗС України є впровадження у практику всебічної підготовки військових підрозділів комплексних програм психологічної стійкості (резилієнсу), одна з яких є виживання та життєстійкості

в умовах відокремлення від підрозділу, ізоляції та полону (за досвідом програми виживання SERE).

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Настанова 3500.11 Міністерства оборони США “Survivor, Evasion, Resistance and Escap – SERE” (2013).
2. НАТО STANAG 7226 “ Conduct After Capture (CAC) Training – APRP-3.3.7.3 Edition A ”.
3. Sledge W. H. Self-concept changes related to war captivity / W. H. Sledge, J. A. Boydston, A. J. Rabe // Archives of General Psychiatry. – 1980. – № 37. – Vol. 4. – P. 430-443.

Кравченко С. І.

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, кафедра соціальної психології, факультет психології, аспірантка другого року навчання (м. Київ, Україна)

КОНСОЛІДАЦІЯ ВІЙСЬКОВИХ ГРУП: СТРУКТУРА ТА ФУНКЦІЇ

Вперше термін «військова консолідація» був застосований Shils E. and Janowitz M. (1948).

Консолідація у військовій сфері:

- Об'єднання членів організації для підтримки їх прихильності один одному, організації та місії. – Акцент на інституціональному аспекті консолідації та на дотриманні нормативно визначеної мети (John H.).

- Консолідація не лише навколо інституційних цілей. Інколи навіть можуть об'єднуватись проти них (Janowitz M. Little R). – Акцент на міжособистісній взаємодії, що виходить за межі інституційних регламентацій.

Характеристики консолідованої групи: можливість протистояти екстернальному впливу, зберігати ідентичність в складних умовах (останні здатні навіть посилювати групову єдність, оскільки консолідована група, стикаючись з спільною проблемою, кооперується для її розв'язання). [2, с. 145]

Виокремлюють: 1) консолідацію навколо завдання: є конкретна мета, задля досягнення якої члени групи кооперуються і 2) соціальну консолідацію: взаємозв'язок між членами групи, незалежно від того, чи мають вони наразі виконувати спільне завдання.

Консолідація навколо завдання домінує у функціональних структурах, соціальна консолідація – в неформальній структурі. [4] Соціальна консолідація формується дружніми стосунками, що виходить за межі військового середовища.

В найбільш консолідованих групах спостерігаються обидва типи консолідації. [2, с.146] Вони переключаються в залежності від контексту та є характеристикою гнучкості, якої не може бути за умови тоталітарної єдності. Отже, це зміна концептів поведінки одної групи в різних контекстах. Неформальна і функціональна консолідація у військових структурах присутні одночасно.

Виділяють: горизонтальну консолідацію (з тими, з ким на рівних) та вертикальну (організаційні, інституціональні зв'язки). [4] При цьому позицію лідера, як проміжної ланки, іноді відносять до горизонтальних, іноді – до вертикальних зв'язків.

Консолідація в термінах інтеграції: первинна (стосунки з рівними, з лідером), вторинна – організаційні та інституціональні зв'язки. [5]

Формальна і неформальна структура консолідації: 1) «накази зверху» 2) непрописані правила поведінки за умов відсутності формальних стримуючих факторів.

Функціональна структура та структура лояльності/ідентичності – відчуття приналежності. [4] Оскільки військова людина є членом багатьох груп та виконує велику кількість соціальних ролей, йдеться про їх пріоритетність для суб'єкта. Головним чином, консолідацію у військових групах посилює почуття національної гордості та патріотизм, оскільки військові групи безпосередньо пов'язані з темою країни та нації.

Для вивчення консолідації потрібно враховувати культурний контекст. Культура по-різному маніфестується [3], формуючи ідеологічний простір груп.

Цей простір виконує функцію об'єднання людей з гетерогенними цілями, мотиваціями (Bultmann, D.). Ідеологія дозволяє виставляти пріоритетні цілі, координувати членів групи. Вона є референтним центром прийняття рішень. Ідеологія є фундаментальною для внутрішнього життя військової групи. У групі вона набуває інструментального характеру.

- Через основні цінності відбувається соціалізація членів групи.

- Ідеологія дозволяє організовувати колективні дії, що несуть ризик для здійснюючого їх суб'єкта. (Bloom N., 2007)

- Ідеологія забезпечує нормативну прихильність.

Ідеології військових груп варіюються від ґрунтовних, систематизованих доктрин до нечітких ідей, що пропонуються лідерами, організаторами таких груп.

Консолідація як групова єдність має позитивний вплив психічне здоров'я військової групи, на психічне благополуччя, задоволеність життям, задоволення персональних потреб та цілей, формування здорової ідентичності, екологічне регулювання негативних наслідків травматичних подій. При сильнішій консолідації спостерігається нижчий рівень стресу в учасників групи. [5]

Консолідація є соціальним ресурсом, який перекидає нестачу особистісного психологічного ресурсу. З формуванням консолідації військових груп зростають показники стійкості, впевненості в здатності регулювати реакції на стрес, позитивні установки.

Континуум: попередній досвід та рівень консолідованості групи має високу пояснювальну здатність стосовно реакцій на стресові події, емоційне благополуччя, включаючи навіть формування симптомів ПТСР. [1] Попередні стресові події в житті суттєво підвищують ризик виникнення ПТСР симптомів. Проте, зв'язок пережитих стресових подій з ПТСР знижується, коли зростає єдність групи.

Висновок: консолідація військових груп є специфічним видом консолідації, хоча і зберігає свою сталу структуру (ідеологічна єдність, групова ідентичність та готовність до спільних дій). Консолідація є позитивним видом єдності, що дозволяє знижувати рівень стресу, сприяти благополучному переживанню стресових подій та в цілому підтримувати здоровий психологічний клімат групи.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. PTSD symptoms, life events, and unit cohesion in U.S. soldiers: Baseline findings from the neurocognition deployment health study / Brailey K., Vasterling J., Proctor S. та ін.]. // Journal of Traumatic Stress. – 2007. – №20. – С. 495–503. doi:10.1002/jts.20234
2. Kirke C. Military Cohesion, Culture and Social Psychology / Kirke C.. // Defense & Security Analysis. – 2010. – №26. – С. 213–226. doi:10.1177/0022343313514073
3. Sanín F. Ideology in civil war / Sanín F., Wood E.. // Journal of Peace Research. – 2014. – №51. – С. 213–226. doi:10.1177/0022343313514073
4. Siebold G. The Essence of Military Group Cohesion / Siebold G.. // Armed Forces and Society. – 2007. – №33. – С. 286–295. doi:10.1177/0095327x06294173
5. Williams J. Unit Cohesion, Resilience, and Mental Health of Soldiers in Basic Combat Training / Williams J., Brown J., Bray R.. // Military Psychology. – 2016. – №28. – С. 241–250. doi:10.1037/mil0000120

Кудар К. В.

Державна установа «Територіальне медичне об'єднання МВС України по Харківській області», к.психол.н., практичний психолог (м. Харків, Україна)

ПІДТРИМАННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

В останні роки ситуація в Україні сприяє розвитку військової сфери; питанням психологічної підготовки, забезпечення, супроводу військовослужбовців в нетипових умовах, дослідниками приділяється все більше уваги. Військова психологія в Україні набуває своєрідну специфіку, адже ООС характеризується, як за внутрішнім змістом, так і за зовнішніми характеристиками. Це висуває на перший план складні завдання з вивчення не тільки психології військовослужбовців, але і впливу умов бойової діяльності, соціальної обстановки, тільки беручи до уваги всі чинники можна говорити про повноцінне дослідження психологічного і зокрема професійного здоров'я військовослужбовців.

Щодо поняття здоров'я існує декілька основних визначень. Стаднік А.В. приводе наступні: нормальне функціонування організму людини при відсутності ознак захворювання або порушення (М.М. Амосов, В.П. Скарбніков); динамічна рівновага організму з навколишнім середовищем (Д.Д. Венедиктов, І.І. Брехман); здатність до повноцінного виконання основних біосоціальних функцій, участь у соціальній діяльності (Г.Л. Апанасенко, Є.М. Кудрявцева, Л.П. Сущенко, Д.О. Изуткін) [3, с.83-84]. В науковій літературі представлені дослідження різних аспектів професійного здоров'я: А.Г. Маклаков, Г.С. Нікіфоров, В.О. Пономаренко, Ф.Б. Березін, П.А. Зіборова, Т.П. Гольцева, В.В. Грандт, В.А. Криволапчук, І.Г. Малкіна-Пих, Т.П. Лінчук, А.А. Осипова, Л.А. Геляхова, О.В. Землянська, Д.А. Горбенко, Л.М. Балабанова, О.Г. Караяні, Л.О. Китаєв-Смик, Н.В. Тарабріна, О.С. Колесніченко. У дисертаційному дослідженні «Психологічні особливості професійного здоров'я правоохоронців після несення служби в нетипових умовах» нами були визначені провідні психологічні ознаки професійного здоров'я правоохоронця: відсутність психопатологічної симптоматики, розвинута саморегуляція поведінки (вміння знаходити власні ресурси у складних ситуаціях, опанувати їх без шкоди для оточуючих, самоконтроль, гнучкість, прийняття невизначеності, стресостійкість тощо), особистісна зрілість; задоволеність якістю життя. А також були визначені психологічні ресурси відновлення професійного здоров'я правоохоронців після виконання професійної діяльності

в нетипових умовах: вдосконалення саморегуляції поведінки та сприяння особистісному зростанню [2, с.176].

Таким чином, для підтримки професійного здоров'я важливо з одного боку, щоб військовослужбовець приймав на себе відповідальність за своє здоров'я, з іншого боку, щоб психологічною службою були створені всі необхідні умови для підтримки такої рівноваги з навколишнім середовищем. А також наявність таких персональних ресурсів для подолання стресових ситуацій, як копінг-стратегії і наявність соціальної підтримки.

Доцільно розглядати професійне здоров'я військовослужбовців у вигляді моделі запропонованої А. Adler і С.А. Castro.

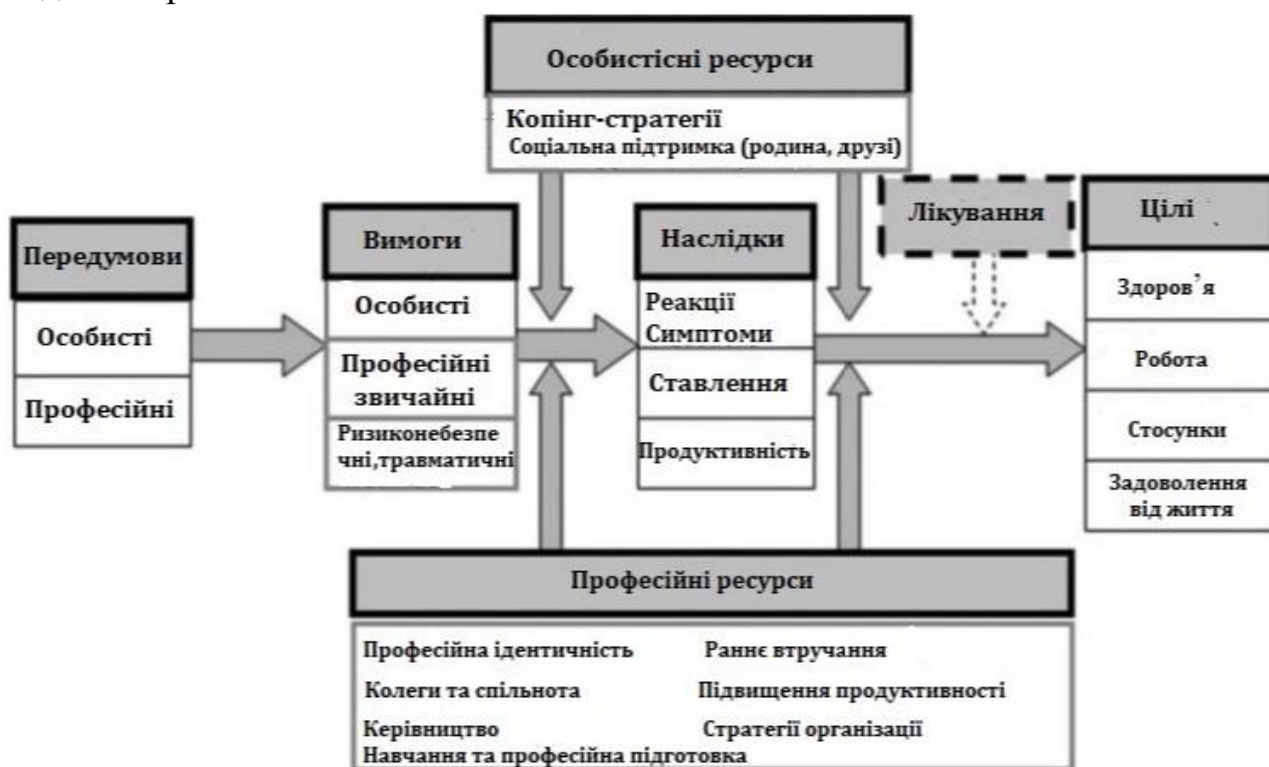


Рис. 1. Модель професійного здоров'я військовослужбовця (А. Adler і С.А. Castro)

Турбота про професійне здоров'я військовослужбовця лежить також на роботодавці і включає такі компоненти як колектив, в якому співробітники можуть довіряти один одному, керівництво, постійне навчання та професійна підготовка, раннє втручання, організаційні стратегії, підвищення продуктивності [1, с. 43]. Також вважаємо за необхідне додати, що підтримка здорового способу в цілому, як фізичного, так і психічного компонентів позитивно впливає на стан професійного здоров'я військовослужбовців. Крім того, вивчення психологічних особливостей кожного окремого службовця, його індивідуальних потреб, схильностей і талантів, також збільшує задоволеність від виконуваної роботи, а відповідно і підвищує адаптаційні ресурси особистості. Дослідження зони найближчого розвитку військовослужбовців

допомагає розкрити потенціал службовця, використовувати приховані резерви для повноцінного розвитку в професії. Також відзначено, що колеги, згуртований колектив, наявність службової спільноти, в якій можна поділитися своїми емоціями і проблемами, гарним чином впливає на психологічне здоров'я військовослужбовців. Важливими умовами підтримки професійного здоров'я військовослужбовців є задовільна заробітна плата і матеріальна оснащеність, а також облік негативних умов служби, які можуть бути віднесені до шкідливих, такі як перенапруження, постійні стреси, психотравмуючі фактори.

Висновок. Для підтримки професійного здоров'я військовослужбовців важлива наявність і постійне підтримання ресурсів як особистісних, так і професійних. Вдосконалення саморегуляції поведінки та сприяння особистісному зростанню були визначені нами, як основні ресурси відновлення професійного здоров'я військовослужбовців, до яких також можна додати наявність соціальної підтримки (як сім'ї, друзів).

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Adler A., Carl C. An Occupational Mental Health Model for the Military. *Military Behavioral Health*. 2013. №1. С. 41–45.
2. Кудар К. В. Психологічні особливості професійного здоров'я правоохоронців після несення служби в нетипових умовах: дис. канд. псих. наук : 19.00.06. Харків, 2018. 207 с.
3. Стаднік А. В. Психолого-педагогічні засади впровадження здорового способу життя серед військовослужбовців внутрішніх військ. *Вісник Національного університету оборони України*. 2011. №11. С. 83–89.

Лазоренко Б. П.

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, провідний науковий співробітник лабораторії соціальної психології особистості, к.філософ.н., доцент (м. Київ, Україна)

ДИХАЛЬНІ ПСИХОТЕХНОЛОГІЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ СТРЕСОВИХ ТА ПОСТТРАВМАТИЧНИХ СТАНІВ У СОЦІАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНОМУ СУПРОВІДІ РЕАДАПТАЦІЇ ВЕТЕРАНІВ АТО/ООС ТА ВОЛОНТЕРІВ

Дихальним технологіям як засобам психологічної і психофізичної саморегуляції присвячена численна література. Здебільшого це методики дихання, які розроблені в рамках традиційних напрямів східних вчень, зокрема

йоги [1]. Також технікам дихання присвячено чимало уваги у західних вченнях трансперсональної психології С.Грофа та ін. [2], в оздоровчих комплексах [3], а також при наданні психологічної допомоги особам, які переживають стресові події та потерпають від посттравматичних станів [4].

Мета тез полягає у висвітленні досвіду використання дихальних психотехнологій у саморегуляції стресових та посттравматичних станів при проведенні занять з соціально-психологічного супроводу ветеранів АТО/ООС, волонтерів та членів їхніх сімей як засіб само і взаємодопомоги.

Під час цих занять ми використовуємо дихальні психотехнології трьох типів для вирішення трьох завдань. Перший тип – *заспокоєння*, який використовується для нормалізації наявного стану і досягнення учасниками занять урівноваженого стану спокою. Другий тип – *позитив* застосовується для зміни стану з дискомфортного на піднесено позитивний, комфортний. Третій тип – *супровід* застосовується для супроводу переживання негативних посттравматичних станів особи і трансформації їх негативної енергії у позитивні стани, поглиблення і поширення цих позитивних станів.

Перший тип дихальної психотехнології *заспокоєння* застосовується при наявності відчуття неспокою і певного дискомфорту перед початком занять. Він передбачає два етапи. Перший етап – це зосередження особи на власному диханні і відтворення свого звичайного, рівномірного дихання, на якому вона зосереджує свою увагу і індивідуально знаходить для себе найбільш оптимальний, комфортний ритм частоти і глибини свого дихання. Як правило, коли оптимум характеристик дихання знайдено, спонтанно виникає стан спокою. Другий етап – це зосередження на власному стані спокою, знаходження у самовідчутті його епіцентру в тілі і поглиблення та поширення у просторі уяви цього стану спокою по всьому тілі із тенденцією виходу його за межі тіла. Внаслідок цього особа може засвідчити, що вона відчуває стан спокою в собі і себе у стані спокою. Доцільно побути у такому стані кілька хвилин до відчуття завершеності.

Другий тип дихання – *позитив* передбачає три етапи. Перший полягає у початковому видиху і невеликій затримці вдиху. Після затримки дихання розпочинається другий етап глибокого і частого дихання із акцентом на вдих до виникнення легкого головокругу. При початку головокругу слід зупинитись. Як правило внаслідок такого дихання виникає перенасичення організму киснем, що призводить до стану піднесення, легкості і комфорту. Третій етап цього типу є аналогічним завершальному етапу попереднього типу дихання – *заспокоєння*. Особа знаходить епіцентр комфортного стану в тілі і спокійним диханням поширює у просторі уяви цей стан спочатку по всьому тілу, а потім і

за межі тіла. Також важливо побути у досягнутому стані до відчуття повноти і завершеності набутого стану.

Алгоритм реалізації третього типу дихальної психотехнології - *супровід* також складається із трьох етапів. Його змістом є сприяння з використання процесу дихання переживанню трансформації негативних посттравматичних станів особи у позитивні. Перший етап – підготовчий полягає у допомозі особі у з'ясуванні того факту, що її негативний стан є її позитивною, захисною реакцією на небезпечний, загрозливий зовнішній чинник. При цьому просимо особу згадати ситуації, в яких цей негативний стан, (якого вона, як правило, хоче позбутись) виникає. Другий етап полягає у допомозі їй в усвідомленні відчуття цього стану *як свого*, як власної захисної реакції на загрозливий зовнішній чинник. Далі скеровуємо особу на визначення епіцентру цього негативного стану в тілі і зосереджуємо увагу і фокус *спокійного* дихання на цьому епіцентрі. Під час дихання надаємо простір цьому стану *як власному захисту*, сприяючи його захисному аспекту. Під час такого спокійного дихання виникають певні позитивні стани, такі наприклад, як тепло, спокій, комфорт. Змістом заключного третього етапу є вже знайоме з попередніх типів дихальних психотехнологій зосередження особи на епіцентрі набутих позитивних станів і їх поширення за допомогою уяви в своєму тілі із подальшим їх сприйняттям як таких, які виходять за межі тіла. Доцільним є певне перебування у досягнутих позитивних станах до відчуття завершеності процесу.

Дані технології використовуються нами при здійсненні спільних із державними та громадським організаціями проектів соціально-психологічного супроводу реадaptaції ветеранів АТО/ООС, волонтерів та членів їхніх сімей до умов мирного життя в громадах м. Чернігова та м. Умані.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Pranayama: The Beginner's Guide to Yoga Breathing Exercises. Взято з <https://www.artofliving.org/us-en/yoga/breathing-techniques/yoga-and-pranayama>
2. Grof. S. Healing Our Deepest Wounds: The Holotropic Paradigm Shift. Stream of Experience Productions. 2012. - 276 p.
3. Захаревич А. Биоэнергетические дыхательные психотехнологии. СПб. Питер 2011.- 176 с.
4. Соціально –психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій. Практичний посібник/ [Т.М.Титаренко, М.С. Дворник, В.О.Климчук та ін.]; за наук. ред.. Т.М.Титаренко/ НАПН України. ІСПП. Кропивницький. Імекс-ЛТД, 2019. -220с.

Лаптев О. М.

*Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського,
слухач гуманітарного інституту (м. Київ, Україна)*

Мулява В. Д.

*Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського,
провідний науковий співробітник кафедри Морально-психологічного
забезпечення діяльності військ (сил), гуманітарний інститут, к.філософ.н.,
доцент (м. Київ, Україна)*

ОСНОВНІ ЗАВДАННЯ КОНТРПРОПАГАНДИ В УМОВАХ ПРОВЕДЕННЯ ОПЕРАЦІЇ ОБ'ЄДНАНИХ СИЛ

Контрпропаганда – це створення інформаційного потоку за допомогою засобів масової інформації, комп'ютерних мереж, створених пропагандистських та інших служб з метою послаблення, або ліквідації ефекту від пропаганди противника або ворожої сторони на особистість, суспільство та державні інститути країни.

Контрпропаганда у ЗС України, як провідна складова захисту військ (сил) від негативного інформаційно-психологічного впливу - це організована та цілеспрямована інформаційно-пропагандистська діяльність органів державного та військового управління, посадових осіб з метою прогнозування, запобігання, зриву та нейтралізації намагань дезінформувати та деморалізувати особовий склад наших військ (сил), дезорганізувати його бойову діяльність.

Завдання контрпропаганди на державному рівні:

- створення інтегрованої системи оцінки інформаційних загроз Україні та оперативного реагування на них;
- удосконалення законодавчого регулювання інформаційної сфери відповідно до актуальних загроз національній безпеці;
- посилення спроможностей сектору безпеки і оборони щодо протидії спеціальним інформаційним операціям противника;
- виявлення та притягнення до відповідальності суб'єктів українського інформаційного простору, що сприяють державі-агресору вести інформаційну війну проти України;
- унеможливлення вільного обігу інформації продукції, що походить з території держави-агресора;
- недопущення використання інформаційного простору держави для дискредитації України на міжнародному рівні;

- активізація скоординованої інформаційної роботи закордонних дипломатичних установ України;
- сприяння поширенню та розвитку системи іномовлення України;
- постійний моніторинг пропаганди держави-агресора, розроблення та оперативна реалізація адекватних заходів протидії
- приведення повноважень державних регуляторних органів до адекватного рівня спроможності держави відповідати реальним та потенційним загрозам національним інтересам України в інформаційній сфері;
- забезпечення суб'єктів захисту від негативного інформаційно-психологічного впливу (далі–ІПВ) розвідувальною інформацією для організації контрпропаганди;
- законодавче врегулювання механізму виявлення, фіксації, блокування та видалення з інформаційного простору держави деструктивної інформації
- розробка механізмів регулювання роботи медіа структур та закладів культури усіх рівнів підпорядкування в інтересах застосування військ (сил);
- розвиток структур, що відповідають за захист від негативного ІПВ, насамперед, у ЗС України, з урахуванням стандартів НАТО;
- розвиток технологічної інфраструктури захисту від негативного ІПВ;
- забезпечення повного покриття території України цифровим мовленням для унеможливлення деструктивного впливу агресора;
- розбудова ефективної системи стратегічних комунікацій

Основними суб'єктами активної контрпропаганди в умовах ООС повинні стати: Управління комунікацій та преси МО України; Управління інформаційних технологій МО України; Департамент освіти та науки, соціальної та гуманітарної політики МО України; Головне оперативне управління ГШ ЗС України; Командування сил спеціальних операцій ЗС України; Об'єднаний оперативний штаб ЗС України; Головне управління морально-психологічного забезпечення ЗС України; Управління по зв'язкам з громадськістю ГШ ЗС України; Управління військово-цивільних відносин ЗС України; Головне управління міжнародного військового співробітництва та миротворчих операцій ГШ ЗС України.

Завдання контрпропаганди на рівні командування операції Об'єднаних сил (ООС):

- вивчення особливостей і тенденцій розвитку інформаційної та суспільно-політичної обстановки в операційному районі
- аналіз наявних сил і засобів, способів і прийомів, можливих рубежів і районів, особливостей організації і проведення негативного ІПВ

- ознайомлення особового складу із силами і засобами інформаційно-психологічних операцій противника, ТТХ засобів впливу, основними каналами розповсюдження інформації, можливими об'єктами впливу;
- викриття міфів, фейків та інших акцій ворожої пропаганди;
- своєчасне та психологічно доцільне інформування про зміни обстановки, застосування противником нових видів зброї і засобів ППВ;
- моніторинг інформаційного поля в операційному районі, цілодобовий аналіз теле- та радіокомпаній противника;
- розрахунок можливого рівня деморалізації особового складу та ступеню уразливості військових частин і підрозділів;
- припинення панічних настроїв, ворожих слухів, профілактика фобій;
- організація виявлення і ізоляції підрозділів, що зазнали деморалізації та надання їм морально-психологічної допомоги;
- роз'яснення характеристик та можливостей захисту від психологічної зброї;
- аналіз і оцінка результатів (ефективності) захисту від негативного ППВ.

Леонова І. М.

к.психол.н. (м. Київ, Україна)

СОЦІАЛЬНА МОБІЛЬНІСТЬ ЯК ПРИЧИНА СОЦІАЛЬНО ОБУМОВЛЕНОЇ САМОТНОСТІ

Нині одним з головних чинників змін соціально-демографічної структури в Україні є соціальна мобільність, яка формує склад населення, визначає динаміку та основні тенденції розвитку.

Термін «соціальна мобільність» був введений в 1927 році П.О. Сорокіним, який визначає її як зміну індивідом або групою місця, займаного в соціальній структурі (соціальної позиції). Він виокремив два основних типи:

1) *вертикальна мобільність* – переміщення індивіда з одного соціального класу чи групи в інший, зі зміною соціального статусу;

2) *горизонтальна мобільність* – перехід індивіда в межах одного і того ж соціального класу чи групи, без зміни соціального статусу [8; 4; 5].

С. Ліпсет, Р. Бендікс (Lipset, Bendix, 1991), Дж. Пейн (Payne, 1990) і П. Сорокін виокремлювали в переміщеннях статичні і динамічні фази. Якщо в статичній фазі мобільність регулюється усталеною системою ціннісних орієнтацій, а переміщення відбувається за строго визначеними траєкторіями, то в динамічній фазі ціннісні орієнтації мають розмитий характер з

неузгодженістю життєвих поглядів, а мобільність стає хаотичною, неупорядкованою [8; 4; 5; 7]. Отже, Україна у зв'язку зі сформованою ситуацією анексії Росією АР Крим та розгортанням військових дій на території Донбасу знаходиться в динамічній фазі мобільності.

В. В. Семенова, М. Ф. Черниш, П. Є. Сушко, П. О. Сорокін, В. В. Радаєв, розрізняють дві основні форми соціальної мобільності:

1) *індивідуальну*, за якої відбувається соціальне переміщення людини незалежно від інших;

2) *групову*, коли відбувається підвищення або зниження суспільної значущості цілого класу [8; 4; 5; 7].

Причинами групової соціальної мобільності є наступні чинники [8; 4; 5]:

- соціальні революції;
- іноземні інтервенції, навали;
- міждержавні війни;
- громадянські війни;
- військові перевороти;
- зміна політичних режимів тощо.

Отже, соціальна мобільність в Україні за останні роки набула вертикально-групову форму, яка характерна для суспільства, де соціальна структура реорганізується і створюються нові умови для мобільності. Вона вносить в стратифікаційну структуру великі зміни з появою нових груп (переселенців), впливаючи на основний соціальний пласт суспільства, а саме приймаючого населення, тим самим змінюючи статус відповідно до ситуації.

Важливо зазначити, що *соціальна мобільність включає* в себе [11]:

- *Міграцію* – процес переміщення всередині або за межами кордонів, тимчасово або назавжди з правом вибору;

- *Переміщення* – найчастіше відноситься до випадків, коли немає іншого вибору, як тільки переїжджати на тимчасове або постійне перебування в межах кордону або за її межами.

- *Заплановане переселення* – форма організованого переміщення людей: що ініційована, контрольована і здійснена державою, для захисту людей від ризиків і наслідків, пов'язаних з лихом, війною і зміною навколишнього середовища. Воно включає в себе поінформованість і згоду зацікавленого населення з наданням адекватних умов для відновлення життя і засобів до існування (McAdam and Ferris, 2015; Warner K., 2015) [12; 13].

Як відзначають Hugo (2010), Nansen Initiative (2015), людина має право вибору на міграцію, але приймати рішення в повній свободі не може, у зв'язку зі сформованими соціально-економічними, політичними та культурними процесами в країні. Таким чином, ситуація, що склалася на території України,

має змішаний контекст, право вибору і примусу, набуваючи форм вимушено-добровільного контексту переміщення жителів, які проживають на окупованій території Донецької та Луганської областей. Опинившись у новому середовищі, період адаптації переселенцями переживається і в даний час болісно. Саме в цьому середовищі гостро заявила про себе проблема самотності, аномії, відчуження, людської неприкаяності і негативних реакцій на подібні стани: пияцтво, девіації, сімейне неблагополуччя [7].

Також важливо відзначити, що підвищення соціальної мобільності впливає на зміну морально-етичних норм, провокуючи конфлікт поколінь і зниження стійкості сімей, тим самим сприяючи падінню рівня міжособистісної довіри, переважанню негативних очікувань щодо співгромадян [2 С.41–144] .

Довіра є однією з умов соціальних взаємин і найважливішим ресурсом, який використовується індивідом у своїх діях [10; 6; 1; 9]. Тому саме в ситуаціях невизначеності майбутнього, коли у людини або у групи людей відсутній повний контроль над майбутніми подіями, і він (вони) знаходиться в певній залежності від дій інших людей, саме довіра допомагає полегшити соціальну адаптацію, набуваючи стійкого і надійного характеру. На індивідуальному рівні довіра виступає регулятором щоденних комунікацій і взаємодій людей, допомагаючи долати невизначеність і непередбачувані ризики навколишнього середовища. На груповому – знижує напруженість, сприяє формуванню групової ідентичності, та таких відносин як співпраця, солідарність і толерантність, а також зберігає стійкість і інтегрованість суспільства, і забезпечує підтримку інститутів влади [3]. Тому рівень довіри дозволяє робити висновок про соціальний клімат, комфортність життєдіяльності в суспільстві, а також про те, наскільки людина може відчувати себе самотньою серед інших.

Таким чином, на даний час можна говорити про самотність як про серйозну соціальну проблему. Посилення індивідуалізму, ослаблення зв'язків в первинній групі, інтенсифікація соціальної мобільності і просторового переміщення, зростання роздробленості в суспільстві і викликана цим нестабільність призводять до зростання соціально обумовленої самотності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Заболотная Г.М. Феномен доверия и его социальные функции / Г.М. Заболотная // Вестник РУДН. – 2003. – № 1. – С. 67–73.
2. Интчама Л. В. Одиночество как социальная проблема / Л. В. Интчама // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова / Социология – 2013. – № 6.– 1 С.141-144.

3. Кученкова А.В. Межличностное доверие в российском обществе / А.В. Кученкова // Статья подготовлена при поддержке РФФ, проект № 14-18-02016. Социологические исследования № 1. – 2016. – С. 26-36.
4. Кравченко А.И. Социология. Общий курс: учебное пособие для вузов. / А.И. Кравченко – М.: ПЕРСЭ; Логос, –2002. – 640с.
5. Радаев В.В., Шкаратан О.И. Социальная стратификация: Учебное пособие для высших учебных заведений. – Москва.: «НАУКА» – 1995. – 240с.
6. Сасаки М., Давыденко В.А. Сравнительный анализ доверия в различных странах / М. Сасаки, В.А. Давыденко, Г.Ф. Ромашкина, В.В. Воронов // Социологические исследования. – 2013.– № 3.– С. 60–73.
7. Семенова В.В. Социальная мобильность в усложняющемся обществе: объективные и субъективные аспекты: [монография] / отв. ред. В. В. Семенова, М. Ф. Черныш, П. Е. Сушко. // ФНИСЦ РАН. – М.: ФНИСЦ РАН, – 2019. — 512 с.
8. Сорокин П. А. Социальная стратификация и мобильность / Сорокин П.А. // «Человек. Цивилизация. Общество». Серия «Мыслители XX века».– М., 1992. – С. 302–373.
9. Таханова О. В. Межличностное доверие как фактор социально-экономического развития общества / О. В. Таханова // Вестник удмуртского университета экономики и право – Т. 28, вып.1– 2018г. – С. 49-55.
10. Штомпка П. Доверие – основа общества / П. Штомпка. – М.: Логос, 2012. – 440 с.
11. Электронный ресурс: <https://www.odi.org/sites/odi.org.uk/files/resource documents/11874.pdf>
12. McAdam, J. ‘Planned Relocations in the Context of Climate Change: Unpacking the Legal and Conceptual Issues’ / J. McAdam, and E. Ferris // Cambridge Journal of International and Comparative Law. – 2015 – 4 (1) – p. 137–166.
13. Warner K. ‘National Adaptation Plans and Human Mobility. Disasters and Displacement in a Changing Climate’. Forced Migration Review 49 / K.Warner, W. Kalin, S. Martin, Y. Nassef. – 2015 – p. 8–9.

Ломакіна А. В.

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, кафедра психодіагностики та клінічної психології, студентка 4 курсу факультету психології (м. Київ, Україна)

ВПЛИВ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ НА ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКОНАННЯ БОЙОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМИ

У зв'язку зі специфічністю діяльності військовослужбовців, яка передбачає використання великої кількості особистісних ресурсів для подолання стресових ситуацій під час її виконання, збільшується вірогідність розвитку різних психічних та соматичних розладів, які мають негативний вплив на ефективність професійної діяльності, а також можуть призвести до неспроможності виконання бойових завдань. З метою підвищення ефективності виконання службових обов'язків, а також для подолання стресових ситуацій, є актуальним вивчення копінг-стратегій, які використовують військовослужбовці. Сьогодні поняттям «копінг» загалом позначають низку способів, за допомогою яких особистість намагається подолати стрес. При цьому сила стресової реакції визначається не стільки видом стресора, скільки особистою значущістю стресової ситуації для людини [1]. Уперше термін «копінг» було введено Л. Мерфі у 1962 році, який використав його при описі подолання криз розвитку дітей. У 1966 році Р. Лазарус під цим поняттям розумів усвідомлені стратегії подолання стресу та тривоги. Аналіз наукової літератури дозволяє виділити три підходи до поняття «копінг»[5]. Згідно до першого підходу «копінг» розглядається як один із способів психологічного захисту, що використовується для послаблення напруги. Відповідно до другого підходу – копінг визначається як властивість особистості, тобто це відносно постійна схильність особистості відповідати на стресову подію. У третьому підході - «копінг» розуміється як динамічний процес, спрямований на управління складною для індивіда ситуацією.

Більшість дослідників копінг-стратегій поділяють їх на *активні та пасивні*. До активних стратегій відносять стратегію «вирішення проблем», як базову копінг-стратегію. Вона містить усі варіанти поведінки людини, спрямовані на вирішення стресової ситуації, а також стратегію «пошук соціальної підтримки». Пасивна копінг-поведінка забезпечує використання варіантів поведінки, що містять базову копінг-стратегію «уникання». Водночас варто враховувати, як свідчать результати деяких досліджень, що певні форми уникання можуть мати і активний характер.

Ефективність в широкому розумінні — це загальна результативність людської діяльності. Вона відображає співвідношення отриманого корисного результату та обсягу витрачених на це ресурсів [2]. Своєю чергою, ефективність поведінки військовослужбовця залежить від рівня його активності, спрямованої на протидію негативному впливу стрес-факторів бойових умов; характеру способів подолання дестабілізуючого впливу бойових стресорів на психіку, поведінку і життєдіяльність в цілому; наявності у військовослужбовця досвіду поведінки в бойових умовах і його змісту [4]. За даними наукових джерел, для військовослужбовців із високим рівнем професійної ефективності характерними копінг-стратегіями є «планування», «активне оволодіння собою», «використання інструментальної соціальної підтримки» та «прийняття», у цих військовослужбовців розвинені навички цілепокладання і осмислення діяльності. Для військовослужбовців із середнім рівнем професійної ефективності характерними копінг-стратегіями є «позитивне переформулювання і особистісне зростання», «придушення конкуруючої діяльності», «стримування», «використання емоційної соціальної підтримки» та «заперечення». Вони фіксуються на окремих діях та процесуальних складових діяльності, не схильні до уникання проблем, а навпаки, намагаються їх вирішувати, а також стримувати свої негативні прояви. Для військовослужбовців із низьким рівнем професійної ефективності характерними копінг-стратегіями є «гумор», «концентрація на емоціях, їх активне вираження» та «поведінкове уникнення проблеми». Вони прагнуть уникати відповідальності, невдач, до яких можуть призвести стресові ситуації, проявляють боязкість у процесі здійснення вибору способу досягнення цілі, а також звертаються до привернення уваги за допомогою емоцій [3].

Отже, ефективна діяльність військового значною мірою залежить від способів подолання стресових ситуацій, до яких він вдається. За даними досліджень військовослужбовці з високоефективною, а також середньою за ефективністю бойовою діяльністю схильні використовувати копінг-стратегії, які спрямовані на активне подолання стресової ситуації, а також орієнтуються на намагання раціонально її контролювати, придушуючи емоційну складову. Військовослужбовці з низькою ефективністю у своїй діяльності спираються на використання пасивних копінг-стратегій уникання, вони меншою мірою схильні стримувати емоції і оперують ним для подолання стресу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Бодров В. А. Проблема преодоления стресса. Стратегии и стили преодоления стресса (Часть 3) / В. А. Бодров // Психологический журнал.—2006. — № 3. — С. 106–116.

2. Калина А. В. Економіка праці та соціально-трудові відносини / А. В. Калина. – Київ: ДП «Видавничий дім «Персонал», 2012. – 497 с.
3. Пархоменко О.О. Особливості копінг-стратегій у військовослужбовців підрозділів Національної гвардії України з охороною атомних електростанцій з різними рівнями професійної ефективності / О. О. Пархоменко // Проблеми екстремальної та кризової психології / О. О. Пархоменко. – Харків: НУЦЗУ, 2016. – С. 189–198.
4. Чубенко І. М. Формування психологічної готовності військовослужбовців до виконання завдань антитерористичної операції / І. М. Чубенко. – Київ: Штаб АТО, 2014. – 21 с.
5. Lazarus R. S. Psychological stress and the coping process / R. S. Lazarus. – New York : McGraw-Hill, 1966. – 466 p.

Марку О. М.

Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського, кафедра морально-психологічного забезпечення діяльності (військ) сил, слухач гуманітарного інституту (м. Київ, Україна)

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО ДІЙ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

Події останніх років показали, наскільки важливою є психологічна готовність особового складу частин і підрозділів Міністерства оборони та інших військових формувань до роботи в екстремальних умовах, їх здатність долати наслідки впливу підвищених навантажень на психіку, уміння успішно протистояти впливу різноманітних стресогенних чинників, зберігаючи при цьому високу працездатність.

Особливу значущість проблема психологічної готовності набуває сьогодні стосовно професійної діяльності військовослужбовців. Це зумовлено специфікою військово-професійної діяльності та її високою соціальною значущістю щодо захисту державних інтересів і безпеки країни.

У сучасній науці все ще немає єдиної теорії, яка описувала б особливості психічної діяльності та поведінки людини у незвичайних, екстремальних умовах існування. Аналіз літератури з цієї проблеми показує всю складність, багатомірність і неоднозначність трактування самого поняття «психологічна готовність». Незважаючи на різноманітність визначень готовності - це схильність суб'єкта орієнтувати свою діяльність певним чином. Під *психологічною готовністю* мається на увазі система психологічних і психофізіологічних

характеристик суб'єкта, що забезпечують успішність і результативність певних дій та діяльності. Стан психологічної готовності допомагає успішно виконувати свої обов'язки, використовувати знання, досвід, особисті якості, зберігати самоконтроль і перебудовувати свою діяльність при появі непередбачених перешкод. Однією з форм психологічної готовності є готовність до дій в екстремальних ситуаціях.

Аналіз наукової літератури з цієї проблеми показав, що психологічна готовність у рамках екстремальної психології розглядається у тісному взаємозв'язку з такими поняттями як: психологічна підготовленість, надійність психіки, психологічний стан, психологічний відбір, прогнозування станів, екстремальна ситуація.

Сучасні умови, у яких працюють представники багатьох професій, зокрема військовослужбовці, можна повною мірою назвати екстремальними, тому що вони супроводжуються значними психоемоційними навантаженнями, викликаними: високою відповідальністю за прийняті рішення; достатньою складністю виконуваних функцій; прискореним темпом діяльності; об'єднанням неоднакових за метою дій в одній діяльності; обробкою значної за обсягом інформації; дефіцитом часу на прийняття рішення.

Психологічна готовність військовослужбовця до виконання поставлених завдань - це основа його активних дій у майбутньому бою. Знання військовослужбовцем своїх психологічних особливостей дозволяє йому керувати власною психікою та ефективно діяти у складних ситуаціях.

Стійкість до стресу - важливий чинник збереження нормальної працездатності, ефективної взаємодії з оточуючими і внутрішньої гармонії людини у важких, стресових умовах. При вивченні стресостійкості насамперед необхідно визначити це поняття. Слід зазначити, що існує безліч визначень стресостійкості, у яких вона визначається як : емоційна стійкість, психологічна стійкість, стійкість особистості, психофізіологічна стійкість, моральна стійкість, морально-психологічна стійкість, емоційно-вольова стійкість. Таким чином, можна говорити про те, що до теперішнього часу категорія стресостійкості не набула однозначного трактування, незважаючи на те, що вона давно і систематично досліджується у зарубіжній і вітчизняній психології.

Військовими психологами також протягом багатьох років вивчається зазначена проблема. Бойову стресостійкість розглядають як багаторівневий процес адаптаційної активності людського організму в умовах бойової обстановки, що супроводжується напруженою механізмами саморегуляції та формуванням пристосувальної поведінки; механізм комплексної мобілізації організму для дій у небезпечних умовах.

Дії в екстремальних ситуаціях, загроза для життя вимагають від військовослужбовця психологічної стійкості, ініціативності та дисципліни. У військовослужбовців, недостатньо підготовлених у психологічній і професійній сферах, під впливом виникаючих в екстремальній ситуації негативних почуттів і загального стану психіки можуть: сповільнюватися реакція, порушуватися координація та стійкість рухів і дій, послаблюватися увага та пам'ять. Це знижує й ставить під загрозу результативність їхньої діяльності.

У ході *психологічної підготовки* військовослужбовців детально інформують про особливості та умови майбутньої бойової діяльності, про труднощі виконання бойового завдання, про шляхи їх подолання. Під час занять і навчань моделюється зовнішня картина бойових дій і психологічна модель бойової діяльності військового з усіма умовами бойової обстановки, які, відбиваючись у свідомості, здатні викликати психічні реакції, які виникають у реальному бою.

Слід зазначити, що для успішного вирішення завдань психологічної підготовки недостатньо лише знання методів моделювання психологічних факторів бою та впливу на військовослужбовців. Необхідна вміла організаторська робота командирів, штабів та органів виховної роботи, які повинні активно впроваджувати обґрунтовані та перевірені на практиці прийоми психологічної підготовки, допомагати офіцерському складу в розробці нових методів впливу на підлеглих.

Психологічна готовність військовослужбовця - один із основних компонентів готовності до бойових дій. Вона припускає, по перше, усвідомлення військовим відповідальності за долю Батьківщини, рідних, близьких, упевненість у собі, своїх товаришах, бойовій техніці і зброї. По-друге, бажання боротьби, прагнення випробувати себе, долати свої слабкості, домагатися перемоги над супротивником.

Мороз В. М.

Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних Сил України, начальник науково-дослідного відділу воєнно-психологічних досліджень (м. Київ, Україна)

ДЕЯКІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ ПІД ЧАС ВЕДЕННЯ БОЙОВИХ ДІЙ НА СХОДІ ДЕРЖАВИ

На початку бойових дій на Сході Збройні Сили України у більшості були психологічно неготові до ведення асиметричних дій спеціальних підрозділів Російської федерації. Фахівців, які могли б надавати практичну психологічну допомогу були відсутні, або виконували завдання не за призначенням.

Перші місяці ведення бойових дій засвідчили про наявність у особового складу ознак бойових психологічних травм (гострих стресових реакцій), проявів таких психологічних реакцій як втома, безсоння, дезорієнтованість, пригніченість, виснаження, шоківі реакції, поведінкові розлади, агресивність, страх, паніка, втрата самоконтролю, почуття безвиході, соціальна відчуженість, апатія. Все це знаходило вихід у зловживанні спиртним, наркотиками, залишенні місця виконання завдань.

Разом з цим, в бойових умовах виявилися такі позитивні реакції як загострення психологічних реакцій, стійка саморегуляція, посилення колективних почуттів, злагодженості, взаємодопомога, побратимство, готовність до ризику.

За самими загальними оцінками бойові психогенні втрати під час проведення антитерористичної операції складали від 5% у звичайних умовах бойових дій до 40% (Іловайськ, Дебальцево, Зеленопілля) від загальної кількості санітарних втрат.

Під час антитерористичної операції підтвердилася загальна тенденція, відома американцям ще за часів війни у В'єтнамі:

у бойовій обстановці у 90% воїнів страх спостерігався у виразній формі;

у 65% із них пік страху відмічався перед боєм та на початку його, до 21% - у ході бою, до 8% – після бою, а 6% взагалі не можуть прокоментувати перебіг своїх переживання;

в першому бою лише 15% особового складу вело ефективний вогонь по противнику, а у 10-25% страх не проходив і після бою, а переростав у бойову психічну травму.

Загалом бойові психічні травми та розлади виникають на всіх стадіях бою, якщо сила впливу факторів бойової обстановки перевищує захисні можливості організму особистості.

Окрім цього значний ефект на психіку українських військовослужбовців мало постійне або тривале перебування на очах товаришів у тяжких умовах, так званий “ефекту акваріуму”, який полягав у намаганні військовослужбовця свідомо або несвідомо порушити сталі відносини, позбавитись роздратованості одноманітного оточення.

Досвід свідчить, що одночасність впливу на особистість великої кількості психотравмуючих факторів бою, як правило, порушує рівновагу нервової

системи. У будь-якої здорової людини є межа фізіологічної витривалості, коли її пройдено, може розвинутися психічний розлад.

Таким чином, бойові психічні травми та розлади виникали на всіх стадіях бою тому, що сила впливу факторів бойової обстановки перевищувала захисні можливості організму особистості.

Основними первинними стресовими реакціями військовослужбовців на негативні фактори бою були:

стан “оглушення” з деяким звуженням поля свідомості і зниженням уваги; нездатність адекватно реагувати на зовнішні стимули і дезорієнтування, порушення сприймання часу;

ступор, або перевищена збудженість і гіперактивність (наприклад, реакція втечі, паніка, почуття занепокоєння, надмірна полохливість, агресивність);

вегетативні ознаки панічної тривоги (прискорене серцебиття, потіння, почервоніння);

часткова або повна втрата пам'яті;

відчуття безпорадності, розгубленості, приголомшеності, стан депресії.

Після достатньо тривалого перебування військовослужбовців в бойових умовах такі ознаки бойових психогенних травм, як:

стресова пошукова активність, яка спрямована на “знайомство” з небезпекою або пасивність, загальмованість, скованість дій, уповільнення його інтелектуальних дій, субдепресивність, низька схильність до спілкування;

постійні яскраві спогади про травматичну подію, що нав'язливо повторюються з сильними негативними емоціями;

постійне уникання думок, почуттів і дій, пов'язаних з травматичними подіями;

суїцидальні наміри або дії, зловживання алкоголем та наркотиками;

різкі соціальні зміни, погіршення сімейного стану та взаємовідносин з оточуючими.

Як правило на початковому етапі командири (начальники) не розуміли місце психологів у виконанні відповідних заходів, що негативно впливало на постановку завдань та роботі психологів у підрозділах. Згодом після відпрацювання відповідних алгоритмів та завдань, практичного виконання психологами обов'язків ситуація змінилася.

Відомий американський психолог, учасник бойових дій у В'єтнамі, Френк П'юселіка писав: “Військові повернули моє тіло додому за декілька днів. Проте я витратив 12 років, щоб повернути додому свою голову”.

Сьогодні важко переоцінити всю значущість психологічної реабілітації. Її організація передбачає проведення комплексу медичних, психологічних, соціальних заходів для якомога швидшого і безболісного відновлення

психологічного стану військовослужбовця, повернення суспільству повноцінного громадянина, а сім'ї – чоловіка і батька.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Діяльність психолога у ході психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України: (методичні рекомендації): Агаєв Н.А. та інші – К.: НДЦ ГП ЗС України, 2016. – 110 с.

2. Досвід роботи в армії США та арміях інших країн щодо недопущення втрат особового складу з причин, не пов'язаних із виконанням завдань за призначенням. Методичний посібник. Агаєв Н.А., Кокун О.М. та інші. — К.: НДЦ ГП ЗС України, 2018. – 156 с.

3. Наказ Міністерства оборони України від 09.12.2015 року №702 Про затвердження Положення про психологічну реабілітацію військовослужбовців Збройних Сил України, які брали участь у антитерористичній операції, під час відновлення боєздатності військових частин, підрозділів (зі змінами). Первинна психологічна допомога і реабілітація в бойових умовах. Методичний посібник. Романішин А.М., Бойко О.В., Львів, НАСВ, 2014. – 120 с.

Наконечна М. М.

Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя, доцент кафедри загальної та практичної психології, к.психол.н., доцент (м. Ніжин, Україна)

ІНТЕРСУБ'ЄКТНІСТЬ ЯК ПРОБЛЕМА ВІЙСЬКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Інтерсуб'єктність – це така взаємодія між людьми, яка стимулює натхнення, ініціативу та активність, сприяє підвищенню рівня суб'єктності учасників. Відповідно, інтерсуб'єктність може стати важливою проблемою військової психології. Наприклад, коли кілька військових ідуть виконувати важливе завдання, оптимальною буде саме інтерсуб'єктна взаємодія між ними. При наданні психологічної допомоги військовим та їх сім'ям дуже продуктивним є використання основних принципів інтерсуб'єктної взаємодії (емпатія, врахування суб'єктної позиції іншого, баланс активності у взаємодії тощо).

У дослідженні А. Джілеспі, Ф. Корніш, Е.-Л. Евелінг та Т. Зітун [1] емпірично обґрунтовувався підхід «діалогічної самості», заснований на працях В. Джеймса, Дж. Г. Міда та Л.С. Виготського. На основі цього підходу

аналізувалися щоденникові записи жінки під час Другої світової війни, щоб з'ясувати, яким шляхом йшов внутрішній діалог між двома різними позиціями, що окреслювали належність до двох різних спільнот з контрверсійними цілями [1].

Р. Карр проаналізував психоаналітичну теорію інтерсуб'єктивності Р. Столярова та можливості її застосування при наданні психологічної допомоги людям з ПТСР (Р. Карр працював з військовими в Іраку), запропонувавши короткотривалу модель психотерапії для цих цілей [2]. Проблематика «діалогічної самості», «інтерсуб'єктивності» стають досить популярними в світовій психології. При цьому робиться акцент на колективних формах існування і розвитку психічного, на тісному взаємозв'язку індивідуальної психіки з груповим суб'єктом. Наше дослідження робить новий внесок в цю проблематику, обґрунтовуючи інтерсуб'єктивність передусім в контексті культурно-історичної психології Л.С. Виготського.

Описані дослідження доводять, що необхідно досліджувати інтерсуб'єктивність як проблему військової психології – і з позиції учасників військових операцій, і з позиції осіб, доля яких була в той чи інший спосіб переплетена з війною.

Філософсько-теоретичні пошуки суб'єктності та її основ в західно-європейській традиції мають тривалу історію та в різних системах представлені різними акцентами та підходами. Суб'єктність як іманентно притаманна людині тенденція бути джерелом власної активності розглядалася різними мислителями, і теоретичні пошуки джерел, особливостей та проявів суб'єктності тривають. Особливою формою реалізації суб'єктності є інтерсуб'єктна взаємодія як така, в якій людина бере натхнення для розкриття власного потенціалу. Інтерсуб'єктність як діалог суб'єктностей – це вершина і своєрідний горизонт розвитку антропологічних знань, сфокусованих на можливостях людини у її ставленні до інших та до світу в цілому. Військова психологія повинна вивчати інтерсуб'єктність і як сторону взаємовідносин в армії, і як спосіб подолання негативних наслідків від воєнних дій. Можливості інтерсуб'єктної взаємодії для військової психології ще тільки починають усвідомлюватися, обіцяючи при цьому певні успіхи та здобутки.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Gillespie A. Conflicting community commitments: a dialogical analysis of a British woman's World War II diaries / Gillespie A., Cornish F., Aveling E.-L. and Zittoun T. // Journal of community psychology, 2007, 36 (1). pp. 35-52. DOI: 10.1002/jcop.20215.

2. Carr R. B. Combat and human existence: Toward an intersubjective approach to combat-related PTSD / R.B. Carr // *Psychoanalytic Psychology*, 2011, 28(4), pp. 471-496. <http://dx.doi.org/10.1037/a0024174>.

Неурова А. Б.

Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного, доцент кафедри морально-психологічного забезпечення діяльності військ, к.психол.н. (м. Львів, Україна)

Радійчук Р. А.

Національна академія сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного, курсант кафедри морально-психологічного забезпечення діяльності військ (м. Львів, Україна)

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ЯК СКЛАДОВОЇ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ УЧАСНИКІВ ООС

На сьогоднішній день у сучасній психологічній науці все більше уваги приділяється темі стресостійкості військовослужбовців та її роль у збереженні психічного здоров'я.

Психологічний аналіз емоційної стійкості, нервово-психічної стійкості, психологічної стійкості, стресостійкості проводять сучасні науковці: В. Крайнюк, М. Корольчук, З.Комар, С. Миронець, А. Неурова, В. Осьодло, Є. Потапчук, О. Тімченко. Вони розглядають емоційну стійкість – як властивість, котра здатна забезпечувати високу продуктивність діяльності та цілеспрямованість. Емоційна стійкість полягає у прагненнях, спрямованих на досягнення поставленої мети, в умінні відстоювати справедливість, утвердження загально людських норм моралі. Психологічну стійкість – розглядають як складну якість, в якій об'єднані: врівноваженість, постійність, опірність. Приміром, Миронець С. М. проводить паралель між психологічною стійкістю і психологічною надійністю, тобто надійність забезпечується психологічною стійкістю, як сталість психічних процесів; стресостійкість – оберігає від дезінтеграції і різних розладів [6; 4].

Наслідком підвищеної стресогенності військової діяльності є те, що у багатьох воїнів, у тому числі і військовослужбовців, котрі воювали на сході України наявна підвищена тривожність, фрустрованість, дратівливість, втома, часті головні болі, безсоння, "синдром емоційного вигорання", депресії та ПТСР. Сучасні науковці А. Неурова та В. Осьодло стресостійкість розглядають

як інтегративне утворення особистості, яке проявляється у спроможності ефективно виконувати діяльність та котре здатне протистояти деструктивним емоційним станам в умовах виконання професійних завдань за призначенням [6]. Тому, невід'ємною частиною психічного здоров'я військовослужбовців є стійкість в подоланні труднощів, збереження віри в себе, впевненості в себе, своїх можливостях, досконалість психічної саморегуляції, стійкий настрій та профілактика захворювання та розвитку порушення психіки. Стресостійкість дозволяє протистояти життєвим труднощам, несприятливому тиску обставин, зберігати здоров'я та здатність до роботи в різних життєвих обставинах. При несприятливих ситуаціях, коли людина не знаходить способів вирішення важкої ситуації, виникає нервово-психічна нестійкість, яка може служити підґрунтям для виникнення в людини різноманітних психічних розладів. Під поняттям “психічні розлади” слід розуміти розлади психічної діяльності, визнані такими згідно з чинною в Україні Міжнародною статистичною класифікацією хвороб, травм і причин смерті [1–3].

На основі аналізу науково-психологічної літератури під поняттям “психічне здоров'я військовослужбовця” слід розуміти таке функціонування психіки, яке забезпечує його гармонійну взаємодію з навколишнім світом, адекватність поведінки, ефективність навчальної і службової діяльності та здійснення особистісного розвитку. Іншими словами, під цим поняттям слід розуміти стан душевного благополуччя військовослужбовця, який характеризується відсутністю хворобливих психічних проявів і забезпечує регуляцію поведінки та діяльності адекватну умовам оточуючої дійсності [3–5].

Однак, що стосується на сьогоднішній день оцінки стану психічного здоров'я військовослужбовців учасників ООС, то тут важливо звернути увагу на складність такого завдання. Військові дослідники з цього приводу зазначають, що межа між здоровою і психічно хворою людиною досить умовна і остаточно її визначити має право лише лікар-спеціаліст. Адже його недосконалість з питань збереження психічного здоров'я негативно впливає на психіку десятків тисяч військовослужбовців різних військових та спеціальних формувань. Зберігати рівний настрій і внутрішню гармонію дозволяє стресостійкість військовослужбовців учасників ООС. Вона більш висока при позитивному образі Я, при відповідності особистісних домагань і досягнень; при збереженні сенсу життя й віри в досяжність поставлених цілей, при свідомій діяльності й поведженню; гарному фізичному здоров'ю, фізичній витривалості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Алещенко В. І., Організація забезпечення збереження психічного

здоров'я військовослужбовців: Методичний посібник для офіцерів, професорсько-викладацького складу, слухачів і курсантів ЗСУ. / Алещенко В. І., Сафін О.Д., Потапчук Є. М. – К.:, 2017. —134 с.

2. Вказівки щодо збереження психічного здоров'я військовослужбовців в зоні застосування військ (сил) та під час відновлення боєздатності військових частин (підрозділів). 2017 р.

3. Кохан В. Г., Потапчук Є. М. Виявлення та обґрунтування показників психічного здоров'я військовослужбовців // Збірник наукових праць №22. Ч. II. – Хмельницький: Вид-во НАПВУ, 2015. – С. 178-186.

4. Крайнюк В.М. Психологія стресостійкості особистості: монографія / В.М. Крайнюк. – К.: Ніка-Центр, 2007. – 432 с.

5. Корольчук М.С. Психологічне забезпечення фізичного і психічного здоров'я. / Корольчук М.С. –К.: ІНКОС, 2002.-272с.

6. Неурова А. Б. Психологічні особливості емоційної стійкості рятувальників: дис. кандидата психол. наук: 19.00.09 / Неурова Алла Борисівна. – ПНУ. – Івано-Франківськ, 2016. — 403 с.

Орловська О.А.

*Інститут підготовки кадрів Державної служби зайнятості України
Міністерства соціальної політики України, аспірант кафедри психології (м.
Київ, Україна)*

ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ З ОГЛЯДУ НА ДОСВІД ВІЙНИ

У зв'язку із актуальними подіями в нашій країні підвищується увага до чинників адаптації родин учасників бойових дій після повернення з військової служби. В дослідженнях інших країн аспект психологічної та соціальної адаптації викликає не менший інтерес у зв'язку із наявністю в тій чи іншій країні військової агресії, загострення локальних та міжрегіональних конфліктів, внаслідок чого, характерною рисою сьогодення є значне збільшення кількості учасників бойових дій та їх сімей. Одним із факторів, що впливає на функціонування сім'ї та взаємовідносини її членів є характер переживання травматичної ситуації учасником бойових дій, що була пов'язана із виконуваною діяльністю та його реакція на ці події. Це потребує наукового вивчення та практичних рекомендацій, що можуть позитивно вплинути на сімейну адаптацію.

Поняття «адаптація» ми визначаємо як формування найбільш адекватних стереотипів поведінки в умовах змінюваного мікросоціального середовища [1, с. 60]. Аспект психологічної адаптації розглядається нами як процес адаптації членів сім'ї учасника бойових дій та самого військовослужбовця до нових умов взаємного існування після повернення останнього до цивільного життя. Військова діяльність є специфічною, оскільки протягом виконуваної діяльності учасники бойових дій отримують досвід, який характеризується стресогенністю: «Постійна загроза життю, здоров'ю, швидка зміна бойової обстановки, тривалі навантаження, які нерідко перевищують межі людських можливостей, втрата бойових товаришів, участь у жорстокому насиллі стосовно ворога, протиборство високих і низьких, альтруїстичних та егоїстичних поривів – все це супроводжується значним навантаженням фізичних та духовних сил воїна, породжує широку палітру емоцій, настроїв, станів та почуттів» [2, с. 137-138]. Наслідком такого досвіду є посттравматичні стани, що проявляються й після повернення до цивільного життя: в ряді досліджень виявлено, що приблизно 25-30% військовослужбовців переживають хронічні посттравматичні стани, що викликані впливом стресових факторів [3, с. 67].

Посттравматичний стресовий розлад ще називають «хронічним військовим неврозом», який характеризується такими симптомами: 1) повторне переживання — нав'язливі тривожні спогади про травматичну подію; кошмари; інтенсивні психологічні страждання або соматичні реакції, такі як підвищене потовиділення, прискорене серцебиття та паніка при нагадуванні про травматичну подію; 2) уникнення і емоційне заціпеніння — уникнення занять, місць, думок, почуттів або розмов, пов'язаних з подією; обмежені емоції; втрата інтересу до звичайної діяльності; 3) відчуття відстороненості від інших; надмірне збудження — безсоння, дратівливість, труднощі з концентрацією уваги, надмірна настороженість, надмірний старт-рефлекс [4, с. 10].

З огляду на непростий період адаптації, ми сформулювали список рекомендацій членам сім'я, які направлені на покращення стосунків із учасника бойових дій: прийняти та усвідомити зміни, які відбулися або відбудуться у людини, яка повернулася із зони бойових дій; члени сім'ї мають зрозуміти зміну системи цінностей людини, після її перебування в зоні бойових дій; члени сім'ї мають усвідомити нові «правила життя», які сформувались в учасника бойових дій; критерієм для психологічної роботи в сім'ї з учасником бойових дій є його власна готовність до неї; членам сім'ї рекомендується не намагатися прискорити події, а дати час, який для нього буде достатнім для адаптації; створити умови та сприяти тому, щоб часник бойових дій знайшов свій власний спосіб адаптації до мирного життя, і у випадку необхідності, залучити

відповідних фахівців; створити атмосферу довіри в сім'ї; члени сім'ї мають розуміти, що довіра військовослужбовця до них і до побратимів відрізняються за смисловим значенням; членам сім'ї необхідно з повагою відноситись до особистих меж колишнього військовослужбовця та окреслювати свої; члени сім'ї мають проявляти терпіння, повагу та зберігати спокій. Ми впевнені, що виконання даних рекомендацій може суттєво вплинути на проблеми, що виникають в процесі сімейної адаптації учасників бойових дій і позитивно вплинути на взаємовідносини в сім'ї в період адаптації.

Таким чином, процес психологічної адаптації в сім'ї до умов мирного життя учасником бойових дій є складним процесом пристосування до нових умов існування. В цьому процесі можуть з'являтися психологічні проблеми, які зумовлені отриманим досвідом від специфічної діяльності. Однак сім'я є потужним ресурсом підтримки в складний адаптивний період. Розроблені рекомендації для членів сім'ї можуть позитивно вплинути на перебіг даного процесу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Безпалько О. Соціальна педагогіка в схемах і таблицях: навчальний посібник. Київ : Центр навчальної літератури, 2003. 134 с.

2. Кудренко О. В. Афанасенко В.С. Вплив стрес-факторів бойової обстановки на психіку військовослужбовців Повітряних Сил (на основі досвіду АТО). *Наука і техніка Повітряних Сил Збройних Сил України*. 2018. № 2(31). С. 137-144.

3. Кучеренко С. М, Хоменко Н. М. Організаційні особливості соціально-психологічної адаптації військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, до умов мирного життя. Проблеми екстремальної та кризової психології. Збірник наукових праць. Вип.21. Харків: НУЦ-ЗУ, 2017. С. 66–74.

4. Уніфікований клінічний протокол первинної, вторинної (спеціалізованої) та третинної (високоспеціалізованої) медичної допомоги, реакція на важкий стрес та розлади адаптації. Посттравматичний стресовий розлад. 2016. URL: http://mtd.dec.gov.ua/images/dodatki/2016_121_PTZR/2016_121_YKPMR_PTZR.pdf. (дата звернення 15.11.2019).

Осьодло В. І.

Національний університет оборони України імені Івана Черняховського, начальник гуманітарного інституту, д.психол.н., професор (м. Київ, Україна)

Зубовський Д. С.

НМЦ КП МОУ, старший науковий співробітник науково-дослідного відділу (проблем психологічного вивчення особового складу) к.психол.н. (м. Київ, Україна)

ЗАСТОСУВАННЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНИХ ІНТРВЕНЦІЙ ДЛЯ СПРИЯННЯ ПРОЯВУ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ

Традиційно досвід збройного протистояння асоціювався з негативними психологічними змінами. Проте, як свідчить низка закордонних досліджень, внаслідок травматичної події лише меншість осіб демонструють негативні зміни у вигляді посттравматичного стресового розладу, більшість же навпаки, має досвід позитивних або адаптаційних змін особистості. У психології позитивні наслідки травматичного досвіду знайшли своє представлення у концепції посттравматичного зростання особистості (ПТЗО).

За останні декілька років стали з'являтися перші вітчизняні емпіричні дослідження присвячені прояву феномену ПТЗО серед українських військовослужбовців. Зокрема, було здійснено першу адаптацію зарубіжних методик для вимірювання ПТЗО, продемонстровано якісні та кількісні характеристики прояву цього феномену [1].

Одним із найбільш важливих питань в контексті дослідження ПТЗО є питання про можливість культивування позитивних змін за допомогою різноманітних психотерапевтичних інтервенцій.

У науковій літературі з тематики ПТЗО представлено три основні підходи до вказаних психотерапевтичних інтервенцій: а) письмове або усне сомовираження/розкриття; б) когнітивно-поведінкові терапії для наслідків травматичного стресу; в) новітні психосоціальні інтервенції, які спрямовані на безпосереднє сприяння зростанню.

Підхід письмового або усного експресивного розкриття. Цей підхід до полегшення ПТЗО у першу чергу представлений методами психосоціальної інтервенції згідно з якими особа здійснює письмовий або усний експресивний опис психотравмуючої події та власні реакції на неї. У основі даного напрямку психосоціальної допомоги лежать результати експериментів Дж. Пеннебейкера [6]. На сьогодні існує низка досліджень у яких було продемонстровано, що експресивне письмо сприяє ПТЗО у військовослужбовців [7].

Когнітивно-поведінковий підхід. Цей підхід до полегшення прояву ПТЗО у першу чергу представлений техніками когнітивно-поведінкової терапії (КПТ). На сьогодні існують низка свідчень про те, що подібні техніки можуть бути ефективними не лише в контексті зменшення загального рівня дистресу, але і в контексті сприяння прояву ПТЗО. Оскільки ПТЗО виникає в результаті зміни базових уявлень про світ, когнітивна реструктуризація, що досягається за допомогою багатьох техніках КПТ є ключовим елементом пришвидшення прояву такого зростання.

В цьому контексті можна виділити ряд сучасних терапевтичних програм. Так, «Когнітивно-поведінкове керування стресом» (Cognitive-behavioral stress management) стала першою програмою КПТ, яка емпірично підтвердила свою ефективність при культивуванні ПТЗО серед осіб, що зазнали психотравмуючого досвіду. «Когнітивно-поведінкове керування стресом» - це терапія, яка сприяє усвідомленню основних джерел травматичного стресу, швидкому помічанню ознаки стресу, здатності змінювати негативні думки, сприймати соціальну підтримку і ефективно застосовувати навички долаючої поведінки (такі як релаксація) [2].

В контексті роботи з військовослужбовцями найбільш перспективними видаються теоретичні та практичні напрацювання техніки “Адаптивного розкриття” (“Adaptive Disclosure”). Адаптивне розкриття – це короткострокова терапевтична інтервенція з використанням елементів експозиції і когнітивного реконструювання для коригування психотравмуючих наслідків участі у бойових діях. На сьогодні були опубліковані емпіричні дані, які підтверджують ефективність використання цієї терапії для полегшення прояву ПТЗО серед морських піхотинців США. [4].

Новітні психосоціальні інтервенції, які спрямовані на безпосереднє сприяння зростанню. На даний час було розроблено декілька нових інтервенцій специфічно спрямованих на допомогу особі у формування особистісного зростання і знаходженні сенсу після негараздів. Ці інтервенції складно класифікувати, оскільки вони засновані на різних наукових підходах і теоретичних орієнтаціях. Більшість із цих інтервенцій ще не перевірялись в рандомізованих контрольованих умовах, тому їх наслідки не до кінця зрозумілі.

Однією із найвідоміших технік цього підходу може вважатися THRIVE-модель. THRIVE-модель – це терапевтична модель розроблена С. Джозефом, для використання у індивідуальному консультуванні. Модель побудована на основі цілісного наративно-орієнтованого підходу до сприяння ПТЗО [3].

Не менш відомою є психотерапевтична техніка «План стрічки життя» (“Life Tape Project”). «План стрічки життя» – це екзистенційна інтервенція, спрямована на те, щоб допомогти пацієнтам з онкологічним захворюванням (і

їх родинам) знайти сенс та мету життя. В межах інтервенції використовується відеозапис напівструктурованих інтерв'ю про життя пацієнта [5].

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Зубовський Д. С. Особистісне зростання учасників АТО у посттравматичний період : дис.... канд. психол. наук. Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського. Київ, 2019. 285 с.
2. Antoni M. H., Carrico A. W., Durán R. E., Spitzer S., Penedo F., Ironson G., Schneiderman N. Randomized clinical trial of cognitive behavioral stress management on human immunodeficiency virus viral load in gay men treated with highly active antiretroviral therapy. *Psychosomatic medicine*. 2006. № 68. Vol. 1. – P.143-151.
3. Calhoun L. G., Tedeschi R. G. Positive aspects of critical life problems: Recollections of grief. *Omega-Journal of Death and Dying*. 1990. № 20. Vol. 4. P. 265-272.
4. Gray M. J. Adaptive disclosure: An open trial of a novel exposure-based intervention for service members with combat-related psychological stress injuries. *Behavior Therapy*. 2012. № 43. Vol. 2. P. 407-415.
5. Garlan R. W., Butler L. D., Spiegel Perceived benefits and psychosocial outcomes of a brief existential family intervention for cancer patients survivors. *Omega-Journal of Death and Dying*. 2011. № 62. Vol. 3. P.243-268
6. Pennebaker J. W., Beall S. K. Confronting a traumatic event: Toward an understanding of inhibition and disease. *Journal of Abnormal Psychology*. 1986. № 95. P.274 –281.
7. Smyth, J. M., Hockemeyer J. R., Tulloch H. Expressive writing and post-traumatic stress disorder: Effects on trauma symptoms, mood states, and cortisol reactivity. *British Journal of Health Psychology*. 2008. № 13. Vol. 1. P. 85-93.

Папуча М. В.

Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя, завідувач кафедри загальної та практичної психології, д.психол.н., професор (м. Ніжин, Україна)

ПСИХОЛОГІЯ ПЕРЕЖИВАННЯ БОЙОВОЇ ТРАВМИ

Важливим і неоднозначним є зв'язок враження і досвіду. З одного боку, досвід (в тому числі, досвід попередніх вражень) визначальним чином впливає на процес виникнення і зміст нових вражень. Ф. Лерш зазначив: «Із самого дитинства ми карбовані нашими враженнями і нашим досвідом» [4, с. 108]. З

іншого боку, тут відкривається нова проблема, а саме проблема подальшої долі враження, що викликане. Звісно, абсолютно праві такі різні вчені, як А. Бергсон і Л.С. Виготський, які відзначали постійний плин, перехід вражень [1; 2]. Але відмітити це – ще далеко не означає зрозуміти долю вражень. Для того, щоб підійти до цього питання, слід актуалізувати дві важливі речі. По-перше, за своєю природою і механізмом виникнення враження дуже близьке до психотравми. В обох випадках є джерело і воно складне, зазвичай соціальної природи. В обох випадках утворюється нова міжфункціональна система. Різницю тут ми бачимо лише в ступені інтенсивності: враження залишає слід (не травматичний), при цьому здійснює вплив на людину, і існує далі до свого зникнення, не порушуючи вже існуючих систем і зв'язків. Людина переживає і з-живає враження і цей процес є нормою, навіть за умови негативного його змісту. Ми бачили, що люди хочуть вражень, людині потрібен драматизм враження. У випадку психотравми, ми маємо не драму, а трагедію. Травма руйнує цілісність психіки, зумовлює «переживання, яке викликає непереносимі душевні страждання чи тривогу» [3, с. 3]. Крім того, нова міжфункціональна система, яку створює травма на уламках зруйнованої цілісності, має яскраво виражений безсвідомий характер і діє за законами безсвідомого. Д. Калшед пояснює це тим, що вибудована травмою система діє, захищаючи себе, а не людину, і це призводить до поведінки, яка продовжує травмувати людину (прозора аналогія – порізавши палець, ми дуже часто саме ним торкаємося твердих і гострих предметів, підсилюючи травму). Отже, доля травми інша – вона руйнівна, і людині потрібна серйозна кваліфікована допомога, щоб цю руйнацію зупинити. Психологічно це означає, що треба зруйнувати вибудовану травмою міжфункціональну систему і створити умови, щоб психіка створила нову позитивно спрямовану систему. Ми можемо сказати попередньо і коротко: доля враження полягає в тому, що воно переживається людиною, а доля травми в тому, що людина не має сил її пережити самостійно (тут – «відкриті ворота» до ПТСР).

Перш за все, аналіз має роз'єднати явища стресу і психотравм, післястресових переживань і посттравматичного синдрому. Це роз'єднання є абсолютно необхідним, оскільки фахова література і наші клінічні спостереження говорять про те, що це – два зовсім різних явища. Сам термін „посттравматичний стресовий синдром” на даний момент є гальмом для подальшого розуміння сутності явища, що аналізується, оскільки недоречно „склеює” різні за походженням і за динамікою психологічні механізми. Щоб довести це, розглянемо приклад військових, які пройшли Афганістан або Чечню. Тут важливою є закономірність, яку встановили американські вчені, досліджуючи посттравматичні переживання солдат-учасників війни у В'єтнамі. Маємо на увазі так звану

відстрочену симптоматику, коли наявність травми встановлюється через багато років після її отримання. Дивно, що дослідники, які спеціально підкреслюють абсолютно нормальний спосіб життя у період між війною і проявленням травми, вживають термін „стрес”, який ніколи не розвивається таким шляхом. Наші спостереження свідчать, що в даному випадку працює той же механізм, що і при масових потрясіннях, тільки в досить зміненому, так би мовити, прихованому вигляді.

Поглиблені (за моделлю психоаналітичних) бесіди з пацієнтами вказують на те, що в момент отримання психотравми з ними відбувалися події, суть яких полягає у втраті звичних способів орієнтації у світі та управління власною психікою. Але завдяки гострим умовам ситуації ця втрата швидко компенсується специфічним ціннісно-вольовим надзусиллям, що дає особі змогу нормально функціонувати і виконувати свої обов'язки. Більш того, цих надзусиль вистачає й на досить довгий період мирного життя.

Отже, відношення між самою травмою і емоціями тут таке саме, як і в медичній галузі між фізичною травмою і болем та дискомфортними станами, що супроводжують переживання пацієнта. Лікувати лише біль і неприємні відчуття означає не лікувати саму травму і, кінець кінцем, такий підхід може привести до згубних наслідків (лікарі дуже гарно це знають). В цій же логіці слід розглядати і психологічну допомогу при психотравмі: корекція емоційних переживань може принести певне полегшення, але травма від цього не зникає. Вона ніби перестає бути дуже гострою, але натомість стає ще більш небезпечною. Тому ми вважаємо, що психокорекційний підхід до психотравматизму мусить мати своїм предметом сутнісні порушення, а не їх наслідки.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Бергсон А. Опыт о непосредственных данных сознания // Собр.соч. в 4-х томах, Т.1, М., 1992. – с. 50-159.
2. Выготский Л.С. История развития высших психических функций // Собр.соч. Т.3., М., Педагогика, 1983. – 365 с.
3. Калшед Д. Внутренний мир травмы. – М., 2007. – 360 с.
4. Лерш Ф. Розуміння особи у психології // Гуманістичні підходи в західній психології. 1 том. – К., Пульсари, 2001. – с. 93-111.

Полівко Л. Ю.

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, асистент кафедри соціальної роботи, к.психол.н. (м. Київ, Україна)

СОЦІАЛЬНА РОБОТА В УМОВАХ ГЛОБАЛЬНИХ ЗМІН

Сучасні зміни в державі демонструють нам стрімкий розвиток волонтерських рухів, соціальних ініціатив, запровадження інноваційних благодійних проєктів, збільшення потреби в соціально-психологічному консультуванні тощо. Соціальна сфера нині стала публічною у всіх своїх проявах. Своєї популярності набула і сфера соціальної роботи, актуальність якої зросла ще з 2014 року, коли населення опинилося на межі невизначеності та на межі краху, що негайно потребувало дій із боку соціальних служб. Така її актуальність, насамперед, спричинена низкою суспільно-політичних змін, що відбулися в Україні, зокрема в період українсько-російського конфлікту. Кількість соціальних послуг зросла до максимальних показників, збільшилася кількість клієнтів соціальної роботи, котрі негайно потребували допомоги або вирішення нагальних питань, пошуку елементарних засобів існування, потребували основної та необхідної соціальної допомоги та підтримки тощо. Тому популяризація практичної соціальної роботи за останні п'ять років є очевидною, нині вона є значущою у своїй галузі.

Новітня соціальна робота значно відрізняється від соціальної роботи пострадянських часів, яка давно вже вийшла за рамки буденності. Специфіка її популярності зросла відповідно потреб населення отримувати ті послуги, що здійснює власне, соціальна сфера. Зі зростанням запиту суспільства зростає необхідність у розвитку соціальної роботи, як практичної діяльності, так і академічної дисципліни. Основою модернізованої соціальної роботи є її методологічне підґрунтя котре передбачає надання відповідної допомоги всім верствам населення з урахуванням їхніх особливостей, як фізичного, біологічного, так і психологічного характеру. При соціальному обслуговуванні, першочергово враховуються особистісні якості клієнта, а вже згодом визначається основна проблема, яка потребує вирішення. Основний підхід у здійсненні якісної соціальної роботи полягає в пошуку ресурсів людини, тих позитивних її сторін, котрі допоможуть їй самостійно оцінити, проаналізувати та знайти шляхи виходу з того чи іншого проблемного стану. Вміння спрямовувати клієнта на пошук правильного рішення і є запорукою успішної соціальної роботи з клієнтом.

Крім стрімких зрушень, соціальна робота залишається тією професією, що має низку невизначених та неузгоджених питань. Відсутність відповідної кількості спеціалістів є першочерговим питанням, що потребує вирішення з боку державних органів влади, зокрема їхньої фахової підготовки. Проблема кваліфікованих спеціалістів лишається актуальним питанням сьогодення, адже незважаючи на пік свого розквіту, соціальна робота зіштовхнулася з проблемою

наявності тих, хто може якісно, кваліфіковано працювати в умовах «гібридної війни». Як показує практичний досвід, не всі спеціалісти вміють належним чином надавати якісну соціально-психологічну допомогу тим категоріям соціальної роботи, які порівняно недавно з'явилися в переліку отримувачі соціальних послуг. Мова йде про сім'ї військовослужбовців та внутрішньоопереміщених осіб, поява яких спричиняє необхідність підготовки спеціалістів відповідного напрямку.

За таких обставин, проблема такої соціальної роботи полягає в зміні стандартних підходів, методів та форм із такою категорією населення, що має передбачати спочатку кваліфіковану підготовку фахівців із соціальної роботи, а вже потім її практичну сторону. Теоретична основа підготовки спеціалістів має осмислювати сутність соціальної освіти, принципів, змісту та технологій її реалізації, практична її сторона реагувати на виклики, які постають перед професією.

Підготовка спеціалістів у різних країнах світу має дещо неоднорідний характер та має суттєві відмінності. Це спричинено, суспільно-економічним розвитком самої держави та потреби населення в соціальному обслуговуванні. Така розбіжність викривлює загальне тлумачення соціальної роботи, де деякі спеціалізації переходять у самостійні професії. Задля уникнення такої різноманітності, адже соціальна робота має містити загальну концепцію та принципи, Міжнародною асоціацією шкіл соціальної роботи (IASSW) та Міжнародною асоціацією соціальних працівників (IFSW) у 2004 р. були розроблені та затверджені «Глобальні стандарти підготовки соціальних працівників». Даний стандарт передбачає підготовку фахівців за єдиним підходом та з урахуванням внутрішнього чинника (релігійного, культурного, соціального, етнічного тощо). Уніфікація змісту підготовки соціальних працівників має передбачати соціальний контекст практики та характер проблем, з якими доводиться стикатися соціальним працівникам. А навчальний зміст враховувати курси, тематика яких показує нові реалії суспільного життя певної країни (такі, як тероризм, міжнаціональні конфлікти, природні катастрофи, непередбачувані війни тощо) [2].

Отже, сучасна соціальна робота в умовах глобальних змін має враховувати внутрішні чинники, що впливають на людину, дотримуватися змін у законодавстві України у сфері соціального спрямування; надавати якісні соціальні послуги з урахуванням потреб особи чи її сім'ї; здійснювати підготовку (за потреби перепідготовку) спеціалістів з урахуванням нових категорій клієнтів; мотивувати фахівців до здійснення практичної роботи, водночас забезпечити для цього відповідну базу; розширювати свій досвід на міжнародному рівні, водночас керуватися міжнародними стандартами.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Психологія соціальної роботи : підручник / за ред. Ю. М. Швалба. – К. : «Основа», 2014. – 448 с.
2. Horishna, Nadia (2017). Сучасні тенденції розвитку соціальної роботи та підготовки соціальних працівників, *Social Work and Education*, Vol. 4, No. 2., pp. 8-22.

Поліщук М. С.

Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського, кафедра морально-психологічного забезпечення діяльності (військ) сил, слухач гуманітарного інституту (м. Київ, Україна)

АСПЕКТИ РОЗВИТКУ СИСТЕМИ ПРОФЕСІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ВІДБОРУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІДРОЗДІЛІВ РОЗВІДКИ СИЛ СПЕЦІАЛЬНИХ ОПЕРАЦІЙ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

Сили спеціальних операцій наймолодша та найсучасніша складова Збройних Сил України на теперішній час, які були створенні в найкоротші терміни в умовах гібридної війни з боку Російської Федерації. Унікальність підрозділів розвідки Сил спеціальних операцій як виду, обумовлено їхніми функціями та змістом покладених завдань, головним з яких є своєчасне забезпечення держави розвідувальною інформацією необхідною для забезпечення готовності Збройних Сил України до оборони держави.

Враховуючі сучасні вимоги до професійної підготовки елітних підрозділів – розвідників, у сучасному науковому середовищі відбувається зміна поглядів на організацію та проведення професійно-психологічного відбору.

Вказані тенденції зобов'язують до вивчення, адаптування досвіду та розвитку знань з цього питання відповідно до реалій сьогодення та вимог країн-членів НАТО.

Аналіз досвіду країн членів НАТО, щодо проведення професійно-психологічного відбору військовослужбовців підрозділів розвідки свідчить про плановість, чітку послідовність, сумісність та узгодженість у проведенні заходів відповідно до кожного етапу та кожної процедури від загального розподілу кандидатів до спеціалізованого вивчення та розподілу операторів Сил спеціальних операцій за стандартами країн членів НАТО.

Що прослідковується у колегіальному розвитку поглядів на майбутні професійно важливі якості оператора, що зумовлює зміни в самому професійно-психологічному відборі в основі якого знаходиться ресурсний підхід.

Рекомендації групи ((НФМ-171) - встановлення керівних принципів щодо поліпшення процесів відбору персоналу для співробітників Сил спеціального призначення (*Special Operations Forces personnel- SOF*), засновані на передовому досвіді і дослідженнях, заснованих на фактичних даних, включаючи як психологічні, так і фізіологічні елементи та їх взаємодію. Головну увагу приділяють прогнозуванню майбутніх загроз та умов [3].

З позиції ресурсного підходу стрес виникає у результаті реальної або передбачуваної втрати частини ресурсів, які включають поведінкову активність, соматичні та психічні можливості, індивідуально-психологічні особливості, вегетативні й обмінні процеси тощо. У дослідженнях П. Хенкока зазначається, що можливості ресурсу уваги оператора пов'язані з психологічною адаптивністю людини до стресу [1, с. 15].

Сучасна система професійно-психологічного відбору військовослужбовців Збройних Сил України сформувалась у середині 1980-х років і стала активно розвиватися після виходу наказу МО СРСР № 162 від 1986 р. Розвиток саме цих принципів і поглядів втілюється у вимогах наказу МО України від 10.12.2014 р. № 833 “ Про затвердження інструкції з організації професійно-психологічного відбору у Збройних Силах України” (Із змінами, внесеними згідно з Наказом Міністерства оборони №25 від 16.01.2017 року). [2, с. 1]. І цей же наказ регламентує професійно-психологічний відбір військовослужбовців підрозділів розвідки Сил спеціальних операцій Збройних Сил України.

Аналіз матеріалів дозволяє визначити що довгий час суттєвих змін в підходах до вивчення військовослужбовців не було.

Професійно-психологічний відбір військовослужбовців підрозділів розвідки Сил спеціальних Операцій Збройних Сил України, ґрунтується на ресурсному підході, який проводиться на третьому етапі відбору військовослужбовців розвідників аналогічній системі професійно-психологічного відбору підрозділів розвідки США.

Внаслідок запровадженої системи частково оновилися підходи тільки на третьому етапі, на попередньому, основному, пролонгованому етапі якісних змін не відбулося, як наслідок більшість військовослужбовців відсіюється в першій третині, що в першу чергу впливає на стан здоров'я військовослужбовців-кандидатів та фінансуванні даного заходу.

Психологічне вивчення військовослужбовців не включало специфіки підрозділів розвідки Сил спеціальних операцій, що підтверджується відсутністю професіограми розвідника. В основному ця робота включала в себе

вивчення і селекцію мотиваційної, інтелектуальної, емоційно-вольової сфери в стресових умовах без особливостей проходження служби.

Отже, на нашу думку для удосконалення професійно-психологічного відбору військовослужбовців підрозділів розвідки Сил спеціальних операцій необхідно зробити наступні першочергові кроки:

розроблення професіограм військових спеціальностей підрозділів розвідки Сил спеціальних Операції з урахуванням об'єктивних особливостей професійної діяльності, актуальних професійно важливих якостей відповідно до військово-облікової спеціальності;

на кожному етапі проведення професійно-психологічного відбору територіальний центр комплектування та соціальної підтримки, навчальний центр, військова частина повинні мати свої автоматизовані системи вивчення військовослужбовців, зведені в єдину систему з власною захищеною базою даних;

основним принципом автоматизованої системи вивчення військовослужбовців має бути чітка логіка і градація за етапами та за рівнем вивчення особистості;

доцільно регулярно здійснювати систематичну модернізацію, удосконалення методологічного інструментарію (три-п'ять років);

створити науково-дослідні структури у кожному виді збройних сил, що займаються розробкою та впровадженням наукового та методичного забезпечення професійного психологічного відбору, оцінкою його ефективності, створення перспективних наукових моделей;

Реалізація запропонованих нами пропозицій надасть можливість суттєво удосконалити професійно-психологічний відбір військовослужбовців розвідки Сил спеціальних Операцій Збройних Сил України.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Лебедевская, И. И. Организация и проведение профессионального психологического отбора при комплектовании ВС государств – членов НАТО / И. И. Лебедевская // Зарубежное военное обозрение. – 2005. – № 7. – С. 14–20.

2. Наказ Міністерства Оборони України від 10.12.2014 р. № 833 “ Про затвердження інструкції з організації професійно-психологічного відбору у Збройних Силах України” (Із змінами, внесеними згідно з Наказом Міністерства оборони №25 від 16.01.2017 року). С. 1 - 4.

3. Режим доступу: <https://apps.dtic.mil/dtic/tr/fulltext/u2/a577625.pdf>
Psychological and physiological selection of military special operations forces personnel (TR-HFM-171).

Полтораков О. Ю.

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, факультет соціології, к.політ.н. (м. Київ, Україна)

ВІЙСЬКОВИЙ ПОЛОН У ГІБРИДНІЙ ВІЙНІ: СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ ТА ВОЄННА ПОЛІТИКА

Як писав класик соціальної філософії Ж.-Ж. Руссо, «війна – це відносини не між людьми, але між державами, і люди стають ворогами випадково, не як людські істоти і навіть не як громадяни, а як солдати». Одним із специфічних структурно-інституційних вимірів таких відносин є військовий полон.

На початку ХХІ ст. характерна для доби модерну класична «тринітарна» модель війни (артикульована передусім у працях класика модерної полемології фон Клаузевіца) принципово змінюється – трансформується не тільки за зовнішніми формами, але також за своїми внутрішніми, сутнісними характеристиками. Цей – багато в чому перехідний, трансформаційний – процес у науково-аналітичній думці оцінюється, описується та осмислюється в парадигмі «гібридності». В науково-академічній спільноті концепт гібридної війни одними з перших розпочали використовувати представники конструктивістської традиції суспільствознавства, поступово розповсюдивши його до використання іншими суміжними школами.

У книзі сучасного американського суспільствознавця Руперта Сміта «Ефективність сили: мистецтво війни в сучасному світі» (2008) аргументується, що війна перестає розглядатися як зіткнення двох держав, а перетворюється на переплетення найрізноманітніших конфліктів, включаючи зіткнення держави з терористичними мережами, інсургентів, іррегулярні формуваннями.

Опосередкованим наслідком цього є складна суміш соціально-оцінювальних трендів одночасної «героїзації» та «віктимізації»/«стигматизації» окремих груп (сегментів) сучасної глобальної «гібридної війни» в її локальних проявах. Яскравим прикладом вбачається медіа-соціальний дискурс щодо посттравматичного стресового розладу (ПТСР), що є психологічним явищем із значущими соціально-психологічними наслідками та їх соціальними похідними. Останні, як свідчать численні дослідження (передусім світова статистика), реально діагностується у 15-30% ветеранів, але в Україні суспільною думкою маніпулятивно «розповсюджується» на сумнозвісні 93% учасників «Антитерористичної операції» (АТО) та «Операції об'єднаних сил» (ООС), та, відповідно «Учасників бойових дій» (УБД) в цілому.

Принциповою суспільно значущою характеристикою сучасної «гібридної війни» є неоднозначність її міжнародно-правового статусу та суміжна неоднозначність статусів її ключових учасників (суб'єктів та акторів). Як рефлексував сучасний полемолог ван Кревельд, «нетринітарні види війн, відомі під загальною назвою "конфлікти низької інтенсивності", знищують традиційне розмежування між армією та населенням».

Так, зокрема, під час проведення воєнно-політичної кампанії в Іраку, США та їх союзники структурували полонених на три групи: цивільні особи, військовополонені вояки та бойовики незаконних формувань. Але зі зрозумілих обставин ця диференціація носила багато в чому зовнішній, умовний характер.

Наразі зазвичай навіть достатньо активні бойові дії ведуться в умовах формального режиму «дружби та добросусідства», що спирається на серйозну міжнародно-договірну базу, формальну наявність дипломатичних відносин, діяльність консульських установ, певну масштабність економіко-торгівельних і т.п. взаємин. В цих умовах в т.ч. поступово слабшають межі та можливості соціально-інформаційної ізоляції військовополонених, опосередковано зростають можливості їх соціальної комунікації – через перспективи застосування відносно нових її каналів.

В результаті суттєвих неоднозначностей та протиріч набуває соціальне сприйняття таких явищ як конфлікт на українському Донбасі, в Сирії тощо, та, відповідно, суспільно-ідеологічне позиціонування ключових суб'єктів та акторів (учасників) подій у цих регіонах (передусім ключових «локусах» воєнних дій). Так, конфлікт на Донбасі навіть профільні дослідники розглядають через призму його розуміння в термінах: (1) передусім внутрішнього конфлікту (в термінах протистояння регіональних еліт і т.п.), (2) прояву загальносвітової «гібридної війни» та (3) комбінації елементів внутрішнього конфлікту та загальної війни – із похідним визначенням різного ступеню пропорційності домінування (3.1) «внутрішніх» та (3.2.) «зовнішніх» чинників та елементів. В політико-правову площину дана проблема екстраполюється, концентруючись передусім довкола нормативно-правового статусу «конфлікту на Донбасі» – «Антитерористичної операції» (АТО) та «Операції об'єднаних сил» (ООС) і т.ін. – та, відповідно, соціально-правового статусу його учасників («учасники АТО», «учасники бойових дій», «ветерани війни» і т.ін.) – із соціально-економічними та економіко-фінансовими (питання пільг та ін.) і т.п. похідними останнього. Наприклад, чинна Інструкція про порядок виконання норм міжнародного гуманітарного права у Збройних Силах України (2017), надаючи поняття «військовополоненого» (п.8) та включаючи до цього статусу партизанів (п.45), виключає з цієї категорії шпигунів та

найманців (п.58); вона також вводить категорію «жертви збройного конфлікту» (п.18).

Однією з ключових похідних особливостей сучасної «гібридної війни» вбачається також те, що в її контексті поступово розмиваються соціально-статусні та похідні межі між «військовополоненими» та «інтернованими», «комбатантами» та «нонкомбатантами», «добровольцями» та «найманцями», «правоохоронцями» та «бандформуваннями», «мігрантами» та «біженцями» тощо. Відповідно, поступово розмивається також соціально-правовий та нормативно-правовий статус «військовополоненого». В термінах «гібридності» виникає складна політико-правова суміш («мутація») статусів «військовополоненого», «в'язня» та «заручника» та суміжних із ними.

Свого часу З. Бауман увів у суспільствознавчий дискурс поняття «людські відходи» – і саме в такому контекст відбувається соціально-статусне функціонування таких ключових акторів «гібридної війни» як військовополонені.

Предко В. В.

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, факультет психології, аспірант кафедри загальної психології (Київ, Україна)

ІНФОРМАЦІЙНО – ПСИХОЛОГІЧНА ВІЙНА ЯК ОСНОВНИЙ МЕХАНІЗМ ЗНИЩЕННЯ ЕТНОНАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ

Україна перебуває у системі інформаційних перетворень, вони набувають характеру інформаційно-психологічної війни, яка впливає на національну безпеку, чинить деструктивно-дестабілізуючий вплив на життєдіяльність української етнонаціональної спільноти. Спричинює міжнаціональні конфлікти, агресію та дискримінацію, знецінює власну етнонаціональну ідентичність, підриває суспільно-політичну та соціально-економічну сферу.

Інформаційно-психологічна війна динамічне явище, що здійснюється на глобальному, міжнаціональному, національному, груповому та індивідуальному рівнях. Відіграє провідну роль у формуванні невизначеності та посиленні відчуття нестабільності в інформаційно-психологічному середовищі суспільства. Основними її ознаками постає чітка спрямованість, багатооб'єктність, багатоаспектність та широкомасштабність. Вона виступає потужним інструментом політичного впливу.

А.В. Мануйло, зазначає: «інформаційно-психологічна війна – це сукупність різноманітних форм, методів і засобів впливу на людей з метою

зміни у бажаному напрямку їх психологічних характеристик (поглядів, думок, ціннісних орієнтацій, настроїв, мотивів, установок, стереотипів поведінки), а також групових норм, масових настроїв і громадської свідомості в цілому» [2, с. 250].

Провідна психологічна закономірність інформаційно-психологічного впливу ґрунтується на маніпуляції свідомістю мас та її основних структурних підсистем. Згідно концепції М. Й. Варія, соціальна психіка містить у своїй структурі ментально-психічну, духовно-перцептивну, психо-комунікативну, емоційно-почуттєву та спонукально-вольову підсистему [1, с. 80]. Таким чином, основним завданням інформаційно-психологічного впливу виступає зміна установок кожної особистості, яка супроводжується загальною маніпуляцією суспільною свідомістю, що руйнує єдиний інформаційно-духовний простір спільноти, знищує традиції, придушує активність особистості щодо вирішення державних проблем.

Оскільки, сьогодні українське суспільство особливо чутливе до пропаганди, то основний вплив на соціальну психіку етнонаціональної спільноти здійснюється на її соціально-психологічний образ, вражаючи основні елементи самобутності: звичаї, обряди, традиції, мову, норми, ціннісні орієнтації та символи. Значного ураження здобуває національна свідомість та самосвідомість, національна воля, національні почуття.

Основною метою даного впливу виступає дезорієнтація, дезінформація, послаблення власних переконань, устоїв, залякування, що формує загальну дистанцію між представниками різних регіонів України. Особливо помітний вплив російських засобів масової інформації у східних областях, який сформував викривлену етнонаціональну ідентичність, недержавна систему сприйняття.

Задля захисту України від інформаційно-психологічної війни варто зміцнювати етнонаціональні цінності, сприяти розвитку етнонаціональної політики, поширювати звичаї та традиції. Також, необхідним фактором виступає здійснення моніторингу основних джерел інформації всередині країни та дослідження громадської думки, що допоможе спрогнозувати суспільно-політичні процеси та вдосконалити власну інформаційну систему. Варто віднайти основні прогалини в регулюванні соціальної політики задля відновлення власного культурно-інформаційного простору та зміцнення психологічних бар'єрів щодо впливу супротивника.

Таким чином, вистояти та перемогти інформаційно-психологічну війну можливо лише за рахунок етнонаціонального згуртування українського суспільства, яке значною мірою пов'язане із захистом національної системи символів, що в свою чергу, сприяють солідарності та орієнтації на власні

етнонаціональні цінності безпеки й добробуту українського суспільства та кожного окремого її представника.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Варій М. Й. Соціальна психіка нації: наукова монографія. Львів: СПОЛОМ, 2002. 184 с.
2. Манойло А. Государственная информационная политика в особых условиях: монография. Москва: МИФИ, 2003. 388 с.

Сиропятов О. Г.

«НДІ психіатрії МОЗ України», завідувач відділом медико-соціальних проблем терапії психічних розладів ДУ, д.мед.н.к, професор (м. Київ, Україна)

Древіцька О. О.

«НДІ психіатрії МОЗ України», завідувач відділом психосоматичної медицини та психотерапії ДУ, д.мед. н., доцент (Київ, Україна)

БІОЛОГІЧНІ ПЕРЕДУМОВИ СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ

У 2014 р Всесвітньою організацією охорони здоров'я (ВООЗ) було видано бюлетень «Запобігання суїциду: глобальний імператив» [1]. У ньому було звернено увагу на необхідність виявлення надійних предикторів суїцидальної поведінки як обов'язковий етап розробки ефективних програм запобігання самогубств [2]. Ці питання на сьогодні є актуальними для ветеранів і громадян, які пережили стреси, пов'язані з військовими операціями. У цій доповіді ми зупинимося на біологічних предикторів суїцидальності.

Дослідження, присвячені даній темі, можуть бути представлені у вигляді розділів, пов'язаних з різними нейромедіаторними системами, трофічними факторами, функціонуванням гіпоталамо-гіпофізарно-надниркової осі (ГГНО), імунною системою, ліпідним обміном, змінами структур головного мозку [3,4].

Серотонін в організмі синтезується з незамінної амінокислоти триптофану (ТФ), яка постійно надходить в складі їжі, оскільки власні запаси вільного метаболічно активного ТФ в організмі невеликі. ТФ швидко проникає з кровотоку в мозок, і коливання триптофану в дієті швидко позначаються на синтезі серотоніну в нервовій тканині. Виявлено при дослідженнях в 42 індустріальних країнах: чим вище споживання ТФ з їжею, тим нижче рівень суїцидів [5,6].

В інших дослідженнях показано, чим вище інтенсивність суїцидальних думок, тим вище периферичні індекси запалення [7]. Такий простий показник,

як відношення нейтрофілів до лейкоцитів у формулі крові теж може бути предиктором суїцидальної поведінки. Автори роблять висновок, що цей простий показник (який трактують як маркер хронічного запального процесу в організмі) може виступати в ролі предиктора суїцидальної поведінки [8].

Холестерол - попередник вітаміну Д3 (холекальциферолу), щодо якого є дані про його нейропротекторної антиоксидантної ролі, вплив на імунну систему і, що особливо важливо - позитивний вплив на настрій, також є важнім протектором суїцидальної поведінки.

Кетамін, у якого недавно виявлена здатність обривати гострі суїцидальні переживання, і який є знеболюючим препаратом, коригує депресивний стан. У зв'язку з цим кінуреніновий шлях розглядають як потенційну мішень для пошуку нових фармакологічних впливів при суїцидальності [9].

Таким чином, суїцидальна поведінка тісно пов'язане з різноманітними системними порушеннями імунітету, хронічними запальними процесами як в ЦНС, так і на периферії, станом мікрофлори кишечника, метаболічними шляхами обміну амінокислот, виразністю реакції стрес-реалізуючих систем.

Важливо відзначити, що на популяційному рівні зростаючий тренд самогубств практично паралельний тренду на зниження імунітету, зростання аутоімунних, нейродегенеративних захворювань, синдрому хронічної втоми, депресії та інших, раніше не настільки широко відомих станів, які пов'язують з проблемами екології та зростаючим рівнем психосоціального стресу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. World Health Organization. Preventing suicide: A global imperative. Geneva, Switzerland: WHO; 2014.
2. Kessler RC, Borges G, Walters EE. Prevalence of and risk factors for lifetime suicide attempts in the National Comorbidity Survey. Arch Gen Psychiatry. 1999;56(7):617-626. doi:10.1001/archpsyc.56.7.617/
3. Зинчук М.С., Гехт А.Б., Гуляева Н.В., Аведисова А.С., Акжигитов Р.Г., Гришкина М.Н. Биологические основы суицидального поведения. Журнал неврологии и психиатрии, 8, 2016. С. 94-101. doi: 10.17116/jnevro20161168194-101
4. Розанов В.А. Периферические биологические факторы и биомаркеры суицида. Том 9, № 1 (30), 2018 Суицидология (<https://suicidology.ru/>). С.3-22. Rozanov V.A. Peripheral biological factors and biomarkers of suicide. Suicidology. 2018; 9 (1): 3-22. (In Russ)
5. Industrial nations. J Affect Disord. 2007; 98 (3): 259-62.
6. Voracek M., Tran U.S. Dietary tryptophan and suicide rate in industrial nations. J Affect Disord. 2007; 98 (3): 259-62.

7. O'Donovan A., Rush G., Hoatam G. et al. Suicidal ideation is associated with elevated inflammation in patients with major depressive disorder. *Depression and Anxiety*. 2013; 30 (4): 307-14.

8. Ivkovic M., Pantovic-Stefanovic M., Dunjic-Kostic B. et al. Neutrophil-to-lymphocyte ratio predicting suicide risk in euthymic patients with bipolar disorder: Moderating effect of family history. *Compr Psychiatry*. 2016; 66: 87-95.

9. Bryleva E.Y., Brundin L. Kynurenine pathway metabolites and suicidality. *Neuropharmacology*. 2017; 112, Part B: 324-30.

Сікорська Л. Б.

Львівський національний університет імені Івана Франка, доцент кафедри спеціальної освіти та соціальної роботи, к.психол.н., доцент (м. Львів, Україна)

Бурбан Н. В.

Практичний психолог Вузлівського ОНВК – ЗОШ I-III ст. Радеківського району Львівської області

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ МАЙБУТНІХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Формування та розвиток стійкості до стресу належать до числа пріоритетних завдань психологічного супроводу діяльності військовослужбовців. Саме від рівня стресостійкості залежать наслідки їх діяльності та ефективність військової служби. Висока стресостійкість забезпечує успішність виконання професійних обов'язків в екстремальних умовах, збереження працездатності і здоров'я особистості після впливу екстремальних факторів зовнішнього середовища. Низький рівень стресостійкості, нездатність людини протидіяти стресам призводить до негативних наслідків у психічній, соціальній, професійній і поведінковій сферах: різноманітних проявів посттравматичних стресових розладів (В.І. Берзінь, В.О. Бодров, А.Г. Маклаков, О.Є. Самойлов, Н.В. Тарабріна, С.І. Яковенко) [1; 3; 5].

Більшість науковців тлумачать стресостійкість як комплексну властивість особистості, що характеризується необхідною адаптацією до екстремальних умов, зумовлена рівнем активації ресурсів організму і проявляється в показниках його функціонального стану та здатністю до успішної життєдіяльності. Стресостійкість військовослужбовця передбачає

багатокомпонентну структуру, яка розкриває передумови прояву та характеристику стану особистості. Компоненти стресостійкості та результат впливу на життєдіяльність включають в себе етапи професійної підготовки майбутніх військовослужбовців.

Для емпіричного дослідження стресостійкості майбутніх військовослужбовців було взято групу з 44 осіб – курсантів (31 особа чоловічої статі і 13 – жіночої) Академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного у місті Львові. Усі досліджувані віком від 19 до 21 року. В емпіричному дослідженні використано такі методики: Психологічна діагностика адаптивних здібностей до стресу (Розов В.); Модифікований варіант опитувача «Вирішення важких ситуацій» (РВС); Опитувальник «Копінг-стратегії» Лазаруса; Шкала психологічного благополуччя (К. Ріфф); Бостонський тест стресостійкості; Оцінка суб'єктивної задоволеності життям.

Аналіз кореляцій емпіричних даних курсантів (Statistica 8, $p < 0,05$) показав існування таких статистично значимих кореляцій (в дужках подано коефіцієнт кореляції) діагностичного критерію «стрес» (належить Бостонському тесту стресостійкості): Шкала адаптивного мислення (-0,4), Шкала адаптивного сну і сновидінь (-0,4), Шкала впевненості в собі (-0,3), Шкала самоорганізації часу життя (-0,4), Адаптивність (-0,5), Копінг «Втеча – уникнення» (0,4), Позитивні відносини (-0,4), Автономія (-0,3), Управління середовищем (-0,3), Особистісне зростання (-0,4), Самосприйняття (-0,4) та Психологічне благополуччя (-0,4).

Психологічний зміст виявлених кореляцій дозволив зробити висновки про напрямки психологічного супроводження курсантів та роботи над собою щодо формування та підвищення їх стресостійкості. Так, їм потрібно займати більш активну життєву позицію щодо вирішення важких ситуацій та подолання їх, при цьому знизити до мінімуму використання алкоголю, тютюну та надмірної їжі. Підвищення усвідомленості, самоконтролю, рефлексивності, гнучкості мислення, здатність дистанціюватись від травматичних подій, сприяє підвищенню стресостійкості військовослужбовців. Стресостійкість буде зростати при збільшенні рівня розвитку навичок оптимізації і нормалізації сну. Підвищуватимуть стресостійкість військовослужбовців і така адаптивна здібність як позитивні, довірливі відносини, з оточенням, тобто, навчаючи військовослужбовців спілкуванню, можна формувати та підвищувати рівень їх стресостійкості. Для цього було б доцільно ввести в навчальні дисципліни - спеціальні практикуми з навчання спілкуванню. Формуючи і розвиваючи самостійність та незалежність особистості, здатність протистояти спробам суспільства змусити думати і діяти певним чином, можна підвищувати стресостійкість. Розвиваючи самостійне регулювання власної поведінки та оцінки себе відповідно до особистих критеріїв, підніматимемо рівень

стресостійкості майбутнього військовослужбовця. Стимулюючи зростання бажань і почуттів розвиватися, сприймати себе «зростаючим» і самореалізовуватися, - можна формувати та підвищувати стресостійкість курсанта. Підвищуючи самооцінку та самоствалення майбутнього військовослужбовця, буде зростати його стресостійкість.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление / В.А. Бодров. – М.: Изд-во «ПЕР СЭ». – 2006. – 352 с.
2. Бурбан Н., Гузенко І. Особливості стресостійкості й адаптивних здібностей до стресу майбутніх військовослужбовців / Наталія Бурбан, Ірина Гузенко // Педагогіка і психологія професійної освіти: науково-методичний журнал. - 2019. - № 1. - С. 105 - 116.
3. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях. // Психологический журнал, 2001. - Т. 22. - № 1. – С. 16 – 24.
4. Наугольник Л.Б. Індивідуальні особливості поведінкової активності керівників ОВС в стресових умовах. / Наугольник Л.Б. / Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна: збірник наукових праць / головний редактор В. В. Середа. – Львів: ЛьвДУВС, 2014. –Вип. 2. – 264 с. 45 – 55.
5. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. / Н.В. Тарабрина – СПб: Питер. – 2001. – 272 с.

Смірнова Т. М.

Головне управління Військової служби правопорядку Збройних Сил України, офіцер групи морально-психологічного забезпечення (м. Київ, Україна)

ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ЯК ЧИННИК ЗНИЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

“Той, хто знає навіщо жити, може витримати майже будь яке як” (Ф.Ніцше).

Стрес – не просто нервові напруження. Загальною рисою всіх стресорів можна вважати активацію фізіологічного апарату, який відповідає за емоційне збудження, яке виникає при появі загрозливих чи неприємних факторів [1].

Вигорання - це синдром, який виникає в результаті хронічного стресу на робочому місці, який не був успішно подоланий, і характеризується

виснаженням, збільшенням розумової відстороненості або відчуттям негативізму, цинізму, пов'язаного з роботою, зниженням професійної ефективності [2].

Під впливом інтенсивного стресу (а у військових він найчастіше такий) реакції тривоги, опору і виснаження швидко змінюють одна другу, відповідно швидше виснажується людина. При цьому успішна діяльність, якою б вона не була напруженою, завжди викликає стрес, але майже ніколи дистрес [1]. За теорією Г.Сельє, бездіяльні м'язи, мозок та інші органи втрачають працездатність, тому переключення з однієї діяльності на іншу – кращий відпочинок, ніж повний спокій. Бездіяльність призводить до відчуття нервового напруження та невпевненості через безцільність існування.

Інші дослідники, зокрема, В.В. Бойко виділяє такі основні ознаки емоційного виснаження: неадекватне вибіркове емоційне реагування; емоційно-моральна дезорієнтація; розширення сфери економії емоцій та редукція професійних обов'язків [3].

В.А. Климчук дає таку характеристику внутрішньої мотивації: «Внутрішня мотивація – це виконання певної роботи через інтерес до неї, суб'єктивного відчуття її цінності. При виконанні діяльності, яка мотивована внутрішньо, людина відчуває задоволення, спокій, швидко течію часу, зникає все зайве, залишається лише робота ...» [4] Саме внутрішня мотивація є активуючою, спрямовуючою силою, бере участь у формуванні емоційної сфери людини, впливає на внутрішній стан, ставлення до життя в цілому.

Отже, ключовою проблемою в умовах затяжної війни на Сході України є запобігання психогенним втратам серед бойового постійного складу Збройних Сил України, в тому числі шляхом зниження фактору емоційного вигорання військовослужбовців, а також підвищення внутрішньої мотивації до військової служби, пошук особистих смислів професійної діяльності військовослужбовців, як фактор запобігання емоційному вигоранню, пов'язаному з військовою службою.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Г.Сельє Стресс без дистресса. - М.: Прогресс, 1982. – 127 с
2. МКБ-11 (QD85)
3. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других. – М.: Информ.-издат. дом „Филинь”, 1996. – 472 с
4. Климчук В.А. Тренинг внутренней мотивации / В.А. Климчук. – СПб: Речь, 2005. – 76 с

Сорокіна О. А.

Київський університет імені Бориса Грінченка, доцент кафедри психології особистості та соціальних практик, к.психол.н., доцент (м. Київ, Україна)

Шинкарьова Л. В.

Київський університет імені Бориса Грінченка, студентка V курсу, спеціальність «Психологія» (м. Київ, Україна)

ВТОРИННА ТРАВМАТИЗАЦІЯ ДРУЖИН УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

Сьогодні у суспільстві існує необхідність у дослідженні феномену вторинної травматизації. *Вторинна травма* – це стрес, що виникає в процесі надання допомоги або за умови, коли людина бажає допомогти і пропонує емоційну підтримку постраждалому [2, с. 137]. Зважаючи на те, що за даними міністерства оборони України учасниками бойових дій визнано близько 385 тисяч осіб, проблема набуває особливої значущості. Адже велика частина українського населення була задіяна у збройному конфлікті. Коли військовослужбовець повертається додому його досвід та пережиті травми знаходять своє продовження в сім'ї. Відповідно, на ефективну адаптацію військового буде впливати його родина та дружина зокрема. Перебування дружини військовослужбовця у стані вторинної травматизації буде знижувати її ресурси, фізичний та психічний стан, що у свою чергу негативно впливає на ресоціалізацію самого військового.

Питання вторинної травматизації, емоційного напруження у дружин, які дочекалися повернення чоловіків із зони збройного конфлікту, вивчали Н. Журавльова, Є. Варлакова. Дослідження психологічної підтримки сімей ветеранів можна знайти у роботах як українських так і зарубіжних науковці (В. Глебов, О. Кляпець, І. Пампура, В. Остапович, І. Рева).

Вторинна травма є процесом, в якому задіяні сильні почуття та особисті способи захисту від них. Даний процес супроводжується переживанням жаху та безпорадності. Взаємодія з людиною, емоційний стан якої є дисгармонійний може призводити до різних емоційних проблем, зокрема підвищеного рівня симптомів депресії та тривоги, порушення концентрації уваги, емоційного виснаження. На фізіологічному рівні проявляються больові синдроми і проблеми зі сном [2, с. 136].

Повертаючись до дому, військовий розповідає про події, що були травматичними, виражає складні амбівалентні почуття. Але сім'я не здатна захистити військового від впливу травматичного досвіду, і це може

зумовлювати почуття власного безсилля та посилювати дію вторинної травми у членів родини. Вторинна травма може виникнути раптово як реакція на інформацію щодо первинної травми, яку зазнала людина. У момент переживання травми у дружин військовослужбовців може руйнуватися уявлення про стабільність, безпеку і захищеність свого життя. У людини погіршується здатність контролювати своє життя, нести за нього відповідальність. Травматичний досвід може характеризуватися порушенням соціальних зв'язків, що у свою чергу може стати причиною ізоляції дружини, її самотності, зниження ресурсів особистості [1, с. 28].

Аби більш глибоко дослідити питання вторинної травматизації, нами було проведено дослідження з визначення рівня впливу травматичних подій на дружин військовослужбовців. У дослідженні взяли участь 47 дружин учасників збройного конфлікту віком від 20 до 50 років. Контрольну вибірку склала група з 42 одружених жінок віком від 21 до 53 років. Дослідження проводилося за допомогою опитувальників «Методика самооцінки емоційного стану Уессмана-Рікса» та «Шкала оцінки впливу травматичних подій».

За результатами дослідження було визначено, що для 26% дружин військовослужбовців є незначним вплив травмуючих ситуацій. У той час, як в одружених жінок, у яких чоловіки не брали участі у збройному конфлікті такий показник є 33%. Для 41% дружин військовослужбовців вплив травмуючої ситуації є помірним, а 33% переживають значний вплив. У контрольній групі для 29% дружин вплив травмуючої ситуації є помірним, а для 38% - значним. За допомогою використання непараметричного U-критерію Манна-Уїтні для незв'язаних вибірок дружин військовослужбовців та жінок, чиї чоловіки не брали участі у збройному конфлікті, були визначені статистично незначущі відмінності у значенні травмуючої ситуації на рівні $R=0,34$, $n_1=47$, $n_2=42$. Тобто, травматизація присутня як у дружин цивільних так і в дружин військовослужбовців. Рівень переживання травмуючої ситуації не має значних відмінностей у цих двох групах.

Застосовуючи критерій Пірсона для визначення кореляційних зав'язків між рівнем травматичної події та емоційним станом дружин військових було визначено, що існує значний обернений зв'язок $r=-0,53$ (результати достовірні при $p \leq 0,05$). Можемо припустити, що чим вищий рівень травматизації тим гірший буде рівень емоційного стану дружин військовослужбовців.

Таким чином, можемо зробити висновок, що процес травматизації присутній як в житті мирного населення так і в сім'ях військовослужбовців. Але причини травматизації можуть бути різними. Перспективами нашого подальшого дослідження є вивчення теми ресурсності дружин

військовослужбовців, з метою надання їм ефективної психологічної підтримки та робота з превенції вторинної травматизації.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Вознесенська О. Л. Профілактика емоційного вигоряння фахівців, що працюють з травмами війни / О. Л. Вознесенська. // Робота з травмами війни. Український досвід. – 2018. – С. 26–33.

2. Журавльова Н. Ю. Особливості вторинної травматизації у дружин ветеранів війни: орієнтири психологічної допомоги / Н. Ю. Журавльова. // Актуальні проблеми психології Т. III : Консультативна психологія і психотерапія: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – 2018. – С. 124–151.

Соснюк О. П.

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, доцент кафедри соціальної психології, к.психол.н., доцент (м. Київ, Україна)

Остапенко І. В.

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, лабораторія психології політичної поведінки молоді, старший науковий співробітник, к.психол.н. (м. Київ, Україна)

РОЗВИТОК РЕЗИСТЕНТНОСТІ ДО ДЕСТРУКТИВНИХ ІНФОРМАЦІЙНИХ ВПЛИВІВ У КОРИСТУВАЧІВ СОЦІАЛЬНИХ МЕДІА

В умовах тривалої зовнішньої агресії, наслідки якої громадяни України відчувають більше шести років, особливої значущості набувають проблеми забезпечення інформаційної безпеки. Адже військова агресія супроводжується та підтримується засобами пропагандистського та психологічного впливу, які використовуються супротивником для ведення інформаційних війн на постійній основі. Інформаційний тиск на військових та населення здійснюється у різних формах [3]. По-перше, у формі так званих інформаційних війн першого покоління, які передбачають: вогневе придушення (у зоні бойових дій) елементів інфраструктури державного та військового управління; ведення радіоелектронної боротьби; одержання розвідувальної інформації, здійснення несанкціонованого доступу до інформаційних ресурсів з наступною їх фальсифікацією; масове подання дезінформації через легальні канали для впливу на осіб, які приймають рішення; одержання інформації від

перехоплення та аналізу відкритих джерел. Наслідки використання даних засобів насамперед відчувають військові та населення, що безпосередньо перебувають у зоні бойових дій або поблизу лінії розмежування.

По-друге, у формі інформаційних війн другого покоління, які передбачають: створення атмосфери бездуховності й аморальності, негативного ставлення до культурної спадщини, маніпулювання суспільною свідомістю; дестабілізацію політичної ситуації; зниження рівня інформаційного забезпечення органів влади й управління; дезінформацію населення про роботу державних органів; підрив міжнародного авторитету держави тощо. Наслідки використання таких засобів відчуває на собі все населення України. Для цього країною-агресором активно використовуються можливості соціальних медіа, через які отримується доступ до майже всіх верств населення. Саме тому, одним з пріоритетних напрямів ефективної протидії деструктивним інформаційним впливам є підвищення резистентності до них у користувачів соціальних медіа. Насамперед, це пов'язано з високим рівнем довіри користувачів до інформації, яка поширюється в соціальних медіа. Дослідниками зазначається, що комунікація в соціальних медіа може набувати трьох основних форм: міжособистісної, групової та масової. При цьому, визначається чотири фактори довіри: знайомство, забезпечення конфіденційності, якість інформації та зручність використання контенту [5].

За результатами теоретичного аналізу та спеціально проведеного якісного дослідження з використанням методу глибинного інтерв'ю [1;2]. попередньо встановлено, що: 1) для міжособистісної форми комунікації довіра до соціальних медіа визначається факторами знайомство, забезпечення конфіденційності та зручність спільного використання контенту. 2) для групової форми комунікації довіра до соціальних медіа визначається факторами якість інформації та зручність спільного використання контенту. 3) для масової форми комунікації довіра до соціальних медіа визначається факторами якості та корисності інформації, економії часу за рахунок швидкості пошуку інформації [3]. Зазначені особливості були враховані нами при розробці спеціалізованої програми розвитку резистентності до деструктивних інформаційних впливів у користувачів соціальних медіа. В основу розробки було покладено запропоновану нами раніше універсальну *модель розвитку медіаграмотності та медіакомпетентності*, яка включає в себе чотири етапи: 1) розуміння впливу засобів масової інформації (в т.ч. соціальних медіа) на суспільство та масову свідомість; 2) навички безпечного використання сучасних засобів в медіа-просторі; 3) безпекові комунікативні навички роботи з медіа-ресурсами; 4) індивідуальні стратегії використання соціальних медіа [6].

Перспективи наших подальших досліджень полягають у всебічній апробації та перевірці ефективності розробленої програми. Резистентність до деструктивних інформаційних впливів у користувачів соціальних медіа розглядається нами як передумова ефективної протидії проявам зовнішньої агресії у віртуальному просторі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Остапенко І. В. Особливості використання якісних методів для дослідження комунікативних бар'єрів національної та громадянської самоідентифікації / І. В. Остапенко // Проблеми політичної психології: збірник наукових праць. – 2017. – Вип. 5 (19). – С.167–178.
2. Остапенко І. В. Стратегії та технології активізації самоідентифікування молоді : методичний посібник / І. В. Остапенко; Національна академія наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – К., 2019. – 114 с.
3. Почепцов Г. Г. Информационные войны / Г. Г. Почепцов. – М.; К., 2000. – 573 с.
4. Соснюк О. П. Психологічні особливості активності користувачів соціальних медіа / О. П. Соснюк, І. В. Остапенко // Український психологічний журнал. – 2019. – № 2 (12). – С. 160-181.
5. Cheng Xusen. Understanding trust influencing factors in social mediacommunication: A qualitative study / Xusen Cheng, Shixuan Fu, Gert-Jan de Vreede // International Journal of Information Management. – 2017. – № 37. – P. 25–35.
6. Sosniuk O. The development of medialiteracy and media competence of students in educational practice / Oleh Sosniuk, Iryna Ostapenko // DisCo 2018: Overcoming the Challenges and Barriers in Open Education. Papers of 13-th International Conference. – Prague, Center of Higher Education Studies, 2018. – P. 82–89.

Старокінь В. В.

*Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського,
слухач гуманітарного інституту (м. Київ, Україна)*

СТРАТЕГІЧНІ КОМУНІКАЦІЇ: ДОСВІД НАТО

На сьогодні в Україні набуває актуальності питання об'єктивного інформування нашого суспільства про діяльність військово-політичного блоку

НАТО як структури, яка відіграє ключову роль у забезпеченні миру та стабільності у регіональному та світовому масштабі.

Що таке стратегічні комунікації?

«Політика стратегічних комунікацій НАТО» (NATO Strategic Communications Policy) – один із засадничих документів Альянсу в цій сфері – подає таке трактування поняття: стратегічні комунікації НАТО – скоординоване і належне використання комунікативних можливостей і діяльності Північноатлантичного альянсу – публічної дипломатії, зв'язків із громадськістю (цивільних), військових зв'язків із громадськістю, інформаційних та психологічних операцій – у разі необхідності для підтримки політики Альянсу, операцій і заходів та з метою просування цілей НАТО [1].

У доповіді щодо стратегічних комунікацій Міністерства оборони США (2009 р.) зазначено, що стратегічні комунікації є процесом інтеграції досліджень сприйняття аудиторії та зацікавлених сторін (стейкхолдерів) і врахування отриманих результатів під час реалізації політики, планування та операцій на кожному рівні. *Стратегічні комунікації* – це спрямування за одним вектором множини різних видів діяльності (наприклад політичний процес, зв'язки з громадськістю, інформаційні операції тощо), кожна з яких справляє вплив на підтримку національних цілей. Стратегічні комунікації, по суті, означають обмін (тобто під час спілкування) смислами/ідеями на підтримку національних цілей (тобто стратегічно). Для цього процесу слухання є так само важливим, як і транслювання.

Стратегічні комунікації передбачають діалог і підхід до побудови відносин на основі уважного ставлення до культурних та історичних особливостей, місцевих способів ведення справ і виявлення місцевих лідерів думок.

У військовій сфері, як правило, йдеться про гармонізацію всіх заходів у сфері публічної дипломатії, зв'язків із громадськістю та (військових) інформаційних операцій.

Отже, стратегічні комунікації є одночасно і процесом (узгодження слів і справ з метою впливу та надання інформації), і результатом цього процесу. Стратегічні комунікації спрямовані на підрив і делегітимізацію противника у спосіб набуття підтримки й визнання з боку місцевого населення, електорату своєї країни, міжнародної громадськості та всіх інших цільових груп. Сутність стратегічних комунікацій полягає в тому, що сформульовані для різних цільових аудиторій месиджі не конфліктують (не протирічать) один з одним.

Таким чином, змістовим ядром стратегічних комунікацій є формування [стратегічного] нарративу – переконливої сюжетної лінії, яка може пояснити події аргументовано і з якої можна дійти висновків щодо причин перебування держави в конфлікті, значення цього становища та щодо перспектив держави в

разі успішного виходу з нього. Стратегічний наратив формується на підставі існуючих у суспільстві уявлень і цінностей. Як пояснює Лоуренс Фрідман, заслужений професор військових досліджень королівського коледжу Лондона, стратегічні наративи навмисно побудовані або посилені з ідей і думок, які вже циркулюють, вони пропонують інтерпретацію ситуації та підказують відповіді. Щоб бути ефективними, стратегічні наративи мають входити в резонанс із цінностями, інтересами й забобонами цільових аудиторій. Стратегічні наративи формулюють кінцеві стани і пропонують спосіб досягнення мети, забезпечуючи громадськість розумінням і сенсом подій, пов'язаних із застосуванням воєнної сили.

СПИСОК ВИКОРСИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. NATO Strategic Communications Policy.
URL:<http://info.publicintelligence.net/NATO-STRATCOM-Policy.pdf> [1].

Сторожук Н.А.

Військовий інститут Київського національного університету імені Тараса Шевченка, заступник начальника кафедри військової психології та педагогіки, к.психол.н.(м. Київ, Україна)

ДОСВІД РОБОТИ ВІЙСЬКОВОГО ПСИХОЛОГА ЩОДО СУПРОВОДУ МЕДИКО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ В ООС

З лютого по березень 2020 року представники науково-педагогічного складу кафедри військової психології та педагогіки Військового інституту були залучені до психологічного супроводу медико-психологічної реабілітації бійців ООС у госпіталі для ветеранів війни м. Святогорськ (Донецької області).

Аналіз скарг та результати психологічного вивчення військовослужбовців, які проходять реабілітацію вказують на те, що найбільш поширеними були наступні проблеми психофізіологічного, психологічного та соціально-психологічно характеру, а саме (від найбільш поширених до поодиначних випадків):

інсомнія – розлад сну, що проявляється в порушеннях засинання, переривчастому й поверхневому сні або передчасному пробудженні (100% особового складу);

тривожні розлади – іпохондрія, тривожність, ізольовані фобії, страхи – клас порушень психологічного функціонування військовослужбовців, що пов'язане

із очікуванням невизначеного неблагополуччя, загрози і супроводжується відчуттям фізіологічної активації (пришвидшене дихання, серцебиття, часте спітніння, м'язове напруження тощо) (86% особового складу);

порушення когнітивних функцій – неможливість зосередитись на об'єкті, низька концентрації уваги, заторможеність мислення, складність з пригадуванням інформації, подій тощо (38 % особового складу);

соціофобія – нав'язливий страх соціальної взаємодії, що проявляється у вигляді різкого підвищення тривоги і, як наслідок, прагненні уникання будь-яких соціальних дій (спілкування, взаємодії тощо) (34 % особового складу);

порушення сімейних стосунків – сімейні конфлікти, відсутність порозуміння, емоційна віддаленість, ревності, надмірний контроль тощо (28 % особового складу);

розлади агресії проявляються у вигляді підвищеного рівня агресивності, спалахів дратівливості, досить частому вживанні нецензурної лексики, лайки тощо (24 % особового складу);

тривожно-депресивні розлади – це захворювання, що характеризується надмірним відчуттям тривоги та запевкоенням з приводу широкого спектру ситуацій з життя військовослужбовця – стану здоров'я, службової діяльності, сімейних стосунків, фінансової стабільності тощо (14 % особового складу);

адиктивна поведінка – схильність до надмірного вживання спиртних напоїв (14 % особового складу). Низький відсоток суперечить результатам сучасних досліджень щодо поширення адиктивної поведінки серед особового складу ЗСУ і пов'язаний із тим, що вживання алкогольних напоїв та наркотичних речовин суперечило правилам перебування в госпіталі для ветеранів війни, за порушення яких військовослужбовці притягалися до адміністративної відповідальності та скеровувалися, за власною згодою та з відома й сприяння командування військових частин, де вони проходили військову службу, в наркологічні диспансери для лікування залежностей.

З метою полегшення зазначеної симптоматики, в контексті психологічної реабілітації, із військовослужбовцями проводилися заходи короткострокової психотерапії, які включали:

– *первинне психологічне вивчення*, яке складалося із низки методів:

1. Спостереження,

2. Бесіда,

3. Тестування, яке проводилося за методиками: діагностична оцінка суїцидального ризику військовослужбовців, експрес-тест на виявлення ознак ПТРС, оцінка ситуативної та особистісної тривожності Спілбергера-Ханіна, методика оцінки тривожності GAD-7 та вивчення рівня депресії PHQ-9, міні-

мульти, проєктивні методики “Неіснуюча тварина” та “Метод портретних виборів” Л. Сонді.

– короткострокова психотерапія, що проводилася на основі диференціальної діагностики (діагнозу) та рекомендацій лікаря із використанням відповідних протоколів надання психологічної допомоги, що можуть бути використані психологами (без наявності медичної освіти). Короткострокова психотерапія в різних випадках тривала від 3-ох до 8 сесій.

План психотерапії включав:

1. Вставлення контакту та формування терапевтичного альянсу;
2. Кристалізація проблеми;
3. Виявлення причин проблеми (симптому);
4. Визначення механізмів підтримання проблеми (симптому);
5. Формулювання запиту на психотерапію;
6. Дії в межах рекомендованих протоколів;
7. Аналіз ресурсів та перешкод;
8. Аналіз “вторинної вигоди”;
9. Видача домашнього завдання;
10. Обговорення виконання домашнього завдання [1].

В процесі короткострокової психотерапії, було використано наступні техніки:

1. Нервово-м'язова релаксація за Е.Джейкобсоном – особливий вид вправ на розслаблення, заснований на зв'язку між тривогою і її фізичними проявами – м'язовою напругою, яка є природною реакцією організму на стрес. Тому, усуваючи м'язову напругу через поперемінне чередування напруження та розслаблення основних груп м'язів людини, можна досягти стійкого зниження емоційної складової прояву тривоги;

2. Аутогінне тренування – метод психологічного розвантаження і зняття нервового навантаження шляхом частого повторення спеціальних оптимістично-мобілізуєчих формул.

3. Управління диханням – ефективний засіб впливу на тонус м'язів та емоційні центри мозку людини. Глибоке, повільне дихання із за діями м'язів епігастральної порожнини знижує збуджуваність нервових центрів і сприяє м'язовій релаксації. Часте грудне, поверхнєве дихання, навпаки, забезпечує високий рівень активності людини, підтримує нервово-психічне напруження.

4. Безлогічний метод стирання негативних програм з підсвідомості (метод С. Лосева) був використаний для роботи із військовослужбовцями, які знаходяться в стані стресу, мають тривалі страхи та фобії, а також негативні переконання, що підривають їхню впевненість у собі та самоповагу. Також, даний метод використовувався з метою нівелювання у військовослужбовців

почуття сорому, провини, образ, докорів та претензій у міжособистосних стосунках із колегами по службі та членами родин.

5. Проективні-метафоричні карти – універсальний психологічний інструмент, який базується на метафорі, що звертається до підсвідомості військовослужбовця і використовувався для опрацювання з проблем міжособистісних стосунків і вирішення сімейних проблем, шокowymi травмами і травмами розвитку, постановками цілей й планування, знаходження додаткового ресурсу для самореалізації, розкриття творчого потенціалу особистості.

6. Арт-терапія – метод розвитку та корекції псттравматичних змін особистості військовослужбовця, зниження рівня психічної напруги, звільнення від негативних спогадів бойових дій допомогою різних видів і форм мистецтва та творчості (спонтанне малювання, створення мандал, кероване малювання тощо);

7. Використання бінауральних ритмів (диски А. Патрушева) було використано для відновлення життєвих сил військовослужбовців та роботою із апатичними станами, а також для відновлення власного синтезу ендорфінів [1, 2, 3].

– *домашні завдання між очними сесіями у психолога включали:*

1. Ведення щоденника самопостереження із корекцією дезадаптивних автоматичних думок давалося військовослужбовцям у випадках роботи над надмірним рівнем агресивності та дратівливості;

2. Ведення щоденника сну був використаний для дослідження якісних та кількісних характеристик сну військовослужбовця з метою зміни поведінкових та гігієнічних аспектів сну для його покращення;

3. Техніка “Складне випробування” призначалося військовослужбовцеві у випадках інсонії з метою створення несприятливих умов, де йому простіше відмовитися від механізмів підтримання безсоння ніж виконувати складне завдання (читаття спеціальної літератури з психології на російській мові, якщо мова якою він спілкується українська, і навпаки);

4. Техніка “АВС-аналіз” проводився з метою виявлення автоматичних думок та дисфункціональних переконань військовослужбовця у повсякденному житті, що призводить до підвищення рівня тривоги та стресу;

5. Техніка “Фантазія страху” давалося військовослужбовцеві у випадку існування у нього тактики уникання ситуацій та автоматичних думок що провокували спалахи тривожності, дратівливості, страхів або фобії і полягала у навмисному щоденному уявлянні протягом 30 хв. найгірших фантазій що відносяться до його проблеми. Цей парадоксальний прийом сприяє підвищенню

порогу чутливості військовослужбовця до ситуацій та об'єктів, що викликають у нього стурбованість [1, 2, 3].

– *заходи формування національно-патріотичної свідомості* (демонстрація художнього фільму «Дякую за службу», «Захар Беркут»);

– *заходи профілактики вживання алкоголю та наркотичних речовин на місці проходження психологічної реабілітації та в зоні виконання завдань за призначенням* (проведення інструктажів щодо правил поведінки та вживання алкогольних напоїв під час проходження всього періоду реабілітації в госпіталі для ветеранів війни, інформування про співпрацю з військовою службою у випадках порушення дисципліни та вживання психотропних речовин);

– *пропаганда здорового способу життя.*

Комплексні медико-психологічні заходи дозволяли медичному персоналу та психологам знизити симптоматику, з якою бійці були спрямовані на реабілітацію. Разом з тим, узагальнюючи та оцінюючи отриманий досвід, не можливо оминати чинники, які *негативним чином позначалися* на процесі психологічного відновлення учасників бойових дій:

1. Відносно короткі строки медико-психологічної реабілітації – 15 діб.

2. Відсутність мотивації у військовослужбовців до самооздоровлення та докладання власних зусиль відносно вирішення власних психологічних проблем. Психолог сприймається бійцями, скоріш як чарівник, який за допомогою прихованої “чарівної палички” миттєво досягне бажаного результату.

3. Складність частини військовослужбовців здійснювати рефлексію власних почуттів, переживань та думок, переходити на абстрактний рівень міркувань та розгляду власних проблем.

4. Відсутність науково-обґрунтованих програм та чітких протоколів психологічного супроводу медико-психологічної реабілітації учасників бойових дій щодо роботи з конкретними порушеннями психологічного функціонування викликаних отриманням ними бойового досвіду.

Попри певну складність виконання завдань психологічного супроводу для нас, військових психологів, честь “доторкнутися” протягом короткого проміжку часу до світу внутрішніх образів, переживань й міркувань кожного військовослужбовця, що сьогодні боронить Україну від агресора, гордість бути свідком його трансформації та набуття ним аутентичності й унікальності індивідуального буття. Маємо надію, що наша робота сприяла хоча б частковому психологічному відновленню учасників бойових дій і полегшенню їхнього внутрішнього “страждання”, а досвід отриманий від цієї взаємодії повсякчасно буде примножуватися, кристалізуватися та передаватися

курсантам та слухачам Військового інституту, що сприятиме їхньому професійному та особистісному збагаченню.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Власов Н. Краткосрочная терапия тревожных расстройств. Учебное пособие. – М. : 2019. – 376 с.
2. Маккей Мэтью, Дэвис Марта, Фэннинг Патрик Как победить стресс и депрессию – Спб. : Питер, 2011 – 276 с.
3. Гринбергер Д., Падески К. Управление настроением: методы и упражнения. – СПб.: Питер, 2008. – 224 с

Сулятицький І. В.

Львівський національний університет імені Івана Франка, доцент кафедри спеціальної освіти та соціальної роботи, голова ГО «Центру психоінформації», к.психол.н., доцент (м. Львів, Україна)

Островська К. О.

Львівський національний університет імені Івана Франка, завідувач кафедри спеціальної освіти та соціальної роботи, голова Товариства «Родина Кольпінга» у Львові, д.психол.н., професор (м. Львів, Україна)

Островський М. М.

Львівський національний університет імені Івана Франка, старший викладач кафедри спеціальної освіти та соціальної роботи, завідувач міського психотерапевтичного центру КНП «П'ята міська клінічна поліклініка» у м. Львові (м. Львів, Україна)

ГЕОПСИХОЛОГІЧНІ РЕЗЕРВИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ГІБРИДНОСТІ ВІЙНИ

Геопсихологія – наука, яка вивчає вплив Землі (погоди, пори року, катаклізми інше) на душевне життя людини ("earth-based psychology" в перекладі означає «психологія, заснована на почутті землі»; в основі цієї науки - ідея про зв'язок людини і Землі [5].

Нинішня загарбницька війна Росії в Україні, на відміну від воєн минулого, ведеться на територіях, перенасичених промисловою інфраструктурою (атомні електростанції, хімічні підприємства, гігантські дамби, сховища токсичних відходів тощо), руйнування якої загрожує величезною екологічною небезпекою. Страждання й колосальні економічні збитки від імовірних

екологічних катастроф можуть сукупно перевершити втрати від воєнних дій та чорнобильської катастрофи [2, с.72].

Усе це руйнує нашу національну безпеку [2] і притуплює свідомість особистості, її переконання, цінності та смисли. Така карта соціумного буття стає добрим сензитивом гібридності ведення війни як на Сході України зокрема, так і загалом у локальних і тривалих війнах у сучасному світі, основною зброєю якої є знищення будь-якої ідентифікації. Феномен Землі як особливої планети Сонячної системи, її унікальність, витончена краса аж ніяк не сумісні з військовою діяльністю людини. Війна за «висновки розуму» особистості, або за формування «потрібної» свідомості особистості, або за знищення свідомості особистості в інформаційному просторі так, щоб «підкорити ворога, не борючись», стає у сучасних умовах основним видом завоювання. При цьому умовою ведення такої війни є нездатність розпізнати та зрозуміти механізми застосування психологічного насилля над собою[1].

Досліджуючи зв'язок Землі і з психікою, її стійкістю чи піддатливістю знаходимо багато доказів позитивної кореляції між цими явищами. Почнемо від найпростішого, але базового рівня тверджень – для дітей. Так, за свідченням сучасної української письменниці-казкарки, « в Литві наклали карту діалектів на карту коливань землі. І вони точно співпали! Виходить, коли ми розмовляємо рідною мовою, ми звучимо в унісон зі своєю землею! Труби ієрихонські зруйнували Ієрихон! Звук зруйнував каміння. Тож, може, й ми себе руйнуємо, коли звучимо не в унісон зі своєю землею Прислухайтесь: гуцульська говірка — жвава й гуркітлива, наче гори, а полтавська — тече, наче річечка долиною. Навіть рельєф землі відбитий у мові»[7]. Щоб дізнатися, чи перемаже Запорозьке військо ворога, напередодні далеких походів і великих битв маги-характерники застосовували геомантию – гадання на землі: піднімалися на вершину найвищого в окрузі кургану, і по лише для них зрозумілих ознаках робили доленосні висновки»[6]. Відомий характеролог українства О. Кульчицький визначає вплив географічного чинника як один із шести визначальних факторів етнопсихічного типу. В унісон з О. Кульчицьким здійснює свою наукову розвідку щодо геопсихічних чинників і О. Киричук виділяючи «психіку верховинця», «людини лісу», «сина степу» та ін.» [4]. О. Хрущ досліджуючи психологію прикарпатців, відзначила про їхню нетерпимість до будь-яких форм насилля. Автор виділяє такі риси характеру гірських жителів, як сміливість, волелюбність, почуття власної гідності, хоробрість і наполегливість [8].

Іншим фактором протидії гібридним впливам є стійкі ментально-образні імунітети. З початком гарячої фази гібридної війни Московії проти України боротьба з «шароварщиною» лише посилилася [3], - пише відомий сучасний

дослідник пасіонарної суті козацтва Каляндрук Тарас. Важливо, зазначає автор, щоб ми нарешті усвідомили для себе антиукраїнську суть вигаданого нашими ворогами негативу до термінів, національних символів, звичаїв чи дійств. Наприклад - «шароварщина». Саме тому, що шаровари є одним із візуальних символів української ідентичності і дають змогу прослідкувати українську традицію в глибинах століть, вони стали багаторічною інформаційною бацилою травлі громадського здоров'я українців. Так роблять цивілізовані народи, стаючи на захист своїх самобутніх символів, які формують їхню національну свідомість, відкидають весь негатив, який їм також намагаються нав'язувати чужинці. Наші шаровари є таким же символом національної традиції як кімоно у японців чи спідничка-кілт у шотландців. Коли б в Японії хтось обізвав давні традиції «кімоновщиною», його однозначно сприймали б як ворога. Так само в Шотландії, як би хтось назвав давні традиції «кілтщиною», шотландці трактували б таку особу, як ненависника Шотландії [3].

На основі наведених припущень і тверджень маємо підстави розглядати фактор Землі як один із засадничих феноменів у забезпеченні національної і глобальної безпеки. Геопсихічний чинник виступає основою імунітету (опорності) у протидії гібридним інформаційно-маніпулятивним впливам у сучасному поколінні війн, збереженню загальнонаціонального здоров'я. Отримання емпіричних факторів для доведення дієвості геопсихічного чинника для збереження ідентичності соціуму і протидії сучасним гібридним впливам є актуальною проблемою наших сучасних прикладних досліджень. Закликаємо колег до співпраці.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Горбенко Ю.Л. Особистість у гібридній війні: психологічний вимір / Психологія і особистість. 2017. № 2 (12). – С.30-39
2. Каденюк Л.К. Ідея екологічної Конституції Землі як фактор національної і глобальної безпеки . Вісн. НАН України, 2017, № 3 – [Електронне видання].–Режим доступу: <http://www.nas.gov.ua/UA/Messages/news/Pages/View.aspx?MessageID=3024>
3. Каляндрук Тарас. Термін шароварщина як маркер московського шовінізму в інформаційній війні кремля проти України. – [Електронне видання]. – Режим доступу: <https://tkaljandruk.blogspot.com/2020/02/blog-post.html>.
4. Киричук О. В. Ментальність: сутність, функції, генеза // Ментальність. Духовність. Саморозвиток особистості. Тези доповідей Міжнародної наук.-практ. конф. – К., Луцьк, 1994. – С. 7–20

5. Ковальова Марта. 22 квітня – Всесвітній День Землі. Редактор: Марта Пивоваренко – [Електронне видання]. – Режим доступу: <https://foundationdv.com/ua/articles/earthday2019>

6. Козацькому роду хвороби не страшні. – [Електронне видання].– Режим доступу –: http://www.kozatstvo.net.ua/ua/publications/uk_r.php.? d=a&i =2056

7. Мензатюк Зірка: «Коли розмовляємо рідною мовою, ми звучимо в унісон зі своєю землею!»– [Електронне видання].– Режим доступу: <https://starylev.com.ua/news/zirka-menzatyuk-koly-rozmovlyayemo-ridnoyu-movoyu-my-zvuchymo-v-unison-zi-svoyeyu-zemleyu>

8. Хрущ О.В. Український характер: історико-культурні та геополітичні умови його формування / Олена Хрущ // Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія. – Ч.1. – Івано-Франківськ: Плай, 1996. – С.127–129.

Умеренкова Н. Ф.

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, науковий співробітник лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти (м. Київ, Україна)

СИСТЕМА ПІДТРИМКИ СІМЕЙ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІД ЧАС ЦИКЛУ РОЗГОРТАННЯ: ДОСВІД США ТА КАНАДИ

Тривалий міжнародний військовий конфлікт з Російською федерацією на території України, із залученням понад 360 тисяч українських воїнів до участі в бойових діях в районі операції об'єднаних сил (далі ООС), загострює необхідність пошуку шляхів стабілізації морально-психологічного стану бійців, зокрема через спілкування з найближчим оточенням. Спілкування військовослужбовців з родиною може стати як ресурсом, який покращує їх психологічний стан, так і проблемою, що руйнує бойовий дух воїнів. Для покращення системи підтримки військових сімей під час циклу розгортання було вивчено досвід США та Канади.

Основним методом дослідження є проведення аналізу публікацій в англійській літературі, а також використання результатів бесід у форматі глибинних інтерв'ю з офіцерами, дружинами офіцерів, ветеранами та дружинами ветеранів США і Канади (всього 6 осіб). Узагальнюючи результати дослідження, отриману інформацію було структуровано по кожній країні послідовно.

У зарубіжних джерелах термін «розгортання» найчастіше використовується для опису виконання службово-бойових завдань за межами постійного місця

дислокації, зокрема у міжнародних місцях. Цикл розгортання включає кілька етапів: підготовка до розгортання, період розгортання, пост-розгортання (період повернення на військову базу) та реінтеграцію (повернення до регулярних військових обов'язків та у сімейне життя) [5, с. 16].

США. Для сприяння виконанню службово-бойових завдань та задля підвищення якості життя військовослужбовців та членів їх сімей в армії США функціонує Система сімейної готовності (Family Readiness System), послуги в межах якої поширюються на кожного військовослужбовця та члена його сім'ї незалежно від статусу та місцезнаходження. Більша частина послуг в межах системи забезпечується Програмами служби військової спільноти (Army Community Service Programs (ACS)). Однією із численних програм служби (ACS) є підтримка мобілізації та розгортання [1].

На рівні військової структури основними ланками, які забезпечують підтримку членів сімей військовослужбовців, в тому числі підчас циклу розгортання, є помічник підтримки сімейної готовності (Family Readiness Support Assistant, далі як FRSA) та група сімейної готовності (Family Radiness Groups, далі FRG). FRSA – це цивільна посада на рівні батальйону, підпорядковується командирі або заступнику. Група сімейної готовності – структура яка функціонує на рівні кожної роти та координується, як правило, однією з дружин військового цієї роти.(FRG-Leader) [5].

До функціональних обов'язків FRSA протягом циклу розгортання належать: створення бази даних військовослужбовців та членів їх сімей, включаючи контакти та місцезнаходження члена сім'ї; координація підготовки з сімейних питань на момент перед розгортанням; визначення, які сім'ї у складі підрозділів мають численні проблеми або питання, пов'язані з готовністю; надання військовим сім'ям та цивільним особам інформації та «інструментів» щодо готовності до непередбачених подій під час розгортання; інформування та заохочення сімей до створення плану з догляду за сім'єю на період розгортання; розробка та впровадження інструкції для груп сімейної готовності щодо розгортання; допомога з церемоніями від'їзду та вітальними церемоніями при поверненні; організація та координація можливості зв'язку між розгорнутими військовими та членами їх сімей; забезпечення своєчасної, правильної інформації, що поширюється серед членів сім'ї; допомога FRG-лідеру щодо комунікації із сім'ями з питань безпеки та благополуччя; інформування заступника командира про потреби або проблеми членів сімей, координація занять з реінтеграції для сімей та запрошення відповідних фахівців; перенаправлення військових та членів їх сімей у відділи капеланів, служби підтримки армії, сімейних програм, сімейних консультантів; визначення сімей з

високим ризиком та співпраця з командиром у напряму забезпечення підтримки цих сімей відповідними послугами у громаді

FRG під час циклу розгортання надає посилену підтримку членам сімей розгорнутого підрозділу: створюється закрита група у Facebook для підтримки та обміну інформацією, організуються зустрічі з жінками, які проживають на одній території, за відсутності такої можливості – забезпечується онлайн-комунікація. FRG відіграє важливу роль у наданні допомоги командирів підрозділу у підвищенні сімейної готовності до розгортання для військових і їх сімей.

Підтримка циклу розгортання в США (Deployment Cycle Support (DCS) – це всеосяжний процес, що забезпечує підготовку та підтримку військових та цивільних службовців армії та їх сімей протягом розгортань. Всі військовослужбовці, що розгортаються далеко від домашньої дислокації на 90 днів і більше підлягають обов'язковому включенню в процеси підтримки циклу розгортання. Цивільні особи та сім'ї заохочуються до використання наданих ресурсів. ASC здійснює підтримку всього циклу розгортання, пропонуючи на кожному етапі відповідні програми та ресурси [5, с. 17].

Перед розгортанням, на етапі підготовки проводяться: навчальні заходи програми OPREADY (тренінги для заступника командира підрозділу та лідера групи сімейної готовності, навчання про травму у підрозділі, тренінг «Діти та розгортання», фінансове планування на період розгортань); тренінг «Battlemind» для військовослужбовців, членів їх сімей, який включає інформування військових та членів їх сімей про цілодобові інформаційні ресурси підтримки, віртуальні FRG, підтримку сімейних консультантів, дислокацію найближчих військових та цивільних служб мережі підтримки сім'ї (AIFSN); просвіту та інформацію для сімей IRR / IMCOM.

Після розгортання, в період відновлення проводяться тренінг з відновлення та реінтеграції програми OPREADY та тренінг «Battlemind» для сімей військовослужбовців та цивільних осіб, які готуються до повернення військових з розгортання. Під час цих тренінгів надається інформація про зміни в стосунках, спілкування з дітьми, інформацію про ПТСР та контузії, ресурси підтримки сімейних консультантів та капеланів, розташування та послуги центрів сімейної підтримки (SFAC) та центрів підтримки поранених воїнів (WTU).

Протягом усього циклу розгортання надається посилена увага членам сімей розгорнутих військових та цивільних осіб, що мають високий рівень стресу, або мають інші проблеми, які потребують спеціальної допомоги чи підтримки.

Канада. В армії Канади основою сімейно орієнтованого підходу до надання послуг є Програма військових сімейних служб (Military Family Services Program), яка складається з мережі програм та послуг, що надаються як централізовано, так і через тридцять два багатосервісних військових сімейних ресурсних центри (далі сімейні ресурсні центри). Зазначені центри є неприбутковими організаціями, які знаходяться при кожній військовій базі та працюють у співпраці зі Службою військових сімей, місцевою командною ланкою та партнерами спільноти [4].

Під час першого етапу розгортання, за 2-3 тижні перед від'їздом підрозділу, представниками Збройних Сил Канади та фахівцями сімейного ресурсного центру проводиться інформаційна зустріч для військових та членів їх сімей, на якій присутні представники командування, що засвідчує повагу та турботу військовим сім'ям [3]. Для деяких членів сімей це може бути перше знайомство з підрозділом і ресурсним центром, або перший досвід розгортання. Тому на таких зустрічах відбувається інформування та обговорення можливих непередбачуваних обставини, які можуть статися вдома за відсутності військового і надається інформація про те, як зарадити таким ситуаціям.

Зазвичай така зустріч включає: вітальне слово командира, інформацію про місію, інформацію про групу підтримки на період розгортання та про доступні ресурси для комунікації з розгорнутим військовим, інформацію про грошове забезпечення та пільги, фінансові та правові питання, інформацію про послуги капелана та соціального працівника, послуги з оздоровлення.

На період розгортання сімейні ресурсні центри створюють групи підтримки, через діяльність яких командири забезпечують підтримку особового складу та членів їх сімей протягом усіх фаз. Такі групи надають підтримку через взаємодію у соціальних мережах та через спільні активності, такі як спільне дозвілля, зустрічі, заходи для дітей, вирішення поточних проблем; проводять ряд воркшопів, під час яких, в тому числі, навчають, як реагувати на власні емоції та емоційні стани дітей, проводять підготовку до повернення військовослужбовця додому та процесу реінтеграції. Відповідальна особа групи зв'язується з кожною сім'єю розгорнутого військового для запрошення долучитися до постійної мережі комунікації на період розгортання. Якщо сім'я не захоче підтримувати постійну комунікацію, її не змушуватимуть, але за потреби підтримку надаватимуть.

Після розгортання відбувається зустріч командування підрозділу та представників сімейного ресурсного центру для обговорення досвіду членів сімей за період розгортання, що допомагає врахувати особливості підтримки сімей під час наступних розгортань.

Особливості обставин, з якими стикаються сім'ї військовослужбовців за кордоном, відрізняються від ситуації, в якій перебувають сім'ї військовослужбовців в Україні в наш час. Основною відмінністю є те, що українські військові сім'ї проживають на території власної держави, де бойові дії ведуться шостий рік поспіль. Разом з тим досвід країн НАТО може бути допоміжним для вдосконалення системи підтримки членів сімей військовослужбовців України.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. About ACS (2019). Retrieved 2 December 2019, from <http://bit.ly/2sAaEFM>
2. Calvert, C.; Switzer, G. (2006) Deployment Support – Strength through Partnership. In Human Dimensions in Military Operations – Military Leaders' Strategies for Addressing Stress and Psychological Support (pp. 20A-1 – 20A-10). Meeting Proceedings RTO-MP-HFM-134, Paper 20A. Neuilly-sur-Seine, France: RTO. Retrieved from: <http://www.rto.nato.int/abstracts.asp>.
3. Family Program Directorate (2008). U.S. Army Deployment Cycle Readiness: Soldier's and Family Member's Handbook. Retrieved from <http://bit.ly/2rHe88U>
4. Military Family Services (2016). A Family Guide To The Military Experience. Retrieved from: <http://bit.ly/2r2nXhL>
5. United States Department of Army Family and MWR Command, Family Programs Directorate (2007). Family Readiness Support Assistant [FRSA] Resource Guide. Edition 1. Retrieved from: <http://bit.ly/384Ujt0>

Уркуметов М. К.

Національний університет оборони України імені Івана Черняховського, гуманітарний інститут, слухач (м. Київ, Україна)

ЛЮДСЬКИЙ ФАКТОР – ОСНОВНИЙ ЧИННИК ДОСЯГНЕННЯ ПЕРЕМОГИ В СУЧАСНОМУ БОЮ

У сучасних умовах існуючих воєнних загроз національній безпеці України вирішальне місце продовжує належати морально-психологічній стійкості та готовності особового складу Збройних Сил України та інших військових формувань до виконання завдань за призначенням. Найбільш гостро це проявилось у ході відсічі і стримування збройної агресії Російської Федерації на території Донецької та Луганської областей, де поряд із традиційними засобами збройної боротьби проти військовослужбовців та цивільного населення України з боку Російської Федерації активно

застосовується весь комплекс засобів агресивного інформаційно-психологічного впливу.

Сучасний бій є значним випробуванням фізичних і психологічних можливостей людини. В певному відношенні він є системою психотравмуючих впливів підвищеної інтенсивності, яка суттєво знижує боєздатність військовослужбовців і військових підрозділів.

Про масштаби потреб сучасного бою в психологічному забезпеченні і його можливості може свідчити досвід опрацьований під час підготовки та проведення різних військових операцій у збройних силах провідних держав світу. В ході підготовки і проведення операції “Буря в пустелі” військовим керівництвом коаліційних сил для досягнення успіху були застосовані значні сили морально-психологічного впливу. При штабі керівництва працювала велика група психологів, яка розробляла заходи впливу на противника і свої війська. Вони виявляли найбільш вразливі місця і напрацьовували пропозиції щодо їх швидкої ліквідації. Це дозволило вже в ході самої операції повернути в підрозділи сотні солдат після подолання психічних розладів, що усунуло необхідність направляти в зону бойових дій додаткові підрозділи.

Аналіз досвіду бойових дій, який відбувається зараз на території нашої країни, свідчить про те, що значно зросли психогенні втрати серед особового складу у порівнянні з війнами інших періодів та інших країн.

Поряд з традиційними прийомами ведення бойових дій запроваджуються й нестандартні. Акцент методів протиборства, які використовуються, зміщується в сторону широкого застосування політичних, економічних, інформаційних, гуманітарних та інших невійськових дій. В таких умовах значно зростає роль ефективного морально-психологічного впливу на управління діями підрозділів.

Так звана «гібридна війна», спираючись на принципово нові методи ведення бойових дій, передбачає завоювання інформаційної та морально-психологічної переваги над противником та населенням як до початку так і в ході її ведення. При цьому сторона-агресор може залишатися публічно непричетною до розв'язаного конфлікту. Експерти називають гібридну війну типом конфлікту, який все частіше буде застосовуватися у XXI столітті.

Дослідження різних джерел дозволяє стверджувати, що морально-психологічний стан особового складу обумовлюють різні чинники, такі як ідеологічний, соціальний, службовий, психологічний і побутовий. Виходячи з цього, система морально-психологічного впливу в арміях провідних країн світу, як правило, включає: ідейно-виховний вплив; психологічну підготовку; соціальну роботу; захист особового складу від негативного інформаційно-психологічного впливу противника, що поєднується з аналогічним впливом на нього засобами психологічних операцій.

В арміях кожної країни світу існує своя система морально-психологічного впливу на особовий склад. Найбільш організовано і цілеспрямовано до цієї справи ставляться у США та їх збройних силах, Бундесвері, збройних силах Ізраїлю, де проблему морально-психологічного забезпечення вважають пріоритетною державною справою, що ґрунтується на наукових засадах.

Особливості організації морально-психологічного впливу в арміях провідних країн світу свідчать, що людський фактор розглядається як основний чинник досягнення перемоги в сучасному бою. Також значна увага приділяється інституту військових священників. Основна функція релігійної діяльності полягає в задоволенні духовних запитів військовослужбовців і усуненні можливих конфліктів між їх свідомістю і характером виконуваних задач.

У цілому система закордонного досвіду організації морально-психологічного впливу на свідомість та психіку особового складу являє собою єдність таких структурних елементів: головної мети забезпечення; суб'єкта й об'єкта морально-психологічного впливу; основних напрямків морально-психологічного впливу; форм, методів і засобів морально-психологічного впливу.

Досвід локальних війн і збройних конфліктів кінця ХХ - початку ХХІ століття свідчить, що морально-психологічний вплив і надалі буде спрямовуватись на людський розум, оскільки дає можливість впливати на найслабшу ланку на полі бою - індивідуальне мислення солдата.

Тема морально-психологічного впливу на особовий склад є надзвичайно актуальною у будь-який час, а тим більше у стані війни. Неможна зменшувати значимість морально-психологічного впливу в сучасному бою. Досвід набутий арміями провідних країн світу слід найефективнішим чином використовувати у наших Збройних Силах та інших військових формуваннях. Це надасть змогу сформувати і максимально реалізувати національно-духовний потенціал, моральні та психологічні можливості особового складу, захистити його від негативного інформаційно-психологічного впливу та цілеспрямованих деморалізуючих зусиль противника, в бойовій обстановці підтримувати психологічну готовність ефективно та успішно виконувати завдання за призначенням.

Черновський А. Й.

Громадська організація «Доброчинність інвалідам»

(м. Переяслав, Україна)

ІПОТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД ПСИХОЛОГІЧНОЇ ТА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ УЧАСНИКАМ БОЙОВИХ ДІЙ ТА ВІЙСЬКОВИМ ІНВАЛІДАМ

Україна зіткнулася з війною та її страшними наслідками, які в першу чергу відобразилися на молодих хлопцях та чоловіках, які брали участь у бойових діях, отримавши страшний психологічний відбиток на довгі роки і назавжди змінивши спосіб їхнього життя.

Наслідками бойових дій стають інвалідність, депресії та посттравматичні стресові розлади і майже кожен учасник бойових дій, який повертається із війни, потребує психологічної та фізичної реабілітації, в якій потрібно використовувати комплексний підхід. Одним із найефективніших методів подолання психологічних захворювань є зоо та іпотерапія, які вже давно застосовуються за кордоном.

Іпотерапія є всесвітньо визнаною частиною лікувальної фізкультури (ЛФК) заснованою на взаємодії людини з конем, де інструментами реабілітації є процес верхової їзди на коні та фізичні вправи пацієнта. Лікарі традиційної медицини України такий вид реабілітації не визнають із-за стрімкого розвитку медичних технологій і несприйняття ними конкурентної народної медицини, хоч все більше країн світу іпотерапію офіційно впроваджують. Зокрема, перший в світі іпоцентр відкрився в 1953 році у Норвегії і навіть у Москві державний іпоцентр запрацював у 1991 році. Нині Іпотерапію застосовують в 45 країнах світу, зокрема в країнах Західної Європи, Скандинавії, США, Польщі, країнах Балтії. Наприклад, у США при Міністерстві у справах ветеранів функціонують спеціалізовані військові госпіталі, 30 із яких співпрацюють з кінськими фермами і пропонують програми іпотерапії під назвою «Horses for Heroes» («Коні для Героїв»). Послуги іпотерапії колишнім солдатам проводяться на безоплатній основі та фінансуються за рахунок благодійників і державної підтримки.

В Україні є Громадська організація «Доброчинність інвалідам», яка з 2014 року є неприбутковим безпосереднім надавачем виключно безкоштовних зоо та іпотерапевтичних послуг в першу чергу дітям з ДЦП, людям з особливими потребами, військовим інвалідам, учасникам бойових дій та ветеранам. Організація розпочала свою роботу однією конячкою з 2010 року наданням іпотерапії хворій на ДЦП доньці голови ГО. Для такої роботи «Доброчинність

інвалідам» має коні, поні, ослики, кролики, лебедів, та безліч різноманітних тварин.

ГО «Доброчинність інвалідам» спільно з Українським Державним медико-соціальним центром ветеранів війни та Переяславським Державним центром підтримки пенсіонерів та інвалідів довготривало поєднує зоо та іпотерапію з медикаментозним та психо-терапевтичним лікуванням людей з інвалідністю. Досліджені висновки та багаточисленні позитивні відгуки їх пацієнтів довели необхідність створення в Україні державних спеціалізованих зоо та іпотерапевтичних центрів для фізичної, медико і психо-соціальної реабілітації людей з інвалідністю. Зокрема, за словами Пономаренка Юрія Владиславовича інваліда Афганської війни, верхова їзда на коні розслабляє, розвіює негативні думки, відчуваєш себе вільним від усього і більш впевненим у собі. Він висловив побажання, щоб усі його побратими відчули емоційне тепло і енергетику, яку дають коні.

В лютому 2020 року керівники ГО «Доброчинність інвалідам» Андрій Черновський та Лілія Кравець були запрошені головою ТСК з питань правового статусу ветеранів Народним депутатом Яною Зінкевич у Верховну Раду на участь в «круглому столі» з питання недопущення зупинки функціонування шпиталів в період медичної реформи. В обговоренні проблемних питань напрацювалися перші кроки до законопроекту про «визнання і закріплення в Україні іпотерапії як офіційного виду реабілітації».

Потрібно відрізнити також ефективну верхову їзду на конях від іпотерапії, яка призначається іпотерапевтом і має кожного разу індивідуальний курс, кількість і час занять.

Величезну роль в провадженні іпотерапії в методику реабілітації учасників бойових дій і ветеранів відіграє директор Циблівського УДМСЦВВ Гріненко Юрій Олександрович, в якого спільне бачення і співпраця з ГО «Доброчинність інвалідам» в іпотерапевтичному сприянні реабілітації людей з інвалідністю. За його словами, верхова їзда окрім фізичного та емоційного впливу на стан людини, дає їй надзвичайно великий заряд біологічної енергії та є ефективною при порушеннях координації рухів, викривлення хребта, дефектах постави, порушення обміну речовин, вегето-судинної дистонії і.т. Практично іпотерапія сприяєвиліковуванню майже від усіх існуючих хвороб, оскільки «заряджений» біополем коня людський організм краще сприймає і засвоює медикаментозне лікування. Протипоказання для іпотерапії є лише захворювання нирок, гостра форма будь-якого захворювання, остеопороз, гемофілія, підвищена ламкість кісток та алергія на шерсть коня. Отже, іпотерапія є одним з найбільш дієвих і ефективних методів психосоціальної та фізичної реабілітації учасників бойових дій та військових інвалідів.

Повернення учасників бойових дій у мирне життя та їх соціалізація є такою ж важливою для державотворення функцією, як і захист народу України від зовнішніх ворогів.

Чуйко О. В.

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, завідувач кафедри соціальної реабілітації та соціальної педагогіки, д.психол.н., професор (м. Київ, Україна)

Зеленько А. С.

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, студентка IV курсу, спеціальність «соціальна педагогіка» (м. Київ, Україна)

СПОРТИВНА РЕАБІЛІТАЦІЯ В УКРАЇНІ: ДОСВІД УПРОВАДЖЕННЯ

Необхідність вирішення проблем реабілітації учасників АТО наразі є одним із пріоритетних та значущих завдань в Україні. Особливе місце в загальній системі реабілітації належить спортивній реабілітації, яка розглядається як засіб не лише фізичного, а й психологічного відновлення особистості.

В українському законодавстві визначено поняття «фізкультурно-спортивна реабілітація», яка розглядається «як система заходів, розроблених із застосуванням фізичних вправ для відновлення здоров'я особи та спрямованих на відновлення і компенсацію за допомогою занять фізичною культурою і спортом функціональних можливостей її організму для покращення фізичного і психологічного стану» [1].

В іноземних джерелах стверджується, що спорт є найбільш природньою формою корекції та реабілітації після травм і може використовуватися для успішного доповнення інших форм коригуючого впливу, що робить його неocenним у відновленні загальної фізичної форми, в тому числі сили, швидкості, координації і витривалості людини, яка отримала травму [2].

Чудовою ілюстрацією упровадження спортивної реабілітації на загальнонаціональному рівні, є відомі спортивні змагання серед військовослужбовців за кордоном. Організатори змагань наголошують, що саме спортивні змагання та спортивна діяльність є потужним рушієм для людини та активним мобілізатором її власних можливостей та ресурсів. Саме спорт – це та діяльність, яка дозволяє поставити перед людиною чітку ціль і яка стає потужним мотиватором у побудові плану дій із її досягнення.

З 2010 року у США діє програма Ігри воїнів (The Warrior Games) - багатоспортивний захід для поранених та хворих військослужбовців і ветеранів, організований Міністерством оборони США. Ігри заохочують ветеранів залишатися фізично активними після повернення у свої місцеві громади, і надихають та сприяють зростанню і досягненням. Велику увагу програма приділяє сім'ї, яка вважається важливою частиною одужання спортсмена, тому програми з сімейної реабілітації є предметом постійної уваги та покращення.

У 2013 році британський принц Гаррі започаткував Invictus Games (Ігри Нескорених) - міжнародний аналог ігор для воїнів з національними представництвами [3,4]. В рамках Ігор Нескорених ветерани беруть участь у дев'яти видах спорту, включаючи баскетбол на візках, волейбол у сидінні та веслування в приміщенні. У 2019 році, виступаючи на старті, Принц заявив, що Ігри демонструють силу спорту, щоб надихнути військовослужбовців на одужання, підтримувати реабілітацію та демонструвати життя поза інвалідністю. Довгостроковою метою Ігор є збереження пам'яті про подвиг військовослужбовців.

Окрім «Invictus Games», у Великій Британії діє програма Battle Back - адаптивна програма спортивних та пригодницьких тренувань для поранених та хворих збройних сил. Фізичний розвиток - є ключовою складовою відновлення, тому програма та заходи «Battle Back» покликані сприяти розвитку впевненості та незалежного життя [5].

У Канаді працює програма Soldier ON, яка підтримує службовців та пенсіонерів для підтримки психічного здоров'я чи подолання фізичних захворювань чи травм через спорт та фізичні навантаження. Програма позиціонує себе як можливість повторного повернення до активного способу життя, що дає можливість розвивати нові навички, формувати впевненість та зустрічати нових людей із подібними проблемами. Також програма Soldier On відзначається можливістю адаптуватися та реінтегруватися у місцеві громади та залишатися активними протягом усього життя [6].

У 2018 році було підписано Указ Президента «Про підтримку розвитку системи спортивної реабілітації учасників бойових дій, які брали участь в АТО, в заходах щодо забезпечення національної безпеки і оборони, відсічі і стримування збройної агресії РФ в Донецькій і Луганській областях». Основна мета - сприяння розвитку ефективної системи реабілітації учасників бойових дій, реалізації проектів і програм, спрямованих на вирішення цих питань, впровадження ефективних механізмів взаємодії органів державної влади, органів місцевого самоврядування та інститутів громадянського суспільства з реабілітації та реадаптації військовослужбовців [7].

Уповноважений Президента України з питань реабілітації учасників АТО Вадим Свириденко заснував Національну раду спортивної реабілітації захисників України. До неї відносяться 5 асоціацій за напрямками: легка атлетика, водні змагання, зимові, змагання, ігрові змагання, силові види спорту.

Програма розвитку спортивної реабілітації в Україні передбачає участь ветеранів в міжнародних змаганнях, що проводяться країнами-членами НАТО. Серед них, вище зазначені «Ігри Нескорених». Україна долучилась до Ігор Нескорених у 2017 році, дебютувавши на змаганнях у Торонто, у травні цього року 20 спортсменів будуть представляти Україну у Гаазі. Ігри Нескорених підтримують українських військовослужбовців та ветеранів на шляху до фізичного відновлення, психологічної реабілітації та соціальної інтеграції, наголошуючи на одному зі своїх основних завдань - формування позитивного світогляду та мотивації до занять спортом та особистого зростання.

Велику допомогу в організації і розвитку спортивної реабілітації в Україні надають громадські організації. Зокрема, відбір та підготовку збірної України 2020 року здійснює Міністерство ветеранів України спільно з БФ «Повернись живим» та Центром стратегічних комунікацій «СтратКом Україна».

Отже, спортивна реабілітація поступово набирає все більшої популярності як інструмент реінтеграції колишніх учасників бойових дій не лише як метод фізичної корекції, а й дієвий інструмент психологічного та соціального відновлення особистості.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Закон України від 19.12.2017 «Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні».
2. Guttman, L. (1976). Textbook of Sport for the Disabled, Alden Press, Oxford
3. "Prince Harry starts off Warrior Games event in US". BBC. 13 May 2013. Retrieved 6 July 2015. <https://www.bbc.com/news/22504970>
4. "2015 Warrior Games - Warrior Games 101". Cvent. 2015 Department of Defense Warrior Games. Archived from the original on 7 July 2015. Retrieved 10 February 2016.
5. <https://www.bbc.com/news/uk-2646771>
6. <https://www.soldieron.ca/About-Us>
7. <https://www.president.gov.ua/documents/1232018-24134>
8. <https://www.gov.uk/guidance/the-battle-back-programme>
9. Brittain, I. & Green, S.E. (2012) Disability sport is going back to its roots: Rehabilitation of military personnel suffering sudden traumatic disablement in the twenty-first century, *Qualitative Research in Sport and Exercise*, 4 (2): 244-264.

Шестопалова М. Ю.

Військовий інститут Київського національного університету імені Тараса Шевченка, ад'юнкт (штатний) науково-організаційного відділення, кафедра військової психології та педагогіки (м. Київ, Україна)

ПРО ЗАГАЛЬНОМЕТОДОЛОГІЧНІ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ ПІДХОДИ ДО РОЗРОБКИ ПРОГРАМИ ТРЕНІНГУ РОЗВИТКУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ-ЗВ'ЯЗКІВЦІВ

Стресостійкість являє собою динамічну характеристику особистості, яка є чутливою до впливу визначених умов та обставин, проте може піддаватися корекції і розвитку. Як зазначає Є.В. Сидоренко: «Хороший тренінг обов'язково повинен ґрунтуватися на певній концепції того феномена, якому він присвячений» [1, с. 12]. Створена на основі певної концепції модель тренінгу повинна містити різні інтерактивні методи роботи у групі, які дозволяють учасникам оволодіти необхідними їм технологіями. Виходячи із цього, загальнометодологічними основами розвитку стресостійкості стали положення Л.М. Карамушки, В.М. Корольчука, Н.В.Оніщенко, О.В. Тімченка, згідно з якими не будь-які потенційно стресогенні події викликають стрес, а лише ті з них, які суб'єктивно оцінюються як загрозові.

У зв'язку із тим, що стрес завжди супроводжується негативними емоціями концептуальними основами авторського тренінгу можна вважати теорії збереження ресурсів, актуалізації особистісного потенціалу, резервів людської психіки (С.Хобфолл, Н.Є.Водоп'янова, Л.П. Гримак, О.Г. Маклаков, О.С. Старченкова та ін.), відповідно до яких кожен володіє достатньо великим репертуаром зовнішніх і внутрішніх ресурсів, а також підхід до проблеми стресу із позицій психології здоров'я (В.І. Алещенко, Є.М.Потапчук, М.С. Корольчук, О.Д. Сафін). Стає очевидним, що особистість може зберегти себе в умовах стресу лише у тому випадку, якщо буде здійснено системний аналіз найважливіших сфер життєдіяльності конкретного фахівця, що дозволить кожному розробити власну систему управління стресом [2].

Створення будь-якого тренінгу, і тренінг стресостійкості не є у цьому випадку винятком, має починатися із вибудовування його концептуальної основи. Який теоретичний фундамент тренінгу, з якою метою він буде проводитися, яка передбачувана цільова аудиторія, специфіка конкретного виду тренінгу, його місце у системі тренінгів, наскільки він необхідний і буде

затребуваний, які є ресурси для роботи, усі ці питання необхідно вирішити перед тим, як приступити до його безпосереднього створення [3; 4].

Одна з аксіом психології здоров'я свідчить, що кожна людина може бути здоровою за певних, які підходять саме для неї особливостей та умов життєдіяльності [5]. Зрозуміти і усвідомити ці чинники може лише сама особистість. Таким чином, врахування індивідуально-психологічних особливостей особистості є важливим концептуальним положенням при розробці програми тренінгу розвитку стресостійкості військовослужбовців-зв'язківців. У свою чергу, як зазначає Г.М. Ришко, стабільні зміни в антистресовій поведінці людей можуть бути досягнуті в процесі застосування послідовно технологічних змінюючих одна одну стадій і процесів, спрямованих на управління стресом та орієнтованих на зняття не стільки стрес-симптомів, скільки стресових реакцій [6].

Тому програма тренінгу розвитку стресостійкості була спрямована на зниження впливу стрес-чинників бойової діяльності військовослужбовців-зв'язківців за допомогою розвитку їхньої усвідомленості (mindfulness) шляхом фокусування на поточному моменті без оцінювання самого процесу діяльності; формування впевненої поведінки завдяки методам ментального тренування (аутогенне, ідеомоторне, медитаційне) та фізичного (імітаційного); оволодіння прийомами зняття симптомів стресу; формування алгоритму протидії стресу, у залежності від часу його настання, завдяки вибору правильної стратегії поведінки; підвищення рівня комунікативних навичок та лідерських якостей; інформування про професійні деформації і стреси: їхню специфіку, причини, наслідки. Змістовно тренінг стресостійкості розвиває когнітивну і поведінкову сфери професійної та службової діяльності військовослужбовців-зв'язківців задля формування індивідуальної стійкості ще до впливу психотравмуючої події. У зв'язку з чим, в межах дослідження, важливе місце займає когнітивно-поведінкова терапія, що позитивно впливає на формування відповідних реакцій на стресові ситуації для ефективного виконання завдань у бойових умовах та підвищує рівень стресостійкості військовослужбовців-зв'язківців.

У залежності від особливостей фокус-групи, цілей і завдань, що вирішуються за допомогою тренінгу стресостійкості, він може у рівній мірі мати характер будь-якого із видів: методичного, психотерапевтичного, особистісного розвитку, навчального чи організаційного.

Цілеспрямоване формування організаційно-психологічних умов, використання спеціальних тренінгових алгоритмів, врахування індивідуально-психологічних особливостей особистості, професійних та життєвих обставин військовослужбовців-зв'язківців має створити системний ефект досягнення учасниками тренінгу глибокої концентрації на проблемі стресостійкості,

позитивного ставлення до психологічної підготовки, як можливості сформувати навички попередження, подолання небажаного розгортання стресових ситуацій як у професійній, так і в міжособистісній сферах життєдіяльності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Сидоренко Е.В. Тренинг коммуникативной компетентности в деловом взаимодействии. СПб.: Речь, 2002. 208 с.
2. Patricia Andrews Fearon and Eolene M. Boyd-MacMillan. Complexity Under Stress: Integrative Approaches to Overdetermined Vulnerabilities. *Journal of Strategic Security*. Vol. 9. No. 4. Special Issue: Understanding and Resolving Complex Strategic Security Issues (Winter 2016). P. 11-31.
3. Лефтеров В.О. Психологічні тренінгові технології в органах внутрішніх справ: монографія. Донецьк: ДЮІ, 2007. Т.І: Методологія психотренінгу та його використання у професійно-психологічному розвитку персоналу, задіяного в екстремальних видах діяльності. 242 с.
4. Мороз Л.І. Теоретичні та прикладні засади професійно-психологічного тренінгу працівників органів внутрішніх справ України: дис.. д-ра психол. н. Київський національний університет внутрішніх справ. К., 2008. 375 с.
5. Потапчук Є.М. Соціально-психологічні основи збереження психічного здоров'я військовослужбовців: автореф. дис... д-ра психол. наук. Національна академія держ. прикордонної служби України ім. Б.Хмельницького. Хмельницький, 2004. 365 с.
6. Ришко Г.М. Психологічні особливості розвитку стресостійкості у науково-педагогічних працівників вищих навчальних закладів: дис. канд. психол. наук. К., 2014. 255 с.

Юрчинська Г. К.

Київський національний університету імені Тараса Шевченка, завідувачка кафедри загальної психології, к.психол.н., доцент (м. Київ, Україна)

Марініна В. М.

Київський національний університету імені Тараса Шевченка, асистент кафедри загальної психології, к.психол.н., (м. Київ, Україна)

ОСОБЛИВОСТІ СХИЛЬНОСТІ ДО РИЗИКУ У ПРОФЕСІЙНИХ ВОДІЇВ

Проблема безпеки дорожнього руху завжди була актуальною для нашої країни. Все частіше в телевізійних повідомленнях та Інтернет новинах ми

отримуємо інформацію про дорожньо-транспортні пригоди (ДТП) не лише за участі цивільних транспортних засобів, а й крупно габаритної військової техніки.

Фахівці у галузі безпеки дорожнього руху визначають ризик як ймовірнісні можливості потрапити в ДТП [5]. Серед таких можливостей виділяють: об'єктивні (наприклад, незадовільний стан доріг); «ситуацію ризику», яка пов'язана з високою психофізіологічною ціною прийняття відповідного рішення водієм; суб'єктивні (знання, уміння, навички, здоров'я, практичні стани, професійно важливі психофізіологічні та психологічні якості, мотиви, ставлення до праці та інших людей)[2]. Не останню роль для безпечного руху відіграє культура професійної поведінки водіїв під час керування транспортним засобом [6]. До групи ризику ситуації ДТП відносять, переважно, водіїв без стажу керування транспортними засобами та водіїв пасажирського транспорту. Між тим емпірично не доведено, що для цієї групи підвищений ризик обумовлений типовими виробничими ситуаціями чи поведінковими установками, чи звичками, що характерно для професійних водіїв [1]. Діяльність водія транспортних засобів є різновидом операторської, яка вивчається в системі «Людина – Техніка». Діяльність в таких ергатичних системах вимагає від водія певних професійно-важливих якостей (ПВЯ) [3]. Неадекватна поведінка водіїв, як операторів ергатичних систем, в різних ситуаціях ДТП часто пояснюється психологічними особливостями особистості. Тоді постає питання про міру виправданого вияву схильності до ризику в ситуації невизначеності та ризику в процесі керування транспортним засобом.

Таким чином, одним із множини чинників загрози для безпеки системи «Водій – транспортний засіб – середовище» можна вважати стійку особистісну характеристику схильності до ризику.

Метою нашого дослідження є: розкрити особистісні особливості професійних водіїв транспортних засобів із схильністю до ризику.

У дослідженні взяли участь 51 водій із сфери вантажних перевезень та 30 водіїв пасажирського транспорту. Для досягнення мети використано наступний методичний інструментарій: опитувальник Басса-Дарки (адаптація А.К. Осницького) для визначення показників і форм агресії; Фрайбурзький опитувальник для дослідження особистісних властивостей; опитувальник О.Г. Шмельова для визначення рівня схильності до ризику.

Емпірично встановлено, що значимі відмінності між фахівцями двох видів транспортних перевезень за властивістю схильності до ризику відсутні.

За статистичним розподілом емпіричних даних визначено, що серед водіїв вантажних перевезень зі стажем роботи 65% мають середній рівень схильності до ризику та 35% -високий. Приблизно такий же розподіл і для фахівців

пасажирських перевезень: 60% - середній рівень схильності до ризику і 40% високий.

Порівняння особистісних особливостей водіїв з високим рівнем схильності до ризику залежно від виду транспортного засобу показало наступне. Водіям вантажних перевезень властивий вищий загальний індекс агресивності та ворожості. Їм більш притаманні такі види агресивних реакцій як непряма агресія, негативізм, роздратування, образа. Тоді як для водіїв пасажирських перевезень схильність до ризику негативно корелює з такими властивостями як депресивність, непряма агресія, сором'язливість. Це ті якості, які перешкоджають ефективній професійній діяльності. Такі якості зазначені в професіограмах водія та військового [4]. Отже, отримані емпіричні залежності підводять до постановки питання про необхідність поглибленого вивчення схильності до ризику при професійному відборі та фаховій підготовці, перепідготовці, підвищенні кваліфікації водіїв не лише цивільних, а й військових, які є потенційними чи реальними учасниками дорожнього руху.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Богданов М.В. Развитие профессионально-важных качеств водителей автотранспорта средствами и методами подготовки спортсменов-автогонщиков/М.В. Богданов. – Режим открытого доступа: <http://www.dslib.net/fiz-vospitanie/razvitie-professionalno-vazhnyh-kachestv-voditelej-avtotransporta-sredstvami-i.html> (дата обращения: 02.03.2020).

2. Морковина Е.А. Исследование профессионально-важных качеств водителей транспортных средств/Е.А. Морковина//Молодой ученый. 2009, №3. –с.143-151. - URL <https://moluch.ru/archive/3/225/> (дата обращения: 02.03.2020).

3. Псядло Э. М. Метод расчета профессионально важных качеств операторов транспортных средств / Э.М. Псядло, В.В. Мартыненко // Актуальные проблемы транспортной медицины. -2017, №3 (49). - с.41- 46.

4. Професіограми: офіційний сайт. – Режим відкритого доступу: <http://stepmrvk.net.ua/profes%D1%96ogrami.html> (дата звернення: 04.03.2020)

5. Ткаченко І.О. Ризик у транспортних процесах: навч. посібник/ І.О. Ткаченко; Харківський нац. ун-т міського господарства ім. О.М. Бекетова. – Харків: ХНУМГ ім. О.М. Бекетова, 2017.- 117 с.

6. Юрчинська Г.К. Психологічні особливості професійної поведінки водія вантажного транспорту./ Г.К. Юрчинська //Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка. – Київ, 2013. –Том.11.- Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. – Вип.7., Ч.2. – с.586-592.

Наукове видання

Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи

Матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції

03-04 квітня 2020 року

Віддруковано з оригінал-макетів авторів

Підписано до друку 11.03.2020 р. Формат 60x84/16 Папір офсетний.

Гарнітура Times Ум. друк арк. Обл. вид. арк.

Тираж 200 прим. Зам 1267

Адреса редакції, видавця,
03187, Київ-187, пр.Глушкова 2-а, к.201,
тел.+380445213509, e-mail: soc_psy@ukr.net

Віддруковано у друкарні ТОВ «Про Формат»,
М. Київ, вул. Щекавицька 46 Б.
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи серія ДК № 5942