

SECTION 1. GENERAL PSYCHOLOGY AND PSYCHOLOGY OF PERSONALITY

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-403-0-1>

THE PSYCHOLOGICAL FEATURES OF HARDINESS IN MILITARY PERSONNEL

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Liakhovets L. O.

*Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor,
Associate Professor at the Department
of General, Age and Social Psychology
T.H. Shevchenko National University
"Chernihiv Colehium"
Chernihiv, Ukraine*

Ляховець Л. О.

*кандидат психологічних наук,
доцент,
доцент кафедри загальної, вікової та
соціальної психології
Національний університет
«Чернігівський колегіум»
імені Т.Г. Шевченка
м. Чернігів, Україна*

Prymak Yu. V.

*Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor,
Associate Professor at the Department
of General, Age and Social Psychology
T.H. Shevchenko National University
"Chernihiv Colehium"
Chernihiv, Ukraine*

Примак Ю. В.

*кандидат психологічних наук, доцент
доцент кафедри загальної, вікової
та соціальної психології
Національний університет
«Чернігівський колегіум»
імені Т.Г. Шевченка
м. Чернігів, Україна*

Актуальність проблеми. Події останнього десятиріччя, які відбуваються на території нашої країни, і прямо пов'язані з захистом її територіальної та державної цілісності, загострили низку нагальних проблем, дотичних як до ведення інтенсивних, надмірно напружених бойових операцій, так і до потужних впливів великої кількості стресорів бойової обстановки на фізичний, психічний, морально-психологічний стани військовиків.

Психіка військовослужбовців зараз працює на межі своїх функціональних можливостей; порушується діяльність когнітивної, емоційної та поведінкової сфери комбатантів; а наслідки впливу стрес-факторів та переживання травматичних подій часто, навіть, не піддаються чіткому прогнозуванню. Тривалість воєнних подій,

збільшення жертв і потерпілих, зростання числа учасників бойових дій актуалізує потребу у ретельному вивченні специфіки реагування військових на травму та у створенні й реалізації комплексу заходів психологічного відновлювального супроводу, зокрема, орієнтованого на регулювання їх психоемоційних станів й розвиток життєстійкості як адаптивного ресурсу фахівців ризиконебезпечних професій.

Метою нашого дослідження виступає визначення рівня сформованості та особливостей прояву компонентів життєстійкості у військово-службовців.

У психологічній науці поняття «життєстійкість» з'явилося завдяки дослідженням опірності стресу менеджерів телефонних компаній С. Мадді & С. Кобейси. Автори розглядали життєстійкість як особистісну властивість, що захищає людину від дії стресу [2]. Сучасні наукові розвідки цього феномену значно розширили його тлумачення. Наразі вітчизняні та зарубіжні вчені розглядають життєстійкість як: екзистенційну мужність (Maddi S., 1979; 1999; 2004); психічну стійкість (Станішевська В.І., 2022); копінг-стратегії (Титаренко Т.М. & Ларіна Т.О., 2009); здатність витримувати стрес без внутрішнього розбалансу і зниження успішності діяльності (Блінов О.А., 2013; Коқун О.М., 2023); активну адаптацію до змін (Seligman M., 2004; Лазос Г.П., 2018; Чиханцова О.А., 2018); способи саморегуляції, самореалізації (Володарська Н.В., Данилюк І.В., Пенькова О.І., Сердюк Л.З., Яблонська Т.М., 2015) та ін.

Поряд з тим, напрацьовань, які розкривають специфічні особливості прояву життєстійкості фахівців ризиконебезпечних професій, виконуючих свої обов'язки в екстремальних умовах, – досить небагато. Власне це й зумовило вибір теми нижченаведеної наукової розвідки.

У нашій роботі ми дотримуємось тлумачення життєстійкості, запропонованого О.А. Чиханцовою: «це – багаторівневе, цілісне системне утворення, що поєднує значимі для особистості цілі та цінності, самоставлення, стильові характеристики поведінки, ... переконання щодо світу, соціального оточення і свого місця в ньому» [1, с. 268]. В якості її структурних компонентів розглядаємо: 1) залученість; 2) контроль; 3) прийняття ризику.

Із метою вивчення особливостей прояву життєстійкості у військовиків влітку 2023 р. нами було опитано 55 фахівців різних військових спеціальностей (з них: 57% – чоловіки і 43% – жінки; віком від 21 до 55 років; 64% – рядовий склад, 24% – сержантський склад, 12% – офіцерський склад; половина респондентів брали активну участь у виконанні службово-бойових завдань, решта здійснювала роботу, пов'язану з тилловим забезпеченням).

До діагностичного комплексу увійшли методики, націлені на вимірювання сформованості життєстійкості (С. Мадді); проявів агресивної поведінки (А. Бас, А. Даркі); ситуативної й особистісної тривожності (Ч.Д. Спілбергер) та вибір копінг-стратегій (Д. Амірхан).

На основі отриманих результатів емпіричного дослідження було встановлено, що 43% військових мають високий і 57% – середній рівень сформованості життєстійкості, що може свідчити про наявність певного внутрішнього ресурсу, котрий дозволяє їм ефективно виконувати службові обов'язки, приймати різноманітні виклики, контролювати обставини власної життєдіяльності, здійснювати опір впливам численних стресогенних подій.

Не менш важливими, на наш погляд, є показники рівнів вираженості окремих складових життєстійкості. Так, чверть опитаних має високий рівень сформованості компоненту *залученості*, отже, вони життєво активні, знаходять сенс життя, навіть в умовах війни, розуміють важливість своєї роботи, що підвищує їхню самоцінність. Третина респондентів демонструє високий рівень вираженості компоненту *контролю*, це розкриває їхню переконаність в тому, що будь-яка чітко скерована організована діяльність й окремі конкретні дії, впливають на кінцевий результат (навіть, якщо наразі він непередбачуваний і неявний). Більше половини досліджуваних мають високо виражений компонент *прийняття ризику*; професійні ризики військових не завжди прогнозовані й часто призводять до того, що їм доводиться діяти в умовах підвищеної невизначеності, приймаючи важкі (часом неоднозначні) рішення вже в ході проведення бойових операцій. Можна припустити, що опитані володіють навичками розрахунку ступеню виправданості і прийнятності ризиків.

Поряд з цим, слід розуміти й специфіку проявів супутніх психоемоційних станів, що сприяють ефективній адаптації військовиків до умов виконання професійних завдань та стабілізації їх життєстійкості. Так, дієвими способами вивільнення внутрішньої напруги, спричиненої бурхливими емоціями, виступають, як зовні помітні – прояви вербальної чи фізичної *агресії*, так і зовні непомітні – переживання почуття провини.

У переважній більшості опитаних превалує помірний та низький рівень як ситуативної, так і особистісної *тривожності*. Отже, актуальна службова ситуація оцінюється ними як досить прогнозована, впорядкована, позбавлена недиференційованих, невротизуючих реакцій, безпосередньо загрозливих для їхньої професійної компетентності. Але привертає увагу високий рівень особистісної тривожності, показаний третьою частиною респондентів, що може свідчити про їхню здатність передбачати негативні наслідки подій, критично

оцінювати свої можливості і, у такий спосіб, зменшувати власну травматизацію.

Вирішення міжособистісних питань та службових завдань здійснюється шляхом застосування конструктивних *копінг-стратегій*: 79% військових орієнтовані на ефективне розв'язання проблем; 66% – на соціальну підтримку; 74% – не схиляються до “уникнення проблем”, навпаки, демонструючи високу активність і націленість на соціальну взаємодію для подолання труднощів.

Застосування процедури кореляційного аналізу (з використанням коефіцієнта лінійної кореляції Пірсона) дозволило виокремити психологічні прояви кожного з компонентів життєстійкості у військових.

Залученість проявляється у них завдяки ретельній, обміркованій оцінці актуальної ситуації та власних можливостей, налагодженню оперативних контактів, відчуттю власної ефективності.

Контроль реалізується за рахунок саморегуляції емоційної та поведінкової сфер, переключення уваги з неконструктивних переживань (які тривожать чи викликають агресію) на якісне виконання службових завдань.

Прийняття ризику позначається готовністю до дії, раціональністю у розподілі часу на роботу й відпочинок, прагненням до самореалізації.

Висновки. Життєстійкість виступає стійкою інтегративною особистісною властивістю, яка реалізується у координатах ставлення людини до себе, оточуючого світу і системи взаємодії зі світом. Провідні функції життєстійкості полягають в: мотивації особи до самореалізації; переконанні людини у власній значущості; орієнтації на розв'язання життєвих завдань через подолання наявних стрес-факторів.

У діяльності фахівців ризиконебезпечних професій (зокрема, кадрових військових) життєстійкість впливає на швидкість й оцінку актуальних ситуацій; визначає їх готовність до ефективної праці; посилює самоконтроль емоційної сфери; покращує соціальні комунікації; стимулює пошуки сенсу особистої та професійної діяльності і сприйняття чинників стресу як менш травматичних, навіть в умовах війни.

Література:

1. Чиханцова О.А. Особливості прояву компонентів життєстійкості особистості. *Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості*: зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Житомир : Вид-во ЖДУ імені І. Франка. 2018. Том 6. С. 267–273.

2. Khoshaba D., Maddi S. Early Antecedents of Hardiness. *Consulting Psychology Journal*. 1999. Vol. 51. P. 106–117.