

Список використаних джерел:

1. Булава А. Стрес та його вплив. *Освіта і наука*. 2021. № 1. С. 18–27.
2. Гоженко А. І. Хронічний стрес та його метаболічне забезпечення / А. І. Гоженко, Ю. М. Гришко. *Актуальні проблеми сучасної медицини: Вісник Української медичної стоматологічної академії*. 2019. Т. 19(4(68)). С. 123–129.
3. Орос М. М. Стрес, дистрес, його види та корекція / М. М. Орос, А. В. Гал. *Ліки України*. 2021. № 7(253). С. 32–35.
4. Теренда Н. О. Професійне вигорання – одна з невирішених проблем системи охорони здоров'я / Н. О. Теренда, Т. Б. Павлів, О. А. Теренда. *Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України*. 2021. № 2(88). С. 29–33.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-393-7-16>

Михайловський О. В.,

студент 2 курсу магістратури

Причорноморського інформаційного центру

ПрАТ «Вищий навчальний заклад

«Міжрегіональна академія управління персоналом»

Науковий керівник: Раєвська Я. М.,

доктор психологічних наук,

професор кафедри психології

ПрАТ «Вищий навчальний заклад

«Міжрегіональна академія управління персоналом»

ОСОБЛИВОСТІ АФЕКТИВНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ВІЙСЬКОВИХ ЗСУ

Критичні (екстремальні) ситуації пред'являють особливі та підвищені вимоги до адаптаційних можливостей людини, яка виявляється у незвичній для неї ситуації. Великомасштабні екстремальні ситуації, пов'язані зі стихійними лихами, аваріями, катастрофами та військовими діями, становлять загрозу не тільки для окремих людей, а й для широкіх верств населення [1].

Загроза життю, неможливість задовольнити мінімальні потреби для нормальної життєдіяльності (наприклад, у їжі, воді, сні, дотриманні правил особистої гігієни), відсутність бойових побратимів підкріплення. У той самий час, як свідчить практика, напруга може

виснажувати воїнів, змушуючи їх втрачати чутливість, здатність адекватно сприймати навколишню дійсність і раціонально мислити. Напруга пригнічує почуття, знижує координацію рухів та самоконтролю, змінює мотивацію і часто призводить до єдиного бажання – покінчити з несприятливою ситуацією будь-яким способом. Тому низька емоційна та волева стійкість, нездатність до саморегуляції свого стану, невміння швидко відновлювати сили та вибрати найбільш підходящий спосіб дій знижують ефективність місії, а іноді призводять до її провалу, поразки та людських жертв.

Найбільш сильними депресивними станами в бою, для військовослужбовців, що впливають на формування емоційно-вольової стійкості, є людські втрати – поранення та загибель побратима по службі та самотність. Досвід бойових дій на території нашої країни показує, що високоорганізовані, навчені та згуртовані підрозділи, які мають постійну виховну підтримку, домагаються вирішення поставлених завдань із великими втратами, не втрачаючи боєздатності. Психологічні наслідки раптової смерті можуть мати характер короточасного шоку, тривалого затьмарення свідомості чи незворотних психологічних змін [2, с. 129–140]. При цьому негативні наслідки раптового нападу залежать від ступеня розвитку психічного самоконтролю, ступеня підготовленості до дій у різних ситуаціях, обсягу раніше перенесених психологічних травм та інших факторів. У разі раптового нападу ситуація може бути оцінена як повністю раптова, частково раптова чи очікувана.

Контекст бойових дій – це взаємодія військовослужбовця з фіксованою системою обставин, тобто складною реальністю, до якої військовослужбовець прикріплений, протягом певного періоду часу, в ході спеціальної підготовки або виконання бойового завдання. Як правило, бойова діяльність – це складна серія дій командира щодо виконання бойового завдання в умовах високої динаміки виникнення, розвитку та зміни екстремальних ситуацій.

Структура діяльності в екстремальних ситуаціях має два аспекти: зовнішній (виконавчий) та внутрішній (психологічний). Зовнішній аспект діяльності в екстремальних ситуаціях є системою спеціалізованих дій та заходів, які можна розділити на умовні, орієнтуючі, аналітичні/прогностичні, технічні, регулятивні/мотиваційні, захисні та кооперативні. Внутрішній аспект діяльності визначається професійним досвідом суб'єкта, відображенням його уявлень про державу, суспільні інтереси, світогляд, моральні та професійні ідеали і традиції. На цій основі у офіцерів формується мотиваційно-оцінна сфера особистості та професійна спрямованість.

Екстремальні чинники визначають підвищену затребуваність окремих характеристик особистості, мають професійне значення. Серед них для цього дослідження важливі такі [3]:

1) соціально-психологічна готовність до роботи у екстремальних умовах. Вона визначається мотивами, цінностями, особистісними та вольовими якостями;

2) наявність досить вираженої компетентності;

3) пластичність нервової системи. Передбачення, ймовірнісне прогнозування, тобто, забезпечення нетипових поведінкових процесів, які забезпечують виживання у екстремальних ситуаціях.

В екстремальних умовах бойових дій та війни, коли загроза життю стає повсякденною та очевидною, змінюється розуміння сенсу свого життя через ставлення до смерті [4]. Реальна загроза життю людини робить адаптацію до екстремальних умов реальністю, і ці зміни зачіпають цінності, системи ідеалів, ставлення до часу та орієнтації. Однак адаптація свідомості до смертельної небезпеки не означає байдужості чи негативного ставлення до життя. Сенс життя і готовність померти, щоб не втратити цей сенс – обидва аспекти правильного та послідовного розуміння військового обов'язку, обов'язку перед собою і перед своєю долею.

Ставлення до смерті – найвищий прояв сенсу життя. В умовах військової служби, особливо в бойовій обстановці, коли життю безпосередньо загрожує небезпека, розуміння сенсу життя актуалізується та впливає на особисті характеристики військовослужбовця [5, с. 23–29].

Внаслідок надмірної акомодатції системи переконань можуть відображати повну недовіру до людей та негативні образи себе та інших. Травмуючі події в минулому або негативні переконання, що були у людини до травми, сприяють закріпленню екстремальних переконань. Екстремальні переконання заважають людині відчувати природні емоції (страх, сум) у відповідь на травматичну подію, тим самим закриваючи шлях до переживання емоцій, що відповідають ситуації, та зміни переконань. Більше того, надмірно адаптовані негативні переконання можуть породити вторинні емоції (наприклад, сором, провину), які могли виникнути не в результаті травматичної події [6].

Таким чином, психологічні та фізичні наслідки участі військових у бойових діях можуть бути негативними (непатологічними), компенсаторними та захисними (адаптивними), а також частково позитивними [2, с. 154–167]:

1. Негативний вплив екстремальної діяльності на психологічне та фізичне здоров'я полягає в тому, що в учасників бойових дій: підвищується захворюваність та збільшуються терміни непрацездат-

ності; у деяких співробітників знижується психологічна активність та підвищується песимізм, тривожність, емоційна напруга та неврози; конфліктність, агресивність, несумісність, імпульсивність та самоконтроль.

2. Як компенсаторно-захисні реакції можна відзначити інтелектуальну трансформацію тривожності; усунення від усвідомлення об'єктивної реальності; придушення прагнення до відпочинку, комфорту та задоволення; інтроверсію; відчуженість; емоційну холодність; ухилиння від соціальної активності; пильність; чутливість до небезпеки; відданість інтересам референтної групи; тенденцію до підпорядкування лідеру.

3. Особистість учасників бойових дій змінюється в позитивний бік: підвищується незалежність, самостійність, рішучість, сміливість, інтуїція та швидкість реакції, здатність до абстрактного та аналітичного мислення, здатність до нестандартного мислення, здатність мислити на основі мінімальної інформації та здатність не зважати на емоції. Деякі співробітники більш здорово підходять до життєвих питань, менш егоцентрично і цинічно дивляться на життя, менш емоційно стійкі та уразливі, а завдяки надсильним рисам характеру здатні зберігати оптимістичний настрій, незважаючи на психотравмуючі ситуації. Високий інтелект, професіоналізм та раціональна поведінка дозволяють їм ставати лідерами референтних груп.

Список використаних джерел:

1. Грицевич Т. Л., Капінус О. С., Мацевко Т. М., Ткачук П. П. Соціально-психологічні технології управління військовими колективами : навч.-метод. посіб. Львів : НАСВ, 2018. 256 с

2. Кокун О. М., Мороз В. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С. Теорія і практика управління страхом в умовах бойових дій : метод. посіб. Київ – Одеса : Фенікс, 2022. 88 с.

3. Лефтеров В. Особистісно-професійний розвиток фахівців екстремальних видів діяльності засобами психологічного тренінгу. *Психологія і суспільство*. 2012, № 2. Електронний ресурс: <http://dSPACE.tneu.edu.ua/handle/316497/24813>

4. Самойленко О.О. Формування психологічної готовності мобілізованих військовослужбовців-прикордонників до ведення бойових дій: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.09. Нац. акад. ДПСУ ім. Б. Хмельницького. Хмельницький, 2018. 310 с.

5. Неурова А. Б. Емпіричне дослідження особливостей психологічної стійкості військовослужбовців – учасників операції Об'єднаних сил. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Херсон, 2019. Вип. 4. С. 23–29.

6. Тімченко О. В. Проблема психологічної готовності військового фахівця до екстреної дії в стані емоційного стресу : автореф. дис. ... канд. пси- хол. наук : 19.00.01. Харків, 1995. 24 с.

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-393-7-17>

Москаленко В. В.,

*доктор філософських наук, професор,
головний науковий співробітник лабораторії
загальної та історії психології
Інституту психології імені Г. С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України*

РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ ІДЕНТИЧНОСТІ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОЇ СИТУАЦІЇ

У широкому розумінні резильєнтність – це характеристика людини, яка гарантує їй здатність протистояти негативному впливу стресорів з метою збереження свого психічного здоров'я. У такому визначенні резильєнтність є природною властивістю людини, яка забезпечує не тільки її виживання, але й зростання. Зростання відбувається у відповідності із законами соціалізації як розвиток особистості в результаті якісних змін, яких людина набуває на основі минулого досвіду та тієї «прибавки», яка свідчить про перехід до нового етапу життєдіяльності. Кожна людина протягом свого життя стикається з великою кількістю життєвих ситуацій, які не мають жорстко окреслених меж і потребують від неї гнучкого реагування залежно від тих конкретних життєвих обставин, у які вона потрапляє. Хоча феномен резильєнтності є природною властивістю особистості, яка забезпечує її виживання і зростання у будь-якій ситуації, зокрема, й у невизначеній, поняття «резильєнтність» стало поширеним з початку ХХІ століття у зв'язку зі зміною Світу, який на сучасному етапі є епохою гібридних воєн та пандемій; в якому глобальна економічна взаємодія поступилася місцем політичній та безпековій; в якому інтереси домінують над цінностями; світу, в якому хитаються усталені системи міжнародного порядку. У цьому трансформаційному суспільстві загострилась проблема резильєнтності людини як умови її виживання.

На сьогодні існує численна наукова література, в якій аналізується феномен резильєнтності. Її аналіз свідчить про міждисциплінарний