

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДОНЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА

ЛОСЬ МАКСИМ ВІТАЛІЙОВИЧ

Допускається до захисту:
в.о. завідувача кафедри
кризової та клінічної психології
к. психол. наук, доцент
_____ О.А. Соловей-Лагода
«__» _____ 2024 р.

**ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО УЧАСТІ У БОЙОВИХ ДІЯХ**

Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма «Реабілітаційна психологія в надзвичайних ситуаціях»
Кваліфікаційна (магістерська) робота

Науковий керівник:
Сидоренко Ж.В.,
к. психол. наук, доцент,
доцент кафедри загальної
та соціальної психології

(підпис)

Оцінка: _____ / _____ / _____
(бали за шкалою ЄКТС/за національною шкалою)

Голова ЕК: _____
(підпис)

Вінниця 2024

АНОТАЦІЯ

Лось М.В. Особливості психологічної підготовки військовослужбовців до участі у бойових діях. Спеціальність 053 «Психологія». Донецький національний університет імені Василя Стуса, Вінниця, 2024.

У дослідженні розкрито ключові аспекти психологічної готовності військовослужбовців до участі в бойових діях, яка є критично важливим фактором успішності виконання бойових завдань і забезпечення психічного здоров'я особового складу. У роботі висвітлено структуру психологічної готовності, яка складається з мотиваційно-цільового, когнітивного, емоційно-вольового та операційно-поведінкового компонентів. У дослідженні продемонстровано, що кожен із цих компонентів відіграє важливу роль у формуванні здатності військовослужбовців ефективно діяти в умовах бойового стресу.

На основі теоретичного аналізу узагальнено підходи до визначення психологічної готовності, акцентуючи увагу на її багатовимірності та інтегративності. У роботі відзначено, що мотиваційно-цільовий компонент забезпечує внутрішню спрямованість на досягнення мети, когнітивний компонент включає необхідні знання та навички, емоційно-вольовий компонент визначає здатність до управління емоціями, а операційно-поведінковий компонент характеризує здатність діяти ефективно в екстремальних умовах. У дослідженні підкреслено важливість гармонійної взаємодії цих компонентів для формування стійкої психологічної готовності.

Емпіричне дослідження, проведене з використанням методик «Адаптивність-200», Багаторівневого особистісного опитувальника, шкали загальної самоефективності та методики «Мотивація професійної діяльності», дозволило оцінити рівень психологічної готовності 63 військовослужбовців Збройних сил України, Національної гвардії та Державної прикордонної служби. У дослідженні продемонстровано, що більшість респондентів мають

високий рівень адаптивності та здатності до мобілізації ресурсів у стресових ситуаціях. Водночас у частини військовослужбовців виявлено недостатній рівень поведінкової регуляції, комунікативного потенціалу та морально-етичної нормативності, що свідчить про необхідність цілеспрямованих заходів психологічної підтримки.

У роботі висвітлено роль комунікативного потенціалу як важливого чинника успішної взаємодії в колективі та виконання бойових завдань. У дослідженні зазначено, що військовослужбовці з високим рівнем комунікативних здібностей краще адаптуються до бойових умов, тоді як низький рівень цих здібностей створює труднощі у міжособистісній взаємодії. Крім того, виявлено вплив морально-етичної нормативності на рівень внутрішньої мотивації та стійкість до стресу.

У дослідженні розроблено теоретичну модель психологічної підготовки військовослужбовців, яка включає чотири етапи: підготовчий, формувальний, етап закріплення та заключний. У роботі продемонстровано, що підготовчий етап спрямований на діагностику базового рівня психологічної готовності, формувальний передбачає розвиток навичок саморегуляції, стресостійкості та комунікативних здібностей, етап закріплення зосереджується на практичному застосуванні отриманих навичок, а заключний етап забезпечує підсумкову оцінку та розробку рекомендацій для підтримання психологічної стійкості.

У роботі висвітлено важливість використання інноваційних методів у психологічній підготовці, таких як технології віртуальної реальності, тренажери для розвитку стресостійкості та техніки біологічного зворотного зв'язку. У дослідженні продемонстровано, що застосування цих технологій сприяє формуванню реалістичних умов для підготовки військовослужбовців і підвищенню їхньої здатності адаптуватися до бойового стресу.

Підкреслено ключову роль військових психологів у процесі підготовки та підтримки військовослужбовців. У роботі зазначено, що їхні завдання включають психодіагностику, організацію тренінгів зі стресостійкості, кризове консультування та реабілітацію після бойових дій. Особливу увагу приділено

важливості забезпечення своєчасної підтримки військовослужбовців, які демонструють ознаки девіантної поведінки або підвищеного ризику дезадаптації.

Результати дослідження підтверджують важливість комплексного підходу до психологічної підготовки, який враховує індивідуальні особливості військовослужбовців, групову динаміку та специфіку бойових умов. У роботі висвітлено, що розвиток мотивації, стресостійкості, комунікативних навичок і морально-етичних цінностей сприяє підвищенню загального рівня психологічної готовності.

У дослідженні акцентовано увагу на перспективах подальших наукових розвідок, таких як вивчення довгострокових ефектів психологічної підготовки, розширення вибірки для врахування специфіки різних категорій військовослужбовців, а також аналіз впливу бойового досвіду на психологічну готовність. У роботі наголошено на необхідності розробки індивідуалізованих програм підготовки, орієнтованих на специфічні потреби кожного військовослужбовця.

Ключові слова: *Психологічна готовність, військовослужбовці, бойові дії, стресостійкість, адаптивність, мотивація, саморегуляція, комунікативний потенціал, морально-етична нормативність, професійна спрямованість, девіантна поведінка, психологічна підтримка.*

Об'єм 89 с. заг. тексту, 79 с. основн. тексту, 9 рис., 1 табл, бібліограф.: 61 найменування

ABSTRACT

Los M., Features of psychological training of military personnel for participation in combat operations. Speciality 053 'Psychology'. Vasyl' Stus Donetsk National University, Vinnytsia, 2024.

The study reveals the key aspects of the psychological readiness of servicemen to participate in combat operations, which is a critical factor in the success of combat missions and ensuring the mental health of personnel. The paper highlights the

structure of psychological readiness, which consists of motivational and goal-oriented, cognitive, emotional and volitional, and operational and behavioural components. The study demonstrates that each of these components plays an important role in shaping the ability of servicemen to act effectively under combat stress.

On the basis of theoretical analysis, approaches to defining psychological readiness are summarised, focusing on its multidimensionality and integrative nature. It is noted that the motivational and goal component provides an internal focus on achieving the goal, the cognitive component includes the necessary knowledge and skills, the emotional and volitional component determines the ability to manage emotions, and the operational and behavioural component characterises the ability to act effectively in extreme conditions. The study emphasises the importance of the harmonious interaction of these components for the formation of sustainable psychological preparedness.

An empirical study conducted using the Adaptability-200, Multilevel Personality Questionnaire, General Self-Efficacy Scale, and Professional Motivation methodology allowed to assess the level of psychological readiness of 63 servicemen of the Armed Forces of Ukraine, the National Guard, and the State Border Guard Service. The study shows that the majority of respondents have a high level of adaptability and ability to mobilise resources in stressful situations. At the same time, some servicemen have an insufficient level of behavioural regulation, communication potential and moral and ethical normativity, which indicates the need for targeted psychological support measures.

The paper highlights the role of communication potential as an important factor in successful teamwork and combat missions. The study notes that servicemen with a high level of communication skills are better able to adapt to combat conditions, while a low level of these skills creates difficulties in interpersonal interaction. In addition, the influence of moral and ethical normativity on the level of intrinsic motivation and stress resistance is revealed.

The study develops a theoretical model of psychological training of military personnel, which includes four stages: preparatory, formative, consolidation and final. The paper demonstrates that the preparatory stage is aimed at diagnosing the basic level of psychological readiness, the formative stage involves the development of self-regulation skills, stress resistance and communication skills, the consolidation stage focuses on the practical application of the acquired skills, and the final stage provides a final assessment and development of recommendations for maintaining psychological resilience.

The paper highlights the importance of using innovative methods in psychological training, such as virtual reality technologies, stress-resilience simulators and biofeedback techniques. The study demonstrates that the use of these technologies contributes to the formation of realistic conditions for training military personnel and enhancing their ability to adapt to combat stress.

The key role of military psychologists in the process of training and support of military personnel is emphasised. It is noted that their tasks include psychodiagnostics, organisation of stress resilience training, crisis counselling and rehabilitation after combat operations. Particular attention is paid to the importance of providing timely support to servicemen and women who show signs of deviant behaviour or an increased risk of maladjustment.

The results of the study confirm the importance of an integrated approach to psychological training that takes into account the individual characteristics of servicemen, group dynamics and the specifics of combat conditions. The paper highlights that the development of motivation, stress resistance, communication skills and moral and ethical values contributes to an increase in the overall level of psychological readiness.

The study focuses on the prospects for further research, such as studying the long-term effects of psychological training, expanding the sample to take into account the specifics of different categories of military personnel, and analysing the impact of combat experience on psychological readiness. The paper emphasises the

need to develop individualised training programmes that address the specific needs of each serviceman.

Keywords: *Psychological readiness, military personnel, combat operations, stress resistance, adaptability, motivation, self-regulation, communication potential, moral and ethical normativity, professional orientation, deviant behaviour, psychological support.*

Volume: 89 p. of the text, 79 p. of the main text, 9 figs, 1 table, bibliography: 61 items

ЗМІСТ

ВСТУП

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО УЧАСТІ В БОЙОВИХ ДІЯХ.....13

- 1.1. Наукові підходи до розуміння явища «психологічної готовності».....13
- 1.2. Аналіз проблеми психологічної готовності військовослужбовців до бойових дій.....18
- 1.3. Аналіз проблеми підготовки військовослужбовців до бойових дій.....26
- Висновки до розділу 1.....32

РОЗДІЛ 2. МЕТОДОЛОГІЯ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО УЧАСТІ В БОЙОВИХ ДІЯХ.....35

- 2.1. Характеристика основних етапів дослідження та вибірки дослідження.....35
- 2.2. Аналіз методів дослідження..... 38
- Висновки до розділу 2..... 47

РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО УЧАСТІ В БОЙОВИХ ДІЯХ..... 50

- 3.1. Аналіз результатів показників психологічної готовності військовослужбовців до бойових дій.....50
- 3.2. Аналіз характеру взаємозв'язків показників психологічної готовності військовослужбовців до бойових дій.....70
- 3.3. Теоретичний опис колекційної програми.....73
- Висновки до розділу 3.....74

ВИСНОВКИ..... 77

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ..... 80

ДОДАТКИ.....88

ВСТУП

Актуальність дослідження. Україна є однією з країн, що пережила численні воєнні конфлікти та знаходиться в складній геополітичній ситуації. Новий виток викликів щодо забезпечення національної безпеки та обороноздатності Української держави пов'язаний із початком агресії в 2014 та повномасштабного вторгнення РФ в 2022 році. В контексті цього, психологічна підготовка військовослужбовців до бойових дій набуває особливого значення та актуальності.

Психологічна стійкість військовослужбовців є ключовою для успішного виконання завдань у бойових умовах. Підготовка психологічно стійкого контингенту військовослужбовців допомагає не лише в управлінні стресовими ситуаціями, але і в забезпеченні прийняття обґрунтованих рішень в умовах значного психічного тиску.

Важливими елементами розвитку психологічної підготовки військовослужбовців є розвиток емоційної стійкості та копінг-стратегій, адаптація до екстремальних ситуацій, розвиток організаторських здібностей та навичок міжособистісної взаємодії. Ці аспекти стають вирішальними в умовах бойових дій, де військовослужбовець часто знаходиться в екстремальних умовах, де кожне рішення може мати стратегічне значення.

Психологічна підготовка має бути спрямована на підтримку психічного здоров'я військовослужбовців під час і після бойових дій. Посттравматичний стресовий синдром може бути серйозною проблемою для багатьох військовослужбовців, і вчасна психологічна допомога може врятувати життя та допомогти у відновленні нормального психічного стану.

Українські військовослужбовці, знаходячись в екстремальних умовах, зазнають значного психологічного тиску. Тому важливо вдосконалювати систему психологічної підготовки, адаптуючи її до сучасних викликів і

враховуючи специфіку конфліктів та загроз, з якими зустрічається наша держава.

Враховуючи вищезазначене, психологічна підготовка військовослужбовців до бойових дій має величезну актуальність, оскільки мова йде не лише про підвищення ефективності військових операцій, а й про збереження психічного здоров'я військовослужбовців. Тому дослідження цього питання є важливим завданням для забезпечення національної безпеки та захисту інтересів України в умовах сучасного світу.

Об'єкт дослідження – психологічна готовність особистості до військової професійної діяльності.

Предмет дослідження – особливості психологічної підготовки військовослужбовців до участі бойових діях.

Метою дослідження є визначення особливостей процесу, а також розробка ефективних засобів формування та розвитку психологічної підготовки військовослужбовців до участі в бойових діях.

Відповідно меті, нами були сформульовані наступні **завдання дослідження**:

1. Проаналізувати психологічні роботи, присвячені проблеми готовності особистості до військової діяльності.
2. Узагальнити результати наукових пошуків та розробити структурну модель психологічної підготовки військовослужбовців в умовах бойових дій.
3. Сформувати батарею психодіагностичних методик та здійснити емпіричне дослідження особливостей психологічної готовності військовослужбовців до участі в бойових діях.

Методи дослідження. У роботі використовується комплекс теоретичних і емпіричних методів, вибір та поєднання яких відповідає змісту проблеми та меті дослідження. Комплекс склали такі методи:

1. Теоретичні: аналіз, систематизація та узагальнення психологічних даних за проблемою дослідження;

2. Психологічний експеримент у формі:

- 1) констатуючого експерименту - дослідження показників психологічної готовності військовослужбовців, а саме:
 - Методика «Адаптивність-200»
 - Багаторівневий особистісний опитувальник (БОО)
 - Шкала загальної самоефективності
 - Методика «Мотивація професійної діяльності» (К. Замфір, модифікація А. Реана);
- 2) формуючого (реалізація розробленої програми)
- 3) контрольного (визначення ефективності застосованої програми) дослідження;

3. Методи математичної статистики (критерій Пірсона χ^2 , критерій Ст'юдента). Статистичні розрахунки виконані з використанням пакету SPSS 21.

Теоретична база дослідження. Багато науковців в Україні та за кордоном розглядали проблему формування психологічної готовності військовослужбовців до особливих умов (В. Алещенко, В. Вареник, М. Корольчук, Н. Лозінська, В. Мороз, С. Миронець, О. Тімченко, М. Кришталь, О. Кокун, І. Окуленко, В. Осьодло, О. Колесніченко, І. Пішко та О. Поканевич та інші).

У роботах Н. Кучеренко, О. Назарова, В. Семиченко та Л. Перелигіної досліджувалися питання професійного самовизначення. Нейрофізіологічні основи стану готовності до дії та цілеспрямованої поведінки відображено в дослідженнях Г. Уолтера, Г. Мегуна.

У дослідженнях М. Корольчук, В. Крайнюк, В. Марченко розглядаються різні види готовності, включаючи ситуативну і стійку, функціональну та індивідуальну, психологічну та практичну, загальну та спеціалізовану, готовність до розумової та фізичної діяльності.

Наукова новизна дослідження полягає в тому, що :

- *вперше* розкрито особливості психологічної готовності українських військовослужбовців до участі в бойових діях;
- *розширено* уявлення щодо структури психологічної готовності до професійної діяльності;
- *узагальнено* наукові підходи щодо проблеми готовності до виконання професійної військової діяльності.

Практична значущість дослідження. Результати дослідження можуть бути використані при викладанні дисциплін «Військова психологія», «Психологія діяльності в екстремальних умовах», «Психологія стресу», «Кризове консультування» тощо. Також, результати можуть бути корисні психологам та військовим психологам при роботі з особовим складом.

Апробація результатів дослідження. Результати дослідження висвітлено на II Всеукраїнській студентській науково-практичній конференції “Актуальні проблеми сучасної психології у вимірі війни і миру: проблеми, досвід, нові концепції та перспективи” 16-17 травня 2024 року Донецький національний університет імені Василя Стуса, м. Вінниця, опубліковані тези: “Теоретичні засади дослідження психологічної готовності військовослужбовців до професійної діяльності”.

Крім того, в науковій публікації Сидоренко Ж.В., Лось М.В. (2024) Психологічні аспекти готовності військовослужбовців до бойових дій. *Вісник Донецького національного університету імені Василя Стуса. Психологічні науки*, 1(4), 83-91

Структура роботи. Кваліфікаційна робота на здобуття другого(магістерського) рівня складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаної літератури та додатків. Основний обсяг роботи викладений на 79 сторінках.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО УЧАСТІ В БОЙОВИХ ДІЯХ

1.1. Наукові підходи до розуміння явища «психологічної готовності»

Проблема психологічної готовності особистості до різних видів діяльності залишається важливою темою наукових досліджень. Хоча існує чимала кількість теоретичних та практичних напрацювань щодо цього поняття, а також його видів, змісту, структури та впливу на діяльність особистості, воно й далі викликає інтерес науковців.

У працях багатьох українських та іноземних учених висвітлюється психологічна готовність особистості до діяльності. Серед них: В. Алещенко, В. Барко, М. Бейкер, О. Блінов, С. Будник, Я. Бондаренко, О. Гусак, О. Добрянський, М. Дьяченко, Ю. Йосипів, О. Кокун, С. Кандибович, М. Корольчук, Л. Коффман, В. Лефтеров, Г. Ложкін, О. Макаревич, Л. Матохнюк, Я. Мацегора, В. Молотай, С. Мул, І. Окуленко, В. Осьодло, Н. Пенькова, Є. Потапчук, І. Приходько, О. Сафін, В. Сисоєв, В. Стасюк, О. Тімченко, М. Томчук, О. Хміляр, Ю. Ширококов, В. Ягупов та інші.

Поняття «готовність» має різні інтерпретації. Наприклад, готовність визначається як «психічна готовність особистості до дії», «установка», «попередня готовність до поведінкового акту (стимул-реакція)», «прояв індивідуально-психологічних властивостей людини», «синтез психомоторних механізмів особистості», «схильність та готовність до ризикової поведінки», «здатність ефективно функціонувати в умовах змін та невизначеності», «особлива форма вольового вираження особистості, спрямована на здолаття станів підвищеного емоційного збудження під час виконання складної діяльності», «вищий рівень прояву оперативної стійкості» та «надійність фахівця операторського прояву». У сучасній психології «готовність» трактується як багатогранне та інтегративне поняття, що описує психологічну

готовність особистості до будь-якої дії чи діяльності, включаючи професійну (Мул С.А., 2010).

Завдяки дослідженням представників Вюрцбурзької психологічної школи, таких як Н. Ах, К. Бюлер, О. Кульпе, а також праць інших європейських психологів, поняття «готовність» отримало широке застосування в експериментальній психології. Це поняття було розглянуто у межах експериментальних досліджень мислення та волі.

Пізніше проблема готовності особистості до певної діяльності знайшла своє відображення у дослідженнях феномену установки. Явище установки було детально розроблено німецьким психологом Л. Ланге, який довів, що готовність людини є продуктом взаємодії її потреб та зовнішніх чинників. Це явище розглядається як цілісне утворення, що визначає особистий стан суб'єкта, та характеризує його спрямованість до певної діяльності.

Для більш глибокого розуміння феномену «психологічної готовності» слід ширше розглянути це поняття. У військовій психології «готовність до дій» визначається як активно-дієвий стан людини, установка на певну поведінку, мобілізація сил для виконання завдання. Психологічна готовність є динамічним та цілісним станом особистості, внутрішньою налаштованістю на певну поведінку, змобілізованістю сил на активні та доцільні дії (Александров Д.О., 2013). Основними передумовами для формування готовності є знання, вміння, навички, налаштованість і рішучість до дій. Важливим також є розуміння та усвідомлення відповідальності, визначення послідовності та способів досягнення мети (Томчук М., 2010).

Ознаками відсутності готовності є байдужість, пасивне ставлення до виконання завдань, відсутність чіткого плану дій, небажання використовувати набутий досвід. Неповноцінна психологічна готовність може призвести до виникнення критичних помилок, неадекватних дій та нездатності психічних процесів відповідати вимогам ситуації, що склалася.

Готовність є ознакою підготовленої людини, у якій сформовано позитивне ставлення до певного виду діяльності, та яка готова долучитися і

виконати певну дію. Одні дослідники розглядають готовність як результат активізації психічних процесів, що забезпечують мобілізацію особистості в момент попередньої діяльності. Інші дослідники розглядають готовність як прояв індивідуально-психологічних якостей, зумовлених специфікою конкретної професійної діяльності.

Українські військові психологи, такі як В. Долгова, Л. Мерзляк, В. Стасюк, В. Лефтеров, Б. Фурманець, вважають готовність цілісним проявом особистості, а не просто сукупністю окремих психологічних особливостей та соціально-психологічних якостей. За їхніми поглядами, готовність - це комплексний стан, який об'єднує різні аспекти особистості, що сприяють ефективному виконанню завдань (Стасюк В.В., 2014).

Р. Гаспарян та інші дослідники трактують готовність як загальний психофізіологічний стан, що забезпечує актуалізацію потенціалу та спрямованість особистості на виконання певних дій. Д. Александров вважає, що готовність є психологічним новоутворенням, яке визначає успішність адаптаційних процесів. Б. Теплов розглядає готовність як інтегральний психічний стан, що забезпечує динамічну рівновагу особистості у процесі переходу від старої якості до нової.

Психологічна готовність військовослужбовців до службово-бойової діяльності визначається дослідниками, як спрямованість та мобілізованість психіки на подолання майбутніх бойових труднощів, що у підсумку забезпечує результативність виконання бойових завдань. Таку думку підтримують В. Алещенко, О. Юркова, М. Корольчук, В. Стасюк, В. Ягупов. Схожу позицію висловлює і А. Колосов, який розглядає готовність до дії як стан мобілізації всієї психофізіологічної системи людини, що забезпечує успішність виконання конкретних завдань (Алещенко В. І., & Юркова, О. І. 2022).

О. Колесніченко, Я. Мацегора та В. Воробйова (2019) зазначають, що психологічна готовність військовослужбовців до бойової діяльності в екстремальних умовах є системою потенціалів особистості, які забезпечують ефективність виконання завдань у несприятливих умовах. Н. Пенькова вважає,

що готовність особистості до діяльності є складним утворенням з функціональною залежністю, яке включає специфічні та неспецифічні можливості людини.

О. Кокун (2019) розглядає психологічну готовність військовослужбовців до екстремальної ситуації як складний процес, що формується з набуттям професійного досвіду. Цей процес розширюється та інтегрується у цілісну систему ставлення до себе та обраної професії, ставлячи психологічну готовність ключовим фактором успішної діяльності в екстремальних умовах. І. Ковальська зазначає, що психологічна готовність є важливим елементом забезпечення здатності виконувати професійну діяльність, особливо під час охорони державного кордону в екстремальних ситуаціях.

На думку О. Туза (2020), психологічна готовність до управління в умовах змін є тривалим психічним станом, який потрібно формувати під впливом певних мотивів, переконань, почуттів, знань, умінь, навичок та особистісних якостей. У процесі організаційних змін цей стан активується, спрямовуючи керівника на адаптацію, збереження цілісності та рівноваги особистості, що виявляється у прийнятті відповідних управлінських рішень, залежно від вимог динамічного професійного середовища.

Я. Бондаренко (2010) вважає, що завчасно сформована психологічна готовність є суттєвою передумовою успішного виконання завдань фахівцями спеціальних підрозділів. Вона залежить від ступеня сформованості психологічних компонентів, які визначають рівень готовності до діяльності. Г. Ложкін зазначає, що стан готовності до діяльності виникає завдяки мотиваційному впливу, усвідомленню мети та завдань. Для отримання якісного результату, подолання труднощів та досягнення мети людина може мобілізувати свої психічні процеси, однак це не завжди є необхідним, оскільки максимальна мобілізованість не завжди забезпечує необхідний рівень готовності.

В. Медведєв (1996) виділяє такі види психологічної готовності: загальну, ситуативну та операційно-виконавчу. На його думку, психологічна готовність залежить від ступеня прояву певних психологічних якостей особистості.

С. Яковенко (2020) зазначає, що феномен психологічної готовності є ключовим у подоланні кризових ситуацій. Він вважає, що рівень сформованості психологічної готовності дозволяє людині прийняти рішення про вихід з будь-якої ситуації, яка була спричинена об'єктивними та соціально-психологічними чинниками. У структурі готовності виокремлюються моральна, психологічна та професійна готовність. Дослідник розглядає готовність як особливий психічний стан, що забезпечує високу дієздатність та виконує роль проміжного стану між властивостями особистості і психічними процесами. Вона утворює функціональний рівень, на якому відбуваються процеси, необхідні для успішного виконання завдання.

Ю. Швалб (2017) виділяє дві форми готовності до діяльності: довгострокову та ситуативну. Довгострокова готовність залежить від певних якостей та характеристик людини, необхідних для успішного виконання завдань. Ситуативна готовність визначається як стан особистості, який передуює виконанню певної діяльності та впливає на її успішність. Науковці, розглядаючи довготривалу та ситуативну готовність, дійшли висновку, що структура довготривалої готовності включає такі компоненти, як позитивне ставлення до діяльності, здібності, риси характеру, темперамент, мотивацію, знання, навички, вміння, мислення, увагу, емоційно-вольову складову. Ситуативна ж готовність характеризується стійкістю, ефективністю впливу на хід діяльності та відповідністю умовам досягнення мети.

Аналізуючи підходи українських та зарубіжних дослідників до проблеми психологічної готовності особистості, можна зробити висновок, що, незважаючи на різноманіття трактувань, більшість з них є несуперечливими та доповнюють одна одну. Всі ці підходи поглиблюють розуміння складності та багатогранності феномену психологічної готовності. Вона є цілісним проявом особистості, а не лише сумою її індивідуально-психологічних особливостей.

Психологічну готовність можна охарактеризувати як динамічний та цілісний стан, що може бути тривалим або короточасним, в залежності від професійної підготовленості особистості (знань, вмінь, навичок, розуміння відповідальності, мотивів, впевненості, рішучості, способів досягнення мети тощо) та умов виконання завдань.

1.2. Аналіз проблеми психологічної готовності військовослужбовців до бойових дій

Формування та розвиток психологічної готовності до діяльності є одним із ключових завдань у процесі професійного становлення особистості. Військова діяльність передбачає високий рівень стресу та екстремальних ситуацій, що вимагає від військовослужбовців високої психологічної стійкості, оперативної здатності приймати рішення та ефективно діяти. Тому в сучасних умовах значення психологічної готовності лише зростає, що визначає її актуальність для подальших досліджень та практичного впровадження в системі підготовки військовослужбовців (Алещенко, В. І., & Юркова, О. І., 2022).

Психологічна готовність військовослужбовців до бойової діяльності є одним із вирішальних факторів ефективності виконання бойових завдань та збереження психічного здоров'я військовослужбовців. Особливо це стосується бойових підрозділів, де оперативність, рішучість і готовність до дій у несприятливих та екстремальних умовах є ключовими. Різні бойові підрозділи часто виконують завдання у відриві від основних сил, у ситуаціях обмеженого ресурсу та в умовах високої інтенсивності бойових дій. Це вимагає від особового складу не лише фізичної, а й високої психологічної підготовки (Кириченко, А. В., 2019).

У сучасних дослідженнях виділяються різні аспекти та компоненти психологічної готовності військовослужбовців. Зазвичай до основних компонентів належать:

Мотиваційно-цільовий компонент визначає спрямованість особистості, її мотивацію, готовність до досягнення поставленої мети. Мотиваційна складова є важливою для забезпечення внутрішньої готовності до виконання завдань, особливо в умовах бойових дій. Формування мотивації включає усвідомлення значущості військової діяльності, розуміння своєї ролі у бойовій обстановці, наявність позитивних установок та патріотичних почуттів (Кириченко, А. В., 2022).

Когнітивний компонент пов'язаний з наявністю у військовослужбовця необхідних знань, вмінь та навичок для виконання бойових завдань. Включає знання про тактику, особливості бойових умов, використання озброєння та техніки, а також знання психологічних аспектів бойової діяльності. Когнітивна підготовка забезпечує адекватність сприйняття ситуації, можливість прийняття правильних рішень та ефективну реалізацію поставлених завдань (Кириченко, А. В., 2022).

Емоційно-вольовий компонент визначає здатність військовослужбовця контролювати свої емоції, управляти психоемоційним станом та проявляти стійкість у стресових ситуаціях. Важливим аспектом цього компоненту є вміння долати страх, тривогу та напругу, зберігати високий рівень працездатності в екстремальних умовах. Емоційна стійкість та вольові якості (рішучість, наполегливість, самоконтроль) є вирішальними для успішного виконання бойових завдань (Кириченко, А. В., 2022).

Операційно-поведінковий компонент відображає готовність військовослужбовця до конкретних дій у бойових умовах. Включає вміння ефективно діяти в нестандартних та швидко змінюваних обставинах, адаптуватися до різних ситуацій, взаємодіяти з іншими членами підрозділу. Операційно-поведінкова готовність включає навички командної роботи, взаємодії, прийняття рішень та реалізації бойових дій (Кириченко, А. В., 2022).

Всі ці компоненти взаємопов'язані та утворюють цілісну структуру психологічної готовності військовослужбовців до участі в бойових діях. Високий рівень психологічної готовності дозволяє військовослужбовцям

адекватно реагувати на складні ситуації, ефективно виконувати поставлені завдання, зберігаючи при цьому психічну стійкість та знижуючи ризик розвитку посттравматичних розладів.

Сучасні підходи до психологічної підготовки військовослужбовців бойових підрозділів ґрунтуються на комплексному підході. Зазвичай виділяють такі напрями психологічної підготовки

Психологічна просвіта передбачає інформування військовослужбовців про особливості бойової діяльності, можливі психологічні реакції в екстремальних умовах, механізми стресу та способи його подолання. Психологічна просвіта сприяє формуванню вміння розпізнавати свої емоції та реакції, а також усвідомленню їхнього впливу на діяльність (Геник, В. В., 2023).

Тренування стресостійкості включає застосування спеціальних тренінгових методик, спрямованих на підвищення стресостійкості, розвиток навичок саморегуляції та самоконтролю. Практичне застосування таких методик дозволяє військовослужбовцям виробити навички швидкого відновлення після стресових ситуацій, підвищити здатність протистояти психоемоційному тиску (Колесніченко, О. С., Мацегора, Я. В., Приходько, І. І., & Юр'єва, Н. В., 2019).

Моделювання бойових ситуацій один із найефективніших способів підготовки військовослужбовців до реальних бойових дій. Під час моделювання військовослужбовці отримують можливість набути досвіду дій у складних та екстремальних умовах, розвинути вміння приймати швидкі та обґрунтовані рішення, відпрацювати командну взаємодію (Ліпатов, І. І., 2009)..

Психологічна підтримка та супровід важливий елемент психологічної підготовки, який забезпечує підтримку військовослужбовців на всіх етапах їхньої діяльності – від підготовки до бойових дій, під час виконання завдань та у період реабілітації після бойових операцій. Психологічна підтримка включає індивідуальне та групове консультування, кризову інтервенцію, психотерапевтичну допомогу, спрямовану на подолання наслідків стресу та травматичних подій (Ложкін, Г., 2012).

З огляду на специфіку діяльності військовослужбовців, психологічна підготовка має бути інтегрованою частиною загальної системи їх підготовки. Вона повинна здійснюватися на постійній основі, охоплюючи всі етапи військової служби та враховувати індивідуальні особливості кожного військовослужбовця. Психологічна готовність є важливою не лише для підвищення ефективності військових операцій, а й для збереження психічного здоров'я військовослужбовців, зниження ризику розвитку посттравматичних стресових розладів та інших психологічних проблем, пов'язаних із бойовими діями (Стасюк В. В., 2014).

Сучасні дослідження вказують на те, що для підвищення ефективності психологічної підготовки військовослужбовців необхідно впроваджувати інноваційні методики та інструменти. Це включає використання тренінгів з емоційної регуляції, технік когнітивно-поведінкової терапії, а також застосування віртуальної реальності (VR) для відтворення бойових ситуацій. Тренінги з емоційної регуляції дозволяють військовослужбовцям навчитися контролювати свої емоції, знижувати рівень тривожності та покращувати здатність до концентрації уваги (Khmiliar, O., Khmiliar, R., Koval, I., Savchuk, O., Dushka, A., Bolotova, O., & Popovych, I., 2022).

Психотерапевтичні техніки використовуються для розвитку навичок адаптивного мислення. Вони сприяють виробленню більш ефективних стратегій подолання стресу, що є важливим для збереження психологічного здоров'я в умовах бойових дій. Тренінги включають розвиток навичок позитивного мислення, переоцінку загрозової ситуації та формування адаптивних моделей поведінки (Rogers, C., 1961).

Застосування віртуальної реальності (VR) у психологічній підготовці військовослужбовців дозволяє створити реалістичне моделювання бойових ситуацій. VR-тренінги надають можливість військовослужбовцям практикувати свої навички у безпечному середовищі, що сприяє розвитку оперативної готовності та знижує рівень тривоги перед реальними бойовими діями. Крім того, такі тренінги допомагають відпрацювати навички командної взаємодії,

розвивати ситуаційну обізнаність та приймати обґрунтовані рішення під час стресових ситуацій (Яндола, К. О., Кислий, В. Д., & Малєєв, О. В., 2024)..

Однак важливо зазначити, що психологічна підготовка повинна бути комплексною і враховувати різні аспекти діяльності військовослужбовців. Необхідно не лише готувати військовослужбовців до можливих бойових дій, але й забезпечувати їм підтримку після виконання бойових завдань. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) є однією з найсерйозніших проблем, з якими можуть стикатися військовослужбовці після участі в бойових діях. Тому своєчасна психологічна допомога є надзвичайно важливою для збереження їхнього психічного здоров'я та відновлення до нормального життя (Бойко, О. В., Гузенко, І. М., & Кожевніков, В. М., 2010).

Психологічна реабілітація має бути невід'ємною частиною підготовки військовослужбовців. Під час реабілітації особлива увага приділяється відновленню психоемоційної рівноваги, розвитку навичок подолання стресу, зміцненню внутрішніх ресурсів та підтримці соціальних зв'язків. Важливим компонентом психологічної реабілітації є психотерапевтична робота, спрямована на опрацювання травматичного досвіду, відновлення почуття безпеки та впевненості у власних силах (Карпюк, Г., 2023).

Соціальна підтримка також відіграє ключову роль у процесі реабілітації військовослужбовців. Взаємодія з родиною, друзями та іншими ветеранами допомагає відчувати себе частиною спільноти, сприяє відновленню почуття ідентичності та належності. Групові терапевтичні сесії, обмін досвідом та є ефективними методами, які сприяють процесу відновлення та підвищують якість життя ветеранів.

Система психологічної підготовки повинна також враховувати індивідуальні відмінності військовослужбовців. Кожен військовослужбовець має унікальні психологічні характеристики, минулий досвід та рівень стресостійкості. Тому програми психологічної підготовки повинні бути гнучкими та адаптованими під конкретні потреби та особливості кожного військовослужбовця.

Одним із перспективних напрямів у психологічній підготовці є впровадження індивідуальних планів розвитку психологічної стійкості. Такі плани можуть включати індивідуальні цілі, методи та стратегії розвитку необхідних психологічних навичок. Важливу роль у цьому процесі відіграє психологічне консультування, під час якого визначаються сильні та слабкі сторони особистості, розробляються індивідуальні стратегії подолання стресу та підвищення психологічної стійкості.

Зважаючи на специфіку діяльності військових, процес психологічної підготовки повинен бути інтегрований у всі етапи підготовки військовослужбовців. Він має починатися з перших днів військової служби і тривати протягом усього періоду служби, включаючи період після виконання бойових завдань. Тільки такий системний підхід забезпечить високий рівень психологічної готовності військовослужбовців, підвищить їхню ефективність у бойових умовах та сприятиме збереженню їхнього психічного здоров'я (Кокун, О. М., Мороз, В. М., Пішко, І. О., & Лозінська, Н. С., 2021).

Загалом, психологічна готовність військовослужбовців є багатовимірним феноменом, який охоплює різні аспекти особистості та діяльності. Вона є результатом комплексної взаємодії мотиваційних, когнітивних, емоційно-вольових та операційно-поведінкових компонентів. Формування високого рівня психологічної готовності вимагає системного підходу, який включає різні методи та стратегії підготовки, підтримки та реабілітації військовослужбовців.

Сучасні підходи до психологічної підготовки військовослужбовців мають на меті не лише забезпечити ефективність бойових дій, а й зберегти психічне їх здоров'я, зменшити ризик розвитку ПТСР та інших психічних розладів. Це є важливим завданням для системи національної безпеки та оборони, оскільки здоровий і стійкий особовий склад є ключовим елементом успішного виконання завдань, які стоять перед військовими формуваннями (Дикун, В. Г., Кириченко, А. В., & Стасюк, В. В., 2023).

Вивчення особливостей психологічної підготовки військовослужбовців є надзвичайно актуальним завданням сучасної психології. Це пов'язано з

необхідністю підвищення бойової ефективності підрозділів, а також забезпечення довготривалого збереження психічного здоров'я військовослужбовців. В умовах сучасних військових конфліктів, де важливу роль відіграють нестандартні ситуації, швидка зміна обставин та підвищений рівень ризику, військовослужбовці мають бути готовими до екстремальних навантажень як фізичних, так і психологічних.

Одним із важливих напрямів досліджень є визначення впливу бойового досвіду на психологічну готовність військовослужбовців. Дослідження показують, що досвід участі у бойових діях може мати як позитивні, так і негативні наслідки для психологічного стану військовослужбовця. З одного боку, набутий бойовий досвід сприяє формуванню більш стійких стратегій подолання стресу, розвитку впевненості у своїх можливостях, підвищенню здатності до швидкого прийняття рішень. З іншого боку, тривалий вплив екстремальних факторів може призводити до виникнення хронічного стресу, емоційного вигорання, розвитку посттравматичних розладів (Алещенко, В. І., & Юркова, О. І., 2022).

Іншим важливим аспектом є вплив групової динаміки на психологічну готовність військовослужбовців. Психологічна підготовка повинна включати тренування, спрямовані на формування згуртованості колективу, розвитку навичок ефективної комунікації, взаємної підтримки та співпраці. Досвід показує, що у згуртованих підрозділах рівень психологічної готовності до бойових дій значно вищий, а ризик виникнення негативних психологічних наслідків значно нижчий. Саме тому командири та військові психологи повинні приділяти особливу увагу розвитку позитивного клімату в підрозділі, формуванню довіри та взаємної поваги серед військовослужбовців (Блінов, О. А., 2016).

Поряд із груповою динамікою, індивідуальні психологічні характеристики військовослужбовця також відіграють важливу роль у формуванні психологічної готовності. Особистісні риси, такі як рівень тривожності, схильність до ризику, емоційна стабільність, наявність лідерських

якостей, впливають на здатність військовослужбовця діяти ефективно в екстремальних умовах. З огляду на це, психологічна підготовка має включати діагностику індивідуальних особливостей та враховувати їх при розробці програм тренувань. Індивідуалізований підхід дозволяє створювати більш ефективні та цілеспрямовані методики, які сприяють максимальному розкриттю потенціалу кожного військовослужбовця.

Значна увага повинна приділятися розвитку лідерських якостей у командирів підрозділів. Лідерство є ключовим фактором, що впливає на морально-психологічний стан особового складу. Командири, які демонструють впевненість, рішучість, здатність приймати зважені рішення в критичних ситуаціях, стають прикладом для підлеглих і сприяють формуванню високого рівня психологічної готовності всього підрозділу. Водночас важливо, щоб командири були навчені розпізнавати ознаки стресу та перевантаження у своїх підлеглих і могли надавати їм своєчасну психологічну підтримку або залучати для цього військових психологів (Військова психологія та лідерство в Україні, 2018).

Окремо слід зупинитися на ролі військових психологів у процесі психологічної підготовки та підтримки військовослужбовців. Військові психологи мають забезпечувати проведення психодіагностики, надавати індивідуальні та групові консультації, здійснювати психопрофілактику та кризову інтервенцію. Крім того, вони беруть участь у розробці та реалізації програм психологічної підготовки, орієнтованих на підвищення стресостійкості, розвиток навичок саморегуляції та подолання стресу. Важливою є їхня участь у процесі реабілітації військовослужбовців після виконання бойових завдань, надання допомоги у подоланні наслідків бойових стресорів та адаптації до мирного життя (Агаєв, Н. А., Скрипкін, О. Г., Дейко, А. Б., Поливанюк, В. В., &Еверт, О. В.,2016).

Для підвищення ефективності роботи військових психологів необхідно забезпечити їм постійний професійний розвиток. Це включає участь у спеціалізованих тренінгах, семінарах, обмін досвідом з колегами, а також

доступ до сучасних методик та інструментів психологічної допомоги. Професійний розвиток психологів сприяє підвищенню якості психологічної підтримки військовослужбовців, забезпечуючи їм своєчасну та кваліфіковану допомогу у складних ситуаціях.

Підсумовуючи, можна стверджувати, що психологічна готовність військовослужбовців до бойових дій є складним та багатовимірним феноменом, який включає в себе різноманітні компоненти та аспекти. Ефективна психологічна підготовка вимагає комплексного та системного підходу, який враховує специфіку бойової діяльності, індивідуальні та групові особливості, вплив лідерства, а також потреби в психологічній підтримці та реабілітації.

1.3. Аналіз проблеми підготовки військовослужбовців до бойових дій

Розробка та впровадження сучасних програм психологічної підготовки, орієнтованих на розвиток стресостійкості, емоційної регуляції, лідерських якостей та командної взаємодії, є пріоритетним завданням для системи підготовки військовослужбовців. Своєчасна та кваліфікована психологічна допомога, надана як під час підготовки, так і після виконання бойових завдань, сприятиме не лише підвищенню ефективності військових операцій, але й збереженню психічного здоров'я військовослужбовців, запобіганню розвитку посттравматичних розладів та інших психологічних проблем. Це, у свою чергу, позитивно вплине на боєздатність підрозділів та забезпечить їхню успішну діяльність у виконанні поставлених завдань в умовах сучасного бойового середовища.

Для підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців бойових підрозділів необхідно застосовувати як традиційні, так і сучасні методи та засоби психологічної підготовки. Одним із ключових елементів підготовки є формування адаптивних копінг-стратегій — способів подолання стресових ситуацій. Ці стратегії допомагають військовослужбовцям справлятися з емоційним навантаженням та підтримувати оптимальний рівень

працездатності під час бойових дій (Колесніченко, О. С., Мацегора, Я. В., & Воробйова, В. І. 2016).

Існує кілька підходів до розвитку адаптивних копінг-стратегій (Кириченко, А. В., 2022). По-перше, це навчання методам саморегуляції, що дозволяють контролювати рівень психоемоційного напруження. До таких методів належать релаксаційні техніки, дихальні вправи, аутогенне тренування, візуалізація та медитація. Практика цих технік допомагає знизити рівень тривоги, покращити концентрацію та підвищити стресостійкість. Військовослужбовці, які опановують ці методи, здатні краще контролювати свої емоції, діяти більш виважено та ефективно в екстремальних ситуаціях.

По-друге, важливим є розвиток когнітивних навичок, таких як позитивне мислення та переоцінка ситуації. Позитивне мислення сприяє підвищенню мотивації, зниженню рівня страху та покращенню здатності до прийняття рішень у складних обставинах. Техніки переоцінки ситуації допомагають військовослужбовцям навчитися змінювати своє ставлення до стресових подій, розглядати їх як виклики, а не як загрозу. Це підвищує їхню впевненість у власних силах та сприяє розвитку більш адаптивної поведінки в умовах бойових дій.

Третім важливим аспектом є формування соціальної підтримки. Соціальна підтримка, яку військовослужбовці отримують від своїх колег, командирів та родин, має великий вплив на їхню психологічну стійкість. У військових підрозділах повинна бути створена атмосфера взаємної підтримки, довіри та поваги, що сприяє згуртованості колективу. Спільна діяльність, тренування та командні вправи зміцнюють командний дух і покращують здатність підрозділу діяти ефективно в бойових умовах.

Також варто відзначити роль психологічної освіти у підготовці військовослужбовців (Олійник, Л. В., 2012). Інформування про психологічні аспекти бойової діяльності, типові реакції на стрес та методи їх подолання сприяє формуванню реалістичних очікувань щодо бойових дій та власних реакцій на них. Освітні програми, спрямовані на підвищення психологічної

грамотності, можуть включати лекції, семінари, тренінги та індивідуальні консультації. Військовослужбовці, які мають знання про психологічні процеси, краще підготовлені до зіткнення з екстремальними ситуаціями та можуть швидше адаптуватися до змінних умов (в «Методичні рекомендації з організації психологічного вивчення військовослужбовців, призваних за мобілізацією, у навчальних центрах (частинах) Збройних Сил України», 2016).

Суттєвий вплив на формування психологічної готовності має також моделювання бойових ситуацій. Проведення тренувань у реалістичних умовах, близьких до бойових, дозволяє військовослужбовцям отримати необхідний досвід, відпрацювати практичні навички та виробити ефективні моделі поведінки. Моделювання допомагає формувати автоматичні реакції та рішучість у діях, що є важливими в умовах бойового стресу, коли часу на роздуми обмежено. Завдяки регулярному тренуванню в умовах, максимально наближених до реальних бойових, військовослужбовці підвищують свою готовність до непередбачуваних ситуацій, а також здатність діяти впевнено і ефективно.

Розробка і впровадження програм психологічної підготовки повинна здійснюватися з урахуванням специфіки військової служби. Програми повинні бути спрямовані на формування психологічної стійкості, здатності до швидкої адаптації, оперативного прийняття рішень та ефективної взаємодії в команді (Осьодло, В. І., Грилюк, С. М., & Тютюнник, Л. Л., 2021).

Сучасний підхід до психологічної підготовки військовослужбовців передбачає використання інтегрованих методик, які поєднують різні підходи та техніки. Це може включати тренінги з розвитку когнітивних і поведінкових навичок, навчання методам саморегуляції, моделювання бойових ситуацій, психодіагностику та індивідуальні консультації. Інтеграція різних методик дозволяє досягти більш комплексного підходу до підготовки, забезпечуючи гармонійний розвиток особистості військовослужбовця та підвищення його психологічної готовності.

Психологічна підготовка військовослужбовців має стратегічне значення для забезпечення національної безпеки. Вона сприяє не лише підвищенню бойової ефективності підрозділів, а й допомагає зберегти здоров'я та благополуччя військовослужбовців. Підвищення рівня психологічної готовності знижує ризик виникнення негативних психологічних наслідків, таких як посттравматичний стресовий розлад, емоційне вигорання та інші розлади, що виникають унаслідок впливу бойового стресу.

Таким чином, для досягнення високого рівня психологічної готовності військовослужбовців необхідно забезпечити системний підхід до психологічної підготовки, що охоплює всі етапи військової служби — від початкової підготовки до реабілітації після бойових дій. Це передбачає постійну підтримку та розвиток психологічної стійкості, індивідуальний підхід та комплексне використання різних методик та засобів. Лише за таких умов можна забезпечити високий рівень готовності особового складу до ефективного виконання бойових завдань в екстремальних умовах та збереження їхнього психічного здоров'я.

Ефективність психологічної підготовки військовослужбовців залежить не лише від використовуваних методик і технік, але й від залучення кваліфікованих фахівців, таких як військові психологи, інструктори та командири. Ці спеціалісти мають забезпечувати цілісний підхід до підготовки, що враховує як індивідуальні особливості, так і групову динаміку. Одним із важливих напрямів роботи є психодіагностика, яка дозволяє визначити рівень психологічної готовності, виявити сильні та слабкі сторони кожного військовослужбовця, а також розробити індивідуальні програми розвитку та підтримки (Кокун, О. М., 2019).

Психодіагностичні методики, такі як тест «Адаптивність-200», 16-факторний опитувальник Р. Кеттела, шкала оцінки рівня реактивної та особистісної тривожності Спілбергера-Ханіна, методика «Оцінка комунікативних і організаторських схильностей (КОС)» та інші, широко використовуються для оцінки психологічного стану військовослужбовців. Вони

дозволяють отримати інформацію про особистісні якості, рівень тривожності, стресостійкість, комунікативні та організаторські здібності. Ці дані допомагають психологам та командирам краще розуміти своїх підлеглих і забезпечувати їм більш ефективну підтримку під час підготовки та виконання бойових завдань (Кокун, О. М., 2019).

На основі результатів психодіагностики розробляються індивідуальні та групові програми розвитку психологічної готовності. Індивідуальні програми можуть включати цільове тренування окремих навичок, роботу з емоційною стійкістю, розвиток мотивації та саморегуляції. Групові програми спрямовані на підвищення згуртованості підрозділу, розвиток ефективної комунікації та командної взаємодії. Особливо важливо проводити тренінги, спрямовані на формування та зміцнення довіри між членами підрозділу, оскільки довіра є ключовим елементом ефективної співпраці в бойових умовах.

Командири відіграють ключову роль у процесі психологічної підготовки підлеглих. Їхнє завдання — створити психологічно сприятливі умови для підготовки, підтримувати високий морально-психологічний стан особового складу та сприяти розвитку у військовослужбовців навичок саморегуляції та стресостійкості. Важливо, щоб командири були не лише військовими фахівцями, а й хорошими психологами. Вони повинні вміти розпізнавати ознаки психологічних проблем у своїх підлеглих, надавати їм своєчасну підтримку або звертатися за допомогою до військових психологів (В «Концепція впровадження психологічної підготовки у Збройних Силах України» (н.д.).

Після завершення бойових завдань важливо забезпечити психологічну реабілітацію військовослужбовців. Реабілітаційні заходи повинні бути спрямовані на відновлення психоемоційної рівноваги, подолання можливих негативних наслідків бойового стресу та адаптацію до мирного життя. Цей процес може включати індивідуальне та групове психологічне консультування, психотерапію, релаксаційні та реабілітаційні тренінги. Військові психологи та

інші фахівці мають створити умови для безпечного та поступового повернення військовослужбовців до нормального життя (Карпюк, Г., 2023).

Значну роль у реабілітації відіграє підтримка з боку родини та суспільства. Важливо інформувати сім'ї військовослужбовців про можливі психологічні труднощі, з якими можуть стикнутися їхні близькі після повернення з бойових дій, та навчити їх, як правильно надавати підтримку. Суспільство також повинно розуміти проблеми військових і сприяти їхній інтеграції в мирне життя. Проведення заходів, спрямованих на популяризацію військової служби, визнання заслуг військовослужбовців і надання їм необхідної допомоги, сприяє покращенню морально-психологічного клімату в суспільстві та підвищенню рівня готовності військовослужбовців до виконання своїх обов'язків.

Важливо також приділяти увагу профілактиці психологічних проблем у військовослужбовців. Це передбачає регулярний моніторинг психологічного стану, раннє виявлення ознак стресу та своєчасне втручання. Профілактичні заходи можуть включати проведення занять з психогігієни, навчання методам самодопомоги та релаксації, створення сприятливого психологічного клімату в підрозділі. Такий підхід дозволяє знизити ризик виникнення серйозних психологічних проблем та підвищити загальну психологічну стійкість військовослужбовців (Олексієнко, Б. М., Іщенко, Д. В., & Сафін, О. Д., 2017).

Як ми зазначали раніше, важливо розробляти та впроваджувати інноваційні підходи до психологічної підготовки, зокрема, використовувати сучасні технології, такі як віртуальна реальність (VR), біологічний зворотний зв'язок (biofeedback), тренажери для розвитку стресостійкості та інші. Застосування таких технологій дозволяє створювати більш реалістичні умови тренувань, індивідуалізувати процес підготовки та підвищити його ефективність (Яндола, К. О., Кислий, В. Д., & Малєєв, О. В., 2024).

Отже, психологічна підготовка військовослужбовців є багатогранним процесом, що вимагає системного та комплексного підходу. Вона включає діагностику, розвиток, підтримку та реабілітацію психологічної готовності, з

акцентом на індивідуальні особливості, групову динаміку та специфіку бойових дій. Ефективна психологічна підготовка сприяє підвищенню бойової ефективності підрозділів, збереженню психічного здоров'я військовослужбовців та їхньому успішному виконанню завдань у складних та екстремальних умовах.

У сучасних умовах забезпечення психологічної готовності військовослужбовців є важливим аспектом національної безпеки. Комплексний підхід до психологічної підготовки дозволяє сформувати стійких, впевнених у собі та професійно підготовлених військовослужбовців, здатних ефективно виконувати свої обов'язки та долати труднощі, з якими вони стикаються у бойових умовах. Така підготовка не лише підвищує ефективність військових операцій, а й забезпечує довготривале збереження психічного здоров'я військовослужбовців, сприяючи їхній успішній адаптації до мирного життя після завершення служби.

Висновки до розділу 1

Психологічна готовність до бойових дій є ключовим фактором ефективності військовослужбовців, що забезпечує їхню здатність успішно виконувати бойові завдання в екстремальних умовах. Це інтегральна характеристика особистості, яка охоплює мотиваційні, когнітивні, емоційно-вольові та операційно-поведінкові компоненти. Вона визначає не лише ефективність діяльності в умовах бойового стресу, але й здатність зберігати психічну стійкість, оперативно приймати рішення та підтримувати високий рівень працездатності.

Наукові підходи до визначення психологічної готовності до бойових дій підкреслюють її багатовимірність. Вона включає мотиваційно-цільовий компонент, що забезпечує внутрішню спрямованість на досягнення мети, когнітивний компонент, пов'язаний із знаннями та навичками для виконання завдань, емоційно-вольовий компонент, який визначає стійкість до стресу, та

операційно-поведінковий компонент, що відображає здатність діяти ефективно в бойових ситуаціях.

Психологічна готовність військовослужбовців до бойових дій формується в процесі комплексної підготовки, яка включає фізичну, тактичну та психологічну складові. Особливе значення має розвиток стресостійкості, емоційної регуляції, самоконтролю та навичок командної взаємодії. Інноваційні методи підготовки, зокрема моделювання бойових ситуацій та використання технологій віртуальної реальності, сприяють набуттю практичного досвіду в умовах, наближених до реальних бойових.

У процесі підготовки важливу роль відіграє мотиваційна складова, яка формується через усвідомлення значущості бойових завдань та патріотичних цінностей. Когнітивний аспект включає навчання тактичним знанням, володінню озброєнням і технікою, а також розумінню психологічних аспектів бойової діяльності. Емоційно-вольовий компонент забезпечує здатність контролювати емоції, долати страх і тривогу, а також проявляти рішучість і наполегливість у складних ситуаціях.

Психологічна готовність до бойових дій є динамічним станом, який потребує постійного підтримання та розвитку. Особливу увагу слід приділяти формуванню адаптивних копінг-стратегій, що допомагають долати стресові ситуації. Це включає використання технік саморегуляції, таких як релаксація, дихальні вправи, позитивне мислення та когнітивна переоцінка ситуацій.

Роль військових психологів у підготовці військовослужбовців до бойових дій є надзвичайно важливою. Вони здійснюють психодіагностику, надають індивідуальну та групову підтримку, проводять тренінги зі стресостійкості та організовують моделювання бойових ситуацій. Крім того, психологи забезпечують реабілітацію після бойових завдань, допомагаючи військовослужбовцям подолати наслідки бойового стресу та адаптуватися до мирного життя.

Психологічна реабілітація військовослужбовців після виконання бойових завдань є невід'ємною частиною забезпечення їхньої психологічної готовності.

Вона включає відновлення емоційного балансу, подолання посттравматичних наслідків та підготовку до повернення до цивільного життя. Підтримка з боку родини та суспільства відіграє ключову роль у цьому процесі.

Отже, психологічна готовність до бойових дій є визначальним чинником успіху військовослужбовців у виконанні бойових завдань. Її формування потребує комплексного підходу, що враховує індивідуальні особливості, групову динаміку та специфіку бойових умов. Ефективна психологічна підготовка сприяє не лише успішному виконанню бойових завдань, а й збереженню психічного здоров'я військовослужбовців, що є важливим завданням у забезпеченні національної безпеки.

РОЗДІЛ 2. МЕТОДОЛОГІЯ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО УЧАСТІ В БОЙОВИХ ДІЯХ

2.1. Характеристика основних етапів дослідження та вибірки дослідження

Як нами було наголошено в попередньому розділі, ефективність проведення бойових операцій значною мірою залежить від рівня психологічної готовності військовослужбовців. Сучасні науковці, такі як М. Корольчук та В. Крайнюк (Корольчук, М. С., Крайнюк, В. М., 2006), розглядають структуру психологічної готовності до бойових дій як сукупність таких компонентів: позитивне ставлення до своєї професійної діяльності; відповідність професійним вимогам пізнавальних психічних процесів, включаючи відчуття, сприйняття, увагу, пам'ять, уяву та мислення; стійкість емоційно-вольової сфери; наявність професійних якостей, знань, умінь і навичок; а також темпераментальні особливості військовослужбовців. У структурі психологічної готовності ці дослідники виділяють компоненти, такі як: позитивне ставлення до своєї діяльності, професійні риси, емоційно-вольова стійкість, професійні знання та навички, риси характеру, темперамент та здібності до бойової діяльності.

Науковці також підкреслюють, що тривала психологічна готовність до ведення бойових дій складається з двох основних компонентів: особистісної та функціональної готовності. Ця готовність формується в процесі тривалої військово-професійної підготовки та діяльності військовослужбовця і характеризує його потенційну психологічну здатність до виконання різних завдань, у тому числі миротворчих операцій. Особистісна готовність включає моральну готовність, яка проявляється в прагненні до професійного самовдосконалення, усвідомленні обов'язку, відповідальності, небезпеки для

власного життя, а також соціального та особистісного сенсу участі у бойових діях. Крім того, сюди входять воляова готовність (у тому числі впевненість у собі, самоконтроль, сміливість, готовність до ризику), комунікативна готовність (наявність загальних та професійних комунікативних якостей, переконливість, володіння професійною мовою) та загально психологічна готовність (оптимальний рівень особистісної тривожності, володіння прийомами та техніками саморегуляції психічного стану, здатність до планування, моделювання, оцінки результатів діяльності).

Функціональна готовність, у свою чергу, включає мотиваційну готовність, яка характеризується відданістю військовій службі та бажанням досягти успіху у виконанні поставлених завдань. Когнітивна готовність пов'язана зі знанням професійних обов'язків та їх суспільної значущості, розумінням своїх можливостей, а також знанням особливостей та можливих змін у службовій діяльності. До складу функціональної готовності також входять креативна готовність (гнучкість мислення), орієнтаційна готовність (знання та розуміння особливостей службової діяльності та вимог до особистості військовослужбовця), операційна готовність (володіння уміннями та навичками для вирішення професійних завдань, здатність до моделювання своєї діяльності) та оцінювальна готовність (адекватна самооцінка своєї професійної підготовленості та відповідності результатів вирішення службових задач визначеним вимогам) (Кокун, О. М., Мороз, В. М., Пішко, І. О., & Лозінська, Н. С. 2021)

В. Ягупов (2004) розглядає психологічну готовність як психічний стан, що є цілісним виразом особистості військовослужбовця, його налаштованістю на організовані та активні дії.

Оскільки психологічна готовність до бойових дій є результатом тривалої підготовки, яка включає багаторівневу структуру якостей, властивостей та станів, що дозволяє підтримувати тривалу бойову активність військовослужбовців, логічним є дослідження тих характеристик, які

представляють собою елементи системи готовності військовослужбовців до бойових дій.

Тому метою наступного етапу нашого дослідження стало емпірично вивчити особливості психологічної підготовки військовослужбовців до участі в бойових діях та перевірити висунуті раніше гіпотези.

Завдання цього етапу були наступні

1. Дослідити рівень психологічної готовності військовослужбовців до участі у бойових діях, використовуючи стандартизовані методики.
2. Визначити взаємозв'язок між компонентами психологічної готовності та факторами, що на неї впливають (мотивація, адаптивність, самоефективність тощо).
3. Узагальнити результати емпіричного дослідження, зробити висновки та розробити рекомендації щодо підвищення психологічної готовності військовослужбовців.

Таким чином, це дослідження дозволяє комплексно вивчити особливості психологічної підготовки військовослужбовців до участі в бойових діях, виявити ключові компоненти та фактори, що впливають на їхню психологічну готовність, та розробити практичні рекомендації для підвищення її рівня.

В дослідженні приймали участь 63 військовослужбовці Збройних сил України, Національної гвардії, Державної прикордонної служби, які ще не брали безпосередньої участі у воєнних діях на кордонах та окупованих територіях нашої держави. Вибірка складалась з добровольців і мобілізованих, переважна більшість – рядові. Середній вік $36 \pm 2,5$. Враховуючи специфіку вибірки, вікові та професійні (тобто, військове звання) характеристики респондентів не враховувались.

Для емпіричного дослідження нами було обрано методики, описані в наступному пункті.

2.2. Аналіз методів дослідження

Методика «Адаптивність-200». Зазначена методика представляє собою психодіагностичний інструмент, спрямований на вимірювання рівня адаптивності та стресостійкості особистості, особливо в екстремальних і бойових умовах. Ця методика оцінює різні аспекти адаптаційних можливостей військовослужбовців, допомагаючи виявити рівень їх готовності до служби в умовах підвищеного стресу. «Адаптивність-200» використовується у військовому середовищі для оцінки психологічної стійкості особового складу, їхньої поведінкової регуляції, комунікативного потенціалу, військово-професійної спрямованості та інших ключових аспектів особистості.

Основні мета і завдання методики полягають в наступному:

1. Оцінити адаптивні можливості та стійкість до бойового стресу військовослужбовців.
2. Виявити потенційні фактори ризику, такі як схильність до девіантної поведінки або суїцидальні тенденції.
3. Оцінити поведінкову регуляцію, комунікативний потенціал та морально-етичну нормативність.
4. Визначити рівень військово-професійної спрямованості особистості.

Методика «Адаптивність-200» складається з 200 тверджень, які поділяються на кілька ключових шкал. Ці шкали дозволяють оцінити різні аспекти адаптивності та стійкості до бойового стресу:

Шкала достовірності. Вимірює ступінь об'єктивності відповідей респондента та прагнення до соціально бажаної поведінки.

Поведінкова регуляція (ПР). Оцінює здатність контролювати свою поведінку, зберігати працездатність та витривалість у стресових ситуаціях.

Комунікативний потенціал (КП). Вимірює здатність встановлювати та підтримувати соціальні контакти, взаємодіяти з оточуючими та адаптуватися в новому колективі.

Морально-етична нормативність (МН). Оцінює рівень соціалізації особистості та орієнтацію на соціально схвалювані норми поведінки.

Військово-професійна спрямованість (ВПС). Оцінює бажання продовжувати професійну діяльність у військовій сфері, включаючи готовність до служби в особливих умовах.

Схильність до девіантних форм поведінки (ДАП). Виявляє наявність ознак аддиктивної або делінквентної поведінки, агресивних реакцій та порушень соціальних норм.

Суїцидальний ризик (СР). Оцінює наявність суїцидальних тенденцій та ризик суїцидальної поведінки у військовослужбовця.

Учасникам пропонується уважно прочитати кожне твердження та відповісти «Так» або «Ні» залежно від того, наскільки це твердження відповідає їхньому особистому досвіду чи стану. Заповнення методики «Адаптивність-200» може зайняти від 40 до 60 хвилин, залежно від індивідуальної швидкості відповіді учасників. Опитувальник має заповнюватися в умовах, де учасники можуть спокійно та безперешкодно зосередитися на відповідях. Конфіденційність відповідей повинна бути гарантована для підвищення об'єктивності результатів.

Методика «Адаптивність-200» є багатовимірним інструментом оцінки адаптаційних можливостей та стійкості військовослужбовців до стресу. Завдяки різноманітності шкал методика дозволяє глибоко вивчити особистісний профіль військовослужбовців, оцінити їхню готовність до служби та виявити зони ризику, які потребують додаткової уваги.

Шкала загальної самоефективності (Галецька, І., 2015) (General Self-Efficacy Scale, GSE) була розроблена Ральфом Шварцером (Ralf Schwarzer) та Матіасом Єрусалемом (Matthias Jerusalem) у 1981 році. Ця методика призначена для вимірювання рівня загальної самоефективності — віри в здатність людини справлятися з різними труднощами та досягати поставлених цілей, незалежно від конкретних умов чи ситуацій.

Самоефективність, як концепція, базується на теорії соціально-когнітивного навчання Альберта Бандури, який вважав, що віра в особисті можливості суттєво впливає на поведінку людини, її мотивацію та емоційні реакції. Шкала загальної самоефективності стала одним із ключових інструментів для вимірювання цієї віри, зокрема у військовому контексті, де здатність справлятися з труднощами та викликами має важливе значення для психологічної підготовки та стресостійкості.

Мета і завдання, яких ми плануємо досягти завдяки використанню методики:

1. Виміряти рівень загальної самоефективності як здатності людини ефективно вирішувати проблеми, долати труднощі та досягати своїх цілей.
2. Визначити, наскільки військовослужбовці впевнені у своїх здібностях впоратися з бойовими та екстремальними ситуаціями.
3. Оцінити вплив рівня самоефективності на загальну психологічну готовність військовослужбовців.

Шкала загальної самоефективності складається з 10 тверджень, які описують різні аспекти впевненості у своїх можливостях. Вона побудована таким чином, щоб охоплювати різноманітні сфери життя, де самоефективність проявляється у повсякденній поведінці та прийнятті рішень.

Учасникам пропонується оцінити, наскільки вони згодні з кожним твердженням, використовуючи 4-бальну шкалу.

- 1 — зовсім не згоден
- 2 — скоріше не згоден
- 3 — скоріше згоден
- 4 — повністю згоден

Заповнення шкали займає приблизно 5-10 хвилин, що робить її зручною для використання в різних умовах, включаючи масові обстеження або індивідуальні консультації. Шкала може бути заповнена в індивідуальній або

груповій формі. Важливо забезпечити спокійну обстановку, де учасники можуть сконцентруватися на своїх відповідях.

Загальний бал розраховується шляхом підсумовування балів за всіма 10 твердженнями. Мінімальний можливий бал — 10, максимальний — 40.

Вищі бали вказують на високий рівень загальної самоефективності, тоді як нижчі бали вказують на низьку віру в свої можливості справлятися з труднощами.

Високий рівень самоефективності. Учасники з високими балами впевнені у своїх здатностях вирішувати проблеми, швидко адаптуватися до нових умов та долати труднощі. У контексті військової служби високий рівень самоефективності пов'язаний зі здатністю ефективно діяти в бойових ситуаціях, приймати обґрунтовані рішення під тиском та підтримувати високий морально-психологічний стан.

Середній рівень самоефективності. Вказує на помірну впевненість у своїх можливостях. Такі особи можуть впоратися з типовими труднощами, але можуть потребувати додаткової підтримки або тренінгу для підвищення своєї ефективності в екстремальних ситуаціях.

Низький рівень самоефективності. Вказує на сумніви у власних здібностях долати труднощі та досягати цілей. Військовослужбовці з низькою самоефективністю можуть відчувати підвищений рівень тривожності, ухилятися від складних завдань та мати труднощі у виконанні бойових обов'язків.

Шкала загальної самоефективності проста у застосуванні та швидка для заповнення, що дозволяє ефективно використовувати її в умовах, де час є обмеженим. Вона розроблена таким чином, щоб застосовуватися в різних контекстах, включаючи військовий, освітній, медичний та інші. Вона підходить для різних вікових та соціальних груп. Шкала пройшла численні дослідження, які підтвердили її валідність та надійність як інструмента для оцінки загальної самоефективності.

Враховуючи, що дана методика оцінює загальну віру в свої можливості, але не враховує специфічні навички та компетенції, необхідні для виконання бойових завдань, ми використовуємо її в батареї з іншими методиками.

Цінними результатами діагностики за даною методики є для використання у визначенні рівня впевненості військовослужбовців у своїх здібностях та розробки програм для підвищення їхньої самоефективності; у ідентифікації військовослужбовців, які можуть потребувати додаткової психологічної підтримки або тренінгів.

Рівень самоефективності може бути одним із критеріїв для оцінки готовності військовослужбовців до виконання різних типів завдань, включаючи участь у бойових операціях.

Отже, шкала загальної самоефективності Ральфа Шварцера та Матіаса Єрусалема є надійним і валідним інструментом для оцінки рівня віри в особисті можливості. У військовому контексті вона дозволяє визначити, наскільки військовослужбовці впевнені у своїй здатності ефективно діяти в екстремальних ситуаціях, що є критично важливим для їхньої психологічної готовності та стійкості. Результати шкали можуть бути використані для розробки програм психологічної підтримки та підвищення ефективності бойової підготовки.

Методика «Мотивація професійної діяльності» була розроблена К. Замфіром і згодом модифікована А. Реаном. Цей інструмент призначений для діагностики структури та рівня мотивації професійної діяльності людини. Модифікація, запропонована А. Реаном, доповнює та розширює методику, роблячи її більш універсальною та придатною для різних професійних контекстів, включаючи військовий.

Мотивація професійної діяльності є одним із ключових факторів ефективності роботи військовослужбовців, їхнього ставлення до виконання службових обов'язків, а також здатності долати труднощі та стресові ситуації. Ця методика дозволяє оцінити, які мотиви переважають у професійній діяльності військовослужбовця: зовнішні, внутрішні чи інтегровані.

Основними завданнями методики є:

1. Визначити структуру мотивації професійної діяльності, зокрема ступінь вираженості внутрішньої, зовнішньої позитивної та зовнішньої негативної мотивації.
2. Виявити домінуючі мотиви професійної діяльності військовослужбовців.
3. Оцінити, наскільки професійна діяльність сприймається військовослужбовцями як цінність, та визначити потенційні області для підвищення мотивації.

Методика складається з набору тверджень (пунктів), що описують різні аспекти мотивації до професійної діяльності. Вона дозволяє оцінити три основні типи мотивації:

1. Внутрішня мотивація, яка визначається інтересом до самої діяльності. Людина працює через задоволення, яке отримує від процесу роботи, самореалізації та розвитку.
2. Зовнішня позитивна мотивація, що базується на очікуванні позитивних зовнішніх наслідків, таких як соціальне схвалення, кар'єрний ріст, матеріальні винагороди.
3. Зовнішня негативна мотивація, яка виникає внаслідок бажання уникнути негативних наслідків, таких як покарання, критика або страх втрати робочого місця.

Учасникам пропонується відповісти на серію тверджень, що описують різні аспекти їхнього ставлення до професійної діяльності. Вони повинні оцінити, наскільки кожне твердження відповідає їхнім внутрішнім відчуттям та мотивації. Методика може бути проведена як індивідуально, так і в груповій формі. Важливо, щоб учасники знаходилися у спокійній обстановці, де вони можуть зосередитися на своїх відповідях.

Зазвичай використовується шкала від 1 до 5, де 1 — «повністю не згоден», 5 — «повністю згоден». У деяких модифікаціях використовується інша шкала, наприклад, від «ніколи» до «завжди».

Високий рівень внутрішньої мотивації вказує на те, що військовослужбовець отримує задоволення від самої професійної діяльності, має інтерес до своєї роботи та прагне до саморозвитку. Така мотивація є найефективнішою та найбільш стійкою у довготривалій перспективі.

Високий рівень зовнішньої позитивної мотивації свідчить про те, що військовослужбовець працює, очікуючи на зовнішні винагороди, такі як кар'єрний ріст, визнання та матеріальні вигоди. Цей тип мотивації може бути ефективним, але менш стійким у довготривалій перспективі.

Високий рівень зовнішньої негативної мотивації вказує на те, що діяльність мотивується переважно страхом перед негативними наслідками. Така мотивація може бути ефективною в короткостроковій перспективі, але в довгостроковій може призводити до зниження задоволеності та ризику вигорання.

Методика дозволяє оцінити різні аспекти мотивації, включаючи як внутрішні, так і зовнішні фактори, що надає більш повне уявлення про мотиваційну структуру особистості. Вона проста у використанні та не потребує складної обробки результатів.

Ми обрали дану методику, оскільки результатиможуть бути використані для індивідуальної роботи з військовослужбовцями, щоб підвищити їхню мотивацію та задоволеність професійною діяльністю. Крім того, на основі отриманих даних доцільно розробляти програми та заходи, спрямовані на підвищення мотивації військовослужбовців, зокрема шляхом посилення внутрішніх мотивів.

Отже, методика «Мотивація професійної діяльності» (К. Замфір, модифікація А. Реана) є ефективним інструментом для діагностики мотиваційної сфери військовослужбовців. Вона дозволяє виявити переважаючі мотиви професійної діяльності, оцінити їхню структуру та виявити можливі зони для підвищення мотивації. Це важливо для забезпечення високої ефективності та задоволеності професійною діяльністю, а також для

формування психологічної готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань.

З метою встановлення взаємозв'язків особистісних характеристик системи психологічної готовності військовослужбовців до участі в бойових діях, доцільним вважаємо використання **кореляційного аналізу** - методу статистичного аналізу, який використовується для визначення ступеня та напрямку взаємозв'язку між двома або більше змінними. В психологічних дослідженнях цей метод часто застосовується для виявлення того, чи існує взаємозв'язок між певними психологічними характеристиками, поведінковими ознаками або іншими досліджуваними явищами.

Кореляція— це статистичний показник, який відображає ступінь взаємозв'язку між двома змінними. Значення кореляції варіюється від -1 до +1, де: +1 свідчить про повну позитивну кореляцію (коли одна змінна збільшується, інша також збільшується); -1 вказує на повну негативну кореляцію (коли одна змінна збільшується, інша зменшується); 0 означає відсутність лінійного взаємозв'язку між змінними.

Основним показником кореляційного аналізу є коефіцієнт кореляції, який показує силу та напрямок взаємозв'язку між змінними. У психології найчастіше використовуються такі коефіцієнти кореляції:

Коефіцієнт кореляції Пірсона (r) використовується для оцінки лінійного взаємозв'язку між двома кількісними змінними. Для нашого дослідження буде використано саме цей коефіцієнт.

Коефіцієнт кореляції Спірмена (ρ) використовується для визначення рангової кореляції, коли дані є порядковими або коли передбачається нелінійний зв'язок.

У психологічних дослідженнях кореляційний аналіз допомагає виявити, чи пов'язані дві змінні між собою, і якщо так, то наскільки сильно та в якому напрямку. Наприклад, дослідження може виявити, чи є зв'язок між рівнем стресу та продуктивністю військовослужбовців.

Результати кореляційного аналізу можуть стати основою для подальшого дослідження. Наприклад, якщо виявлено, що існує сильна кореляція між певними психологічними характеристиками та адаптивністю до бойових умов, це може стати підґрунтям для формування гіпотез щодо причинно-наслідкових зв'язків.

Якщо кореляційний аналіз виявляє сильний взаємозв'язок між змінними, одну змінну можна використовувати для прогнозування іншої. Наприклад, якщо існує сильна кореляція між рівнем комунікативних здібностей та ефективністю військового лідера, рівень комунікативних здібностей може бути використаний як індикатор для прогнозування лідерських здібностей.

Кореляційний аналіз допомагає зрозуміти не лише наявність зв'язку, але й його напрямок (позитивний чи негативний) та силу (від слабкого до дуже сильного).

За загальноприйнятим стандартом, кореляційний коефіцієнт близький до 0 (наприклад, від -0,1 до +0,1) свідчить про слабкий зв'язок; ближче до +1 або -1 — про сильний зв'язок. За допомогою статистичних тестів визначається, чи є виявлений зв'язок статистично значущим, тобто не є випадковим.

У психологічних дослідженнях, таких як вивчення особливостей психологічної підготовки військовослужбовців до участі у бойових діях, кореляційний аналіз може використовуватися для вивчення взаємозв'язків між різними психологічними характеристиками, такими як рівень стресу, адаптивність, комунікативні здібності, морально-етична нормативність тощо. Отже, кореляційний аналіз є потужним інструментом для виявлення та вимірювання взаємозв'язків між змінними у психологічних дослідженнях. Він допомагає зрозуміти структуру взаємовідносин між психологічними характеристиками, сприяє формулюванню нових гіпотез та вдосконаленню практик психологічної підготовки.

Висновки до розділу 2

Як було зазначено в попередньому розділі, ефективність проведення бойових операцій значною мірою залежить від рівня психологічної готовності військовослужбовців. Сучасні науковці розглядають психологічну готовність до бойових дій як багатокомпонентну структуру, що включає такі елементи, як позитивне ставлення до професійної діяльності, відповідність професійним вимогам, стійкість емоційно-вольової сфери, а також наявність професійних знань, умінь та навичок. Вони наголошують на тому, що психологічна готовність включає як особистісні, так і функціональні аспекти, які формуються в процесі тривалої військово-професійної підготовки.

Для дослідження зазначених аспектів нами було розроблено план дослідження, що включав окрім теоретико-методологічного аналізу проблеми також формування репрезентативної вибірки та підбір адекватних методик для комплексної оцінки психологічної готовності військовослужбовців. Вибір методів базувався на меті виявлення взаємозв'язків між основними компонентами психологічної готовності та факторами, що на неї впливають.

Вивчення психологічної готовності військовослужбовців є актуальним завданням у світлі сучасних військових викликів, з якими стикається Україна. В умовах, коли психологічна підготовка стає ключовим елементом ефективного виконання бойових завдань, необхідно застосовувати надійні та валідні інструменти для оцінки різних аспектів цієї готовності. У зв'язку з цим ми обрали наступні методики:

Методика «Адаптивність-200», що дозволяє оцінити адаптаційні можливості військовослужбовців, їхню стійкість до бойового стресу, а також схильність до девіантної поведінки та суїцидальних тенденцій. Ця методика забезпечує глибокий аналіз поведінкової регуляції, комунікативного потенціалу та морально-етичної нормативності, які є ключовими для успішної адаптації в бойових умовах.

Багаторівневий особистісний опитувальник (БОО), який визначає різні рівні особистісних якостей, включаючи адаптивність та емоційну стійкість, що

є критично важливими для розуміння психологічного профілю військовослужбовця.

Шкала загальної самоефективності, що оцінює впевненість військовослужбовців у власних можливостях подолати труднощі, що виникають під час виконання бойових завдань. Високий рівень самоефективності є однією з основ для формування функціональної готовності до бойових дій.

Методика «Мотивація професійної діяльності» (К. Замфір, модифікація А. Реана), яка допомагає визначити рівень внутрішньої та зовнішньої мотивації до професійної діяльності, що є ключовим компонентом функціональної готовності військовослужбовців до участі в бойових діях.

Дослідження проводилось із залученням 63 військовослужбовців Збройних сил України, Національної гвардії, Державної прикордонної служби. Обрані респонденти ще не брали безпосередньої участі у воєнних діях на кордонах та окупованих територіях України. Вибірка складалася з добровольців і мобілізованих, переважна більшість із них — рядові. Середній вік учасників становив $36 \pm 2,5$ років. Враховуючи специфіку вибірки, а також різні вікові та професійні характеристики (наприклад, військове звання), ці фактори не враховувалися окремо при аналізі результатів.

Комбінація обраних методик дозволила нам отримати багатовимірну картину психологічної готовності військовослужбовців до участі в бойових діях. Методика «Адаптивність-200» забезпечила оцінку адаптивності та стійкості до бойового стресу, тоді як Багаторівневий особистісний опитувальник надав можливість проаналізувати особистісний потенціал та різні аспекти адаптивності. Шкала загальної самоефективності дала змогу визначити рівень упевненості військовослужбовців у своїх можливостях, а методика «Мотивація професійної діяльності» допомогла зрозуміти внутрішню та зовнішню мотивацію до професійної діяльності.

Застосування методу кореляційного аналізу дозволило нам виявити взаємозв'язки між окремими компонентами психологічної готовності, такими

як адаптивність, самоефективність та мотивація. Це дало можливість більш глибоко зрозуміти, як різні психологічні характеристики впливають на здатність військовослужбовців ефективно виконувати бойові завдання. Результати кореляційного аналізу стали основою для подальшого розроблення практичних рекомендацій щодо підвищення рівня психологічної готовності.

Це дослідження дозволяє комплексно оцінити психологічну підготовку військовослужбовців, виявити ключові компоненти, що впливають на їхню готовність до бойових дій, та розробити практичні рекомендації для її підвищення. Зважаючи на сучасні умови, в яких перебувають військовослужбовці, та постійні загрози, пов'язані з військовою агресією, результати цього дослідження можуть бути використані для вдосконалення програм психологічної підготовки, підвищення ефективності бойових операцій та збереження психічного здоров'я особового складу.

Таким чином, обрані методи та методики дозволили досягти мети дослідження та емпірично вивчити особливості психологічної готовності військовослужбовців до участі в бойових діях. Отримані результати стануть підґрунтям для розробки ефективних заходів щодо підвищення психологічної готовності та стійкості військовослужбовців до стресу в екстремальних умовах.

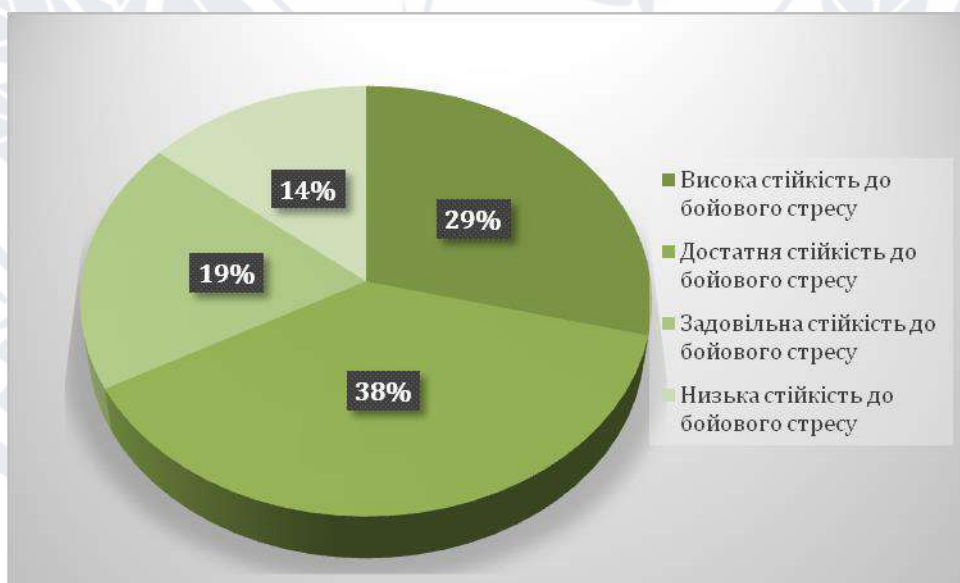
РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО УЧАСТІ В БОЙОВИХ ДІЯХ

3.1. Аналіз результатів показників психологічної готовності військовослужбовців до бойових дій

Як ми зазначали в минулому розділі, вибір методик є адекватним меті і завданням дослідження і дозволяє розкрити психологічні особливості готовності військовослужбовців до бойових дій.

Як зазначалось, дослідження проводилося на вибірці з 63 військовослужбовців. Оцінювалися різні аспекти їхньої психологічної готовності, зокрема рівень стійкості до бойового стресу, використовуючи методику «Адаптивність-200».

Першочергово, слід зазначити, що загальна кількість балів за шкалою достовірності у всіх досліджуваних (100%) не перевищила 10, що свідчить про високий рівень достовірності отриманих результатів.



**Рис. 2.1. Показники за шкалою «Рівень стійкості до бойового стресу»
у військовослужбовців**

Щодо показника «Рівень стійкості до бойового стресу (ОАП)», результати якого у відсотках відображені на рис. 2.1., нами було встановлено, що 29% осіб мають високий рівень адаптаційних можливостей та стійкість до бойового стресу. Це свідчить про їхню здатність ефективно функціонувати в екстремальних умовах, зберігати високий рівень працездатності та контролювати свої емоційні реакції під час бойових дій.

24 (38%) особи показали достатній рівень стійкості. Вони здатні справлятися з високими стресовими навантаженнями, хоча можуть зазнавати труднощів у ситуаціях з надмірним психологічним тиском.

Серед респондентів 19% продемонстрували задовільний рівень стійкості до бойового стресу, який є мінімально прийнятним для виконання бойових завдань. У цих військовослужбовців є потенціал для подальшого розвитку стійкості, проте в ситуаціях з інтенсивними стресовими навантаженнями їхня працездатність може погіршуватися.

Особливу увагу необхідно звернути на 9 (14%) осіб, які мають низький рівень стійкості до бойового стресу. Вони мають труднощі з адаптацією в бойових умовах та можуть бути схильні до негативних емоційних реакцій, що впливає на їхню здатність до ефективного виконання завдань.

Розподіл рівнів нервово-психічної стійкості та поведінкової регуляції у військовослужбовців згідно з методикою «Адаптивність-200» виглядає наступним чином (рис. 2.2.).

Встановлено, що високий рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції характерний для 13%. Ці військовослужбовці проявляють високий рівень самоконтролю та здатність зберігати стабільний емоційний стан навіть в умовах підвищеного стресу. Вони мають високий рівень працездатності та здатні ефективно адаптуватися до мінливих бойових умов. Їхня поведінка залишається раціональною та впорядкованою, що позитивно впливає на їхню ефективність під час виконання бойових завдань.

Щодо показника достатньо високого рівня нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції, він характерний для 16% вибірки. У цієї групи

військовослужбовців також спостерігається висока здатність до саморегуляції та збереження стабільного функціонування в умовах стресу. Вони здатні зберігати високу працездатність у складних ситуаціях, хоча іноді можуть зазнавати невеликих коливань у поведінці при надмірних навантаженнях.

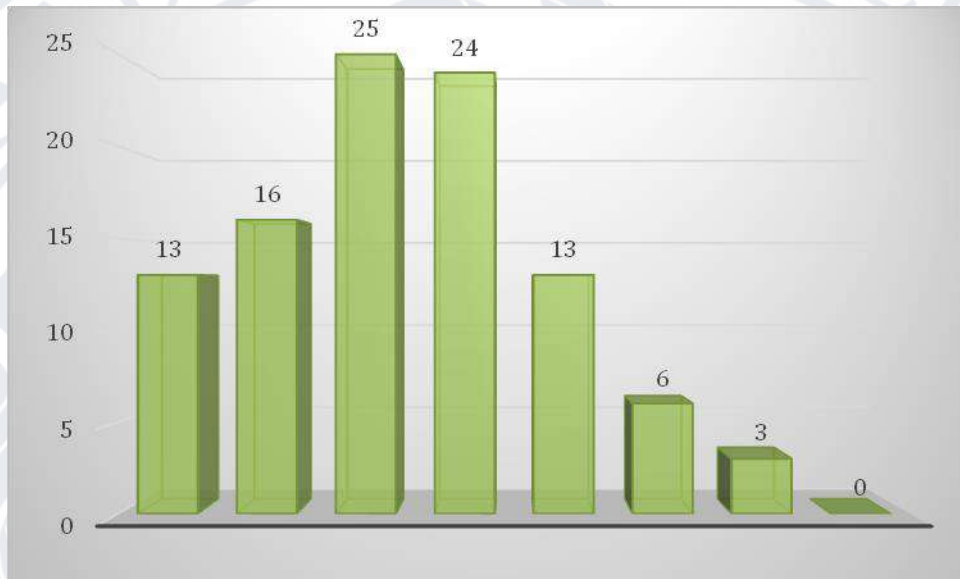


Рис. 2.2. Показники нервово-психічної стійкості та поведінкової регуляції у військовослужбовців

Достатній рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції характерний для 25%. Ці військовослужбовці демонструють достатню здатність до поведінкової регуляції, що дозволяє їм ефективно виконувати свої обов'язки в умовах бойових дій. Вони здатні підтримувати стабільний рівень працездатності, проте можуть виявляти певні ознаки нестабільності в умовах довготривалого стресу.

В цілому достатній рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції було виявлено у 24% досліджуваних. Ця група військовослужбовців загалом здатна контролювати свою поведінку та зберігати працездатність у звичайних бойових умовах. Однак, при тривалому впливі стресових факторів можливо тимчасове погіршення якості діяльності. Це свідчить про необхідність додаткової психологічної підготовки для зміцнення їхньої стійкості.

Дещо понижений рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції було зафіксовано у 13% військовослужбовців. У цієї групи спостерігаються ознаки пониження здатності до поведінкової регуляції. Вони можуть мати труднощі в адаптації до нових і незвичних умов бойових дій. У складних ситуаціях їхній рівень працездатності може бути нестабільним, що може вимагати додаткової підтримки та навчання з управління стресом.

Особливу увагу, на нашу думку, доцільно звернути на військовослужбовців, для яких характерні окремі ознаки нервово-психічної нестійкості і порушення поведінкової регуляції (6%). У цієї невеликої групи військовослужбовців спостерігаються окремі ознаки нервово-психічної нестійкості, що проявляється у порушеннях поведінкової регуляції. Вони мають труднощі з адаптацією до нових умов бойових дій, і в умовах високих психічних навантажень може відбутися зрив професійної діяльності. Це вказує на необхідність інтенсивної психологічної підтримки та тренінгів для розвитку навичок саморегуляції.

Щодо 2 осіб, які мають виражені ознаки нервово-психічної нестійкості та серйозні труднощі з регуляцією поведінки, вони потребують спеціалізованої психологічної роботи та можливої реабілітації. У них низька толерантність до психічних і фізичних навантажень, а також високий ризик зриву професійної діяльності в умовах стресу.

Результати дослідження за шкалою поведінкової регуляції свідчать про те, що більшість військовослужбовців мають від достатнього до високого рівня нервово-психічної стійкості та здатні ефективно регулювати свою поведінку в умовах стресу. Вони можуть виконувати бойові завдання та підтримувати високий рівень бойової готовності. Однак встановлено і наявність групи військовослужбовців, у яких спостерігається дещо понижений рівень поведінкової регуляції, а у деяких навіть виявлено ознаки нервово-психічної нестійкості.

Для підвищення загального рівня поведінкової регуляції рекомендується проведення цілеспрямованої психологічної підготовки, яка включає тренінги зі

стресостійкості, розвиток навичок саморегуляції та адаптивної поведінки в екстремальних умовах. Особливу увагу слід приділити групі військовослужбовців з низькою стійкістю та вираженими ознаками нервово-психічної нестійкості, з метою розробки індивідуальних програм психологічної підтримки та реабілітації.

Результати дослідження за наступним критерієм представлено на рис. 2.3.

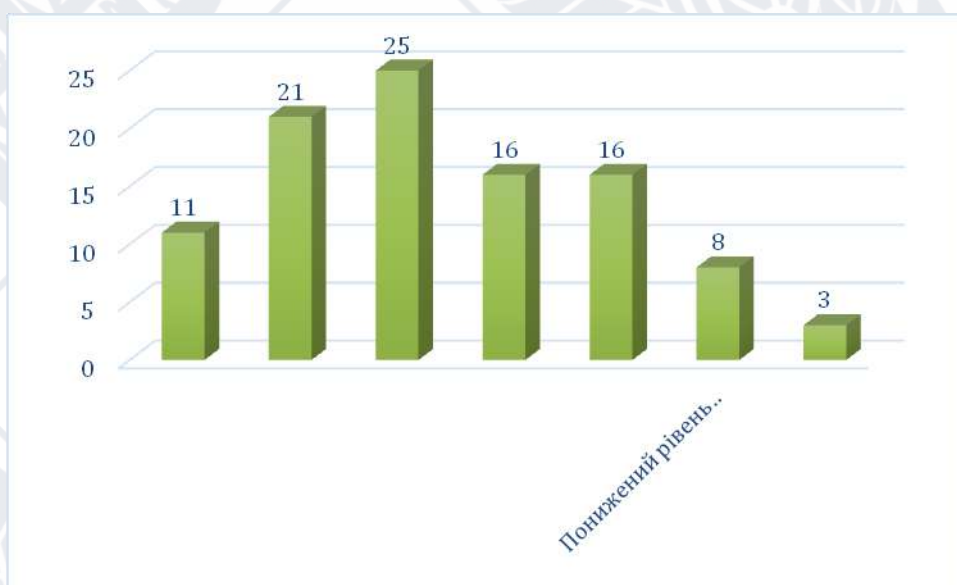


Рис. 2.3. Показники за шкалою «Комунікативний потенціал» військовослужбовців

В результаті дослідження встановлено, що високий рівень комунікативних здібностей характерний для 11% досліджуваних. Ці військовослужбовці мають чудові комунікативні навички, що дозволяє їм швидко адаптуватися до нового колективу, легко встановлювати контакти з іншими та ефективно взаємодіяти в команді. Вони здатні адекватно оцінювати свою роль у колективі, що позитивно впливає на процес ухвалення рішень і командну роботу під час бойових дій. Їхній рівень комунікації сприяє налагодженню злагодженої роботи підрозділу, що є критично важливим у бойових умовах.

Достатньо високий рівень комунікативних здібностей було виявлено у 21%. Ці військовослужбовці також демонструють високий рівень комунікативної компетентності. Вони здатні ефективно взаємодіяти з іншими членами підрозділу, підтримувати гармонійні міжособистісні стосунки та успішно адаптуватися до групових ситуацій. Вони зазвичай не відчують труднощів у спілкуванні та вміють реагувати на критику адекватно, що дозволяє їм працювати ефективно в команді.

Наступний - достатній рівень комунікативних здібностей – характерний для 25%. Ця група військовослужбовців здатна підтримувати ефективну комунікацію в більшості ситуацій. Вони загалом не мають значних труднощів при взаємодії з оточуючими та вміють встановлювати необхідні контакти. Однак в деяких випадках вони можуть потребувати додаткової підтримки чи керівництва, особливо у складних чи конфліктних ситуаціях.

Щодо середнього рівня, він був виявлений у 16% досліджуваних. Військовослужбовці з середнім рівнем комунікативних здібностей здатні до взаємодії з іншими, але можуть іноді стикатися з труднощами у спілкуванні. У більшості випадків вони можуть встановлювати міжособистісні контакти, проте іноді їхня комунікативна ефективність може бути зниженою, особливо в стресових ситуаціях. Їм рекомендується розвивати навички комунікації, щоб підвищити ефективність взаємодії в колективі.

Задовільний рівень комунікативних здібностей також характерний для 16%. Ця група військовослужбовців може мати труднощі при адаптації до нового колективу та у встановленні ефективних міжособистісних стосунків. Їм важко адекватно оцінювати свою роль у колективі, що може призводити до непорозумінь та конфліктних ситуацій. Вони можуть реагувати на критику хворобливо і потребують допомоги у розвитку комунікативних навичок та навичок самоконтролю.

На особливу увагу заслуговує 8% із пониженим рівнем та 3% з низким рівнем комунікативних здібностей. Для перших характерна суттєва нестача комунікативних здібностей, що ускладнює процес

адаптації до нового колективу та встановлення ефективних контактів з оточуючими. Вони можуть проявляти ознаки акцентуації характеру, що ускладнює взаємодію та призводить до конфліктів. Їм рекомендується проведення інтенсивної роботи над розвитком навичок комунікації та управління емоціями. Друга ж група мають виражені труднощі у комунікації. Вони важко адаптуються до нового колективу та, як правило, мають високий рівень конфліктності. Їхні комунікативні навички є недостатніми для ефективної взаємодії, що може негативно впливати на функціонування підрозділу. Цій групі необхідна цілеспрямована психологічна підтримка для покращення комунікативного потенціалу та здатності працювати у команді.

Отже, результати за шкалою комунікативного потенціалу свідчать про те, що більшість військовослужбовців мають достатній або вищий рівень комунікативних здібностей. Вони здатні ефективно взаємодіяти у колективі та підтримувати командну роботу, що є критичним для успішного виконання бойових завдань. Водночас у чверті вибірки виявлено задовільний або понижений рівень комунікативних здібностей, що може впливати на їхню здатність працювати у колективі та реагувати на стресові ситуації. Особливу увагу потрібно звернути на 2 осіб з низьким рівнем комунікативних здібностей.

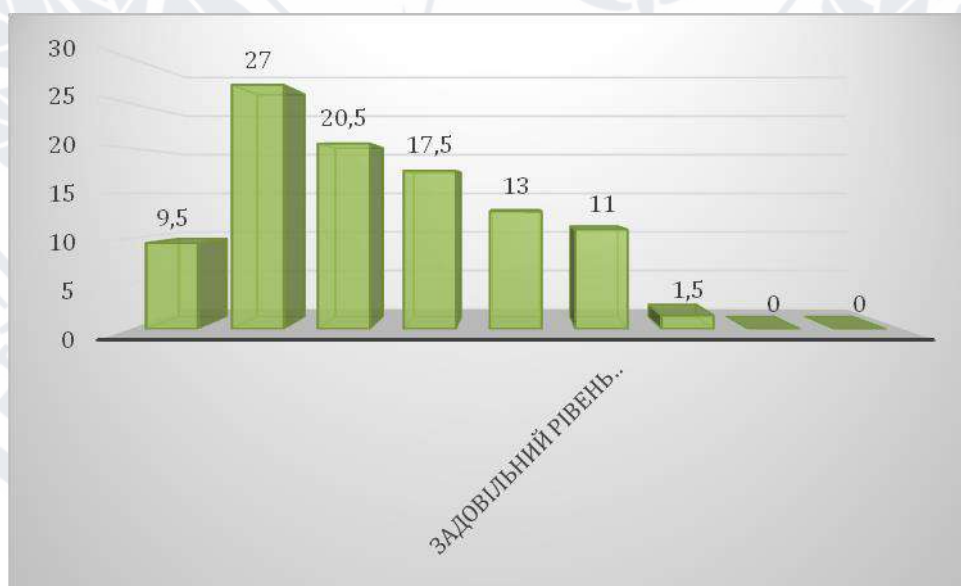


Рис. 2.4. Показники морально-етичної нормативності (соціалізації) військовослужбовців

Отже, дуже високий рівень соціалізації характеризується високим рівнем внутрішньої морально-етичної нормативності. Військовослужбовці з такими показниками суворо орієнтовані на загальноприйняті соціальні та моральні норми. У своїй повсякденній діяльності вони ставлять інтереси групи вище особистих. Ці особи демонструють високу відданість спільним цілям та альтруїстські якості. У бойових умовах це сприяє підтриманню високого рівня дисципліни, злагодженості та взаємодопомоги в колективі.

Високий рівень соціалізації, що був виявлений у 27%, характерний для військовослужбовців, які орієнтовані на дотримання соціальних норм і корпоративних вимог. Вони здатні діяти в інтересах підрозділу та часто ставлять колективні цілі вище особистих. Їхній високий рівень соціалізації сприяє створенню здорової психологічної атмосфери в підрозділі та забезпечує ефективну командну роботу, що є важливим для успішного виконання бойових завдань.

Достатньо високий рівень соціалізації (20,5%) характеризується орієнтацією на загальноприйняті норми поведінки та прагненням дотримуватися морально-етичних стандартів. Військовослужбовці цієї групи здатні підтримувати групові інтереси, але іноді можуть виявляти гнучкість залежно від ситуації. Ці особи добре інтегруються в колективі та здатні до ефективної взаємодії, проте їхнє прагнення дотримуватися нормативності може залежати від контексту ситуації.

Достатній рівень соціалізації притаманний 17,5 % військовослужбовців, які в цілому орієнтовані на дотримання соціальних норм і правил, прагнуть діяти в інтересах колективу, але їхня відданість груповим цілям може бути менш вираженою, ніж у попередніх групах. Вони мають потенціал для ефективної роботи в команді, але можуть потребувати додаткової підтримки або мотивації для посилення своєї соціальної залученості.

В цілому достатній рівень соціалізації (13%) проявляється у військовослужбовців, які прагнуть дотримуватися соціально схвалених норм поведінки, проте інколи їхні особисті інтереси можуть переважати над

груповими. Вони в цілому здатні працювати в команді, але в деяких випадках можуть проявляти індивідуалізм, що може впливати на командну динаміку.

Задовільний рівень соціалізації (11%) характеризується тим, що військовослужбовці з таким рівнем можуть не завжди орієнтуватися на загальноприйняті норми та можуть ставити свої особисті інтереси вище групових. Їхня поведінка в колективі може бути менш передбачуваною, що може ускладнювати їхню інтеграцію в групові процеси та впливати на ефективність командної взаємодії.

Осіб з недостатній та вкрай низьким рівнем в нашій вибірці виявлено не було.

Щодо наступного критерію, результати відображено на рис.2.5.

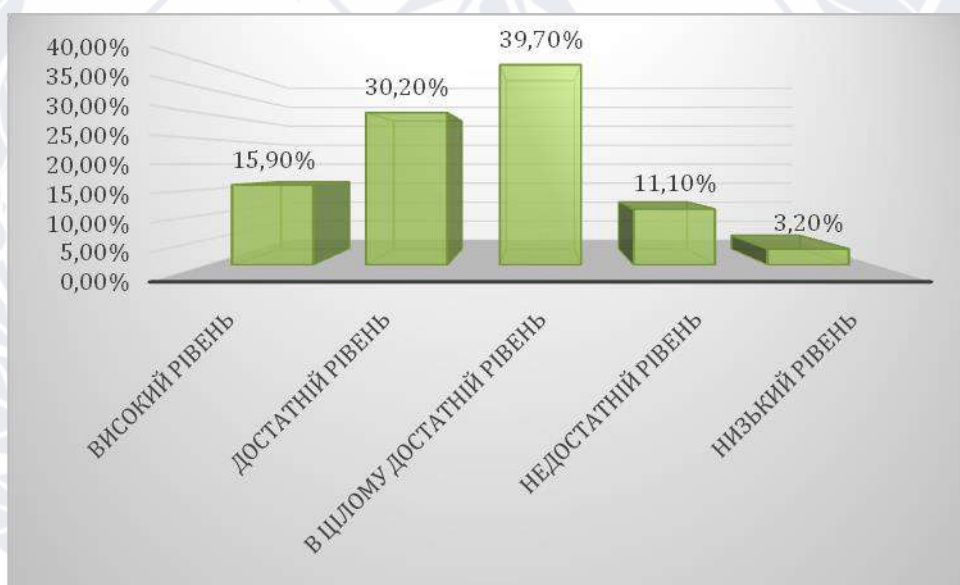


Рис. 2.5. Показники військово-професійної спрямованості військовослужбовців

Високий рівень військово-професійної спрямованості (16%) характерний для військовослужбовців, які демонструють виражене бажання продовжувати професійну діяльність у військовій сфері, навіть в особливих умовах, які передбачають участь у бойових діях. Вони віддані своїй професії, мотивовані на досягнення успіху та виконання поставлених завдань. Їхній високий рівень військово-професійної спрямованості свідчить про стійку мотивацію, яка є

важливим фактором для ефективного виконання бойових завдань і підтримки бойового духу в підрозділі.

Достатній рівень військово-професійної спрямованості встановлено у 30%. Такі військовослужбовці мають стійку орієнтацію на продовження служби. Вони добре розуміють значущість своєї професії та готові виконувати професійні обов'язки. Їхня мотивація до військової служби достатньо висока, що сприяє ефективності їхньої діяльності та готовності до виконання бойових завдань у складних і непередбачуваних умовах

В цілому достатній рівень військово-професійної спрямованості виявлено у 40% військовослужбовців, які, в цілому, демонструють позитивне ставлення до своєї професії. Вони орієнтовані на продовження військової служби, проте можуть відчувати певні сумніви або не повністю задоволені своїм службовим призначенням. Їхня мотивація до служби є достатньою для виконання професійних обов'язків, але в умовах підвищеного стресу або ризику може потребувати додаткового підкріплення.

На нашу думку, слід звернути увагу на показники недостатній рівень військово-професійної спрямованості (11%) та низький рівень військово-професійної спрямованості (3%). Військовослужбовці першої групи не повною мірою задоволена своєю військовою професійною діяльністю. Вони можуть мати сумніви щодо продовження служби та виявляють нижчу мотивацію до виконання бойових завдань. Їхнє прагнення до успіху та активна участь у військовій діяльності можуть бути обмеженими. Ці військовослужбовці можуть потребувати додаткової мотивації та психологічної підтримки для підвищення їхньої відданості професії та готовності до участі в бойових діях. Щодо другої групи, вони виявляють низький рівень мотивації до продовження служби у військовій сфері. Ймовірно, не задоволені своєю військовою професійною діяльністю та службовим призначенням. У них може бути відсутнє бажання активно брати участь у бойових діях, що може негативно позначитися на їхній ефективності у складі підрозділу. Вони потребують індивідуального підходу та

глибокої роботи з метою виявлення та вирішення проблем, які знижують їхню мотивацію до служби.

Отже, більшість військовослужбовців мають достатній або високий рівень військово-професійної спрямованості. Це вказує на те, що більшість з них мають позитивне ставлення до військової служби, готові продовжувати професійну діяльність та виконувати бойові завдання. Їхній рівень мотивації є позитивним чинником для ефективного функціонування підрозділу та забезпечення його боєздатності.

Для військовослужбовців із достатнім рівнем спрямованості рекомендується проведення додаткових мотиваційних заходів, які зміцнять їхню відданість професії. Це можуть бути бесіди з командирами, залучення до відповідальних завдань, підкреслення значущості їхнього внеску в досягнення підрозділу.

Для 9 осіб з недостатньою або низькою військово-професійною спрямованістю необхідна додаткова психологічна підтримка, спрямована на підвищення їхньої мотивації до служби. Індивідуальна робота може включати психологічні тренінги, консультації та інші заходи, спрямовані на покращення їхнього розуміння важливості військової професії, а також підвищення їхньої особистої залученості у військову діяльність.

Військовослужбовці з високим рівнем військово-професійної спрямованості можуть слугувати прикладом для інших, їхній досвід і мотивація можуть бути використані для підтримки і підвищення рівня спрямованості в підрозділі в цілому.

Загалом, результати свідчать про переважно позитивний рівень військово-професійної спрямованості серед військовослужбовців, що є важливим фактором для підтримки боєздатності та успішного виконання бойових завдань.

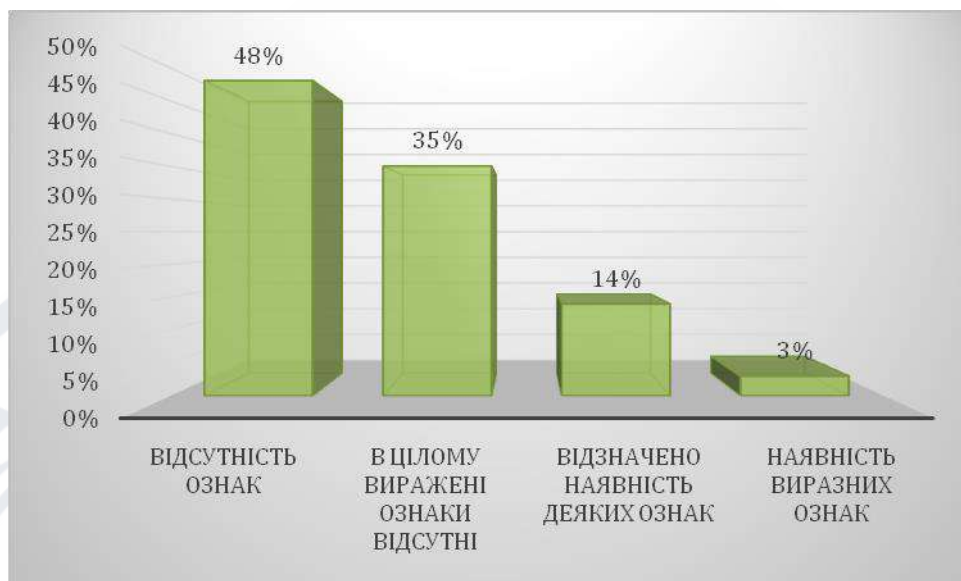


Рис. 2.6. Показники девіантних форм поведінки у військовослужбовців

В результаті дослідження встановлено, що у 48% відсутні ознаки девіантних форм поведінки. Такі військовослужбовці не проявляють схильності до девіантних форм поведінки, включаючи аддиктивну та делінквентну поведінку. Вони орієнтовані на дотримання соціальних норм і демонструють раціональну побудову міжособистісних взаємин з ровесниками та старшими. Такий рівень адаптації є позитивним показником психологічної стійкості та соціальної зрілості, що сприяє створенню сприятливого психологічного клімату в підрозділі та ефективній взаємодії у стресових ситуаціях бойових дій.

В цілому виражені ознаки девіантних форм поведінки відсутні у 35% осіб. У цих військовослужбовців загалом відсутні ознаки девіантної поведінки, але можуть бути окремі риси, що вказують на певні труднощі в побудові міжособистісних стосунків. Вони здебільшого дотримуються соціально ухвалених норм поведінки, проте іноді можуть допускати певні відхилення. Ці особи, як правило, здатні до ефективної взаємодії, але в умовах сильного стресу можуть потребувати додаткової підтримки та контролю для запобігання проявам небажаної поведінки.

Відзначено наявність деяких ознак девіантних форм поведінки у 14%. Ця група військовослужбовців проявляє деякі ознаки девіантної поведінки, включаючи можливі агресивні реакції або порушення соціально ухвалених

норм. Їхня поведінка у міжособистісних стосунках може бути нераціональною, що може призвести до труднощів у взаємодії з іншими членами підрозділу. Ці військовослужбовці можуть потребувати психологічної корекції та контролю, особливо в умовах бойових дій, де відхилення від норм поведінки можуть негативно вплинути на колектив і ефективність виконання бойових завдань.

Наявність виразних ознак девіантних форм поведінки, яка характерна 3%, заслуговує на особливу увагу. Ці військовослужбовці мають виражені ознаки девіантної поведінки, включаючи агресивні реакції та схильність до порушення соціальних норм. Їхні міжособистісні стосунки часто побудовані нераціонально, вони можуть виявляти негативне ставлення до авторитету та колективних цінностей. У бойових умовах такі риси можуть призвести до конфліктів, дезорганізації підрозділу та небезпечних ситуацій. Ці особи потребують негайного психологічного втручання, оцінки ризиків та, за потреби, корекційних заходів для зменшення проявів девіантної поведінки.

Отже, більшість військовослужбовців не демонструють ознак девіантної поведінки або мають лише незначні прояви. Це є позитивним показником, оскільки свідчить про високий рівень соціальної адаптації та здатність дотримуватися соціально прийнятних норм поведінки. Такий рівень стійкості знижує ризик виникнення конфліктів та забезпечує злагоджену роботу підрозділу під час виконання бойових завдань.

Для 9 осіб, у яких відзначено наявність деяких ознак девіантної поведінки, і 2 осіб з виразними ознаками девіантної поведінки, рекомендується провести більш детальну психологічну діагностику. Це дозволить виявити конкретні причини відхилень і розробити індивідуальні програми психологічної підтримки або корекції. Така робота є важливою для запобігання негативним проявам під час виконання службових завдань та підтримки ефективного функціонування підрозділу.

Для військовослужбовців, у яких ознаки девіантної поведінки відсутні або майже відсутні, рекомендується продовжувати підтримувати позитивний морально-психологічний клімат, проводити профілактичні заходи та тренінги,

спрямовані на розвиток навичок саморегуляції та стресостійкості. Це допоможе зберегти їхній психологічний стан на належному рівні та запобігти появі негативних тенденцій у майбутньому.

Особлива увага має бути приділена військовослужбовцям з вираженими ознаками девіантної поведінки. Вони потребують індивідуального підходу, що включає психологічну корекцію, консультації та, можливо, медико-психологічний супровід для забезпечення їхньої безпеки та безпеки підрозділу в цілому.

Таким чином, результати дослідження за шкалою схильності до девіантних форм поведінки свідчать про загалом сприятливий рівень соціальної адаптації серед більшості військовослужбовців, що є позитивним фактором для підтримання дисципліни та ефективної взаємодії в бойових умовах.



Рис. 2.7. Показники суїцидального ризику у військовослужбовців

І остання шкала—дослідження суїцидального ризику.

Для більшості вибірки характерна відсутність ознак суїцидального ризику (59%). Іншими словами, у цих військовослужбовців немає ознак суїцидальної схильності, що свідчить про стабільний психологічний стан та високий рівень адаптивності. Їхня здатність ефективно справлятися зі стресом і психологічним

тиском дозволяє їм зберігати рівновагу навіть у складних ситуаціях. Такий стан є позитивним показником для виконання військових завдань, оскільки вказує на їхню готовність протистояти психологічним викликам бойових умов.

В цілому виразних ознак суїцидальної схильності не виявлено у 29%. Ці військовослужбовці в основному не проявляють суїцидальної схильності, хоча можуть демонструвати окремі ознаки, які вказують на можливі труднощі в адаптації або міжособистісних взаєминах. Хоча ці ознаки не є тривожними, вони можуть сигналізувати про необхідність періодичного моніторингу та підтримки, особливо в умовах підвищеного стресу. Ці особи здатні до ефективної взаємодії та саморегуляції, але в разі збільшення психологічного навантаження потребують додаткової уваги.

Відзначена наявність окремих ознак суїцидальної схильності у 13%. У цих військовослужбовців виявлено окремі ознаки суїцидальної схильності, які можуть бути пов'язані з затяжним стресом, проблемами в особистому житті чи службовій діяльності. Це не означає, що вони мають явну суїцидальну загрозу, але вказує на підвищений ризик, який потребує уваги. Рекомендується проведення індивідуальних психологічних консультацій для виявлення причин та вжиття заходів з психологічної підтримки.

Слід зауважити, що жоден військовослужбовець не продемонстрував виразних ознак суїцидальної схильності, що є позитивним аспектом та свідчить про відсутність критичних психологічних проблем, пов'язаних із суїцидальним ризиком.

Отже, більшість військовослужбовців не мають явних ознак суїцидальної схильності. Це свідчить про загалом позитивний психологічний стан вибірки та добру стійкість до стресу. Такий результат є сприятливим для виконання бойових завдань, оскільки знижує ризик виникнення кризових ситуацій, пов'язаних із психічним станом особового складу.

Особливу увагу слід приділити 8 військовослужбовцям, у яких відзначено наявність окремих ознак суїцидальної схильності. Для цієї групи доцільно провести детальне психологічне обстеження з метою виявлення причин цих

ознак. Рекомендується надати їм індивідуальну психологічну підтримку, включаючи консультації та тренінги з розвитку навичок стресостійкості та саморегуляції.

Результати свідчать про необхідність регулярного моніторингу психологічного стану військовослужбовців, особливо в стресових або екстремальних умовах. Профілактичні заходи, спрямовані на зниження рівня стресу, поліпшення міжособистісних стосунків та підвищення соціальної підтримки, можуть допомогти запобігти розвитку суїцидальної схильності.

Для більшості військовослужбовців, у яких відсутні ознаки суїцидального ризику, важливо продовжувати заходи, що сприяють підтримці їхнього психологічного благополуччя, такі як тренінги з управління стресом, психологічна просвіта та розвиток комунікативних навичок.

Таким чином, результати за шкалою суїцидального ризику вказують на загалом позитивний психологічний стан більшості військовослужбовців. Однак наявність окремих осіб із підвищеним ризиком вимагає цілеспрямованої психологічної роботи для забезпечення їхньої підтримки та збереження психологічної готовності до участі в бойових діях.

Отже, дослідження адаптаційних можливостей, проведене за методикою «Адаптивність-200» дозволило оцінити різні аспекти їхньої психологічної готовності до участі в бойових діях. Загалом результати свідчать про те, що більшість військовослужбовців демонструють достатній рівень психологічної стійкості, адаптивності, комунікативних здібностей та морально-етичної нормативності, що є ключовими для ефективної та безпечної участі у військових операціях.

Результати методики «Адаптивність-200» свідчать про те, що більшість військовослужбовців мають достатній або високий рівень адаптивності, стійкості до бойового стресу та комунікативного потенціалу. Це вказує на їхню здатність ефективно діяти в умовах бойових завдань та складних ситуацій. Однак, виявлено певний відсоток військовослужбовців з низькою стійкістю до стресу, нервово-психічною нестійкістю та окремими ознаками

суїцидальної схильності, що вказує на необхідність проведення додаткової психологічної роботи. Важливими напрямками роботи є підвищення рівня комунікативних здібностей, морально-етичної нормативності та підтримка військово-професійної спрямованості.

Для підвищення ефективності психологічної підготовки військовослужбовців до участі в бойових діях рекомендується розробити індивідуальні та групові програми психологічної підтримки, що включатимуть розвиток стресостійкості, комунікативних навичок, мотивації до служби та морально-етичної орієнтації.

Наступна методика, яку ми використали в дослідженні, була Шкала загальної самоефективності, яка дозволила встановити показник самоефективності у досліджуваних військовослужбовців.

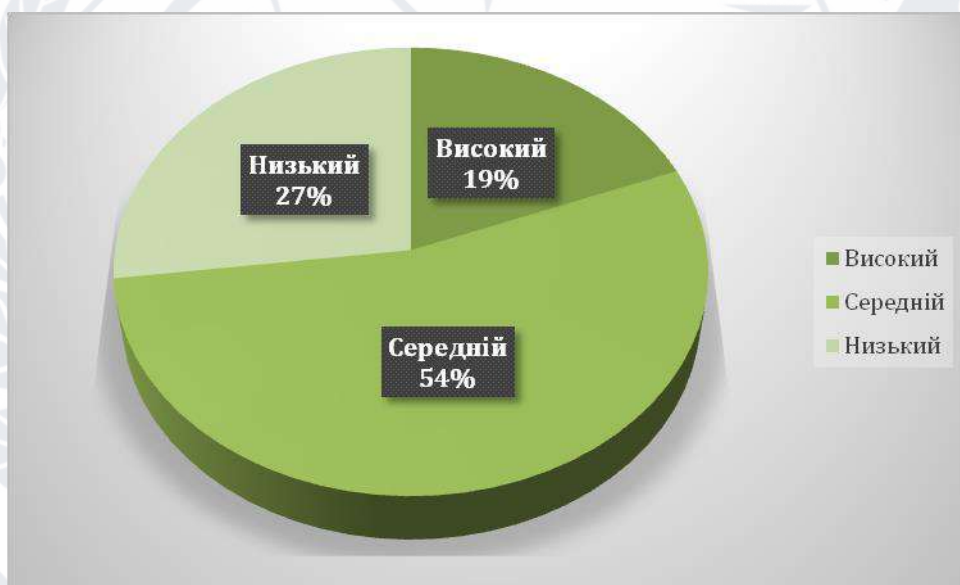


Рис. 2.8. Показники самоефективності військовослужбовців

Так, для 19% військовослужбовців характерний високий рівень самоефективності. Це свідчить про їхню високу впевненість у своїх силах та здатність долати складні ситуації. Висока самоефективність позитивно впливає на здатність приймати рішення, адаптуватися до стресових умов і підтримувати високий рівень мотивації під час виконання бойових завдань. Військовослужбовці з високою самоефективністю, ймовірно,

демонструватимуть більш ефективну поведінку у складних ситуаціях та вищий рівень стійкості до бойового стресу.

54% продемонстрували середній рівень самоефективності. Це свідчить про те, що більшість військовослужбовців мають помірну впевненість у своїх можливостях та здатності впоратися з труднощами. Такий рівень самоефективності є достатнім для ефективного виконання службових завдань, проте ці військовослужбовці можуть потребувати додаткової підтримки у більш складних або непередбачуваних ситуаціях. Військовослужбовці з середнім рівнем самоефективності здатні до адаптації та можуть ефективно діяти у більшості ситуацій, однак підвищення рівня самоефективності могло б сприяти їхній більшій впевненості та самостійності у критичних ситуаціях.

І 27% військовослужбовців мають низький рівень самоефективності. Це може свідчити про недостатню впевненість у власних силах та здатності долати стресові ситуації. Військовослужбовці з низькою самоефективністю можуть відчувати труднощі у прийнятті рішень та ефективному виконанні бойових завдань, особливо в умовах підвищеного стресу. Для цієї групи необхідно забезпечити додаткову психологічну підтримку та навчання з розвитку навичок саморегуляції, підвищення впевненості у своїх можливостях та зміцнення мотивації до виконання завдань.

Отже, отримані результати дослідження свідчать, що більшість військовослужбовців мають середній рівень самоефективності, що є достатнім для виконання військових завдань, проте потребує вдосконалення для підвищення ефективності їхньої діяльності в умовах стресу. Високий рівень самоефективності є позитивним показником, який сприяє успішному виконанню бойових завдань. Однак наявність 27% військовослужбовців з низьким рівнем самоефективності вказує на необхідність проведення додаткових заходів з психологічної підготовки, спрямованих на підвищення їхньої впевненості у своїх можливостях та розвитку адаптивних навичок.

Останньою методикою, яку ми використали в дослідженні, була методика «Мотивація професійної діяльності»

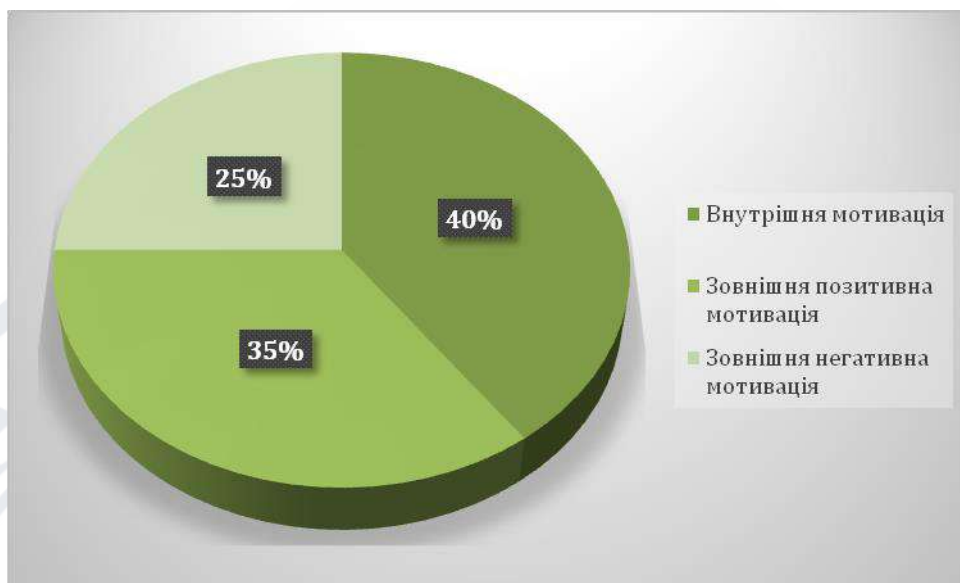


Рис. 2.9 Показники мотивації професійної діяльності військовослужбовців

Отже, 40% військовослужбовців демонструють високий рівень внутрішньої мотивації. Вони орієнтовані на самореалізацію, задоволення від своєї роботи та особистісний розвиток. Внутрішньо мотивовані військовослужбовці, як правило, прагнуть виконувати свої обов'язки з максимальною віддачею, оскільки вони вважають свою професійну діяльність значущою. Вони здатні підтримувати високий рівень мотивації навіть у стресових ситуаціях, оскільки їхнє прагнення виходить з їхніх внутрішніх переконань та цінностей. Це є найбільш сприятливим типом мотивації для військової діяльності, оскільки він сприяє довгостроковій ефективності та стійкості військовослужбовців.

35% вибірки орієнтовані на зовнішню позитивну мотивацію. Ці військовослужбовці стимулюються зовнішніми факторами, такими як визнання, схвалення, винагороди та можливості для кар'єрного росту. Така мотивація може бути ефективною, особливо коли вона підтримується системою заохочень та визнання заслуг. Проте, зовнішня позитивна мотивація може бути менш стабільною в довгостроковій перспективі, оскільки вона залежить від зовнішніх умов. Для підтримки цього типу мотивації важливо створити позитивне службове середовище, де військовослужбовці відчувають, що їхні зусилля та досягнення помічаються та цінуються.

25% військовослужбовців мають зовнішню негативну мотивацію. Вони керуються страхом покарання, уникненням критики, тиском з боку командування або обов'язковістю виконання службових обов'язків. Такий тип мотивації є найменш сприятливим, оскільки він не пов'язаний із внутрішнім бажанням виконувати свою роботу добре. Зовнішня негативна мотивація може призводити до вигорання, зниження ефективності та задоволеності службою. Військовослужбовці з такою мотивацією потребують додаткової підтримки та стимулювання з боку командування для перетворення їхньої мотивації на позитивну. Це може включати створення можливостей для професійного розвитку, навчання та заохочення більш позитивного ставлення до службових обов'язків.

Результати показують, що основна частина військовослужбовців (75%) має внутрішню або зовнішню позитивну мотивацію. Це є позитивним показником, який свідчить про наявність у більшості військовослужбовців бажання працювати ефективно та отримувати від цього задоволення. Однак, наявність 25% військовослужбовців з переважно зовнішньою негативною мотивацією є тривожним сигналом, який вказує на необхідність психологічної підтримки та мотиваційної роботи. Важливо спрямувати зусилля на підвищення мотивації військовослужбовців, що мають зовнішню негативну мотивацію, та сприяти формуванню внутрішньої мотивації у всьому особовому складі.

Таким чином, для підвищення загальної ефективності та боєздатності військових підрозділів необхідно розробляти програми та стратегії, які допомагають зміцнювати внутрішню та зовнішню позитивну мотивацію військовослужбовців, а також знижувати рівень зовнішньої негативної мотивації.

3.2. Аналіз характеру взаємозв'язків показників психологічної готовності військовослужбовців до бойових дій

В результаті здійсненого кореляційного аналізу (таблиця 3.1.) нами були отримані наступні зв'язки

– «Поведінкова регуляція» має позитивний зв'язок із показниками внутрішньої мотивації ($r=0,70$, $p<0,01$) та рівнем самоефективності ($r=0,68$, $p<0,01$). Це свідчить про те, що військовослужбовці з високою поведінковою регуляцією також мають вищу внутрішню мотивацію та впевненість у своїх здібностях. Вони краще контролюють свої емоції та дії, що підвищує їх ефективність у стресових ситуаціях.

Таблиця 3.1.

Матриця інтеркореляцій

Показники	ПР	КП	МН	ВПС	ДАП	СР	ОАП	СЕ	Внутрішня мотивація	Зовнішня позитивна мотивація	Зовнішня негативна мотивація
ПР	1	0,65	0,58	0,60	-0,55	-0,50	0,75	0,68	0,70	0,45	-0,60
КП	0,65	1	0,55	0,63	-0,48	-0,45	0,72	0,60	0,60	0,50	-0,55
МН	0,58	0,55	1	0,70	-0,65	-0,60	0,78	0,55	0,75	0,40	-0,68
ВПС	0,60	0,63	0,70	1	-0,70	-0,62	0,80	0,62	0,80	0,55	-0,70
ДАП	-0,55	-0,48	-0,65	-0,70	1	0,65	-0,75	-0,58	-0,70	-0,35	0,75
СР	-0,50	-0,45	-0,60	-0,62	0,65	1	-0,70	-0,52	-0,65	-0,30	0,68
ОАП	0,75	0,72	0,78	0,80	-0,75	-0,70	1	0,70	0,82	0,50	-0,75
СЕ	0,68	0,60	0,55	0,62	-0,58	-0,52	0,70	1	0,70	0,60	-0,65
Внутрішня мотивація	0,70	0,60	0,75	0,80	-0,70	-0,65	0,82	0,70	1	0,55	-0,78
Зовнішня позитивна мотивація	0,45	0,50	0,40	0,55	-0,35	-0,30	0,50	0,60	0,55	1	-0,45
Зовнішня негативна мотивація	-0,60	-0,55	-0,68	-0,70	0,75	0,68	-0,75	-0,65	-0,78	-0,45	1

«Поведінкова регуляція» має негативний зв'язок із зовнішньою негативною мотивацією ($r=-0,60$, $p<0,01$). Тобто, військовослужбовці, які регулюють свою поведінку краще, менше залежать від зовнішнього тиску чи страху покарання.

– «Комунікативний потенціал (КП)» має позитивний зв'язок з інтегральним показником адаптивності ($r=0,72$, $p<0,01$) та внутрішньою мотивацією ($r=0,60$, $p<0,01$). Це означає, що військовослужбовці з розвиненими комунікативними здібностями частіше демонструють високу адаптивність та внутрішню мотивацію.

Та негативно корелює із зовнішньою негативною мотивацією ($r=-0,55$, $p<0,01$), вказуючи на те, що кращі комунікативні навички пов'язані зі зниженням впливу негативних зовнішніх факторів на мотивацію.

– Морально-етична нормативність має значну позитивну кореляцію з внутрішньою мотивацією ($r=0,75$, $p<0,01$). Це підкреслює важливість моральних цінностей та етичних норм у формуванні внутрішньої мотивації військовослужбовців.

А також негативний зв'язок з девіантною поведінкою ($r=-0,65$, $p<0,01$) та зовнішньою негативною мотивацією ($r=-0,68$, $p<0,01$). Такі результати свідчать про те, що високий рівень морально-етичної нормативності є захисним фактором проти негативних поведінкових тенденцій.

– Військово-професійна спрямованість (ВПС) має позитивну кореляцію з внутрішньою мотивацією ($r=0,80$, $p<0,01$) та інтегральним показником адаптивності ($r=0,80$, $p<0,01$). Це означає, що військовослужбовці, які мають високий рівень професійної спрямованості, також демонструють вищий рівень адаптації та внутрішньої мотивації.

Також була виявлена негативна кореляція з зовнішньою негативною мотивацією ($r=-0,70$, $p<0,01$) та схильністю до девіантної поведінки ($r=-0,70$, $p<0,01$) вказує на те, що високий рівень професійної спрямованості допомагає запобігти впливу негативних факторів.

– Схильність до девіантних форм поведінки (ДАП) має негативний зв'язок з інтегральним показником адаптивності ($r=-0,75$, $p<0,01$) та внутрішньою мотивацією ($r=-0,70$, $p<0,01$). Це означає, що схильність до девіантної поведінки знижує загальний рівень адаптації та внутрішню мотивацію.

При цьому, цей показник позитивно корелює із зовнішньою негативною мотивацією ($r=0,75$, $p<0,01$), що свідчить про те, що військовослужбовці зі схильністю до девіантної поведінки частіше мотивовані негативними зовнішніми факторами.

– Суїцидальний ризик (СР) негативно корелює з внутрішньою мотивацією ($r=-0,65$, $p<0,01$) та інтегральним показником адаптивності ($r=-0,70$, $p<0,01$). Це вказує на те, що підвищений суїцидальний ризик пов'язаний із зниженими рівнями внутрішньої мотивації та адаптивності.

Та має позитивну кореляцію із зовнішньою негативною мотивацією ($r=0,68$, $p<0,01$). Отриманий результат вказує на те, що суїцидальний ризик частіше проявляється у військовослужбовців, які мотивовані негативними зовнішніми факторами.

– Інтегральний показник адаптивності (ОАП) позитивно корелює з внутрішньою мотивацією ($r=0,82$, $p<0,01$) та рівнем самоефективності ($r=0,70$, $p<0,01$). Це свідчить про те, що загальна адаптивність військовослужбовців тісно пов'язана з їх внутрішньою мотивацією та впевненістю у власних силах.

Також була виявлена негативна кореляція із зовнішньою негативною мотивацією ($r=-0,75$, $p<0,01$) підкреслює, що адаптивність знижується при домінуванні негативних зовнішніх факторів у мотиваційній структурі.

Отже, кореляційний аналіз показав, що внутрішня мотивація, морально-етична нормативність, поведінкова регуляція та комунікативний потенціал мають важливе значення для високого рівня адаптивності військовослужбовців та їх готовності до бойових дій. Негативні мотиваційні фактори, такі як зовнішня негативна мотивація та схильність до девіантної поведінки, пов'язані з низькою адаптивністю та підвищеним суїцидальним ризиком.

3.3. Теоретичний опис корекційної програми

Результати емпіричного дослідження засвідчили, що психологічна готовність військовослужбовців до участі в бойових діях є складним багатокомпонентним явищем, яке визначається взаємодією особистісних характеристик, мотиваційних чинників та поведінкових особливостей. Більшість військовослужбовців демонструють високий рівень адаптивності, що дозволяє їм ефективно мобілізувати ресурси для виконання бойових завдань у стресових умовах. Ця здатність залежить від розвиненої поведінкової регуляції, яка є важливою для збереження працездатності навіть за підвищеного стресу, а також від високого комунікативного потенціалу, що сприяє швидкій інтеграції в колектив і забезпеченню ефективної взаємодії. Високий рівень морально-етичної нормативності підсилює внутрішню мотивацію та формує стійкість до бойового стресу, підтримуючи загальну згуртованість підрозділу.

Водночас частина військовослужбовців із середнім та низьким рівнем адаптивності, недостатньою поведінковою регуляцією чи низькими комунікативними здібностями стикається з труднощами в адаптації до стресових умов, що вимагає додаткової психологічної підтримки. Низька самоефективність також є фактором, який негативно впливає на бойову готовність, оскільки знижує впевненість у власних силах і ускладнює контроль емоцій. Крім того, виявлено, що наявність емоційної нестабільності, схильності до девіантної поведінки чи підвищеного суїцидального ризику в окремих військовослужбовців створює додаткові виклики, які вимагають цілеспрямованих заходів психологічної підтримки.

Високий рівень військово-професійної спрямованості визначає здатність військовослужбовців ефективно виконувати складні завдання, підтримуючи їхню внутрішню мотивацію до професійного зростання. Це підтверджує необхідність цілеспрямованого розвитку професійної ідентичності, що є невід'ємною частиною психологічної підготовки.

Ефективність психологічної підготовки військовослужбовців підтверджується теоретичною моделлю програми, яка включає чотири взаємопов'язані етапи. На підготовчому етапі проводиться оцінка базового психологічного стану, діагностика стресостійкості, мотиваційних установок і самооцінки, а також мотиваційна підготовка до участі в програмі. Формувальний етап спрямований на розвиток адаптивності, стресостійкості, самомотивації та навичок саморегуляції за допомогою інтерактивних тренінгів, моделювання кризових ситуацій та практичних завдань. На етапі закріплення увага зосереджується на зміцненні командної взаємодії, внутрішньої мотивації та застосуванні отриманих навичок у максимально реалістичних умовах. Заключний етап передбачає підсумкову оцінку динаміки змін, розробку індивідуальних рекомендацій та закріплення навичок для підтримки психологічної стійкості в бойових умовах.

Комплексний підхід до підготовки, що включає розвиток адаптивності, морально-етичних цінностей, комунікативних навичок та технік саморегуляції, сприяє формуванню стійкої психологічної готовності військовослужбовців, забезпечуючи їх ефективність у виконанні завдань у стресових умовах бойових дій.

Висновки до розділу 3

Результати емпіричного дослідження засвідчили, що психологічна готовність військовослужбовців до участі в бойових діях є складним багатокомпонентним явищем, яке визначається взаємодією особистісних характеристик, мотиваційних чинників та поведінкових особливостей. Більшість військовослужбовців демонструють високий рівень адаптивності, що дозволяє їм ефективно мобілізувати ресурси для виконання бойових завдань у стресових умовах. Ця здатність залежить від розвиненої поведінкової регуляції, яка є важливою для збереження працездатності навіть за підвищеного стресу, а також від високого комунікативного потенціалу, що сприяє швидкій інтеграції

в колектив і забезпеченню ефективної взаємодії. Високий рівень морально-етичної нормативності підсилює внутрішню мотивацію та формує стійкість до бойового стресу, підтримуючи загальну згуртованість підрозділу.

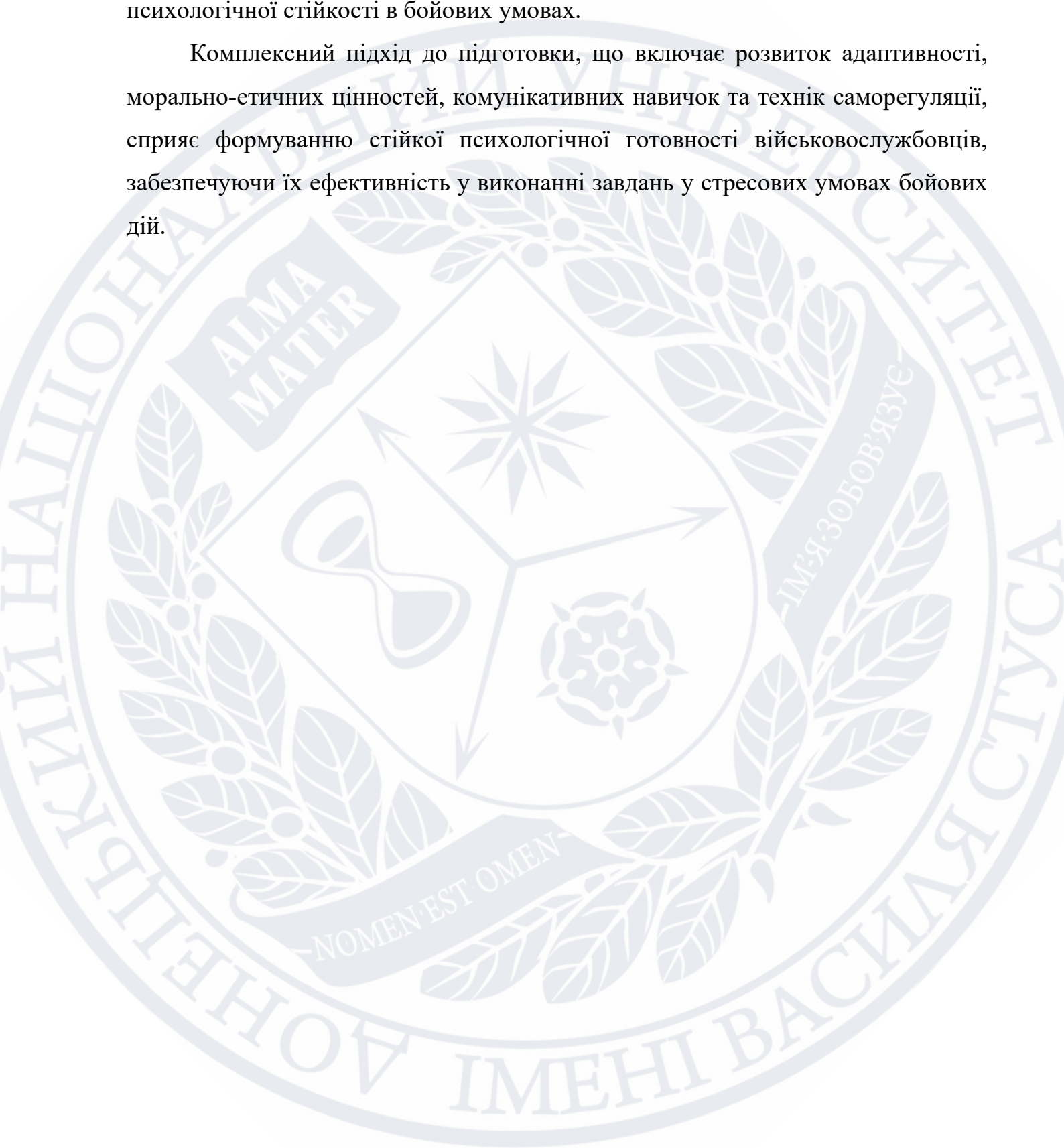
Водночас частина військовослужбовців із середнім та низьким рівнем адаптивності, недостатньою поведінковою регуляцією чи низькими комунікативними здібностями стикається з труднощами в адаптації до стресових умов, що вимагає додаткової психологічної підтримки. Низька самоефективність також є фактором, який негативно впливає на бойову готовність, оскільки знижує впевненість у власних силах і ускладнює контроль емоцій. Крім того, виявлено, що наявність емоційної нестабільності, схильності до девіантної поведінки чи підвищеного суїцидального ризику в окремих військовослужбовців створює додаткові виклики, які вимагають цілеспрямованих заходів психологічної підтримки.

Високий рівень військово-професійної спрямованості визначає здатність військовослужбовців ефективно виконувати складні завдання, підтримуючи їхню внутрішню мотивацію до професійного зростання. Це підтверджує необхідність цілеспрямованого розвитку професійної ідентичності, що є невід'ємною частиною психологічної підготовки.

Ефективність психологічної підготовки військовослужбовців підтверджується теоретичною моделлю програми, яка включає чотири взаємопов'язані етапи. На підготовчому етапі проводиться оцінка базового психологічного стану, діагностика стресостійкості, мотиваційних установок і самеоцінки, а також мотиваційна підготовка до участі в програмі. Формувальний етап спрямований на розвиток адаптивності, стресостійкості, самомотивації та навичок саморегуляції за допомогою інтерактивних тренінгів, моделювання кризових ситуацій та практичних завдань. На етапі закріплення увага зосереджується на зміцненні командної взаємодії, внутрішньої мотивації та застосуванні отриманих навичок у максимально реалістичних умовах. Заключний етап передбачає підсумкову оцінку динаміки змін, розробку

індивідуальних рекомендацій та закріплення навичок для підтримки психологічної стійкості в бойових умовах.

Комплексний підхід до підготовки, що включає розвиток адаптивності, морально-етичних цінностей, комунікативних навичок та технік саморегуляції, сприяє формуванню стійкої психологічної готовності військовослужбовців, забезпечуючи їх ефективність у виконанні завдань у стресових умовах бойових дій.



ВИСНОВКИ

Результати дослідження надали змогу комплексно оцінити психологічну готовність військовослужбовців до участі в бойових діях, яка є ключовим чинником ефективного виконання бойових завдань. Психологічна готовність виявляється багатовимірним феноменом, що охоплює мотиваційно-цільовий, когнітивний, емоційно-вольовий та операційно-поведінковий компоненти. Теоретичний аналіз показав, що ці складові забезпечують здатність військовослужбовців ефективно функціонувати в умовах стресу, управляти емоціями, приймати раціональні рішення та зберігати високу працездатність. Окремо акцентовано на важливості мотиваційної складової, яка визначає внутрішню спрямованість на виконання завдань і професійний розвиток. Наукові джерела підтверджують, що формування психологічної готовності має базуватися на інтегративному підході, який поєднує розвиток адаптивності, комунікативних здібностей, морально-етичних цінностей, самоефективності та саморегуляції.

Емпіричне дослідження поглибило розуміння структури психологічної готовності, показавши її складність та взаємопов'язаність компонентів. Аналіз результатів дослідження за методиками «Адаптивність-200», Багаторівневий особистісний опитувальник, Шкала самоефективності та методика «Мотивація професійної діяльності» продемонстрував, що більшість військовослужбовців мають високий рівень адаптивності, здатність мобілізувати ресурси та ефективно виконувати завдання в умовах бойового стресу. Розвинений комунікативний потенціал забезпечує швидке встановлення контактів у колективі, що є важливим для злагодженої командної роботи. Військовослужбовці з високим рівнем морально-етичної нормативності виявляють вищу стійкість до стресу та проявляють більшу згуртованість у бойових умовах. Водночас частина респондентів із середнім і низьким рівнем адаптивності, недостатньо розвиненими комунікативними здібностями чи

зниженою самоефективністю демонструють труднощі в адаптації до екстремальних умов. У таких осіб частіше спостерігається емоційна нестабільність, труднощі з саморегуляцією та підвищена вразливість до стресових факторів.

Дослідження також виявило, що схильність до девіантних форм поведінки та суїцидальний ризик є значними викликами для психологічної готовності військовослужбовців. Особи з такими характеристиками виявляють знижену адаптивність, емоційну нестабільність та проблеми у поведінковій регуляції, що потребує цільової психологічної підтримки та роботи над морально-етичним вихованням. Разом із цим високий рівень самооцінки та внутрішньої мотивації корелює з підвищеною здатністю до адаптації та збереження працездатності в умовах бойових завдань.

На основі отриманих результатів була розроблена теоретична модель психологічної підготовки військовослужбовців, яка включає чотири етапи. Підготовчий етап передбачає проведення діагностики базового психологічного стану військовослужбовців, оцінку адаптивності, комунікативних навичок, мотиваційних установок і морально-етичних цінностей. Формувальний етап спрямований на розвиток стресостійкості, самомотивації, саморегуляції та адаптивності через інтерактивні тренінги, практичні завдання та моделювання кризових ситуацій. Етап закріплення зосереджується на зміцненні командної взаємодії, інтеграції отриманих навичок у реалістичних умовах і підвищенні внутрішньої впевненості військовослужбовців. На завершальному етапі проводиться оцінка динаміки змін, розробка індивідуальних рекомендацій і закріплення навичок для довгострокового підтримання психологічної стійкості в умовах бойових дій.

Перспективи подальших досліджень у цій галузі передбачають розширення вибірки для аналізу особливостей психологічної готовності серед різних категорій військовослужбовців, зокрема офіцерів, ветеранів і учасників бойових дій. Особливий інтерес становлять інноваційні методи, такі як використання технологій віртуальної реальності, біологічного зворотного

зв'язку та інтерактивних тренажерів для розвитку стресостійкості. Важливим напрямом є також дослідження довгострокових ефектів психологічної підготовки, включаючи аналіз її впливу на стан військовослужбовців після виконання бойових завдань, їхню реабілітацію та адаптацію до мирного життя. Ще одним завданням є розробка профілактичних програм, спрямованих на запобігання розвитку посттравматичних розладів і посилення психологічної стійкості особового складу. Комплексний підхід до психологічної підготовки військовослужбовців, заснований на інтеграції індивідуальних і групових методів, сприяє не лише підвищенню бойової ефективності, а й збереженню психічного здоров'я, що має важливе значення для забезпечення національної безпеки.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Алещенко, В. І., & Юркова, О. І. (2022). Кількісний та якісний аналіз стану психологічної готовності військовослужбовців танкових підрозділів до виконання бойових завдань. *Вісник Національного університету оборони України*, (4(68)), 5–15.
2. Александров, Д. О. (2013). *Формування психологічної готовності працівників органів внутрішніх справ до дій в екстремальних ситуаціях затримання озброєного злочинця: науково-практичний посібник*. Чернівці: Чернівецький національний університет.
3. Алпатова, О. В. (2024). *Особливості психологічної адаптації учасників бойових дій*, Національний авіаційний університет). URL: <https://er.nau.edu.ua/bitstream/NAU/64020/1/%d0%90%d0%bb%d0%bf%d0%b0%d1%82%d0%be%d0%b2%d0%b0.pdf>
4. Агаєв, Н. А., Скрипкін, О. Г., Дейко, А. Б., Поливанюк, В. В., & Еверт, О. В. (2016). Алгоритм роботи військового психолога щодо психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України: методичні рекомендації. Київ: НДЦ ГП ЗСУ.
5. Блінов, О. А. (2016). *Психологія бойової психічної травми: монографія*. Київ: Талком.
6. *Військова психологія та лідерство в Україні: проблеми та виклики впродовж циклу розгортання бойових дій: навчальний посібник* (2018).. Київ: Захист Патріотів.
7. Бойко, О. В., Гузенко, І. М., & Кожевніков, В. М. (2010). *Психологічна підготовка військовослужбовців: Методичний посібник*. Львів: АСВ.
8. Бондаренко, Я. Г. (2010). *Психологічна готовність фахівців спеціальних підрозділів МВС України до виконання професійних задач різного*

рівня складності: Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук (19.00.06). Харків.

9. Буковська, О. О. (2015). Психологічна допомога сім'ям військовослужбовців, які повертаються із зони бойових дій. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Психологічні науки*, (128), 29-32.

10. Галецька, І. (2015). *Клініко-психологічне дослідження: навчальний посібник*. Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, с. 210–212.

11. Галецька, І. І. (2003). Самоефективність у структурі соціально-психологічної адаптації. *Вісник Львівського університету. Серія «Філософські науки»*, (5), 433–442.

12. Генік, В. В. (2023). Особливості психологічної готовності військовослужбовців до дій в екстремальних умовах. У Роль і місце соціально-гуманітарних та правових дисциплін в системі підготовки військовослужбовців Національної гвардії України: матеріали круглого столу (с. 38–39). Київ: Київський інститут Національної гвардії України.

13. Дикун, В. Г., Кириченко, А. В., & Стасюк, В. В. (2023). Психологічне забезпечення особового складу під час ведення бойових дій. У Роль і місце соціально-гуманітарних та правових дисциплін в системі підготовки військовослужбовців Національної гвардії України: матеріали круглого столу (с. 11–13). Київ: Київський інститут Національної гвардії України.

14. Дикун, В. Г., Мороз, В. М., & Стасюк, В. В. (2023). Методологія дослідження морально-психологічного стану особового складу військ (сил): навчально-методичний посібник. Київ: 7БЦ.

15. Кириченко, А. В. (2022). Модель психологічної готовності військовослужбовця Десантно-штурмових військ до діяльності в бойових умовах. *Габітус*, (38), 59–63. Одеса: Видавничий дім “Тельветика”.

16. Кириченко, А. В. (2019). Аналіз поняття психологічної готовності в науковій літературі. У Шляхи трансформації системи морально-

психологічного забезпечення у Збройних Силах України: матеріали наукового семінару (с. 49–52). Київ: НУОУ.

17. Кириченко, А. В. (2021). Досвід формування та розвиток психологічної готовності військовослужбовців армії США. У Молодіжна військова наука: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих вчених (с. 125–129). Київ: ВІКНУ.
18. Карпюк, Г. (2023). Реабілітація і медицина для військових: перехід від тактики до стратегії. URL: <https://www.segodnya.ua/ua/regions/donetsk/psihologiya-voyny-kak-pomoch-veteranam-ato-vernutsya-k-normalnoy-zhizni-1117099.html>
19. Кокун, О. М. (2019). *Психологічне вивчення особового складу Збройних Сил України: Методичний посібник*. Київ: ФОП Маслаков.
20. Кокун, О. М., Мороз, В. М., Пішко, І. О., & Лозінська, Н. С. (2021). *Формування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до виконання завдань за призначенням під час бойового злагодження: Методичний посібник*. Київ: 7БЦ.
21. Колесніченко, О. С., Мацегора, Я. В., & Воробйова, В. І. (2016). *Психологічна готовність військовослужбовців Національної гвардії України до службово-бойової діяльності поза межами пункту постійної дислокації: Монографія*. Харків: Національна академія НГУ.
22. Колесніченко, О. С., Мацегора, Я. В., Приходько, І. І., & Юр'єва, Н. В. (2019). *Професійно-психологічний тренінг військовослужбовців Національної гвардії України*. Харків: НАНГУ.
23. Концепція впровадження психологічної підготовки у Збройних Силах України (н.д.). Харківський національний університет Повітряних Сил імені Івана Кожедуба: вебсайт. URL: <http://www.hups.mil.gov.ua/assets/doc/science/stud-conf/suchasna-viyna-gumanitarniy-aspekt/38.pdf>.

- 24.Корольчук, М. С., & Крайнюк, В. М. (2006). *Теорія і практика професійного психологічного відбору: навчальний посібник*. Київ: Ніка-Центр.
- 25.Корольчук, М. С., & Крайнюк, М. С. (2006). *Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: навчальний посібник*. Київ: Ніка-Центр.
- 26.Ліпатов, І. І. (2009). *Психологічна адаптація військовослужбовців до бойової діяльності: Навчальний посібник*. Харків: ХВУ.
- 27.Ліпатов, І. І., Шестопалова, Л. Ф., & Афанасенко, В. С. (2014). *Психологічна адаптація військовослужбовців до бойової діяльності: Навчальний посібник*. Харків: ХВУ.
- 28.Ложкін, Г. (2012). *Психологічне супроводження діяльності військовослужбовців в екстремальних умовах: Навчальний посібник*. Житомир: ЖВІРЕ.
- 29.Лурін, І. А., Льовкін, І. М., Числіцька, О. В., Маланюк, В. І., & Борисова, С. Л. (2017). Особливості соціально-психологічної адаптації військовослужбовців-учасників бойових дій. *Проблеми військової охорони здоров'я*, (49 (2)), 62-70.
- 30.Макаренко, М. В. (2006). *Основи професійного відбору військових спеціалістів та методики вивчення індивідуальних психофізіологічних відмінностей між людьми*. Київ: Інститут фізіології ім. О. О. Богомольця НАН України, Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних Сил України.
- 31.Мазуренко, Л. І. (2023). Морально-психологічне забезпечення підрозділів Національної гвардії України в контексті підтримки і відновлення їх боєздатності. У Роль і місце соціально-гуманітарних та правових дисциплін в системі підготовки військовослужбовців Національної гвардії України: матеріали круглого столу (с. 93–94). Київ: Київський інститут Національної гвардії України.

- 32.Мась, Н. М., & Сафін, О. Д. (2022). Вплив соціально-психологічних характеристик особистості військовослужбовця на його уявлення про ризик і психологічну готовність до нього. *Вісник КНУ. Серія: Військово-спеціальні науки*, (2(50)), 50–53.
- 33.Методичні рекомендації з організації психологічного вивчення військовослужбовців, призваних за мобілізацією, у навчальних центрах (частинах) Збройних Сил України. (2016). Київ: Головне управління по роботі з особовим складом Збройних Сил України.
- 34.Мул, С. А. (2010). Логіко–теоретичний аналіз проблеми “психологічна готовність” особистості. *Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології"*, (7).
- 35.Невмержицький, В. М. (2002). Психологічні детермінанти адаптації військовослужбовців строкової служби до особливих умов діяльності (автореферат дисертації). Київ.
- 36.Олійник, Л. В. (2012). Проблеми професійної освіти майбутніх магістрів військово-соціального управління та напрями вирішення їх в контексті Болонського процесу. *Збірник наукових праць "Військова освіта"*, (2(25)), 167–174.
- 37.Олексієнко, Б. М., Іщенко, Д. В., & Сафін, О. Д. (2017). *Військова психологія і педагогіка: Підручник для військових вузів*. Хмельницький: Вид-во Академії СВУ.
- 38.Осьодло, В. І., Грилюк, С. М., & Тютюнник, Л. Л. (2021). Сучасний стан і перспективи психологічного забезпечення в Збройних Силах України. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*, (1), 89–98.
- 39.Про затвердження інструкції з організації психологічного забезпечення особового складу Збройних Сил України: Наказ Головнокомандувача Збройних Сил України від 18.10.2021 р. №305.

40. Про затвердження інструкції з організації психологічної підготовки Збройних Сил України: Наказ Головнокомандувача Збройних Сил України від 18.10.2021 р. №173.
41. *Психологічна підготовка військовослужбовців ЗСУ до перебування в умовах різкої зміни бойової обстановки та умовах примусової ізоляції: Методичні рекомендації* (2022). Київ: Центр учбової літератури.
42. Сергеєнкова, О. П. (2007). Психологічний словник.
43. Сотнікова, Ю. В., & Клизуб, О. О. (2023). Сучасний стан соціальної адаптації військовослужбовців.
URL:<http://repository.hneu.edu.ua/bitstream/123456789/31650/1/%D0%A1%D0%BE%D1%82%D0%BD%D1%96%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B0%2C%20%D0%9A%D0%BB%D0%B8%D0%B7%D1%83%D0%B1.pdf>
44. Стасюк В. В. (2014) *Психологія управління військами : підручник*. Київ .
45. Томчук, М. (2010). Методологічні засади дослідження та формування психологічної готовності особистості до діяльності. *Психологія і суспільство*, (4 (42)), 41-46.
46. Туз, О. С. (2020). *Психологічна готовність керівників оперативно-розшукових підрозділів Державної прикордонної служби України до управління в умовах змін: Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук (19.00.09)*. Хмельницький: НАДПСУ.
47. Філюк, О. (2014). *Військова психологічна підготовка та реабілітація: Навчально-методичний посібник*. Київ.
48. Шамрай, Ю. С. (2023). Рекомендації щодо удосконалення системи психологічного супроводу дій військ (сил). У Роль і місце соціально-гуманітарних та правових дисциплін в системі підготовки військовослужбовців Національної гвардії України: матеріали круглого столу (с. 150–154). Київ: Київський інститут Національної гвардії України.
49. Швалб, Ю. М. (2017). *Психологічна структура складних життєвих обставин*. У С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, & В. Л. Зливкова (Ред.), *Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна*

теорія і практика: монографія (с. 540). Суми: Вид-во Сум ДПУ імені А. С. Макаренка.

50. Яндола, К. О., Кислий, В. Д., & Малєєв, О. В. (2024). Психолого-педагогічні умови опанування VR військовими психологами. *Педагогічна інноватика: сучасність та перспективи*, (4), 105–110.
51. Ягупов, В. В. (2004). *Військова психологія: підручник для студентів вищих навчальних закладів*. Київ: ТанDEM.
52. Яковенко, С. І. (2022). *Страх війни в умовах інформаційної агресії: погляд на проблему і можливості її вирішення*. Вилучено з https://lib.iitta.gov.ua/731121/1/Yakovenko_S_Hurlieva_T_2022_Fear_of_war_in_the_conditions_of_information_aggression.pdf
53. Bearden, H. (n.d.). *Combat-Related Stress Reactions*. Wing Family Program Coordinator. Вилучено з <https://www.136aw.ang.af.mil/Portals/82/documents/Units/AFD-090325-028.pdf>.
54. US Marine Corps. (2017). *Combat and Operational Stress Control*. Вилучено з <https://www.mil/Portals/1/Publications/MCTP%203-30E%20Formerly%20MCRP%206-11C.pdf?ver=2017-09-28-081327-517>.
55. Copeland, N. (1942). *Psychology and the Soldier*. Pennsylvania: The Military Service Publishing Company.
56. Covello, V. T. (1985). Risk analysis and risk management: An historical perspective. *Risk Analysis*, 5(2), 103–120.
57. Khmiliar, O., Khmiliar, R., Koval, I., Savchuk, O., Dushka, A., Bolotova, O., & Popovych, I. (2022). Psychomotor training of the military sappers as a means of reducing personal fears and anxiety. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 13(4), 81–103.
58. Khmiliar, O. F., Krasnov, V. V., Piankivska, L. V., Handzilevska, H. B., & Osodlo, V. I. (2020). Servicemen in the phantom pain "captivity": Associative-narrative analysis of the problem. *Psychiatry, Psychotherapy, and Clinical Psychology*, 11(3), 632–643.

- 59.NATO. (2019). *NATO Standard AMed P-8.10*.
- 60.Rogers, C. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston.
- 61.Stasiuk, V., & Bocharov, M. (2020). Analysis of approaches to estimating psychological readiness of personal composition of military formations. *National Security and Military Sciences. Scientific-Practical Journal*. War College of the Armed Forces of Azerbaijan Republic, (3)5, 59–65.

ДОДАТКИ

Додаток А

Шкала загальної самоєфективності Р. Шварцера і М. Єрусалема (General Self-Efficacy Scale, GSE) (адаптація українською мовою І. Галецька)

Інструкція для заповнення: Прочитайте наведені твердження та зазначте, як часто Ви реагуєте таким чином:

- 1 – ніколи,
- 2 – іноколи,
- 3 – переважно так,
- 4 – так, завжди.

Твердження:

Я завжди можу вирішити складну проблему, якщо достатньо постараюся.

Якщо хтось чинить мені опір, я завжди знайду спосіб досягнути свого.

Мені легко дотримуватися своїх намірів для досягнення мети.

Я переконаний, що успішно впораюся у несподіваних обставинах.

Завдяки власній розважливості я впораюся у неочікуваній ситуації.

Я здатний вирішити більшість проблем, якщо докладу необхідних зусиль.

Я зберігаю спокій перед труднощами, оскільки вмю долати проблеми.

Долаючи проблему, я завжди знаходжу кілька рішень.

Коли я в складній ситуації, я зазвичай знаю, що робити.

Незалежно від того, що трапилося, я завжди можу зарадити собі.

Інтерпретація результатів: Шкала передбачає самозаповнення і може використовуватися як для дорослих, так і для дітей старше 12 років. Рівень самоєфективності (СЕ) визначають шляхом підрахунку суми балів відповідей на 10 запитань. Кожне запитання відображає певний аспект долаючої поведінки з акцентом на внутрішню стабільність успіху.

Шкалу можна використовувати для прогнозування адаптивності до життєвих змін, що дозволяє розглядати СЕ як індикатор якості життя в конкретний період. Порівняльний аналіз крос-культурних досліджень із

використанням Шкали СЕ підтвердив дискримінантну і ретестову валідність. Внутрішня консистентність адаптованих версій становила за альфою Кронбаха від 0,75 до 0,91; для української версії показник дорівнює 0,84. Середнє значення СЕ: 28,32;

Верхній кuartиль: понад 32,1 балів.

Нижній кuartиль: менше 24,6 балів.

