

ДЕЯКІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ БОЙОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

SOME ASPECTS OF PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF MILITARY SERVICEMEN IN THE CONDITIONS OF COMBAT ACTIVITIES

У статті продовжено дослідження деяких аспектів психологічної адаптації військовослужбовців в умовах бойової діяльності. Тема вибрана як актуальна, тому що українські військові є учасниками бойових дій. У зв'язку з цим, військовослужбовці потребують створення адаптаційних умов нового зразка. Проте відсутність організованого та системного психологічного супроводу, який необхідно запроваджувати у військових частинах, ускладнює як процес адаптації, так і подальше виконання бойових завдань. Метою досліджень стає вивчення деталей психологічної адаптації військовослужбовців до умов бойових дій, яке дає можливість глибше зрозуміти процес адаптації, що впливає на його ефективність. Експериментально вивчалися особливості психічного забезпечення соціальної адаптації військовослужбовців в умовах бойової діяльності, на підставі результатів, отриманих та представлених нами раніше (вони базувалися на емпіричному дослідженні за допомогою застосування методів анкетування, опитування, бесід, тестування, аналіз літературних джерел. Для вивчення адаптаційних здібностей особистості, використовувався багаторівневий особовий опитувальник «Адаптивність-200»). Різними методами дослідження охоплено 192 осіб. Вивчення деталей психологічної адаптації військовослужбовців до умов бойових дій дає можливість глибше зрозуміти процес адаптації, що впливає на його ефективність. Сама це призвело до продовження дослідження за даною темою. Для того, щоб оцінити рівень прояву емотивного компоненту було використано методику діагностики самооцінки психічних станів (адаптований варіант методики Г. Айзенка). За результатами аналізу дослідження можна стверджувати, що рівень соціальної адаптації військовослужбовців в цілому є прийнятним. Однак, більшість осіб відзначає низький або середній рівні психічних станів, а в деяких випадках спостерігається високий рівень емоційності. Що потребує розвитку системної роботи з психологами.

Ключові слова: емотивний компонент, індивідуальна адаптація, соціальна адап-

тація, військовослужбовці, психологічна підтримка.

The article continues the investigation of certain aspects of psychological adaptation of military personnel in combat conditions. This topic was chosen as relevant due to the active participation of Ukrainian servicemen in military operations. Consequently, military personnel require the establishment of new types of adaptive conditions. However, the lack of organized and systematic psychological support, which needs to be implemented in military units, complicates both the adaptation process and the subsequent execution of combat tasks.

The purpose of the study is to examine the specifics of psychological adaptation of military personnel to combat conditions, which allows for a deeper understanding of the adaptation process and its effectiveness. The study experimentally explored the psychological support features of social adaptation for servicemen in combat conditions based on results previously obtained and presented by the authors. These results were grounded in empirical research employing methods such as surveys, interviews, questionnaires, testing, and literature analysis. To assess individual adaptive capabilities, the multi-level personality questionnaire "Adaptability-200" was utilized. Various research methods covered a sample of 192 individuals. The study of the specifics of psychological adaptation of military personnel to combat conditions allows for a deeper understanding of the adaptation process, which influences its effectiveness. This, in turn, led to the continuation of research on this topic.

To evaluate the level of the emotional component, the method of self-assessment of psychological states (an adapted version of H. Eysenck's methodology) was applied. The analysis of the research results indicates that the overall level of social adaptation among military personnel is acceptable. However, most individuals demonstrate low or medium levels of psychological states, with some cases revealing a high level of emotionality, highlighting the need for systematic work with psychologists.

Key words: emotional component, individual adaptation, social adaptation, military personnel, psychological support.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.39>

Нерубасська А.О.

д.філос.н., доцент,
доцент кафедри загальнонаукових,
соціальних та поведінкових дисциплін
Одеський інститут
ПрАТ «Вищий навчальний заклад
«Міжрегіональна академія
управління персоналом»»

Говорун Т.В.

д.психол.н., професор,
професор кафедри
загальнонаукових, соціальних
та поведінкових дисциплін
Одеський інститут
ПрАТ «Вищий навчальний заклад
«Міжрегіональна академія
управління персоналом»»

Крюкова М.А.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри
загальнонаукових, соціальних
та поведінкових дисциплін
Одеський інститут
ПрАТ «Вищий навчальний заклад
«Міжрегіональна академія
управління персоналом»»

Актуальність дослідження. В сучасних реаліях війни українці стають безпосередніми учасниками бойових дій, що вимагає особливого підходу до їхньої адаптації під час проходження військової служби. На початковому етапі служби адаптація до військових умов передбачає значну зміну звичного способу життя та подолання впливу бойових ситуацій, які серйозно впливають на морально-психологічний стан військовослужбовців. Існує нагальна потреба у вдосконаленні системи підтримки для полегшення цього перехідного періоду. Належна психологічна допомога

здатна сприяти ефективній адаптації, забезпечити емоційну рівновагу та підвищити здатність виконувати поставлені завдання в майбутньому. Психологічний супровід має стати важливою складовою військової служби, адже він допомагає військовослужбовцям знайти впевненість у собі, поділитися переживаннями та отримати підтримку навіть поза рамками формальних статутних відносин. Важливо, щоб кожен військовослужбовець розумів: звернення до психолога можливе не лише за наказом керівництва, але й з власної ініціативи.

Однак відсутність систематизованого підходу до психологічного супроводу у військових частинах значно ускладнює процес адаптації. Це, своєю чергою, може негативно впливати на здатність ефективно виконувати бойові завдання. Саме тому необхідно створювати адаптивні програми та забезпечувати їх впровадження для підтримки військових у цей складний період. Від успішної роботи психолога у підрозділі на будь-якому етапі служби залежить подальша професійна робота військовослужбовця. Перша частина дослідження була представлена у 2023 році. Для вивчення адаптаційних здібностей особистості, використовувався багаторівневий особовий опитувальник «Адаптивність-200». З більш детальними висновками за результатами опитування можна знайти у статті «Сучасні аспекти психологічної адаптації військовослужбовців в умовах війни» [6]. У статті розглядалися підходи щодо визначення поняття «соціальна адаптація» та його зв'язок з «психологічною адаптацією». В неї ми вказували, що вітчизняні та зарубіжні психологи приділяли велику увагу обраній темі дослідження. Проблему адаптації вивчали такі зарубіжні психологи, як Я. Стреляу, К. Роджерс, М. Раттер, К. Грос, М. Зайдель та інші. В історії психологічної науки сучасні дослідники наводять приклади відомих психологів, що займалися дослідженнями проблеми адаптації – це П. Анохін, Г. Андреева, Б. Анан'єв, Ф. Березін, Л. Виготський, Т. Дичев, В. Казначеев, О. Леонт'єв, Б. Ломов, А. Петровський, С. Рубінштейн та ін. [3, С. 18-19.] Процесу психічної адаптації військовослужбовців до бойових умов приділяють увагу такі вчені, як І.І. Ліпатов, Л.Ф. Шестопалова, В.С. Афанасенко та ін.. Про заходи психологічного забезпечення адаптації військовослужбовців до військової служби йшла мова в працях Г.В. Лошкіна, В.М. Невмерзичького [6].

Виклад основного матеріалу. Вивчення деталей психологічної адаптації військовослужбовців до умов бойових дій дає можливість глибше зрозуміти процес адаптації, що впливає на його ефективність. Сама це призвело до продовження дослідження за даною темою.

Мета дослідження – теоретично продемонструвати та експериментально вивчити особливості психічного забезпечення соціальної адаптації військовослужбовців в умовах бойової діяльності та експериментально оцінити рівень прояву емотивного компоненту.

Завдання дослідження:

1. Провести аналіз теоретичних аспектів психологічного забезпечення соціальної адаптації військовослужбовців на основі літературних джерел.

2. Провести дослідження емотивного компоненту в умовах проходження служби, норм

поведінки, групових норм та засвоєння цінностей.

Об'єкт дослідження – процес психологічної адаптації у військовослужбовців.

Предмет дослідження – психологічний стан військовослужбовців у процесі адаптації в складних умовах .

Методологічною основою дослідження стала ідея про те, що процес психологічної адаптації детермінується як сукупність певних психологічних властивостей та станів особистості, яка складається з особистісної та функціональної готовності.

Методика дослідження передбачала: застосування методів анкетування, опитування, бесід, тестування, аналіз літературних джерел. Для того, щоб оцінити рівень прояву емотивного компоненту було використано методіку діагностики самооцінки психічних станів (адаптований варіант методіки Г. Айзенка). Різними методами дослідження охоплено 192 осіб.

У сучасному військовому контексті проблема вивчення адаптації військовослужбовців, особливо в умовах бойової діяльності військовослужбовців є необхідною в світі сучасних проблем країни. Міжособистісна напруженість – це деталі соціально-психологічного стану молодих людей, які служать в армії чи навчаються у військових коледжах, і їх готовність належним чином реагувати на труднощі, з якими вони стикаються у спілкуванні з іншими людьми [2; 5].

Агаєв Н. А., Скрипкін О. Г., Дейко А. Б., Поливанюк В. В., Еверт О. визначають соціальну адаптацію так: це динамічний процес, що залежить від факторів, умов соціального середовища та функціональних властивостей особистості [2]. Аналізуючи наукові джерела, можна виділити чинники соціальної адаптації, які діляться на суб'єктивні та об'єктивні. Суб'єктивні чинники – це ті, які визначають адаптацію людини в суспільстві та її позитивно-творчу позицію, яку вона займає, зумовлену системою цінностей, установками, які виробила людина протягом життя. Об'єктивні чинники виділяють умови формування особистості під впливом суспільства. Тобто засоби й умови діяльності особистості, що впливають на формування властивостей людини. Слід зазначити, що ті чинники поділяються на специфічні та загальні.

До перерахованих чинників, можна віднести професійне середовище, в якому відбувається професійна діяльність індивіда і формуються соціально значущий характер особистості. Нами вибране для дослідження специфічне професійне середовище – військово. Процес адаптації індивіда також залежить від різних факторів, серед яких можна виділити соціально-економічні, психосоціальні, соціально-де-

мографічні, об'єктивні, суб'єктивні, особистісні та соціальні. Кожен з них впливає на адаптаційний процес по-різному і може вплинути на його результат.

Аналізуючи праці В.А. Семиченко можна виокремити чинники, що сприяють важкому періоду адаптації на індивідуальному рівні:

1. Особиста схильність зосереджуватися на негативних аспектах повсякденного життя: зосередженість на власних моральних, інтелектуальних недоліках, які активно посилюються в умовах нових вимог суспільства;

2. Несформованість умінь і навичок самореалізації, несформованість умінь духовної самореалізації дій і діяльності.

3. Розлука з дорогими людьми, гострота переживань поглиблюється повсякденними труднощами та неадекватним матеріальним становищем.

4. Раптова нездатність вивчити нову систему стосунків з іншими, таким чином не досягаючи вимог рівня інтеграції діяльності.

5. Відсутність стимулів до необхідної праці, розбіжність між виробленими раніше ідеальними моделями діяльності та реальною особистістю, нерозвинена психічна мотивація до праці;

6. Відсутня орієнтація на конструктивне подолання труднощів;

7. Погані стосунки з побратимами, відсутність спілкування поза особистими професійними колами, обмежені можливості встановлення неформальних стосунків. Це позначається на підвищенні інтенсивності переживань, пов'язаних з невдачею професійної діяльності особистості [7; 9]. Оскільки, всі вищеперераховані фактори, що впливають на адаптацію, неможливо класифікувати однаково, тому дослідники намагаються об'єднати всі доступні фактори. Зараз існує кілька класифікацій. зовнішні і внутрішні; індивідуальне і групове; суб'єктивне і об'єктивне; тимчасове і первинне.

І. А. Георгієв пропонує класифікувати чинники адаптації особистості в колективі на зовнішні та внутрішні фактори. До внутрішніх факторів відносяться психологічні властивості особистості, демографічно-соціальні характеристики та ціннісні орієнтації. Зовнішні фактори включають особливості колективної діяльності та соціальної організації [3, с. 18–19].

Міжособистісна напруженість або низька соціальна адаптація, зумовлена ще специфічною соціально-психологічного стану військовослужбовця, ще коли він проходить військову службу чи навчається на підготовчому етапі до прибуття у зону бойових дій.

На думку І. М. Вершиніної, запропонована наступна класифікація чинників, які впливають на адаптацію особистості до нових умов життя,

праці та соціальних груп. Ці чинники можна розділити на три категорії. Перша категорія – психологічні чинники, включає ціннісні орієнтації, характер та темперамент особистості. Друга категорія – особистісні чинники, які включають сімейний стан, життєвий досвід, вік та стать. Третя група факторів впливає на адаптацію особистості до нових умов, але їх вплив здійснюється за межами самого процесу адаптації. Ці фактори включають можливості кар'єрного зростання, рівень заробітної плати та умови проходження служби. Крім того, до цієї групи належать також такі чинники, як умови праці, організація робочого процесу, побутові умови та система розподілу кадрів. Всі ці фактори можуть впливати на ефективність адаптації та загальний добробут особистості в колективі [10].

Проаналізувавши наукову літературу, ми можемо зробити наступний висновок, щодо чинників, які найбільше впливають на адаптацію особистості до нових умов життя, праці, соціальних груп тощо. Ці чинники, можна класифікувати таким чином:

1. Індивідуальні психологічні фактори, такі як ціннісні орієнтації, характер, темперамент, що впливає на процес адаптації особистості;

2. Особистісні чинники, такі як сімейний стан, життєвий досвід, вік, стать і т.д., також впливають на адаптацію особистості;

3. Фактори, що знаходяться за межами процесу адаптації, такі як можливості кар'єрного зростання, заробітна плата, умови служби і т.д., також мають вплив на процес адаптації.

Вплив вищенаведених чинників, на соціальну адаптацію індивіда до нових умов проживання, роботи, колективу чи групи залежить від адаптаційних особливостей самого індивіда. Надалі, від успіху чи невдачі буде залежати, наскільки швидко і точно людина адаптується. У результаті проходження особистістю цього процесу виникає форма взаємодії суспільства й особистості та якість реалізації потреб особистості, які вимагають створення певних умов.

Проведено емпіричне дослідження, яке було направлене на виявлення рівня соціальної адаптації військовослужбовців у зоні бойових дій. Дослідження проводилося кілька тижнів так, як військовослужбовці прибули по ротатії у різні підрозділи.

На першому етапі дослідження, було зібрано військовослужбовців та проведено інформування мети психологічного вивчення і що таке взагалі соціальна адаптація. Метою проведення цієї бесіди, було налаштувати колектив на робочу обстановку та пояснити значущість від виконаної роботи.

Першим кроком військовослужбовців було проходження методики оцінки адаптаційних здібностей особистості, яка включала бага-

торівневий особовий опитувальник (БОО) під назвою «Адаптивність-200» [6; 2]. Тобто, виходячи з отриманих результатів, у більшості військовослужбовців процес адаптації в зоні бойових дій пройшов успішно, швидко налагоджені міжособистісні взаємодії, а груповий інтерес у більшості був на порядки вищий, ніж особистий.

Визначення рівня розвитку психоемоційної складової проводили за такими методиками: методика самооцінки психічних станів (СПС) (адаптований варіант методики Г. Айзенка) [2].

За результатами дослідження можна зробити такі висновки: 55% військовослужбовців мають низький рівень тривожності, що може свідчити про їх здатність до ефективного функціонування в умовах психологічного напруження. У більшості випадків (60%) військовослужбовці високо фрустровані, що може вказувати на те, що вони відчують невдоволеність чи роздратування від певних аспектів своєї роботи або оточення. Низький рівень агресивності виявився у більшості опитуваних (55%), що може свідчити про їх здатність до контролю своєї емоційної реакції в умовах стресу та конфліктів. Однак, необхідно враховувати, що у 10% досліджуваних виявлено високий рівень агресивності, що може створювати проблеми у взаємодії з іншими людьми та в управлінні власною поведінкою. Загалом, проведене дослідження може допомогти виявити особливості психологічного стану військовослужбовців та вирішити проблеми, пов'язані з адаптацією до стресових ситуацій та взаємодією з іншими людьми.

За результатами отриманих даних зі шкали "Ригідність" можна зробити наступні висновки: 7% досліджуваних мають високий рівень ригідності, 50% – середній рівень, а для 43% військовослужбовців серед усіх респондентів характерний низький рівень ригідності. У таблиці 1. також наведені конкретні цифрові показники, що відображають рівень вияву вказаних рис.

Інтерпретуючи результати методики (СПС) Г. Айзенка, за шкалою «Тривожність» ми можемо сказати, що для осіб з низьким рівнем тривожності, що виходячи з Таблиці 1. складає 55%, характерно: адекватне усвідомлення навколишньої діяльності, стресостій-

кість, впевненість у власних силах, відсутність страху перед тим, що станеться без об'єктивних причин.

Для військовослужбовців із середнім рівнем прояву за шкалою «Тривожність», кількістю 35%, характерне: соціалізація без труднощів, самовладання, виникнення почуття страху тільки з об'єктивних причин, уміння спокійно діяти за наказами командира в стресових ситуаціях.

Люди з високим рівнем прояву за шкалою «Тривожність», що складає 10% серед досліджуваних військовослужбовців, мають певні характеристики. Вони можуть мати спалахи необґрунтованого страху, спотворене сприйняття навколишнього світу, відсутність самоконтролю та самоаналізу, некоректну поведінку в стресових ситуаціях, можливу недовіру до оточуючих (включаючи побратимів) та труднощі в соціальній адаптації.

У результаті проведеного аналізу за шкалою «Фрустрація», можна сказати, що для респондентів з низьким рівнем, що склало 5% осіб, притаманні такі особливості, як: низька самооцінка, невпевненість у власних силах, негативний психічний стан і схильність до втоми, знижена працездатність, стрес, депресія, низький рівень спонтанності, неадекватний аналіз власної діяльності. У осіб з середнім рівнем, що виходячи з таблиці 1. показує нам 35%, проявляються такі характеристики: стриманість, правильна оцінка ситуації, слідування інтересам побратимів, постановка реалістичних завдань, висока ефективність. Для осіб з високим рівнем фрустрованості, що складає 60%, притаманні такі особливості: високий рівень ініціативи, хороший аналіз ситуації, постановка завдань, які можна досягти як самостійно, так і з допомогою команди, авторитет серед колег, впевненість у власних силах і висока працездатність.

За отриманими результатами за шкалою «Агресивність» можна зробити висновок, що 55% досліджуваних військовослужбовців мають низький рівень прояву агресивності. Це означає, що вони характеризуються стриманістю, відвертістю, відсутністю високої конфронтації та повагою до побратимів і керівництва. Також вони відрізняються комунікабельністю, що сприяє побудові позитив-

Таблиця 1

Результати методики «Самооцінка психічних станів» за Г. Айзенком

Рівень психічного стану	Тривожність	Фрустрованість	Агресивність	Ригідність
Високий	10%	60%	10%	7%
Середній	35%	35%	35%	50%
Низький	55%	5%	55%	43%

них взаємин з оточуючими. У осіб з середнім рівнем, що складає 35% за шкалою «Агресивність» проявляються такі ознаки: схильність до конфліктних ситуацій, впевненість у власних силах, запальність, конфліктна поведінка, тощо. Для респондентів з високим рівнем за шкалою «Агресивність», де виявилось 10% осіб, притаманні такі особливості: висока конфліктність, невпевненість у власних силах, злість, образа, розчарування, страх, складнощі у побудові стосунків у колективі.

Інтерпретуючи показники за шкалою «Ригідність» для осіб з низьким рівнем, що складає 43%, притаманні наступні характеристики: низький рівень стереотипів діяльності, здатність до зміни діяльності, комунікабельність, комунікабельність та ін. У осіб з середнім рівнем даного показника, що склало 50% проявляються у поведінці та характері наступні характеристики: розчарування при невиконанні поставлених завдань, упертість, лінь, втома, складність зміни діяльності, умов проходження (несення) служби або постійна потреба в додаткових роз'ясненнях при виконанні завдань. Для військовослужбовців з високим рівнем ригідності, що за результатами склало 7%, притаманно: високий рівень стереотипності в діяльності, високий рівень стресостійкості, навіювання, висока емоційність, вразливість, упертість у спілкуванні з побратимами, труднощі в адаптації тощо.

Висновки. З метою виявлення загального рівня адаптації нами було застосовано методику оцінки адаптаційних здібностей особистості (багаторівневий особовий опитувальник «Адаптивність-200») в першій частині дослідження [6]; для того щоб оцінити рівень прояву емотивного компоненту було використаною методику діагностики самооцінки психічних станів (адаптований варіант методики Г. Айзенка). За результатами аналізу дослідження можна стверджувати, що рівень соціальної адаптації військовослужбовців в цілому є прийнятним. Однак, більшість осіб відзначає низькі або середні рівні психічних станів, а в деяких випадках спостерігається високий рівень емоційності.

За результатами проведеного нами дослідження визначено, що чисельна кількість військовослужбовців потребують психологічної підтримки, корекційної допомоги щодо підвищення соціальної адаптації, тому бачимо необхідність подальших досліджень цієї теми та розвитку професійності психологічних служб.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Агаєв Н.А., Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Остапчук В.В., Ткаченко В.В. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: Методичний посібник. – К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2016. 234 с.
2. Агаєв Н. А., Скрипкін О. Г., Дейко А. Б., Поливанок В. В., Еверт О. Алгоритм роботи військового психолога щодо психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України (методичні рекомендації). Міністерство оборони України, Наук.-дослід. центр гуманітар. проблем Збройних Сил України. Київ: НДЦ ГП ЗС України, 2016. 147 с.
3. Асєєва Ю. А., Возний Д. В., Давідюк П.П. Впровадження адаптивної моделі медико-соціальної реабілітації осіб, залежних від алкоголю. Науково-практична конференція з міжнародною участю «Психосоціальна реабілітація в психіатрії». Харків. 2016. С. 18–19.
4. Волошин П. В., Марута Н. О., Шестопалова Л. Ф., Лінський І. В., Підкоритов В. С., Ліпатов І. І., Бучок Ю. С., Заворотний В. І. Діагностика, терапія та профілактика медико-психологічних наслідків бойових дій в сучасних умовах: методичні рекомендації. Харків, ДУ «Інститут неврології психіатрії та наркології НАМН України», 2014. 80 с.
5. Латанська М. Особливості психологічного супроводу військовослужбовців під час антитерористичної операції на Сході України. Психологічні перспективи, (1), 2016. С. 94–104.
6. Нерубасська А., Москальова В., Фесюк Г. Сучасні аспекти психологічної адаптації військовослужбовців в умовах бойових дій. Габітус. Секція Соціальна психологія. Юридична психологія. № 51, 2023. С. 229–233. DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.39>
7. Семиченко В.А., Зданевич Л.В. Системно-структурний підхід до процесу адаптації студентів. Проблеми адаптації студентів до навчання за умов фахової ступеневої підготовки: збірник тез за матеріалами Всеукраїнської науковопрактичної конференції. Хмельницький. 2002. С. 12–20.
8. Шумілова Ю. (2017). Психологічна допомога військовим, які беруть участь у бойових діях. Психологічні науки: проблеми і здобутки, 3(23), 2017. С. 49–54.
9. Процес адаптації. Електронний ресурс, вхід доступу URL: <https://studfile.net/preview/5721717/page:2/>.
10. Kolomiyets S. I. The activities of psycho-corrective influence taken into account the internal attitude towards a disease in adolescents with skoliosis. Journal of Education, Health and Sport. 2017; 7(5):731-741. eISSN 2391-8306. DOI <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.820660> <http://ojs.ukw.edu.pl/index.php/johs/article/view/4571>