

ОРГАНІЗАЦІЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ПРОФЕСІЙНОЇ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ОФІЦЕРІВ

ORGANIZATION EMPIRICAL RESEARCH ON PSYCHOPHYSIOLOGICAL FACTORS OF PROFESSIONAL ADAPTATION OF JUNIOR OFFICERS

Дослідження спрямоване на розкриття комплексного взаємозв'язку фізичного та психологічного стану молодших офіцерів у процесі їхньої професійної адаптації до військової служби. Основна мета – охарактеризувати особливості організації та структурні компоненти проведення емпіричного дослідження психофізіологічних чинників професійної адаптації молодших офіцерів. Окреслено та охарактеризовано етапи експериментальної частини дисертаційного дослідження. На першому етапі був проведений теоретичний аналіз наукових джерел, у яких вивчається процес адаптації, його різні аспекти та рівні. На другому етапі проведена комплексна оцінка психофізіологічних чинників професійної адаптації до військово-професійної діяльності. На третьому етапі – отримані результати покладені в основу розробки методичних рекомендацій щодо оптимізації адаптаційної стійкості молодших офіцерів Сухопутних військ Збройних сил України з урахуванням визначених психофізіологічних чинників професійної адаптації до військово-професійної діяльності, апробацію експериментальної програми формувального експерименту, яка передбачала спеціально розроблені заняття. Дослідження базується на емпіричних методах, включаючи: метод кардіографії, методику дослідження функціональної рухливості нервових процесів комп'ютерною системою «Діагност – 1» (М. Макаренко, В. Лизогуб), багаторівневий опитувальник «Адаптивність», методику психодіагностики соціально-психологічних установок особистості в мотиваційно-потребнісній сфері (О. Потьомкіна), тест «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» (С. Норман, Д. Ендлер, Д. Джеймс, М. Паркер), методику діагностики темпераменту Я. Стреляу, тест інверсії емоційного відображення (В. Леутін, О. Ніколаєва). Для оцінки відмінностей використовувалися відповідно до вимог параметричні і непараметричні критерії. Здійснювалися якісний, порівняльний, регресійний та факторний аналізи. Застосування комплексу методів дозволяє глибше зрозуміти взаємозв'язок між фізичним станом, психічною стійкістю та успішною адаптацією до військових умов. Отримані результати вказують на важливість комплексного вивчення фізичних та психологічних аспектів адаптації молодших офіцерів.

Ключові слова: емпіричні методи, психофізіологічні вимірювання, індивідуалізований підхід, комп'ютеризована діагностика, кореляція, адаптивна стратегія.

The research aims to uncover the complex interrelation between the physical and psychological state of junior officers during their professional adaptation to military service. The primary goal is to characterize the organizational features and structural components of conducting empirical research on the psychophysiological factors of the professional adaptation of junior officers. The stages of the experimental part of the dissertation research are outlined and characterized. In the first stage, a theoretical analysis of scientific sources was conducted, studying the process of adaptation, its various aspects, and levels. In the second stage, a comprehensive assessment of the psychophysiological factors of professional adaptation to military-professional activity was carried out. In the third stage, the obtained results laid the foundation for developing methodological recommendations for optimizing the adaptive resilience of junior officers of the Ground Forces of the Armed Forces of Ukraine, taking into account the identified psychophysiological factors of professional adaptation to military-professional activity, and testing the experimental program of the formative experiment, which included specially developed classes. The research is based on empirical methods, including: the method of cardiography, the technique for studying the functional mobility of nervous processes by the computer system "Diagnost – 1" (M. Makarenko, V. Lizogub), the multi-level questionnaire "Adaptability", the technique of psychodiagnosis of socio-psychological attitudes of personality in the motivational-need sphere (O. Potiomkina), the test "Coping behavior in stressful situations" (S. Norman, D. Endler, D. James, M. Parker), the technique for diagnosing temperament by Y. Strelau, the test of inversion of emotional representation (V. Leutin, O. Nikolaeva). To assess differences, parametric and non-parametric criteria were used according to requirements. Qualitative, comparative, regression, and factor analyses were conducted. The application of a complex of methods allows for a deeper understanding of the interrelation between physical condition, mental resilience, and successful adaptation to military conditions. The obtained results indicate the importance of a comprehensive study of the physical and psychological aspects of the adaptation of junior officers.

Key words: empirical methods, psychophysiological measurements, individualized approach, computerized diagnostics, correlation, adaptive strategy.

УДК 159.9:355.23 (477)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.55.15>

Кіщук Л.А.
підполковник,
ад'юнкт кафедри внутрішніх комунікацій
Інститут стратегічних комунікацій
Національного університету оборони
України

Вступ. У сучасному світі, де швидкість змін та вимоги до професійного розвитку надзвичайно високі, питання адаптації молодших офіцерів до військово-професійної діяльності стає ключовим в аспекті забезпечення якісного виконання завдань за призначенням та водночас підтри-

мання та відновлення фізичного та психічного благополуччя. Проте, незважаючи на значущість цієї проблематики, розуміння психофізіологічних чинників, що впливають на професійну адаптацію молодших офіцерів у сучасних умовах, залишається не досить вивченим аспектом.

Важливим є розгляд організації та структури проведення емпіричного дослідження психофізіологічних чинників, які впливають на професійну адаптацію молодших офіцерів. Розкриваючи цей аспект, доцільно спрямувати дослідження на розбудову наукового фундаменту для розуміння та покращення стратегій адаптації військовослужбовців, що визначає не тільки їхню працездатність, але й успішність у широкому сенсі в армійському середовищі.

Використання емпіричних методів та аналізу психофізіологічних показників дозволить виявити ключові фактори, що впливають на процес адаптації офіцерів. У майбутньому це допоможе у пошуку інноваційних методів, що можуть бути застосовані для подальших досліджень та практичного впровадження у сфері військової підготовки та управління персоналом.

Мета статті – охарактеризувати особливості організації та структурні компоненти проведення емпіричного дослідження психофізіологічних чинників професійної адаптації молодших офіцерів у сучасних умовах.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження проводилося впродовж 2021–2024 років на базі гарнізону міста Києва, а також у вищих військових навчальних закладах (закладах вищої освіти). У дослідженні взяли участь 160 молодших офіцерів Сухопутних військ Збройних сил України 21–23 років та 30 курсантів-випускників ВВНЗ (ЗВО) м. Києва. Розрахунок мінімального обсягу вибірки здійснений за формулою для нормального розподілу [9].

Обстеження курсантів-випускників проводилося з урахуванням того факту, що вони є, по-перше, у майбутньому потенційними молодшими офіцерами Збройних сил України.

По-друге, протягом досить тривалого часу (зазвичай це чотири–п'ять років) курсанти перебувають у відносно стабільних умовах життя та навчання, у звичному колективі курсантів і викладачів, якому притаманні відносна сталість поведінки, мотиваційно-ціннісної спрямованості, психічних станів, міжособистісних взаємин. Це забезпечує формування адаптивних якостей особистості, які необхідні в навчальній та в майбутній військово-професійній діяльності.

Перш ніж визначити психофізіологічні чинники професійної адаптації молодших офіцерів Сухопутних військ Збройних сил України до військово-професійної діяльності, вирішено дослідити здатність курсантів-випускників адаптуватися до нових умов військової служби, їхні соціально-психологічні характеристики, мотивацію, здібності до систематизованої, планомірної, методичної інтелектуальної діяльності, психодинамічні характеристики

темпераменту (динамічність, наполегливість, витривалість, чутливість та емоційну реактивність), рівень невротизації, домінуючі копінг-стресові поведінкові стратегії і психофізіологічні властивості як чинники професійної адаптації.

Експериментальна частина дисертаційного дослідження передбачала наступні етапи.

На першому етапі (2021–2022 н.р.) роботи здійснений теоретичний аналіз наукових джерел за проблематикою процесу адаптації, його аспектів та рівнів. Узагальнені наявні на поточний момент уявлення щодо видів адаптації, виокремлені фактори, які розкривають особливості адаптаційного процесу.

Були визначені вихідні теоретичні положення, об'єкт, предмет, мета, сформульовано гіпотезу дослідження, конкретизовані завдання дисертаційної роботи. Опрацьовані дослідження науковців, у яких використовувалися поширені методи й методики вивчення проблеми професійної адаптації.

На другому етапі роботи проведена комплексна оцінка психофізіологічних чинників професійної адаптації до військово-професійної діяльності у січні–лютому та квітні–травні 2023 р.

Констатувальний експеримент передбачав вивчення нейродинамічних властивостей нервової системи; функціонального стану організму; соціально-психологічної адаптації, мотиваційно-ціннісної спрямованості, рівня розвитку невербального інтелекту, психодинамічних характеристик темпераменту, копінг-стресових поведінкових стратегій та виявлення осіб, схильних до неврозів.

Відповідно, на основі мети, завдань, гіпотези та експериментальної програми дисертаційного дослідження були використані методики, які водночас доповнювали одна одну, взаємно компенсуючи обмеження й недоліки, притаманні кожній з них.

Прагнення отримати цілісну інформацію щодо особливостей психофізіологічних процесів професійної адаптації молодших офіцерів зумовило комплексний підхід до вибору методик, які б всебічно охоплювали різного роду явища, що досліджувалися.

Вимоги до вибору методичних процедур визначались характером діагностичного завдання та змістом військово-професійної діяльності молодших офіцерів Сухопутних військ Збройних сил України. Саме в цьому контексті виокремлені ті психофізіологічні властивості і функції, що забезпечують їх реалізацію і несуть максимальне навантаження у разі виконання функціональних обов'язків і найбільшою мірою піддаються змінам. Різноманітність критеріїв оцінки психофізіологічних чинників професійної адаптації дозволяє окреслити широке коло діагностичних мето-

дик для подальшого аналізу предмета дослідження.

З метою оцінки психофізіологічних чинників професійної адаптації молодших офіцерів Сухопутних військ Збройних сил України та прогнозування її успішності нами були визначені критерії (шкали) оцінки готовності, необхідні і достатні для прогнозування успішності професійної адаптації. Ці критерії також повинні були мати досить чіткі і точні емпіричні індикатори (показники) в межах батареї тестів.

Також слід було визначити адекватні і надійні методи психофізіологічного дослідження, що дозволили б отримати всю необхідну інформацію, а також задовольнити вимоги стосовно компактності дослідження.

Психодіагностичний інструментарій був розподілений на 2 групи: особистісні опитувальники і психофізіологічні методики. Комплекс методик на визначення домінуючих психофізіологічних чинників професійної адаптації молодших офіцерів Сухопутних військ Збройних сил України вибирався з урахуванням концепції М. Макаренка [7], на думку якого, тільки у разі дотримання відносної простоти, інформативності, надійності, ефективності, зручності та дешевизни у застосуванні методичного інструментарію можна розв'язати проблему психофізіологічної діагностики різних особистісних станів людини та видів її діяльності.

Також послуговувалися матеріалами, представленими в літературі, які свідчать, що вивчення психофізіологічних властивостей відкриває шлях до розуміння основ індивідуальних відмінностей, нейрофізіологічних механізмів складних психічних реакцій, у результаті чого допомагає визначити особливості процесу адаптації, його ефективність і прогнозованість.

Розгляд професійної адаптації молодших офіцерів Сухопутних військ Збройних сил України був розпочатий авторкою з визначення основних психофізіологічних чинників цього процесу – функціональної рухливості нервових процесів за допомогою методики дослідження нейродинамічних функцій (застосована комп'ютерна система «Діагност – 1» М. Макаренка, В. Лизогуба [8]) та оцінки варіабельності кардіоритму.

Для дослідження процесу регуляції серцево-судинної системи застосовувався метод кардіографії. Оцінка характеристик кардіоритму проводилася з використанням методу кардіографії за допомогою програмно-апаратного комплексу «Ритмограф». Цей комплекс призначений для аналізу біологічних ритмів людини, що виділяються з електрокардіосигналу в широкій смузі частот (відведення рука-рука). У момент запису респондент знаходився в кріслі, руки з електродами

на зап'ястях вільно розташовувалися на підлокітниках.

Про варіації серцевого ритму традиційно судять за тривалістю RR- інтервалів на електрокардіограмі (ЕКГ), які автоматично вимірюються від вершини одного зубця R до іншого; інтервали часу від початку циклу серцевих скорочень до іншого циклу відрізняються [10]. Це явище отримало назву варіабельність серцевих ритмів. Воно завжди має місце у стані спокою, в діапазоні, що є оптимальним для функціонального стану організму. Відомо, що у випадку зміни стану організму (приміром, в умовах фізичного або розумового навантаження) кардіоритм підлаштовується до нового функціонального рівня.

Для ефективного аналізу, що дозволяє оцінити необхідні для дослідження параметри, проводився запис трьохсот RR-інтервалів. Оцінці підлягали такі показники:

- середня тривалість інтервалів RR і зворотна величина цього показника – середня частота серцевих скорочень. Цей показник відображає кінцевий результат численних регуляторних впливів на синусовий ритм сформованого балансу між парасимпатичним та симпатичним відділами вегетативної нервової системи;

- стандартне відхилення величин нормальних RR-інтервалів. Цей показник є інтегральним, що характеризує варіабельність ритму серця загалом, і залежить від впливу на синусовий вузол симпатичного і парасимпатичного відділів вегетативної нервової системи. Збільшення або зменшення цього показника свідчить про зміщення вегетативного балансу в бік переважання одного з відділів вегетативної нервової системи;

- мода – найчастіше трапляється в динамічному ряду значення кардіоінтервалів. Вона вказує на домінуючий рівень функціонування синусового вузла;

- амплітуда моди – число кардіоінтервалів, відповідних значенню моди (до загальної кількості кардіоінтервалів у відсотках);

- варіаційний розмах – обчислюється як різниця між максимальним і мінімальним значеннями кардіоінтервалів і відображає ступінь варіативності значень кардіоінтервалів у досліджуваному ряду. Розглядається як парасимпатичний показник;

- високі частоти (HF – High Frequency), що відносяться до 0,15–0,40 Гц. Вони свідчать про активацію парасимпатичного відділу вегетативної нервової системи у формуванні коливань у цьому діапазоні частот;

- низькі частоти (Low Frequency – LF) відносяться до області 0,04–0,15 Гц. Цей показник більшою мірою відображає симпатичну активацію;

- потужність коливань (LF/HF) свідчить про співвідношення симпатичних і парасимпатич-

них впливів і характеризується за допомогою співвідношення потужності високих і низьких частот. У разі підвищення тону симпатичного відділу цей показник значно зростає, якщо уточнити термін ваготонії – падає.

Крім цих показників, додатково оцінювалися показники:

а) індекс вегетативної рівноваги – вказує на співвідношення між активністю симпатичного і парасимпатичного відділів вегетативної нервової системи;

б) вегетативний показник ритму (ВПР) = $1/\text{Мох}\Delta X$ – дозволяє судити про вегетативний баланс з точки зору оцінки активності автономного контуру регуляції. Чим вища ця активність, тобто чим менша величина ВПР, тим більшою мірою вегетативний баланс зміщений у бік превалювання парасимпатичного відділу вегетативної нервової системи;

в) індекс напруги (ІН) регуляторних систем – відображає ступінь централізації управління серцевим ритмом.

Була вибрана методика дослідження функціональної рухливості нервових процесів комп'ютерною системою «Діагност – 1» (М. Макаренко, В. Лизогуб), оскільки вона є комп'ютеризованою для уникнення суб'єктивного фактора оцінки властивостей нервової системи досліджених осіб, не вимагає багато часу для дослідження, визначає та статистично обробляє такі показники, як латентний період простої зорово-моторної реакції (ЛП ПЗМР), латентний період реакції вибору одного подразника із трьох сигналів (ЛП РВ1–3), латентний період реакції вибору двох із трьох сигналів (ЛП РВ2–3) у режимі «оптимального ритму», тобто найбільш зручного для кожного індивіда.

Розрахунок складної зорово-моторної реакції в умовах вибору одного із трьох (РВ 1–3) та двох із трьох (РВ 2–3) сигналів (геометричні фігури) проводився в режимі визначення реакцій правої і лівої рук на відповідний подразник за кількістю 30 сигналів. Після виконання завдання на екрані монітора висвітлювалися поточні й залікові результати виконання тесту (кращі показники для обох рук, окремо для правої і лівої руки): М – середнє значення латентного періоду; у – середнє квадратичне відхилення; m – похибка середнього; Cv – коефіцієнт варіації; пом. – кількість помилок і Mmp – середнє значення моторної реакції.

Після завершення отримані результати (статистичний аналіз) були збережені в архіві даних, що дозволило їх фіксувати й нарощувати для кожного обстежуваного.

У застосованій системі визначався також і моторний компонент реагування – швидкість моторної реакції на навантаження різного ступеня складності та швидкість центральної обробки інформації – різниця між латентним

періодом складної і простої сенсорно-моторної реакції, що включає аналіз, прийняття рішень на здійснення гальмування рухової реакції і видачі команди на виконання прийнятого рішення.

Багаторівневий опитувальник «Адаптивність» призначений для вивчення адаптаційних можливостей індивіда на основі оцінки соціально-психологічних і деяких психофізіологічних характеристик особистості, що відображають інтегративні особливості психічного та соціального розвитку.

Під час аналізу психофізіологічних чинників професійної адаптації молодших офіцерів Сухопутних військ Збройних сил України ми орієнтувалися на підхід відомого вітчизняного вченого О. Кокуна [4], який зазначає, що одним із найперспективніших напрямів психофізіологічного забезпечення різних видів діяльності є саме дослідження адаптаційних можливостей особистості.

Опитувальник «Адаптивність» складається зі 165 питань і має чотири структурні рівні для отримання інформації різного обсягу й характеру. Обробка результатів проводилася за шкалами методики: «вірогідність», «особистісний адаптаційний потенціал», «нервово-психічна стійкість», «комунікативні здібності», «моральна нормативність». На наступному етапі дослідження результати були переведені у стени шляхом простого сумування балів. Інтерпретація адаптивних здібностей здійснювалася згідно з отриманими даними, переведеними у стени, за таблицями, запропонованими авторами методики.

Тестування за допомогою прогресивних матриць Дж. Равена дозволяє оцінити не лише рівень розвитку інтелекту, але і дослідити здібності обстежуваного до систематизованої, планомірної, методичної інтелектуальної діяльності. Тест складається з невербальних завдань у вигляді 60 таблиць (5 серій). У кожній серії таблиць містяться завдання, наростаючі у складності з ускладненням типу завдань від серії до серії.

За наявною шкалою розрізняють п'ять рівнів інтелектуального розвитку респондента [5]:

I рівень – більше 95% (57 правильних відповідей) – високий інтелект;

II рівень – 75–94% (45–56 правильних відповідей) – інтелект вищий від середнього;

III рівень – 25–74% (15–44 правильних відповідей) – інтелект середній;

IV рівень – 5–24% (3–14 правильних відповідей) – інтелект нижчий від середнього;

V рівень – менше 5% (менше 3 правильних відповідей) – інтелектуальний дефект.

Вибір методики психодіагностики соціально-психологічних установок особистості у сфері мотивації та потреб (О. Потьомкіної) [2] був зумовлений тим, що її характеристики

відображають не лише особливості прояву мотивів, які визначають прийняття людиною тієї чи іншої стратегії поведінки, але й характеризують особливості адаптації як адаптаційно значущих чинників. За допомогою представлених запитань розкривається домінування певних мотивів діяльності й ціннісної спрямованості особистості, визначається їх рівень: низька мотивація може стати наслідком порушення особистих професійних планів на фоні появи психологічного дискомфорту, внутрішньоособистісного конфлікту, нераціональних стратегій поведінки, зниження адаптаційних можливостей, толерантності організму і психіки до факторів навколишнього середовища, а також функціональних порушень нерво-психічної сфери. Обробка та інтерпретація відповідей на питання методики діагностики соціально-психологічних установок особистості в мотиваційно-ціннісній сфері проводилася згідно зі схемою, запропонованою авторкою.

Адаптований варіант тесту «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» (С. Норман, Д. Ендлер, Д. Джеймс, М. Паркер) [1] включає перелік заданих реакцій на стресові ситуації і спрямований на визначення домінуючих копінг-стресових поведінкових стратегій.

Під час обробки результатів підсумовуються бали, поставлені досліджуваним з урахуванням ключа, за п'ятьма показниками: копінг-поведінка, орієнтована на вирішення завдання; копінг-поведінка, орієнтована на емоції; копінг-поведінка, орієнтована на уникнення; субшкала відволікання; субшкала соціального відволікання. Підраховується загальна кількість балів по кожному показнику, яке дозволить визначити домінуючу копінг-поведінку у стресових ситуаціях у респондента.

Методика діагностики темпераменту Я. Стреляу [6] застосовується для вивчення трьох основних характеристик нервової системи: рівня (сили) процесів збудження, рівня (сили) процесів гальмування, рівня рухливості нервових процесів.

Оцінка кожної властивості (сили процесів збудження і гальмування, а також рухливості нервових процесів) проводиться шляхом складання балів, отриманих за відповіді на питання.

Якщо значення дробу виходить за межі інтервалу, то можна стверджувати, що такий індивідуум відрізняється неврівноваженістю своєї психологічної активності. Якщо значення дробу менше 0,85 – це означає неврівноваженість у бік гальмування, тобто процеси збудження не врівноважують собою процеси гальмування; якщо значення більше 1,15 – це означає неврівноваженість у бік збудження, тобто процеси гальмування не врівноважують собою процеси збудження.

Рівень процесів збудження – норма від 25 до 49; 62 – вище середнього.

Рівень процесів гальмування – норма від 21 до 43; 61 – вище середнього.

Рухливість нервових процесів – норма від 24 до 48; 58 – вище середнього.

Тест інверсії емоційного відображення (В. Леутін, О. Николаєва) [3] є зручним інструментом для організації масових обстежень з метою виявлення групи осіб щодо захворювань невротиками. Перелік представлених вище слів-стимулів включає у себе 2 групи слів: нейтральні та емоційні.

Обробка результатів полягає в підрахунку суми інвертованих відповідей на емоційні слова. Інвертованими вважаються такі асоціації, які являють собою антонімічні і псевдоантонімічні форми відповідей. Наприклад, «зло – добро», «відпочинок – праця», «розлучення – весілля», «успіх – заздрість», «біда – веселощі», «сила – хвороба» і т.д.

Визначений діагностичний комплекс експериментального дослідження дозволив оцінити кількісні та якісні характеристики адаптаційного процесу молодших офіцерів під час проходження військової служби на етапі становлення: функціональний стан організму, нейродинамічні властивості нервової системи, адаптивність, психічні стани, соціально-психологічні особливості, мотиваційну спрямованість, темперамент копінг-стратегій, а також стан здоров'я.

Для вирішення проблеми професійної адаптації молодших офіцерів до виконання військових обов'язків необхідно комплексно дослідити функціональний стан їхнього головного мозку, особистісні властивості та соціально-психологічні характеристики. Це дозволить у майбутньому здійснити прогнозування індивідуальних особливостей процесу адаптації, виявлення зв'язку психологічних та психофізіологічних характеристик, визначення варіантів адаптаційного реагування, компенсаторних можливостей, а також розробити методику оцінювання впливу різноманітних чинників на процес адаптації.

Велике значення надавалося методам математичної обробки отриманих результатів дослідження, які містили як методи математичної статистики, так і методи прогнозування [9].

Всі результати вводилися в таблиці і оброблялися пакетом програми IBM SPSS Statistics 27. Для оцінки відмінностей використовувалися відповідно до вимог параметричні і непараметричні критерії. Проведені якісний, порівняльний та регресійний аналізи отриманих даних.

Третій етап дослідження розпочатий у 2023 році, завершення передбачається у 2024 році. Відповідно, під час його реалізації заплановано використати попередньо отримані результати дослідження на перших

етапах у процесі розробки методичних рекомендацій щодо оптимізації адаптаційної стійкості молодших офіцерів Сухопутних військ Збройних сил України з урахуванням визначених психофізіологічних чинників професійної адаптації до військово-професійної діяльності, а також здійснити апробацію експериментальної програми формульованого експерименту, яка передбачатиме спеціально розроблені заняття.

Варто зазначити, що до апробації експериментальної програми формульованого експерименту будуть залучені молодші офіцери, які за підсумками психофізіологічного діагностичного вивчення продемонструють найнижчі показники рівня адаптованості. Із них у довільному порядку будуть сформовані експериментальна та контрольна групи.

Формульований етап передбачає проведення низки послідовних тренінгових занять, що поєднуюватимуть групову корекційну роботу.

Загалом, дослідження дозволить здійснити комплексне визначення ключових чинників, що безпосередньо впливають на молодших офіцерів під час адаптаційного періоду, та сприятиме подальшому впровадженню удосконалених технологій мінімізації деструктивного впливу на психофізіологічний стан військовослужбовців. Це, своєю чергою, позитивно вплине на якість виконання молодшими офіцерами своїх професійних обов'язків, зокрема, шляхом зменшення психофізіологічної «вартості» діяльності.

Висновки. У результаті вивчення наукових джерел визначено загальні принципи та психодіагностичний інструментарій дослідження психофізіологічних чинників професійної адаптації молодших офіцерів Сухопутних військ Збройних сил України. З'ясовано, що детальне вивчення вказаних чинників вимагає врахування методологічних аспектів, правильного вибору діагностичних засобів та точної системи обробки отриманих даних.

Отримані результати можуть бути використані для розробки практичних рекомендацій щодо покращення програм професійної підготовки молодших офіцерів. Впровадження адаптованих тренувальних та психологічних програм сприятиме збалансованій адаптації та забезпеченню високої працездатності військового персоналу.

Ці напрацювання також можуть слугувати основою для подальших досліджень у цьому

напрямі та створення результативної системи підтримки та навчання для забезпечення успішної професійної адаптації молодших офіцерів у сучасних умовах.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вороніна М.О. Особливості копінг-поведінки в стресових ситуаціях юнаків та дівчат підлітків. *Актуальні напрями практичної психології і психотерапії* : матеріали VIII Міжнародної науково-практичної конференції молодих вчених, студентів та аспірантів (м. Харків, 16 груд. 2020 р.). Харків : ХНУВС, 2020. С. 39–42.
2. Заєць І.В., Шевченко А.М. Науково-практичне забезпечення профдіагностичної і профконсультаційної діяльності. Київ, 2022. 124 с.
3. Кіщук Л.А., Осьодло В.І. Комплексне оцінювання психофізіологічних чинників професійної адаптації курсантів-випускників до умов військової служби. *Psychological journal*, 2023. Vol. 9, Is. 3 (71). С. 18–27.
4. Кокун О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини у психофізіологічному забезпеченні діяльності : дис. ... доктора психол. наук : 19.00.02. Київ, 2004. 426 с.
5. Кокун О.М., Мороз В.М., Лозінська Н.С., Пішко І.О. Збірник психодіагностичних методик для професійно-психологічного відбору кандидатів на військовою службу за контрактом у Збройних силах України. Київ : Видавничий дім «Освіта України», ФОРМ Маслаков Руслан Олександрович, 2021. 74 с.
6. Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Копаниця О.В., Малхазов О.Р. Збірник методик для діагностики психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до діяльності у складі миротворчих підрозділів. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2011. 281 с.
7. Макаренко М.В. Основи професійного відбору військових спеціалістів та методики вивчення індивідуальних психофізіологічних відмінностей між людьми. Київ : Інститут ім. О.О. Богомольця НАН України, Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних сил України, 2006. 395 с.
8. Макаренко М.В., Лизогуб В.С. Комп'ютерна система «Діагност – 1» для визначення нейродинамічних властивостей вищої нервової діяльності. Матеріали II симпозиуму «Особливості формування та становлення психофізіологічних функцій в онтогенезі». Черкаси, 2003. С. 60.
9. Москальов І.О., Лисенко Д.П. Застосування методів математичної статистики у психолого-педагогічних дослідженнях. Київ : НУОУ, 2023. 187с.
10. Yoshino K., Matsuoka K. Causal coherence analysis of heart rate variability and systolic blood pressure variability under mental arithmetic task load 1. *Biological Psychology*. 2005. No. 69. Pp. 217–227.