

Товариство з обмеженою відповідальністю
«Київський інститут сучасної психології та психотерапії»

Кваліфікаційна наукова
праця на правах рукопису

ЛІЗУН АЛІСА ВОЛОДИМИРІВНА

УДК 159.316: 159.9.072.4: 159.922

ДИСЕРТАЦІЯ
ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНІ ЧИННИКИ ЕФЕКТИВНОСТІ
ВІЙСЬКОВО-ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Спеціальність 053 Психологія
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки

Подається на здобуття наукового ступеня доктора філософії

Дисертація містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне джерело

_____ А. В. Лізун

Науковий керівник: **Кокун Олег Матвійович**, доктор психологічних наук, професор, дійсний член (академік) НАПН України, професор кафедри соціальної психології Київського інституту сучасної психології та психотерапії

Київ – 2025

АНОТАЦІЯ

Лізун А.В. Особистісно-професійні чинники ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовців – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 – Психологія (галузь знань – 05 Соціальні та поведінкові науки). – Товариство з обмеженою відповідальністю «Київський інститут сучасної психології та психотерапії», Київ, 2025.

Дисертаційне дослідження присвячене вивченню особистісно-професійних якостей військовослужбовців, які зумовлюють ефективність військово-професійної діяльності.

Участь військовослужбовців у бойових діях суттєво позначається на їхньому психологічному стані. Переживання стресу внаслідок проходження складних випробувань може впливати на рівень психологічної стійкості в умовах виконання бойових завдань. У ситуації, коли вже четвертий рік триває збройна боротьба України за суверенітет і територіальну цілісність, військова служба вимагає від військовослужбовців високої психологічної витривалості та впевненості у власних силах.

З урахуванням сучасних викликів, дослідження акцентує увагу на вивченні особистісних властивостей військовослужбовців у контексті їхньої військово-професійної діяльності, зокрема психологічної готовності до виконання бойових завдань. Основну увагу приділено аналізу особистісно-професійних характеристик військовослужбовців з досвідом участі в бойових діях. В межах дослідження також проведено аналіз за показниками обох статей, оскільки з початком широкомасштабного вторгнення значна кількість жінок приєдналася до лав Збройних Сил України та сьогодні нарівні з чоловіками беруть участь у захисті держави.

Проведено теоретичне узагальнення підходів до формування особистісно-професійних якостей, їхню класифікацію та їхній вплив на ефективність виконання службових обов'язків. Висвітлено трактування «професійно-важливих якостей» та їх зв'язок з особистісними та психофізіологічними характеристиками.

Розглянуто нормативно-правові аспекти, що регламентують військову службу, зокрема Закон України «Про військовий обов'язок і військову службу» з акцентом на ролі військової присяги та дисциплінарної практики у формуванні моральних норм серед військових. Проаналізовано вплив військово-професійної діяльності на формування особистісно-психологічних якостей військовослужбовців. У роботі враховано стратегічні напрями професіоналізації сил оборони, що передбачають підвищення рівня мотивації та психологічної готовності до військової служби, а також узгодження військової служби з європейськими цінностями.

На основі теоретичного аналізу наукових джерел було *розроблено модель «професійно-значущих» особистісних характеристик* військовослужбовців, для визначення ефективності військово-професійної діяльності. Модель охоплює п'ять ключових компонентів: ціннісно-мотиваційний, когнітивний, емоційно-вольовий, особистісний та професійний, кожен із яких може відігравати важливу роль у формуванні психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійних завдань.

Емпіричне дослідження проводилося у 2023-2024 році, на основі добровільної участі у анонімному опитуванні, в умовах повномасштабних воєнних дій проти України. Загалом в опитуванні взяли участь 203 респонденти-військовослужбовці.

На першому етапі було проведено пілотне дослідження за участю 31 військовослужбовця, що дало змогу перевірити дослідницький інструментарій та відпрацювати процедуру опитування. Після пілотажного етапу, основне дослідження було проведено на базі Військового інституту

Київського національного університету імені Тараса Шевченка. У ньому взяли участь 172 військовослужбовці Збройних Сил України, які проходили військову перепідготовку та підвищення кваліфікації на курсах військово-професійної підготовки. Вік респондентів варіювався від 22 до 59 років, середній вік 35,7 року. Серед учасників чоловіки становили 80,8%, а жінки – 19,2%. Вищу освіту мали 75,6% військовослужбовців, а 70,3% респондентів з досвідом участі у бойових діях.

У межах емпіричного дослідження проведено комплексну оцінку особистісних і професійних якостей військовослужбовців з використанням психодіагностичного інструментарію. Для оцінки мотиваційної складової застосовано методику «Мотивація професійної діяльності» (К. Замфір, модифікація А. Реана). Когнітивні властивості вивчено за допомогою методики «Дослідження особливостей мислення (МДОМ-2)». Емоційно-вольові властивості та рівень психофізіологічного самопочуття оцінювалися за методикою «Шкалована самооцінка психофізіологічного стану (О. Кокуна)». Базові риси особистості оцінювалися за методикою «Короткий п'ятифакторний опитувальник особистості ТІРІ-UKR» (адаптація М. Кліманської, І. Галецької). Вивчення професійних якостей охоплювало дослідження стилів поведінки в конфліктах, що оцінювалися за методикою «Діагностика схильності до конфліктної поведінки (К. Томас, адаптація Н. В. Гршиної)». Рівень адаптаційного потенціалу військовослужбовців визначався за опитувальником «Військово-професійна життєстійкість (О. Кокун). Соціально-психологічні навички досліджувалися методом «Діагностики комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2)». Застосовані методики надали можливість комплексно охарактеризувати особистісно-професійні чинники, що визначають ефективність військово-професійної діяльності.

Результати дослідження із застосуванням зазначеного психодіагностичного інструментарію надали можливість здійснити

комплексну оцінку ключових особистісно-професійних характеристик військовослужбовців.

Аналіз порівняльних характеристик військовослужбовців з урахуванням *статевої належності* виявив статистично значущі відмінності за низкою показників. Жінки-військовослужбовці продемонстрували вищі результати за шкалами «бажання виконувати бойові завдання», «екстраверсія» та «відкритість до нового досвіду». Натомість чоловіки-військовослужбовці мали перевагу за показниками «комунікативні схильності» та «особливості мислення».

Порівняльний аналіз військовослужбовців з *бойовим досвідом та без нього* засвідчив, що перша група (з досвідом УБД) демонструє статистично вищі показники за низкою характеристик. Зокрема, було зафіксовано вищі значення за шкалами: самопочуття, активності, настрою, працездатності, зацікавленості у захисті держави, впевненості у власних силах, готовності до виконання бойових завдань, екстраверсії, добросовісності, організаторських та комунікативних здібностей. Єдиним показником, за яким військовослужбовці з бойовим досвідом мали нижчі значення, виявилася шкала «уникнення», що свідчить про їхню кращу здатність до прийняття зважених рішень у складних бойових ситуаціях.

Визначальними особистісно-професійними чинниками, що зумовлюють ефективність військово-професійної діяльності військовослужбовців у бойових умовах, для подальшого аналізу були обрані три показники самооцінки стану психологічної готовності до виконання завдань в особливих умовах: «зацікавленість у захисті держави», «бажання виконувати бойові завдання» та «впевненість у своїх силах». Вибір саме цих показників як ключових критеріїв ефективності військово-професійної діяльності зумовлений тим, що вони виявилися статистично вищими у військовослужбовців із досвідом участі в бойових діях порівняно з тими, хто такого досвіду не мав.

У результаті *кореляційного аналізу* були виявлені, найбільш тісні *взаємозв'язки* між самооцінкою психологічної готовності та особистісно-професійними характеристиками. Зокрема, у військовослужбовців із бойовим досвідом найбільш виражений зв'язок із трьома ключовими показниками психологічної готовності («зацікавленість у захисті держави», «бажання виконувати бойові завдання» та «впевненість у своїх силах»). Цей зв'язок спостерігався із такими характеристиками: внутрішня та зовнішня позитивна мотивація, добросовісність, відкритість до нового досвіду, організаторські здібності, рівень військово-професійної життєстійкості, залученість у військово-професійну діяльність, професійний контроль і прийняття виклику.

Для визначення ключових особистісно-професійних чинників, що впливають на ефективність військово-професійної діяльності військовослужбовців, було проведено регресійний аналіз. Побудовано три регресійні моделі, які дозволили виокремити ключові особистісно-професійні характеристики, що впливають на: «зацікавленість у захисті держави», «бажання виконувати бойові завдання» та «впевненість у своїх силах». У всіх трьох моделях головним предиктором виявився «емоційний компонент військово-професійної життєстійкості», що підкреслює його значущість у військово-професійній діяльності. Крім того встановлено, що значний вплив на ефективність військово-професійної діяльності мають такі чинники: відкритість до нового досвіду, що сприяє гнучкості мислення та адаптивності; екстраверсія, яка відіграє важливу роль у соціальній взаємодії та командній роботі; добросовісність, що визначає відповідальність і самодисципліну; організаторські здібності, які зміцнюють лідерські якості та впевненість; здатність до пристосування, що підвищує бойову готовність.

Розроблено та впроваджено комплексну програму тренінгового курсу «Готовність до виклику: психологічне зміцнення військовослужбовця», спрямовану на підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності. Програма ґрунтується на результатах емпіричного дослідження та охоплює

п'ять послідовно побудованих компонентів, спрямованих на розвиток ціннісно-мотиваційної сфери, когнітивних ресурсів, емоційно-вольової саморегуляції, особистісних рис і професійно-значущих якостей. Застосовано модульний підхід до організації тренінгу, що забезпечує структуроване, поетапне формування необхідних знань, умінь і навичок. Зміст кожного заняття адаптовано до специфіки військової служби в умовах воєнного періоду та передбачає інтеграцію лекційного матеріалу, мозкових тренувальних вправ, рольових ігор, майндфулнес-практик, візуалізацій, дискусій, рефлексивних завдань і елементів психотренінгу. Розроблена програма тренінгового курсу є цілеспрямованим психологічним інструментом підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності, а також збереження ментального здоров'я особового складу в бойових умовах і у післявоєнний період.

Наукова новизна отриманих результатів полягає в наступному:

- *вперше* виявлено перелік особистісно-професійних чинників, що зумовлюють ефективність військово-професійної діяльності українських військовослужбовців в умовах повномасштабної війни;
- *вперше* встановлено перелік достовірних відмінностей у особистісно-професійних характеристиках військовослужбовців з бойовим досвідом та без нього;
- *вперше розроблено* програму тренінгового курсу, спрямовану на підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності та збереження їх психічного здоров'я в умовах бойових дій;
- *поглиблено* теоретичні наукові знання про особистісні та професійні чинники ефективності військово-професійної діяльності;
- *доповнено* систему поглядів щодо психологічної готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань.

Практичне значення дослідження полягає у тому, що емпірично виокремлено найбільш значущі особистісно-професійні чинники, які можуть мати широкий спектр застосування як на діагностичному етапі, так і під час проведення спеціальних тренінгів з метою підвищення ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовців.

Перспективою подальших досліджень може стати розробка програм на основі ключових особистісно-професійних характеристик, орієнтованих на професійну підготовку, психологічну підтримку та оптимізацію кадрової політики у військових формуваннях. Розвиток визначених характеристик сприятиме підвищенню боєздатності, стресостійкості та мотивації військовослужбовців, що є критично важливим для ефективного виконання службових обов'язків у умовах бойових дій.

Ключові слова: психодіагностика, особистість, військовослужбовець, професійне вигорання та емоційне виснаження, психологічне благополуччя, психічна (психологічна) стійкість та саморегуляція, ветеран та особистість воїна, життєстійкість, психологічна адаптація, психологічна допомога, стрес та стресостійкість, бій та бойовий досвід, освітньо-професійні характеристики, соціалізація, війна.

ABSTRACT

Lizun A.V. Personal and professional factors of effectiveness of military occupational activity of servicemen - *Qualification scientific manuscript.*

Dissertation for the degree of Doctor of Philosophy in speciality 053 - Psychology (field of knowledge - 05 Social and Behavioural Sciences) - Kyiv Institute of Modern Psychology and Psychotherapy, Kyiv, 2025.

The dissertation research is focused on the study of personal and occupational qualities of servicemen that determine the effectiveness of military career activities.

The participation of military personnel in combat operations has a significant impact on their psychological state. The experience of stress as a result of undergoing difficult trials can affect the level of psychological resilience in combat missions. In a situation where Ukraine's armed struggle for sovereignty and territorial integrity has been going on for the fourth year, military service requires high psychological endurance and self-confidence.

Given the current challenges, the research focuses on the study of personal characteristics of servicemen in the context of their military and occupational activities, in particular, psychological readiness to perform combat missions. The main attention is paid to the analysis of personal and occupational characteristics of servicemen with experience of participation in combat operations. The study also analyses the indicators of both genders as since the beginning of the large-scale invasion, a significant number of women have joined the Armed Forces of Ukraine and are now participating in the defence of the state on an equal footing with men.

There has been carried out a theoretical generalisation of approaches to the formation of personal and occupational qualities, their classification and their impact on the efficiency of performance of official duties. It highlights the interpretation of occupationally important qualities and their relationship with personal and psychophysiological characteristics.

The author reviews the regulatory aspects governing military service, in particular the Law of Ukraine ‘On Military Duty and Military Service’ with an emphasis on the role of the military oath and disciplinary practice in the formation of moral standards among the military. It analyses the impact of military service activities on the formation of personal and psychological qualities of servicemen. The work takes into account the strategic directions of professionalisation of the defence forces, which provide for an increase in the level of motivation and psychological readiness for military service, as well as the harmonisation of military service with European values.

Based on the theoretical analysis of scientific sources, a model of occupationally significant personal characteristics of servicemen has been developed to determine the effectiveness of military and occupational activities. The model includes five key components: value-motivational, cognitive, emotional-volitional, personality-based and occupational, each of which can play an important role in shaping the psychological readiness of servicemen to perform military service tasks.

The empirical study was conducted in 2023-2024, on the basis of voluntary participation in an anonymous survey, in the context of full-scale war against Ukraine. A total of 203 military respondents took part in the survey.

At the first stage, a pilot study was conducted with the participation of 31 servicemen, which allowed to test research tools and develop a survey procedure. After the pilot stage, the main study was conducted at the Military Institute of Taras Shevchenko National University of Kyiv. It involved 172 servicemen and women of the Armed Forces of Ukraine who were undergoing military retraining and advanced training at military and professional training courses. The respondents' ages ranged from 22 to 59 years, with an average age of 35.7 years. Among the participants, men accounted for 80.8% and women for 19.2%. Higher education was reported by 75.6% of the servicemen, and 70.3% of the respondents had experience in combat.

The empirical study carried out a comprehensive assessment of personal and

occupational qualities of servicemen on the basis of psychodiagnostic tools. To assess the motivational component, the author used “Motivation of professional activity” methodology (K. Zamfir, modified by A. Rean). The cognitive properties were studied by means of the “Study of Thinking Peculiarities (MDOM-2)” methodology. Emotional and volitional properties and the level of psychophysiological well-being were assessed on the basis of the Scaled Self-Assessment of Psychophysiological State Method (O. Kokun). Basic personality traits were assessed in accordance with the TIPI-UKR Short Five-Factor Personality Inventory (adapted by M. Klimanska and I. Haletska). The study of professional qualities included the assessment of behavioural styles in conflicts, which were evaluated with the help of “Diagnostics of predisposition to conflict behaviour (K. Thomas's methodology, adapted by N. V. Hryshyna)”. The level of adaptive potential of servicemen was determined by O. Kokun's questionnaire “Military and professional resilience. Social and psychological skills were studied by using the method of “Diagnostics of Communication and Organisational Aptitudes (KOS-2)”. The applied methods made it possible to comprehensively characterise the personal and occupational factors that determine the effectiveness of military and occupational activities.

The results of the study based on the above-mentioned psychodiagnostic tools made it possible to carry out a comprehensive assessment of the key personal and occupational characteristics of military personnel.

An analysis of the comparative characteristics of servicemen by gender revealed statistically significant differences in a number of indicators. Women in the military demonstrated higher results in terms of “desire to perform combat missions”, “extraversion” and “openness to new experiences”. On the other hand, men in the military had an advantage in terms of “communication tendencies” and “peculiarities of thinking”.

A comparative analysis of servicemen with and without combat experience has shown that the first group (with combat experience) demonstrates statistically higher scores on a number of characteristics. In particular, higher values were recorded in terms of well-being, activity, mood, performance, interest in defending the state, self-confidence, readiness to perform combat missions, extraversion, conscientiousness, organisational and communication skills. The only indicator in which servicemen with combat experience had lower scores was in the “avoidance” scale, which indicates their better ability to make informed decisions in difficult combat situations.

For the purpose of further analysis, three indicators of self-assessment of the state of psychological readiness to perform tasks in special conditions were selected as most significant personal and professional factors that determine the effectiveness of military and occupational professional activity of servicemen in combat conditions: “interest in defending the state”, “desire to perform combat tasks” and “confidence in one's abilities”. The choice of these indicators as key criteria for the effectiveness of military and occupational activities is due to the fact that they were statistically higher in servicemen with experience of participation in combat operations compared to those who did not have such experience.

A correlation analysis revealed the closest relationships between self-assessment of psychological readiness and personal and occupational characteristics. In particular, servicemen with combat experience have the most pronounced relationship with three key indicators of psychological readiness (‘interest in defending the state’, ‘desire to perform combat tasks’ and ‘confidence in their abilities’). This connection was observed with the following characteristics: internal and external positive motivation, good faith, openness to new experiences, organisational skills, level of military and occupational resilience, involvement in military and occupational activities, professional control and acceptance of challenges.

A regression analysis was conducted to determine the key personal and occupational factors that influence the effectiveness of military and occupational activities of servicemen. Three regression models were built, which allowed to identify the key personal and occupational characteristics that affect: 'interest in defending the state', "desire to perform combat missions" and "self-confidence". In all three models, the main predictor was the 'emotional component of military and occupational resilience', which emphasises its importance in military and occupational activities. In addition, it was found that the following factors have a significant impact on the effectiveness of performance: openness to new experiences, which promotes flexibility of thinking and adaptability; extraversion, which plays an important role in social interaction and teamwork; conscientiousness, which determines responsibility and self-discipline; organisational skills, which strengthen leadership and confidence; and adaptability, which increases combat readiness.

A comprehensive training course program titled "*Readiness for the Challenge: Psychological Strengthening of the Servicemember*" has been developed and implemented, aimed at enhancing the level of psychological readiness of servicemembers for performing military-professional activities. The program is based on the results of empirical research and includes five sequentially structured components focused on the development of value-motivational orientation, cognitive resources, emotional and volitional self-regulation, personality traits, and professionally significant qualities. A modular approach to training organization has been applied, which ensures a structured, step-by-step formation of the necessary knowledge, skills, and abilities. The content of each session is adapted to the specifics of military service during wartime and integrates lecture material, cognitive training exercises, role-playing games, mindfulness practices, visualizations, discussions, reflective tasks, and elements of psychological training. The developed training course program serves as a targeted psychological tool for increasing the psychological readiness of servicemembers to perform military-professional tasks, as well as for preserving the mental health of

personnel under combat conditions and during the post-war period.

A comprehensive training course program titled “Preparedness for the Challenge: Psychological Empowerment of Military Personnel” has been developed and implemented to enhance the psychological readiness of service members for the performance of military-professional duties. The program is based on the results of empirical research and encompasses five sequentially structured components aimed at developing value-motivational aspects, cognitive resources, emotional and volitional self-regulation, personal traits, and professionally significant qualities.

A modular approach was applied to the organization of the training, ensuring a structured, step-by-step development of the necessary knowledge, skills, and abilities. The content of each session is adapted to the specific nature of military service during wartime and includes a combination of lectures, cognitive training exercises, role-playing games, mindfulness practices, visualizations, discussions, reflective tasks, and elements of psychotraining.

The developed training program serves as a targeted psychological tool for increasing the level of psychological readiness of military personnel to perform their professional duties, as well as for maintaining the mental health of service members in combat conditions and in the post-war period.

The scientific novelty of the obtained results is as follows:

- *For the first time*, a comprehensive list of personal and professional factors influencing the effectiveness of Ukrainian servicemen’s military performance in the context of full-scale war has been identified;
- *For the first time*, statistically significant differences in the personal and professional characteristics of servicemen with and without combat experience have been established;
- *For the first time*, a specialized training program has been developed to enhance servicemen’s psychological readiness for military duties and to support their mental health during combat operations;

- *Theoretical understanding of the personal and professional factors contributing to effective military performance has been further developed;*
- *The conceptual framework regarding the psychological readiness of servicemen to carry out combat missions has been broadened.*

The practical significance of the study lies in the fact that it empirically identifies the most significant personal and occupational factors that can be used both at the diagnostic stage and during special trainings to improve the effectiveness of military and occupational activities of servicemen.

Research may be further conducted to develop programmes of professional training, psychological support and optimisation of personnel policy in military formations based on key personal and occupational qualities. The development of these qualities will help to increase the combat capability, stress resistance and motivation of servicemen, which is critical for the effective performance of duties in combat.

Key words: psychodiagnostics, personality, military serviceman, professional burnout and emotional exhaustion, psychological well-being, mental (psychological) stability and self-regulation, veteran and warrior personality, resilience, psychological adaptation, psychological assistance, stress and stress tolerance, combat and combat experience, educational and professional characteristics, socialization, war.

СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати дисертації:

публікації у фахових виданнях України

1. Лізун, А. (2023). Провідна думка трактування терміну професійно-важливі якості. *Київський журнал сучасної психології та психотерапії*, 2 (6), 55-59. <https://doi.org/10.48020/mppj.2023.02.06>
2. Лізун, А. (2024). Особистісні властивості особистості та їх зв'язок з ефективністю професійної діяльності. *Фаховий науковий журнал «Габітус»*, (59), 161-165. DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.27>
3. Лізун, А. (2024). Комплекс психодіагностичного інструментарію дослідження особистісно-професійних якостей військовослужбовців. *Збірник наукових праць "Вісник Національного університету оборони України"*. 5 (81), 101-108. DOI: [10.33099/2617-6858-24-81-5-101-108](https://doi.org/10.33099/2617-6858-24-81-5-101-108)
4. Лізун, А. (2025). Вираженість ключових компонентів професійно-значущих особистісних властивостей військовослужбовців: емпіричний аналіз. *Київський журнал сучасної психології та психотерапії*, (1) 9, 2025, 63-73 <https://doi.org/10.48020/mppj.2025.01.05>.
5. Лізун, А. (2025) Організаційно-методичні основи програми тренінгового курсу «Готовність до виклику: психологічне зміцнення військовослужбовця». *Збірник наукових праць "Вісник Національного університету оборони України"*. № 5 (87) 2025. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-87-5-112-119>

тези наукових доповідей

6. Лізун, А. (2022). *Особливості проявів психічних станів військовослужбовців в екстремальних та стресових ситуаціях. Актуальні проблеми сучасної психології: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень молодих науковців. Матеріали VIII*

Міжнародної науково-практичної конференції (17 листопада 2022 р.). Кам'янець-Подільський, Україна. 127-132.

7. Лізун, А. (2022). *Ризики психологічного впливу меседжів із он-лайн комунікації на особистість під час війни*. Об'єднані наукою: перспективи міждисциплінарних досліджень. Збірник матеріалів ІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції (17-18 листопада 2022). Київський національний університет імені Тараса Шевченка. Київ, Україна. 58-60.

8. Лізун, А. (2023). *Аналіз взаємозв'язку між контролем з боку закону й особистісно-професійними якостями військовослужбовця*. Збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції (3 січня 2023 р.) Полтава, Україна. ч. 2, 8-9.

9. Лізун, А. (2023). *Теоретичні основи аналізу розгляду поняття професіоналізму особистості*. Scientific progress: innovations, achievements and prospects. Proceedings of the 4th International scientific and practical conference (9-11 January 2023). Мюнхен, Німеччина. 404-406. <https://sci-conf.com.ua/iv-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-scientific-progress-innovations-achievements-and-prospects-9-11-01-2023-myunhen-nimechchina-arhiv/>.

10. Лізун, А. (2023). *Психологічні професійно-важливі якості особистості як складові побудови кар'єрної спрямованості військовослужбовців*. Тези доповідей ІІ Міжнародної науково-практичної конференції. (17 лютого 2023 р.). Київ, Україна. 151-155. DOI: [10.31617/k.knute.2023-02-1](https://doi.org/10.31617/k.knute.2023-02-1)

11. Лізун, А. (2023). *Фізична готовність як компонент військово-професійної готовності оперативного працівника до діяльності в екстремальних умовах*. Проблеми правоохоронної діяльності в умовах воєнного стану : тези Всеукраїнської науково-практичної конференції Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького (16 березня 2023 року). Хмельницький, Україна. 588-590.

12. Лізун, А. (2023). *Значення психологічних типів темпераментів та їх роль в ефективності професійної діяльності у надзвичайних ситуаціях*.

Science and innovation of modern world. Proceedings of the 7th International scientific and practical conference (23-25 березня 2023 р.). Лондон, Велика Британія. 485-488. <https://sci-conf.com.ua/vii-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-science-and-innovation-of-modern-world-23-25-03-2023-london-velikobritaniya-arhiv/>

13. Лізун, А. (2023). *Військова присяга як психологічний чинник формування професійно-важливих якостей військовослужбовця. Війна та мир. Психологія на службі людини : матеріали науково-практичної конференції студентів та аспірантів (23 квітня 2023 р.). Київ, Україна. 56-58.*

14. Лізун, А. (2024). *Риси особистості які регулюють певні аспекти поведінки та професійної діяльності. Проблеми особистості в сучасній науці: результати та перспективи дослідження: Матеріали XXVI Міжнародної конференції молодих науковців (25-26 квітня 2024 р.). Київ, Україна. 110-113.* <https://doi.org/10.59647/978-617-520-814-4/1>

15. Лізун, А. (2025). *Особистісні риси військовослужбовців за моделлю «Велика п'ятірка» та їхній вплив на готовність до виконання бойових завдань. Війна, мир, людина : сучасний погляд та переосмислення (12-13 квітня 2025 р.). Київ, Україна.* <https://www.kispp.com/2025/%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D1%84%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%BD%D1%86%D1%96%D1%97/kzhspc-specz2025.pdf>

ЗМІСТ

АНОТАЦІЯ	2
СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ	16
ЗМІСТ	19
ВСТУП	22
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ	
ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНИХ ЯКОСТЕЙ	
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	32
1.1. Аналіз поняття професійно-важливі якості.....	32
1.2. Особистісні властивості та ефективність професійної діяльності.....	41
1.3. Значення особистісних властивостей для ефективності військово- професійної діяльності	52
1.4. Особливості формування особистісно-професійних якостей військовослужбовців в процесі військово-професійної діяльності	85
1.5. Специфіка вимог до особистісно-професійних якостей військовослужбовців в умовах воєнного часу	92
Висновки до першого розділу	101
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ РОБОТИ ТА ОБҐРУНТУВАННЯ МЕТОДІВ	
ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНИХ ЯКОСТЕЙ	
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	106
2.1. Організація дослідження	106
2.2. Обґрунтування вибору методик дослідницького інструментарію	113
2.3. Методики дослідження особистісно-професійних якостей військовослужбовців.....	116
Висновки до другого розділу	125
РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ	
ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНИХ ЯКОСТЕЙ	
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	128

3.1. Загальна характеристика вираженості особистісно-професійних якостей військовослужбовців	128
3.2. Порівняльна характеристика особистісно-професійних якостей військовослужбовців.....	151
3.3. Аналіз взаємозв'язків між показниками самооцінки стану психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності із показниками їх особистісних та військово-професійних характеристик	172
3.4. Визначення особистісно-професійних чинників ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності	189
Висновки до третього розділу.....	201
РОЗДІЛ 4. ПСИХОТРЕНІНГОВИЙ КОМПЛЕКС ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО ВИКОНАННЯ ВІЙСЬКОВО-ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	206
4.1. Основні наукові підходи до підвищення психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності	206
4.2. Психологічна готовність військовослужбовців до виконання бойових завдань: поняття, проблеми та обґрунтування тренінгового підходу до її формування	210
4.3. Мета, завдання, структура та зміст програми тренінгового курсу формування психологічної готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань.....	218
4.4. Програма підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності	224
Висновки до четвертого розділу	275
ВИСНОВКИ	278
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	282
ДОДАТКИ.....	311

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

B – коефіцієнт регресії

N – кількість респондентів

p – значення імовірності (достовірність).

r – коефіцієнт кореляції

R² – частка варіації залежної змінної

SD – стандартне відхилення.

t – критерій Стюдента (порівняння середніх)

M – середнє значення

BM – внутрішня мотивація

BPЖ – військово-професійна життєстійкість

BPM – внутрішня позитивна мотивація

ДАСУ – Державна авіаційна служба України

ЗНМ – зовнішня негативна мотивація

ЗСУ – Збройні Сили України

ПФС – Психофізіологічний стан

УДОУ - Управління державної охорони України

УБД – Учасник бойових дій

ВСТУП

Актуальність та обґрунтування теми. Збройна агресія проти України поставила в центр уваги питання зміцнення обороноздатності держави. За таких обставин військовослужбовці виконують ключову роль у забезпеченні безпеки держави. Військова професія вимагає від військовослужбовців не лише високого рівня підготовки, фахових знань і практичних навичок, а й значущих для цієї діяльності особистісних якостей, внутрішньої мотивації та психологічної готовності до служби в умовах напруження та ризику.

Зважаючи на тривалість військового протистояння та загострення безпекових загроз, а також збільшення навантажень на військовослужбовців, дослідження особистісно-професійних чинників, які впливають на здатність військовослужбовців ефективно виконувати службові завдання, набуло у цей період особливого значення. Психологічна витривалість, вмотивованість, здатність конструктивного спілкування та прийняття командних рішень в умовах невизначеності стають критично важливими аспектами ефективності військово-професійної діяльності.

Аналіз наукових джерел засвідчує, що проблематика особистісно-професійних якостей військовослужбовців у контексті військово-професійної діяльності, у період збройної боротьби, знайшла відображення в низці досліджень вітчизняних учених (Лозінська, 2019; Кіщук, 2024; Клочков, 2024; Костів, 2020; Кириченко, 2023; Павлушенко, 2023; Іллющенко, 2023; Кіричевська, 2023; Юркова, 2023 та ін.).

У результаті здійсненого аналізу наукових джерел було виявлено багатозначність підходів до трактування понять «професійно-важливі якості» та «особистісні якості», що дозволяє широко розглядати методологічне визначення досліджуваної категорії. У низці робіт «професійно-важливі якості» розглядаються як синоніми до понять «професійно-значущі якості» або «професійні здібності». Також у науково-психологічній літературі

використовуються споріднені терміни, зокрема «професійно-особистісні», «особистісно-ділові» та «професійно-необхідні якості» фахівця (Зязюн, 2008; Власова, 2005; Сем'ян, 2014; Мазяр & Кириченко, 2014; Приходько, 2007; Семак, 2011; Бродовська та ін., 2007).

Значущість особистісних властивостей у забезпеченні ефективності військово-професійної діяльності активно була досліджена у сучасній науковій літературі. Зокрема, характеристикам особистості у контексті професійної, зокрема військово-професійної діяльності, присвячено низка наукових праць як вітчизняних, так і зарубіжних дослідників (Бондарев & Круть, 2020; Готорн, 2010; Фука та ін., 2019; Черевичний, 2022; Осьодло, 2001; Power & Pluess, 2015).

У наукових дослідженнях найбільш часто згадуються особистісні властивості, такі як емоційна стійкість, самоконтроль, рішучість, стресостійкість, комунікативні та вольові якості, які безпосередньо впливають на ефективність військово-професійної діяльності. Поряд з ними, досліджується взаємозв'язок між особистістю та професійною діяльністю через різні теоретичні підходи. Серед найбільш визнаних є п'ятифакторна модель особистості, психофізіологічний, діяльнісний та особистісно-орієнтований підходи, що дозволяють оцінити значення особистісних якостей для професійної ефективності (Черевичний, 2022; Платонов, 2001; Чегі, 2008; Осьодло, 2001; Нехаєнко, 2021; Паливода, 2018; Самойленко, 2018; Туз, 2021; Юркова, 2023; Klang, 2012).

Важливе значення мають також наукові праці вчених, які досліджували вплив професійної діяльності на психічні стани та реакції під час служби та професійної підготовки представників різних спеціальностей. Дослідники вказують на особистісні якості, які можуть сприяти або перешкоджати ефективності професійної діяльності, у тому числі в умовах підвищеного професійного навантаження (Кокун, 2022; Ковровський, 2016). Формування особистісно-професійних якостей військовослужбовців є складним і багатогранним процесом, у якому важливу роль відіграють як індивідуальні,

так і зовнішні чинники, зокрема соціальні та правові. Вплив військової служби на особистість військовослужбовця – зокрема через застосування дисциплінарної практики також є визначальним для розвитку «професійно-значущих якостей», таких як дисциплінованість, моральна стійкість і здатність до саморегуляції в особливих умовах (Маськовіта, 2015; Кравчук, 2021; Кремова, 2021; Şerban, 2024).

Автори цих досліджень роблять висновок про розширення та поглиблення наукового уявлення про особистісно-професійні чинники, які впливають на ефективність військово-професійної діяльності на різних стадіях військової служби. Оскільки саме особистісні риси визначають рівень здатності військовослужбовця витримувати навантаження, зберігати ясність мислення, ухвалювати рішення в умовах невизначеності та забезпечувати злагоджену взаємодію у підрозділі.

Одним із малодосліджених аспектів залишається вивчення особистісних чинників, що впливають на військово-професійну діяльність військовослужбовців, зокрема участь у бойових завданнях та психологічну готовність до них. Внутрішня мотивація, зацікавленість у захисті держави та впевненість у власних силах є важливими факторами формування професійної ефективності. Поглиблене вивчення цих особистісних якостей дозволить розширити наявні наукові уявлення та сприятиме розробці практичних рекомендацій щодо розвитку «професійно-важливих якостей» військовослужбовців.

Отже, зважаючи на вищенаведене можна стверджувати про актуальність та доцільність теми дисертаційного дослідження «Особистісно-професійні чинники ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовців».

Зв'язок дослідження з науковими програмами, темами, планами. Дослідження виконано у відповідності до тематичного плану науково-дослідної роботи кафедри клінічної психології Київського інституту сучасної психології та психотерапії та в межах науково-дослідницької теми

«Психодіагностика якості життя в сучасному українському суспільстві» (номер державної реєстрації НДР: 0121U110751).

Тему дисертаційного дослідження затверджено на засіданні Вченої ради Київського інституту сучасної психології та психотерапії (протокол № 6 від 22 лютого 2022 року).

Об'єкт дослідження – особистісно-професійні якості, що зумовлюють ефективність професійної діяльності.

Предметом дослідження є особливості формування та виявлення особистісно-професійних чинників, що зумовлюють рівень ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовців.

Мета дослідження полягає у виявленні особистісно-професійних чинників, що зумовлюють ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовців, та розробці на цій основі системи заходів, спрямованих на підвищення ефективності такої діяльності.

Завдання дослідження:

1. Здійснити теоретичний аналіз наявних наукових та науково-методичних джерел з питання особистісно-професійних чинників, що зумовлюють ефективність професійної діяльності.
2. Розробити та обґрунтувати комплекс методичного забезпечення емпіричного дослідження.
3. Визначити емпіричним шляхом основні особистісно-професійні чинники ефективності професійної діяльності військових.
4. Розробити програму тренінгового курсу, спрямовану на підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності.

Експериментальна база дослідження. Загалом в опитуванні взяли участь 203 респонденти-військовослужбовці. На першому етапі було проведено пілотне дослідження за участю 31 військовослужбовця, що дало змогу перевірити дослідницький інструментарій та відпрацювати процедуру опитування. Після пілотажного етапу, було проведено основне дослідження.

Експериментальна база дослідження складається з вибірки, що включає 172 українських військовослужбовців віком від 22 до 59 років. Гендерний склад вибірки: чоловіки становили 80,8%, а жінки – 19,2%. Збір даних здійснювався на базі Військового інституту Київського національного університету імені Тараса Шевченка серед військовослужбовців Збройних Сил України, які проходили військову підготовку, перепідготовку та підвищення кваліфікації на курсах військово-професійної підготовки. Тестування проводилося на онлайн-платформі Google Forms.

Методи дослідження. Для досягнення мети і розв’язання поставлених завдань у дисертаційному дослідженні було використано комплексний підхід, який включав такі наукові методи:

1. Теоретичні методи передбачали аналіз та узагальнення наукових джерел для вивчення підходів до формування особистісно-професійних якостей військовослужбовців, систематизацію та класифікацію для визначення основних «професійно-важливих якостей» військовослужбовців та їхніх психологічних складових, а також моделювання для створення концептуальної моделі взаємозв’язку особистісних характеристик із професійною ефективністю.

2. Емпіричні методи: опитування (анкетування) для збору даних щодо особистісних якостей військовослужбовців та психодіагностичне тестування для їхнього вимірювання за допомогою стандартизованих методик.

3. Методи математико-статистичної обробки охопили порівняльний аналіз для виявлення відмінностей між групами військовослужбовців за рівнем розвитку особистісних якостей; кореляційний аналіз – для визначення зв’язків між особистісними характеристиками та професійною ефективністю; регресійний аналіз – для встановлення залежності між особистісними характеристиками та показниками ефективності військово-професійної діяльності; розрахунок середніх значень і стандартних відхилень – для оцінки варіативності показників. Обробка та інтерпретація результатів

здійснювалась за використанням стандартизованого пакету програм IBM SPSS Statistics 23.0 та офісного додатку Microsoft Excel.

У дисертаційному дослідженні було використано наступний **психодіагностичний інструментарій**.

1) Персоналізована анкета опитування військовослужбовців: для збору базової інформації про респондентів, зокрема даних щодо віку, статі, сімейного статусу, рівня освіти, військового звання та участі у бойових діях та термін перебування у зоні проведення бойових дій. Отримані відомості дозволяли врахувати всі можливі змінні, що могли впливати на особистісно-професійні чинники, пов'язані з військово-професійною діяльністю.

2) Методика «Мотивація професійної діяльності» (К. Замфір, модифікація А. Реана) – застосовувалася для оцінки мотиваційної складової.

3) Методика «Дослідження особливостей мислення (МДОМ-2) – використовувалася для вивчення когнітивних властивостей.

4) Методика «Шкалована самооцінка психофізіологічного стану» (О. Кокун) – застосовувалася для оцінки емоційно-вольових властивостей та рівня психофізіологічного самопочуття.

5) Методика «Короткий п'ятифакторний опитувальник особистості ТІРІ-UKR» (адаптація М. Кліманської, І. Галецької) – використовувалася для оцінки базових рис особистості.

6) Методика «Діагностика схильності до конфліктної поведінки» (К. Томас, адаптація Н. В. Грішиної) – застосовувалася для вивчення стилів поведінки в конфліктах.

7) Опитувальник «Військово-професійна життєстійкість» (О. Кокун) – використовувався для визначення рівня адаптаційного потенціалу військовослужбовців.

8) Методика «Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2) – застосовувалася для дослідження соціально-психологічних навичок.

Теоретико-методологічну основу дослідження склали концептуальні уявлення про особистісно-професійні якості, що впливають на ефективність військово-професійної діяльності. У дослідженні використано психологічні концепції, які дозволили визначити механізми формування, розвитку та функціонування особистісних рис і професійних якостей у контексті військової служби. Серед основних наукових джерел: теорії особистості (О. Мазяр; В. Кириченко; В. Войтко; Н.Кусайкіна; С. Сегеда; С. Діденко; І. Зязюн; Т. Тюріна; В. Синявський; О. Семак; І. Приходько; О. Кокун; Ю. Гулий; О. Сем'ян; О. Власова; О. Кострікін). Когнітивні теорії особистості (С. Черевичний; С. Дерев'янка С. П. І. Платонов, Т. Чегі); теорії соціальної поведінки, копінг-стратегії (М. Matthews; Н.Тробюк; О. Сем'ян; В. Тюріна); концепція емоційно-вольової регуляції (М. В. First; В. Войтко); теорії психофізіологічного підходу (О. Кокун; В. Осьодло; О. Паливода; В. Алещенко; С. Костів); концепції «професійно-важливих якостей» (С. Черевичний, О. Мазяр, В. Кириченко, В. Бродовська, О. Кострікін, О. Сегеда); концепції особистісних характеристик та комунікативних навичок (І. Приходько; Ю. Хорошак); концепції мотивації професійної самореалізації (J. Nosek, О. Самойленко); теоретичні положення життєстійкості та стресостійкості (О. Кокун; Ю. Гулий; В. Корольчук; Д. Асонов & О. Хаустова).

Наукова новизна отриманих результатів полягає в наступному:

- *вперше* виявлено перелік особистісно-професійних чинників, що зумовлюють ефективність військово-професійної діяльності українських військовослужбовців в умовах повномасштабної війни;
- *вперше* встановлено перелік достовірних відмінностей у особистісно-професійних характеристиках військовослужбовців з бойовим досвідом та без нього;
- *вперше розроблено* програму тренінгового курсу, спрямовану на підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців до

виконання військово-професійної діяльності та збереження їх психічного здоров'я в умовах бойових дій;

- *поглиблено* теоретичні наукові знання про особистісні та професійні чинники ефективності військово-професійної діяльності;

- *доповнено* систему поглядів щодо психологічної готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань.

Теоретичне значення дослідження полягає у розширенні наукових уявлень про особистісно-професійні чинники, які впливають на ефективність військово-професійної діяльності, та у побудові нових регресійних моделей, які дозволили виокремити ключові особистісно-професійні характеристики військовослужбовців.

Практичне значення отриманих результатів полягає у тому, що емпірично виокремлено ключові особистісно-професійні чинники, які визначають ефективність військово-професійної діяльності. Ці чинники стали основою для розробки програми тренінгового курсу, яка спрямована на підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності. Розвиток визначених якостей сприятиме підвищенню, психологічної готовності, стресостійкості та мотивації військовослужбовців, що є критично важливим для успішного виконання службових обов'язків у бойових умовах.

Результати дослідження впроваджено у Науково-дослідному центрі гуманітарних проблем Збройних Сил України під час підготовки методичних і навчально-методичних посібників, а також у практику діяльності посадових осіб структур психологічної підтримки персоналу (матеріально-психологічного забезпечення, роботи з особовим складом) військових формувань (акт впровадження № 599/313 від 16 травня 2025 року), а також в освітній процес, у навчальну дисципліну «Військова психологія» (для спеціальностей «Психологія») Військового інституту Київського національного університету імені Тараса Шевченка (акт впровадження № 38 від 22 травня 2025 року). Впроваджено у навчально-виховний процес

Воєнної академії імені Євгенія Березняка під час проведення навчальних занять на курсах підвищення кваліфікації «Психолгічна підготовка до функціонування в екстремальних ситуаціях» та курсах «Швидка адаптація до інтенсивної стресової ситуації (подолання страху в бойових умовах)», а також застосовано в робочих програмах навчальних спеціальних дисциплін (акт впровадження №222/ВА/875 від 12 червня 2025 року).

Апробація матеріалів дисертації. Основні результати дослідження доповідалися та обговорювалися на всеукраїнських та міжнародних науково-практичних конференціях, зокрема: VIII Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми сучасної психології: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень молодих науковців», Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 17.11.2022; IX Всеукраїнській науково-практичній конференції «Об'єднані наукою: перспективи міждисциплінарних досліджень», Київський національний університет імені Тараса Шевченка, 17-18.11.2022; Міжнародній науково-практичній конференції «Сучасний стан та перспективи розвитку науки, освіти і технологій» (м. Полтава), 03.01.2023; IV Міжнародній науково-практичній конференції «Scientific progress: innovations, achievements and prospects» (м. Мюнхен, Німеччина), 9-11.01.2023; II Міжнародній науково-практичній конференції «Вектори соціальної, організаційної та економічної психології», Державний торговельно-економічний університет, м. Київ, (17.02.2023); Всеукраїнській науково-практичній конференції «Актуальні проблеми правоохоронної діяльності в умовах воєнного стану» (Національна академія Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького, м. Хмельницький), 16.03.2023; VII Міжнародній науково-практичній конференції «Science and innovation of modern world» (м. Лондон, Велика Британія), 23-25.03.2023; Науково-практичній конференції «Війна та мир: психологія на службі людини» (організаторами були Київський інститут сучасної психології та психотерапії, Спілка психологів та психотерапевтів України, ТОВ «Психодіагностичний центр», м. Київ), 23.04.2023;

XXVI Міжнародній конференції молодих науковців «Проблеми особистості в сучасній науці: результати та перспективи дослідження» (Київський національний університет імені Тараса Шевченка), 25-26.04.2024; Всеукраїнській науково-практичній конференції «Війна, мир, людина: сучасний погляд та переосмислення» (організаторами були Київський інститут сучасної психології та психотерапії, Благодійний фонд психологічної підтримки у кризових ситуаціях «Анкора»), 12-13.04.2025.

Публікації. Основні результати дисертаційного дослідження викладено в 15 наукових публікаціях, з яких 5 статей у наукових фахових виданнях та 10 тез доповідей на конференціях. Всі публікації виконані автором одноосібно.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, чотирьох розділів, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг дисертації становить 340 сторінок, з яких основний текст займає 260 сторінок. У дисертації представлено 29 таблиць, 24 рисунки, а також 10 додатків, що займають 26 сторінок. Список використаних джерел включає 220 найменування, з яких 42 іноземною мовою.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНИХ ЯКОСТЕЙ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Війна зумовила істотне зростання актуальності проблеми формування та розвитку особистісно-професійних якостей українських військовослужбовців, яка вочевидь потребує поглибленого науково-теоретичного та практичного дослідження. Відповідно, перший розділ дисертації присвячено аналізу сучасних наукових уявлень щодо значення особистісних властивостей людини для ефективної професійної діяльності. Також значну увагу приділено розкриттю змісту специфічних вимог до особистісно-професійних властивостей військовослужбовців, і зокрема, у воєнний період.

1.1. Аналіз поняття професійно-важливі якості

Аналіз сутності поняття «професійно-важливі якості» особистості та їх ролі в професійній діяльності, на наш погляд, доцільно розпочати з висвітлення термінів «професія» та «професійно-важливі якості», що є ключовими для цієї наукової роботи.

Передусім, ми провели теоретичний огляд наукових психологічних словників на предмет визначення понять, що розглядаються у першому розділі роботи.

Базові особливості визначення поняття «професія». Аналіз літератури показує, що походження слова «професія» пов'язано з латинським «*professio*», яке, у свою чергу, походить від «*profiteor*», що перекладається як «охоче говорити, голосно заявляти, оголошувати своєю справою» (Бродовська, Грушевський & Патрик, 2007). У прямому розумінні слово «професія» означає «впевнено заявляти про себе», яке згодом перетворилося

на «показувати свій фах». У культурно-історичному розвитку суспільства, рід занять людини та її уміння були основними маркерами соціальної ідентифікації. У минулих століттях, походження багатьох українських прізвищ було пов'язане з династією професійної зайнятості родини, традиціями їх трудової діяльності та походження від певного роду, наприклад такі прізвища як, Коваленко, Швець, Гончар, Ткаченко. (Мазяр & Кириченко, 2014).

Поняття «професія» визначається як відокремлений («окреслений») у межах суспільного поділу праці комплекс трудових дій та відповідних знань, що вимагає відповідної освіти чи кваліфікації, які особа може виконувати відносно постійно. Також, професія – це соціально необхідний вид людської діяльності, що виник у результаті суспільного розподілу праці (Мазяр & Кириченко, 2014).

У психологічному словнику «професія» визначається як спеціальність, офіційно визначене заняття, рід трудової діяльності. При цьому зазначається, що поділ людей за професіями склався внаслідок ускладнення і диференціації праці. Відповідно, для успішного виконання професійної діяльності необхідна певна підготовка, володіння професійними знаннями, уміннями, навичками (Войтко, 1982).

За тлумаченням групи авторів: В. Й. Бородовської, В. О. Грушевського, І. П. Патрика та ін., професія – є справа, вид трудової діяльності, що є джерелом існування і вимагає наявності певних знань, навичок і умінь, які забезпечуються навчанням у відповідних за профілем навчальних закладах (Бродовська, Грушевський, Патрик та ін., 2007).

Отже, відповідно до вищерозглянутих думок науковців, «професія» визначається, в першу чергу, як виокремлений вид трудової діяльності, що вимагає від особи успішного виконання тої чи іншої професійної діяльності, і передбачає наявність певних «професійно-важливих якостей», умінь, навичок та знань.

Розгляд трактування «якість». Розкриваючи поняття «професійно-важливих якостей», варто також розглянути розуміння слів «якості» або «якість», що є одним із компонентів предмету вивчення.

Н. Д. Кусайкіна та ін. поняття «якість» або «якісний» тлумачить як – визначеність, що становить специфіку, котра відрізняє від усіх інших, а також як ту чи іншу характерну ознаку, властивість кого-небудь або чого небудь (Кусайкіна, 2012).

Автори J. Hosek & G. Mattock та ін. розширюють звичайне поняття «якість», розглядаючи її як постійну характеристику, а не лише одноразовий результат. За визначенням дослідників, якість є виміром здібностей, показниками відповідності посаді, процесом докладання зусиль і схильності до певної діяльності (Hosek & Mattock, 2003).

За визначенням, яке подане у словнику психології Американської психологічної асоціації, поняття «якість» (quality, qualia) охоплює не лише характеристику або особливість чогось, але й суть або природу психічного досвіду (American psychological association, 2022).

Підходи до тлумачення терміну «професійно-важливі якості». Далі буде проаналізована література, що дозволить визначити сутність поняття «професійно-важливі якості» з різних наукових точок зору.

У психологічному тлумачному словнику В. Б. Шапара та співавторів, «професійно-важливими якостями» називаються будь-які якості суб'єкта, що включені до процесу професійної діяльності та забезпечують ефективність її виконання за параметрами продуктивності, якості праці та надійності (Шапара та ін., 2004).

Аналіз наукових джерел засвідчив існування багатогранних підходів до трактування поняття «професійно-важливі якості», що ускладнює його методологічну визначеність. У низці наукових праць це поняття вживається як синонім до терміна «професійно-значущі якості» Сегеда, 2004; Діденко, 2018; Зязюн, Крамущенко, Кривонос та ін., 1997; Тюріна, 2019).

Також в науково-психологічній літературі зустрічаються такі ідентичні терміну «професійно-важливі якості» визначення, як «професійно-особистісні», «особистісно-ділові», «професійно необхідні» якості особистості фахівця.

На думку В. В. Синявського та ін., «професійно-важливі якості» визначені як комплекс найважливіших індивідуально-психологічних особливостей людини, які визначають успішність освоєння професії та виконання професійної діяльності (Синявський та ін. 2007).

Під «професійно-важливими якостями» О. О. Семак розуміє індивідуальні властивості суб'єкта діяльності, наявність яких буде визначати успішність, ефективність і надійність для багатьох видів професійної діяльності (Семак, 2011).

І. І. Приходько, називає «професійно-важливими якостями» індивідуальні якості суб'єкта, що впливають на ефективність діяльності і успішність її освоєння (Приходько, 2007).

З точки зору О. В. Мазяра та В. В. Кириченко, під «професійно-важливими якостями» розуміють професійні здібності та якості особистості, що забезпечують ефективне виконання професійної діяльності (Мазяр & Кириченко, 2024).

За О. М. Кокуном, «професійно-важливі якості» – це психологічні якості особистості, що визначають продуктивність (якість, результативність і ін.) діяльності. Вони багатофункціональні і разом з тим кожна професія має свій набір цих якостей. Одночасно, автор підкреслює щодо «професійно-важливих якостей», є необхідність їх більш ширшого розуміння, зазначаючи, що до них традиційно відносять широкий спектр різних якостей – від природних задатків до професійних знань, одержуваних у процесі професійного навчання і самопідготовки; зокрема, особистісні особливості (мотивація, спрямованість, значеннєва сфера, характер), психофізіологічні особливості (темперамент, особливості вищої нервової діяльності), особливості психічних процесів (Кокун, 2012).

Складові «професійно-важливих якостей». Багатоманітний характер умов професійної діяльності, на думку Ю. І. Гулий та ін., визначає різний рівень розвитку «професійно-важливих якостей» особистості. За змістом автори перераховують такі «професійно-важливі якості»: відкритість, проникливість, емоційна пластичність, вміння контролювати свою поведінку та психічний стан, впевненість у собі. До цього переліку якостей, ще додають стриманість та розсудливість, установлення соціальних контактів, прийняття моральних норм та правил. Також, у переліку «професійно-важливих якостей», автори називають «інтелект», емоційно-вольову стійкість, витривалість, тощо. Розглядаючи зазначене питання, автори вважають, що всі ці якості можуть бути комплексно поєднані як основні компоненти «емоційного інтелекту» людини (Гулий та ін., 2012).

Аналогічної думки дотримується О. В. Сем'ян. Автор зазначає, що професійні якості людини залежать виключно від таких якостей психіки як: інтелект, саморегуляція, компетентність (Сем'ян, 2014).

О. І. Власова, особливу увагу приділяє здібностям як «професійно-важливим якостям» особистості. На її думку, наявність високорозвинених здібностей (обдарованість, здатність здобувати нові знання, удосконалювати наявні здібності) розкривають структурні особливості особистісної організації кар'єрно успішних індивідів. Спираючись на комплексні дослідження, авторка також відмічає три основних блоки «професійно-важливих якостей» людини - динамічний, особистісний та інтелектуальний. Серед динамічних характеристик найважливішими зазначаються: сила нервової системи як здатність до тривалої напруженої праці; висока швидкість перебігу психічних процесів, їх рухливість, та лабільність; емоційна врівноваженість і уникнення імпульсивних реакцій. Також нечутливість вегетативної нервової системи до загрози та захищена емоційна чутливість, яка створює фізіологічний підмурок соціальної сміливості. До блоку особистісних якостей авторка відносить такі характеристики як активність та домінантність, комунікабельність та відповідальність,

соціальна сміливість і фрустраційна витримка (стійкість до переживання перешкод), а також ділова спрямованість та підприємливість. Серед інтелектуальних складових авторка виділяє такі якості як високі показники розвитку практичного інтелекту, що передбачає насамперед компетентність, аналітичність мислення у поєднанні з креативністю (Власова, 2014).

О. В. Кострікін у ході емпіричних досліджень, визначає рівні сформованості базових «професійно-важливих якостей», які називає провідними та поділяє їх на три основних блоки: інтелектуальний, комунікативний та емоційно-вольовий (Кострікін, 2010).

Заслуговує на увагу науковий підхід О. О. Сегеди (2004). В результаті проведеного ним експериментального дослідження визначено комплекс значущих професійних (тобто важливих) якостей офіцера-виховалетя:

- цілеспрямованість – пріоритет досягнення мети, направленість на успіх у роботі;
- відповідальність – самоконтроль за діями, підвищене почуття обов'язку за результати виконання завдань, прагнення до самовдосконалення;
- комунікативність – здатність підтримувати службові контакти, активність у взаємовідносинах та співробітництві, вміння розбиратися в людях;
- впевненість у собі – переконливість вчинків та доводів, самоконтроль в екстремальних ситуаціях;
- морально-психологічна стійкість – зразкове виконання професійних обов'язків, домінування позитивних емоцій, уміле сприйняття обстановки, правильні поведінкові діяння;
- готовність до дії – оперативна адаптація до нових умов, активнодіючий стан, здатність подолання перешкод, компетентне уявлення про діяльність та її виконання в особливих умовах;

- організаторські здібності – упорядкованість своєї професійної діяльності, чітка взаємодія з підлеглими, уміння активізувати їх поведінку та дії, особисте дотримання дисципліни;

- професійна активність – ініціативна і зважена поведінка, добросовісні й впевнені дії, високі вольові якості, знання, уміння, ініціативність, бажання досягти успіху;

- діловитість – чіткість і організованість, сумлінне ставлення до обов'язків, професіоналізм у своїй справі, завзятість до роботи, відповідність слів щодо взятих на себе обов'язків і виконаній справі, прагнення досягти поставленої мети (Сегеда, 2004).

«Професійно-важливі якості» у різних професіях. Вагомість поєднання різноманітних «професійно-важливих якостей» зумовлюється певним ступенем їх відповідності критеріям та вимогам різних сфер трудової діяльності. Тому, також розглянемо їх, виходячи із специфіки різних професій.

І. А. Зязюн та ін., «професійно-важливі якості» називає «значущими якостями», та виділяє якості, необхідні для успішної професійної діяльності педагогічних професій, поділивши їх на дві категорії:

- якості, що здобуваються у навчально-виховному процесі;
- якості формування яких залежить від самої особи (які фіксують риси характеру і особливості емоційно-вольової сфери).

Окрім зазначеного, також на думку авторів, неоціненними є природні людські якості, основою яких є темперамент, воля, сенситивність, реактивність, заповзятість, інтуїція, здорові інстинкти, своєрідність мови і мовлення тощо. Це висхідний матеріал, з якого під началом живого розуму створюються «професійно-важливі якості» як для діяльності вченого так і інших професій (Зязюн та ін., 1997).

Серед факторів, необхідних для високотехнологічної праці Н. В. Кулалаєва, виділяє такі обов'язкові «професійно-важливі якості»

кваліфікованих робітників, необхідні для забезпечення високопродуктивної праці, як: врівноваженість, стресостійкість, здатність до високої продуктивності за складних психологічних умов, спостережливість, зорово-рухова координація, концентрація уваги, контактність, креативність, комунікативність, відповідальність, самостійність, професійна надійність (Кулалаєва, 2015).

В. О. Тюріна висловлює думку, що до числа «професійно-значущих якостей» особистості поліцейського мають входити, зокрема: психологічна й емоційна стійкість, стресостійкість, і здатність раціонально поводитися, управляти власними емоціями й емоціями інших людей у конфліктних ситуаціях, тобто має бути сформованим емоційний інтелект (Тюріна, 2019).

Т. Т. Чегі до основних груп «професійно-важливих якостей», необхідних для успішного виконання правоохоронної діяльності, відносить такі: професійна мотивація; професійна спрямованість, знання, досвід та навички; певні інтелектуальні, емоційно-вольові властивості та навички саморегуляції; необхідні сенсомоторні й фізичні якості; певні моральні властивості та переконання (Чегі, 2008).

На думку В. В. Ягупова, інтегральною «професійно-важливою якістю» офіцера ЗСУ є «професійна суб'єктність», яка, з одного боку, є системним проявом сформованості військово-професійної компетентності, а з іншого – характеризує його позитивне самоставлення до самого себе як до офіцера. Професійна суб'єктивність, у свою чергу, «запускає» самодетермінацію (тобто здатність самостійного здійснення та переживання вибору), самоорганізацію та саморегуляцію офіцера у військово-професійній діяльності, як суб'єкта управління.

Він припускає, що такі процеси запускаються:

по-перше, згідно з зовнішніми критеріями (наприклад: відповідно до вимог формалізованих документів, які регламентують військово-професійну діяльність);

по-друге – згідно із внутрішніми критеріями (наприклад такими як: цінності, особистісні норми, мотиви, суб'єктна позиція, професійні переконання тощо).

Одночасно, автор доводить, що професійна суб'єктивність ефективна та доцільна, особливо в таких ситуаціях, коли є певна свобода вибору варіантів дій, а також існує безпосередня відповідальність за результати та наслідки своєї діяльності (Ягупов, 2016).

М. М. Фука та ін. зазначали, що «професійно-важливі якості» офіцера мають включати високу громадянськість, патріотизм, принциповість, відповідальність, лідерські якості, військово-професійну та психолого-педагогічну компетентності, вимогливість до себе й підлеглих, особисту організованість, уміння організовувати контроль і перевірку виконання наказів і розпоряджень, самокритичність, рішучість, близькість до людей і турботу про них (Фука та ін., 2019).

О. В. Кострікін розглядає «професійно-важливі якості» винятково з позиції управлінської діяльності. Основою його наукового здобутку стало вивчення не тільки окремих людей, але і також й колективних суб'єктів, об'єднаних загальною професійною задачею. Саме «професійно-важливі якості» керівника визначатимуть те, як будуть вирішені ті чи інші задачі, чи виявить він себе відповідальним, ініціативним, самостійним працівником, чи зможе вийти із складних та незвичних ситуацій, чи всіх зусиль докладатиме для успіху, чи зуміє зацікавити та організувати інших для спільної роботи на благо колективу і суспільства. Автор викладає уявлення про особистість як суб'єкта праці, в якому відображається система «професійно-важливих якостей», що зумовлюють його високу професійну компетентність, придатність, психологічну готовність до виконання певних видів діяльності (Кострікін, 2010).

Таким чином, «професійно-важливі якості» можуть розглядатися з різних точок зору. З одного боку, вони є передумовою ефективної професійної діяльності, з іншого – ці якості можуть зазнавати змін і

розвиватися в процесі професійної діяльності. Здійснений аналіз науково-психологічної літератури засвідчив, що рівень розвитку «професійно-важливих якостей» має ключове значення для ефективної професійної діяльності в обраній сфері. Вчені сходяться на думці, що базовий комплекс таких якостей включає професійну спрямованість, сприйняття, обдарованість, майстерність та інтелект. Сучасні дослідження, спираючись на емпіричні дані, визначають основні індивідуально-психологічні та особистісні характеристики, що забезпечують успіх у професійній діяльності, особистісно-професійний розвиток та безперервне вдосконалення. Угалом, різні автори пропонують різні підходи до розуміння та визначення поняття «професійно-важливі якості», однак на сьогодні не існує єдиного та загальноприйнятого формулювання цього терміну в науковій літературі.

Отже, підсумовуючи результати проведеного аналізу літератури, на нашу думку «професійно-важливі якості» – це сукупність характеристик фахівця, які забезпечують успішне виконання професійної діяльності, ефективно розв'язання професійних задач, сприяють особистісно-професійному зростанню та вдосконаленню. Разом з тим, питання «професійно-важливих якостей» не є вичерпним, й зумовлює необхідність здійснення його подальшого дослідження.

1.2. Особистісні властивості та ефективність професійної діяльності

Питання особистісних властивостей в умовах вдосконалення і розвитку в Україні нових видів професій та трансформації старих, потребує ґрунтовного науково-теоретичного осмислення. Саме тому поточний параграф присвячено аналізу змісту та сутності особистісних властивостей людини, особливостей характеру, здібностей та особистісного потенціалу, що розкриваються в межах продуктивної професійної діяльності.

На перший погляд, «особистісні властивості» це синтаксична одиниця утворена з двох повнозначних слів «особистісні/особистість» та

«властивості/властивість», пов'язаних між собою змістом. Тобто, є особистість, а її властивості є особистісними.

Для того, щоб конкретизувати розуміння поняття «особистісні властивості» та системно підійти до висвітлення одного з сегментів предмета дослідження, розглянемо підходи різних авторів. Для уточнення тлумачення основних термінів та об'єктивного висвітлення понять особистісних властивостей та ефективності професійної діяльності було використано словники, посібники, довідники, а також науково-методичні матеріали.

Насамперед визначимо поняття «особистість». Відповідно до словника наукової термінології поряд із терміном «особистість» згадується різновид поняття цього поняття, що охоплює ідентичні варіанти слова, а саме: особа, людина, індивід, індивідуальність (Андреш, Воробйова & Кравченко, 1994).

На думку О. П. Колобич, особистість — це свідомий індивід, що залучений до повноцінних суспільних взаємин, це набута динамічна якість людини (Колобич, 2018).

С. Д. Максименко, доводить, що «особистість» – це конкретний людський індивід з певними своєрідними розумовими, емоційними, вольовими та фізичними властивостями. На його думку, особистість розвинулася в процесі суспільно-історичного розвитку людства, у процесі праці. Належність особистості до певного суспільства, до певної системи суспільних відносин визначає її психологічну та соціальну сутність. Особистість – соціальна істота, суб'єкт пізнання, активний діяч суспільного розвитку. Характерними ознаками особистості є наявність у неї свідомості, виконувани нею суспільні ролі, суспільно корисна спрямованість її діяльності.

На думку автора, однією з найяскравіших характеристик особистості є її індивідуальність, під якою розуміють своєрідне, неповторне поєднання таких психологічних особливостей людини, як характер, темперамент, особливості перебігу психічних процесів (сприймання, пам'яті, мислення, мовлення, почуттів, волі), особливості її мотиваційної сфери, спрямованості.

Як зазначає автор, особистість завжди конкретно-історична, вона є продуктом тієї доби і тих суспільно-економічних відносин, сучасницею та учасницею яких вона перебуває. Вивчення особистості за суттю – це історичне дослідження процесу становлення особистості за певних соціальних умов доби, певного суспільного ладу (Максименко, 2000).

Просуваючись далі, перейдемо до розгляду поняття «властивість/властивості».

У енциклопедичному словнику у своєму розділі В. Свириденко характеризує «властивість» як особливість об'єкта, способу його буття, що притаманна об'єкту як самототожній цілісності, дозволяє його ідентифікувати і відрізнити від інших об'єктів або встановлювати його схожість (тотожність) з іншими об'єктами (Свириденко, 2002).

В англійській мові для цього поняття використовується термін «personality trait», в якому слово «trait» має значення «характерна риса; особливість; властивість» (Гороть, 2011).

Поєднання двох вищерозглянутих компонентів, «особистість» та «властивості», утворюють у індивіда «особистісні властивості», що позначають внутрішні невід'ємні особливості кожного індивіда.

Аналіз науково-джерельної бази показує, що трактування поняття «особистісні властивості» у різних дослідників має відмінності, хоча суттєвих протиріч при цьому не спостерігається. У психологічній літературі під «особистісними властивостями» розуміються та використовуються такі тотожні терміни, як: «риси особистості», «особистісні риси» (Мет'юз, 2003), «властивості особистості» (Зязюн, 1997; Шклярчук 2019); Колобич 2018), «здібності особистості» (Рибалка, 2017; Гоулман, 2019), «психічні властивості» (Велитченко, 2009).

В німецькій мові вживається термін "Persönlichkeitseigenschaft", що перекладається як «особистісна властивість» або «риса особистості» - це певні аспекти поведінки людини в якійсь окремій категорії ситуацій. Зазначається, особистісна властивість – це відносно стійка, перевірена часом

готовність людини описувати та передбачати певні аспекти своєї поведінки за певних обставин (Wikipedia, n.d).

До загальних властивостей особистості відносяться такі психічні властивості, що обумовлені типом нервової системи – звичні, постійні душевні якості суб'єкта, яким притаманні закріпленість і повторюваність в структурі особистості: характер, темперамент, хист, стійке ставлення до себе та оточуючого світу. У літературі згадуються «особисті якості людини» - це властивості людської натури, наприклад: терпіння, дружелюбність. Окрім зазначених, також велика кількість інших особистісних властивостей мають вплив на поведінку та діяльність людини, такі як: пам'ять, увага, мислення, спілкування, уява, сприйняття, що і є власна ідентифікація особистості.

Л. К. Велитченко, конкретизує індивідуальні особливості психічних процесів, станів та властивостей виокремлюючи їх поняттям «психічні властивості»: темперамент, характер, задатки, здібності. Додаючи «психічні стани» - психічне віддзеркалення ставлення і функціональної готовності людини. Оскільки психіка є властивістю високоорганізованої матерії, що виявляється у віддзеркаленні суб'єктом об'єктивної реальності і виконує функції орієнтації і управління життєдіяльністю суб'єкта, автор в один ряд пов'язує природний розвиток психіки та розвиток трудової діяльності (Велитченко, 2009).

У розвитку психіки – послідовні кількісні і якісні зміни психіки; процес саморуху від простіших до складніших форм віддзеркалення і активності. Це – внутрішньо необхідний рух людини від нижчих до вищих рівнів життєдіяльності в якому зовнішні обставини, навчання і виховання діють через внутрішні умови. Передбачаючи своє майбутнє, усвідомлюючи свої досягнення і недоліки, людина прагне до самоудосконалення за допомогою власної діяльності, навчання, трудової діяльності і спілкування з іншими людьми.

Розвиток трудової діяльності особистості являє собою процес оволодіння технологічними вимогами у професійній сфері того чи іншого

виду праці, відповідно до певних стандартів, і їх перетворення на психологічні патерни, що містять також і власне морально особистісні характеристики (Велитченко, 2009).

Дослідження G. Matthews, доводить, що повсякденні уявлення про «особистісні риси» виходять із двох ключових припущень. По-перше, особистісні риси є стабільними в часі. Більшість людей, хоча й погоджуються, що зазвичай поведінка людини дещо змінюється час від часу, все ж переконані в існуванні певної послідовності, яка визначає «справжню природу» особи: це як незмінні плями леопарда. Іншими словами, між людьми є відмінності, які проявляються в різних ситуаціях. Стабільність відрізняє особистісні риси від більш несталих властивостей людини, таких як тимчасові стани настрою. По-друге, на думку дослідників, прийнято вважати, що особистісні риси безпосередньо впливають на поведінку (G. Matthews, 2003).

Серед інших істотних особистісних властивостей людини слід окремо виділити її «здібності». Здібності та професійна діяльність органічно взаємопов'язані. Людські здібності виникли й розвинулись у процесі праці. І вони проявляються в повсякденній діяльності та у роботі. Загальновідомо, що індивіди, які мали розвинені здібності, в усі часи відіграли провідну роль у прогресивному розвитку науки і техніки, створенні різновидів матеріальних і духовних багатств, суспільному прогресі.

З точки зору В. В. Рибалки, усі «властивості особистості» розглядаються як «здібності особистості». Автор розподіляє «здібності» тобто «властивості» на три роди, а саме:

- до першого роду відносить здібності до здійснення діяльності (в межах структури особистості: емоційно-сміслові, інформаційно-пізнавальні, емоційно-почуттєві, задоволення вхідних потреб для життя, споживчі);
- до другого – усі властивості базових структур соціально-психологічно-індивідуального виміру особистості, які виконують функцію покращення та ефективного функціонування здібностей першого роду, тобто

здійснення діяльності, серед яких: психосоціальні, посадові, комунікаційні, мотиваційно-сміслові, характерологічні (світогляд, плани до засобів праці та її результатів), рефлексивні (самоорганізація, самоактуалізація), компетентістні інтелектуальні, психофізіологічні (темпераментальні, психофізичні) та психосоматичні (тілесні, рухові);

- до третього – генетичні здібності, які забезпечують розвиток усіх попередніх видів здібностей спираючись на внутрішні та зовнішні розвивальні можливості особистості (Рибалка, 2017).

Отже, здібність – це своєрідна індивідуально-психологічна властивість людини, що відповідає умовам успішного засвоєння знань та виявляється в навчальній діяльності. На професійному рівні здібності зумовлюють ефективне виконання тієї чи іншої трудової діяльності. Особливо вони проявляються в здатності до керівної, наукової, творчої та інших видів діяльності і є необхідною умовою успіху у цих сферах для людини.

З метою системного охоплення питання розглянемо, з наукової рочки зору, специфіку взаємозв'язку понять «особистісні властивості» та «ефективність професійної діяльності».

І. А. Зязюн та ін., ставлять поруч якості та властивості особистості. Під якими згадуються: оптимізм, впевненість у собі, відсутність страху, уміння володіти собою, відсутність емоційного напруження; наявність вольових якостей (цілеспрямованість, самовладання, рішучість). В основу властивостей закладає – позитивне емоційне ставлення до себе та до праці. Саме позитивні емоції активізують, надають впевненості, зумовлюють почуття радості, позитивно впливають на стосунки з колегами. А негативні емоції у професійній діяльності, навпаки, гальмують активність, дезорганізують поведінку і робочий процес, викликають тривожність, страх, підозру. На думку автора, над властивостями важливо працювати, адже вони дають змогу впевнено, без зайвого емоційного напруження здійснювати свою професійну діяльність (Зязюн та ін., 1997).

На думку А. З. Шклярук, особливу привабливість становлять ті властивості особистості, які здатні регулювати психоемоційний стан людини при виконанні службових обов'язків у екстремальних умовах. Такою якістю, що виділяє автор – є емоційна стійкість, яка надає можливість в екстремальних умовах професійної діяльності зберігати необхідну фізичну і психічну працездатність, протидіяти стресу, ефективно використовувати набуті навички, приймати рішення в умовах ліміту часу (Шклярук, 2019).

Д. О. Шапошник-Домінська визначає самофективність як «особистісну властивість». На її думку при високому рівні розвитку, самофективність сприяє ефективній життєдіяльності особистості, досягненню результатів у професійній діяльності. На думку авторки, ця психологічна властивість, дозволяє людині досягти мети незалежно від емоційного стану за умов характерного функціонування пам'яті, мислення та емоційної саморегуляції. Разом з тим, авторка зазначає обов'язкову наявність трьох особливих якісних характеристик: пам'яті, мислення та емоційної саморегуляції (Шапошник-Домінська, 2015).

Однією з найяскравіших характеристик особистості є індивідуальність, під якою розуміють: своєрідне, неповторне поєднання таких психологічних особливостей людини, як характер, темперамент, інтелект, ставлення до себе, оточення та держави; особливості перебігу психічних процесів (сприймання, пам'ять, мислення, мовлення, почуття, емоції, воля); особливості мотиваційної сфери, спрямованості до професійної діяльності.

Важливим джерелом наукових теорій про властивості особи, є робота американського психолога Д. Гоулмана, який сформулював науково підкріплений зв'язок між емоційним інтелектом і професійним успіхом. На думку автора, емоційні моделі закладені в особистості, впливають на професійну діяльність індивіда через розуміння та формування життєво необхідних навичок. Відповідаючи на питання «що відрізняє людей котрі досягли успіху, від їхніх не таких успішних товаришів?» Д. Гоулман довів, що особи, які більш здатні витримувати напружені графіки, виснажливі

теоретичні та практичні заняття, завзятість яких залежить від певних емоційних якостей – легше долають труднощі в обраній професії (Гоулман, 2019).

Емоційний інтелект – це головна здібність людини, що здатна впливати на всі інші наявні вміння, допомагаючи або, навпаки заважаючи їх виявленню. Він визначає можливість розуміти інших людей їх емоції, діяти мудро, здатність розпізнавати свої почуття, уміння керувати почуттями, будувати та підтримувати стосунки. Люди з високим емоційним інтелектом зазвичай є впевненими у собі, завжди задоволені собою (Гоулман, 2019).

Здатність людини увійти в потік натхнення, тобто зануритись у роботу за обраним напрямком – це найвищий вияв емоційного інтелекту. Тобто це сконцентрованість і дисциплінованість особи у професійній діяльності (Гоулман, 2019).

Типологічний підхід до дослідження особистісних властивостей в ряді наукових літературних джерел може ототожнюватися з темпераментом індивіда. Адже в професійній діяльності важливе значення, окрім інших стійких якостей характеру, відіграє властивість вродженого темпераменту. Для професійної діяльності темперамент є однією з ознак для врахування при практичному розподілі особового складу за певними напрямками роботи.

На думку О. П. Колобич, властивості особистості, обумовлені темпераментом, є найбільш стійкими і довготривалими. Темперамент у свою чергу, є однією з найбільш значимих властивостей особистості. На думку авторки, темперамент визначає особистість як соціальну істоту й постає однією з найбільш значимих властивостей особистості (Колобич, 2018).

У поглядах С. Д. Максименко та ін. темперамент особистості розглядається як тверда вродженість, змішаних в належних співвідношеннях індивідуальних особливостей, яка характеризує динамічний бік психічних проявів людини, від яких залежать реакції, темп, швидкість, інтенсивна діяльність людини (Максименко, 2000).

На думку М. Szumiec, окрім вроджених та набутих рис, особистість продовжує свій розвиток у професійній діяльності. Зростання особистісних якостей у цій сфері — це складний процес, який охоплює не лише фізіологічні й соціальні, а й духовні чинники. Він проявляється через самореалізацію людини та формування її цінностей. Особливо важливими в цьому процесі є такі якості, як відповідальність, свобода вибору та здатність до раціонального мислення. Саме вони сприяють становленню зрілого й компетентного фахівця, який здатен до постійного розвитку та позитивного впливу на своє професійне середовище (Szumiec, 2021).

У процесі професійної діяльності керівнику при розподілі обов'язків між підлеглими, доводиться аналізувати здатності своїх підлеглих, виходячи з індивідуально-психічних особливостей кожного. Що спонукає до необхідності визначати основні прояви різних типів темпераментів.

С. Д. Максименко переконує, що у професійній діяльності найефективніше можуть взаємодіяти два протилежні темпераменти (меланхолік і сангвінік, флегматик і холерик), гірше – особи з однаковими темпераментами (партнери з холериків, партнери з меланхоліків). Разом з тим, у роботі, яка потребує рухливої нервової системи від усіх її учасників, неоднакові темпераменти непридатні (Максименко, 2004).

На думку Р. В. Ваврика, темперамент зумовлює лише шляхи і способи професійної діяльності, а не рівень досягнутих результатів (Ваврик, 2019).

Н. М. Мась виділяє основні властивості темпераменту особистості, як динамічної характеристики психічної діяльності, що негативно або позитивно реагують на подразники та впливають на перебіг інтенсивності, ритму психічних процесів і станів. За даними автора, до основних особистісних властивостей індивідуально-типологічних особливостей темпераменту особи відносяться:

- сензитивність – чутливість до явищ, які стосуються особистості, незадоволення її потреб, особисті страждання;

- реактивність – легкість виникнення емоційної реакції на зовнішні або внутрішні подразники, як позитивної так і невдалої дії (бурхливість або пригнічення);

- пластичність – мінливість, швидке пристосування до обстановки. У цьому контексті за належних умов ця властивість набирає позитивних якостей для ефективності професійної діяльності;

- ригідність – властивість протилежна пластичності, повільна зміна уявлень про обставини, що відбуваються. У професійній діяльності ригідність створює складність або нездатність особи перебудуватися для ефективного виконання поставлених завдань.

- екстравертованість – зовнішній світ людини (відкритість, товариськість);

- інтровертованість – внутрішній світ (замкнутість) (Мась, 2012).

У контексті особистісних властивостей, варто звернути увагу на думку Л. Л. Макарової та В. М. Синельнікова, які зазначають, що екстраверсія та інтроверсія характеризуються тим, від чого переважно залежать реакції та діяльності людини - від зовнішніх вражень, які виникають в цей час (екстраверсія); чи від мрійливих образів, уявлень та думок, пов'язаних з минулим та майбутнім (інтроверсія) (Макарова & Синельніков, 2005).

Привертає до себе увагу праця американської дослідниці С. Х. Кейн, у якій авторка демонструє сучасний науковий підхід та наводить чисельні приклади з вивчення вроджених сильних психічних сторін особистості й особливостей темпераменту. Авторка проблему особистісних властивостей, таких як інтроверсія та екстраверсія, розглядає в різних аспектах – як психічні якості особистості, як необхідна риса при застосуванні у різних професіях (Кейн, 2012).

На основі аналізу наявного теоретичного матеріалу можна узагальнити, що екстраверти – здатні виконувати лідерські та інші активні завдання з оптимальним рівнем активності, мають швидку реакцію, здатні імпровізувати та блазнювати, готові взяти зброю в руки заради відстоювання

інтересів. У той самий час як, інтроверти – працюють автономно, вимагають менше простору, відлюдкуваті, уникають особистих контактів, самостійно вирішують коли усамітнитись, а коли працювати з колегами, публічна робота зумовлює для них страждання, у роботі створюють зону комфорту, разом з тим вони обережні та вдумливі мислителі, котрі можуть працювати на самоті, що сприяє генеруванню ідей.

Найефективніші команди можуть складатися з врахуванням оптимального числа інтровертів та екстравертів.

Всесвітньо відомий швейцарський психіатр К. Г. Юнг (1875-1961) говорив, що не існує чистих інтровертних чи екстравертних особистостей, неможливо виділити якийсь тип кращий або гірший, кожен з них має свої специфічні переваги або недоліки (Астролябія, 2010).

Отже, виходячи з аналізу неведених вище різних поглядів науковців, можемо зазначити, що особистісні властивості – є уродженими та сталими психологічними властивостями, серед яких можна виділити темперамент, характер та здібності. Всім властивостям притаманні постійна закріпленість і повторюваність.

Загалом під особистісними властивостями розуміються характеристики людини, що позначають глибинні (внутрішні) особливості конкретного індивіда. Темперамент і характер зумовлюють, як поведінку у навколишньому світі так і внутрішні психофізіологічні пристосування до будь-якої трудової діяльності.

У сучасних умовах відомості про вроджені риси характеру людини можливо отримати шляхом використання різних психодіагностичних методик спрямованих на дослідження особистісних властивостей людини як при професійно-психологічному відборі кандидатів на роботу, визначенні професійної придатності, пересуванні по службових щаблях, так і при управлінні людськими ресурсами, що забезпечить професійний успіх.

На жаль, у науково-психологічних дослідженнях, поняття «особистісні властивості», та їх взаємозв'язок з «ефективністю професійної діяльності»

носить, як правило, фрагментарний характер. «Особистісні властивості» вивчаються як одне із психічних явищ, які базуються на дослідженнях когнітивних процесів поряд з багатьма іншими позиціями. Тим самим поняття «особистісні властивості у професійній діяльності» рідко зустрічається об'єктом самостійного дослідження, що на нашу думку зумовлює необхідність здійснення більш досконалого наукового вивчення даного питання.

1.3. Значення особистісних властивостей для ефективності військово-професійної діяльності

Важливим завданням здійсненого нами теоретичного аналізу стало визначення особистісних властивостей, що зумовлюють ефективність військово-професійної діяльності.

Насамперед, доцільно визначитись щодо поняття військово-професійна діяльність, що безпосередньо стосується військової справи.

У Законі України «Про військовий обов'язок і військову службу», нормативно визначено, що військова служба є державною службою особливого характеру, яка полягає у професійній діяльності придатних до неї за станом здоров'я і віком громадян, що пов'язана із обороною України, її незалежності та територіальної цілісності (Закон України, 2232-ХІІ, 1992). Тобто військова справа – це вид професійної діяльності, що об'єднує сукупність завдань та придатність до службової діяльності осіб.

На думку М. М. Фука, військова діяльність є більш напруженою та екстремальною професією порівняно з іншими видами діяльності. Автор зазначає, що це вид діяльності, який є професією для військовослужбовця. Зазначена діяльність вимагає певної підготовки, спеціальної освіти, необхідних професійних навичок, переконань, відповідних професійно-психологічних та моральних якостей (Фука та ін., 2019).

Військова служба належить до видів діяльності, яка завжди пов'язана з екстремальними умовами й елементами ризику для життя (Бондарев & Круть, 2020).

За результатами досліджень М. D. Matthews, до ключових особистісних рис, що сприяють ефективності військовослужбовців, належать добросовісність, рішучість, хоробрість, саморегуляція, соціальний інтелект і лідерські якості, оскільки саме вони забезпечують стійкість до бойового стресу, високу працездатність і здатність до результативного командування в умовах війни. Автор підкреслює, що акцент на розвиток цих характеристик має бути зроблений не лише під час відбору на військову службу, а й у процесі її проходження, адже це сприяє емоційному благополуччю та знижує ризик професійного вигорання (Matthews, 2020).

Якість військової справи зумовлює потребу в професійному доборі бійців за відповідними особистісними властивостями. Цьому сприяє обов'язкове комплексне дослідження, що допомагає прогнозувати працездатність воїна, виділити претендентів з найбільш відповідними для певної спеціальності психофізичними якостями (Бондарев & Круть, 2020).

Згідно з рядом нормативно-правових актів силових структур, таких як Інструкція Управління державної охорони (№349, 2010), Інструкція Міністерства оборони України (№272, 2022), Інструкція Служби безпеки України (№79, 2012), Правила Державної авіаційної служби України (№485, 2018) і Порядок Державної служби спеціального зв'язку та захисту інформації України (№683, 2016), що стосуються професійно-психологічного відбору, значущими властивостями для військово-професійної діяльності виступають: тип темпераменту; риси характеру; здібності; ступінь емоційної стійкості; характер адаптації до стресових навантажень; особливості уваги (стійкість, розподілення та переключення); пам'ять (характеристика короткочасної та довготривалої пам'яті, швидкість і продуктивність запам'ятовування, точність відтворення); мислення (тип мислення, гнучкість, швидкість); загальний темп психічної діяльності; швидкість утворення та

перебудови навичок; комунікативні якості, вольові якості; моральні та ділові якості; особливості взаємовідносин у колективі; мотиви вступу на навчання або на військову службу. Однією з головних умов оптимального виконання службових завдань виступає здатність особи протистояти ситуаціям стресу.

На цьому етапі також відбувається уточнення уявлення, яке має кандидат про обрану військову професію та спеціальність. Також вимірюються глибинні якості людини, що дозволяють отримати повні та всебічні характеристики особистості.

П'ять фундаментальних вимірів рис особистості для військової професії

Психологічні теорії, що охоплюють людську особистість майже такі ж різноманітні та складні як сама особистість. Далі, задля подальшого поглибленого дослідження особистості у військово-професійній діяльності, ми розглянемо фундаментальні риси особистості, які отримали назву: «Велика п'ятірка» або «п'ятифакторна модель особистості».

Аналіз сучасних поглядів на модель особистості «Велика п'ятірка». За твердженнями R. A. Power & M. Pluess, модель «Великої п'ятірки» особистісних рис є одним із найбільш усталених і визнаних підходів до опису та вимірювання індивідуальних відмінностей особистості. «Велика п'ятірка» включає: відкритість до досвіду, сумлінність, екстраверсію, приємність і нейротизм. Науковці, п'ять особистісних риси трактують наступним чином:

- відкритість новому досвіду охоплює пізнання та інтелектуальну допитливість, розвиненість уяви;
- сумлінність відноситься до обережності, дисциплінованості та організаторських здібностей, схильності до порядку та надійності;
- екстраверсія визначається позитивними емоціями, такими як товариськість і схильність до соціальної взаємодії;
- приємність описує дружелюбність, чуйність, індивідуальний рівень готовності до співпраці та емпатії, скромність;

- нейротизм включає негативні емоції, такі як тривога та депресія, що зазвичай визначається як емоційна нестабільність і розгубленість (Power & M. Pluess, 2015).

Відповідно до теоретичної концепції, модель «Велика п'ятірка» допомагає описати основні особистісні риси, об'єднані у п'ять ключових факторів (Goldberg, 1981; McCrae & Costa, 1987). Вона спирається на лексичний підхід, який запропонували Allport & Odbert (1936). «Велика п'ятірка» (або англійською FFM - Five Factor Model) — це система, що дозволяє описати прояви концептуальних особистісних відмінностей особистості (John, & Srivastava, 1999).

Р. Р. Маккрейом та П. Т. Костою «Велика п'ятірка рис» розглядається як стабільні характеристики, що визначають індивідуальні моделі пізнання, емоцій і поведінки (McCrae and Costa, 2010).

М. R. Barrick та ін. з'ясували зв'язок між факторами особистості «Великої п'ятірки», такими як: екстравертність, емоційна стабільність, зговірливість, сумлінність і відкритість до досвіду з критеріями ефективності роботи. Науковці досліджували професійні групи поліцейських, менеджерів, інших кваліфікованих фахівців. Результати показали, що один з аспектів особистості, такий як «сумлінність», дав узгоджені зв'язки з усіма критеріями продуктивності роботи для всіх професійних груп. Для решти особистісних факторів таких як «екстравертність», «емоційна стабільність», «зговірливість» та «відкритість до досвіду», опис особистісних параметрів для професійної діяльності змінювалися залежно від професійної групи (Barrick & Mount, 1991).

За Д. К. Корольовим, негативною емоційністю є нейротизм, який виявляється в чутливості індивідуума до стресових ситуацій. На одному з полюсів фактора «нейротизму», знаходяться реактивні особи, що відрізняються легкістю виникнення негативних емоцій. Вони мають велику кількість негативних переживань, тривожні, дратівливі, піддані поганому настрою, не задоволені життям. На думку автора, негативна емоційність може

перешкоджати інтелектуальним і академічним досягненням. Подібна реактивність, сприйнятливість до негативних емоцій створює особистісну основу для професійних функцій в образі вченого у галузі суспільних наук чи керування на рівні робітників. На іншому полюсі «нейротизму» знаходяться індивіди, що мають тенденцію ставитись до життя більш раціонально та спокійно. На цьому полюсі опиняються носії таких ролей як авіадиспетчер, пілот, снайпер, керівник тощо (Корольов, 2019).

Дж. Д. Готорн, в основі теорій дослідження особистості, особливо для військової професії, розглядає класифікацію з п'яти факторів особистості. На думку автора, вона показує, що особистість складається з п'яти відносно незалежних вимірів, які забезпечують змістовну класифікацію для вивчення індивідуальних відмінностей (Готорн, 2010).

За дослідженням О. Вое та Н. Bang, особистісні риси мають суттєве значення для прогнозування професійної ефективності, зокрема у військовому середовищі, де важливими є такі характеристики, як емоційна стабільність, сумлінність та відкритість до досвіду. У цьому контексті Військова академія Норвегії відіграє ключову роль у підготовці майбутніх воєначальників, зосереджуючи увагу не лише на професійних знаннях, а й на розвитку особистісних якостей, необхідних для ефективного військового керівництва (Вое & Bang, 2017).

На думку Т. Н. Skoglund, п'ятифакторна модель особистості представляє добре перевірену та прагматичну структуру вимірювання людських чинників що мають відношення до військової діяльності. Оцінка на підставі п'ятифакторної моделі» здійснюється в кількох процесах відбору військовослужбовців у Збройних силах Норвегії. Її використання, є частиною навчальних програм на курсах із розвитку навиків колективних дій та організаторських якостей військовослужбовців (Skoglund, 2022).

М. Б. Кліманська та співавтори, беручи до уваги затребуваність в українській науці вивчення рис особистості, здійснили адаптацію

українською мовою методики «п'яти фундаментальних вимірів особистості» як однієї з провідних психодіагностичних моделей (Кліманська, 2019).

З огляду на проаналізовані теоретичні теорії, можемо дійти висновку, що особистісні риси відіграють важливу роль у професійній діяльності військовослужбовців, впливаючи на вибір професійної діяльності, а також на ефективність і успішність виконання службових обов'язків (рис. 1.1).



Рис. 1.1. Значення п'яти особистісних факторів у військово-професійній діяльності

Види військово-професійної діяльності

Для нашого дослідження, беручи до уваги, що військова кар'єра може бути різноманітною, охоплювати безліч військових галузей (професій), доцільно буде розглянути не лише «особистісні властивості» та «професійно-важливі якості», а й окремі види військово-професійної діяльності.

Відповідно до потреб діяльності сектору безпеки та оборони України, існують офіційно затверджені нормативно-правовими актами переліки спеціальностей для військових складів. Зокрема:

- керівний склад; авіаційний, військовий льотний та наземний склади; персонал з управління й організації польотами; з пошуково-

рятувальний, радіотехнічний, медичний, психологічного забезпечення (які затверджено у Державній прикордонній службі України) (Перелік, № 373 11.05.2016);

- військовий командний склад, виконавчий склад, військовий зв'язківець, фельд'єгер, спеціалісти з захисту інформації, тощо (затверджені у Державній службі спеціального зв'язку та захисту інформації України) (Наказ, № 545, 2020).

На державному рівні окрім військово-професійної діяльності для чоловіків, також передбачено військові професії для жінок, серед яких: професії забезпечення військ (легка промисловість), інженерія програмного забезпечення, кібербезпека, перекладачі, економіка та фінанси та ін. (Наказ, N 313, 2021).

До видів спеціальностей, які відносяться до військово-професійної діяльності, окрім екстремальних видів військово-професійної діяльності, також включено ряд посад, що не перетинаються з бойовими видами діяльності – це кадрова робота, діловодство, інформаційно-аналітичне забезпечення (журналістика), логістичне забезпечення, комплектування та соціальна робота, психологічна підтримка та ін.

Кожна з професій, залежно від конкретної військової спеціальності передбачає необхідність спеціальних для неї професійних якостей або навичок, фізичної готовності та відповідальності.

Як показує аналіз переліків військових спеціальностей (професій), військова справа може бути пов'язана не лише з бойовими заходами, а й організацією воєнної діяльності, стратегічним плануванням, роботою підрозділів забезпечення та багато ін.

Найважливіші вимоги, які висуваються до осіб для виконання певних видів завдань із забезпечення реалізації державної політики з питань національної безпеки у воєнній сфері, передбачені самими посадовими інструкціями, які затверджені у військових організаціях. Загальні кваліфікаційні вимоги для призначення на посади, окрім професійних

повноважень та прав, включають наявність визначених спеціальних знань, навичок, здібностей, освіти.

Для керівних посад важливим є попередній досвід та специфічна підготовка. Значна увага акцентується на особистісну складову: порядність, щирість (правдивість), комунікабельність, витривалість, безконфліктність, стійкість до спокуси корупцією та зловживання владою.

Структура і сутність особистісних властивостей та їхні вплив на ефективність військово-професійної діяльності

Якість військово-професійної діяльності досягається шляхом чіткого врівноваженого та командування військовими діями.

За С. В. Черевичним, професія військового, а саме командира, передбачає володіння певними особистісними властивостями, відповідними знаннями, вміннями й навичками для прийняття рішень у екстремальних ситуаціях. Дослідник виокремлює три основних особистісних компоненти: емоційно-вольовий, когнітивний, ціннісно-мотиваційний, до яких відносяться специфічні характеристики і відіграють визначальну роль в прийнятті рішення командиром в умовах невизначеності.

Емоційно-вольовий компонент – забезпечує здійснення контролю і регуляції вольових дій, що пов'язані з подоланням труднощів і бар'єрів у прийнятті рішення.

Когнітивний компонент – дозволяє аналізувати: характеристику ситуації невизначеності; наявну інформацію; можливість альтернатив та раціональне оцінювання вибору; шляхи реалізації прийнятого рішення та очікувані наслідки.

Ціннісно-мотиваційний – регулює мотиви і дії у виборі, забезпечення активності й спрямованості на пошук варіанта вибору і досягнення цілей при прийнятті рішення.

Автор зазначає, що гармонійна взаємодія всіх компонентів дають змогу командирів ефективно досягнути мети у прийнятті рішення в умовах ризику у військово-професійній діяльності (Черевичний, 2022).

Аналогічної думки дотримується І. В. Платонов, та додає, що досягнення офіцерами успішних показників у професійній діяльності переважно в екстремальних умовах вимагає високого рівня розвитку психологічної готовності, професійного досвіду, стійкості, сформованості спеціальних здібностей, якостей та властивостей. У своїй праці автор розподілив важливість особистісних якостей для працівників правоохоронної діяльності на такі складові: мотиваційний, професійний, когнітивний й емоційно-вольовий.

Дослідник трактує виділені компоненти наступним чином:

- мотиваційний – характеризується складною системою мотивів (переконаність у вірному виборі, позитивне ставлення до професії, почуття професійного обов'язку, наявність ідеалу гідного наслідування; інтерес до підвищення свого фахового рівня, бажання служити та ін.), які скеровують, посилюють та обумовлюють активність індивіда;
- професійний – підкреслює рівень розвитку професійних знань, навичок і вмінь, наявність практики дій в екстремальних умовах, що необхідні на будь-якому етапі професійної діяльності;
- когнітивний – розумовий розвиток особистості, вроджені або набуті здібності, зумовлюють активізувати пізнавальний процес. Цей процес включає в себе обробку інформації свідомістю, її зберігання, генерацію нових ідей та використання накопиченого досвіду у професійній діяльності;
- емоційно-вольовий – здатність особистості до свідомої регуляції своєї поведінки, дій у будь-яких ситуаціях зазначеної діяльності у відповідності до законів і вимог суспільства (Платонов, 2001).

Згадані компоненти особистісних властивостей можуть розповсюджуватися на всі види військово-професійної діяльності та якісно впливати на її результативність.

Таких самих поглядів дотримується Т. Т. Чегі, й до основних груп «професійно-важливих якостей», що зумовлюють ефективність виконання правоохоронної діяльності відносить такі: професійно-мотиваційні; професійну спрямованість, знання, досвід та навички; інтелектуальні та емоційно-вольові властивості; навички саморегуляції; фізичні якості; моральні властивості та переконання. До складових загальної системи особистісних властивостей автор відносить три взаємозумовлені і взаємозалежні підструктури, такі як функціональна (включає мотиваційний, когнітивний та операційний компоненти), емоційна та особистісна. Разом з тим, дослідник додає до групи властивостей компонент сенсомоторної сфери. Автор наголосив, що швидка реакція на зорові, слухові, тактильні, рухові та інші подразники; здатність до координації рухів, до формування складних сенсомоторних комплексів; точність рухів забезпечують моментальну реакцію до швидких дій в умовах дефіциту часу тощо (Чегі, 2008).

В. І. Осьодлом, домінуючими ознаками функціональних станів військових операторів в умовах бойового чергування виділяє: оперативну пам'ять, психофізіологічні функції слухового аналізатора (слухова пам'ять), високу емоційно-вольову стійкість, здатність до саморегуляції, перевага процесуальних мотивів діяльності (Осьодло, 2001).

На думку С. І. Нехаєнко, військово-професійна діяльність підрозділів морально-психологічного забезпечення Збройних сил України, висуває певні вимоги до психологічних властивостей офіцера, серед яких: висока психічна стійкість; емоційно-вольова витривалість; адекватне реагування на ситуації; професійне мислення; мотивація, професійна суб'єктивність; прийняття управлінських рішень; ставлення до військової професії; військово-професійна підготовленість, досвід. Завдяки дослідженням автора, у даному переліку знаходить своє відображення ще один з компонентів, що може виступати чинником успішної військово-професійної діяльності – це ставлення до військової професії. Автор наголошує, що зазначене є

визначальною передумовою успішності військово-професійної діяльності (Нехаєнко, 2021)

У процесі дослідження характеристик військовослужбовців, що зумовлюють успішність їхньої діяльності в екстремальних умовах О. Паливода розглядає два варіанти. Перший у нетривалому перебуванні в умовах бойових дій значення набувають передусім, психофізіологічні властивості та емоційно-вольові якості, а також сформованість мотивації й готовність до дій в умовах впливу стресових факторів. У другому варіанті – у разі, коли така діяльність досить тривала – тоді йдеться про необхідність розвинених у військовослужбовців морально-вольових та інтелектуальних властивостей, навичок самооцінки, саморегуляції, рефлексії та самовдосконалення (Паливода, 2018).

На думку О. О. Самойленко, ефективність будь-якої діяльності залежить від знань, вмінь людини, її інтелекту, й від рівня її самооцінки. Автор виокремлює компоненти в контексті індивідуально-особистісних (наприклад, когнітивний, емоційно-вольовий, мотиваційний, регуляторний, операційний), соціально-психологічних (наприклад, компоненти міжособової та професійної взаємодії, адаптаційний) та генетичних (наприклад, задатки та здібності як результат формування, темперамент та інші психофізіологічні якості) особливостей особистості (Самойленко, 2018).

О. І. Юркова, наголошує на важливості людського чинника під час бойових дій і стверджує, що готовність збройних сил насамперед залежить від інтелекту і правильних міркувань військовослужбовців. В ході дослідження визначає компоненти, які є основою для психологічної готовності військовослужбовців танкових підрозділів до виконання воєнних завдань. Так, авторка визначає когнітивний критерій, який включає показники властивостей мислення та особистісної креативності; мотиваційний критерій, що містить показники професійної мотивації та групової мотивації; емоційно-вольовий критерій репрезентує показники стресостійкості та вольового потенціалу; функціональний критерій розкриває

показники рівня переключення уваги, властивості сенсомоторних навиків; індивідуальні риси, які включають показники підпорядкованості, товариськості, самоконтролю, чутливості та консерватизму (Юркова, 2023)

На думку А. Klang, ефективність професійної діяльності, у всіх типах професій, це багатфакторний конструкт, який вказує на те, наскільки добре люди виконують свої робочі завдання та наскільки добре їм вдається опанувати вирішення проблем у конкретних робочих ситуаціях. Зокрема, стосується використання людиною своїх універсальних п'яти рис особистості, таких як: відкритість до досвіду; зговірливість; екстраверсія; сумлінність та невротизм. Інші властивості особистості, такі як цілеспрямованість, життєвий досвід, можуть вказувати на те, наскільки добре люди використовують свої ресурси, якою мірою вони витрачають час і енергію та наскільки добре вони вживають заходів для виконання своїх робочих завдань (Klang, 2012).

Проаналізовані погляди вищезазначених авторів на елементи і блоки особистісних властивостей варіюють від автора до автора. Окремі властивості називають: характеристиками, рисами, диспозиціями, особливостями характеру, якостями, дімензіями, факторами особистості. Блоки мають тотожні синоніми, та можуть називатися компонентами, складовими, сферами, інстанціями, аспектами або підструктурами. Більшість елементів є поки теоретичними поглядами, і лише деякі, побудовані з використанням емпіричних методів.

Кожна розглянута теорія дозволяє побудувати одну або кілька структурних моделей особистості для прогнозування ефективної військово-професійної діяльності. Це свідчить про багатогранність і незавершеність наукового дискурсу щодо структури особистісних властивостей.

Здійснене нами узагальнення численних наукових підходів щодо змісту понять особистісних властивостей, які створюють підґрунтя до ефективної військово-професійної діяльності наведено у табл. 1.1.

ПЕРЕЛІК
груп особистісних властивостей, які впливають на ефективність
військово-професійної діяльності

Автор наукового джерела	Предмет дослідження	Групи особистісних властивостей
Черевичний С.В. (2022)	Прийняття рішення в умовах невизначеності	Емоційно-вольовий, когнітивний, ціннісно-мотивційний, інтелектуальні здібності
Платонов І.В. (2001)	Психологічна готовність до військової служби	Мотиваційний, професійний досвід, когнітивний, емоційно-вольовий, здібності
Чегі Т.Т. (2008)	Психологічні чинники ефективності навчально-службової діяльності курсантів-правоохоронців	Професійно-мотиваційний, спрямованість, знання, досвід, інтелект, здібності, емоційно-вольовий, саморегуляція, сенсомотрні якості, моральні властивості та переконання
Осьодло В.І. (2001)	Професійна діяльність військових операторів	Пам'ять, психофізіологічні функції, емоційно-вольова стійкість, саморегуляція, мотивація діяльності
Нехаєнко С.І. (2021)	Військово-професійна діяльність офіцерів в системі морально-психологічного забезпечення	Психічна стійкість, емоційно-вольова витривалість, професійне мислення, мотивація, прийняття управлінських рішень, ставлення до військової професії
Паливода О.О. (2018)	Характеристики особистості, які впливають на поведінку в екстремальних умовах	Психофізіологічний, емоційно-вольовий, морально-вольовий, інтелектуальний, саморегуляція, самооцінка
Самойленко О.О. (2018)	Психологічна готовність військовослужбовців до ведення бойових дій	Когнітивний, емоційно-вольовий, мотиваційний, операційний, здібності, знання, інтелект, самооцінка, темперамент, міжособистісна та професійна взаємодія
Туз О.С. (2021)	Ефективність управлінської діяльності в умовах змін	Когнітивний, мотиваційний, особистісний, регулятивний, професійний досвід
Юркова О.І. (2023)	Готовність військовослужбовців до виконання бойових завдань	Когнітивний, мотиваційний, емоційно-вольовий, функціональний, індивідуально-психологічні якості, інтелект
Klang, 2012	Взаємозв'язок між рисами особистості та ефективністю трудової діяльності	відкритість до досвіду; зговірливість; екстраверсія; сумлінність та невротизм; цілеспрямованість, життєвий досвід

Отже, аналіз науково-джерельної бази показав, що автори різнопланових досліджень у цій сфері сходяться до єдиної думки про взаємодію певних складових в індивідуальних властивостях кожної особи, навіть попри те, що ці автори дотримуються різних поглядів щодо складу самих компонентів та характеру зв'язку між ними.

Однак розглянувши погляди науковців на особистісні властивості, які мали б значення для ефективності військово-професійної діяльності, маємо відзначити, що єдиної структури та «універсального» набору компонентів, які б підходили для всіх видів військової справи не існує.

Значення ціннісно-мотиваційних, емоційно-вольових, когнітивних, інтелектуальних, особистісних та професійних властивостей для ефективності військово-професійної діяльності

Військово-професійна діяльність супроводжується раптовістю, неочікуваністю, масштабністю, що як об'єктивно, так і суб'єктивно, є джерелом психічної напруженості. Проблема прогнозування поведінки людей, що виконують професійну діяльність в екстремальних умовах, а також оцінка збереження їх працездатності привертає увагу багатьох дослідників.

Опираючись різні вищезгадані підходи учених до проблеми значення особистісних властивостей та психічних станів у військово-професійній діяльності, можемо зазначити, що індивідуальні властивості – це набір компонентів або процесів. Тому, можна виокремити такі особистісні чинники, як: *ціннісно-мотиваційний, емоційно-вольовий, когнітивний, інтелектуальний, особистісний та професійний досвід*, що у сукупності впливають на рівень успішності у військовій справі.

Ціннісно-мотиваційний компонент

На думку Ю. О. Бабаян, мотиваційна готовність до служби в збройних силах характеризується сукупністю суб'єктивних показників, до яких

належать потреби, мотиви, інтереси, установки, ціннісні орієнтації, спрямованість особистості, ідеали (Бабаян, 2017).

За І. М. Козубцевим, на всіх етапах професійного відбору у секторі безпеки і оборони відслідковується ключовий мотиваційний компонент та індивідуальні професійно-ділові якості кандидата для успішного просування по кар'єрних сходах (Козубцев, 2023).

На думку О. С. Туза, структура особистості психологічної готовності керівника оперативного-розшукового підрозділу до управління в умовах змін складається окрім когнітивного, особистісного, діяльнісного та регулятивного компонентів також із мотиваційного фактору. Науковець зазначає, що мотивацією до ефективної реалізації управлінських завдань постає уявлення про можливість задоволення професійних, кар'єрних, особистісних, матеріальних та інших потреб. Також поєднує власне ставлення особи до процесу та результатів професійної діяльності, самоконтроль і самооцінку власної готовності до управління, здатність до розуміння власних помилок та корегування особистісної позиції (Туз, 2021).

Емоційно-вольовий компонент як чинник успішної військово-професійної діяльності військових керівників

М. В. First справедливо стверджує, що люди суттєво відрізняються за своїм характером, настроєм і поведінкою. Крім того, кожна людина змінюється щодня залежно від ситуації (First (2022)).

Можна цілком погодитися з думкою J. J. Blascovich та ін., які зазначають що, військові планувальники завжди включали емоційний елемент у військові навчання та операції (Blascovich & Hartel, 2008), адже емоційні стани людини у військово-професійній діяльності відіграють суттєву роль.

Емоційно-вольовий компонент має два власні складники: волю та емоцію.

Воля (volition), за визначенням у словнику психології Американської психологічної асоціації, це - здатність, за допомогою якої особа вирішує та бере на себе зобов'язання щодо певного курсу дій, особливо коли це відбувається без прямого зовнішнього впливу. Цей термін охоплює важливий комплекс дій з боку особи, зокрема здійснення вибору і прийняття рішення, самоконтроль, вчинення навмисної дії, як також прояв активної, а не пасивної реакції на події. Воля залежить від обмеженого ресурсу, який витрачається кожного разу, коли людина приймає рішення або здійснює контроль (American Psychological Association, n.d.).

На думку В. І. Войтка, воля виконує дві взаємопов'язані функції – спонукальну та гальмівну, що виявляється у спрямуванні активності, її посиленні, а також у стриманості зовнішніх рухів та дій. Вольові дії зазвичай здійснюються зі знанням справи і визначаються усвідомленою необхідністю. Воля виявляється у формі організованих дій, вчинків та поведінки. Суттєвою ознакою вольової дії є вольові зусилля, що переживаються як своєрідне напруження мобілізуючого характеру (Войтко, 1982).

У роботі Dresler et al. (2013) зазначається, що здатність до вольової поведінки традиційно тісно пов'язана з людською свідомістю: вільно діяти означає приймати свідомі рішення. В управлінській діяльності воля може проявлятися у формі таких якостей як, вимогливість, рішучість, самоконтроль, стриманість.

За визначенням Словника психології Американської психологічної асоціації, емоція (emotion) — це складна модель реакції, що включає емпіричні, поведінкові та фізіологічні елементи, за допомогою яких індивід намагається впоратися зі справою чи подією. Специфічна якість емоції (наприклад, страх, сором) визначається конкретною значущістю події. Наприклад, якщо значущість передбачає загрозу, ймовірно буде породжений страх; якщо несхвалення з боку іншої людини, швидше за все, виникне сором. Емоції зазвичай включають почуття, але відрізняються від почуттів

відкритою чи прихованою взаємодією зі світом (American Psychological Association, n.d.).

Т. Є. Храбан та О. В. Сілко зазначають, що для військовослужбовців важливо вміти розпізнавати свої емоції та керувати ними, адже в умовах бойового та військово-професійного стресу у психологічному стані постійно присутні чинники, які можуть викликати емоційну збудженість або моральну втому, пригніченість та байдужості до того, що відбувається (Храбан & Сілко, 2022).

Із зазначених складників емоційно-вольового компоненту формується психічна стійкість, яка вважається однією із найважливіших властивостей особистості у її здатності до професії військового керівника.

За тлумаченням Американської психологічної асоціації, психологічна стійкість (анг. *resilience*) є процесом і результатом успішної адаптації до важких або складних життєвих переживань, особливо завдяки розумовій, емоційній та поведінковій гнучкості і пристосуванню до зовнішніх і внутрішніх вимог. Низка факторів впливає на те, наскільки добре люди адаптуються до негараздів. Основними серед цих чинників є ставлення людей до сприйняття навколишнього світу і взаємодії з ним, доступність і якість соціальних ресурсів, та вміння подолання негараздів (American Psychological Association, n.d.).

В колі термінів, які суміжні з терміном психологічна стійкість, інколи вживається в оригіальному вислові іншомовний термін «резилієнс», що ототожнюється як із стресостійкістю так і з життестійкістю. Науковцями Д. Асоновим та Хаустовою, «резилієнс» розглядається як певна стійкість до стресового впливу, збереження стабільного функціонування під впливом стресу, самоконтроль, розуміння своїх емоцій, протистояння, захист. Резилієнс виступає як фактор опанування, подолання психотравмуючого впливу. На думку авторів «резилієнс» є процесом відновлення, повернення до початкового стану вже після початку руйнівної дії стресу, а

стресостійкість є властивістю особистості, що перешкоджає руйнівному впливу стресу (Ассонов & Хаустова, 2019).

Поруч із терміном психологічна стійкість в українському військовому та психологічному мовному середовищі використовується низка близьких за значенням термінів, зокрема «стресостійкість», «емоційна стійкість», «життєстійкість», «резилієнс», «витривалість», «психологічна пружність», «нервово-психічна стійкість», для оцінки психічного стану людини, характеристики її вразливості до стресових факторів, її здатності ефективно функціонувати у військово-професійній діяльності.

А. В. Кириченко трактує психологічну стійкість як готовність та підготовленість, що відображають налаштування психіки для подолання несподіваних труднощів та досягнення визначеної мети. На думку ученого, на психологічну стійкість впливає низка чинників, а саме: позитивне ставлення до військової служби, впевненість у своїх силах, висока самооцінка, високий рівень інтелекту, професійна підготовленість, належний морально-психологічний клімат у підрозділі (Кириченко, 2023).

А. Є. Левенець, досліджуючи «психологічну стійкість» у трудовій діяльності працівників кримінально-виконавчої служби, зазначив, що від особистісних характеристик індивіда залежить форма поведінки в різних стресових професійних ситуаціях. Оскільки працівники кримінально-виконавчої служби в силу особливостей професійної діяльності практично постійно стикаються з дією стресових чинників, їхня професія має підвищені вимоги до психічних якостей працівників задля забезпечення ефективності виконання професійної діяльності в екстремальних умовах (Левенець, 2015).

О. М. Кокун та ін., зазначають, що психологічна стійкість – це процес взаємодії життєвого досвіду та поточного контексту життя людини, що дозволяє успішно адаптуватися в умовах ризику, критичних обставинах та відновлюватися в ситуаціях ризику, викликів, небезпеки, складності й негараздів. Психологічна стійкість є комплексною та цілісною характеристикою особистості, яка проявляється у здатності адаптуватися в

реакціях до несприятливого впливу зовнішніх і внутрішніх факторів. Психологічна стійкість проявляється у здатності ефективній та оптимальній моделі поведінки відповідно до об'єктивних вимог, саморегуляції, саморозвитку та самокорекції. Як правило, в оперативно-бойових операціях труднощі та напруженість суттєво зростають. Такі умови несення служби вимагають гнучкості та психологічної стійкості військовослужбовця задля подолання психологічної напруги в умовах, що виникли. Функціональною ознакою психологічної стійкості є продуктивність (успішність) професійної діяльності. Автори пояснюють це тим, що психологічна стійкість відіграє важливе значення в плані підтримки придатності військовослужбовців та командного складу до служби, дозволяє з рівновагою та стабільністю продовжувати свої професійні обов'язки (Коkun та ін., 2022а).

Дослідники американського аналітичного центру «Інститут вивчення війни» (Institute for the Study of War, ISW) зазначають високий рівень психологічної стійкості українських військовослужбовців, які зуміли зупинити ворожий наступ на початку повномасштабної війни і продовжують обороняти територію країни. У своїх публікаціях ISW наголошує, що загрозливі дії противника «не викликають паніки серед українських військовослужбовців» (Institute for the Study of War, n.d.).

Із психологічною тісно переплітається емоційна стійкість. М. Й. Варій, розглядає емоційну стійкість, як здатність емоційно сильно не збуджуватись у ситуаційних умовах, придушувати емоційні реакції, самоконтролювати їх. Тобто відсутність схильності до частої зміни емоцій. Автор пов'язує емоційну стійкість зі здатністю придушувати емоційні реакції, тобто це сила волі, яка виявляється в терплячості, наполегливості, самоконтролі, витримці (самовладанні), що зумовлюють до стабільності та ефективності будь-якої діяльності (Варій, 2008).

Інші автори, зокрема В. М. Корольчук, використовує термін «стресостійкість». На думку авторки, стресостійкість особистості виявляється у здатності індивіда адекватно відображати стресогенні фактори,

здатності аналізувати й пов'язувати прийняття реальних характеристик стресора з функціонально-адекватними реакціями, а також наявністю відповідних дієвих переконань або професійних правил поведінки. Висока стресостійкість забезпечує успішність виконання професійних обов'язків в екстремальних умовах, збереження працездатності і здоров'я особистості після впливу екстремальних факторів зовнішнього середовища (Корольчук, 2010).

Науковці-дослідники лабораторії вікової психофізіології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН, вважають феномен індивідуальної життєстійкості інтегральною особистісною рисою, яка може бути важливим фактором для психологічного відбору та військово-професійної підготовки. Перевагою життєстійкості є те, що на відміну від багатьох особистісних характеристик, така особистісна властивість як життєстійкість уможливорює успішність подолання життєвих перепонів, сприяє зменшенню виснаження, підвищенню мотивації перед проведенням військових операцій, спонукає до ефективних дій під час них. Ця властивість пришвидшує відновлення після бойових дій. Вираженість життєстійкості характеризує спроможність особистості витримувати стресову ситуацію, зберігаючи внутрішню збалансованість і не знижуючи рівень успішності діяльності (Кокун, Клименко & Корніяка, 2021).

Згідно з поглядами К. М. Березяк, життєстійкість особистості – це вміння ефективно існувати всупереч життєвим перешкодам і труднощам, здатність чинити опір руйнації, вміння впоратися з важкими життєвими ситуаціями, захищати свою цілісність (Березяк, 2019).

За Н. М. Матейко «життєстійкість» характеризується здатністю особистості витримувати ситуацію гострого або хронічного стресу, зберігати внутрішню збалансованість не знижуючи успішності діяльності. На думку авторки життєстійкість є фундаментом особистісних рис та перешкоджає появі внутрішньої напруги в стресових ситуаціях за рахунок стійкої спрямованості на долавання стресу. Дослідниця припускає, що конструкт

життєстійкості складається з таких автономних компонентів як: залученість, контроль та прийняття ризику. Залученість дає можливість відчувати себе значущим і цінним, повністю включатися в розв'язання завдань. Контроль – це переконаність у спроможності впливати на хід подій власного життя, пошуку дієвих шляхів досягнення результату навіть тоді, коли абсолютний успіх не гарантовано. Суть прийняття ризику полягає в сприйнятті особистістю життєвих подій та проблем як виклику і випробування особисто для себе (Матейко, 2022).

Д. С. Зубовський, використовуючи термін «життєстійкість» вказує на систему диспозиційних переконань людини (про себе та світ), яка в залежності від вираженості дає змогу більш успішно реагувати на виклики стресових ситуацій. За його твердженням, диспозиція включає три відносно автономних компоненти: залученість, контроль та прийняття ризику. Виразність цих компонентів, а також життєстійкості в цілому, перешкоджає виникненню внутрішнього напруження у стресових ситуаціях завдяки стійкому подоланню стресів і сприйняттю їх як менш значущих. Особи з високим рівнем життєстійкості є цікавими та активними, вони вважають, що можуть впливати на події та очікують викликів життя, які можливо подолати через особистісний розвиток (Зубовський, 2019).

У своєму дослідженні О. Ю. Богуш та О. О. Корнійчук доводять, що в умовах бойових дій ключовою емоційно-вольовою властивістю виступає впевненість у своїх силах, яка впливає на віру в успіх і здатна змінювати поведінку військовослужбовця відповідно до нових умов служби, а також сприяє ефективному прийняттю рішень. Автори підкреслюють, що військовий лідер, який проявляє впевненість у собі та особистісну готовність, краще справляється з невизначеністю та мотивує підлеглих до активних дій (Богуш, Корнійчук, 2023).

Отже, розвинений емоційно-вольовий компонент створює умови до якісного виконання військово-посадових обов'язків, забезпечуючи правильність вибору у реагуванні на екстремальні ситуації, усвідомлене

використання набутих знань, збереження самоконтролю, та переналаштування у службовій діяльності із найменшими психологічними стресами у разі непередбачуваних перешкод.

Когнітивний компонент

Когнітивний компонент у військовій діяльності впливає на чіткість розуміння поставлених завдань та вибудову шляхів та методів їх виконання, усвідомлення їх значущості, прогнозування можливих змін із задіянням власних внутрішніх ресурсів.

За С. П. Дерев'янку, когнітивний елемент зорієнтований на процес пізнання, мислення, уяву та відображення образів, запам'ятовування та відтворення інформації, набуття, збереження, розвиток, відчуття, увагу та зосередженість, уявлення та відтворення, сприйняття, прагнення до осмислення психологічних явищ, та застосуванню людиною набутих знань, зв'язок мовлення та мислення (Дерев'янку, 2021).

За словами М. Й. Варія когнітивні теорії особистості виходять з розуміння людини як «розуміючої, аналізуючої» оскільки людина перебуває у світі інформації, яку треба зрозуміти, оцінити та використати (Варій, 2008).

Згідно з теорією Д. Б. Роттера, когнітивні чинники, зокрема очікування певних подій, суб'єктивна оцінка своєї поведінки та мотивація, відіграють ключову роль у формуванні реакції людини на впливи навколишнього середовища (Rotter, 1982).

У трактаті Сунь Цзи «Мистецтво війни» йдеться про певний «резонанс» (відчуття одного цілого), що виникає значною мірою несвідомо, завдяки дзеркальним нейронам та циркуляції веретеноподібних нейронів. Автор зазначає, що перемога можлива на боці команди, яка психологічно уміє створити відчуття єдиного цілого та культивування відчуття перемоги ще до початку битви (Сунь Цзи, переклад 2016).

С. Ф. Костів вважає, мислення – це генерування думок, що є важливим для військової управлінської діяльності (Костів, 2020).

На думку О. І. Юркової важливими у військово-професійній діяльності є процеси оперативного мислення, яке репрезентує процеси вирішення практичних завдань. Внаслідок такого мислення формується модель передбачуваної діяльності. Дослідниця вбачає у оперативному мисленні ряд специфічних особливостей: це єдність процесів сприймання й осмислення ситуації, процес прийняття рішення, який поєднується з процесом його виконання. Також під час мислення формується проекція відповідальності за прийняття рішення. Тобто оперативне мислення відіграє значну роль в екстремальних умовах і пов'язане з виробленням принципів та правил вирішення завдання, визначення послідовності дій у кожному конкретному випадку (Юркова, 2023).

За Г. В. Бондаревим та ін., когнітивні (мисленневі) процеси виконують функцію пізнання, розуміння та відображення навколишнього світу. Знаряддям комунікації в колективі постає мислення і мова, як спосіб передачі думок. Наприклад: при розвинених уяві та мисленні військовий керівник, працюючи з колективом, проектує особистість кожного підлеглого, передбачає його вчинки (Бондарев, 2020).

Інтелектуальний компонент

С. В. Черевичний, зазначає, що інтелектуальна складова командира у прийнятті рішення полягає в умінні не лише діяти нешаблонно, щоб спантеличити противника, а й в умінні продумувати свої дії та дії противника на кілька кроків уперед, тим самим нівелюючи для себе й створюючи для противника умови невизначеності. Особливість інтелектуальної праці командира полягає у значній кількості інформації, що потребує аналізу. Окрім того, командиром визначається чіткість заходів службової діяльності (планів, комбінацій, рішень) (Черевичний, 2022).

За теорією С. П. Дерев'янка, «інтелект» означає сукупність базових когнітивних процесів обробки інформації. Інтелектуальні здібності – це властивість інтелекту, що характеризує успішність інтелектуальної діяльності в конкретних ситуаціях з точки зору правильності та швидкості обробки інформації в умовах розв'язання задач, оригінальності й різноманітності ідей, глибини і темпу навчання. Ці здібності також проявляються у вияві індивідуалізованих способів пізнання (Дерев'янка, 2021).

На думку І. О. Москальова, саме інтелект дає здатність суб'єкту діяльності сконструювати особистісні та професійні парадигми світу, які, в свою чергу, відображають його суб'єктивне творення навколишньої дійсності, здатність реорганізовувати, формувати і розвивати свій індивідуальний досвід, що виявляється у взаємодії з навколишнім світом (Москальов, 2020).

П. Д. Шумейкер визначає основним компонентом військового лідера, яка б не було його роль, саме інтелектуальні здібності, що допомагають осмислювати рішення та здобувати знання, необхідні для виконання завдання. За твердженнями автора, інтелект військового лідера опирається на ментальні тенденції та ресурси, що формують здібності, які застосовуються для виконання обов'язків. Концептуальні здібності уможливають раціональне судження перед плануванням та прийняттям рішень. Інтелект дозволяє думати творчо, аналітично, критично, етично, та із чутливістю до культурних особливостей, що дозволяє передбачити як неочікувані, так і аналізувати прогнозовані наслідки на 3-4 кроки наперед (дія-реакція-контрдія). Військові лідери повинні враховувати, яких наслідків вони прагнуть добитись своїми рішеннями (Шумейкер, 2006).

Задля багатогранного розгляду значення особистісних властивостей, доцільно також приділити увагу окремим поглядам науковців щодо природи та сутності емоційного інтелекту і проаналізувати його роль у ефективності військово-професійній діяльності.

На думку Д. Гоулмана, певні психологічні напрацювання та вміння, що закладені в основі емоційного інтелекту формують характер (тобто проростання властивостей особистості, які проявляються в діяльності та спілкуванні) який виступає необхідною психологічною силою для моральної професійної поведінки. Емоції, зокрема негативні, можуть спрямовувати увагу на їх виклик, заважаючи зосередитися. Коли емоції перешкоджають сконцентруватися, це може позначитися на здатності мозку утримувати необхідну інформацію для успішного виконання завдань (Гоулман, 2019).

За ствердженням В. О. Тюріної, емоційний інтелект визначається як здатність правильно розуміти, контролювати, аналізувати як власні почуття й емоції, так і інших людей. Коли руйнується рівновага емоцій, виникають реакції страху, збудження, злості, що веде до неадекватного сприймання ситуації та прийняття неправильних рішень. (Тюріна, 2019).

Ю. І. Гулий та ін. зазначають, що високі досягнення людини, її особистісні властивості мають першочергове відображення на рівень успішної професійної діяльності та тісно пов'язані із ступенем розвитку у неї емоційного інтелекту. На думку автора для пожежних-рятувальників з високим рівнем успішності професійної діяльності, визначаються такі «професійно-важливі якості» як відкритість, проникливість, емоційна пластичність, вміння контролювати свою поведінку та психічний стан, впевненість у собі, стриманість та розсудливість тощо. Отже, для здійснення успішної професійної діяльності в екстремальних умовах, невід'ємним компонентом особистісних властивостей є емоційний інтелект (Гулий та ін., 2012).

На думку О. В. Сем'ян, емоційний інтелект необхідний у будь якій професійній діяльності, насамперед що передбачає комунікації з людьми. Автор здійснив аналіз щодо вміння особи свідомого управління своїми емоціями та взаємовпливу між вирішенням задач в процесі службової діяльності. На його думку, ефективність професійної діяльності виключно залежить від інтелекту, компетентності, самореалізації, здатності мотивувати

себе та інших. Інтелект визначає характерні риси особистості, її здатність вирішувати різноманітні завдання, ставлення до праці, комунікативні навички і спроможність працювати у колективі. Разом з тим, емоційне невдоволення або збудження особи, може супроводжувати конфлікти (Сем'ян, 2014).

Слушна думка В. В. Лагодзінського та ін., які особливо визначають, що емоційний інтелект є інтегративною властивістю особистості, яка передбачає взаємодію з різними структурними компонентами психологічної готовності військовослужбовців до професійної діяльності. Емоційне лідерство дозволяє гуртувати підрозділ та управляти бойовою командою. На думку авторів, розвинений емоційний інтелект вкрай необхідний для ефективної роботи в команді, встановлення відносин на основі довіри, здійснення ефективної комунікації, порозуміння та досягнення визначеної мети. Загалом емоційний інтелект розвиває гнучкість та адаптивність у вирішенні більшості службово-бойових питань, що пов'язані з людьми та комунікаціями (Лагодзінський та ін., 2022).

Володіння своїми емоціями, унікальними знаннями та характеристиками стає умовою підвищення ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовця, його конкурентоспроможності поміж інших осіб у досягненні високих результатів. Емоційний інтелект для певних військових професій має певні переваги над іншими рисами, оскільки зазначена властивість дає здатність розуміти і контролювати як власні емоції так і оточуючих.

Особистісний компонент

За Г. О. Нікітенко, одним з найтипівіших особистісно-професійних компонентів для успішної військово-професійної діяльності є саме «особистісний компонент», що визначається індивідуальними рисами, адаптованими до вимог конкретної воєнної сфери. Цей аспект відображає

набір індивідуально-особистісних рис, обумовлених специфікою діяльності. Він є фундаментальною основою для формування стійких психічних явищ, що дозволить особі подолати зовнішні і внутрішні перешкоди в досягненні цілей військово-професійної діяльності. На думку дослідниці, особи схильні до експресивності, легко ставляться до життя, мають інтерес до різних сфер діяльності, не проявляють аутичних (проблем у спілкуванні) чи паразитарних стратегій. Ті, хто має низький рівень цього фактора, виявляють замкнутість, скритність, віддають перевагу своїм інтересам та стабільності. Також уникають вольових зусиль та гнучкості, що призводить до того, що вони складно переносять зміни в житті та службовій діяльності (Нікітенко, 2020).

Поділяємо погляди О. В. Торічного та ін., котрі стверджують, що «особистісний складник» - це комплекс особистісних якостей, на яких ґрунтується високий рівень професійної діяльності. Цей аспект охоплює певний рівень інтелектуального розвитку, творчу уяву, психологічну підготовленість для активної дослідницької роботи, готовність до прийняття нових ідей, рефлексивність; працьовитість та аналітичність розуму. Також важливі вміння концентруватися, інтуїція, впевненість у власних здібностях і підтвердження їх в реальній військово-професійній діяльності (Torychnii & Denysenko, 2022).

S Bekesiene та ін., встановлюють пряму залежність між параметрами «особистості» та військовим результатом. Ураховуючи специфіку військового середовища як стресового фактору, важливо брати до уваги особистісний аспект, пов'язаний з витривалістю та психологічною стійкістю, який значно впливає на особистісні показники військовослужбовця. Військові з різними рисами особистості можуть реагувати на стрес та психологічну стійкість в екстремальній обстановці по-різному. Автори зазначають про важливість механізму, що лежить в основі поведінки військових в стресовому середовищі, враховуючи параметри «Великої п'ятірки» які описують риси особистості. Вони доводять, що вищий рівень екстраверсії та сумлінності передбачає краще вирішення проблем і

когнітивну реструктуризацію. У той час як нейротизм негативно пов'язаний з цими факторами, що справляє прямий негативний вплив на військову працездатність і послаблює позитивний ефект витривалості при слабо виражених особистісних якостях. Таким чином, реакція на стрес та ефективність військово-професійної діяльності залежать від особистісних властивостей (Bekesiene, Smaliukienė, & Kanapėskaitė, 2023).

Професійний компонент

Кожна військова спеціальність вимагає унікальних професійних якостей, навичок, певної підготовки і освіти. З цього випливає, що особисті професійні характеристики мають важливе значення і можуть впливати на відповідність вимогам конкретної професії в армії, а також на ефективність та успішність виконання завдань у певному військовому напрямку.

На думку J. Томеру, армія, яка рекрутує висококваліфікованих фахівців для військової служби, не ставить під загрозу військову силу та обороноздатність країни. Автор підкреслює тісний зв'язок між високим рівнем професіоналізму та розумовими здібностями, що проявляється у виконанні їхніх обов'язків на більш високому рівні якості. Ці військові ефективніше використовують технічне обладнання та зброю порівняно з менш кваліфікованими колегами. Отже, підрозділи та армії, що складаються з таких фахівців, стають більш ефективними (Томеру, 2022).

Згідно з дослідженням M. Lewińska, ефективне військове керівництво базується на поєднанні організаторських та комунікативних здібностей. Вона підкреслює, що спілкування є невід'ємною складовою військового управління, оскільки забезпечує узгодженість дій, підвищує рівень довіри в колективі та сприяє ефективному виконанню завдань. Комунікація у військовому середовищі є процесом взаємодії між командиром і підлеглими, що забезпечує чіткість наказів, координацію дій та підтримку дисципліни. Водночас організаторські здібності командира дозволяють оптимально

розподіляти обов'язки, планувати операції та ухвалювати стратегічні рішення. (Lewińska, 2016).

Також одним із наукових досліджень, що розглядають комунікативні та організаторські здібності як важливі професійні якості у військовій діяльності, є робота Т. Касаля. Автор наголошує, що ефективне командування ґрунтується на поєднанні лідерських, організаторських та комунікативних навичок (Kasala, 2016).

На думку Stepanov et al. (2019), комунікативні та організаторські здібності є ключовими для командної роботи офіцерів та необхідними у міжособистісних стосунках в армії. Дослідники підкреслюють, що навички співпраці та групова динаміка серед офіцерів і солдатів відіграють критично важливу роль у військовому керівництві та виконанні особливих завдань. (Stepanov et al., 2019).

Н. Ю. Тробюк, визнає професійною якістю офіцера Збройних сил України «толерантність». Цей елемент розглядається як один з чинників, що визначає готовність військового до активної професійної діяльності у міжнародних операціях з підтримання миру і безпеки. Також він розглядається як необхідна складова соціально-комунікативної компетентності військового фахівця. Ця думка виражає ідею, що «толерантність у військовому кластері» означає правильне розуміння, різних форм самовираження та способів прояву людської індивідуальності». Продовжуючи думку, автор стверджує, що важливим аспектом професійного компоненту є вміння бути гнучким, терплячим, доброзичливим, комунікабельним, толерантним і дипломатичним, а також відкритим для діалогу. Крім того, необхідно мати навички ефективного розв'язання службових та життєвих проблем, проявляючи продуктивну активність та креативність, дотримуючись меж професійної поведінки (Тробюк, 2021).

Професійний компонент військового, за думкою О. С. Колесніченка, визначається декількома ключовими властивостями. Зокрема автор припускає, що важливими факторами для успішної військової діяльності є

наступні професійні властивості: особисте ставлення до професійної справи; усвідомлення себе як субекта військового співтовариства. Також, володіння навичками і методами виконання професійних завдань, наявність необхідних знань, умінь та навичок для вирішення професійних завдань, моделювання власної діяльності, адаптація до труднощів, відчуття професійних ролей відповідно до умов оперативної обстановки. Все це є передумовами для успішної військово-професійної діяльності (Колесніченко, 2011).

Модель професійно-значущих особистісних властивостей військовослужбовців

У межах існуючих наукових підходів було здійснено узагальнення складових багатовимірної моделі особистісних властивостей, які впливають на поведінку військовослужбовців і, відповідно, сприяють або перешкоджають досягненню цілей у військово-професійній діяльності.

На основі аналізу наукових підходів виділено основні блоки особистісних чинників, що визначають ефективність професійної діяльності військовослужбовців. До них належать: *ціннісно-мотиваційний блок* (моральні переконання, професійна спрямованість, ставлення до військової служби); *емоційно-вольовий блок* (саморегуляція, стресостійкість, емоційна стабільність); *когнітивний блок* (інтелект, пам'ять, мислення, здатність до навчання); *особистісний блок* (самоефективність, суб'єктивність, соціальна зрілість); *професійний блок* (знання, навички, здібності, управлінська компетентність).

З урахуванням розглянутих теоретичних підходів та з метою подальшого дослідження впливу цих чинників на ефективність військово-професійної діяльності було розроблено узагальнену модель професійно значущих особистісних властивостей військовослужбовців, яка представлена на рисунку (рис. 1.2).



Рис. 1.2. Модель професійнозначущих особистісних властивостей військовослужбовців для ефективності військово-професійної діяльності

Особистісні властивості, які можуть негативно впливати на ефективність військово-професійної діяльності

У секторі безпеки та оборони при підборі кандидатів на навчання та службу значна увага приділялася вивченню психологічних особливостей та їх значенню для ефективності військово-професійної діяльності. За допомогою психологічних методик проводиться професійно-психологічний відбір під час якого досліджується тип вищої нервової діяльності, особистісні властивості, мотивація до військової служби та інше. На основі отриманих результатів визначалася придатність кандидата до навчання або військової служби.

Відповідно до інструкцій професійно-психологічного відбору кандидатів на військову службу до військових формувань України, важливим чинником визначається вмотивованість осіб до проходження військової служби (Інструкція № 272, 2022; Інструкція № 479, 2024).

На думку І. М. Козубцова, невмотивованих кандидатів не варто розглядати на військову службу, оскільки їх внутрішня мотивація не зорієнтована на набуття стресостійкості та готовності, як офіцера, до професійної діяльності в умовах бойових дій, пов'язаних з високим ризиком

для життя. При найменшій можливості такі особи проявлятимуть небажання виконувати свої посадові обов'язки. (Козубцов, 2023).

Одним із важливих аспектів професійно-психологічного відбору є оцінка рівня розвитку таких компонентів особистості, як мотивація до професійної діяльності, критерії особистісних якостей, комунікаційні навички, вміння працювати в команді та стресостійкість. Наприклад, для проходження підготовки диспетчерів управління повітряним рухом в Україні, Державною авіаційною службою України, враховуються зазначені характеристики. Низький рівень цих компонентів може перешкодити проходженню професійного відбору. За результатами оцінювання кандидатів на службу, визначається їхня придатність до обраного виду діяльності. (ДАСУ, 2014).

Також оцінюється придатність або непридатність кандидата до навчання в галузевому вищому військовому навчальному закладі Служби безпеки України під час професійно-психологічного відбору. В рекомендаціях особлива увага приділяється вивченню інертності психічних процесів, зокрема швидкості чи уповільненості їх протікання. Недостатність психічних (пізнавальних) процесів, таких як мислення, пам'ять та увага (що оцінюються за допомогою загальноприйнятих методик), може в ряді випадків ускладнювати навчання військовій справі або негативно впливати на подальшу службу (СБУ, 2012).

Рівень самоконтролю та розвинені вольові якості відіграють важливу роль для кандидатів на службу в Управління державної охорони України. Навіть наявність акцентуацій характеру не завжди є суттєвим протипоказанням. За сприятливих умов діяльності особи з акцентуаціями можуть ефективно виконувати професійні обов'язки без негативного впливу на службову діяльність. Однак у разі значної невідповідності характерологічних особливостей умовам служби може відбутися зрив адаптаційних механізмів із загостренням акцентуованих рис характеру, що, своєю чергою, може спричинити соціальну дезадаптацію. Визначення

придатності або непридатності кандидата до військово-професійної діяльності здійснюється відповідними фахівцями з урахуванням психологічних особливостей та специфіки служби (УДОУ, 2010).

Ознаками непридатності до проходження військової служби може виступити низька стійкість до бойового стресу, вірогідність нервово-психічних розладів, порушення поведінкової реакції, схильність до окремих видів девіантної поведінки (алкогольна, хімічна або навіть релігійна залежність), психічна нестійкість (особливості мови, страх, тремор) (Методичні рекомендації ЗСУ, 2015).

Низький рівень володіння мовою та недостатні риторичні навички можуть значно ускладнити виконання окремих військово-професійних завдань, особливо в умовах, що вимагають чіткої та ефективної комунікації. Обмежений словниковий запас та використання коротких ізольованих фраз із частими паузами можуть негативно впливати на точність вибору виразів та артикуляцію під час прийняття командних рішень або обміну службовою інформацією. За твердженнями К. В. Котелевець, серйозна ефективна професійна діяльність військового починається з досконалого володіння культурою мовлення, що гарантує фахівцю успіх у ділових відносинах. Висока культура мовлення військовослужбовця полягає в досконалому володінні літературною мовою та дотриманням всіх правил та норм спілкування. Військова професія вимагає чіткості, точності, узгодженості під час віддання наказів та звітування про виконання здійснених заходів. Основними ознаками культури мовлення військовослужбовця є правильність лексики, чистота висловлювань, логічність у складі мовлення, змістовність, а найголовніше виразність (Котелевець, 2019).

Отже розглянуті окремі особистісні властивості можуть негативно впливати на ефективність військово-професійної діяльності, створюючи передумови для труднощів у виконанні поставлених завдань, а в окремих випадках – бути протипоказаннями до проходження військової служби. Водночас існує широкий спектр особистісних характеристик, які мають

значення для військово-професійної діяльності, і відсутній єдиний «універсальний» набір, що підходить би для всіх видів військової справи. З огляду на проаналізовані наукові джерела, вплив особистісних властивостей на ефективність військово-професійної діяльності потребує подальшого дослідження та вдосконалення критеріїв професійного вивчення з урахуванням специфіки окремих напрямів військової служби.

1.4. Особливості формування особистісно-професійних якостей військовослужбовців в процесі військово-професійної діяльності

Оскільки в основу нашого дослідження покладено питання особистісно-професійних якостей «військовослужбовця» то, насамперед, розглянемо тлумачення поняття «військовослужбовець». Трактуючи цього поняття унормовано положеннями Закону України «Про військовий обов'язок і військову службу», де визначено, що військовослужбовець – це особа, громадянин України, який проходить військову службу пов'язану з дотриманням громадянами України конституційного обов'язку (Закон, 1992).

Вважається, що формуванню особистісно-професійних якостей військовослужбовців має приділятися особлива увага. За вимоги регулярних Річних національних програм під егідою Комісії Україна-НАТО (нині – Рада Україна-НАТО), з перспективою реалізації та досягнення очікуваного результату до 2030 року, стратегічною ціллю визначено «професіоналізацію сил оборони». Кінцева мета її досягнення полягає у наступному: формування професійних компетентностей військових керівників різних ланок; вмотивованість для отримання військової освіти; комплектування підрозділів сил оборони фахівцями, здатними працювати відповідно до сучасних вимог і потреб; особливістю є – формування у військовослужбовців «ментальності» (способу мислення), який відповідає європейським цінностям; формування нового стилю керівництва і управління та побудова взаємовідносин між

керівниками і підлеглими що виступає чинниками досягнення успішного виконання військовослужбовцями своїх обов'язків (Україна-НАТО, 2021).

За В. Ф. Вінтоняк та ін., військово-професійна діяльність офіцерів це суворо нормована, регламентована і контрольована діяльність особистості. Вона проходить із певними моральними, соціальними, часовими, просторовими та іншими обмеженнями, які значною мірою детермінують і вимагають ускладнення суб'єктивної психологічної структури діяльності особистості сучасного офіцера (Вінтоняк & Недвига, 2021).

З точки зору О. О. Сегеди, ключовою передумовою якісного зростання «професійно-важливих якостей» військовослужбовців є цілеспрямоване формування професійної мотивації (Сегеда, 2004).

Особистісно-професійні якості формуються в процесі професійної діяльності під впливом її умов, змісту та характеру міжособистісних взаємодій. Ю. Г. Ковровський зазначає, що провідну роль у забезпеченні професійної ефективності відіграють саме емоційно-вольові якості та комунікативні характеристики особистості, які розвиваються у відповідь на професійні вимоги. Дослідник також звертає увагу на дію робочих стресорів, які можуть ускладнювати реалізацію професійних функцій, особливо в умовах інтенсивного службового навантаження та підвищеного ризику (Ковровський, 2016).

На думку В. І. Мозгового, сенсом процесу формування особистісно-професійних якостей військовослужбовця є усвідомлення ним важливості вирішення завдань в сфері безпеки та оборони держави. У ході військово-професійної діяльності у військового відбувається ототожнення та злиття себе як особистості з образом захисника батьківщини, воїна. Це призводить до зростання особистого відчуття приналежності до національної військової спільноти, що формується як результат сталої системи свідомих уявлень та оцінок структури цього співтовариства. Також важливим є беззаперечне прийняття уставних норм та національних цінностей (Мозговий, 2016).

Як стверджує С. Ф. Костів, формування нових особистісно-професійних властивостей, це рух уперед, перетворення наявних структурних характеристик об'єкта, його еволюція, поліпшення, удосконалення, прогрес, а також зростання й розширення. Цілеспрямованістю є прагнення досягти певного рівня перемоги. На думку автора, суперництво у змагальному дусі взаємовідносин є одним із потужних регуляторів і значущою мотивацією до активного саморозвитку та формування нових якостей (Костів, 2020).

Німецький вчений К. Leonhard, зазначав, що тип службовця, офіцера, бізнесмена, вченого та інших професій – формується завдяки тому, що певне положення або посада накладають відбиток на спосіб його життя. Звичайно, цьому сприяє той факт, що закладена в людині природою керуюча складова, взаємодіє з обраною професією, більш того, особа певну професію обирає тому, що вона відповідає його індивідуальним здібностям (Leonhard, 1976).

На думку Ю. С. Снігур, на формування поведінки у професійній діяльності впливають особистісно-психологічні чинники, такі як: займана посада, освіта, період перебування на службі, щабель звання, кваліфікація, наявність професійних винагород або накладених доган, визначають успішність подальшого виконання військово-професійної діяльності або перспективи призначення на вищі військові посади (Снігур, 2021).

За Л. А. Кіщук, військово-професійна діяльність охоплює комплекс завдань, які виконують військовослужбовці в умовах служби, що вимагає від них високого рівня адаптації та стійкості до стресових ситуацій. Дослідниця підкреслює важливість психофізіологічних чинників у процесі професійної адаптації молодших офіцерів, зокрема їхню здатність ефективно діяти в екстремальних умовах. Науковиця також розробила модель професійної адаптації, яка враховує ці чинники та сприяє підвищенню ефективності військово-професійної діяльності (Кіщук, 2024).

З точки зору О. А. Блінова, поряд з іншими чинниками впливу на особистість, в частині формування індивідуально-особистісних якостей

військовослужбовців в процесі службової діяльності постають воєнні дії та бойовий стрес. Автором визначається, що вирішення завдань під час бойових дій впливають на зміну особистісних особливостей військовослужбовців, серед яких: поведінкові стратегії подолання стресу (резилієнс), особистісна стійкість військовослужбовців, товарицькість, сміливість, сильна воля, імпульсивність (Блінов, 2020).

С. І. Нехаєнко, розглядає формування особистісно-професійних якостей для військово-професійної діяльності, як систему, що будується з двох компонентів. Перший компонент охоплює суб'єкта військової діяльності, а саме "військовослужбовця". До його індивідуально-психологічних якостей входять сенсорно-перцептивні, мнемічні, гностичні, характерологічні та темпераментальні характеристики. Також враховуються військово-професійні знання, уміння, навички та досвід, а також визначити військово-професійну спрямованість, яка охоплює потреби, схильності, інтереси, мотиви, ціннісні орієнтації та переконання особистості. Другий компонент системи включає об'єкт «професійне середовище». Сюди входять завдання військової діяльності; ведення протидії та переговори з противником; засоби діяльності (зброя, техніка, військово-професійна підготовленість); умови діяльності (Нехаєнко, 2021). Такий підхід сприяє глибокому аналізу та розумінню процесу формування військово-професійної готовності особистості, враховуючи як індивідуальні, так і зовнішні чинники.

Отже, здібності особистості, особисте усвідомлення, визнання та реалізація себе як суб'єкта військово-професійної діяльності виступають об'єктивною умовою успішної військово-професійної діяльності.

Вважаємо за доцільне, у нашому дослідженні, частково подивитись на особливості формування структури особистісно-професійних якостей військовослужбовців через сито нормативно-правового регулювання, як складову важеля психологічного впливу.

Присяга як регулятор змін особистісно-професійних якостей

Найперші особистісні зміни військовослужбовця до формування особистісно-професійних якостей починаються з прийняття Військової присяги. Кожен громадянин України, вступаючи вперше на військову службу, особисто приймає Військову присягу на вірність народу України і скріплює її власноручним підписом. Тим самим усвідомлюючи всю повноту відповідальності за виконання свого військово-професійного обов'язку (Указ, 1991).

За ствердженням М. М. Маськовітої, зміст присяги несе в собі тільки їй притаманні «ідею служби», «ідею обов'язку», пов'язані із формуванням позитивних емоцій. Завдяки обіцянкам, даним у присязі, породжується почуття ідентичності із військовим співтовариством, визначається орієнтир майбутньої діяльності, відповідальності за свою поведінку, підтвердження вірності, покори і відданості своїм зобов'язанням (Маськовіта, 2015).

На думку О. Л. Кравчук, в контексті особливості формування особистісно-професійних якостей військовослужбовців, саме складова змісту присяги «пов'язує особу із служінням через призму етики та моралі» (Кравчук, 2021).

У своїй роботі Д. С. Кремова, зазначає, що статус якого набула особа з прийняттям «присяги» є невід'ємним елементом військової діяльності. Авторка наголошує на безпосередній прив'язці «урочистої клятви», «священних предметів», «обіцянки вірності», з особливостями подальшого формування особистісно-професійних якостей (Кремова, 2021).

Аналізуючи думку В. О. Андрєєва, можна погодитися, що саме складова змісту присяги пов'язана із нейролінгвістичним кодом, який породжує у свідомості військовослужбовця певні цінності – патріотизм, добросесність, повагу до особи тощо (Андрєєв, 2019).

Зазначені правові норми регламентують формування особистісно-професійних якостей та культури у військовослужбовців.

Вплив дисциплінарної практики на особистісно-професійні якості військовослужбовця

Як передбачено Дисциплінарним статутом Збройних сил України, задля усвідомлення військовослужбовцями свого військового обов'язку, в тому числі психологічного впливу на військовослужбовців, задля регулювання «мотивації» до військової служби, передбачено застосування до військовослужбовців заохочень, а за необхідності – стягнень (Дисциплінарний статут ЗСУ, 1999).

Слушною є думка О. Г. Паркулаб та ін., що дисциплінованість розглядається як провідна риса особистості військового й підвалина армійського середовища. Автори зазначають, що сформована дисциплінована особистість виявляє бездоганну відповідальність під час виконання службових обов'язків, здатна у будь-якій обстановці керувати своєю поведінкою та діями, виконувати вимоги присяги та військових статутів, а також накази та розпорядження командирів і начальників (Паркулаб & Котілок, 2019).

Формування особистісно-професійних якостей військовослужбовців, згідно з підходом М. Şerban (2024), тісно пов'язане з дисципліною, яка в умовах бойових дій виступає базовим чинником професійної ефективності. Вона забезпечує організованість та узгодженість дій, сприяючи розвитку відповідальності, самоконтролю, моральності й стійкості. Участь у бойових діях, за підтримки держави, підсилює моральний дух і зміцнює психологічну витривалість, а усвідомлення значущості служби сприяє професійній ідентифікації та мотивації до виконання завдань (Şerban, 2024).

Професійно небажані шляхи розвитку особистісних властивостей у процесі військово-професійної діяльності.

У питанні пов'язаному із впливом військової професії на процес перетворення особистісно-професійних якостей військовослужбовця, привертає увагу таке складне явище як професійна деформація та професійне вигорання особистості.

На думку Г. О. Чорного та ін., явище професійної деформації характерне практично для всіх професій та залежить від тривалої службової діяльності та індивідуальних особливостей людини. Це явище призводить до негативних наслідків для самої особистості та професійної діяльності. За висновками авторів, довготривала практика в одній сфері може призвести до розвитку небажаних професійних якостей. Серед детермінантів, пов'язаних із особистісними характеристиками, вони вказують на недостатню морально-вольову стійкість, низьку психологічну стійкість, недостатню соціально-психологічну культуру, неадекватну професійну мотивацію, жорсткі професійні стереотипи та схильність до неконтрольованого вживання алкоголю [15, с. 13]. Ці фактори можуть слугувати сигналами як для самого працівника, так і для його колег та керівництва (Чорний & Савченко, 2021).

О. А. Блінов, вважає, що процес деформації особистісно-професійних якостей воїнів посилюється через формування та розвиток посттравматичних стресових розладів, «бойових акцентуацій» комбатантів (особовий склад), зміни їхніх смисложиттєвих орієнтацій, емоційні порушення, отримані поранення (Блінов, 2020).

Поруч із вищенаведеним, можемо розглянути думку С. О. Ларіонова та ін., відповідно до якої військова служба може вимагати від військовослужбовців діяти в умовах великої нестабільності та невизначеності, із ризиком для життя, що може призвести до негативних змін у особистісно-професійних якостях та професійного вигорання (Ларіонов & Онищук, 2023).

Отже, можемо із впевненістю, підкреслити тісний взаємозв'язок між військово-професійним контролем з боку закону (обіцянка, обов'язок, заохочення, обмеження, заборони та ін.) й особливостями подальшого формування особистісно-професійних якостей військовослужбовців. У свою чергу дисциплінарна практика у військовому середовищі виступає механізмом еволюції від простих до складних особистісно-професійних якостей військовослужбовців. Довгострокова взаємодія військовослужбовців з військовим професійним середовищем призводить до поступового перетворення особистісних властивостей на певні особистісно-професійні якості, що значною мірою стають й чинниками ефективної військово-професійної діяльності.

1.5. Специфіка вимог до особистісно-професійних якостей військовослужбовців в умовах воєнного часу

В наслідок воєнного стану в країні, військова служба перебуває у центрі уваги, переважаючи над іншими сферами діяльності. Однак, відомо, що професія військового це специфічна професія. До того ж вона підходить не кожному, а лише особам з розвиненими на достатньому, іноді високому рівні «професійно-важливими якостями», самодисциплінованим, фізично й психологічно загартованим та міцним. Для захисту національних інтересів держави до особистісно-професійних якостей військовослужбовців ставляться специфічні, а часом й жорсткі вимоги.

Війна – справа надзвичайної ваги для існування держави, це боротьба за життя і смерть людей, це шлях для існування або загибелі (Сунь Цзи, переклад 2016).

За словами В. В. Пашковського та ін., Україна йде шляхом модернізації армії та здійснює перехід на стандарти НАТО. Такі зміни стосуються не тільки структури, озброєнь, а й системи кадрової політики, що зумовлює нагальні потреби в запровадженні інноваційних підходів, врахуванні більш

широких особистісних рис осіб, таких як лідерські якості, авторитет серед підлеглих, від чого залежатиме успіх у бою (Пашковський & Макоївець, 2023).

Екстремальні та кризові умови, що виникли на початку воєнних дій, викликали в найсильніших аспектах особистісно-професійні якості представників сектору безпеки і оборони України. Це виокремило їх високий рівень відданості складеній Військовій присязі народу України, витримці та професіоналізму, що дозволило швидко адаптуватися до складних та небезпечних ситуацій і раціонально приймати рішення.

Мотивація. Як зазначав у своєму інтерв'ю для Інформаційного агентства АрміяInform екс-заступник Міністра оборони України генерал-майор запасу В. В. Гаврилов - у сильному війську особовий склад повинен мати природний хист до військової справи. Основа для військовослужбовця – це внутрішня мотивація. На його думку у війську мають служити люди, яким це цікаво і які отримують від цього адреналін. Окрім того, кар'єра військовослужбовця має бути побудована таким чином, щоб він мав можливість самореалізовуватися, розвивати свої здібності, постійно вдосконалюватися, побачити світ і відчувати важливість своєї служби (Гаврилов, 2021).

На думку В. В. Клочкова, важливою особистісною якістю військовослужбовців є психологічна стійкість, яка допомагає їм справлятися з впливом різноманітних бойових, соціальних і відновлювальних стресових факторів. Вона забезпечує здатність зберігати внутрішню рівновагу та працездатність навіть у складних і напружених умовах. Науковець підкреслює, що ця якість формується завдяки поєднанню особливостей нервової системи, емоційної стабільності, вольових рис, цінностей та переконань особистості (Клочков, 2024).

За Е. В. Кіричевською, військова служба в умовах ведення війни, пов'язана з напруженням, надмірними емоційними та фізичними навантаженнями, пред'являє до військовослужбовців підвищені професійні,

особистісні, морально-психологічні та інші вимоги. Авторка виділяє ключовою особистісно-професійною якістю уміння створювати «індивідуальну психологічну стратегію», оскільки вона являє собою сформовані суб'єктні модальності професійної поведінки та забезпечує готовність військовослужбовця до виконання службово-бойових завдань на відповідному рівні. Оскільки саме така якість безпосередньо стосується функції військовослужбовця «приймати усвідомлені та адекватні рішення» в процесі виконання завдань в умовах війни та опанування сьогоденною військовою майстерністю незалежно від сфери виконання виду діяльності (штабна, оперативно-бойова). Занурення особистості у бойову військово-професійну діяльність в екстремальних умовах, породжує формування та прояв її системних властивостей, що відображають «ступіть можливостей особистості» виконувати професійні функції в умовах воєнного часу на рівні надійності і безпеки протягом певного періоду (Кіричевська, 2023).

Міністр оборони України Р. Е. Умеров (2023) назвав ключові вимоги до фахівців, які рекрутуються на військову службу до Сил оборони, а саме «професійні навички» та «бажання бути корисним у війську» (Умеров, 2023).

Психологічна готовність. Розглянуті наукові теорії і підходи до вивчення специфіки вимог до особистісних якостей військовослужбовців в умовах воєнного часу, загалом, зводяться до питання «психологічної готовності».

Так, про специфіку вимог до особистісно-професійних якостей військовослужбовців в умовах виконання бойових завдань говорить В. В. Поливанюк, який головним чином виділяє важливість «психологічної готовності» особи до екстремальних умов несення служби. Далі виділяє такі якості як: адаптованість, мотивацію, високий моральний дух, стресостійкість та саморегуляцію як чинники психологічної готовності до виконання бойових завдань. Автор також розглядає як позитивні, так і негативні специфічні особистісно-професійні якості. До позитивних відносить: здатність ефективно виконувати бойові завдання в умовах сучасної війни;

витримувати особливі фізичні та психічні навантаження; наявність бойового досвіду і високий рівень підготовки; мотивація до перемоги. Велику вагу має довіра до командування і доброзичливість товаришів по службі. А негативним відводить: зверхність у ставленні до противника; переоцінка власних сил; втрата ініціативи (Поливанюк, 2027).

На думку В. І. Алещенко, діяльність в умовах воєнного часу вимагає від фахівця наявності комплексу сформованих моральних, психологічних і фізичних якостей, а також спеціальної професійної підготовки. Істотною вимогою є стійка «психологічна готовність» військовослужбовців до захисту Батьківщини, до рішучих дій під час виконання бойових завдань. Автор підкреслює значущість наявності ядра внутрішньої готовності до ризику та зустрічі з небезпекою, а також психічної стійкості до психотравмуючих факторів сучасної війни, тривалих перевантажень; здатності до високої бойової активності; спроможності адаптації до бойових умов. Готовність розглядається як стан мобілізації психофізіологічних систем перед майбутньою діяльністю. У вимірі війни виступають нові вимоги до специфічних особистісно-професійних якостей. В умовах воєнного часу перед військовими всіх ланок, поруч із іншими специфічними вимогами, постає умова наявності бойових навичок та вмінь, від чого залежить їх професійна функціональність (Алещенко, 2023).

Дослідниками С. А. Горелишевим та ін., психологічна готовність до ризику військовослужбовця визначається як сукупність особистісних, мотиваційних та когнітивних характеристик, що забезпечують здатність приймати рішення в особливих умовах та ефективно виконувати службово-бойові завдання. Ця готовність формується на основі: особистісних властивостей, зокрема вольових якостей та стресостійкості; мотиваційних чинників, включаючи професійні норми; когнітивного компонента, що охоплює професійні знання, уміння та навички; психофізіологічних механізмів саморегуляції; соціально-психологічної підтримки, зокрема взаємодопомоги між співслужбовцями (Горелишев & Юр'єва, 2017).

За твердженнями А. М. Одерова та ін., для виконання завдань у бойових умовах важливу роль відіграє психологічна готовність. Серед ключових якостей, необхідних для виконання службових обов'язків в екстремальних умовах, автори виокремлюють оперативну та зорову пам'ять, здатність до переключення та розподілу уваги, професійні вміння та навички. Водночас вони наголошують на важливості підтримання цих якостей у процесі військової служби, що може бути забезпечено безперервною професійною підготовкою. Від рівня готовності до різних способів ведення бойових дій залежить не лише ефективність професійної діяльності, а й особиста безпека військовослужбовців (Одеров та ін., 2023).

Психологічна стійкість. Розглядаючи якості військовослужбовців та їх здатності витримувати високі нервово-психологічні навантаження і діяти за призначенням для виконання бойових завдань О. М. Кокун та ін., до специфіки вимог до особистісно професійних якостей військовослужбовців в умовах воєнного часу відносять психологічну стійкість. Це у військовому досвіді постає ключовим чинником здатності військовослужбовців ефективно виконувати бойові завдання (Кокун та ін., 2022b).

Стійкість до стресу (resilience). На думку В. J. Lukey та ін. потреба в «стійкості до стресу» (resilience) ніде не відчувається так гостро, як в умовах воєнного часу, де екстремальний і постійний стрес майже неминучий. Адже кожного разу негативний вплив стресу, як правило, ставить під загрозу професійну готовність, ефективність і здатність до виживання. Автори пояснюють, що конструкт особистості, відомий як «резилієнтність», є показником «стійкості» того, як люди реагують на стресовий вплив. У військовій сфері, також мають очевидне особливе значення такі риси особистості як сумлінність і наполегливість. Окрім того, військовослужбовці, які беруть участь у військових конфліктах, повинні бути готовими до тривалої розлуки з близькими, культурної ізоляції, виснажливим фізичним навантаженням, недосипання і, безперечно, постійно турбуватися про підвищену турботу про власну безпеку та безпеку своїх товаришів по службі.

Буквально від здатності «протистояти стресу» і долати наслідки екстремальних і потенційно кумулятивних джерел стресу може залежати оперативна ефективність і «здатність до фізичного виживання» (Lukey & Tere, eds.2008).

Контроль над страхом. За О. М. Кокуном та ін., умови воєнного часу висувають до військовослужбовців підвищені вимоги як до особистісно-професійних та і до їх індивідуально-психологічних якостей. Найбільш гостро постає питання здатності військовими витримувати високі нервово-психологічні навантаження, а саме: оцінювати свої емоції, бути впевненим у власних силах, ясно мислити, «контролювати та переборювати прояви страху та паніки». У тих, хто боїться, неконтрольований страх «позбавляє розуму», паралізує тіло і не дає зійти з місця. Інші не реагують на небезпеку, тому можуть зазнати негативних наслідків. Виходить, що тваринний (інстинктивний) страх, як і відсутність його, небезпечні для життя. Отже, бойова діяльність, з одного боку, провокує появу страху, а з іншого – висуває дуже високі вимоги до здатності його контролювати. Управління власним страхом дозволяє військовослужбовцям діяти ефективно, виконувати завдання за призначенням як індивідуальні так і в команді (Кокун та ін., 2022с).

Самоконтроль. На думку S. Beattie та ін. у різних військових умовах специфічні конфігурації особистості пов'язуються з поставленими для виконання завданнями. Автори аргументують значущість «самоконтролю», «емоційної стабільності» (нейротизму) і «низький рівень імпульсивності» (психотизму) для фахівців з виявлення та знешкодження вибухонебезпечних предметів під час проведення антитерористичних операцій. Військовослужбовці з навичками «саморегуляції», «контролем поведінкових реакцій», «контролю своєї уваги» більш здатні до стримування емоцій, які піднімаються на пік страху, тривоги, гніву, паніки та ін. Тож навички самоконтролю можуть знадобитися, щоб адаптуватися та успішно діяти в

новому середовищі в умовах воєнного часу (Beattie, Du Preez, Hardy, & Arthur, 2023).

Емоційно-вольові. О. О. Паливода наголошує на підвищених вимогах до особистісно-професійних якостей військовослужбовців у ситуаціях бойових дій. Це включає вміння прогнозувати розвиток професійної ситуації, виконання професійних обов'язків зі збереженням надійності результатів у типових і нетипових умовах, а також розвинені навички самооцінки, саморегуляції, рефлексії та самовдосконалення. Автор вказує на важливість здатності військовослужбовців тривалий час перебувати в бойових умовах. Відзначається, що за короткочасного перебування у бойових умовах найбільшого значення набувають психофізіологічні властивості, емоційно-вольові якості, а також сформованість мотивації й психологічної готовності до дій в умовах стресових факторів. У разі тривалої діяльності у воєнний час наголошується на важливості морально-вольових та інтелектуальних властивостей, а також належних навичок самооцінки, саморегуляції, рефлексії та самовдосконалення (Паливода, 2018).

Індивідуальна пружність. Зосереджуючи увагу на специфіці особистісно-професійних властивостей військовослужбовців в умовах воєнного стану М. О. Буданова виділяє «індивідуальну пружність» на прикладі поліцейських, які беруть участь в активних діях на деокупованих територіях нашої держави. Суть «індивідуальної пружності» визначається за такими характеристиками як: самооцінка (як почуття власної гідності, віра в себе); самостійність (незалежність, сподівання на власні сили, автономія); посилена стресостійкість, адаптаційний потенціал, уміння протистояти негативному впливу інформаційної навали.

Одночасно, авторка зазначає, що під впливом війни де існує високий ризик небезпеки для життя та обмежені ресурси, звичайні особистісно-професійні властивості та навички військовослужбовців можуть опинитися в зоні ризику та зазнавати змін. У наслідок набуття професійного досвіду в умовах воєнного стану, з плином часу особистісно-професійної якості

трансформуються та набувають рис прямолінійного, рішучого та безапеляційного характеру. Вони є корисними у деяких кризових ситуаціях, дають змогу швидко адаптуватися до актуальних змін оперативної обстановки та знаходити ефективні рішення в складних ситуаціях. Однак прийняття ризикованих і необґрунтованих рішень, може призвести до негативних наслідків (Буданова, 2023).

Когнітивна специфіка. Експериментальні підходи J. Mattingdal, B. N. Johnsen & R. Espevik до вивчення специфіки якостей військових командирів у період воєнних загроз базуються на дослідженні когнітивних процесів. Дослідники припускають, що когніції (різні процеси та функції мозку) пов'язують інтелектуальні здібності з процесом прийняття рішень, що є критично важливим для оперативного реагування на загрозливі ситуації в умовах війни. Оскільки ефективність ухвалених рішень складно передбачити, військові командири повинні покладатися на саморефлексивне мислення, що дозволяє прогнозувати розвиток подій. Когнітивна специфіка проявляється у здатності командира обґрунтовано формувати переконання, які сприяють полегшенню процесу ухвалення рішень у непередбачуваних воєнних ситуаціях. На думку авторів, важливим чинником є володіння попередніми воєнно-професійними навичками та здатність ефективно використовувати їх як орієнтир у прийнятті рішень завдяки когнітивним перевагам. Досвідчені військові фахівці, порівняно з початківцями, здатні більш аргументовано робити припущення та краще мотивувати власні дії. Використання когнітивних ресурсів дозволяє перевершувати стандартні можливості в умовах невизначеності. Поєднання когнітивних механізмів із набутим професійним досвідом дає змогу військовим командирам діяти нестандартно, заздалегідь розпізнавати нові загрози та швидко адаптуватися до змін у воєнних умовах (Mattingdal et al., 2023).

Специфічно необхідною закономірністю особистісно-професійних властивостей людини у контексті ефективності військово-професійної діяльності в умовах воєнного часу, на думку Л. І. Кушки, є залежність рівня

емоційного інтелекту не лише від здатності мислити, висловлювати думки та міркувати, але й, передусім, від уміння приймати правильні та оперативні рішення в екстремальних ситуаціях (Кушка, 2019).

Когнітивна стійкість. Критерії особистісно-професійних якостей вивчали А. Flood та інші, які визначили пріоритетною характеристикою «когнітивну стійкість до психологічного стресу». Вони пояснюють це тим, що військовослужбовці часто виконують складні когнітивні операції в ситуаціях підвищеного напруження та в умовах, що рідко зустрічаються, під впливом інтенсивного стресу. Розглядається зв'язок між когнітивною продуктивністю та фізіологічними змінами, такими як втома (з урахуванням факторів навколишнього середовища, таких як вологість та температура повітря), дефіцит сну, харчування та недостатність фізичної активності. Автори зазначають, що когнітивні ресурси є необхідними для саморегуляції зусиль, уваги та емоцій, що, у свою чергу, може впливати на здатність ефективно керувати повсякденними життєвими потребами та підтримувати психічне здоров'я. Особливу увагу вони приділяють здатності військовослужбовців до суб'єктивного сприйняття стресу, оскільки стрес виникає лише тоді, коли його сприймають як такий. Таким чином, важливим є значення «когнітивної стійкості» військовослужбовців в умовах воєнного періоду (Flood & Keegan, 2022).

Усвідомлення гідності військової служби. І. С. Абакіна та ін. зазначають, що усвідомлення військовими власної місії, самовідданості та професійних цінностей в умовах війни визначають їхні специфічні особистісні якості. До таких якостей автори відносять: спеціальні здібності як систему властивостей особистості, яка забезпечує мету досягнення високих результатів в специфічних умовах діяльності; професійність – сукупність умінь та знань накопичених професійно-життєвим досвідом. Окрім того, специфічними якостями можуть постати: характер (у контексті ставлення до суспільства, служби, манери поведінки); загальні здібності (через призму інтелектуальних властивостей, які забезпечують

продуктивність оволодіння новим досвідом в умовах війни). Також до особистісно-професійних якостей додають відчуття «гідності» та «патріотизму», що в умовах війни може набувати більш глибокого їх значення (Абакіна & Крапівіна, 2023).

Отже, в основі всіх проаналізованих інтерпретацій закладені різні дискусії до визначання єдиного підходу, яке б енциклопедичним чи науковим чином описувало «специфіку вимог до особистісно-професійних якостей військовослужбовців в умовах воєнного часу». Адже із психологічної точки зору, діяльність в умовах воєнного стану є провідною та істотно відмінною відрізняється від службової діяльності військовослужбовців у мирний час.

Аналіз наукової літератури за цим напрямом та вказує новий досвід в умовах воєнного стану і визначає ключові особистісно професійні якості військовослужбовців, такі як мотивація, психологічна готовність, професійний досвід, здатність прийняття рішень, когнітивні процеси та здатність контролювати страх.

Варто звернути увагу, що дослідження специфіки вимог до особистісно-професійних якостей українських військовослужбовців в умовах воєнного часу до факту військового повномасштабного вторгнення країною-агресором на територію нашої держави не проводилось.

Висновки до першого розділу

Узагальнення теоретико-методологічних підходів та систематизація інформації з наукових джерел щодо «професійно-важливих якостей» та їх впливу на професійну діяльність в умовах воєнного часу, описаних у даному розділі, дозволяють сформулювати наступні висновки:

1. «Професійно-важливі якості» варто розглядати як комплекс важливих характеристик фахівця, що засновуються на професійній спрямованості, сприйнятті, обдарованості, майстерності, інтелекту та інших професійних аспектах. Втім, теоретичний аналіз науково-психологічної

джерельної бази, свідчить про відсутність в Україні комплексного та узагальненого дослідження поняття «професійно-важливі якості», що робить їх об'єктом зацікавленості для подальших наукових досліджень.

2. Встановлено, що *«особистісні властивості»* представляють собою вроджені та сталі психологічні характеристики, серед яких важливе місце займають *темперамент, характер та здібності*. Загалом під особистісними властивостями розуміються характеристики людини, які визначають глибинні (внутрішні) особливості конкретного індивіда. Темперамент і характер обумовлюють як зовнішню поведінку взаємодії із навколишнім середовищем, так і внутрішні психофізіологічні пристосування до різних видів професійної діяльності. Особистісні властивості в значній мірі обумовлені стійкими психічними особливостями, які визначають індивідуально-психологічний зв'язок із професійною діяльністю.

3. У теоретичних підходах розглядаються блоки важливих особистісних властивостей, які є перспективними для подальших поглиблених досліджень щодо їх значення для ефективності військово-професійної діяльності. Розроблена модель «професійно-значущих особистісних» властивостей військовослужбовців, спрямована на досягнення успішності у військово-професійній діяльності. Ця модель включає шість загальних компонентів: ціннісно-мотиваційний, емоційно-вольовий, когнітивний, інтелектуальний, особистісний та професійний

4. Розглянуто особливості формування особистісно-професійних якостей військовослужбовців у ході виконання військових завдань. З'ясовано, що тривала взаємодія військовослужбовців з військовим професійним середовищем призводить до поступової трансформації особистісних рис у конкретні особистісно-професійні якості. Ці якості суттєво впливають на результативність військово-професійної діяльності.

5. Проаналізовано основну *специфіку вимог до особистісно-професійних якостей військовослужбовців під час воєнного стану*, які можуть значно впливати на їхню подальшу ефективність у військовій справі.

Однак, аналіз наукової літератури вказує на змінений підхід до цих вимог, враховуючи новий досвід в умовах воєнного конфлікту. Залежно від наукового джерела, існує розбіжність в поглядах на специфіку конкретних вимог до особистісно-професійних якостей військовослужбовців в умовах воєнного часу. Існує безліч компонентів, серед яких нами виділено мотивацію, психологічну готовність, стійкість до стресу, витривалість та розуміння військовими власної місії в умовах воєнного періоду.

6. Проте, наразі в існуючій науково-джерельній базі не було приділено достатньої уваги особистісно-професійним якостям військовослужбовців, специфіці вимог до цих якостей в умовах воєнного часу та їх формуванню у ході здійснення військово-професійної діяльності. Таким чином, проблема особистісно-професійних якостей військовослужбовців залишається актуальною і вимагає подальшого емпіричного дослідження серед військовослужбовців, з метою розробки системи заходів, спрямованої на підвищення ефективності військово-професійної діяльності.

Результати, що представлені в першому розділі дисертації, знайшли відображення в наступних публікаціях автора:

а) статті у наукових фахових виданнях:

1. Лізун, А. (2023). Провідна думка трактування терміну професійно-важливі якості. *Київський журнал сучасної психології та психотерапії*, 2 (6), 55-59. <https://doi.org/10.48020/mppj.2023.02.06>

2. Лізун, А. (2024). Особистісні властивості особистості та їх зв'язок з ефективністю професійної діяльності. *Фаховий науковий журнал «Габітус»*, (59), 161-165. DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.27>

б) публікації тез у збірниках матеріалів наукових конференцій:

1. Лізун, А. (2022). *Особливості проявів психічних станів військовослужбовців в екстремальних та стресових ситуаціях.*

Актуальні проблеми сучасної психології: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень молодих науковців. Матеріали VIII Міжнародної науково-практичної конференції (17 листопада 2022 р.). Кам'янець-Подільський, Україна. 127-132.

2. Лізун, А. (2022). *Ризики психологічного впливу меседжів із он-лайн комунікації на особистість під час війни*. Об'єднані наукою: перспективи міждисциплінарних досліджень. Збірник матеріалів IX Всеукраїнської науково-практичної конференції (17-18 листопада 2022). Київський національний університет імені Тараса Шевченка. Київ, Україна. 58-60.

3. Лізун, А. (2023). *Аналіз взаємозв'язку між контролем з боку закону й особистісно-професійними якостями військовослужбовця*. Збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції (3 січня 2023 р.) Полтава, Україна. ч. 2, 8-9.

4. Лізун, А. (2023). *Теоретичні основи аналізу розгляду поняття професіоналізму собистості*. Scientific progress: innovations, achievements and prospects. Proceedings of the 4th International scientific and practical conference (9-11 January 2023). Мюнхен, Німеччина. 404-406. <https://sci-conf.com.ua/iv-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-scientific-progress-innovations-achievements-and-prospects-9-11-01-2023-myunhen-nimechchina-arhiv/>.

5. Лізун, А. (2023). *Психологічні професійно-важливі якості особистості як складові побудови кар'єрної спрямованості військовослужбовців*. II Міжнародна науково-практична конференція. (17 лютого 2023 р.). Київ, Україна. 151-155. DOI: [10.31617/k.knute.2023-02-17](https://doi.org/10.31617/k.knute.2023-02-17)

6. Лізун, А. (2023). *Фізична готовність як компонент військово-професійної готовності оперативного працівника до діяльності в екстремальних умовах*. Проблеми правоохоронної діяльності в умовах воєнного стану : тези Всеукраїнської науково-практичної конференції Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького (16 березня 2023 року). Хмельницький, Україна. 588-590.

7. Лізун, А. (2023). *Значення психологічних типів темпераментів*

та їх роль в ефективності професійної діяльності у надзвичайних ситуаціях. Science and innovation of modern world. Proceedings of the 7th International scientific and practical conference (23-25 березня 2023 р.). Лондон, Велика Британія. 485-488. <https://sci-conf.com.ua/vii-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-science-and-innovation-of-modern-world-23-25-03-2023-london-velikobritaniya-arhiv/>

8. Лізун, А. (2023). *Військова присяга як психологічний чинник формування професійно-важливих якостей військовослужбовця.* Війна та мир. Психологія на службі людини : матеріали науково-практичної конференції студентів та аспірантів (23 квітня 2023 р.). Київ, Україна. 56-58.

9. Лізун, А. (2024). *Риси особистості які регулюють певні аспекти поведінки та професійної діяльності.* Проблеми особистості в сучасній науці: результати та перспективи дослідження: Матеріали XXVI Міжнародної конференції молодих науковців (25-26 квітня 2024 р.). Київ, Україна. 110-113. <https://doi.org/10.59647/978-617-520-814-4/1>

РОЗДІЛ 2

ОРГАНІЗАЦІЯ РОБОТИ ТА ОБҐРУНТУВАННЯ МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНИХ ЯКОСТЕЙ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

У розділі представлено процедуру проведення дослідження особистісних якостей військовослужбовців. Здійснено підбір надійного та валідного психодіагностичного інструментарію, обґрунтовано доцільність та практичність його використання. Викладено детальний опис методик які дозволяють вивчити особистісно-професійні якості військовослужбовців, що впливають на ефективність військово-професійної діяльності. Подано кількісно-якісні характеристики вибірок.

2.1. Організація дослідження

Дослідження особистісно-професійних чинників, які зумовлюють ефективність військово-професійної діяльності військовослужбовців проведено у п'ять етапів.

На *першому* етапі шляхом вивчення державної та світової науково-джерельної бази, проведено поглиблений аналіз досліджень особистісно-професійних якостей військовослужбовців та розглянуто специфіку вимог до особистісно-професійних якостей військовослужбовців в умовах воєнного часу. Результатом проведеної роботи стало розроблення моделі «професійно-значущих» особистісних властивостей військовослужбовців для ефективності військово-професійної діяльності.

На *другому* етапі, розроблено план емпіричного дослідження. Здійснено підбір комплексного методичного інструментарію для забезпечення емпіричного дослідження «професійно-значущих» особистісних властивостей військовослужбовців. У ході роботи по підборі методичного інструментарію, та з метою якісного проведення дослідження, розроблено бланк «Анкета опитування військовослужбовців».

Третій етап присвячений емпіричному дослідженню та статистичній обробці, аналізу та інтерпретації отриманих результатів.

На *четвертому* етапі розроблено програму тренінгового курсу, спрямованого на підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності та збереження їх психічного та фізичного здоров'я.

На *п'ятому* етапі узагальнені всі отримані в ході проведених досліджень дані, сформульовані висновки, завершено оформлення дисертаційної роботи.

Ключові характеристики вибірки

Дослідження проводилось анонімно та на добровільних засадах. З метою дотримання конфіденційності під час опитування, жодна інформація, за якою можна було б ідентифікувати досліджуваних, не збиралася. Тестування проведено завдяки програмному забезпеченню для адміністрування online-опитування в режимі реального часу <https://docs.google.com/forms/> за посиланням: <https://forms.gle/WvPcfNQZhL2CMkzs5>. Обробка результатів здійснювалась за використанням стандартизованого пакету програм IBM SPSS Statistics 23.0 та офісного додатку Microsoft Excel.

Спочатку було проведено *пілотне дослідження* за участю 31 військовослужбовця, з яких: 14 – військовослужбовців, підписники телеграм каналу TRiM in Ukraine; 9 – військовослужбовців Науково-дослідного центру гуманітарних проблем Збройних Сил України; 8 – військовослужбовців, які за власною ініціативою виявили бажання взяти участь у опитуванні. Воно надало можливість відпрацювати дослідницькій інструментарій та процедуру.

Після пілотажного тестування було проведено *основне дослідження* за участі 172 військовослужбовців Збройних Сил України, які проходили військову підготовку, перепідготовку та підвищення кваліфікації на курсах

військово-професійної підготовки у Військовому інституті Київського національного університету імені Тараса Шевченка.

Опитування складалося з анкети соціально-демографічних і військово-професійних характеристик військовослужбовців. Також до нього входили психодіагностичні методики, пов'язані із вивченням особистісних якостей, професійної адаптації та ефективності виконання службових обов'язків.

Загалом в опитуванні взяли участь 203 респонденти-військовослужбовці (таблиця 2.1).

Таблиця 2.1.

Джерела залучення респондентів-військовослужбовців

Джерела респондентів-військовослужбовців	Скорочена «умовна» назва	Кількість осіб
Військовий інститут Київського національного університету імені Тараса Шевченка	ВІ КНУ ім.Т.Шевченка	172
Телеграм каналу TRiM	TRiM	14
Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних Сил України	НДЦ ГП	9
На добровільних засадах (за власним бажанням)	«Д»	8
Всього		203

Отже, до основної вибірки увійшли 172 військовослужбовці. Та частина респондентів, що була залучена до пілотного експерименту, не була включена до основного аналізу даних, оскільки їхні результати за значною кількістю показників мали достовірні відмінності порівняно з результатами основної вибірки. Це могло вплинути на репрезентативність загальних висновків, тому було прийнято рішення виключити їх із подальшого аналізу.

До числа досліджуваних увійшли військовослужбовці різних військових звань – від рядових і сержантів до офіцерського складу. Вибірка охоплювала осіб із різним досвідом участі в бойових діях, що дозволяє

порівняти особливості їхнього психологічного стану залежно від інтенсивності військової діяльності. Крім того, досліджувані відрізнялися за віковими характеристиками, статтю та рівнем освіти (таблиця 2.2).

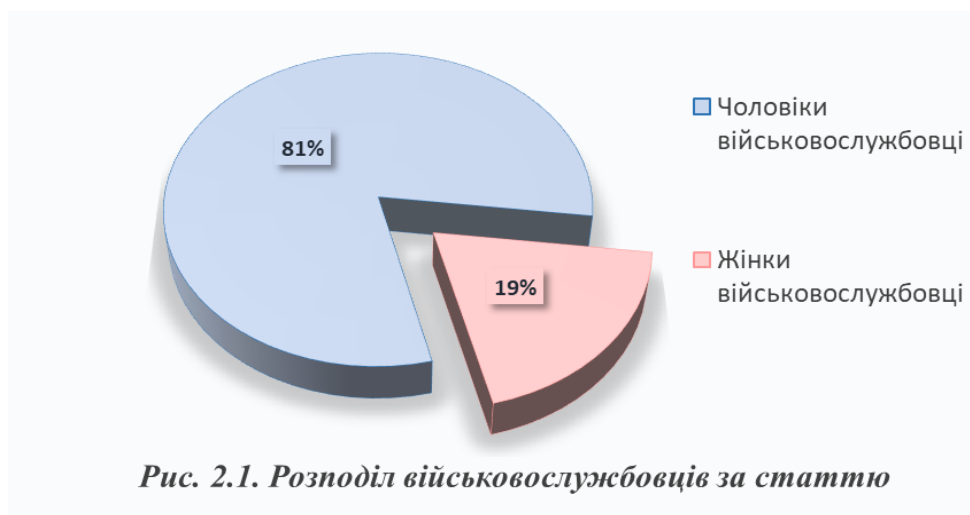
Таблиця 2.2.

Кількісно-якісна характеристика респондентів

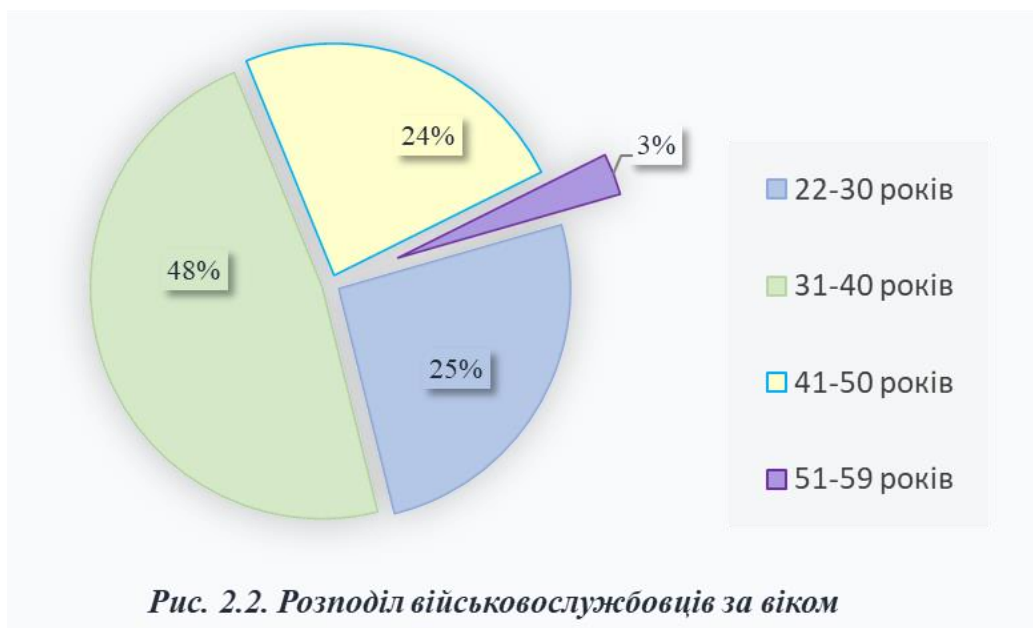
Характеристика		Всі респонденти разом		ВІ КНУ ім.Т.Шевченка		ТРИМ+НДЦ ГП та інші	
		Кіль-ть	%	Кіль-ть	%	Кіль-ть	%
Військовий склад	Рядовий (солдат)	71	35,0%	69	40,1%	2	6,5%
	Сержанти і старшини	87	42,9%	81	47,1%	6	19,4%
	Молодший офіцерський	18	8,9%	10	5,8%	8	25,8%
	Старший офіцерський	27	13,3%	12	7,0%	15	48,4%
Стать	Чоловіки	165	81,3%	139	80,8%	26	83,9%
	Жінки	38	18,7%	33	19,2%	5	16,1%
Вік (років)	22-30	46	22,7%	44	25,6%	2	6,5%
	31-40	87	42,9%	82	47,7%	5	16,1%
	41-50	54	26,6%	41	23,8%	13	41,9%
	51-59	16	7,9%	5	2,9%	11	35,5%
Сімейний стан	У шлюбі	118	58,1%	94	54,7%	24	77,4%
	Не у шлюбі	85	41,9%	78	45,3%	7	22,6%
Освіта	Середня	2	1%	1	0,6%	1	3,2%
	Професійна	7	3,4%	2	1,2%	5	16,1%
	Бакалавр	36	17,7%	36	20,9%	0	0,0%
	Вища	148	72,9%	130	75,6%	18	58,1%
	Науковий ступінь	10	4,9%	3	1,7%	7	22,6%
Військова освіта (ВО)	Так	41	20,2%	20	11,6%	21	68%
	Ні	162	79,8%	152	88,4%	10	33%
Військова вислуга (років)	≤ 0,6	26	12,8%	25	14,5%	1	3,2%
	1-3	86	42,4%	81	47,1%	5	16,1%
	3-5	22	10,8%	20	11,6%	2	6,5%
	5-10	23	11,3%	21	12,2%	2	6,5%
	10-15	10	4,9%	7	4,1%	3	9,7%
	15-20	13	6,4%	9	5,2%	4	12,9%
	20 і ≥	23	11,3%	9	5,2%	14	45,2%
Участь у бойових діях (УБД)	Ні - УБД	69	34,0%	51	29,7%	18	58,1%
	Так – УБД	134	66,0%	121	70,3%	13	41,9%
	у т.ч. чоловіки – УБД	116	86,6%	104	86,0%	12	92,3%
	у т.ч. жінки – УБД	18	13,4%	17	14,0%	1	7,7%
Всього військовослужбовців		203	100 %	172	84,7%	31	15,3%

Соціально-демографічна характеристика вибірки

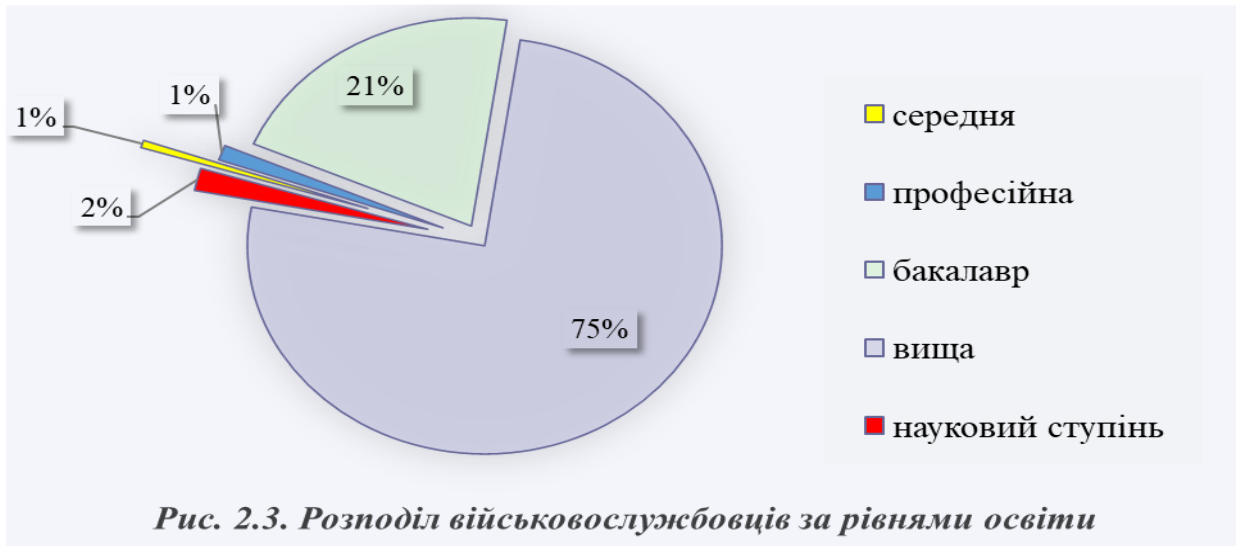
Розглянемо докладніше соціально-демографічну характеристику військовослужбовців основної вибірки. За статевим показником із загальної кількості респондентів вибірку становили військовослужбовці: чоловіки – 139 (80,8%), жінки – 33 (19,2%) (рисунок 2.1).



Віковий діапазон досліджуваних становив від 22 до 59 років. Найбільший відсоток респондентів припадає на вік 31-40 років (рисунок 2.2). Середній вік учасників дослідження становив – 35,7 років. Більше половини перебувають у шлюбі – 94 (54,7%), неодружені (в тому числі розлучені або вдівці) – 78 (45,3%).



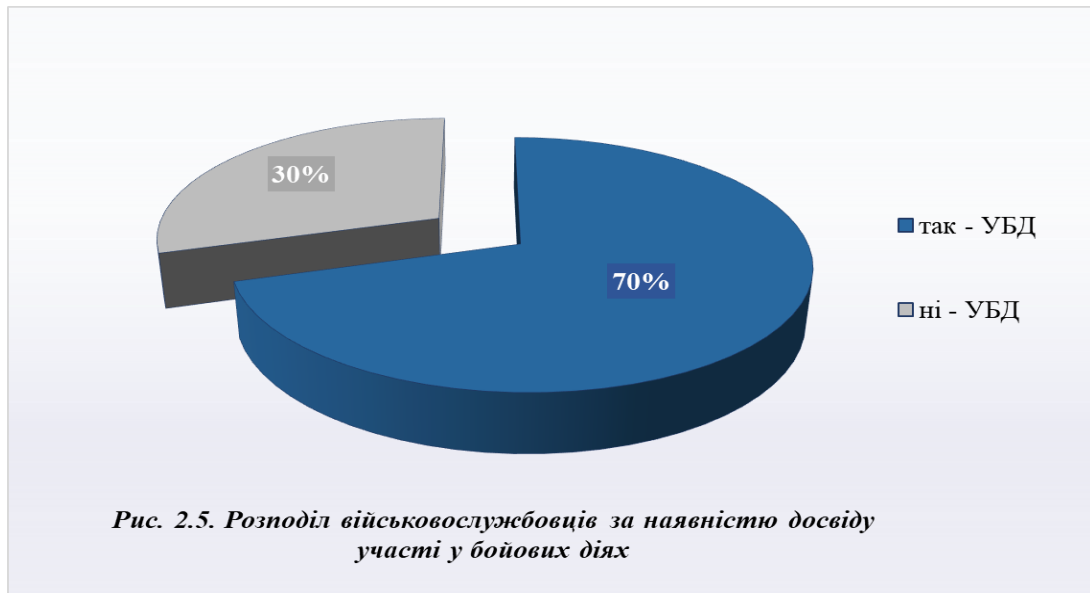
За освітніми рівнями спектр становив: науковий ступінь мають три військовослужбовці (1,7%); з вищою освітою – 130 (75,6%); бакалаврів – 36 осіб (20,9%), професійну освіту мають 2 особи (1,2%), середню освіту – один учасник (0,6%) (рисунок 2.3). Із них, військову освіту здобули 20 військовослужбовців (11,6%).



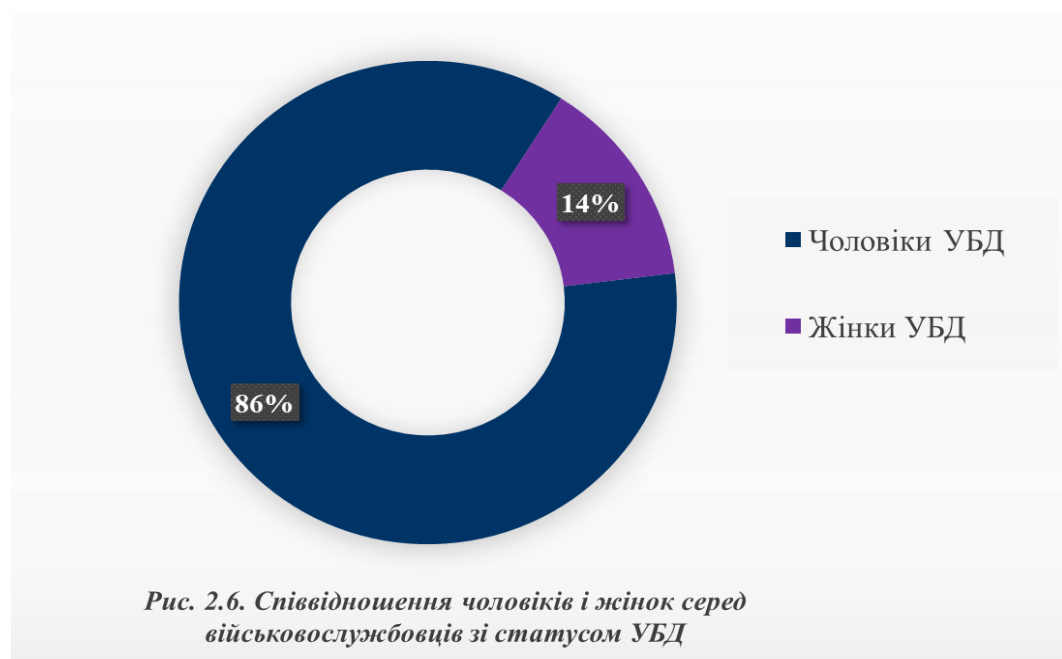
За військовими званнями респонденти поділяються на категорії: офіцерський склад – 22 особи (12,8%) та рядовий, сержантський і старшинський – 150 осіб (87,2%). Із них до рядового складу (солдатів) належать – 69 учасників (40,1%); до сержантського старшинського складу – 81 учасник (47,1%); до молодшого офіцерського складу (молодші лейтенанти, старші лейтенанти, капітани) – 10 (5,8%); до старшого офіцерського складу (майори, підполковники, полковники) – 12 учасників (7%) (рисунок 2.4).



Строк перебування на військовій службі варіюється від 1 місяця до 20 і більше років. Найбільшу частку склали респонденти з військовою вислугою до 3 років – 106 (61,3%). Досвід участі в бойових діях мали 121 (70,3%) військовослужбовець (рисунок 2.5).



Серед учасників бойових дій у дослідженні співвідношення чоловіків і жінок було таким: чоловіки – 104 (86%), жінки – 17 (14%) (рисунок 2.6). Середня тривалість участі військовослужбовців у бойових діях становила 1 рік 7 місяців.



2.2. Обґрунтування вибору методик дослідницького інструментарію

На основі теоретичного аналізу проблем, охоплених у першому розділі дисертаційного дослідження, подальше емпіричне дослідження особистісно-професійних чинників ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовців (в тому числі в умовах воєнного часу) було вирішено здійснювати за наступними напрямками: анкетування (опитування, тестування), застосування комплексу психодіагностичного інструментарію, обробка та інтерпретація отриманих даних.

Опитування є методом збору інформації про досліджуваний об'єкт під час опосередкованого (анкетування) соціально-психологічного спілкування фахівця та респондента через фіксування відповідей респондентів на сформульовані запитання. Завдяки анкетуванню збирається інформація письмовим заповненням заздалегідь розроблених анкет з набором запитань у формі опитувальника. Достовірність досягається через анонімне анкетування, що дає змогу особі-респонденту залишатися невідомою, що робить її більш щирою, а це підвищує репрезентативність інформації про неї (Туриніна, 2018).

З метою забезпечення якісного підбору методик для реалізації задуму емпіричного дослідження ми спиралися на структурну модель «професійно-значущих» особистісних властивостей розроблену у першому розділі нашого дослідження (рис. 1.2).

Моделювання у психології допомагає створити структурне відображення психічних процесів, поведінкових проявів або рис особистості, які є об'єктом дослідження. Такий підхід дає змогу сформулювати структуровано підібраний набір психодіагностичних методик, що спрощує дослідницьку процедуру та дозволяє надалі більш точно інтерпретувати результати. До того ж, побудова моделі сприяє глибшому розумінню зв'язків між різними психологічними характеристиками. Як зазначає

І. В. Волженцева, «моделювання є важливим етапом у створенні інструментів, що допомагають у систематизації інформації про об'єкти дослідження» (Волженцева, 2022).

Поняття «модель» на думку В. М. Шейко та Н. М. Кушнарєнко, розуміється як уявна або матеріальна система, яка, відтворюючи об'єкт дослідження, може замінити його настільки, що її вивчення дає нову інформацію про сам об'єкт (Шейко & Кушнарєнко, 2008).

Утворена нами модель передбачає потребу дослідження кількох важливих блоків: ціннісно-мотиваційних характеристик; діагностування когнітивних функцій; дослідження особистісних та емоційно-вольових особливостей, а також вивчення професійних властивостей. Саме на основі цієї структури здійснювався підбір психологічних методик, що дає змогу комплексно оцінити індивідуальні характеристики досліджуваних.

Враховуючи специфіку вимог до особистісно-професійних якостей військовослужбовців, при підборі методик перевага віддавалась тим, які доцільно застосовувати для діагностики «професійно-важливих якостей» особистості починаючи від підбору кандидатів на військову службу, та у подальшому для дослідження під час військово-професійної діяльності (наприклад: при ротації для виконання військових завдань чи оцінки поведінки в конфліктних ситуаціях та екстремальних умовах).

З урахуванням виділених компонентів дослідження та відібраних методик створено «Комплекс методичного інструментарію дослідження» до переліку якого увійшли спеціалізовані адаптовані методики (таблиця 2.3).

Підібраний психологічний інструментарій дає змогу оцінити особистісні властивості військовослужбовців, які впливають на загальний рівень ефективності військово-професійної діяльності.

Таблиця 2.3.

**Комплекс методичного інструментарію дослідження
професійно-значущих особистісних властивостей військовослужбовців**

№ з/п	Психодіагностичний інструментарій	Основне призначення	Кількість показників
<i>I. Методики дослідження ціннісно-мотиваційних властивостей</i>			
1.	Мотивація професійної діяльності (методика К. Замфір у модифікації А. Реана)	Діагностика мотивації професійної діяльності.	7
<i>II. Методики вивчення когнітивних властивостей</i>			
2.	Методика дослідження особливостей мислення (МДОМ-2)	Дослідження здатності до абстрагування і оперування вербальними поняттями.	20
<i>III. Методики вивчення емоційно-вольових властивостей</i>			
3.	Методика шкалованої самооцінки психофізіологічного стану О. Кокуна	Діагностування самопочуття, активності, настрою та інших психофізіологічних станів особистості за професійною діяльністю, в тому числі мотиваційного та емоційного компонентів.	7
<i>IV. Методики вивчення особистісних властивостей</i>			
4.	Короткий п'ятифакторний опитувальник особистості ТІРІ (ТІРІ-UKR.) (в адаптації М. Кліманської, І. Галецької)	Визначення характеристик особистості: екстраверсія, дружелюбність, добросовісність, емоційна стабільність та відкритість новому досвіду.	10
<i>V. Методики вивчення професійних властивостей</i>			
5.	Методика діагностики схильності особи до конфліктної поведінки К. Томаса (адаптація Н.В. Грішиної).	Визначення переважного способу поведінки людини в конфліктних ситуаціях.	30
6.	Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2).	Методика призначена для виявлення комунікативних і організаторських схильностей особистості.	40
7.	Опитувальник військово-професійної життєстійкості (О. Кокун)	Визначає загальний рівень військово-професійної життєстійкості, ступінь вираженості її складових (<i>включеності, контролю, прийняття виклику</i>) та компонентів (<i>емоційного, мотиваційного, соціального та професійного</i>).	24

Усі обрані методики пройшли багаторічну психодіагностичну практику й мають високу надійність і валідність у вирішенні завдань діагностики особистісних характеристик (Кокун, 2021; Карамушка, 2005).

Для раціонального опрацювання результатів опитування, з метою більш детальної обробки отриманих даних, розроблено авторську «Анкету для опитування» (дод. В).

Отже, для аналізу впливу особистісно-професійних факторів на ефективність військово-професійної діяльності військовослужбовців, ми вважаємо за доцільне застосування представленого «Комплексного методичного інструментарію дослідження» (табл. 2.1).

Розгорнуті тексти опитувальників та завдання методик представлені окремо (у додатках «Б»).

Подальший аналіз сутності кожної із методик представлено у наступному параграфі.

2.3. Методики дослідження особистісно-професійних якостей військовослужбовців

Одним із завдань другого етапу емпіричного дослідження було підбір методичного інструментарію для забезпечення емпіричного дослідження «професійно-значущих» особистісних властивостей військовослужбовців.

Підібраний психологічний інструментарій дає змогу оцінити особистісно-професійні властивості військовослужбовців, які впливають на загальний рівень ефективності військово-професійної діяльності, використовуючи наступні підходи:

Методика «Мотивація професійної діяльності (методика К. Замфір у модифікації А. Реана)» (Кокун та ін., 2012) використовується оцінки ціннісно-мотиваційного компонента.

В основу методики покладена концепція внутрішньої та зовнішньої мотивації до служби. Внутрішній тип мотивації виявляється у важливості для особистості самої діяльності. Зовнішній тип мотивації, натомість, ґрунтується на прагненні задовольнити інші потреби, які не пов'язані безпосередньо з самою сутністю діяльності (такі як мотиви соціального престижу, грошового забезпечення та ін.). Самі зовнішні мотиви поділяються на позитивні та негативні за своєю природою.

Завдяки цій методиці визначається, які саме процеси мотивації домінують в особистості (чи то зовнішні позитивні, чи зовнішні негативні), і визначити суть позитивного впливу цих мотивів на результативність військово-професійної діяльності. Зовнішні позитивні мотиви, безперечно, є більш ефективними та бажаними з усіх точок зору, порівняно з зовнішніми негативними мотивами (Кокун та ін., 2021).

Задоволеність професією має значиму співвіднесеність з оптимальністю мотиваційного комплексу особистості. Задоволеність особистості обраною професією тим вище, чим оптимальніше у неї мотиваційний комплекс: висока вага внутрішньої і зовнішньої позитивної мотивації і низька – зовнішньої негативної. Крім того, встановлена і негативна співвіднесена залежність між оптимальністю мотиваційного комплексу та рівнем емоційної нестабільності особистості. Чим оптимальніше мотиваційний комплекс, чим більше активність особистості мотивована самим змістом її діяльності, прагненням досягти в ній певних позитивних результатів, тим нижче емоційна нестабільність. І навпаки, чим більше діяльність особистості обумовлена мотивами уникнення, осудження, бажанням “не потрапити в халепу” (які починають брати верх над мотивами, пов'язаними з цінністю самої діяльності, а також над зовнішньою позитивною мотивацією), тим вище рівень емоційної нестабільності (Кокун та ін., 2021).

Для дослідження структури ціннісно-мотиваційних властивостей військовослужбовців доцільно використання зазначеного опитувальника «мотивації професійної діяльності» (Дробот, Микитенко, 2023).

Цей інструментарій включає в себе з 7 завдань, кожне з яких має п'ять варіантів відповідей. Результати підраховуються за допомогою «ключа». Повний варіант методики наведено у додатку Б.1.

Застосування методики дозволяє виділити основні «позитивні зони» військовослужбовців, серед яких: висока внутрішня мотивація, задоволеність від процесу професійної діяльності та її результату, прагнення самореалізації.

Для вивчення *когнітивного компонента* оптимальною є **Методика дослідження особливостей мислення (МДОМ-2)** (Кокун та ін., 2021), яка призначена для виявлення здатності військовослужбовців до абстрагування і оперування вербальними поняттями. В основу методики закладено визначення рівнів пізнавальних процесів.

Методика складається з двадцяти завдань, які респондент має виконати за шість хвилин. У кожному завданні необхідно виділити слово, що не асоціюється з іншими чотирма словами. Оцінка результатів проводиться за допомогою “ключа” на основі правильних відповідей та з урахуванням гендерних характеристик опитуваних (ЗСУ, 2021).

Детальна інструкція по роботі з методикою викладена в додатку Б.2.

Військовослужбовці, які пройшли дослідження за цією методикою і показали у результаті “низький рівень” професійної придатності, можуть бути визнані такими, що не відповідають вимогам для зайняття певних військових посад (Інструкція УДОУ, 2010).

Варто зазначити, що відповідно до висновків «Всеукраїнської психодіагностичної асоціації», інформація про авторів методики ніде не згадується. Одночасно, вказується, що методика використовується як психодіагностичний інструментарій при відборі кандидатів на військову службу (Бурлачук, 2017). Підтверджується це тим, що дана методика запроваджена серед заходів професійно-психологічного відбору на військову

службу в окремих складових сектору безпеки і оборони України (Інструкція ЗСУ, № 272, 2022). Зазначене і стало перевагою до обрання її для нашого дослідження.

Показники *емоційно-вольового компонента* можна з'ясувати, провівши діагностику за допомогою **«Методики шкалової самооцінки психофізіологічного стану (О. Кокун)»**.

Методика спрямована на самооцінювання респондентом різних параметрів свого психофізіологічного стану (ПФС) за допомогою зорово-аналогових шкал.

Цей метод дозволяє швидко та точно діагностувати показники, що характеризують такі психофізіологічні стани особи, як: впевненість у своїх силах, активність, настрій, працездатність, зацікавленість до участі в бойових діях та бажання реалізовувати завдання за призначенням під час виконання військово-професійного обов'язку.

Перевагою цього підходу є його зручність, універсальність, інформативність, надійність, експрес-характер, а також можливість класифікації та порівняння отриманих показників. Ця методика виступає однією з найбільш відповідних для оцінки психологічної готовності військовослужбовців до конкретних аспектів військово-професійної діяльності.

Методика складається з семи неградуйованих горизонтальних «шкал», які мають довжину 100 мм. Процедура діагностики полягає в тому, що військовослужбовець може самостійно оцінити різні характеристики свого поточного стану за допомогою цих шкал. Для цього, на шкалі, розміщується умовний «курсор» (тобто умовна вертикальна позначка у проміжку шкали від 1 до 100 мм), з урахуванням того, що ліва частина відповідає найнижчому результату, а права – найвищому, що на думку респондента відповідає його поточному психофізіологічному стану. Детальний опис роботи методики наведено в додатку Б.3.

Аналіз отриманих результатів проводиться шляхом визначення кількісних показників в межах шкали від лівого краю до місця обраного респондентом (від 1 до 100 мм). На папері, це досягається за допомогою накладання лінійки на неградуїзовану шкалу і вимірювання відстані (у міліметрах) від лівого краю шкали до місця позначеного респондентом. Результати розподіляються та подаються у п'яти категоріях: високий, вище середнього, середній, нижче середнього та низький (Агаєв, Кокун та ін., 2016).

Методика є унікальною для кожного об'єкта дослідження, оскільки може використовуватись для фіксації лише індивідуальних показників (Духневич, 2023), це сприяє вивченню оперативного психофізіологічного стану військовослужбовців у різних галузях військово-професійної діяльності.

Для діагностування «компонента особистісних властивостей» відібрано «**Короткий п'ятифакторний опитувальник особистості ТІРІ (ТІРІ-UKR)**» (в адаптації М. Кліманської, І. Галецької). Методика спрямована на визначення глибинних психологічних рис особистості (Klimanska & Haletska, 2019).

Методика містить максимально короткий опитувальник із десяти універсальних запитань, що дозволяє зібрати інформацію про п'ять фундаментальних вимірів (екстраверсія, дружелюбність, добросовісність, емоційна стабільність та відкритість новому досвіду) для опису і оцінки особистості.

- *Екстраверсія* (vs інтроверсія) вказує міру відкритості у стосунку з іншими, а також переживання позитивних емоцій у взаємодії, активність в побудові соціальних контактів та зв'язків.

- *Дружелюбність* стосується проявленості у досліджуваного чутливості до інших, зацікавленості у спілкуванні та побудові дружнього стосунку.

- *Добросовісність* стосується того наскільки досліджуваний здатний витримувати фрустрацію рутинних завдань для досягнення відкладеної у часі мети, та наскільки ретельно та добре виконує завдання.

- *Емоційна стабільність (vs нейротизм)* зображує здатність досліджуваного до саморегуляції при переживання негативних емоцій.

- *Відкритість новому досвіду* проявляє конструкт, що стосується того як досліджуваний проявляє цікавість до пізнання та нового досвіду, а також його позитивну оцінку (Кокун та ін., 2021).

Методика діагностування визначає, що всі п'ять факторів є тривалими диспозиціями, які проявляються в моделях життєвої поведінки.

Зазначена методика використовується в окремих складових сектору безпеки і оборони України для здійснення заходів професійно-психологічного відбору кандидатів для прийняття на військову службу (Інструкція ЗСУ, № 272, 2022).

Визначені в опитувальнику показники рис особистості розуміються як універсальні, надкультуральні та наддемографічні, найбільш загальні характеристики, що дозволяють отримати повні та всебічні характеристики військовослужбовців. Розгорнутий матеріал щодо дії опитувальника представлено в додатку Б.4.

Для діагностики *«особистісних властивостей у професійній, поведінковій та соціальній сферах»* відібрано опитувальники, які дозволять отримати інформацію щодо домінуючих способів особистої поведінки військовослужбовців та їх професійної життєстійкості.

Методика «Діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки» К. Томаса (адаптація Н. В. Грішиної) дає можливість визначити домінуючий спосіб особистісної поведінки людини в конфліктних ситуаціях (Степанюк, 2020).

За допомогою методики визначаються п'ять основних (*суперництво, пристосування, компроміс, уникнення, співпраця*) стратегій поведінки особистості в конфліктній ситуації:

- *суперництво (конкуренція, змагання)* – прагнення досягти своїх інтересів та бути першим серед інших, на шкоду супернику; ігнорування інтересів і думок інших людей;

- *приспонування (поступливість)* – принесення в жертву власних інтересів на користь іншої в конфлікті особи; власні прагнення пригнічуються, або людина реалізує їх з іншим колом оточення; або людину не хвилює, що відбувається навколо, і вона може дозволити обставинам розвиватися за їх течією;

- *компроміс* – угода на основі взаємних поступок у якій кожен з партнерів у певній мірі знижує свої вимоги, щоб задовольнити їх хоча б частково; пропозиція варіанту, знімає виникле протиріччя а кожна із сторін досягає часткового задоволення своїх умов і частково виконання умов іншої сторони;

- *уникнення (відхід від конфлікту)* – відсутність як прагнення до відстоювання своїх прав та інтересів, так і відмова від взаємодії з іншими людьми в цілях досягнення вирішення проблеми; уникнення призводить до неусвідомленого пошуку партнера, на якого перекладається відповідальність за свої справи;

- *співпраця (співробітництво)* – учасниками ситуації відкрито обговорюються та пояснюються потреби і бажання, та приходять до альтернативи, що повністю задовольняє інтереси обох сторін учасників (Кокун, 2012).

Ця методика дозволяє зосередити увагу на пошуку шляхів врегулювання конфліктів, розробку корекційної програми, спрямованої на «розв'язання сутичок», практичне застосування особистістю або групою з всебічними способами поведінки для усвідомлення та досягнення безконфліктного стану в різних професійних емоційно-напружених ситуаціях (Карамушка, 2005).

Методика спрямована на виявлення в роботі з військовослужбовцями стилів поведінки учасників процесу військово-професійної діяльності та

спонукає до побудови «індивідуального» та «колективного» сценаріїв збалансування поведінки в конфлікті службовців певного підрозділу.

Методика включає 30 завдань, кожне з яких має два варіанти відповідей на них (А чи Б). Для виконання методики респонденту відводиться 15-20 хвилин часу. Форма та зміст опитувальника наведені у додатку Б.5.

Методика «Діагностика комунікативних і організаторських схильностей» (КОС-2), призначена для оцінки рівня розвитку комунікативних і організаторських схильностей особистості, серед яких: уміння встановлювати товариські та професійні стосунки, хист виявляти ініціативу та організаторські здібності, здатність відстоювати свою думку та переборювати невдачі, швидко орієнтуватись новій обстановці, допомагати близьким, приймати рішення у складних екстремальних умовах.

Ця методика містить експериментально визначені п'ять рівнів комунікативних і організаторських схильностей від найнижчого до найвищого до дуже високого (ЗСУ, 2021). Якщо подивитися на це у вигляді шкали, то перший рівень характеризує “найнижчий рівень” прояву у особи комунікативних і організаторських схильностей. Другий рівень вважається “нижче середнього”, коли у обстежуваних відсутнє прагнення спілкування, здебільшого перевага надається перебуванню на самоті, у товаристві чи колективі такі особи почуваються скуто. Мають складності в установленні контактів із людьми. Рідко проявляють ініціативу, уникають прийняття самостійних рішень. Не відстоюють своєї думки, важко переживають образи. Третій рівень є “середнім”, при якому характерно прагнення до контакту з людьми, відстоювання своєї думки. Проте потенціал їхніх схильностей не відрізняється високою стійкістю. Потрібна подальша робота з формування й розвитку у них таких якостей. Четвертий “високий рівень” прояву комунікативних і організаторських схильностей у обстежених, базується на тому, що особи не почуваються розгубленими в новій обстановці, швидко знаходять друзів, прагнуть розширяти коло знайомих, допомагають близьким

і друзям, виявляють ініціативу у спілкуванні, здатні приймати рішення у складних, нестандартних ситуаціях. П'ятий “найвищий” рівень комунікативних і організаторських схильностей у обстежуваних свідчить про сформовану потребу в комунікативній і організаторській діяльності. Вони швидко орієнтуються в складних ситуаціях. Невимушено поведуться в новому колективі. Ініціативні. Приймають самостійні рішення. Відстоюють свою думку і добиваються прийняття своїх рішень. Залюбки організують різні заходи. Наполегливі і завзяті в діяльності (Кокун, Мороз, Лозінська та Пішко, 2021).

Методика дає змогу констатувати рівень комунікативних та організаторських схильностей у військовослужбовців, що є важливим компонентом «професійно-значущих» особистісних властивостей. Особливого значення набуває у разі, коли результати тестування виявилися невисокими. Такі результати можуть негативно вплинути на відбір кандидатів на певні військові посади. Однак, це зовсім не означає, що цих схильностей потенційно немає. Просто не створено відповідних умов для їх виявлення та розвитку або ще не було нагальної потреби отримати відповідні вміння (ГУМПЗ ЗСУ. 2021).

Повний опис дії методики викладено у додатку Б.6.

Опитувальник військово-професійної життєстійкості (О. Кокун), призначений для діагностування загального рівня та ключових показників професійної життєстійкості.

У опитувальнику під військово-професійною життєстійкістю розуміється система переконань особи про себе, про світ відносини зі світом, що сформувалися впродовж професійного життя.

Завдяки методиці визначається ступінь вираженості *трьох* складових загальної професійної життєстійкості: включеність, контроль за подіями та прийняття виклику. Також, *чотирьох* компонентів життєстійкості, а саме: емоційний, мотиваційний, соціальний та професійний (Кокун, 2021). Міра кожної складової і життєстійкість загалом перешкоджають виникненню

внутрішньої напруги в стресових ситуаціях та сприйняттю екстремальних подій як менш значущих.

Методика дозволяє діагностувати загальний рівень військово-професійної життєстійкості. Вона складається з двадцяти чотирьох запитань, до кожного з яких пропонується п'ять варіантів відповіді для вибору. Варіанти розташовані за зростаючою шкалою, де з кожним наступним варіантом відповіді зростає індикатор вираженості ознаки. Всі ці показники об'єднує один інтегральний показник означений як «життєстійкість». Він відображає міру здатності досліджуваного зберігати ефективно професійне функціонування в несприятливих (стресових) обставинах у професійній діяльності.

Кількісні результати опитувальника професійної життєстійкості обчислюються відповідно до «ключа». Повна інформація щодо дії методики представлена у додатку Б.7.

Тест спрямовано на виявлення включеності у професійне життя, професійну загартованість, впевненість у собі військовослужбовців, їх зібраності, організованість, сміливість, рішучість, самоконтроль, витримку, готовність до викликів (Кокун, Мороз, Пішко, Лозінська, 2021).

Отже, проведений аналіз сучасних наукових підходів до вивчення проблем особистісних характеристик, дав нам змогу виокремити валідні психологічні методики для дослідження окремих компонентів особистісно-професійних якостей військовослужбовців. Представлений психодіагностичний інструментарій є релевантним для реалізації визначеного завдання емпіричного дослідження. Кожна методика характеризується достовірністю, надійністю та вірогідністю збору, обробки та отримання достовірних інформативних результатів.

Висновки до другого розділу

У другому розділі для вирішення поставлених завдань дослідження та досягнення мети, зосереджено увагу на умовах та методах дослідження

особистісно-професійних якостей військовослужбовців.

1. Здійснено низку організаційних заходів для поетапного проведення емпіричного дослідження, забезпечено необхідні умови його проведення, вивчено психологічні методи, обґрунтовано методичне забезпечення, окреслено етапи проведення емпіричного дослідження.

2. Відповідно до визначених завдань дослідження підібрано набір валідних психологічних інструментів для методичного забезпечення дисертаційного дослідження з метою діагностики особистісно-професійних якостей військовослужбовців.

Відбір базувався на сучасних підходах у психологічній науці з даного питання, що дозволило створити комплекс методологічного інструментарію, який *складається з наступних психологічних методик*: Мотивація професійної діяльності (методика К. Замфір у модифікації А. Реана); Методика дослідження особливостей мислення (МДОМ-2); Методика шкалованої самооцінки психофізіологічного стану О. Кокуна; Короткий п'ятифакторний опитувальник особистості ТІРІ (ТІРІ-UKR) (в адаптації М. Кліманської, І. Галецької); Методика діагностики схильності особи до конфліктної поведінки К. Томаса (адаптація Н.В. Грішиної); Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2); Опитувальник військово-професійної життєстійкості (О. Кокун).

Даний комплексний набір методик враховує вимоги до системного характеру досліджень, та контролю достовірності отриманих результатів.

Наступний параграф презентує результати емпіричного вивчення особистісно-професійних чинників військово-професійної діяльності військовослужбовців.

Результати, що представлені у другому розділі дисертації, знайшли відображення в наступній публікації автора:

а) стаття у науковому фаховому виданні:

1. Лізун, А. (2024). Комплекс психодіагностичного інструментарію дослідження особистісно-професійних якостей військовослужбовців. Збірник наукових праць "Вісник Національного університету оборони України". 5 (81), 101-108. DOI: 10.33099/2617-6858-24-81-5-101-108.

РОЗДІЛ 3

АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНИХ ЯКОСТЕЙ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

3.1. Загальна характеристика вираженості особистісно-професійних якостей військовослужбовців

Емпірична характеристика наводиться відповідно до виокремлених на теоретичному етапі дослідження п'яти основних компонентів «професійно-значущих» особистісних властивостей, важливих для ефективності військово-професійної діяльності: ціннісно-мотиваційний, когнітивний, емоційно-вольовий, особистісний та професійний. У процесі аналізу отриманих результатів представлено та проінтерпретовано ступінь вираженості кожного з цих компонентів.

Характеристика ціннісно-мотиваційних властивостей військовослужбовців

Для дослідження *ціннісно-мотиваційних* властивостей військовослужбовців була використана методика «*Мотивація професійної діяльності (методика К. Замфір у модифікації А. Реана)*». Завдяки застосованій методиці було одержано дані про рівні внутрішньої мотивації (ВМ), зовнішньої позитивної мотивації (ЗПМ) та зовнішньої негативної мотивації (ЗНМ) досліджуваних. Середній рівень ВМ дорівнює 4,2 бали (SD=0,8), ЗПМ - 3,7 бали (SD=0,7), ЗНМ - 3,3 балів (SD=1,0) (таблиця 3.1).

Розглянувши співвідношення трьох видів мотивацій, можна побачити, що в цілому за вибіркою серед досліджуваних військовослужбовців властивим є такий мотиваційний комплекс: ВМ>ЗПМ>ЗНМ.

Таблиця 3.1.

Вираженість трьох видів мотивацій військовослужбовців

Вид мотивації	М (середнє значення)	SD (стандартне відхилення)
ВМ	4,2	0,8
ЗПМ	3,7	0,7
ЗНМ	3,3	1,0

Визначений мотиваційний комплекс (перевага внутрішньої позитивної мотивації і низька – зовнішньої негативної) відноситься до «найкращих», оптимальних, мотиваційних комплексів. Це свідчить про, в цілому, належний рівень задоволеності особистістю обраною військовою професією. Військовослужбовці істотною мірою мотивовані самим змістом військово-професійної діяльності, прагненням досягти в цій діяльності певних позитивних результатів. Це узгоджується з дослідженнями О. А. Остапенко та ін., які показали, що внутрішня мотивація є ключовим чинником для професійного задоволення в контексті військової діяльності (Остапенко & Яценко, 2024).

Характеристика когнітивних властивостей військовослужбовців

Дослідження показників *когнітивної* сфери, що мають значення для ефективної військово-професійної діяльності військовослужбовців, було проведено за допомогою «*Методики дослідження особливостей мислення (МДОМ-2)*». Обрана методика єдина в нашому дослідженні, яка враховує та розподіляє гендерні особливості опитуваних, оскільки відповідно до «ключа», результати тестування підраховуються для кожної статі окремо. Застосування цієї методики дозволило детально визначити рівень особливостей мислення військовослужбовців на основі правильних відповідей.

Отримані дані свідчать, що середній показник здатності до абстрагування і оперування вербальними поняттями становить $M=6,9$ бала ($SD=1,7$). Сім балів набрали 26,2% військовослужбовців, що є найбільшою кількістю учасників (у відсотках). Наступні за кількістю учасників отримали 8 балів - 25% учасників. Найбільший показник 10 балів набрали 6,4% респондентів. Лише менше ніж 3% військовослужбовців отримали 2 та 3 бали (таблиця 3.2).

Таблиця 3.2

**Кількісно-відсотковий розподіл балів військовослужбовців
за МДОМ-2**

Кількість набраних балів	Кількість військовослужбовців		% військовослужбовців
2	2		1,2 %
3	4		2,3 %
4	9		5,2 %
5	27		15,7 %
6	15		8,7 %
7	45		26,2 %
8	43		25,0 %
9	16		9,3 %
10	11		6,4 %

З огляду на те, що хоча нормативно поділу результатів за методикою на рівні не визначено, але результат з балом 3 або менше за 10-бальною шкалою, вважається “низьким рівнем”, то було прийнято рішення поділити отримані бали на три рівні: перший – високий рівень (від 8 до 10 балів), середній (4–7 балів), низький рівень (1–3 бали).

Відповідні отримані дані (таблиця 3.3) свідчать про те, що переважна більшість військовослужбовців має середній (55,8%) та високий (40,7%) рівні здатності до абстрагування і оперування вербальними поняттями. Лише 3,5% учасників дослідження продемонстрували низькі показники за цією методикою.

Таблиця 3.3

Рівні розподілу особливостей мислення військовослужбовців

Рівні мислення	Кількість військовослужбовців	% військовослужбовців
Високий рівень	70	40,7 %
Середній рівень	96	55,8 %
Низький рівень	6	3,5 %

Характеристика емоційно-вольового та психофізіологічного стану військовослужбовців

Для оцінки емоційно-вольового та психофізіологічного стану військовослужбовців застосовано «Методику шкалою самооцінки психофізіологічного стану О. Кокуна». Максимальний показник за методикою може досягати 100 балів.

Згідно з методикою, рівень самооцінки респондентів поділяється на п'ять рівнів показників: низький (1–20 балів), нижче за середній (21–40 балів), середній (41–60 балів), вище за середній (61–80 балів) та високий (81–100 балів). Розподіл рівнів показників самооцінки емоційно-вольового та психофізіологічного стану та їх вираженість у військовослужбовців представлено у таблиці 3.4.

Таблиця 3.4

Вираженість показників емоційно-вольового та психофізіологічного стану військовослужбовців

Показник /рівні показників	Показник				
	1	2	3	4	5
	Низький	Нижче середнього	Середній	Вище середнього	Високий
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
Самопочуття	2 (1,2%)	4 (2,3%)	15 (8,7%)	79 (45,9%)	72 (41,9%)
Активність	2 (1,2%)	2 (1,2%)	21 (12,2%)	87 (50,6%)	60 (34,9%)
Настрій	1 (0,6%)	3 (1,7%)	16 (9,3%)	68 (39,5%)	84 (48,8%)
Працездатність	2 (1,2%)	3 (1,7%)	12 (7,0%)	79 (45,9%)	76 (44,2%)
Зацікавленість у захисті незалежності та територіальної цілісності держави	1 (0,6%)	1 (0,6%)	3 (1,7%)	40 (23,3%)	127 (73,8%)
Бажання виконувати бойові (спеціальні) завдання	1 (0,6%)	4 (2,3%)	20 (11,6%)	60 (34,9%)	87 (50,6%)
Впевненість у своїх силах	0 (0%)	2 (1,2%)	15 (8,7%)	63 (36,6%)	92 (53,5%)

З вищезазначеної таблиці видно, що для досліджуваних військовослужбовців властиві переважно високий та вище середнього рівні самооцінки вираженості емоційно-вольового та психофізіологічного стану за всіма показниками. Як свідчать результати за даною методикою, досліджувані військовослужбовці мають за середнім показником досить високі характеристики різних складових свого психофізіологічного стану (M = від 78,8 до 90,8 балів). А також порівняно невеликий рівень стандартного відхилення (SD) цих показників (таблиця 3.5).

Таблиця 3.5

**Середні результати самооцінки емоційно-вольового та
психофізіологічного стану військовослужбовців**

Характеристики стану респондентів	Середнє значення балів (M)	Стандартне відхилення (SD)
Самопочуття	80,1	16,0
Активність	78,8	14,8
Настрій	82,8	14,9
Працездатність	81,2	15,3
Зацікавленість в участі у захисті незалежності та територіальної цілісності держави	90,8	12,7
Бажання виконувати бойові (спеціальні) завдання	82,3	17,0
Впевненість у своїх силах	83,4	14,4

У дослідженні було отримано найвищий показник самооцінки за критерієм «зацікавленість в участі у захисті незалежності та територіальної цілісності держави» – 90,8 бала. Це значення свідчить про високий рівень зацікавленості респондентів у виконанні завдань спрямованих на захист державного суверенітету та територіальної цілісності України. Такий показник є важливим фактором емоційно-вольових якостей, оскільки демонструє прагнення долати труднощі та інтерес до поставлених завдань.

Наступним за величиною показником є шкала «впевненість у своїх силах» – 83,4 бала, це є важливим емоційно-вольовим аспектом, оскільки високий рівень впевненості сприяє кращій адаптації до стресових ситуацій та допомагає респондентам долати труднощі. Це узгоджується з дослідженням А. В. Кириченко, який зазначає, що помірно висока впевненість позитивно

пов'язана з рішучістю, наполегливістю, ініціативністю та загалом володінням силою волі, що є однією із головних переваг військовослужбовців у військово-професійній діяльності (Кириченко, 2023).

Високий середній бал за самооцінкою *настрою* ($M = 82,8$ бала) свідчить про позитивний емоційний стан респондентів, що є важливою складовою їхніх емоційно-вольових якостей. Стабільно позитивний настрій слугує основою для ефективного виконання завдань і здатності підтримувати високу мотивацію в умовах стресу (Кириченко, 2023).

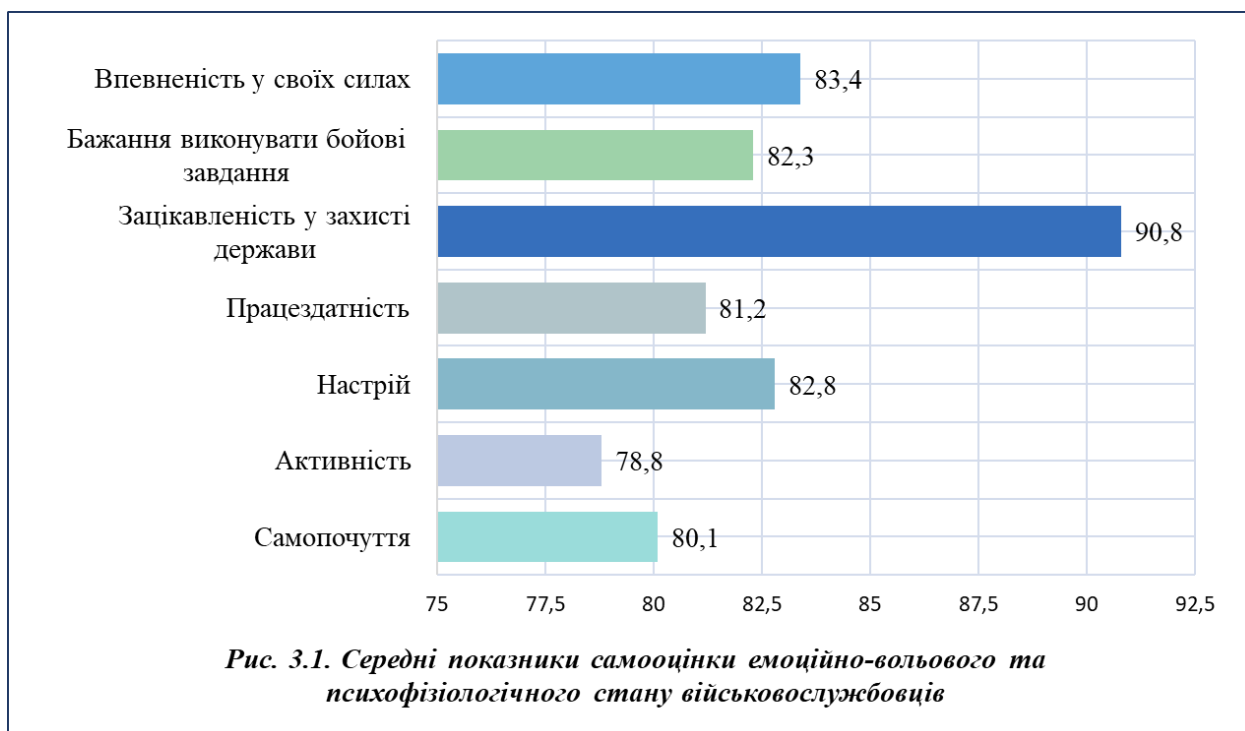
Також, високий середній бал ($M = 82,3$ бала зі ста можливих) за шкалою *«бажання виконувати бойові (спеціальні) завдання»* вказує на готовність респондентів виконувати бойові (спеціальні завдання), навіть якщо вони можуть бути пов'язані з певними труднощами. Це може свідчити про сильну волю до виконання поставлених завдань і вміння мобілізувати внутрішні ресурси.

Показник по шкалі *«працездатність»* ($M = 81,2$) свідчить про високий рівень готовності виконувати завдання та підтримувати продуктивність. Що підтверджується Стасюк В. В. та ін, - це важливий показник ефективності та стійкості військовослужбовців (Стасюк & Кириченко, 2022).

Середній показник *«самопочуття»* ($M = 80,1$) свідчить про те, що загальний рівень самопочуття респондентів є досить високим. Це вказує на те, що більшість респондентів оцінюють своє самопочуття позитивно, що є важливим показником їхнього сприятливого психофізіологічного стану для виконання завдань за призначенням.

Середній бал за шкалою *«активність»* потрапляє до оцінки «вище за середній», становлячи ($M = 78,8$), що нижче, ніж показник «самопочуття». Але ця різниця не є достовірною. Високі показники за шкалою активність вказують на загальний позитивний емоційний стан військовослужбовців, який розкриває їх індивідуальні властивості, необхідні для досягнення результативності у ході виконання бойових завдань (Кириченко, 2023).

Отже, середні показники самооцінки свідчать про загалом високий рівень емоційно-вольового та психофізіологічного стану військовослужбовців. Найвищі середні оцінки отримано за шкалами «зацікавленість в участі у захисті незалежності та територіальної цілісності держави», «впевненість у своїх силах», «бажання виконувати бойові (спеціальні) завдання» та «настрій» (рисунок 3.1).



Це свідчить про здатність військовослужбовців ефективно виконувати завдання в складних умовах, їхню рішучість та готовність обороняти Україну. Інші показники, такі як «самопочуття», «активність» і «працездатність», також знаходяться на високому або вище середнього рівні, що підтверджує позитивний емоційний стан та готовність до захисту суверенітету й територіальної цілісності держави. Водночас, відсутність максимальних та низьких оцінок вказує на здоровий рівень самооцінки, що запобігає виникненню схильності до надмірного ризику, недооцінки вимог ситуації або переоцінки власних можливостей.

Таким чином, результати самооцінки можна розглядати як важливий механізм, що забезпечує ефективну саморегуляцію та продуктивну діяльність

у професійній сфері військовослужбовців, а також сприяє їхній адаптації до складних умов діяльності.

**Характеристика п'яти фундаментальних вимірів особистості
військовослужбовців (екстраверсія, дружелюбність, добросовісність,
емоційна стабільність та відкритість)**

Діагностування вираженості «великої п'ятірки» рис особистості може дати цінну інформацію про поведінку людини та її придатність до військово-професійної діяльності. Для оцінки особистісних рис було використано методичку «Короткий п'ятифакторний опитувальник особистості ТІРІ (ТІРІ-УКР) в адаптації М. Кліманської, І. Галецької». Інструмент дозволив оцінити п'ять основних рис військовослужбовців: екстраверсію, доброзичливість, добросовісність (сумлінність), емоційну стабільність та відкритість до нового досвіду, що дало можливість схарактеризувати вибірку за кожною рисою особистості. На основі отриманих даних, у таблиці 3.6. наведені середні показники та стандартні відхилення цих особистісних показників.

Таблиця 3.6

**Середні результати показників
«Великої п'ятірки» військовослужбовців**

Особистісні якості	Середнє значення (M)	Середнє відхилення (SD)
Екстраверсія	9,6	1,9
Дружелюбність	11,1	1,7
Добросовісність (сумлінність)	12,1	1,5
Емоційна стабільність (нейротизм)	10,4	2,1
Відкритість новому досвіду	11,6	2,0

Середні значення за кожною з п'яти особистісних рис військовослужбовців знаходяться в таких межах: $M=9,6$ - екстраверсія; $M=10,4$ – емоційна стабільність (нейротизм); $M=11,1$ - дружелюбність; $M=11,6$ - відкритість новому досвіду; $M=12,1$ - добросовісність (сумлінність). Стандартні відхилення показують, що найбільша варіативність серед респондентів спостерігається у рівнях емоційної стабільності ($SD = 2,1$), а найменша — у рівнях сумлінності ($SD = 1,5$).

Відповідно до умов методики (Klimanska & Haletska, 2019), найвищий можливий результат становить 14 балів, а найнижчий — 2 бали. Найвищий середній бал отримала характеристика за шкалою «*добросовісність (сумлінність)*» ($M=12,1$), що свідчить про високий рівень у військовослужбовців відповідальності, розсудливості, надійності та схильності підтримувати порядок.

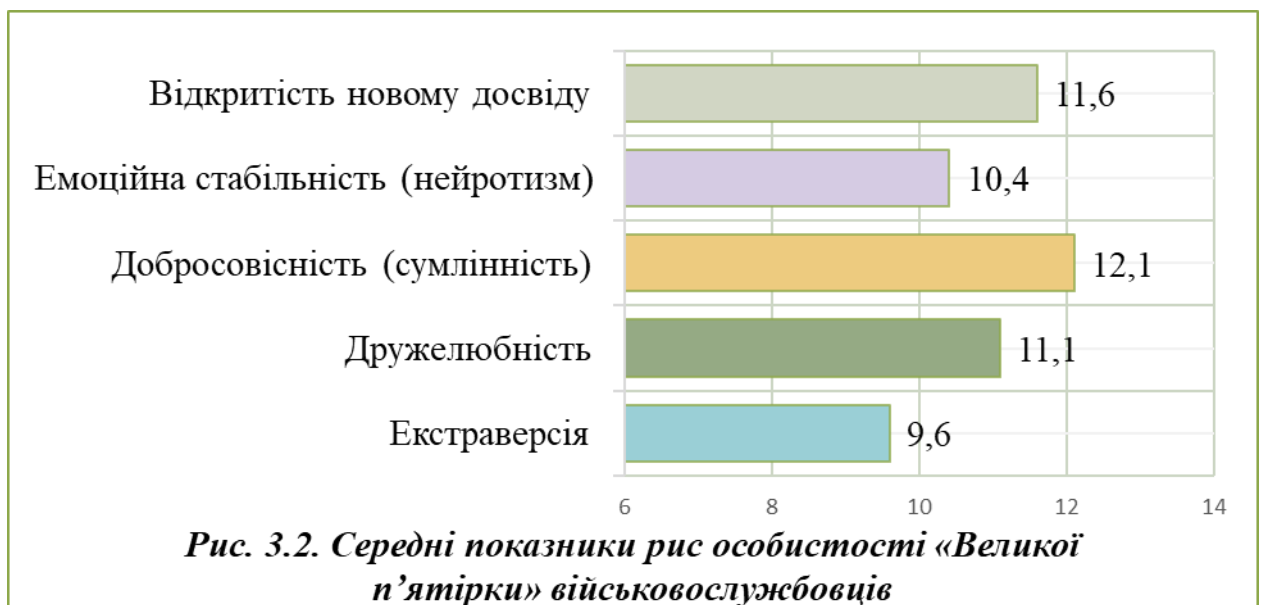
Також високий середній показник ($M=11,6$ балів) за шкалою «*відкритість новому досвіду*», вказує наявність жвавого інтересу до всього нового, схильність до інтелектуальних пошуків, креативність та розвинену уяву. У військовослужбовців з високою відкритістю новому досвіду є характерна внутрішня мотивація до професійної діяльності, оскільки певна діяльність цікава сама по собі й не потребує зовнішніх стимулів для її ініціювання та виконання (Проскура, 2011).

Шкала «*дружелюбність (приємність)*» також демонструє високий рівень за середнім значенням ($M=11,1$). Такий показник свідчить про готовність до емпатії, лагідність, скромність і готовність допомагати. Це узгоджується з дослідженням В. М. Денісова, яке доводить, що військовослужбовці з високим рівнем дружелюбності здатні формувати гармонійні стосунки з оточенням і активно підтримувати позитивну психологічну атмосферу у військовому колективі (Денісов, 2007).

Показник за характеристикою «емоційна стабільність (нейротизм)» за середнім значенням становить $M=10,4$, що також відповідає високому рівню. Це значення нижче максимально можливого для високого рівня, що може свідчити, про помірний рівень нейротизму та володіння достатнім рівнем стійкості до стресу. Згідно з інтерпретацією методики, висока емоційна стабільність вказує на ефективно контролювати стрес і долати його без відчуття напруги, дратівливості чи страху.

Показник за якістю «екстраверсія» дещо нижчий та становить $M = 9,6$, що теж відповідає високому рівню, хоча і не досягає максимально можливого значення. Це свідчить, що рівень екстраверсії не є надмірно високим, що може вказувати на розсудливу активність та оптимізм.

Отже, отримані результати демонструють переважно високі середні значення за всіма п'ятьма якостями, разом з тим не досягаючи максимально високого (14) показника (рисунок 3.2).



Це свідчить про гармонійний розвиток досліджуваних рис респондентів. Військовослужбовці характеризуються добросовісністю, відкритістю новому досвіду, емоційною стабільністю, екстраверсією та дружелюбністю, що має забезпечувати їхню адаптивність, стресостійкість і здатність до ефективної військово-професійної діяльності. Такий профіль

особистісних рис може сприяти ефективній діяльності та підтримці позитивного мікроклімату в умовах військової служби.

Характеристика професійних властивостей військовослужбовців та їх схильності до конфліктної поведінки

Наступним кроком дослідження було встановлення схильності військовослужбовців до конфліктної поведінки у службовій діяльності. Для цього використано методику «*Діагностики схильності особи до конфліктної поведінки К. Томаса (адаптація Н. В. Грішиної)*». Ця методика дозволила визначити переважаючі стратегії реагування військовослужбовців у конфліктних ситуаціях за п'ятьма типами поведінки: суперництво, співпраця, компроміс, уникнення, пристосування.

Згідно з умовами методики, кожна з п'яти шкал оцінюється в діапазоні від 0 до 12 балів. Кількість набраних балів за кожною шкалою методики відображає ступінь вираженості відповідної стратегії поведінки в конфліктних ситуаціях. Чим вищий бал, тим сильніше виражена конкретна форма поведінки.

Оскільки у методиці відсутній поділ на рівні схильності особи до конфліктної поведінки, для аналізу результатів було застосовано умовний поділ шкали балів на три рівні вираженості. Такий підхід забезпечує рівномірний розподіл діапазону балів: *високий рівень* (від 9 до 12 балів) вказує на домінуючу схильність до використання відповідної стратегії поведінки в конфліктних ситуаціях; *середній рівень* (5 – 8 балів) характеризує помірний рівень прояву схильності до певної стратегії поведінки; *низький рівень* (1 – 4 бали) демонструє слабо виражену схильність до використання відповідної стратегії поведінки. Такий поділ дозволяє уточнити результати дослідження та надати більш детальну характеристику схильності військовослужбовців до певних форм поведінки в конфліктних ситуаціях.

Завдяки застосованій методиці, було одержано дані та розраховано середні значення показників стратегій поведінки військовослужбовців в конфліктних ситуаціях (таблиця 3.7).

Таблиця 3.7

Середні результати показників схильності військовослужбовців до конфліктної поведінки

Стратегії поведінки	Середні значення (M)	Стандартне відхилення (SD)
Суперництво	3,9	2,9
Співпраця	6,9	1,6
Компроміс	9,2	1,9
Уникнення	5,7	1,7
Пристосування	4,8	2,1

Дослідження показників схильності до конфліктної поведінки за шкалою "компроміс" демонструє найвище середнє значення серед усіх п'яти типів поведінки (M=9,2), що є високим результатом виходячи із максимально можливого значення за методикою (12 балів). Це вказує про домінуючу схильність військовослужбовців використовувати компроміс як основну стратегію у вирішенні конфліктів. Помірний рівень стандартного відхилення (SD=1,9) свідчить про відносно однорідний розподіл оцінок респондентів за цією шкалою.

Другим за частотою вибору є тип поведінки "співпраця", середнє значення якого становить M=6,9. Це свідчить про значну схильність до активної взаємодії та спільної роботи як важливих елементів їх поведінкових

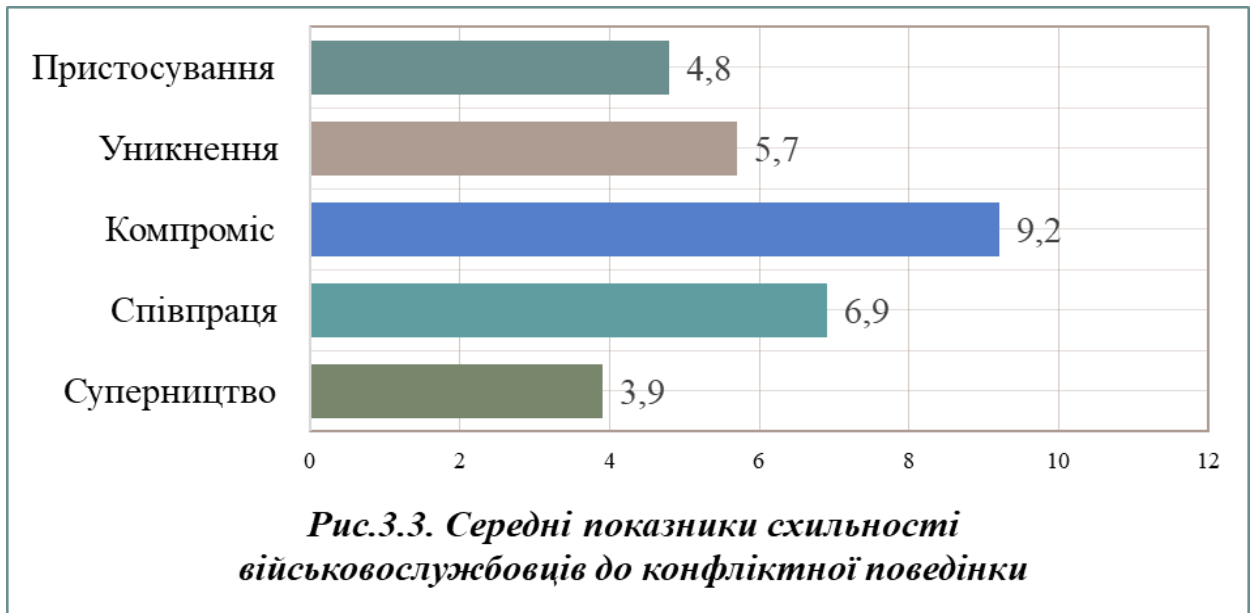
стратегій військовослужбовців. Рівень стандартного відхилення ($SD=1,6$) демонструє помірну варіативність у відповідях респондентів, що вказує на однорідність у виборі цієї стратегії серед досліджуваних.

Стратегія поведінки у конфліктній ситуації за шкалою "уникнення" демонструє середнє значення $M=5,7$, що вказує про середній рівень схильності до уникнення конфліктів. Стандартне відхилення ($SD=1,7$) є помірним, що свідчить про середню варіативність у відповідях респондентів, зокрема про певну однорідність у прояві цієї стратегії серед досліджуваних.

Шкала поведінки «приспосовання» має середнє значення $M=4,8$, що свідчить про рівень схильності до цієї стратегії, нижчий за середній. Стандартне відхилення ($SD=2,7$) демонструє значну варіативність у відповідях, що може вказувати на різнорідність респондентів за рівнем схильності до приспосовання.

Найнижчий середній бал спостерігається за шкалою "суперництво" серед усіх стратегій поведінки, що дорівнює $M=3,9$. Це свідчить про слабо виражену схильність військовослужбовців до конфліктної поведінки, зумовленої суперництвом. Значення стандартного відхилення ($SD=2,9$) є найвищим серед інших стратегій, що вказує на суттєву варіативність у відповідях.

Отже, результати аналізу середніх значень свідчать про відносно помірну схильність військовослужбовців до конфліктної поведінки. Водночас результати середніх показників схильностей військовослужбовців до конфліктної поведінки демонструють високу варіативність у відповідях за цими шкалами. Це підкреслює різнорідність індивідуальних підходів до копінг-стратегій, що ймовірно, відображає відмінності у попередньому досвіді, рівні професійної підготовки та особистісних характеристик. Варіативність отриманих результатів копінг-стратегій візуально представлена у рисунку 3.3.



Провідними стратегіями є "компроміс" і "співпраця", які демонструють найвищі середні значення. Стратегія "уникнення" посідає проміжне місце. Найнижчі середні значення спостерігаються за шкалами "пристосування" та "суперництво", що вказує на меншу їхню актуальність у поведінкових установках військовослужбовців.

Характеристика комунікативних і організаторських схильностей військовослужбовців

Далі представлено аналіз комунікативних та організаторських схильностей військовослужбовців на основі методики «Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2)». Цей інструмент дозволив оцінити рівень сформованості ключових особистісних властивостей, необхідних для ефективної комунікації та організаційної діяльності в умовах військової служби.

Методика передбачає визначення п'яти рівнів розвитку комунікативних і організаторських схильностей особистості. Відповідно до шкали розподілу, результати оцінювання групуються за такими рівнями: 1) 1–4 бали — дуже

низький рівень; 2) 5–8 балів — низький; 3) 9–12 балів — середній; 4) 13–16 балів — високий; 5) 17–20 балів — найвищий рівень.

У таблиці 3.8 представлені середні значення та варіативність цих схильностей серед військовослужбовців, що дає змогу оцінити рівень їх розвитку.

Таблиця 3.8.

**Середні значення та варіативність комунікативних
і організаторських схильностей військовослужбовців**

Схильності	Середнє значення (M)	Стандартне відхилення (SD)
Комунікативні	16,2	3,2
Організаторські	15,9	2,8

Комунікативні і організаторські схильності військовослужбовців мають близькі середні значення ($M=16,2$ та $M=15,9$ відповідно), що свідчить про відсутність дисбалансу за цими вибірками. Такий результат вказує на належний рівень розвитку особистісних характеристик, необхідних для ефективної військово-професійної діяльності, і підтверджує гармонійний розвиток цих якостей у військовослужбовців. Зазначене узгоджується з дослідженням Ю. Б. Хорощак, яка підкреслює важливість комунікативних та організаторських здібностей для професійного становлення майбутніх фахівців (Хорощак, 2020).

Отже, середнє значення *комунікативних схильностей* становить $M=16,2$ бала, що відповідає високому рівню розвитку цієї якості (відповідно до шкали методики). *Організаторські схильності* мають середнє значення $M=15,9$ бала, що також свідчить про високий рівень. Ці результати вказують на те, що обидві характеристики є рівноцінно важливими та взаємодоповнюваними для успішної професійної діяльності військовослужбовців. Варіативність результатів стандартного відхилення для

комунікативних схильностей ($SD=3,2$) є помірною, тоді як варіативність організаторських схильностей ($SD=2,8$) є меншою. Це свідчить про те, що рівень організаторських схильностей є більш стабільним серед респондентів.

Отже, середні значення дослідження свідчать про високий рівень розвитку як комунікативних, так і організаторських схильностей у військовослужбовців (рисунок 3.4.).



Незначні відмінності у середніх значеннях і варіативності підтверджують, що обидві якості доповнюють одна одну та відіграють важливу роль у військово-професійній діяльності. Отримані результати узгоджуються з даними інших досліджень, у яких зазначається, що поєднання організаторських здібностей і розвинених комунікативних навичок відіграє ключову роль як у військовому колективі, так і в ефективному командуванні військовими операціями (Lewińska, 2016).

Аналіз даних таблиці 3.9, що відображає розподіл рівнів комунікативних і організаторських схильностей серед військовослужбовців, дозволяє більш індивідуалізовано оцінити ступінь розвитку цих якостей у досліджуваній вибірці.

Таблиця 3.9.

**Розподіл рівнів комунікативних і організаторських схильностей серед
військовослужбовців**

Рівень		Бали	Комунікативні		Організаторські	
			n	%	n	%
1-й	Дуже низький	1-4	0	0%	0	0%
2-й	Низький	5-8	2	1,2%	2	1,2%
3-й	Середній	9-12	28	16,3%	20	11,6%
4-й	Високий	13-16	50	29,1%	65	37,8%
5-й	Найвищий	17-20	92	53,5%	85	49,4%

n – розмір вибірки (кількість респондентів).

Для «комунікативних» схильностей виявлено, що переважна більшість респондентів досягла найвищого рівня розвитку, що становить 53,5%. Це свідчить про те, що понад половина військовослужбовців мають високий рівень комунікабельності, що є важливою характеристикою для ефективної взаємодії в колективі. На високому рівні знаходиться 29,1%, що є третиною респондентів, що також свідчить про високий рівень цієї якості у вибірці. Лише невелика частина, 16,3%, мають середній рівень розвитку комунікативних схильностей. Водночас, жоден респондент не продемонстрував низький або дуже низький рівень комунікативних схильностей.

Щодо рівня розвитку «організаторських» схильностей, результати свідчать, що більшість респондентів також виявляють найвищий рівень розвитку цієї якості, що становить 49,4%. Високий рівень організаторських схильностей у 37,8% респондентів-військовослужбовців, що у сукупності з

найвищим рівнем охоплює 87,2% вибірки. Середній рівень мають 11,6% респондентів, а низький рівень — 1,2%. Також, як і в першому випадку із комунікативними схильностями, дуже низький рівень організаторських схильностей не зафіксовано.

Отже, переважна більшість військовослужбовців виявляють високий та найвищий рівень комунікативних і організаторських схильностей, а низький рівень відсутній, що свідчить про добре розвинуті ці якості у досліджуваних, важливі для ефективної військової служби.

Характеристика результатів дослідження військово-професійної життєстійкості військовослужбовців

Для оцінки рівня військово-професійної життєстійкості та її складових у військовослужбовців застосовано «*Опитувальник військово-професійної життєстійкості О. Кокуна*». За допомогою цієї методики було визначено як загальний рівень військово-професійної життєстійкості, так окремі її складові - включеність, контроль і прийняття виклику, а також чотири компоненти: емоційний, мотиваційний, соціальний, професійний.

Визначення рівня життєстійкості здійснювалося за оціночними критеріями методики (Кокун, 2022), відповідно до яких загальний рівень військово-професійної життєстійкості оцінюється в межах від 0 до 96 балів кожен. Такі показники як професійна включеність, професійний контроль, прийняття виклику мають оцінку у діапазоні від 0 до 36 балів кожен. У свою чергу, емоційний, мотиваційний, соціальний, професійний компоненти мають оціночний діапазон від 0 до 24 балів кожен.

Результати оцінки визначено на основі середніх значень та стандартних відхилень для кожного показника (таблиця 3.10).

Таблиця 3.10.

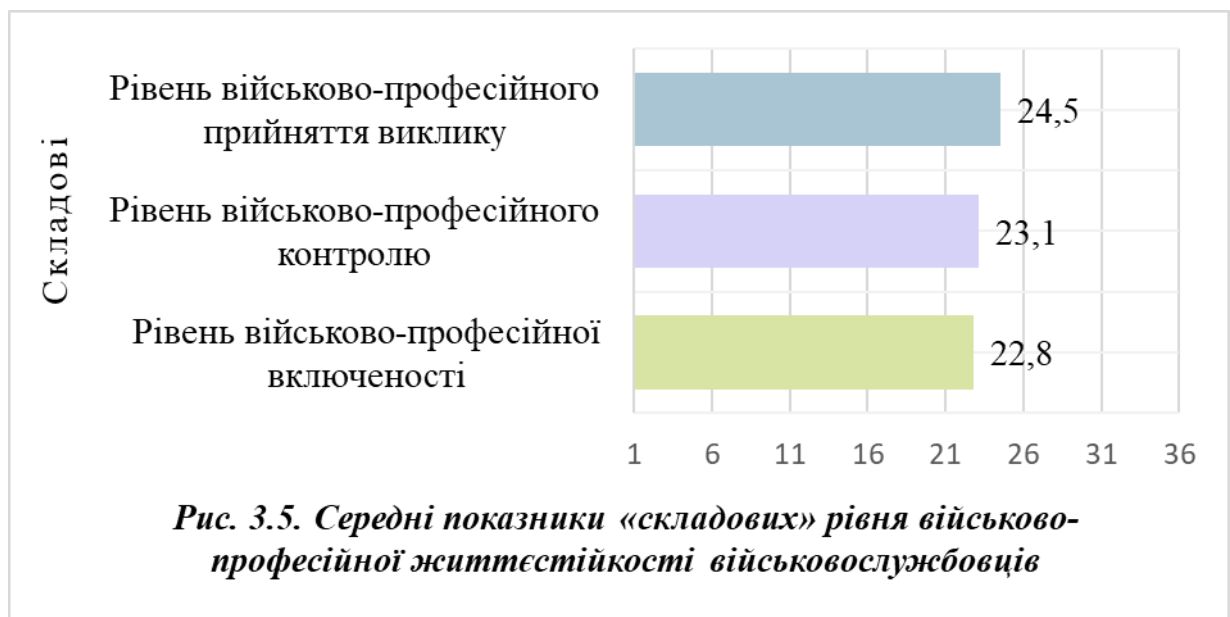
Середні показники рівня військово-професійної життєстійкості та її складових у військовослужбовців

Показники		Бали (за методикою)	Середнє значення (M)	Стандартне відхилення (SD)
Рівень загалом	Загальний рівень військово-професійної життєстійкості	0-96	70,3	8,9
Складові	Рівень військово-професійної включеності	0-36	22,8	3,6
	Рівень військово-професійного контролю		23,1	3,4
	Рівень військово-професійного прийняття виклику		24,5	3,5
Компоненти	Рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості	0-24	17,4	2,6
	Рівень мотиваційного компонента військово-професійної життєстійкості		18,6	2,7
	Рівень соціального компонента військово-професійної життєстійкості		17,0	2,7
	Рівень професійного компонента військово-професійної життєстійкості		17,3	2,7

Загальний рівень військово-професійної життєстійкості, який варіюється від 0 до 96 балів, має середнє значення M=70,3 бали. Це свідчить про високий рівень життєстійкості у досліджуваних військовослужбовців. Стандартне відхилення (SD=8,9) вказує на відносну однорідність оцінок серед респондентів.

Далі розглянуто характеристики кожної із складових та компонентів військово-професійної життєстійкості. Це дослідження дозволяє більш глибоко зрозуміти рівень ставлення військовослужбовців до професійної діяльності.

Серед трьох «*складових*», які можуть мати максимальне значення 36 балів (рисунк 3.5.), військово-професійна «*включеність*» склала середнє значення $M=22,8$ бали. Це відображає достатньо високий рівень включеності військовослужбовців у професійну діяльність.



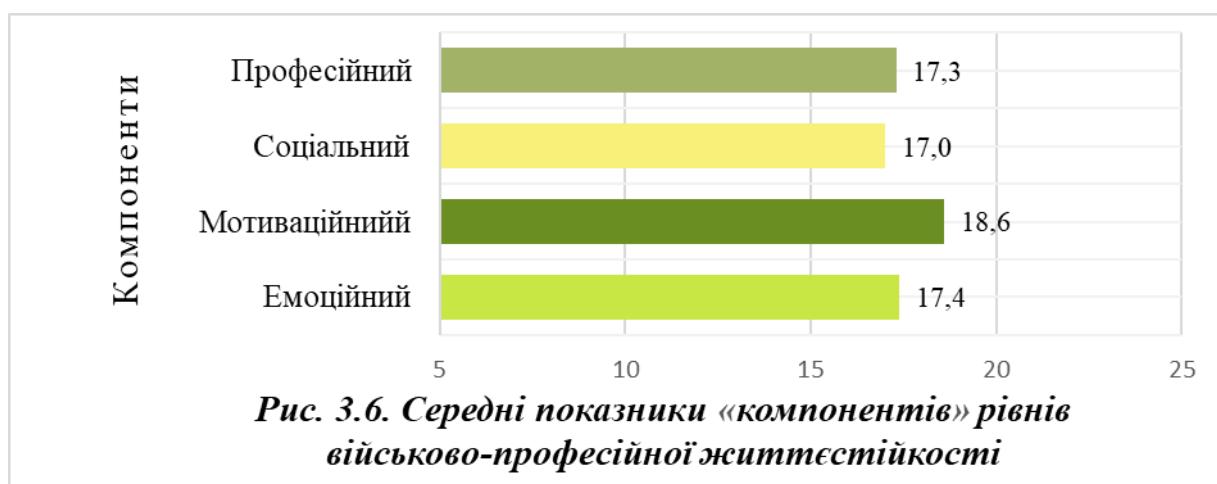
Середнє значення рівня складової військово-професійного «*контролю*» становить $M=23,1$ бали. Це є відносно високим показником, який свідчить про значну самостійність військовослужбовців у контролі над своєю професійною діяльністю.

Рівень «*прийняття виклику*» має середнє значення $M=24,5$ бали, що стало найвищим середнім показником серед складових військово-професійної життєстійкості. Такий бал засвідчив здатність військовослужбовців ефективно реагувати на виклики в професійній діяльності.

Стандартні відхилення для складових «*включеність*» ($SD=3,6$), «*контроль*» ($SD=3,4$) та «*прийняття виклику*» ($SD=3,5$) відображають

переважну однорідність оцінок серед респондентів. Іншими словами, більшість респондентів мають оцінки, які мало відхиляються від середнього значення, що свідчить про статистичну стабільність отриманих результатів. Незначні варіації вказують на схожість сприйняття військово-професійних якостей серед учасників.

Серед чотирьох *«компонентів»* (рисунк 3.6.), середня оцінка яких може досягати 24 балів, *«мотиваційний»* компонент має середнє найвище значення $M=18,6$ бали. Це вказує на високий рівень мотивації у військовослужбовців щодо виконання професійних обов'язків.



«Емоційний» компонент військово-професійної життєстійкості набирає середню оцінку в $M=17,4$ бали. Цей компонент відображає здатність військовослужбовців емоційно адаптуватися до професійних труднощів.

Рівень *«соціального»* компонента військово-професійної життєстійкості становить $M=17,0$ бали, що відображає наявність позитивної соціальної інтеграції військовослужбовців у колективі. Це вказує на здатність респондентів до ефективної взаємодії з іншими членами групи, підтримки конструктивних міжособистісних зв'язків та адаптації до соціальних умов.

Що стосується *«професійного»* компонента, його середній бал складає $M=17,3$, це свідчить про достатньо високий рівень професіоналізму серед військовослужбовців. Проте цей показник є найбільш варіативним серед

компонентів, що може вказувати на індивідуальні відмінності в рівні професіоналізму.

Значення стандартних відхилень для компонентів варіюються від 2,6 до 2,7 (емоційний, мотиваційний, соціальний, професійний), що свідчить про невелику варіативність оцінок серед респондентів. Показники оцінок цих компонентів близькі до середнього значення. Це підтверджує високу однорідність і стабільність серед військовослужбовців.

Таким чином, середні значення свідчать про загалом високий рівень «військово-професійної життєстійкості» у військовослужбовців. Найвищі показники середніх балів спостерігаються в складовій «прийняття виклику» та «мотиваційному» компоненті. Значення середніх балів для інших складових та компонентів, що знаходяться в межах відповідних діапазонів, вказують на достатній рівень емоційної та мотиваційної стабільності серед респондентів.

Отже, дослідження «особистісно-професійних якостей військовослужбовців» виявило високий рівень розвитку ключових характеристик, що забезпечують ефективність військово-професійної діяльності: домінування внутрішньої мотивації ($M = 4,2$), достатній рівень когнітивних здібностей ($M = 6,9$), високу психологічну стійкість ($M = 78,8-90,8$), виражену добросовісність ($M = 12,1$) та відкритість до нового досвіду ($M = 11,6$). Опитані військовослужбовці віддають перевагу компромісній стратегії у конфліктних ситуаціях ($M = 9,2$), що свідчить про їхню конструктивність у взаємодії, а також мають добре розвинені комунікативні та організаторські схильності ($M = 16,2$ і $15,9$), що сприяє ефективності управління. Висока військово-професійна життєстійкість ($M = 70,3$) підтверджує здатність до адаптації в складних умовах. Загалом, баланс між професійною мотивацією, психологічною стійкістю, когнітивними здібностями та комунікативними навичками створює оптимальні передумови для ефективної військової служби та адаптації до стресових ситуацій.

3.2. Порівняльна характеристика особистісно-професійних якостей військовослужбовців

Аналіз порівняння середніх показників особистісних якостей різних груп військовослужбовців здійснювався за розподілом їх на категорії за статтю та наявністю досвіду участі у бойових діях. Для цього використовувався t-критерій для незалежних вибірок, який є одним із найпоширеніших методів перевірки статистичної гіпотези про рівність середніх значень у двох вибірках.

Застосування цього методу дозволило визначити статистично значущі відмінності між середніми значеннями показників різних груп військовослужбовців (за умови значення $p < 0,05$). На основі отриманих даних проведено порівняння середніх значень, отриманих за допомогою методик, використаних у дослідженні.

Аналіз результатів порівняння військово-професійних характеристик військовослужбовців різної статі

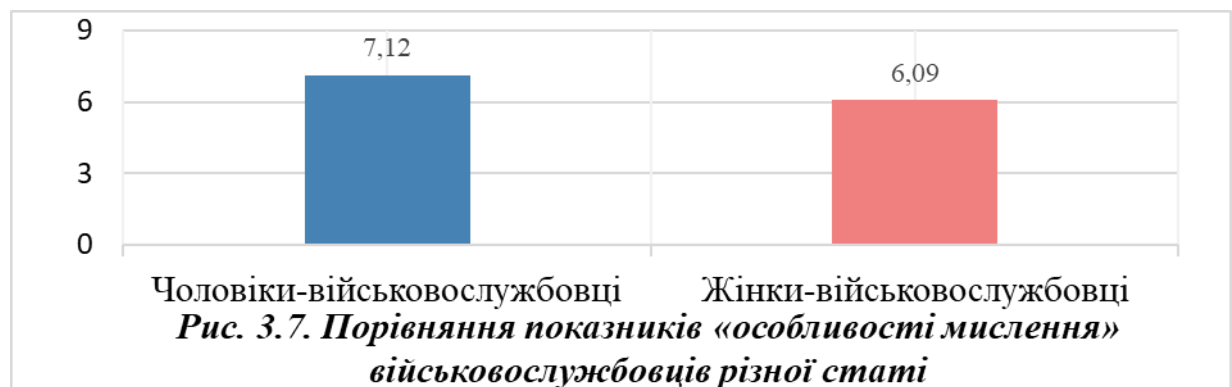
У нашому дослідженні застосовано сім психодіагностичних методик, в яких налічується 31 показник. Наявність статистично достовірних гендерних відмінностей встановлено за п'ятьма показниками військово-професійних характеристик військовослужбовців (таблиця 3.11). Тому в подальшому для аналізу питання статевої відмінності військовослужбовців розглянемо шкали: (1) «особливості мислення», (2) «бажання виконувати бойові завдання», (3) «екстраверсія», (4) «відкритість новому досвіду» та (5) «комунікативні схильності».

Таблиця 3.11.

**Порівняння показників військово-професійних характеристик
військовослужбовців різної статі
(за t -критерієм для незалежних вибірок)**

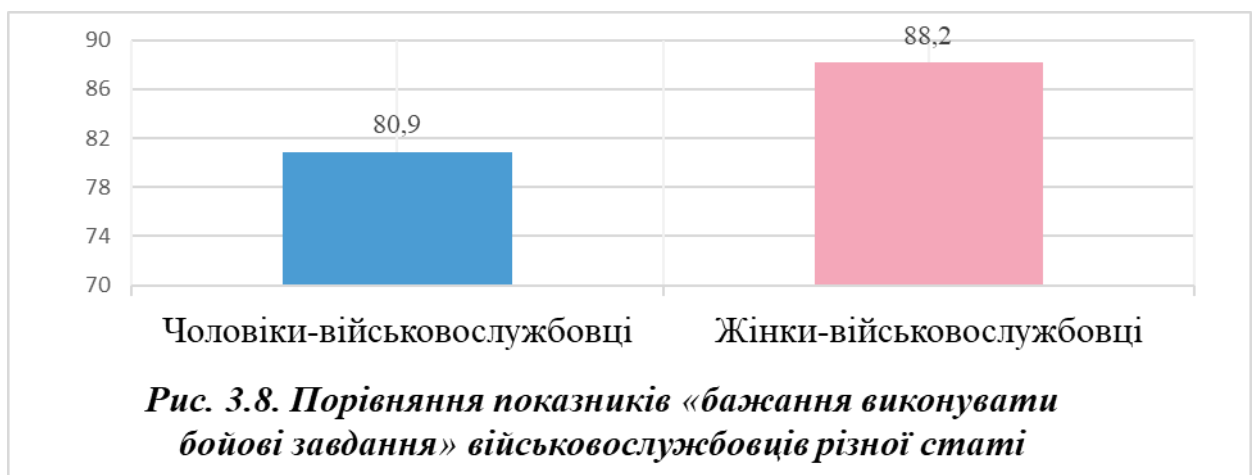
№	Показник	Чоловіки		Жінки		t - критерій	p - значення
		M	SD	M	SD		
1.	Особливості мислення (МДОМ-2)	7,12	1,62	6,09	2,02	2,71	0,010
2.	Бажання виконувати бойові (спеціальні) завдання	80,9	17,2	88,2	14,9	-2,44	0,018
3.	Екстраверсія	9,40	1,83	10,5	1,75	-3,27	0,002
4.	Відкритість новому досвіду	11,4	1,89	12,2	2,06	-2,17	0,035
5.	Комунікативні схильності	16,4	3,19	15,2	2,97	2,07	0,044

Отримані результати свідчать, що за показником «*особливості мислення*» чоловіки показали вищі середні значення ($M = 7,12$, $SD = 1,62$) порівняно з жінками ($M = 6,09$, $SD = 2,02$) (рисунок 3.7.).



Виявлена різниця є статистично значущою ($p = 0,01$). Порівняно з жінками військовослужбовцями, вищі середні значення у чоловіків військовослужбовців вказують на більш виражену здатність до абстрагування і оперування вербальними поняттями. Ці результати узгоджуються з науковими підходами А. О. Федик, відповідно до яких «специфіка мислення» чоловіків у стресових ситуаціях, відрізняється функціональною перевагою, забезпечуючи кращу здатність встановлювати зв'язки між сприйняттям та координованими діями. Зокрема, увага чоловіків зосереджена на розумінні, усвідомленні та пошуку шляхів вирішення завдань. У той час як мислення жінок здебільшого орієнтоване на уникнення стресових ситуацій та послідовне їх подолання з затримкою досягнення результату (Федик, 2021).

Згідно з наведеними у таблиці даними, середнє значення показника **«бажання виконувати бойові завдання»** у жінок ($M = 88,2$, $SD = 14,9$) виявилось вищим, ніж у чоловіків ($M = 80,9$, $SD = 17,2$). Статистична перевірка за допомогою t-тесту показала, що різниця між цими групами є статистично значущою ($p = 0,018$). Отже, жінки військовослужбовці демонструють достовірно вищий рівень «бажання виконувати бойові завдання» порівняно з чоловіками (рисунок 3.8.).

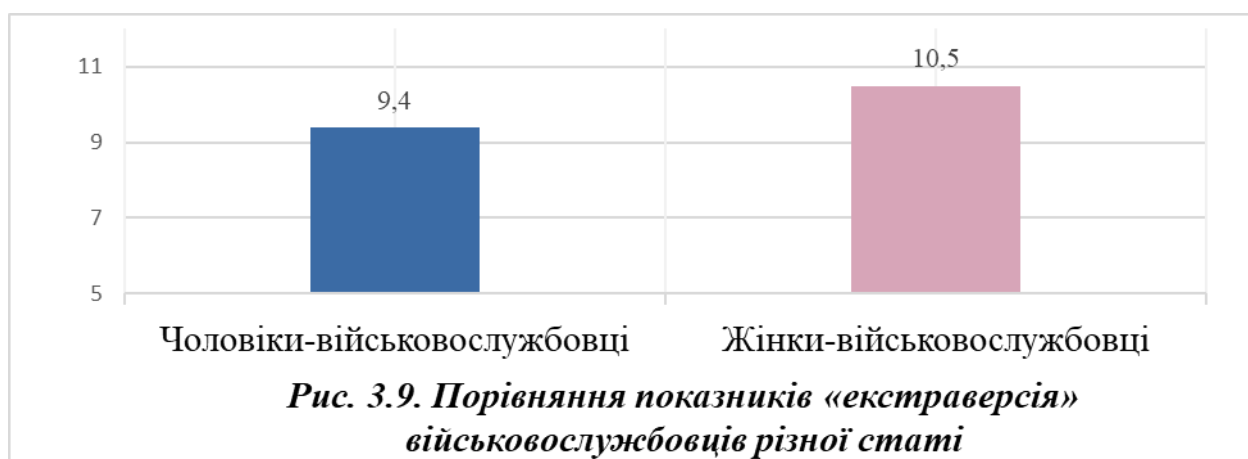


Цей результат підтверджується дослідженням Т. Helmus та ін., яке підкреслює, що жінки військовослужбовці мають вищий рівень бажання виконувати бойові завдання завдяки прагненню довести свою професійну

компетентність і подолати гендерні стереотипи. Крім того, це також може бути пов'язане з прагненням до самореалізації в умовах військової служби (Helmus та ін., 2018).

Додатково, враховуючи наявні показники, можна зробити висновок, що вищий рівень бажання виконувати бойові завдання у жінок відображає їхні мотиви долати професійні бар'єри і демонструвати здатність виконувати складні завдання на рівні з чоловіками. Це вказує на значущість впливу гендерного чинника військовослужбовців на ефективність військово-професійної діяльності.

За показником «*екстраверсія*» жінки-військовослужбовці також демонструють вищі значення ($M = 10,5$, $SD = 1,75$), порівняно з чоловіками-військовослужбовцями ($M = 9,4$, $SD = 1,83$). Це свідчить про більш виражену екстраверсію у жінок порівняно з чоловіками ($p = 0,002$). Наочно порівняння середніх показників «екстраверсія» у військовослужбовців різної статі представлено на рисунку 3.9.

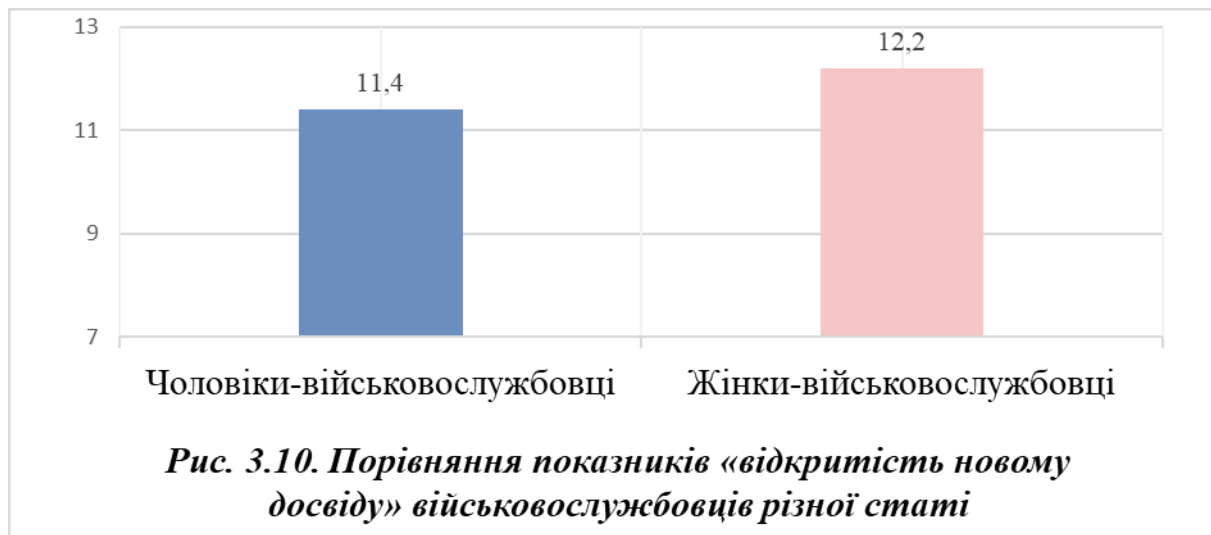


Варто згадати, що екстраверсія, згідно з моделлю Великої п'ятірки, відображає активність, швидке переключення нервової системи, прагнення особи до активної колективної взаємодії та ініціативності. Отримані дані близькі до результатів досліджень, що вказують на тенденцію до вищого рівня екстраверсії у жінок порівняно з чоловіками. Зокрема Snook та ін., вказують, що у військовому контексті ця особистісна риса може бути вкрай важливою для жінок-військовослужбовців, адже екстраверсія сприяє

ефективному виконанню військових обов'язків жінками. Крім того, жінки-військовослужбовці часто виконують роль координаторів у підрозділах, що додатково підкреслює важливість цієї особистісної риси (Snook, Scott, Bartone, Eid, Johnsen, & Laberg, 2009).

Нижчі показники екстраверсії у чоловіків військовослужбовців можуть відображати орієнтацію на завдання і технічні аспекти роботи, що відповідає традиційним уявленням про ролі чоловіків у військовій сфері (Kolditz, Wong, Millen, & Potter, 2003).

У контексті показника *«відкритість новому досвіду»* було встановлено, що жінки-військовослужбовці також продемонстрували вищі середні значення ($M = 12,2$, $SD = 2,06$) порівняно з чоловіками-військовослужбовцями ($M = 11,4$, $SD = 1,89$). Виявлена різниця у показниках ($p = 0,035$), може свідчити про більшу готовність жінок-військовослужбовців у вибірці до навчання, дослідження нових ідей і змін, ніж чоловіки. Візуалізація порівняння показника *«відкритості до нового досвіду»* у військовослужбовців різної статі продемонстровано на рисунку 3.10.



На противагу цьому, за показником *«комунікативні схильності»* чоловіки-військовослужбовці виявили вищі середні значення ($M = 16,4$, $SD = 3,19$) порівняно з жінками-військовослужбовцями у яких показник нижчий

($M = 15,2$, $SD = 2,97$, ($p = 0,044$). Порівняння середніх показників «комунікативних схильностей» подано у рисунку 3.11.



Це може свідчити про те, що чоловіки у вибірці частіше проявляють ініціативність у міжособистісній взаємодії, що характеризується активним встановленням контактів та інтересом до соціальної взаємодії. Водночас жінки-військовослужбовці виявляють менш виражену комунікативну схильність у цій вибірці, що може бути пов'язане з особливостями соціокультурного середовища або професійної ролі.

Ці результати узгоджуються з дослідженням А. Антощенко, яка зазначає, що гендерні відмінності є ключовим чинником у формуванні комунікативної поведінки. Зокрема, чоловіки схильні використовувати прямолінійний стиль спілкування, тоді як жінки частіше обирають довірливий і спокійний підхід. Гендерні особливості також впливають на стереотипні уявлення про комунікативні ролі, що, у свою чергу, формує специфіку комунікативної поведінки в професійному середовищі (Антощенко, 2015). Таким чином, отримані дані свідчать про те, що чоловіки-військовослужбовці виявляють більш виражені комунікативні схильності, що може позитивно впливати на ефективність їхньої військово-професійної взаємодії.

Отже, аналіз результатів порівняння військово-професійних характеристик військовослужбовців різної статі показав, що у жінок порівняно з чоловіками спостерігається достовірно вищий рівень за трьома із

п'яти показників: (1) бажання виконувати бойові (спеціальні) завдання, (2) екстраверсія, та (3) відкритість новому досвіду. Ці відмінності є статистично достовірними. Водночас чоловіки-військовослужбовці продемонстрували достовірно вищі результати за іншими двома показниками із п'яти: (1) комунікативні схильності та (2) особливості мислення (здатність до абстрагування і оперування вербальними поняттями).

Аналіз результатів

порівняння військово-професійних характеристик військовослужбовців із досвідом та без досвіду участі в бойових діях

Далі ми детально проаналізуємо результати порівняння особистісних та військово-професійних характеристик військовослужбовців, які були розподілені на дві окремі групи. *Перша* - включала учасників з наявним досвідом участі в бойових діях, *друга* – військовослужбовців, які не мали такого досвіду. Нагадаємо, що з метою комплексного оцінювання психологічних та професійно значущих характеристик респондентів було застосовано сім психодіагностичних методик. У сукупності ці методики охоплювали 31 кількісний показник, кожен із яких спрямовувався на дослідження окремих аспектів особистісних та професійних якостей військовослужбовців.

У ході математико-статистичного опрацювання емпіричних даних, наявність статистично достовірних відмінностей між показниками військовослужбовців з досвідом участі у бойових діях та без такого досвіду було встановлено за чотирнадцяти шкалами військово-професійних характеристик військовослужбовців (таблиця 3.12).

Тому, в подальшому порівняльному аналізі військово-професійних характеристик військовослужбовців з досвідом УБД та без такого досвіду розглянемо такі шкали: (1) «самопочуття», (2) «активність», (3) «настрій», (4) «працездатність», (5) «бажання» виконувати бойові (спеціальні) завдання, (6) «впевненість у своїх силах», (7) «екстраверсія»,

(8) «добросовісність», (9) «суперництво», (10) «уникнення», (11) «комунікативні» та (12) «організаторські» схильності, (13) «військово-професійна включеність», а також (14) «мотивація» до військово-професійної життєстійкості.

Таблиця 3.12.

Достовірні відмінності між показниками військово-професійних характеристик військовослужбовців досвідом УБД та без такого досвіду (за t - критерієм для незалежних вибірок)

№	Показник	з досвідом УБД		без досвіду УБД		t - критерій	p - значення
		M	SD	M	SD		
1.	Самопочуття	82,1	14,4	75,3	18,6	2,35	0,021
2.	Активність	80,5	14,0	74,7	15,9	2,26	0,027
3.	Настрій	85,0	13,9	77,6	16,1	2,83	0,006
4.	Працездатність	83,3	13,4	76,3	18,2	2,49	0,015
5.	Бажання виконувати бойові завдання	84,7	15,5	76,7	19,1	2,66	0,010
6.	Впевненість у своїх силах	85,1	13,8	79,4	16,2	2,32	0,023
7.	Екстраверсія	9,8	1,89	9,2	1,74	2,17	0,033
8.	Добросовісність	12,3	1,31	11,7	1,83	2,22	0,029
9.	Суперництво	4,20	2,92	3,24	2,59	2,14	0,034
10.	Уникнення	5,55	1,79	6,22	1,55	-2,47	0,015
11.	Комунікативні	16,6	2,96	15,2	3,49	2,45	0,016
12.	Організаторські схильності	16,4	2,43	14,8	3,17	3,14	0,002
13.	Включеність (військово-професійна)	23,1	3,59	22,0	3,46	2,02	0,046
14.	Мотиваційний компонент ВПЖ	18,9	2,59	17,8	2,86	2,25	0,027

Показники, які увійшли до вищенаведеної таблиці, умовно можна згрупувати у п'ять аналітичних блоків, відповідно до психодіагностичних методик, які застосовувалися для комплексного вивчення різних аспектів психофізіологічного та особистісно-професійного функціонування військовослужбовців. Зокрема такі блоки:

(1) *«Методика шкалової самооцінки психофізіологічного стану (розробник О. Кокун)»* – у межах цієї методики було встановлено статистично достовірні відмінності за шістьма з семи компонентів, що характеризують психофізіологічний стан респондентів-військовослужбовців.

(2) *«Короткий п'ятифакторний опитувальник особистості ТІРІ-UKR»* (в адаптації М. Кліманської та І. Галецької) – у межах цієї методики виявлено статистично значущі відмінності за двома з п'яти показників: «екстраверсія» та «добросовісність».

(3) *«Методика діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки»* (автор – К. Томас, адаптація Н. В. Грішиної) – у процесі дослідження зафіксовано достовірні відмінності за двома із п'яти показників: «суперництво» та «уникнення».

(4) *«Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2)»* – дозволила виявити достовірні відмінності за обома показниками методики: «комунікативні» та «організаторські» схильності.

(5) *«Опитувальник військово-професійної життєстійкості»* (автор - О. Кокун) – у межах цієї методики підтверджено статистично вагомі відмінності за двома з восьми складових методики: «включеність» військовослужбовців у військово-професійну діяльність та «мотиваційний» компонент їхньої військово-професійної життєстійкості (таблиця 3.13).

Таблиця 3.13.

**Розподіл шкал дослідницьких методик, за якими наявні
статистично значущі відмінності між військовослужбовцями
з досвідом та без досвіду участі у бойових діях**

№ з/п	Методичний інструментарій	Перелік показників	Кількість шкал	
			за методикою	за якими є відмінності
1	Методика шкалової самооцінки психофізіологічного стану (О.Кокун)	Самопочуття, активність, настрої, працездатність, бажання виконувати бойові завдання, впевненість у своїх силах	7	6
2	Короткий п'ятифакторний опитувальник особистості ТІРІ-UKR (М. Кліманської, І. Галецької);	Екстраверсія, добросовісність	5	2
3	Методика діагностики схильності особи до конфліктної поведінки К. Томаса (Н.В.Грішиної)	Суперництво, уникнення	5	2
4	Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2)	Комунікативні, організаторські схильності	2	2
5	Опитувальник військово-професійної життєстійкості (О.Кокун)	Включеність (військово-професійна), мотиваційний компонент військово-професійної життєстійкості	8	2

Для глибшого розуміння значення кожного з показників у військовослужбовців з досвідом та без досвіду участі у бойових діях ми провели аналіз кожної методики. Першою розглянемо *Методику шкалової самооцінки психофізіологічного стану (О. Кокун)*, яка має найбільшу кількість достовірних відмінностей між показниками. За нею із семи шкал було встановлено достовірні відмінності за шести шкалами: (1) «самопочуття», (2) «активність», (3) «настрій», (4) «працездатність», (5) «бажання виконувати бойові (спеціальні) завдання» та (6) «впевненість у своїх силах». Встановлено, що всі ці показники є достовірно вищими у військовослужбовців, які мають досвід участі в бойових діях. Далі детальніше проаналізуємо порівняння кожного з показників.

Середні показники самооцінки психофізіологічного стану за шкалами «самопочуття» ($M = 82,1$), «активність» ($M = 80,5$) та «настрій» ($M = 85,0$) виявилися достовірно вищими у військовослужбовців із досвідом участі у бойових діях, порівняно з аналогічними показниками у військовослужбовців без такого досвіду. У групі без досвіду УБД середні значення становили: «самопочуття» - 75,3, «активність» - 74,7 та «настрій» - 77,6. Відмінності між середніми показниками обох груп є статистично достовірними, що підтверджується результатами t-критерію ($p = 0,027-0,006$). Отримані дані свідчать про високу надійність цих відмінностей і виключають випадковість отриманих результатів. Вищі показники у групі військовослужбовців із досвідом УБД пояснюються сформованою стійкістю до фізичних і психологічних навантажень.

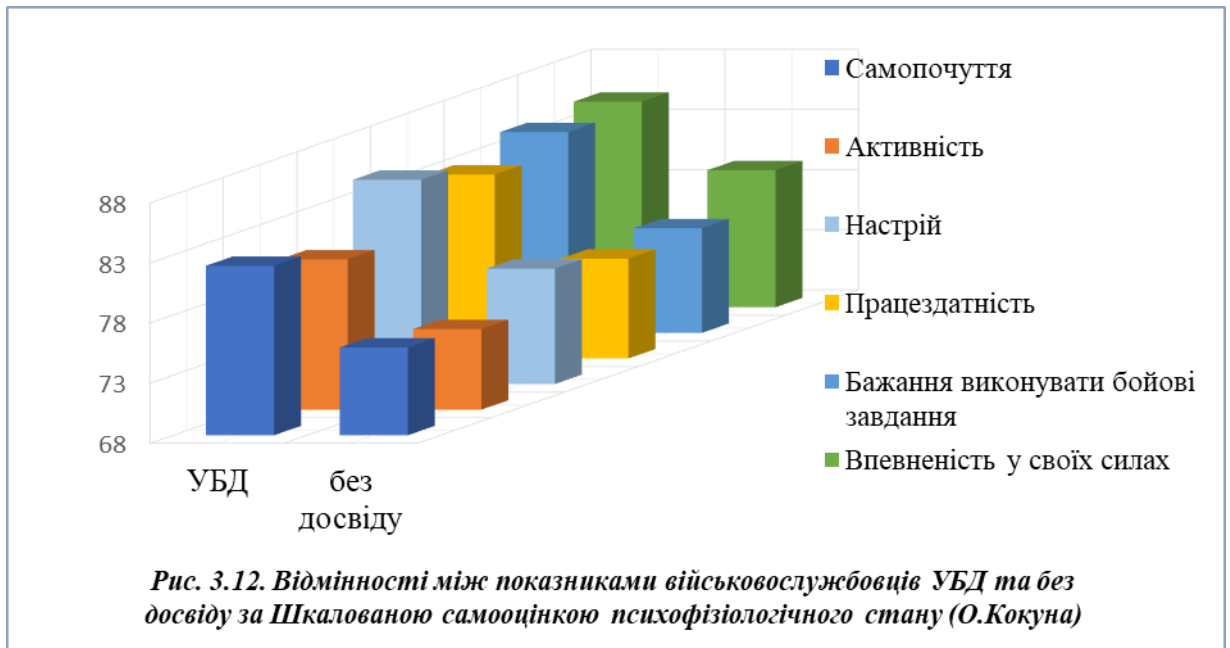
Ці особливості, ймовірно, пов'язані з адаптацією до бойових умов, у яких вони діяли. У військовослужбовців з досвідом участі у бойових діях, імовірно, краще розвинені навички управління емоціями та підтримання оптимального рівня активності навіть за умов підвищеного ризику й невизначеності. Натомість у військовослужбовців без досвіду УБД, дещо

нижчі середні показники можуть свідчити про їхню більшу вразливість до стресових факторів та недостатньо сформовані механізми адаптації до виконання завдань у стресових умовах. Це свідчить про вищий адаптаційний потенціал, який формується під час участі в бойових діях.

Дані показали, що військовослужбовці з наявним досвідом УБД за шкалою самооцінки *«працездатність»* мають вищий рівень ($M = 83,3$) порівняно з тими, хто не має такого досвіду ($M = 76,3$). Порівняння показника самооцінки *«бажання виконувати бойові завдання»* між двома групами військовослужбовців - з досвідом участі в бойових діях та без нього - підтверджено, що група з досвідом УБД має вищий рівень бажання виконувати бойові завдання ($M = 84,7$), порівняно з групою без такого досвіду ($M = 76,7$). Це свідчить про те, що військовослужбовці з досвідом УБД продемонстрували вищий рівень *«працездатності»* та *«бажання виконувати бойові завдання»* порівняно з їхніми колегами без такого досвіду. Отже, досвід участі в бойових діях має значний вплив на прагнення до виконання бойових завдань.

Згідно з отриманими даними, середній рівень самооцінки за зорово-аналоговою шкалою *«впевненості у своїх силах»* у військовослужбовців з досвідом УБД становить $M = 85,1$, що є вищим, ніж у військовослужбовців без досвіду бойових дій, де середній показник склав $M = 79,4$. Різниця між цими двома групами свідчить про те, що військовослужбовці з досвідом УБД мають вищий рівень впевненості у своїх силах ніж їх колеги без такого досвіду.

Візуалізацію зазначених відмінностей між показниками військово-професійних характеристик військовослужбовців із досвідом участі в бойових діях (УБД) та без нього за Методикою шкалою самооцінки психофізіологічного стану (О. Кокуна) представлено на рисунку 3.12.



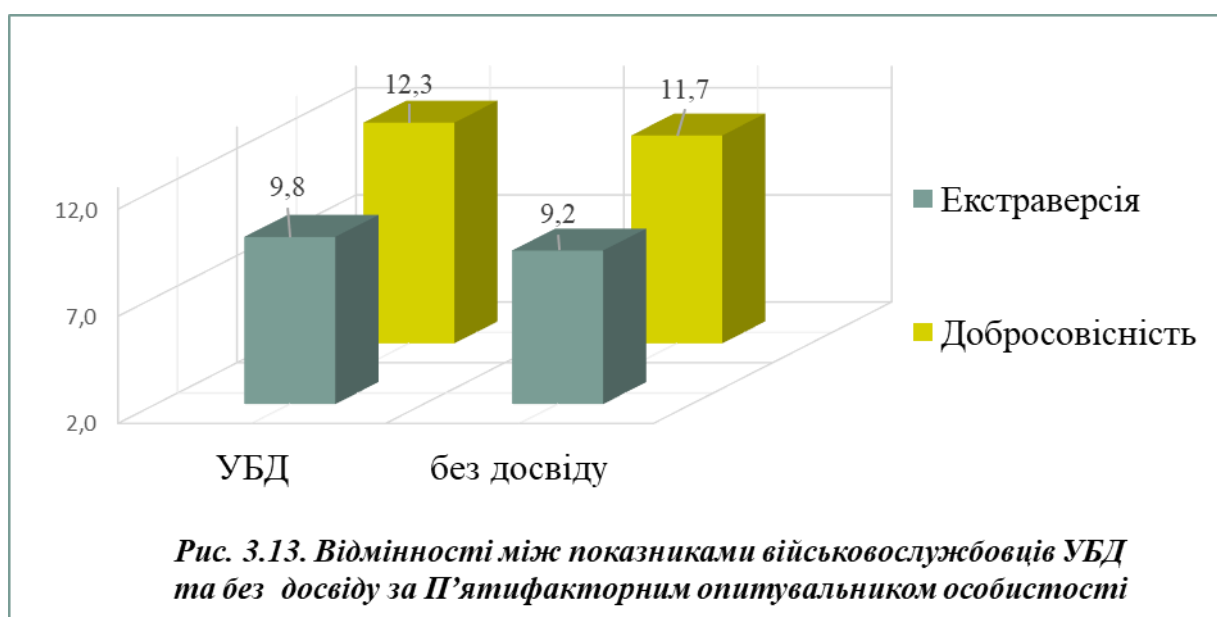
Таким чином, порівняння результатів дослідження, отриманих за *Методикою шкалової самооцінки психофізіологічного стану (О. Кокуна)*, засвідчило, що військовослужбовці з досвідом безпосередньої участі у бойових діях, демонструють вищий рівень показників самооцінки всіх шести компонентів психофізіологічного стану за якими є достовірні відмінності, порівняно з військовослужбовцями, які участі у бойових діях не брали. Це свідчить про те, що бойовий досвід може бути значущим фактором, який впливає на загальний психофізіологічний стан військовослужбовців.

Перехід від аналізу самооцінки психофізіологічного стану до вивчення особистісних рис військовослужбовців дозволив розширити уявлення про вплив бойового досвіду на їхню особистість. У цьому контексті застосування *Короткого п'ятифакторного опитувальника особистості TIPI-UKR (в адаптації М. Кліманської, І. Галецької)* стало одним з важливих інструментів дослідження. Ця методика оцінює п'ять базових рис особистості, серед яких ми детальніше проаналізуємо дві: (1) «екстраверсію» та (2) «добросовісність», за якими встановлено статистично достовірні відмінності. Виявилось, що військовослужбовці з досвідом бойових дій мають більш виражені рівні особистісних рис «екстраверсії» та «добросовісності» порівняно з тими, хто не брав участі у бойових діях.

Згідно з даними наведеними у таблиці 3.12, група військовослужбовців з досвідом участі в бойових діях продемонстрували достовірно ($p = 0,033$) вищий рівень «екстраверсії» ($M = 9,8$) порівняно з групою військовослужбовців без досвіду участі в бойових діях ($M = 9,2$). Це свідчить про те, що бойовий досвід може мати позитивний вплив на прояви «екстраверсії», оскільки військовослужбовці з досвідом участі в бойових діях показали вищі показники цього особистісного параметра порівняно з їхніми колегами, які не мають такого досвіду.

Аналіз результатів порівняння показника «добросовісність» між військовослужбовцями з досвідом УБД та без такого досвіду показує, що особи з досвідом УБД демонструють достовірно ($p = 0,029$) вищий рівень добросовісності ($M = 12,3$) порівняно з військовослужбовцями, які не брали участі в бойових діях ($M = 11,7$).

На рисунку 3.13 наочно представлено відмінності між показниками військово-професійних характеристик військовослужбовців із досвідом участі в бойових діях (УБД) та без нього за даними п'ятифакторного опитувальника рис особистості.



Це вказує на те, що досвід участі у бойових діях може бути пов'язаний з підвищеним проявом «добросовісності». Таким чином, отримані результати

підтверджують, що військовослужбовці які здобули досвід УБД мають значно вищий рівень добросовісності порівняно з їхніми колегами без такого досвіду.

Отже, так само як і в попередній методиці, порівняння діагностичних результатів досліджуваних вибірок дозволяє стверджувати, що досвід участі у бойових діях має позитивний вплив на прояви особистісних рис у військовослужбовців.

Продовжуючи дослідження особистісно-професійних якостей військовослужбовців з досвідом участі у бойових діях та без такої практики, розглянемо із п'яти наявних, дві достовірні відмінності: (1) «суперництво» та (2) «уникнення», що характеризують поведінку в конфліктних ситуаціях. Оцінка цих показників за допомогою *Методики діагностики схильності особи до конфліктної поведінки К. Томаса (у адаптації Н. В. Грішиної)* показала суттєві відмінності між військовослужбовцями з бойовим досвідом та без нього, що сприяє глибшому розумінню особливостей їхньої поведінки у професійній діяльності.

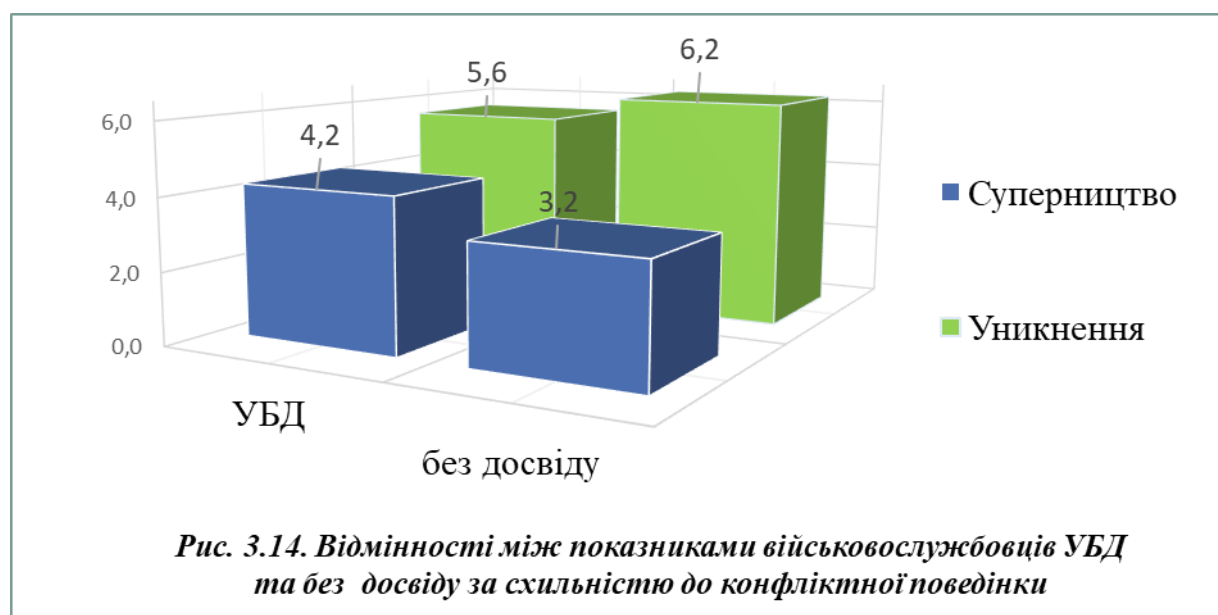
Середній показник «суперництво» серед військовослужбовців із досвідом участі у бойових діях становить $M = 4,2$, тоді як у військовослужбовців без такого досвіду цей показник є істотно меншим ($p = 0,034$) і дорівнює $M = 3,24$. Отже встановлено більш виражена схильність до суперництва у військовослужбовців з бойовим досвідом порівняно з їхніми колегами без такого досвіду. Наукові публікації, присвячені вивченню конфліктної поведінки, описують «суперництво» як модель поведінки, що характеризується особливою наполегливістю орієнтованістю на власні інтереси. В основі цієї стратегії лежить переконання, що конфлікт можна вирішити лише через наполегливе досягнення власної мети (Андріяко, 2022). Застосування такої моделі поведінки може бути виправданим для керівника у ситуаціях, які потребують жорсткого та оперативного прийняття рішень у складних професійних умовах. Таким чином, високий рівень «суперництва» у військовослужбовців з досвідом участі в бойових діях, підкреслює

значущість цієї риси для досягнення успіху в боротьбі з супротивником для досягнення стратегічних цілей та ефективного захисту національних інтересів.

На протигагу цій тенденції, у військовослужбовців без досвіду бойових дій виявився вищий показник «уникнення» (відповідно $M = 6,22$ та $p = 0,015$), ніж у їхніх колег з досвідом участі в УБД ($M = 5,55$). Це єдиний показник, де військовослужбовці з досвідом участі в бойових діях демонструють нижчі результати порівняно з колегами без такого досвіду. За моделлю поведінки за К. Томасом, стратегія «уникнення» характеризується як «негативний показник», що передбачає ігнорування конфліктних ситуацій без спроб їх вирішення чи змін, що, своєю чергою, може спричинити підвищення рівня емоційної нестабільності (Коқун та ін., 2012). Водночас результати наявних даних, які показали нижчий показник «уникнення» у військовослужбовців з досвідом УБД, слід розглядати в контексті наявної специфіки досвіду бойових дій, де стратегія «уникнення» може працювати як ефективний "запобіжник" проти невиправданих втрат. Здобуті результати аналізу узгоджуються з науковим дослідженням В. А. Вахняк, яке підкреслює, що однією з ключових якостей військовослужбовців є здатність аналізувати ризики та приймати виважені рішення для збереження життя як власного, так і співслуживців. «Уникнення» у контексті участі у бойових діях виступає не як слабкість, а як свідомо стратегія, яка дозволяє мінімізувати гостроту та частоту виникнення небезпечних ситуацій, знизити ризики необґрунтованих дій в екстремальних умовах. Відповідно, «уникнення» складних ситуацій підкреслює прояв психологічної зрілості та відповідальності, що є важливими для збереження психологічної боєздатності особового складу та запобігання безпідставним втратам у бойових умовах (Вахняк, 2021). У військовій практиці ігнорування провокацій з боку іншої сторони може бути ефективною стратегією захисту від інформаційно-психологічного впливу та дезінформації, що допомагає зберегти емоційний контроль і уникнути небезпечних пасток (Кислий, 2020).

З цього випливає, що неможна розглядати «уникнення» як відмову військовослужбовця від бойових дій. Цей показник можна інтерпретувати, як спробу «несперечатись» (уникнути конфронтації), щоб відсторонити можливі провокації. Також варто розглядати як прояв досвіду, здобутого у ході виконання бойових завдань по захисту Батьківщини.

Отже, проведене порівняння схильності військовослужбовців до конфліктної поведінки за методикою К. Томаса (у адаптації Н. В. Грішиної) в групах із досвідом участі в бойових діях та без нього дозволило встановити протилежні відмінності в таких показниках, як «суперництво» та «уникнення». Порівняльну візуалізацію рівня «схильності до конфліктної поведінки» у військовослужбовців із різним бойовим досвідом наведено на рисунку 3.14.



Аналіз цих характеристик свідчить про більш виражену схильність до «суперництва» у військовослужбовців із бойовим досвідом, що підкреслює їхню здатність приймати вольові рішення. Крім того, це вказує на домінуючу тенденцію до задоволення власних інтересів навіть на шкоду інтересам інших, а також на прагнення змушувати інших приймати їхню точку зору щодо вирішення проблеми в конфліктних ситуаціях. Водночас показник «уникнення» демонструє протилежну тенденцію: військовослужбовці з

бойовим досвідом мають нижчі результати за цією стратегією порівняно з колегами без такого досвіду. У певних випадках стратегія «уникнення» може набувати особливого значення, оскільки врахування бойового досвіду сприяє запобіганню невиправданим втратам або зіткненням із нерівними бойовими силами.

Методика діагностики комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2) дозволила оцінити особистісно-професійні якості військовослужбовців з досвідом участі у бойових діях та без такого досвіду за обома шкалами, передбаченими методикою. Ці показники, (1) «комунікативні схильності» та (2) «організаторські схильності», є достовірно вищими у військовослужбовців з досвідом УБД.

Показник «комунікативних схильностей» у групі військовослужбовців з досвідом участі в бойових діях $M = 16,6$, а у групі без такого досвіду $M = 15,2$ ($p = 0,016$). Отримані результати свідчать про те, що бойовий досвід сприяє розвиненню комунікативних навичок, які забезпечують ефективне спілкування та взаємодію в бойових умовах. Це узгоджується з дослідженням А. В. Кириченка (2023), у якому науковець стверджує, що комунікативні якості, які охоплюють переконливість, повагу до колег та професійну взаємодопомогу, є важливими особистісними компонентами військовослужбовців (Кириченко, 2023).

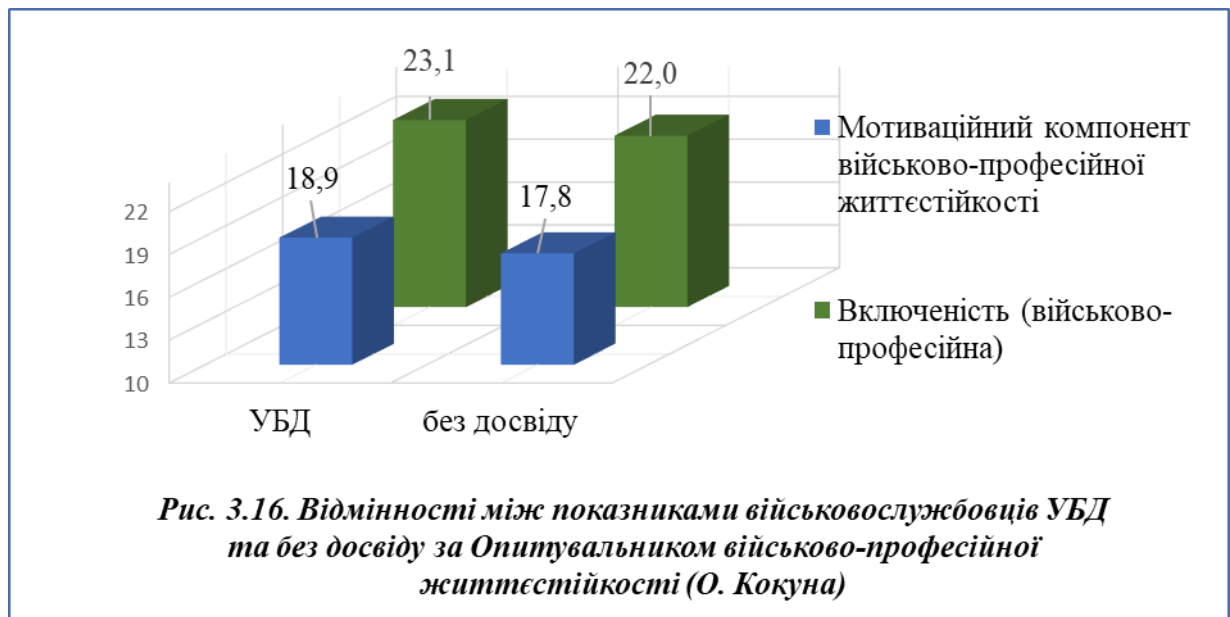
Показник «організаторських схильностей» у групі військовослужбовців з досвідом УБД $M = 16,4$, у той час як у групі їхніх колег без бойового досвіду $M = 14,8$ ($p = 0,002$). Це свідчить про те, що бойовий досвід також сприяє й розвитку організаторських схильностей, які є важливими для ефективного виконання професійних завдань у військовій сфері. Візуалізацію відмінностей між показниками військовослужбовців із досвідом участі в бойових діях (УБД) та без нього за «комунікативними й організаторськими» схильностями подано на рисунку 3.15.



Отримані дані узгоджуються з дослідженням С. Ю. Іллюценка, у якому зазначено, що військовослужбовці з високим рівнем *комунікативних і організаторських схильностей* активно прагнуть до діяльності, яка потребує цих якостей. Вони швидко адаптуються до нових умов, проявляють ініціативність і впевнено приймають рішення у складних ситуаціях. Такі особи також наполегливо відстоюють свою власну думку, залучаючи колектив до ухвалення спільних рішень, і шукають завдання, які відповідають їхній потребі в комунікації та організації, іншими словами в управлінні та взаємодії і іншими (Іллюценко, 2018).

На завершення аналізу результатів порівняння військово-професійних характеристик двох груп військовослужбовців – з досвідом та без досвіду участі у бойових діях – проаналізуємо дані, отримані за допомогою **Опитувальника військово-професійної життєстійкості (О. Кокун)**. Ця методика містить вісім показників, серед яких достовірні відмінності було встановлено за двома: (1) «*включеність військово-професійна*» та (2) «*мотиваційний компонент військово-професійної життєстійкості*». З огляду на це, здійснимо ґрунтовніший аналіз відмінностей за кожним із показників.

З'ясовано, що обидва показники *«включеність військово-професійна»* ($M = 23,1$) та *«мотиваційний компонент військово-професійної життєстійкості»* ($M = 18,9$) є достовірно вищими ($p = 0,046$ та $p = 0,027$) у групі військовослужбовців – учасників бойових дій. На відміну від них, у військовослужбовців з групи, яка не має досвіду участі в бойових діях, зафіксовано нижчі показники за цими ж шкалами (*«включеність»* $M = 22,0$; *«мотивація»* $M = 17,8$). Це свідчить, що військовослужбовці з досвідом участі у бойових діях, ймовірно мають міцнішу військово-професійну життєстійкість, про що свідчать вищі показники залученості та мотивації до професійної діяльності. Графічне представлення відмінностей у рівнях військово-професійної життєстійкості (за методикою О. Кокуна) між військовослужбовцями з досвідом УБД і без нього подано на рисунку 3.16.



Це може вказувати на більшу стійкість до професійних викликів, а також на глибше усвідомлення значущості своєї військової діяльності. Зазначене узгоджується з науковим дослідженням Н. В. Нестеренко, у якому акцентується увага на тому, що військово-професійна життєстійкість сприяє розвитку ефективної адаптації до професійних умов, підвищенню мотивації та здатності до психологічної стійкості в умовах виконання військових завдань. Із зростанням певного військового досвіду у військовослужбовців

розвивається більша життєстійкість і контроль над ситуаціями. Натомість низький рівень життєстійкості вказує на низьку мотивацію до саморозвитку та пасивність (бездіяльність) військовослужбовця (Нестеренко, 2024).

Отже, проаналізувавши результати порівняння військово-професійних характеристик груп військовослужбовців з досвідом участі у бойових діях та без нього, можна зробити такі висновки. Військовослужбовці з бойовим досвідом продемонстрували значно вищі показники за більшістю професійних характеристик, таких як *«самопочуття»*, *«активність»*, *«настрій»*, *«працездатність»*, *«бажання виконувати бойові завдання»*, *«впевненість у своїх силах»*, *«екстраверсія»*, *«добросовісність»*, *«суперництво»*, *«організаторські»* та *«комунікативні»* схильності, а також *«включеність військово-професійна»* й *«мотивація військово-професійної життєстійкості»*. Це свідчить про позитивний вплив бойового досвіду на розвиток ключових професійних та особистісних якостей військовослужбовців, що сприяє підвищеній готовності до виконання завдань у складних умовах.

Єдиним показником, за яким військовослужбовці з досвідом участі в бойових діях мають нижчі результати, є *«уникнення»*. Натомість у військовослужбовців, які не мають досвіду, цей показник виявився вищим. Це може свідчити, що в умовах війни даний показник вказує на розвинену життєстійкість та здатність приймати виважені рішення у складних ситуаціях вибору, що дає змогу уникнути втрат, зберегти життя, пошуку шляхів до відбиття збройної агресії та подальшої перемоги над ворогом.

3.3. Аналіз взаємозв'язків між показниками самооцінки стану психологічної готовності військовослужбовців до виконання завдань за призначенням із показниками їх особистісних та військово-професійних характеристик

Метою цього дослідження було виявлення особистісно-професійних чинників, що зумовлюють ефективність військово-професійної діяльності військовослужбовців. Встановлені чинники мають слугувати основою для розроблення системи заходів, спрямованих на підвищення цієї ефективності. Щоб підвищити надійність отриманих результатів, передбачалося залучити командирів для експертного оцінювання особистісних і військово-професійних характеристик військовослужбовців. Це дало б змогу перевірити об'єктивність самооцінки респондентів-військовослужбовців та спрогнозувати чинники, що визначають ефективність військово-професійної діяльності. Проте через оперативні зміни у військових підрозділах, спричинені війною та бойовими діями, здійснити таке оцінювання виявилось неможливим.

З огляду на вищевикладене, визначальними чинниками для аналізу були обрані показники *«самооцінки стану психологічної готовності»* військовослужбовців з досвідом участі у бойових діях до виконання завдань за призначенням. Зокрема, це *«зацікавленість у захисті держави»*, *«бажання виконувати бойові завдання»* та *«впевненість у своїх силах»*, які виступають ключовими критеріями ефективності військово-професійної діяльності. Вибір саме цих показників обґрунтовано тим, що серед військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, ці показники виявилися суттєво та достовірно вищими порівняно з тими військовослужбовцями, хто не мав такого досвіду ($p < 0,01$).

Усі три показники належать до зорово-аналогової *«Методики шкалою самооцінки психофізіологічного стану»*, розробленої О. Кокуном. Важливо зазначити, що ця методика складається із семи показників, серед

яких чотири характеризують «самооцінку психофізіологічного стану» військовослужбовців («самопочуття», «активність», «настій», «працездатність»), а три показники відображають «самооцінку стану психологічної готовності» («зацікавленість у захисті держави», «бажання виконувати бойові завдання» та «впевненість у своїх силах») військовослужбовців до виконання завдань за призначенням.

Тому далі наш аналіз було насамперед зосереджено на взаємозв'язках ключових показників «самооцінки стану психологічної готовності» військовослужбовців із досвідом участі у бойових діях із показниками рівня розвитку особистісно-професійних властивостей. Для аналізу застосовувався коефіцієнт кореляції Спірмена.

Взаємозв'язки між показниками самооцінки стану психологічної готовності військовослужбовців з досвідом УБД та військовослужбовців без такого досвіду до виконання військово-професійної діяльності

Найперше розглянемо показники самооцінки двох вибірок військовослужбовців: (1) із досвідом участі у бойових діях, і (2) без такого досвіду. Кореляційні взаємозв'язки ключових показників кожної групи військовослужбовців представлені в окремих таблицях 3.14 та 3.15.

Результати кореляційного аналізу *першої* вибірки між взаємозв'язками ключових показників самооцінки стану психологічної готовності військовослужбовців з досвідом участі у бойових діях до виконання завдань за призначенням із показниками їх самооцінки психофізіологічного стану представлені в таблиці 3.14.

Таблиця 3.14.

**Взаємозв'язки ключових показників самооцінки стану
психологічної готовності військовослужбовців з досвідом УБД до
виконання завдань за призначенням із показниками їх самооцінки
психофізіологічного стану (N=121)**

№	Показники		1	2	3	4	5	6
1.	Показники самооцінки стану психологічної готовності	Зацікавленість у захисті держави	-	,73**	,66**	,39**	,37**	,41**
2.		Бажання виконувати бойові завдання	,73**	-	,68**	,43**	,52**	,39**
3.		Впевненість у своїх силах	,66**	,68**	-	,45**	,59**	,48**
4.	Показники психофізіологічного стану	Самопочуття	,39**	,43**	,45**	-	,74**	,68**
5.		Активність	,37**	,52**	,59**	,74**	-	,71**
6.		Настрій	,41**	,39**	,48**	,68**	,71**	-
7.		Працездатність	,43**	,50**	,56**	,64**	,76**	,65**

Примітка: ** $p < 0,01$ (двостороння). Інтерпретація значень: $p > 0,70$ – сильний зв'язок; $0,30 \leq p \leq 0,70$ – помірний зв'язок.

Оскільки всі наведені коефіцієнти кореляції є значущими на рівні $p < 0,01$, ми можемо стверджувати, що зв'язки між змінними є статистично значущими.

Згідно з наведених в таблиці 3.14. даних, кореляційні зв'язки свідчать, що «зацікавленість у захисті держави», «бажання виконувати бойові завдання» та «впевненість у своїх силах» формують тісно взаємопов'язану групу. Високі коефіцієнти кореляції між цими трьома змінними вказують на їхню взаємопов'язаність у формуванні загальної психологічної готовності військовослужбовців для виконання завдань за призначенням. Отже, показники самооцінки стану психологічної готовності до виконання завдань

за призначенням мають достовірні позитивні зв'язки у своїй групі: зацікавленість ↔ бажання ($r = 0,73$), що свідчить про сильний взаємозв'язок; впевненість ↔ бажання ($r = 0,68$) та зацікавленість ↔ впевненість ($r = 0,66$), мають помірний зв'язок.

Взаємозв'язки між групою показників «самооцінки стану психологічної готовності» («зацікавленість у захисті держави», «бажання виконувати бойові завдання» та «впевненість у своїх силах») військовослужбовців з досвідом участі у бойових діях до виконання завдань за призначенням та показниками їх «самооцінки психофізіологічного стану» такими як: «самопочуття», «активність», «настій» та «працездатність» виражені дещо помірніше ($r = 0,37 - 0,59$).

У другій вибірці також наявні тісні взаємозв'язки між тими ж трьома показниками «самооцінки стану психологічної готовності» («зацікавленість у захисті держави», «бажання виконувати бойові завдання» та «впевненість у своїх силах») до виконання завдань за призначенням та тими самими чотирма показниками «самооцінки психофізіологічного стану» («самопочуття», «активність», «настій», «працездатність»), але цього разу серед військовослужбовців, які не мають досвіду участі у бойових діях (таблиця 3.15).

Результати другої вибірки (військовослужбовці, які «не мають досвіду» участі у бойових діях) свідчать про відмінності у взаємозв'язках між показниками «самооцінки стану психологічної готовності» та показниками «самооцінки психофізіологічного стану». Спостерігається відносно вищий рівень кореляційних зв'язків у цій групі ($r = 0,46 - 0,69$) порівняно з першою групою військовослужбовців з досвідом участі у бойових діях ($r = 0,37 - 0,59$). Це свідчить про більш тісну залежність між «психологічною готовністю» до виконання завдань за призначенням та «психофізіологічним станом» у військовослужбовців без бойового досвіду.

Таблиця 3.15.

**Взаємозв'язки ключових показників самооцінки стану психологічної
готовності військовослужбовців без досвіду участі у бойових діях до
виконання завдань за призначенням із показниками їх самооцінки
психофізіологічного стану (N=51)**

№	Показники		1	2	3	4	5	6
1.	Показники самооцінки стану психологічної готовності	Зацікавленість у захисті держави	-	,72**	,61**	,52**	,55**	,58**
2.		Бажання виконувати бойові завдання	,72**	-	,74**	,56**	,69**	,60**
3.		Впевненість у своїх силах	,61**	,74**	-	,46**	,59**	,49**
4.	Показники самооцінки психофізіологічного стану	Самопочуття	,52**	,56**	,46**	-	,74**	,81**
5.		Активність	,55**	,69**	,59**	,74**	-	,83**
6.		Настрій	,58**	,60**	,49**	,81**	,83**	-
7.		Працездатність	,54**	,54**	,51**	,77**	,79**	,75**

Примітка: ** $p < 0,01$ (двостороння). Інтерпретація значень: $\rho > 0,70$ – сильний зв'язок; $0,30 \leq \rho \leq 0,70$ – помірний зв'язок.

Значущі кореляції свідчать про те, що у військовослужбовців без досвіду участі у бойових діях такі показники, як «зацікавленість у захисті держави», «бажання виконувати бойові завдання» та «впевненість у своїх силах», мають помірні взаємозв'язки з показниками «самопочуття» ($r = 0,46 - 0,56$), «активності» ($r = 0,55 - 0,69$) та «настрою» ($r = 0,49 - 0,66$). Особливо сильний зв'язок спостерігається між показником «активності» та «настрою» ($r = 0,83$). Отримані результати дозволяють констатувати, що «психологічна готовність» до виконання завдань за призначенням у військовослужбовців, які не мають бойового досвіду більшою мірою

залежить від їхнього поточного «психофізіологічного стану», тоді як у військовослужбовців з досвідом участі у бойових діях ця залежність є менш вираженою.

Це підтверджує доцільність вивчення «стану психологічної готовності» до виконання завдань за призначенням безпосередньо у військовослужбовців із бойовим досвідом. Саме тому подальший аналіз буде спрямований на дослідження зв'язків між показниками стану психологічної готовності та характеристиками когнітивних, особистісних, мотиваційних, професійних і комунікативних здібностей у військовослужбовців з досвідом участі у бойових діях. Це дозволить детальніше визначити вплив цих характеристик на ефективність виконання військово-професійних обов'язків.

У відповідності до дослідження Kokun, Pischko та Lozinska, результати кореляційного аналізу між самооцінкою психологічної готовності та психофізіологічним станом військовослужбовців з досвідом участі в бойових діях підтверджують значущість взаємозв'язків між показниками психологічної готовності, такими як «зацікавленість у захисті держави» та «впевненість у своїх силах», з іншими аспектами їх психофізіологічного стану. Це узгоджується з результатами, отриманими у нашому дослідженні, де також виявлені тісні кореляції між цими показниками, що свідчить про важливість формування психологічної готовності до виконання завдань за призначенням (Kokun, Pischko та Lozinska (2022d)).

Взаємозв'язки стану психологічної готовності із мотиваційними й когнітивними показниками

Далі розглянемо взаємозв'язки показників самооцінки стану психологічної готовності (зацікавленість у захисті держави, бажання виконувати бойові завдання та впевненість у своїх силах) військовослужбовців з досвідом участі у бойових діях до виконання завдань за призначенням з їх мотиваційними й когнітивними показниками, а також із

показником тривалості перебування військовослужбовців зоні проведення бойових дій (таблиця 3.16).

Таблиця 3.16.

Взаємозв'язки ключових показників самооцінки стану психологічної готовності військовослужбовців з досвідом УБД до виконання завдань за призначенням із їх мотиваційними й когнітивними показниками, а також терміном участі в бойових діях (N=121)

№	Показники терміну УБД, мотиваційні та когнітивні	Показники самооцінки стану психологічної готовності		
		Зацікавленість у захисті держави	Бажання виконувати бойові завдання	Впевненість у своїх силах
1.	Тривалість перебування в зоні проведення бойових дій	,08	,16	,12
2.	Внутрішня мотивація	,43**	,53**	,45**
3.	Зовнішня позитивна мотивація	,28**	,31**	,41**
4.	Зовнішня негативна мотивація	,10	,25**	,21*
5.	Особливості мислення (здатність абстрагування і оперування вербальними поняттями)	-,17	-,23**	-,21*

Примітка: * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$ (двостороння). Інтерпретація значень: $0,30 \leq \rho \leq 0,70$ – помірний зв'язок; $\rho < 0,30$ – слабкий зв'язок.

Отримані дані щодо показника «тривалість перебування в зоні проведення бойових дій» свідчать про відсутність достовірного зв'язку між цим показником та ключовими складовими стану психологічної готовності військовослужбовців (зацікавленість у захисті держави, бажання виконувати бойові завдання та впевненість у своїх силах). Кореляційні коефіцієнти ($r = 0,08 - 0,16$) не досягають рівня статистичної значущості. Це вказує на слабкий або відсутній вплив тривалості участі у бойових діях на рівень стану психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійних завдань. Аналогічні закономірності описані в дослідженні А. Куценко, & Ю. Скарбовської, які зазначають, що тривалість досвіду участі

у бойових діях не гарантує підвищення психологічної готовності, оскільки цей показник є багатофакторним і формується під впливом різних особистісних чинників військовослужбовця (Куценко & Скарбовська, 2024).

Водночас встановлено тісні взаємозв'язки між показниками *«мотивації професійної діяльності»*. Найтісніші кореляції виявлено між психологічною готовністю та *«внутрішньою мотивацією»* ($r = 0,43 - 0,53$), що свідчить про помірний зв'язок між цими показниками. Дещо слабші, але також значущі, взаємозв'язки простежуються із *«зовнішньою позитивною мотивацією»* ($r = 0,28 - 0,41$). Внутрішня мотивація та зовнішня позитивна мотивація є найбільш сприятливими чинниками, оскільки активність особистості визначається її зацікавленістю у самій діяльності, прагненням досягти позитивних результатів. Таким чином, задоволеність військовослужбовців професійною діяльністю зростає за умови переважання обох мотивацій.

Найслабший взаємозв'язок встановлено між показниками *«самооцінки стану психологічної готовності»* та *«зовнішньою негативною мотивацією»* ($r = 0,10 - 0,25$), що є закономірним. Даний тип мотивації пов'язаний із примусовими чинниками, що визначають діяльність військовослужбовця, зокрема страхом покарання або небажанням опинитися у складних обставинах.

Це узгоджується з дослідженням Ж. В. Сидоренко, де вказується, що висока *«внутрішня мотивація»* є ключовим фактором, який сприяє підвищенню психологічної готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань. Водночас, *«зовнішня негативна мотивація»*, зокрема страх покарання чи небажання потрапити в складні ситуації, може знижувати ефективність психологічної готовності до бойових дій (Сидоренко, 2024).

Кореляційний аналіз *«когнітивних показників»*, зокрема *«особливостей мислення»* (здатності до абстрагування і оперування вербальними поняттями), виявив слабо виражені зворотні взаємозв'язки з ключовими показниками *«самооцінки стану психологічної готовності»* військовослужбовців з досвідом участі у бойових діях ($r = -0,17 - -0,23$). Такі

результати можуть свідчити про тенденцію впливу бойових дій на когнітивні процеси. Зокрема, ймовірне зниження такої здатності може бути пов'язане зі змінами у впевненості військовослужбовців у своїх силах під час виконання завдань.

Взаємозв'язки стану психологічної готовності із рисами особистості «Великої п'ятірки»

В таблиці 3.17 представлено взаємозв'язки ключових показників самооцінки стану психологічної готовності військовослужбовців з досвідом участі у бойових діях до виконання завдань за призначенням із показниками їх рис особистості «Великої п'ятірки».

Таблиця 3.17.

Взаємозв'язки ключових показників самооцінки стану психологічної готовності військовослужбовців з досвідом УБД до виконання завдань за призначенням із показниками їх рис особистості «Великої п'ятірки» (N=121)

№	Показники особистісних рис	Показники самооцінки стану психологічної готовності		
		Зацікавленість у захисті держави	Бажання виконувати бойові завдання	Впевненість у своїх силах
1.	Екстраверсія	,27**	,28**	,33**
2.	Дружелюбність (доброзичливість, співчутливість, зговірливість, приємність)	,25**	,14	,28**
3.	Добросовісність (сумлінність)	,29**	,27**	,39**
4.	Емоційна стабільність (нейротизм)	,28**	,17	,35**
5.	Відкритість новому досвіду	,37**	,35**	,35**

Примітка: ** $p < 0,01$ (двостороння). Інтерпретація значень: $0,30 \leq p \leq 0,70$ – помірний зв'язок; $p < 0,30$ – слабкий зв'язок.

Як свідчать наведені дані, позитивними достовірними є взаємозв'язками між показниками *«самооцінки стану психологічної готовності»* та із всіма *рисами особистості «Великої п'ятірки»* ($r = 0,14 - 0,39$, $p < 0,01$). Найбільш вираженим є зв'язок із показником *«відкритість новому досвіду»* ($r = 0,35 - 0,37$), що відповідає помірному рівню кореляції. Показник *«відкритість новому досвіду»* найтісніше взаємопов'язаний із *«зацікавленістю у захисті держави»* ($r = 0,37$). Це може свідчити про те, що порівняно з іншими рисами, особи з більш розвиненою відкритістю до нового досвіду, демонструють вищий рівень стану психологічної готовності. Взаємозв'язки між *«відкритістю новому досвіду»* та психологічною готовністю підтверджують результати досліджень. Зокрема робота Kokun et al., яка вказує на важливість особистісних рис для формування психічної готовності до військово-професійної діяльності (Kokun et al., 2024).

Дещо помірні взаємозв'язки встановлено між психологічною готовністю та *«добросовісністю (сумлінністю)»* ($r = 0,29 - 0,39$). Цей показник характеризує особистісну рису яка вказує, що відповідальні та організовані військовослужбовці, демонструють значимий взаємозв'язок із впевненістю у своїх силах ($r = 0,39$) у контексті стану психологічної готовності до військово-професійної діяльності.

Зв'язок із показником *«екстраверсія»* ($r = 0,27 - 0,33$) також є достовірним, проте менш вираженим порівняно з *«відкритістю новому досвіду»* та *«добросовісністю»*. Ймовірно це свідчить про те, що соціально активні військовослужбовці загалом теж можуть мати достатній рівень стану психологічної готовності до виконання завдань за призначенням.

Відносно нижчі кореляційні взаємозв'язки встановлено між *«психологічною готовністю»* та *«емоційною стабільністю (нейротизмом)»* ($r = 0,17 - 0,35$). Хоча ця риса також є важливою, її вплив на рівень готовності менш виражений, що може бути зумовлено специфікою виконуваних завдань опитаними респондентами.

Найменш виражений взаємозв'язок виявлено з показником «дружелюбність» ($r = 0,14 - 0,28$), що відповідає слабкому рівню кореляції. Низькі значення цієї риси можуть свідчити про схильність до конкурентної поведінки та суперечок, що в певних умовах може мати як позитивні, так і негативні наслідки для військово-професійної діяльності.

Отримані нами кореляційні зв'язки між рисами особистості «Великої п'ятірки» та психологічною готовністю узгоджуються з результатами Barrick & Mount, які показали, що «сумлінність» є найбільш стабільним фактором професійної ефективності, тоді як вплив інших рис варіюється залежно від специфіки професійної діяльності. Таким чином, наші дані підтверджують загальну тенденцію, що психологічна готовність військовослужбовців формується під впливом особистісних рис, що є важливими і для представників військових професій (Barrick & Mount, 1991).

Взаємозв'язки стану психологічної готовності із «копінг-стратегіями» (стиль поведінки в конфліктних ситуаціях)

На відміну від проаналізованих вище діагностичних показників, кореляційні взаємозв'язки ключових показників «самооцінки стану психологічної готовності» військовослужбовців з досвідом участі в бойових діях до виконання завдань за призначенням із показниками їхніх «копінг-стратегій», що характеризують стиль поведінки в конфліктних ситуаціях, виявилися відсутніми за всіма показниками (таблиця 3.18). Кореляції між цими показниками наближаються до нуля ($r \approx 0$). Це може свідчити про те, що стиль поведінки військовослужбовців у конфліктних ситуаціях, зокрема вибір копінг-стратегії, не залежить від рівня їхнього стану психологічної готовності до виконання завдань за призначенням. Це може бути результатом множинних зовнішніх або індивідуальних факторів, які не були враховані в цьому дослідженні. Зважаючи на це, подальший детальний аналіз цих взаємозв'язків не має наукового сенсу.

Таблиця 3.18.

Взаємозв'язки ключових показників самооцінки стану психологічної готовності військовослужбовців з досвідом УБД до виконання завдань за призначенням із показниками їх «копінг-стратегій», що характеризують стиль поведінки в конфліктних ситуаціях (N=121)

№	Показники стилів поведінки в конфліктних ситуаціях	Показники самооцінки стану психологічної готовності		
		Зацікавленість у захисті держави	Бажання виконувати бойові завдання	Впевненість у своїх силах
1.	Суперництво	,11	,05	,02
2.	Співпраця	-,08	-,03	-,07
3.	Компроміс	-,09	-,07	,01
4.	Уникнення	-,10	-,07	-,13
5.	Пристосування	,07	,11	,12

Взаємозв'язки стану психологічної готовності з комунікативними та організаторськими здібностями

Встановлено достовірні кореляційні зв'язки ($p < 0,01$) між показниками самооцінки стану психологічної готовності військовослужбовців з досвідом участі у бойових діях і до виконання завдань за призначенням та показниками їхніх комунікативних і організаторських здібностей (таблиця 3.19).

Таблиця 3.19.

Взаємозв'язки ключових показників самооцінки стану психологічної готовності військовослужбовців з досвідом УБД і до виконання завдань за призначенням з показниками їх комунікативних і організаторських здібностей (N=121)

№	Показники комунікативних і організаторських здібностей	Показники самооцінки стану психологічної готовності		
		Зацікавленість у захисті держави	Бажання виконувати бойові завдання	Впевненість у своїх силах
1.	Комунікативні здібності	,18	,17	,33**
2.	Організаторські здібності	,26**	,36**	,44**

Примітка: ** $p < 0,01$ (двостороння). Інтерпретація значень: $0,30 \leq r \leq 0,70$ – помірний зв'язок; $r < 0,30$ – слабкий зв'язок.

Отримані дані показують достовірні зв'язки показників «самооцінки стану психологічної готовності» з «комунікативними здібностями» ($r = 0,17 - 0,33$). Зокрема, комунікативні здібності мають слабкі позитивні зв'язки із «зацікавленістю у захисті держави» ($r = 0,18$) та «бажанням виконувати бойові завдання» ($r = 0,17$). Водночас їхній зв'язок із «впевненістю у своїх силах» є помірним ($r = 0,33$). Це свідчить про наявність зв'язку між здатністю до ефективної комунікації та внутрішньою впевненістю військовослужбовця у власних силах.

Зв'язок із «організаторськими здібностями» є сильнішим порівняно з комунікативними, при цьому охоплюючи слабкий та помірний рівні кореляції ($r = 0,26 - 0,44$). Хоча й встановлено слабкий позитивний зв'язок із зацікавленістю у захисті держави ($r = 0,26$), зв'язок із показником бажання виконувати бойові завдання є помірним за силою ($r = 0,36$). Найтісніший зв'язок спостерігається між організаторськими здібностями та впевненістю у своїх силах ($r = 0,44$). Це вказує на те, що військовослужбовці з розвиненими

організаторськими здібностями, як правило, демонструють вищий рівень особистісної впевненості.

Отримані результати підкреслюють важливість *«організаторських здібностей»* у формуванні впевненості у своїх силах, що є критично важливим у військово-професійній діяльності військовослужбовців. Це особливо важливо для представників командного складу (офіцерів, прапорщиків, сержантів). Частка цих військовослужбовців у вибірці становила близько 60%, і саме на них можуть покладатися лідерські повноваження.

Отже, отримані дані щодо взаємозв'язків між станом психологічної готовності та комунікативними та організаторськими здібностями військовослужбовців можуть бути підкріплені дослідженням Kokun et al., яке також підкреслює важливість психологічної готовності та комунікативних, організаторських характеристик у контексті військової діяльності (Kokun, Pischko & Lozinska, 2024d).

Взаємозв'язки стану психологічної готовності із військово-професійною життєстійкістю

Отримані кореляційні зв'язки ключових показників самооцінки стану психологічної готовності військовослужбовців з досвідом УБД до виконання завдань за призначенням із показниками їх військово-професійної життєстійкості представлено в таблиці 3.20.

Можна відзначити, що з усіма трьома наведеними у таблиці показниками *«самооцінки стану психологічної готовності»* достовірно та достатньо тісно корелюють ($r = 0,45 - 0,26, p < 0,01$) всі вісім показників *«військово-професійної життєстійкості»* (*загальний рівень професійної життєстійкості; рівні професійної включеності, контролю, прийняття виклику; емоційного, мотиваційного, соціального та професійного компонентів*).

Таблиця 3.20.

**Взаємозв'язки ключових показників самооцінки
стану психологічної готовності військовослужбовців з досвідом УБД
до виконання завдань за призначенням із показниками
їх військово-професійної життєстійкості (N=121)**

№	Показники військово-професійної життєстійкості	Показники самооцінки стану психологічної готовності		
		Зацікавленість у захисті держави	Бажання виконувати бойові завдання	Впевненість у своїх силах
1.	Загальний рівень військово-професійної життєстійкості	,39**	,43**	,45**
2.	Рівень військово-професійної включеності	,35**	,36**	,36**
3.	Рівень військово-професійного контролю	,26**	,35**	,39**
4.	Рівень військово-професійного прийняття виклику	,32**	,32**	,33**
5.	Рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості	,27**	,32**	,35**
6.	Рівень мотиваційного компонента військово-професійної життєстійкості	,32**	,31**	,26**
7.	Рівень соціального компонента військово-професійної життєстійкості	,32**	,39**	,48**
8.	Рівень професійного компонента військово-професійної життєстійкості	,30**	,32**	,33**

Примітка: ** $p < 0,01$ (двостороння). Інтерпретація значень: $0,30 \leq r \leq 0,70$ – помірний зв'язок; $r < 0,30$ – слабкий зв'язок.

Найсильніший кореляційний зв'язок спостерігається між «загальним рівнем військово-професійної життєстійкості» і усіма іншими ключовими показниками «самооцінки стану психологічної готовності» ($r = 0,39 - 0,45$).

У рівня *«соціального компонента військово-професійної життєстійкості»* також наявний тісний кореляційний взаємозв'язок із ключовими показниками ($r = 0,32 - 0,48$), зокрема з показником *«впевненість у своїх силах»* ($r = 0,48$), що свідчить про домінуючу роль соціальної підтримки для військовослужбовців у кризових ситуаціях.

Водночас, середні помірні кореляційні взаємозв'язки із показниками *«самооцінки стану психологічної готовності»*, демонструють рівні військово-професійної *«включеності»* ($r = 0,35 - 0,36$), *«контролю»* ($r = 0,26 - 0,39$), *«прийняття виклику»* ($r = 0,32 - 0,33$), *«професійного компонента»* ($r = 0,30 - 0,33$), *«емоційного компонента»* ($r = 0,27 - 0,35$). Це підкреслює важливість цих показників військово-професійної життєстійкості для підтримки психологічної готовності до виконання військових завдань.

Проте менш тісні взаємозв'язки продемонстрував *«мотиваційний компонент військово-професійної життєстійкості»* ($r = 0,26 - 0,32$), серед усіх досліджуваних показників військово-професійної життєстійкості з показниками психологічної готовності. Найменша кореляція зафіксована з *«впевненістю у своїх силах»* ($r = 0,26$), що вказує на відносно слабкий вплив професійної мотивації на формування усвідомлення власної здатності до виконання бойових завдань. Водночас статистично значущі взаємозв'язки з іншими показниками ($r = 0,31 - 0,32$), що дозволяє вважати професійний мотиваційний компонент як один із факторів підтримки загального рівня військово-професійної життєстійкості.

За результатами кореляційного аналізу ключових показників *«самооцінки стану психологічної готовності»* військовослужбовців з досвідом УБД із показниками їх *«військово-професійної життєстійкості»*, основними чинниками, що, ймовірно, мають найбільший вплив на психологічну готовність військовослужбовців, є *«загальний рівень військово-професійної життєстійкості»* та *«соціальний компонент військово-професійної життєстійкості»*.

Ці результати узгоджуються з попередніми дослідженнями O.Kokun, I. Pischko & N. Lozinska, де підкреслювалася важливість «включеності у військово-професійну життєстійкість» та «соціальний компонент військово-професійної життєстійкості» як ключових чинників для підтримки життєстійкості в складних умовах військової служби (Kokun, Pischko & Lozinska, 2022c).

Отже, проведений аналіз продемонстрував наявність значної кількості виражених взаємозв'язків між показниками самооцінки стану психологічної готовності військовослужбовців до виконання завдань за призначенням та їхніми особистісними й військово-професійними характеристиками. Виявлено особливості цих взаємозв'язків у вибірці військовослужбовців, зокрема тих, хто має досвід участі у бойових діях. Зокрема, визначено, які особистісні та військово-професійні характеристики мають найтісніші взаємозв'язки із показниками самооцінки психологічної готовності у військовослужбовців з досвідом участі в бойових діях до виконання завдань за призначенням. Зокрема, до таких взаємозв'язків слід віднести ті, що мають помірний зв'язок ($r > 0,30$) і вище:

- внутрішня мотивація;
- зовнішня позитивна мотивація;
- добросовісність (сумлінність);
- відкритість новому досвіду;
- організаторські здібності;
- загальний рівень військово-професійної життєстійкості;
- рівень військово-професійної включеності;
- рівень військово-професійного контролю;
- рівень військово-професійного прийняття виклику;
- рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості;
- рівень соціального компонента військово-професійної життєстійкості;
- рівень професійного компонента військово-професійної життєстійкості.

Отримані результати можуть стати підґрунтям для подальшого аналізу психологічних особливостей цієї групи, передусім для визначенню ключових чинників у виявленні особистісно-професійних характеристик, що зумовлюють ефективність військово-професійної діяльності військовослужбовців. У наступному параграфі нами буде остаточно визначено найбільш значимі особистісно-професійні чинники, які зумовлюють ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовців в умовах повномасштабної війни нового покоління, що поєднує збройне протистояння з інформаційно-психологічним впливом.

3.4. Визначення особистісно-професійних чинників ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовців до виконання завдань за призначенням

Для визначення ключових особистісно-професійних чинників, що впливають на ефективність військово-професійної діяльності військовослужбовців, було проведено регресійний аналіз. Його застосування стало доповненням до викладених у попередньому параграфі результатів кореляційного аналізу, який дозволив попередньо ідентифікувати найбільш значущі показники.

Визначальними для аналізу залежними змінними були обрані три показники *«самооцінки стану психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності»*, із методики шкалою самооцінки психофізіологічного стану військовослужбовців, розробленою О. Кокуном, а саме: *«зацікавленість у захисті держави»*, *«бажання виконувати бойові завдання»* та *«впевненість у своїх силах»*. Саме ці показники виявилися найбільш суттєвими індикаторами щодо ефективності військово-професійної діяльності в умовах бойових дій.

Для проведення регресійного аналізу було використано метод покрокового включення змінних (Stepwise method) у статистичному пакеті

SPSS. Це дозволило побудувати три окремі регресійні моделі, кожна з яких описує взаємозв'язок між відповідним критерієм психологічної готовності та особистісно-професійними характеристиками військовослужбовців:

- *перша* регресійна модель визначає особистісно-професійні характеристики, що впливають на «рівень зацікавленості у захисті держави»;
- *друга* регресійна модель описує чинники, що визначають «бажання виконувати бойові завдання»;
- *третья* регресійна модель ідентифікує особистісно-професійні характеристики, що впливають на «впевненість військовослужбовців у своїх силах».

Побудовані регресійні моделі дозволили визначити найважливіші особистісно-професійні предиктори ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовців, зокрема до виконання завдань за призначенням.

Регресійна модель щодо рівнів зацікавленості військовослужбовців у захисті держави

Проаналізуємо *першу* регресійну модель, що відображає «вплив особистісно-професійних характеристик на рівень зацікавленості військовослужбовців у захисті держави» (таблиця 3.21). У результаті регресійного аналізу встановлено чотири найбільш інформативні предиктори такої зацікавленості: «рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості», «відкритість новому досвіду», «екстраверсія» та «дружелюбність». Дані свідчать, що кожен із цих предикторів робить унікальний внесок у пояснення рівня зацікавленості військовослужбовців у військово-професійній діяльності, відображаючи багатовимірність особистісних чинників, які сприяють готовності військовослужбовців до виконання службових завдань.

Таблиця 3.21

**Регресійна модель впливу особистісно-професійних характеристик
на рівень зацікавленості військовослужбовців у захисті держави**

Предиктори	<i>R</i>	<i>R</i> ²	<i>B</i>	<i>Beta</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
(Константа)	,54 <i>F</i> = 16,9 <i>p</i> < ,001	,29	27,26		3,37	,001
(1) Рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості			1,49	0,31	4,40	< ,001
(2) Відкритість новому досвіду			1,18	0,18	2,41	,017
(3) Екстраверсія			1,23	0,18	2,60	,010
(4) Дружелюбність			1,09	0,15	2,21	,029

Примітка: Stepwise method; критерій: ймовірність *F* для включення < ,05. Предиктори: (1) «Рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості» - методика «Опитувальник військово-професійної життєстійкості», розробленого О. Кокуном; (2-4) «Відкритість новому досвіду», «Екстраверсія», «Дружелюбність» – показники рис особистості моделі «Великої п'ятірки».

Відповідно до даних, представлених у таблиці, результати аналізу підтвердили високу інформативність цієї регресійної моделі. Коефіцієнт множинної кореляції склав $R = 0,54$, що вказує на виражений рівень зв'язку між змінними. А кількість поясненої дисперсії (розсіяння значень випадкової величини відносно середнього значення) складає $R^2 = 0,29$. Це означає, що 29% змін у рівні зацікавленості військовослужбовців у захисті держави можна пояснити впливом вказаних чотирьох предикторів («рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості», «відкритості до нового досвіду», «екстраверсія» та «дружелюбність»).

Найбільш інформативним показником став «рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості» ($B = 1,49$, $Beta = 0,31$, $p < 0,001$). Цей компонент є вагомим визначальним показником загального рівня військово-професійної життєстійкості. Емоційну стабільність

військовослужбовців можна розглядати в якості одного із ключових факторів ефективності під час несення військової служби в умовах бойових дій.

Наступними значущими предикторами регресійної моделі стали також відкритість до нового досвіду, екстраверсія та дружелюбність ($B = 1,09-1,23$, $Beta = 0,15-0,18$, $p = 0,010-0,29$). Варто зазначити, що всі три особистісні характеристики належать до моделі «Великої п'ятірки». Значення кожного із цих трьох предикторів свідчать про те, що їхній вплив на рівень зацікавленості військовослужбовців у захисті держави є порівняно меншим, ніж вплив рівня емоційного компонента військово-професійної життєстійкості. Проте в сукупності вони забезпечують ширшу особистісну основу для формування мотивації (зацікавленості) до виконання військово-професійних завдань.

Отже, аналіз першої регресійної моделі показав, що рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості є найвагомим фактором у поясненні зацікавленості військовослужбовців до ефективності військово-професійної діяльності у захисті держави. Риси особистості з моделі "Великої п'ятірки" (відкритість новому досвіду, екстраверсія та дружелюбність) також відіграють значну роль.

З огляду на ці результати можна припустити, що підвищення будь-якого з цих предикторів може сприяти зростанню зацікавленості військовослужбовців у виконанні військово-професійної діяльності.

Регресійна модель щодо рівнів бажання військовослужбовців виконувати бойові (спеціальні) завдання

Друга регресійна модель показує «вплив особистісно-професійних характеристик на рівень бажання військовослужбовців виконувати бойові завдання» (таблиця 3.22). Отримані дані дозволили оцінити значущість кожного з предикторів та їхній внесок у пояснення варіації «рівня бажання

військовослужбовців виконувати бойові завдання». Регресійний аналіз виявив чотири найбільш інформативні предиктори. У порівнянні з першою регресійною моделлю, яка стосувалася зацікавленості військовослужбовців у захисті держави, ця модель зберегла два спільні предиктори – «рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості» та «відкритість до нового досвіду». Водночас, до моделі увійшли нові предиктори: «організаторські здібності» та «приспособування» замість «екстраверсії» та «дружелюбності».

Таблиця 3.22

Регресійна модель впливу особистісно-професійних характеристик на рівень бажання військовослужбовців виконувати бойові завдання

Предиктори	<i>R</i>	<i>R</i> ²	<i>B</i>	<i>Beta</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
(Константа)			-,44		-,05	,964
(1) Рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості	,56	,31	1,96	0,30	4,23	< ,001
(2) Організаторські здібності	<i>F</i> = 19,1		1,47	0,24	3,31	,001
(3) Відкритість новому досвіду	<i>p</i> < ,001		1,72	0,20	2,75	,007
(4) Приспособування			1,12	0,14	2,15	,033

Примітка: Stepwise method; критерій: ймовірність *F* для включення < ,05. Предиктори: (1) «Рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості» - методика «Опитувальник військово-професійної життєстійкості», розробленого О. Кокуном; (2) «Організаторські здібності» - показник методики «Діагностики комунікативних і організаторських схильностей»; (3) «Відкритість новому досвіду» – показник рис особистості моделі «Великої п'ятірки»; (4) «Приспособування» - показник методики «Діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки».

Інформативність другої регресійної моделі («бажання виконувати бойові завдання») також є високою. Порівняно із попередньою моделлю, коефіцієнт множинної кореляції виявився дещо вищим і становить $R = 0,56$ (у першій – $R = 0,54$). Також як і частка поясненої варіації також дещо вища:

$R^2 = 0,31$ (у першій – $R^2 = 0,29$), тобто модель пояснює 31% варіації рівня бажання виконувати бойові завдання за рахунок включених до регресійної моделі чотирьох предикторів («рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості», «організаторські здібності», «відкритість до нового досвіду», «пристосування»). Це вказує на вищу ефективність цієї моделі, у порівнянні з попередньою, у прогнозуванні готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань.

Аналіз цієї моделі, показав, що також як і у попередній регресійній моделі, ключовим залишається *«рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості»* ($B = 1,96$, $Beta = 0,30$, $p < 0,001$). Це підтверджує, що емоційна стійкість військовослужбовців може бути вирішальним чинником у формуванні бажання виконувати бойові завдання.

Другим за значущістю предиктором є *«організаторські здібності»* ($B = 1,47$, $Beta = 0,24$, $p = 0,001$). Це свідчить про, що військовослужбовці з добре розвиненими лідерськими навичками, демонструють вищий рівень мотивації до бойових завдань. Вони більш схильні брати на себе відповідальність, координувати групові дії та швидко приймати рішення в складних умовах.

Третім за внеском є *«відкритість до нового досвіду»* ($B = 1,72$, $Beta = 0,20$, $p = 0,007$). Це вдруге підтверджує важливість особистісної гнучкості та готовності військовослужбовців адаптуватися до нових викликів.

У цій регресійній моделі четвертий предиктор *«пристосування»* хоч і має найнижчий стандартизований коефіцієнт ($B = 1,12$, $Beta = 0,14$, $p = 0,033$), але також є значущим. Це свідчить, що здатність військовослужбовця адаптувати свою поведінку у змінних та конфліктних умовах підвищує його бажання брати участь у бойових завданнях.

Варто також зазначити, що хоча і кожен із предикторів другої регресійної моделі належать до різних психологічних методик, два з них збігаються з предикторами першої регресійної моделі. Зокрема, «рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості» є показником

«Опитувальника військово-професійної життєстійкості», розробленого О. Кокуном, а «відкритість до нового досвіду» належить до моделі «Великої п'ятірки». Водночас ва інші предиктори, «організаторські здібності» та «пристосування», походять з інших методик – відповідно, «Діагностики комунікативних і організаторських схильностей» та «Діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки».

Отже, друга регресійна модель підтвердив, що ключовим особистісно-професійним чинником, що визначає рівень бажання військовослужбовців виконувати бойові завдання, є «рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості». Важливими також є «організаторські здібності», «відкритість до нового досвіду» та «пристосування» як наступні фактори, що впливають на рівень готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань. Отримані результати узгоджуються з дослідженням О. Кокуна, яке підкреслює важливість військово-професійної життєстійкості у забезпеченні ефективного виконання професійних завдань (Кокун, 2024e).

Регресійна модель

щодо рівнів впевненості військовослужбовців у своїх силах

Результати регресійного аналізу *третьої* моделі – «вплив особистісно-професійних характеристик на рівень впевненості військовослужбовців у своїх силах» наведені у таблиці 3.23. Як і в попередніх моделях до неї було включено чотири предиктори: «рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості», «екстраверсія», «організаторські здібності». А також додатковий показник – «добросовісність», який не був представлений у попередніх моделях.

Таблиця 3.23

**Регресійна модель впливу особистісно-професійних характеристик
на рівень впевненості військовослужбовців у своїх силах**

Предиктори	<i>R</i>	<i>R</i> ²	<i>B</i>	<i>Beta</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
(Константа)	,57 <i>F</i> = 19,9 <i>p</i> < ,001	,32	5,36		0,59	,555
(1) Рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості			1,61	0,29	4,14	< ,001
(2) Екстраверсія			1,51	0,20	2,95	,004
(3) Добросовісність			1,80	0,19	2,68	,008
(4) Організаторські здібності			0,85	0,16	2,32	,022

Примітка: Stepwise method; критерій: ймовірність *F* для включення < ,05. Предиктори: (1) «Рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості» - методика «Опитувальник військово-професійної життєстійкості», розробленого О. Кокуном; (2-3) «Екстраверсія», «Добросовісність» – показники рис особистості моделі «Великої п'ятірки»; (4) «Організаторські здібності» - показник методики «Діагностики комунікативних і організаторських схильностей».

Представлені у таблиці дані свідчать, що третя модель має також високу прогностичну інформативність. У порівнянні із попередніми двома моделями, коефіцієнт множинної кореляції виявився дещо вищим, що підтверджується значенням $R = 0,57$ (у першій моделі $R = 0,54$, у другій - $R = 0,56$). Частка поясненої варіації $R^2 = 0,32$ (у першій моделі $R^2 = 0,29$, у другій - $R^2 = 0,31$). Це означає, що 32% змін у рівні впевненості військовослужбовців можна пояснити впливом чотирьох предикторів («рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості», «екстраверсія», «добросовісність» та «організаторські здібності»). Таким чином, порівняно з попередніми моделями, ця модель має вищу пояснювальну силу у прогнозуванні рівня впевненості військовослужбовців у своїх силах.

Головним предиктором моделі є *«рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості»* ($B = 1,61$, $Beta = 0,29$, $p < 0,001$). Його вплив залишається найбільш значущим серед усіх змінних, що узгоджується з попередніми двома моделями. Це вкотре підкреслює те, що емоційна стійкість є основним фактором, який визначає впевненість військовослужбовців у своїх силах для ефективного виконання військово-професійної діяльності.

Наступними показниками є *«екстраверсія»* ($B = 1,51$, $Beta = 0,20$, $p = 0,004$) та *«добросовісність»* ($B = 1,80$, $Beta = 0,19$, $p = 0,008$), що є доволі інформативними у цій моделі. Це підтверджує, що відкритість до спілкування, активна взаємодія у військовому колективі та соціальна енергійність сприяють підвищенню впевненості військовослужбовців у своїх силах. Також ці фактори відображають рівень відповідальності, дисциплінованості та самоконтролю, що позитивно впливає на формування впевненості у військово-професійній діяльності до ефективного виконання поставлених завдань.

Заключним у цій моделі, є предиктор *«організаторські здібності»* ($B = 0,85$, $Beta = 0,16$, $p = 0,022$), однак залишається інформативним показником. З огляду на це, дані свідчать про те, що здатність ефективно керувати процесами, приймати рішення та координувати дії підлеглих позитивно впливає на рівень впевненості військовослужбовців у власних силах, особливо в умовах високих навантажень та стресових ситуацій.

Відповідно, третя регресійна модель підтвердила, що рівень емоційної військово-професійної життєстійкості, екстраверсія, добросовісність та організаторські здібності є ключовими факторами, які формують впевненість військовослужбовців у своїх силах. Отримані результати узгоджуються з попередніми двома регресійними моделями, проте демонструють розширене розуміння психологічних чинників, що забезпечують впевненість у військово-професійній діяльності.

Отже, в результаті проведеного емпіричного дослідження було побудовано три регресійні моделі, які дозволили оцінити вплив особистісно-професійних характеристик військовослужбовців на різні аспекти військово-професійної діяльності. Зокрема, було визначено: у першій моделі – регресійні залежності між особистісно-професійними характеристиками та рівнем *зацікавленості* військовослужбовців у захисті держави; у другій моделі – стандартизовані ефекти між особистісно-професійними характеристиками та рівнем *бажання* військовослужбовців виконувати бойові завдання; у третій моделі – статистично значущі зв'язки між особистісно-професійними характеристиками та рівнем *впевненості* військовослужбовців у своїх силах.

Ключовим предиктором у всіх трьох побудованих моделях, що визначає рівень психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності, є *«рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості»*. Цей показник виявився найсильнішим предиктором у кожній із трьох моделей, що підтверджує його центральну роль у військово-професійній діяльності. Отримані результати свідчать, що емоційний компонент життєстійкості має критичне значення для мотивації до служби, готовності до виконання завдань та впевненості у власних силах. Крім того, в умовах бойових дій цей компонент може виступати як ключовий психологічний ресурс, що сприяє адаптації військовослужбовців до екстремальних ситуацій, підтриманню емоційної рівноваги та збереженню високої мотивації до виконання професійних обов'язків.

Також у всіх трьох моделях значний вплив мають особистісні риси «Великої п'ятірки», а саме:

– «Відкритість до нового досвіду» є важливим предиктором у моделях «зацікавленості у захисті держави» та «бажання виконувати бойові завдання». Це може свідчити про те, що схильність до адаптації, креативності

та готовності до навчання позитивно впливає на бойову мотивацію та стратегічне мислення військовослужбовців.

– «Екстраверсія» є значущим фактором у моделях «зацікавленості» та «впевненості у власних силах», що підкреслює роль соціальної взаємодії, комунікабельності та командної роботи у військовій діяльності. Ймовірно, військовослужбовці з вищими показниками екстраверсії легше встановлюють контакт із колегами, що сприяє підвищенню їхньої впевненості у своїх діях.

– «Добросовісність» є ключовим предиктором для «впевненості у власних силах», що може на зв'язок між самодисципліною, відповідальністю та рівнем психологічної стійкості. Найбільш можливо, що військовослужбовці з вищим рівнем добросовісності більш схильні до ретельного планування своїх дій і дотримання встановлених стандартів, що, своєю чергою, формує впевненість у їхній професійній компетентності.

У моделях «бажання виконувати бойові завдання» та «впевненості у своїх силах» начушу роль відіграє предиктор «організаторські здібності». Цей чинник може мати особливе значення для військовослужбовців, які виконують функції командирів, оскільки здатність до керівництва, координації дій та управління ресурсами сприяє не лише підвищенню мотивації, а й формуванню суб'єктивного відчуття контролю над ситуацією.

Регресійна модель «бажання виконувати бойові завдання» продемонструвала значущість предиктора «приспосовування» до змін як фактора бойової готовності. Його наявність у цій моделі може свідчити про те, що гнучкість мислення та здатність швидко адаптуватися до нестабільних умов сприяють підвищенню внутрішньої мотивації до участі у бойових операціях. Це дає підстави припустити, що розвиток адаптивних навичок може відігравати ключову роль в ефективності військово-професійної діяльності.

Таким чином, результати трьох регресійних моделей дозволили визначити ключові особистісно-професійні чинники, що впливають на

зацікавленість у захисті держави, бажання виконувати бойові завдання та рівень впевненості у своїх силах. «Рівень емоційного компонента-військово-професійної життєстійкості» виступає центральним предиктором у всіх трьох моделях, що підтверджує його вирішальну роль у військово-професійній діяльності. Крім того, особистісні риси військовослужбовців, такі як «екстраверсія», «відкритість до нового досвіду», «добросовісність» та «організаторські здібності», виявилися значущими предикторами, що сприяють формуванню зацікавленості у захисті держави, бойової готовності та суб'єктивного відчуття впевненості. Це дає підстави припустити, що розвиток цих рис може позитивно впливати на професійну ефективність військовослужбовців.

Крім визначених у трьох регресійних моделях предикторів, доцільно враховувати й додаткові чинники, що впливають на ефективність військово-професійної діяльності. Як було встановлено у попередньому параграфі, ключову роль відіграють: «внутрішня мотивація» та «зовнішня позитивна мотивація»; «загальний рівень військово-професійної життєстійкості»; військово-професійні «включеність», «контроль» та «прийняття виклику»; «соціальний» та «професійний» компоненти військово-професійної життєстійкості. Отримані результати дають підстави припустити, що формування та розвиток цих характеристик можуть також підвищувати загальну психологічну боєздатність військовослужбовців, сприяти збереженню їхньої психологічної рівноваги та зміцненню професійної стійкості.

Отже, результати регресійного аналізу вказують на те, що розвиток ключових психологічних характеристик за допомогою тренінгової програми може позитивно вплинути на рівень психологічної готовності військовослужбовців до ефективного виконання військово-професійної діяльності. Таким чином, впровадження цільового навчання сприятиме не лише зміцненню мотивації та підвищенню бойової готовності

військовослужбовців, а й формуванню ефективної системи професійної та психологічної підтримки.

Висновки до третього розділу

Проведене емпіричне дослідження дозволило виявити ключові особистісно-професійні характеристики військовослужбовців, які визначають їхню ефективність у військово-професійній діяльності. Аналіз результатів дав змогу отримати системне уявлення про структуру та взаємозв'язки цих характеристик, що є важливим для розробки програм психологічної підтримки, професійного відбору та підготовки військовослужбовців.

Основні **висновки** за результатами емпіричного дослідження:

1. *Загальна характеристика особистісно-професійних якостей військовослужбовців:*

Досліджувані військовослужбовці мають високий рівень розвитку ключових характеристик, що сприяють їхній професійній діяльності. Зокрема, для них є властивими:

- висока військово-професійна життєстійкість;
- домінування внутрішньої мотивації;
- добре розвинені когнітивні здібності;
- виражена добросовісність та відкритість до нового досвіду;
- конструктивний стиль поведінки у конфліктах (компромісність);
- розвинені комунікативні та організаторські здібності.

Ці риси забезпечують стійкість до стресу, ефективність військової служби та адаптацію до екстремальних умов.

2. *Порівняльний аналіз військовослужбовців з бойовим досвідом та без нього:*

- У військовослужбовців із бойовим досвідом значно вищі показники за багатьма характеристиками, зокрема:

- самопочуття, активність, настрій, працездатність;

- зацікавленість у захисті держави, впевненість у своїх силах, бажання виконувати бойові завдання;

- екстраверсія, добросовісність, організаторські та комунікативні здібності

- Єдиний показник, за яким вони мають нижчі результати – "уникнення", що свідчить про кращу здатність до прийняття зважених рішень у складних бойових ситуаціях.

Визначальними особистісно-професійними чинниками, що зумовлюють ефективність військово-професійної діяльності військовослужбовців в бойових умовах для подальшого аналізу були обрані три показники самооцінки стану психологічної готовності військовослужбовців до виконання завдань за призначенням:

- зацікавленість у захисті держави;
- бажання виконувати бойові завдання;
- впевненість у своїх силах.

Вибір саме цих показників як ключових критеріїв ефективності військово-професійної діяльності в бойових умовах обґрунтовано тим, що серед військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, ці показники виявилися суттєво та достовірно вищими порівняно з тими військовослужбовцями, хто не мав такого досвіду ($p < 0,01$).

3. *Взаємозв'язки між самооцінкою психологічної готовності та особистісно-професійними характеристиками.* Визначено, найтісніші взаємозв'язки ($r > 0,30$ і вище) із трьома вищезазначеними показниками самооцінки психологічної готовності у військовослужбовців з досвідом участі в бойових діях до виконання завдань за призначенням мають такі особистісні та військово-професійні характеристики:

- Внутрішня та зовнішня позитивна мотивація.
- Добросовісність, відкритість до нового досвіду.
- Організаторські здібності.
- Рівень військово-професійної життєстійкості.

- Включеність у військову діяльність, професійний контроль і прийняття виклику.

4. *Регресійний аналіз особистісно-професійних предикторів ефективності військовослужбовців.*

Побудовано три регресійні моделі, які дозволили визначити ключові особистісно-професійні характеристики, що впливають на:

- 1) зацікавленість у захисті держави;
- 2) бажання виконувати бойові завдання;
- 3) впевненість у своїх силах.

У всіх трьох моделях головним предиктором виступає «емоційний компонент військово-професійної життєстійкості», що підкреслює його ключову роль у військовій діяльності в бойових умовах.

Крім того, значний вплив мають:

- Відкритість до нового досвіду – сприяє гнучкості мислення та адаптивності;
- Екстраверсія – важлива для соціальної взаємодії та командної роботи;
- Добросовісність – визначає відповідальність та самодисципліну;
- Організаторські здібності – сприяють керівництву та впевненості;
- Пристосування до змін – підвищує бойову готовність.

5. *Можливості практичного застосування отриманих результатів:*

- Розробка програм психологічної підготовки військовослужбовців:
 - врахування ключових особистісних характеристик під час професійного відбору;
 - проведення спеціальних тренінгів для розвитку емоційної стійкості, організаторських здібностей та адаптивності;
 - впровадження мотиваційних програм для посилення зацікавленості у військовій службі.
- Оптимізація системи професійного відбору та навчання:

- використання розробленої системи оцінки особистісно-професійних якостей;
- удосконалення методик психологічного відбору та підготовки командного складу;
- запровадження індивідуальних програм розвитку для військовослужбовців.
 - Психологічна підтримка та реабілітація:
 - впровадження цільових психологічних тренінгів для підтримки бойового духу;
 - використання методик управління стресом та адаптації до екстремальних умов;
 - надання психологічної допомоги військовослужбовцям після бойових дій.

Таким чином, проведене дослідження дозволило ідентифікувати ключові особистісно-професійні характеристики, що визначають ефективність військово-професійної діяльності. Визначені у трьох регресійних моделях фактори можуть слугувати основою для розробки програм професійної підготовки, психологічної підтримки та оптимізації кадрової політики у військових формуваннях. Розвиток визначених характеристик сприятиме підвищенню психологічної боєздатності, стресостійкості та мотивації військовослужбовців, що є критично важливим для ефективного виконання службових обов'язків в умовах бойових дій.

Результати, що представлені у третьому розділі дисертації, знайшли відображення в наступних публікаціях автора:

а) статті у наукових фахових виданнях:

1. Лізун, А. (2025). Вираженість ключових компонентів професійно-значущих особистісних властивостей військовослужбовців: емпіричний аналіз. *Київський журнал сучасної психології та психотерапії*, (1) 9, 2025, 63-73 <https://doi.org/10.48020/mppj.2025.01.05>.

б) публікації тез у збірниках матеріалів наукових конференцій:

2. Лізун, А. (2025). *Особистісні риси військовослужбовців за моделлю «Велика п'ятірка» та їхній вплив на готовність до виконання бойових завдань. Війна, мир, людина : сучасний погляд та переосмислення (12-13 квітня 2025 р.). Київ, Україна.*

РОЗДІЛ 4

ПСИХОТРЕНІНГОВИЙ КОМПЛЕКС ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО ВИКОНАННЯ ВІЙСЬКОВО-ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

У четвертому розділі дисертаційного дослідження представлено концепцію психологічного супроводу, спрямовану на підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійних завдань. Визначено мету, завдання, теоретичні засади та структурні компоненти тренінгової програми, орієнтованої на розвиток цієї якості.

Розроблена програма ґрунтується на результатах емпіричного дослідження, викладеного у попередньому розділі, проведеного в умовах воєнного стану. В основі програми лежать сучасні наукові підходи, які пояснюють психологічну готовність як особистісну якість, що може змінюватися.

4.1. Основні наукові підходи до підвищення психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності

Одним із провідних чинників ефективного виконання військово-професійних завдань є належний рівень психологічної готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань. Ця якість також виступає важливою умовою збереження їхнього психічного та фізичного здоров'я в умовах підвищеного ризику та небезпеки.

У науковій літературі «психологічна готовність» розглядається як складне, інтегративне психічне утворення. Вона включає у свою структуру систему установок, зокрема: резильєнтність до стресу, мотиваційні орієнтації, адаптивні ресурси, командний дух, вольові та особистісно-професійні якості, що забезпечують мобілізованість психіки для успішного виконання

професійної діяльності в особливих умовах (Пенькова, 2015; Лабенок, 2024; Кириченко, 2023). На основі узагальнення підходів і міркувань, представлених у підручнику С. Д. Максименка та співавт., психологічна готовність розглядається як цілісне динамічне психічне утворення, що поєднує стан внутрішньої мобілізації, позитивне ставлення до виконуваної діяльності, сформовані міжособистісні стосунки та здатність до саморегуляції (Максименко та ін., 2025).

Психологічна готовність військовослужбовця набуває особливого значення в умовах воєнного стану, де ефективне виконання бойових завдань вимагає від особистості не лише професійної компетентності, а й високого рівня стресостійкості, емоційної стабільності та здатності діяти в умовах невизначеності. У цьому контексті професійно-психологічний *тренінг* виступає як ефективний інструмент розвитку зазначених характеристик, оскільки дозволяє формувати і коригувати емоційно-вольові якості, посилювати мотивацію до служби та вдосконалювати навички саморегуляції.

Згідно з дослідженнями О. М. Кокуна та ін., професійно-психологічна підготовка у форматі *тренінгу* є важливим чинником підвищення психологічної стійкості фахівців різних професій, зокрема військовослужбовців, в умовах воєнного та післявоєнного періоду. Така форма роботи дозволяє враховувати індивідуальні особливості учасників, їхній досвід та особистісні ресурси, а також створює безпечний простір для апробації ефективних моделей поведінки в умовах бойового стресу (Кокун, Корніяка, Гуменюк та ін., 2024e).

Тренінг (від англ. training — навчання, виховання) виступає як активна форма професійного і особистісного розвитку, що реалізується через цілеспрямовану групову взаємодію. Він передбачає формування й удосконалення знань, навичок і соціальних орієнтацій, що сприяє переосмисленню цінностей, адаптації поведінкових стратегій та розвитку психологічних ресурсів особистості. У контексті військової діяльності

тренінг також забезпечує формування стійких моделей поведінки, необхідних для ефективного виконання службових обов'язків (Замотаєва, 2021).

Інноваційною формою навчання є **модульний тренінг**. Як зазначають І. В. Сальник, та Е. П. Сірик (2008), модульне навчання – це підхід до організації навчального процесу, який передбачає поділ змісту навчальних матеріалів на окремі, логічно пов'язані блоки – модулі, кожен з яких має чітко визначені цілі, завдання, методи навчання та оцінювання. Такий підхід сприяє гнучкості у навчанні, адаптації до потреб слухачів у групі і підвищує ефективність засвоєння знань (Сальник & Сірик, 2008).

Водночас В. Ю. Дудченко та Ю. М. Ракітіна (2009) підкреслюють, модульне навчання ґрунтується на структурованому, цілеспрямованому засвоєнні змісту через завершені логічні частини – модулі. Такий підхід активізує навчальний процес, підвищує відповідальність учасників групи та дозволяє ефективно оцінювати результати кожного етапу (Дудченко & Ракітіна, 2009).

У контексті дисертаційного дослідження, поняття "модуль" розглядається як фрагмент курсу або тренінгу, що має чітко визначену мету, структуру та зміст. Модульне навчання допомагає систематизувати та полегшити процес засвоєння знань і навичок учасників групи, підвищуючи ефективність навчання через поділ на окремі блоки і інтеграцію інноваційних методів.

Тренінгова група – це не місце, де обмінюються проблемними ситуаціями, це місце, де кожний учасник може краще зрозуміти і прийняти самого себе. Психологічний тренінг відкриває учасникам широке поле для спілкування із самим собою, з тією вирішальною частиною себе, яку в буденному житті не помічає або відверто ігнорують, тією частиною себе, яка захована за зовнішніми масками і ролями. Постійна підтримка зовнішніх «Я» потребує великих затрат, виснажує і збіднює особистість. Психологічний тренінг активізує прагнення учасників до пізнання самих себе і самовдосконалення, дає змогу кожному з них взяти особисту

відповідальність за те, хто він є, і дає можливість стати «скульпторами» конструкції власної особистості.

У роботі В. Л. Зливкова і С. О. Лукомської представлено «*психологічний тренінг*» як цілеспрямований процес розвитку особистості, що відбувається в умовах групової взаємодії. Цей процес спрямований на формування та вдосконалення знань, умінь, навичок і соціальних установок, необхідних для ефективного функціонування в різних сферах діяльності. Психологічний тренінг поєднує теоретичні знання з практичними вправами, що дозволяє учасникам засвоювати нові поведінкові моделі через особисту активну участь і зворотний зв'язок (Зливков & Лукомська, 2019).

Проаналізовані наукові підходи дають підстави стверджувати, що психологічні тренінги мають низку переваг над традиційними теоретичними лекціями, особливо в контексті розвитку особистісних і професійних якостей. Однією з ключових переваг психологічного тренінгу для військовослужбовців, на думку В. В. Клочкова є розвиток психологічної стійкості до бойового стресу. Психологічні тренінги сприяють формуванню здатності ефективно діяти в умовах воєнного часу, що є критично важливим для успішного виконання службових завдань (Клочков, 2024).

Соціально-психологічні тренінги також забезпечують розвиток організаторських (лідерських) якостей, покращують комунікацію та взаємодію в команді, що має важливе значення для ефективного командування та злагодженої роботи в колективі (Первачук, 2024; Богдан, Середа, Солодовник, & Пономаренко, 2021). У своєму дослідженні М. Ф. Колесник обґрунтувала ефективність використання тренінгових методів як засобу психокорекції емоційного вигорання військовослужбовців. Зокрема, результати засвідчують, що психологічні тренінги сприяють зниженню рівня емоційного виснаження та підвищенню емоційної стабільності особового складу (Павлушенко, 2023; Колесник, 2023).

Ці дослідження підкреслюють важливість тренінгових методів не лише для корекції емоційного стану, а й для розвитку ключових особистісних

якостей, необхідних для ефективного виконання службових завдань у критичних умовах. Таким чином, з огляду на зазначену роль професійно-психологічних тренінгів у формуванні психологічної готовності, стає очевидною необхідність їх інтеграції в систему підготовки військовослужбовців.

Отже, високі вимоги до психологічної витривалості та специфіка військової служби зумовлюють потребу у цілеспрямованому й системному підході до формування психологічної готовності військовослужбовців. Врахування сучасних теоретико-наукових підходів свідчить, що одним із найбільш ефективних засобів підвищення цієї готовності є професійно-психологічний тренінг, який поєднує психоедукативні та практично-діяльнісні компоненти. У цьому контексті доцільним є розроблення тренінгової програми, що інтегрує актуальні наукові знання та практичні психологічні засоби для підвищення здатності військовослужбовців ефективно функціонувати в умовах професійної діяльності, пов'язаної з підвищеним ризиком та напруженням.

4.2. Психологічна готовність військовослужбовців до виконання бойових завдань: поняття, проблеми та обґрунтування тренінгового підходу до її формування

Аналіз теоретичних підходів та емпіричних результатів дослідження, викладених у розділі 3, засвідчив необхідність цілеспрямованого формування психологічної готовності військовослужбовців до виконання професійних завдань в умовах бойових дій. Особливої актуальності це набуває в умовах повномасштабної війни, де рівень психологічної стійкості персоналу безпосередньо впливає на результативність бойових операцій та збереження життя як самого військовослужбовця, так і його бойових побратимів.

«Психологічна готовність» військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності охоплює комплекс особистісних, морально-

вольових, інтелектуальних і психофізіологічних якостей, що забезпечують здатність ефективно діяти в умовах стресу, ризику та бойових навантажень. Вона передбачає сформовану мотивацію до служби, адекватну та стійку самооцінку, навички саморегуляції, рефлексії та адаптації, наявність професійної компетентності, розвинене креативне мислення, стресостійкість, толерантність, довіру до командування й бойового товариства. До важливих характеристик також належать упевненість у власних силах, здатність ухвалювати усвідомлені рішення в екстремальних умовах, індивідуальна стратегія подолання труднощів, морально-психологічна стійкість і націленість на досягнення визначеної мети. Таке розуміння психологічної готовності базується на сучасних підходах до підготовки військовослужбовців в умовах воєнного часу. (Литвинчук, 2018; Самойленко, 2018; Кириченко, 2023; Павлушенко, 2023; Кіщук, 2024).

Результати емпіричного дослідження, дозволили виявити найсуттєвіші особистісні та військово-професійні характеристики, які впливають на психологічну готовність військовослужбовців до виконання бойових завдань. А саме: емоційну стійкість, внутрішню мотивацію, здатність до адаптації, добросовісність і організаторські здібності. Ці якості формують основу ефективного функціонування військовослужбовців у складних умовах бойової обстановки. Побудована на основі отриманих даних модель психологічної готовності стала теоретичною передумовою для створення практичного інструменту впливу — програми психологічного тренінгу для формування психологічної готовності до виконання бойових завдань.

Актуальні проблеми психологічної готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань в умовах війни

У процесі науково-теоретичного аналізу та емпірично-діагностичного дослідження були окреслені ключові виклики, що ускладнюють формування належного рівня психологічної готовності військовослужбовців в умовах

війни. Ці проблеми становлять серйозну загрозу ефективному виконанню бойових завдань та збереженню психічного здоров'я особового складу.:

1. **Недостатній рівень психологічної підготовки** виявляється у слабкій сформованості навичок саморегуляції, управління емоціями та поведінкою в екстремальних умовах, що значно підвищує ризик дезадаптації, зниження боєздатності, неуспішного виконання бойових завдань і розвитку психічних порушень (Литвинчук, 2018).

2. **Незбалансована мотиваційна спрямованість.** військовослужбовців може створювати передумови до внутрішніх конфліктів і втрати стійкості до стресу. Коли внутрішня мотивація — усвідомлені переконання, цінності, моральна установка — не гармонізовані із зовнішніми вимогами військової служби, це знижує ефективність бойових дій і порушує психологічну рівновагу в критичних ситуаціях (Паливода, 2014).

3. **Низька стресостійкість та емоційна невитривалість** проявляються у недостатній здатності до мобілізації ресурсів в умовах небезпеки. Постійне перебування під впливом бойового стресу вимагає високого рівня емоційної саморегуляції, однак у багатьох військовослужбовців цей компонент ще не достатньо сформований. Підвищення стресостійкості та розвиток емоційної витривалості є ключовими чинниками формування психологічної готовності до бойових дій (Павлушенко, 2023; Самойленко, 2018).

4. **Обмежена адаптивність до професійних змін** унеможливорює швидке реагування на динамічні зміни бойової обстановки. Відсутність досвіду, сформованої гнучкості мислення та дій у нетипових ситуаціях знижує ефективність військовослужбовців. Як вказує Л. А. Кішук (2024), в умовах війни здатність адаптуватися до нових загроз і змін, оперативно приймати нестандартні рішення і координувати дії є критично важливою навичкою, яка часто залишається нерозвиненою.

5. **Особливості занижених окремих когнітивних властивостей військовослужбовців**, таких як гнучкість мислення, стратегічне бачення,

вміння приймати рішення в умовах невизначеності, ускладнює ефективне реагування на загрози бойового середовища. Попри загальний достатній рівень когнітивних здібностей, виявлених у дослідженні, недооцінка ролі когнітивної підготовки в психологічній готовності призводить до труднощів у швидкому переосмисленні тактики, аналізі ситуацій та адаптації до нових умов. Як підтверджують результати регресійного аналізу, відкритість до нового досвіду, стратегічне мислення та здатність до прийняття нестандартних рішень є важливими детермінантами впевненості у своїх силах і бажання виконувати бойові завдання. Важливість когнітивних властивостей у психологічній готовності військовослужбовців до бойової діяльності рядом дослідників (Капосльоз, 2023; Івницька & Василенко, 2023).

Всі зазначені проблеми безпосередньо впливають на рівень психологічної готовності військовослужбовців, а отже — і на результативність виконання бойових завдань. Їх ігнорування може призводити до деструктивних наслідків як для окремого військовослужбовця, так і для колективу в цілому. У зв'язку з цим особливої значущості набуває цілеспрямована робота над формуванням і розвитком компонентів психологічної готовності. Одним з найбільш ефективних підходів до подолання виявлених проблем є проведення тренінгів психологічної підготовки, орієнтованих на розвиток стресостійкості, адаптивності, мотиваційної сфери та навичок емоційної саморегуляції. Такі тренінги дозволяють не лише підвищити рівень психологічної готовності, а й сприяють зниженню психологічних ризиків під час виконання завдань у бойових умовах.

Шляхи формування та розвитку психологічної готовності до виконання військово-професійних завдань

У сучасних умовах війни зростає актуальність розвитку особистісних якостей, які забезпечують психологічну готовність військовослужбовців до виконання складних бойових завдань. Психологічна готовність не є

вродженою — вона потребує цілеспрямованого формування, особливо у контексті тих труднощів, які постають у військовій діяльності: високий рівень стресу, невизначеність ситуацій, небезпека, втрата побратимів. Ці виклики вимагають не лише технічної підготовки, а й глибокої психологічної стійкості. Саме тому особистісно-професійні якості стають фундаментом ефективною та безпечною військовою діяльністю.

Серед основних характеристик, які потребують розвитку для підвищення психологічної готовності, варто виокремити такі:

- *Розвиток емоційної стійкості.* Психологічна готовність військовослужбовців передбачає здатність ефективно протистояти стресовим ситуаціям і справлятися з емоційними навантаженнями. Розвиток емоційної стійкості є ключовим для забезпечення високої боєздатності, оскільки дозволяє військовим зберігати спокій і рішучість навіть у найскладніших умовах. Цей процес включає тренування витривалості до стресу, а також зміцнення морального духу через психологічну підготовку. Залишатися емоційно стійким у бойових умовах сприяє збереженню психологічного здоров'я та ефективному виконанню завдань.

- *Розвиток мотивації та впевненості в своїх силах* – є важливим аспектом психологічної готовності є розвиток внутрішньої мотивації до виконання бойових завдань. Мотивація визначає рівень відданості, відповідальності та готовності до самопожертви. Підвищення самовпевненості через мотиваційні тренінги та позитивне підкріплення сприяє формуванню стійкої мотивації. Це дає змогу військовослужбовцям виконувати завдання навіть у критичних ситуаціях, що є основою для успішної діяльності в умовах бойових дій.

- *Розвиток адаптивності та поведінкової гнучкості.* Адаптивність є критичною характеристикою психологічної готовності, особливо в умовах мінливого бойового середовища, де події можуть змінюватися стрімко і непередбачувано. Військовослужбовці, зокрема ті, хто не має бойового досвіду, часто стикаються з труднощами у швидкому пристосуванні до нових

умов. Копінг-стратегії дозволяють змінювати усталені реакції, адаптувати поведінку дій відповідно до зовнішніх обставин, не втрачаючи при цьому внутрішньої організованості. Розвиток адаптивності потребує формування навичок ефективного реагування на нові виклики, динамічного переключення між завданнями та збереження функціональної ефективності під тиском.

- *Формування стратегічного мислення та навичок ухвалення рішень в умовах невизначеності.* Ефективне виконання бойових завдань вимагає від військовослужбовців високого рівня розвитку розумових якостей, зокрема когнітивної гнучкості, здатності мислити стратегічно та приймати обґрунтовані рішення в ситуаціях ризику та браку інформації. Когнітивна гнучкість передбачає вміння переосмислювати ситуацію, знаходити нові підходи до вирішення проблем і швидко змінювати ментальні стратегії відповідно до змін у середовищі. Стратегічне мислення дозволяє формувати бачення розвитку подій, прогнозувати наслідки дій, будувати сценарії та ухвалювати рішення, що забезпечують досягнення цілей у довгостроковій перспективі. Нестандартність сучасних бойових умов потребує саме такого рівня когнітивної підготовки. Для розвитку цих характеристик доцільним є використання спеціалізованих вправ, зокрема ситуаційного моделювання, аналітичного опрацювання бойових сценаріїв, командного обговорення альтернатив та стратегічного планування. Усі ці підходи спрямовані на формування ментальної гнучкості, розширення мисленнєвого репертуару та вдосконалення здатності діяти впевнено в умовах невизначеності.

Розвиток зазначених якостей є неможливим без системної психопрофілактичної роботи, спрямованої на психологічне зміцнення особового складу. З урахуванням складної соціально-психологічної ситуації у воєнний період, актуальним постає впровадження тренінгових технологій, які забезпечують комплексний розвиток зазначених характеристик. Тренінговий формат дозволяє не лише передати знання, а й сформувати практичні навички, активізувати внутрішні ресурси особистості та посилити згуртованість військового колективу.

Таким чином, актуальність і практична значущість розвитку особистісних якостей, що формують психологічну готовність до виконання бойових завдань, обумовлює необхідність впровадження цілісної програми психологічного тренінгу. Така програма має бути адаптована до специфіки бойових умов, ґрунтуватися на емпірично підтверджених даних і спрямована на подолання виявлених у дослідженні труднощів.

Задля реалізації вищезазначених завдань було розроблено програму тренінгового курсу *«Готовність до виклику: психологічне зміцнення військовослужбовця»*. Основне покликання цієї програми – формування і розвиток психологічної готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань, підвищення ефективності професійної діяльності, а також збереження психічного і фізичного здоров'я особового складу в умовах війни.

Орієнтуючись на виявлені у третьому розділі чинники, що обмежують рівень психологічної готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань, було сформульовано очікувані результати реалізації тренінгової програми. Запропоновані результати відповідають основним напрямкам психокорекційного впливу, спрямованим на подолання виявлених труднощів та активізацію внутрішнього потенціалу особистості. Комплексна дія на емоційну сферу, мотиваційно-вольові якості, гнучкість мислення й комунікативну компетентність сприятиме формуванню стійких позитивних змін у структурі психологічної готовності військовослужбовців.

Очікується, що реалізація програми тренінгового курсу сприятиме отриманню таких **результатів**:

- зміцненню емоційної стійкості та здатності ефективно функціонувати в умовах бойового стресу;
- розвитку внутрішньої мотивації до виконання службово-бойових завдань і збереження бойового духу;

- підвищенню впевненості у власних силах, що посилить витривалість у професійно вагомих ситуаціях;
- формуванню гнучкого мислення й адаптивних стратегій поведінки в динамічному військово-професійному середовищі;
- удосконаленню комунікативних та організаторських умінь для підвищення ефективної взаємодії в підрозділі;
- зростанню рівня відповідальності й самодисципліни через усвідомлене добросовісне ставлення до службових обов'язків;
- підвищенню рівня військово-професійної життестійкості як ключового компонента психологічної готовності до дій у бойових умовах.

Досягнення цих результатів забезпечить позитивний динамічний розвиток особистісно-професійних якостей, що є основою високої психологічної готовності до виконання завдань у бойових умовах. У перспективі очікується також зниження рівня емоційного вигорання, тривожності та проявів неадаптивної поведінки, що є особливо актуальним у контексті сучасної військової дійсності. Запровадження тренінгової програми дозволить сформувати ефективну модель психологічної підготовки, спрямовану на збереження та відновлення психічного ресурсу військовослужбовців.

- Розробка й впровадження тренінгової програми *«Готовність до виклику: психологічне зміцнення військовослужбовця»* є доцільною та своєчасною відповіддю на актуальні виклики, що обмежують ефективність бойової діяльності. Вона надає можливість цілеспрямовано впливати на провідні особистісно-професійні характеристики, підвищуючи стресостійкість, адаптивність, мотивацію та впевненість у власних силах. Таким чином, запропонований тренінг може стати дієвим інструментом психологічного забезпечення, що сприятиме не лише зростанню рівня психологічної готовності та збереження їх психічного здоров'я, а й

загальному підвищенню ефективності службово-бойової діяльності військовослужбовців у реаліях війни.

4.3. Мета, завдання, структура та зміст програми тренінгового курсу формування психологічної готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань

У період війни, коли навантаження на військовослужбовців постійно зростає, особливо важливою стає їхня психологічна готовність до виконання бойових завдань. Важливо не лише вміти діяти за наказом, а й зберігати внутрішню стійкість, впевненість у собі, бажання захищати державу та працювати злагоджено у складних і небезпечних ситуаціях. Для досягнення поставлених цілей підготовлено програму тренінгового курсу, яка спрямована на розвиток особистісних якостей, які допомагають військовослужбовцям краще справлятися з бойовими викликами. Програма включає практичну роботу в модулях, що поєднують вправи, обговорення та самоперевірку.

Мета тренінгової програми – надати структуровану основу для проведення тренінгу, спрямованого на розвиток психологічної готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань. Вона визначає зміст, послідовність модулів, методи роботи та очікувані результати, забезпечуючи цілісність і наукову обґрунтованість процесу підготовки.

Основне призначення програми полягає в плануванні та організації тренінгу, спрямованого на психологічну підготовку військовослужбовців до ефективного виконання завдань у бойових умовах. Програма визначає цілі, зміст, структуру та методи тренінгу, забезпечуючи послідовний і цілеспрямований розвиток ключових особистісно-професійних якостей.

Основні завдання програми полягають у плануванні проведення тренінгу з психологічної підготовки військовослужбовців до готовності виконання завдань в умовах залученості до участі у бойових діях.

Для цілеспрямованої підготовки програми формування психологічної

готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань було розроблено модульну структуру тренінгового курсу. Її побудовано на основі результатів теоретичного та емпіричного підходів дослідження, де викладено ключові особистісно-професійні характеристики, що впливають на зацікавленість у захисті держави, впевненість у власних силах та бажання виконувати бойові завдання. Нижче представлено узагальнену структуру тренінгу у форматі змістового «каркасу» (таблиця 4.1).

Таблиця 4.1.

**Структура тренінгового курсу підвищення психологічної готовності
військовослужбовців до виконання бойових завдань (модульна)**

№	Назва тренінгового модуля	Слабкі сторони особистісних якостей	Очікувані результати
1	Модуль 1. Формування ціннісно-мотиваційних властивостей	Незбалансованість внутрішньої та зовнішньої мотиваційної спрямованості.	Підвищення рівня внутрішньої мотивації та її гармонізація із зовнішніми вимогами військової служби.
2	Модуль 2. Посилення когнітивних властивостей	Низька когнітивна гнучкість та обмежена здатність до прийняття рішень в умовах невизначеності.	Розвиток стратегічного мислення, навичок абстрагування та прийняття рішень в екстремальних умовах.
3	Модуль 3. Управління емоційно-вольовими якостями	Знижена стресостійкість, емоційна невитривалість, пригніченість, занепад морального духу та психологічної готовності до виконання бойових завдань.	Підвищення емоційної стійкості, витривалості та працездатності. Зміцнення морального духу і психологічної готовності до бойових дій. Зростання зацікавленості в захисті держави, впевненості у власних силах і бажання виконувати бойові завдання.
4	Модуль 4. Розвиток	Недостатній рівень психологічної готовності та	Розвиток самодисципліни, саморегуляції, ефективної

	особистісних властивостей	відкритості до нового досвіду; знижена здатність до саморегуляції в екстремальних умовах; жорсткість та сухість у соціальній взаємодії; низька доброзичливість.	соціальної взаємодії та управління емоціями в стресових ситуаціях. Підвищення психологічної життєстійкості, відкритості до нового досвіду та стійкості до дії екстремальних чинників.
5	Модуль 5. Формування особистісно-професійних характеристик	Знижена адаптивність до змін у бойовому середовищі; недостатня професійна життєстійкість; недостатній рівень командної взаємодії; несформованість ключових професійних якостей; низький рівень включеності у військово-професійну діяльність, контролю та прийняття викликів.	Формування адаптивності, професійної компетентності, внутрішнього контролю та готовності до викликів. Підвищення включеності у професійну діяльність, розвиток організаторських і комунікативних навичок, посилення командної взаємодії в бойових умовах.

Обсяг тренінгової програми складається із 30 академічних годин. На початку тренінгового курсу передбачено діагностичний компонент. Кожен із тренінгових модулів складається із таких частин: вступ до тренінгового модуля, теоретично-смісловий компонент, корекційно-розвивальний компонент, завершення тренінгової сесії. Обсяг однієї тренінгової сесії у кожному модулі складає 4 академічні години. Відповідно, обсяг п'яти тренінгових сесій складає 20 академічних годин. До обсягу основної частини тренінгу ще додається вступ до тренінгу (2 години) та завершення тренінгу (2 год). Заключне творче завдання становить 6 годин. Самостійна робота.

Програма тренінгового курсу передбачає комплексну і послідовну побудову навчальних занять, спрямованих на формування та розвиток психологічної готовності військовослужбовців до виконання бойових завдань. Кожне заняття курсу структуровано за єдиною логікою і включає

ключові компоненти: актуалізацію теми та проблеми (відповідно до мети конкретного модуля), подання основного змісту (через лекційні блоки), практичне опрацювання матеріалу (мозкові штурми, вправи, робота в малих групах), інтерактивне обговорення, майндфулнес-практики (сидяча медитація) та обов'язковий зворотний зв'язок.

Програма курсу охоплює кілька **змістових напрямів**:

1. Ознайомлення із змістом поняття психологічної готовності як чинника ефективності військово-професійної діяльності. На цьому етапі акцент робиться на розумінні феномену готовності до бойових дій, її структури, специфіки прояву в умовах війни.

2. Розвиток психологічної готовності до взаємодії у малих військових підрозділах. Заняття в межах цього блоку спрямовані на:

- усвідомлення й управління власним психофізіологічним та емоційним станом;
- опанування методів регуляції емоцій та зміни негативних психоемоційних станів;
- формування чіткого розуміння своєї ролі в бойовій групі;
- розвиток згуртованості, командної взаємодії та ефективної комунікації;
- профілактику й подолання міжособистісних конфліктів;
- зміцнення впевненості в особистій ефективності й здатності діяти у стресових умовах.

3. Поглиблення особистісної і професійної самосвідомості. Цей блок сприяє розвитку індивідуальних якостей, що є критично важливими для збереження психологічного здоров'я під час перебування в зоні бойових дій.

Для реалізації поставлених цілей, до програми курсу було інтегровано широкий набір методик, психотехнік і вправ, які довели свою ефективність у попередніх дослідженнях і практиці. Зокрема, використовуються підходи, описані у працях таких авторів, як Бендлер і Гріндер (1995), Ваймер і

Галлікер (2013), Кокун і Панасенко (2018), Карамушка (2022) та інші. Серед методів і технік: бесіди, аутогенне тренування, медитації, рефреймінг, майндфулнес-практики, ігрові та рольові моделі взаємодії, візуалізації, техніки невербальної комунікації тощо.

У рамках тренінгового курсу застосовуються як традиційні (лекції, презентації, інформування), так і інтерактивні методи роботи (дискусії, груповий аналіз, мозкові штурми, ситуативні завдання). Такий підхід дозволяє створити умови для залучення учасників до активного засвоєння матеріалу і практичного відпрацювання навичок.

З огляду на те, що стандарт психологічної підготовки (навчальний курс) (СТІ 000 Г. 22Л) передбачає заняття з методів саморегуляції, програма доповнена вправами, які навчають керувати психофізіологічними реакціями за допомогою саморегуляції. Ці навички корисні як у повсякденному житті, так і під час бойового стресу. Вони допомагають контролювати свої емоції, думки та переживання, розвивати самовладання і психічну стійкість. У програму включено релаксаційні техніки та медитації, які сприяють швидкому відновленню, покращенню сну та раціональному використанню психічної енергії (Кокун, 2021).

Організація курсу також передбачає дотримання певних етичних і поведінкових норм: обов'язкова присутність на заняттях; добровільність виконання вправ; комунікація у форматі «від себе», а не про інших; взаємна повага і доброзичливість; акцент на аналізі дій, а не особистостей. Психолог може запропонувати учасникам виконання індивідуальних завдань для самостійної роботи – з метою глибшого самопізнання, усвідомлення власного психоемоційного стану та перенесення здобутого досвіду у реальну професійну взаємодію.

Наприкінці проведення тренінгового курсу проведено рефлексію. Рефлексивний компонент – це вміння військовослужбовця здійснювати самоаналіз у процесі підготовки та професійної діяльності. Рефлексивний компонент виступає у якості зв'язку однієї активності з іншою, стимулює

саморегуляцію професійної діяльності особистості і означає прагнення до самопізнання, до осмислення й оцінки власних дій, вчинків. Рефлексивний компонент передбачає прагнення до самоаналізу, що спрямовує майбутнього фахівця на перетворення власного Я шляхом перегляду власних рішень (Литвинчук, 2018).

У ході проведення тренінгового курсу, для вхідного та вихідного анкетування доцільним є проведення діагностування за допомогою діагностичного інструментарію, який був застосований у емпіричній частині нашого дисертаційного дослідження. Для оцінки мотиваційної складової – методику «Мотивація професійної діяльності» (К. Замфір, модифікація А. Реана). Вивчення когнітивних властивостей – за допомогою методики «Дослідження особливостей мислення (МДОМ-2)». Емоційно-вольові властивості – за методикою «Шкалована самооцінка психофізіологічного стану (О. Кокуна)». Базові риси особистості – за методикою «Короткий п'ятифакторний опитувальник особистості ТІРІ-UKR» (адаптація М. Кліманської, І. Галецької). Вивчення професійних якостей та стилів поведінки в конфліктах – за методикою «Діагностика схильності до конфліктної поведінки (К. Томас, адаптація Н. В. Грішиної)». Рівень адаптаційного потенціалу військовослужбовців – за опитувальником «Військово-професійна життєстійкість (О. Кокун). Соціально-психологічні навички досліджувалися методом «Діагностики комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2)». (Додатки Б.1 – Б.7).

Зазначені методики дають можливість комплексно вивчити та охарактеризувати особистісно-професійні властивості до початку тренінгу та після проведення тренінгового курсу, що дозволяє дослідити результати впливу тренінгу на чинники, що впливають на ефективність військово-професійної діяльності.

Усі включені у програму тренінгового курсу вправи та методики мають українську адаптацію, апробовану в межах академічних або клінічних

досліджень та рекомендовані до використання у військових формуваннях відповідно до професійних етичних норм.

4.4. Програма підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності

У сучасних умовах воєнного стану особливої актуальності набуває завдання цілеспрямованого формування та зміцнення психологічної готовності військовослужбовців до виконання службово-бойових завдань. Представлена програма є практичним інструментом реалізації цього завдання, базуючись на результатах емпіричного дослідження та сучасних наукових підходах до психолого-педагогічного супроводу військової підготовки.

ПРОГРАМА ТРЕНІНГОВОГО КУРСУ

«Готовність до виклику: психологічне зміцнення військовослужбовця»

(підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності)

1. Загальна характеристика програми

Програма тренінгового курсу *«Готовність до виклику: психологічне зміцнення військовослужбовця»* спрямована на підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності (далі - Програма). Програма є складовою всебічної підготовки особового складу, підвищення кваліфікації та професійного розвитку військовослужбовців до виконання покладених на них завдань.

Курс націлений на підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності. Матеріали викладені у програмі допоможуть отримати потрібні знання,

підвищити психологічну стійкість та здобути практичні навички для подальшого використання у військово-професійній діяльності.

Програма розроблена відповідно до положень чинного законодавства України, зокрема Законів України «Про Збройні Сили України», «Про оборону України», «Про військовий обов'язок і військову службу», «Про вищу освіту», а також враховує положення Доктрини "Морально-психологічного забезпечення військ (сил) в об'єднаних операціях" Збройних Силах України, Доктрини військового лідерства у Збройних Силах України (ОП 1-296). Крім того, при розробці програми враховано вимоги міжнародних стандартів НАТО, зокрема STANAG 6511 (Military Training for Psychological Operations Personnel), стандарт психологічної підготовки (навчальний курс) (СТІ 000 Г. 22Л) та СТІ 000А.22А, що регламентують підготовку особового складу з урахуванням сучасних викликів безпеки та вимог до психологічної стійкості військовослужбовців.

Методологічне підґрунтя тренінгового курсу формується на основі узагальнення сучасного національного досвіду та інноваційних підходів до підготовки і перепідготовки кадрів у системі військової освіти, а також практик, що застосовуються у підготовці особового складу збройних сил зарубіжних країн. Тренінг базується на принципах діяльнісного, особистісно орієнтованого та ресурсного підходів, що сприяє формуванню ефективної внутрішньої мотивації, розвитку впевненості у власних силах, формуванню конструктивних комунікативних навичок, підвищенню рівня саморегуляції та відновленню психоемоційного балансу. Програма акцентує увагу на практичному застосуванні здобутих знань і навичок у реальних умовах виконання військово-професійних завдань, що є важливою умовою підтримання боєздатності та психічної витривалості особового складу в умовах воєнного стану.

Мета проведення тренінгу. Відпрацювання з учасниками курсу навичок необхідних для професійно-психологічної стійкості. Підвищення рівня особистісних якостей та психологічної готовності військовослужбовців

до ефективного виконання покладених на них завдань. Розвиток внутрішніх ресурсів, формування стійкості до стресових факторів, удосконалення навичок саморегуляції (також для ветеранів), комунікації та прийняття рішень у критичних ситуаціях.

Завдання тренінгу. Сформувати та зміцнити емоційну життєстійкість у бойових умовах. Розвинути впевненість у собі та почуття контролю над ситуацією. Підвищити рівень мотивації до служби та виконання завдань. Сприяти розвитку відповідальності та самодисципліни. Навчити адаптації до стресових факторів та змін. Розвинути організаторські та комунікативні навички.

2. Організаційно-методичне забезпечення тренінгу

Організаційно-методичне забезпечення тренінгу враховує специфіку військової служби, індивідуальні особливості учасників, а також вимоги сучасної системи підготовки особового складу. Зміст, тривалість і формат реалізації програми оптимізовані для досягнення максимального психологічного ефекту за обмежений період часу, забезпечуючи адаптивність, ефективність і прикладну спрямованість навчального процесу.

Цільова аудиторія. Військовослужбовці, з досвідом та без досвіду участі у бойових діях, які готуються до виконання покладених на них завдань.

Тривалість курсу. 5 тематичних модулів (5 днів). Тривалість кожного модуля – 6 годин.

Кількість учасників – 10-15 осіб.

Просторова організація – робота у приміщенні (аудиторія, клас).

Навчально-матеріальна база – столи, стільці, дошка, ручки, зошити, папір, маркери, роздаткові матеріали, аудіо-колонка.

Форма одягу – довільна, за бажанням військова.

Формат проведення тренінгу. Групова робота, інтерактивний тренінг із поєднанням, вхідної та вихідної діагностики, психоедукації, практичних вправ, рольових ігор, саморефлексії.

Організаційні питання тренінгового курсу. Знайомство з групою, правила поведінки, структура курсу та тематика тренінгів, доведення основної мети; обговорення та рефлексія (самооцінка почуттів психологічної готовності), збір зворотного зв'язку – анкетування за результатами тренінгу – 3 години.

Форми контролю. Оцінювання рівня засвоєння навчального матеріалу відбувається впродовж усього тренінгового курсу шляхом поточного контролю. Воно передбачає аналіз ефективності виконання учасниками практичних завдань та самостійної роботи. Контрольні заходи реалізуються у форматі колективного обговорення результатів, що сприяє рефлексії, закріпленню набутих знань і розвитку прикладних навичок.

Таблиця 4.2.

3. Тематичний план тренінгового курсу

Найменування сесії	Компоненти заняття	Кількість академічних годин*
ПЕРШИЙ ДЕНЬ		
Модуль 1. Формування ціннісно-мотиваційних властивостей	Відкриття тренінгу.	3
	Організаційні питання. Знайомство. Призначення старшого групи.	
	Вступ до тренінгового курсу. Доведення теми, мети, завдань.	
	Вхідне тестування (діагностичне)	
	Вступ до тренінгового модуля	1
	Теоретичний блок. Лекція 1	1
	Вправа 1: «Дерево моїх цінностей»	1
	Вправа 2. Групова дискусія: «Я служу, тому що...»	0,5
	Вправа 3. «Налаштуйся на успіх»	0,5
	Рефлексія заняття	
ДРУГИЙ ДЕНЬ		
Модуль 2. Посилення	Вступ до тренінгового модуля.	
	Лекція 2. «Когнітивна гнучкість як ресурс	1

когнітивних властивостей	виживання та ефективності у бойових умовах».	
	Вправа 1: «Мозковий штурм в умовах невизначеності»	1
	Вправа 2. «Два кроки наперед» (стратегічне мислення та прогнозування)	1
	Гра 3. «Мислення за межами себе» (ротація мислення)	1
	Вправа 4: «Мисленнєвий маневр»	1
	Вправа 5: «Перезавантаження мозку»	1
	Рефлексія заняття	
ТРЕТІЙ ДЕНЬ		
Модуль 3. Управління емоційно-вольовими якостями	Вступ до тренінгового модуля.	1
	Лекція 3. «Емоційна стійкість і воля: ключ до успіху у військово-професійній діяльності»	
	Вправа 1. «Емоційний барометр» (коло емоцій)	1
	Вправа 2: «Виклик і витримка»	1
	Вправа 3: «Я витримую – я дію» (ресурсне переконання)	1
	Вправа 4: Гра «Командир під тиском»	1
	Вправа 5: «Укріплення ментальної броні»	1
	Рефлексія заняття	
ЧЕТВЕРТИЙ ДЕНЬ		
Модуль 4. Розвиток особистісних властивостей	Вступ до тренінгового модуля.	1
	Лекція 4. «Особистість військовослужбовця в умовах бойових дій: психологічна стійкість, риси «Big Five».	
	Перегляд мультфільму «Big Five»	
	Вправа 1. «Мій особистісний портрет» (тест)	1
	Вправа 2: Гра «Командирське рішення» (планування із врахуванням рис «Big Five»)	1
	Вправа 3: «П'ятеро десантників: виживання з Big Five»	1
	Вправа 4: Гра «Відкрите спілкування»	1

	Вправа 5: «Бойовий майндфулнес: П'ять граней сили»	1
	Рефлексія заняття	

П'ЯТИЙ ДЕНЬ		
МОДУЛЬ 5. Формування особисто-професійних характеристик	Вступ до тренінгового модуля.	1
	Лекція 5: «Особисто-професійні характеристики, професійна життєстійкість як ресурс психологічної готовності до бойових завдань»	
	Вправа №1: «Професійна життєстійкість в умовах війни»	1
	Вправа №2: ««Спокій серед хаосу: тренування стійкості»: Майндфулнес у бойових умовах»	1
	Вихідне анкетування (тести на дослідження мотиваційних, когнітивних, емоційно-вольових властивостей)	1
	Анкетування: зворотний зв'язок тренінгового курсу	0,5
	Рефлексія	0,5

Примітка: Відповідно до Наказу МОНУ № 686 від 18.06.2021, академічна година - облікова одиниця навчального часу для планування навчальної роботи. Норми часу розраховуються, виходячи з астрономічної години (60 хвилин). Тривалість академічної години становить 45 астрономічних хвилин (тривалість двох поєднаних академічних годин (пари) може становити від 80 до 90 хвилин).

ПЕРШИЙ ДЕНЬ ТРЕНІНГУ

МОДУЛЬ 1. «Формування ціннісно-мотиваційних властивостей»

Мета. Формування та гармонізація внутрішньої та зовнішньої мотивації, розвиток особистісного смислу служби. Усвідомити власні джерела мотивації, посилити внутрішню мотивацію.

Організаційні питання. Відкриття тренінгу, організаційні питання, знайомство, призначення старшого групи. Доведення теми тренінгового курсу, мети, завдань. Правила роботи групи.

Тестування. Вхідне анкетування для встановлення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання поставлених завдань.

Лекція. На тему: «Основні проблеми психологічної готовності до виконання поставлених завдань».

Вправа 1: «Дерево моїх професійних цінностей та готовності до служби»

Мета вправи: Актуалізація й усвідомлення особистісних цінностей військовослужбовця як бази для формування внутрішньої мотивації, стабілізації емоційного стану та підвищення психологічної готовності до виконання професійних завдань.

Час виконання: 40–45 хвилин

Форма проведення: Індивідуальна або в малих групах (до 5 осіб).

Хід виконання вправи:

1. Інструктаж і налаштування (5–7 хв):

Психолог коротко пояснює учасникам мету вправи:

«Ця вправа допоможе вам краще усвідомити свої життєві цінності, які лежать в основі вашої поведінки, рішень та готовності до професійної діяльності. Це своєрідна мапа того, що насправді важливо саме вам у житті.»

Учасникам роздаються аркуші паперу та кольорові олівці (або маркери).

2. Побудова «дерева» (20–25 хв):

Учасники малюють на аркуші дерево з трьома основними частинами:

- **Коріння (базові цінності).** Цінності, на яких «тримаються» їхні переконання й вибори (наприклад, родина, здоров'я, безпека, служіння, престиж служби, віра тощо).
- **Стовбур (опори).** Як ці цінності проявляються у житті – у вчинках, рішеннях, звичках (наприклад: «відповідальність», «дисципліна», «готовність служити»).

- *Крона (плоди/результати)*. Чого людина прагне досягти, реалізуючи свої цінності (наприклад: «бути прикладом для побратимів», «почуватися гідним», «відчуття виконаного обов'язку», «життя у мирній країні»).

Учасники самостійно підписують кожен елемент дерева. За бажанням – можуть прикрасити малюнок символами, які асоціюються з їх цінностями.

3. Обговорення (10–15 хв):

Після завершення роботи учасники (індивідуально або в групі) діляться:

- які цінності виявились найважливішими;
- що стало несподіваним відкриттям;
- як ці цінності можуть підвищити психологічну готовність до виконання завдань в реаліях військової служби.

Для групової форми: Обговорення проводиться в безпечній атмосфері, без тиску. Учасники можуть ділитися лише тим, чим готові.

Психологічний акцент: Вправа дає змогу активізувати внутрішні ресурси, закладені в особистісній системі цінностей військовослужбовця. Це важливий етап формування внутрішньої опори в умовах бойових завдань, стресу та морально-психологічного напруження.

Вправа 2. Групова дискусія: «Я служу, тому що...»

Тривалість: 15 хвилин.

Форма проведення: групова дискусія.

Мета: Сприяти усвідомленню особистих мотивів та цінностей, пов'язаних із військовою службою. Підвищити внутрішню мотивацію та зміцнити почуття професійної ідентичності. Створити безпечний простір для обміну думками та емоціями.

Хід вправи:

1. **Вступ:** (1 хвилина) Ведучий пояснює мету дискусії та встановлює правила:

- Висловлювання є добровільними.
- Поважаємо думку кожного.
- Заборонено перебивати.
- Усе сказане залишається в межах групи.

2. **Індивідуальне осмислення:** (3 хвилини) Учасникам пропонується подумати над питанням:

"Чому я обрав(ла) військову службу? Що мене мотивує залишатися в строю?" За бажанням, учасники можуть зробити короткі нотатки.

3. **Групова дискусія:** (9 хвилин) Кожен учасник по черзі ділиться своїми думками, починаючи фразу:

"Я служу, тому що..."

Ведучий заохочує до щирості, але не наполягає на розкритті особистих деталей.

4. **Підсумок:** (2 хвилини) Ведучий підводить підсумки, акцентуючи на спільних цінностях та мотивах, які об'єднують групу.

Рекомендації тренеру:

- Забезпечте безпечну атмосферу, де кожен відчуває себе почутим.
- Уникайте оцінювання висловлювань учасників.
- За потреби, учасникам, які можуть відчути емоційний дискомфорт, після дискусії запропонуйте індивідуальні консультації з психологом.

Вправа 3. «Налаштуйся на успіх»

Тривалість: 20 хвилин.

Форма проведення: групова релаксаційна вправа з елементами аутотренінгу та візуалізації.

Мета: Стимулювання внутрішньої мотивації до досягнення особистісно та професійно-значущих цілей, зокрема у контексті військової служби; підвищення впевненості у власних силах; формування позитивного емоційного фону як ресурсу стійкості.

Умови проведення:

- Зручне приміщення з можливістю приглушення світла
- Спокійна інструментальна музика (наприклад, звуки моря, природи, легка медитативна музика).
- Стільці або килимки для сидіння/напівлежання.
- Спокійний голос ведучого, із вираженими паузами та м'якою інтонацією

Структура вправи:

1. Вступ: (2–3 хв) Тренер звертається до учасників із поясненням:

«Зараз ми виконаємо вправу, яка допоможе зосередитися на своєму внутрішньому ресурсі, згадати, заради чого ви щодня долаєте труднощі, і відчуті впевненість у своїй здатності йти до цілі. Це безпечний простір. Тут не буде нічого, що викликало б напругу чи болючі спогади. Лише ви, ваш внутрішній спокій і уявлення про те, ким ви є і ким прагнете бути.»

2. Основна частина – візуалізація з установками (12–14 хв):

- Учасники заплющують очі, сідають зручно, звучить фоновий музичний супровід.
- Ведучий повільно і спокійно промовляє (з паузами):

«Зосереджуємо увагу на своєму диханні... Потік повітря... «Уявіть берег... Просторий, тихий... Ви стоїте біля води. Хвилі м'яко набігають на пісок... Ви чуєте легкий шерех прибою... Повітря свіже і чисте. Ви вдихаєте його – і з кожним вдихом відчуваєте, як ваше тіло розслабляється...»

«Хвилі вільні... Сильні... Спокійні... Вони не зупиняються – рухаються вперед... Ви наче зливаєтеся з цим рухом... Відчуваєте, як сила природи входить у вас... Це – ваша внутрішня сила. Стійкість. Цілеспрямованість.»

«Ви знаєте, що попереду – шлях. Він не завжди буде легким. Але він – ваш. І він наповнений сенсом... Ви бачите свою мету... Це може бути служба. Це може бути підтримка побратимів. Це може бути мир у родині. Кожна ціль – важлива. І вона варта зусиль.»

«Ви здатні проходити шлях гідно... Ви наповнені впевненістю... У вас є внутрішня опора... Ви вже багато подолали. І це – доказ вашої сили.»

«Відчуйте це: спокій... зосередженість... впевненість... Дихайте... і знайте – ви вже на шляху... І цей шлях веде до перемоги. Вашої внутрішньої перемоги. Перемоги над втомою. Над сумнівами. Над зневірою.»

[пауза 30–40 сек для тиші під музику]

«Зробіть ще один глибокий вдих... І з видихом – залиште те, що заважає. І дозвольте собі відчувати легкість... Радість. Тиху, спокійну радість внутрішньої сили.»

3. Завершення (3–4 хв):

- Поступове повернення до активності (*підсилення звуку музики*):

«Поверніться увагою до тіла... Поворухіть пальцями... Повільно відкрийте очі...»

4. Обговорення:

- За бажанням учасників – короткий обмін відчуттями: «Що ви відчули під час візуалізації?», «Що вам запам'яталось найбільше?», «Які образи або слова дали вам підтримку?», «Що вдалося відчути?», «Що було важливим під час вправи?»

Примітка: Ця вправа сприяє зміцненню ціннісно-мотиваційної сфери, посиленню впевненості у професійній значущості власної діяльності та зменшенню напруги. Її доцільно використовувати як частину модуля, спрямованого на формування особистісної стійкості та усвідомлення життєвої мети. Вправа може бути використана як завершальна на занятті для закріплення позитивного мотиваційного фону.

Рефлексія заняття. (5 хвилин) Кожен учасник повинен висловити свої думки щодо того, які знання та навички він отримав під час тренінгу, згадати приємні моменти спілкування та взаємодії з колегами.

ДРУГИЙ ДЕНЬ ТРЕНІНГУ

МОДУЛЬ 2. «Посилення когнітивних властивостей»

Мета. Формування та розвиток когнітивної гнучкості, стратегічного мислення, навичок аналізу та прийняття рішень в умовах невизначеності, що є важливими чинниками ефективної військово-професійної діяльності.

Завдання модуля. Розвивати здатність до абстрактного мислення, прогнозування наслідків рішень. Формувати навички швидкого реагування в умовах стресу та неповної інформації. Посилити відкритість до нового досвіду та навчання. Стимулювати адаптивність і прийняття змін як професійну норму. Підвищити впевненість у своїх пізнавальних здібностях.

Вступ. Ознайомлення з метою та завданнями модуля.

Лекція 2. На тему: «Когнітивна гнучкість як ресурс виживання та ефективності у бойових умовах».

(Для підготовки лекції використовуються наявні літературні джерела (Дерев'янка, 2021; Варій, 2008; Rotter, 1982) та результати теоретичних і емпіричних досліджень дисертаційної роботи автора.)

Вправа 1: «Мозковий штурм в умовах невизначеності»

Час виконання вправи: 40–45 хвилин.

Форма проведення: В малих групах (до 5 осіб).

Мета вправи: Мозковий штурм направлений на активізацію розумової діяльності, тренування швидкого прийняття нестандартних рішень. Розвивати когнітивну гнучкість, креативність мислення та здатність до прийняття рішень в умовах невизначеності. Відпрацювання швидкого генерування нестандартних рішень у стресових ситуаціях. Підвищувати впевненість у власних силах та адаптивність до змін.

(Джерела з прикладом застосування «мозкового штурму»: Гречуха, 2010; Карамушка, 2022).

Очікуваний ефект: розвиток креативності, зниження страху помилки.

Роздатковий матеріал: за бажанням, для раціонального використання часу, роздати завдання ситуації для роботи у вправі у роздрукованому вигляді.

Опис: Учасники отримують бойову ситуацію з браком інформації.

Хід виконання вправи:

1. Інструктаж і налаштування (5–7 хв):

Психолог пояснює учасникам мету вправи:

«У бойових умовах нам часто доводиться ухвалювати рішення швидко, маючи обмежену інформацію, без змоги порадитися з кимось. Саме тому важливо тренувати здатність мислити гнучко та нестандартно, не блокуючись емоціями чи стресом.

Ця вправа спрямована на розвиток креативного мислення під тиском, тобто – в умовах, максимально наближених до бойових. Ми попрацюємо з короткою ситуацією та вашими варіантами рішень. Ви самі побачите, скільки ефективних рішень може з'явитися, якщо дати собі дозвіл мислити вільно та не критикувати себе.

Ваше завдання – не знайти “правильну” відповідь, а підвищити швидкість, гнучкість і сміливість мислення. Це не тест — це тренування, і в ньому не може бути помилок.»

Приклад бойової ситуації для роботи у вправі:

Ситуація: «Пошук та знешкодження ДРГ в умовах втрати зв'язку»

Під час рейдової розвідки поблизу лінії зіткнення, ваш підрозділ втрачає радіозв'язок із командним пунктом. Безпосередньо перед втратою зв'язку надійшло перехоплене повідомлення, що у вашому районі може діяти диверсійно-розвідувальна група противника (ДРГ). У районі зросла активність ворожих БПЛА та періодично фіксуються ознаки радіоелектронної боротьби (РЕБ). Умови роботи змінюються: почалася сильна злива, що обмежує видимість і ускладнює використання дронів та засобів спостереження. Ваш підрозділ має обмежений боєкомплект, і до наступного пункту забезпечення – понад 15 км.

Завдання: Розробити кілька альтернативних сценаріїв дій, які дозволять:

- швидко локалізувати потенційну ДРГ,
- мінімізувати ризики втрат серед особового складу,
- за можливості відновити втрату зв'язку,
- утримати контроль над місцевістю, не привертаючи зайвої уваги

противника.

2. Генерація ідей (15 хвилин).

Учасники групи (кожен) самостійно записують щонайменше 7 варіантів дій, щодо вирішення ситуації.

Правила:

- Не зупинятися під час запису.
- Не оцінювати ідеї на реалістичність в ході їх генерації
- Швидкість і кількість важливіші за “правильність”.

4. Оцінка ідей (5 хвилин).

Учасники групи переглядають кожен свої записи та обирають 3-5 варіантів від групи, які виглядають найбільш реалістичними або ефективними.

5. Обговорення (10 хвилин).

Кожна група пояснює коротко, чому саме ці варіанти – найприйнятніші у даних умовах.

6. Рефлексія (5-7 хвилин): аналіз мисленнєвих стратегій, бар'єрів, рішень.

- Що було найважчим у процесі?
- Чи з'являлися неочікувані ідеї?
- Як змінилось моє сприйняття складних ситуацій після вправи?

Вправа 2. «Два кроки наперед» (стратегічне мислення та прогнозування)

Час виконання вправи: 40–45 хвилин

Форма проведення: групова (робота в штабних міні-групах 4–6 осіб)

Мета вправи: Розвиток стратегічного та сценарного мислення, навичок прогнозування, оцінки ризиків і прийняття рішень в умовах зміненої бойової ситуації.

Загальний опис: Учасники виступають у ролі штабних офіцерів, яким надходить оперативна інформація щодо можливої активності противника. Виходячи з аналізу попередніх дій ворога, необхідно розробити кілька сценаріїв розвитку подій, спланувати дії своїх підрозділів, оцінити ризики та сформулювати оптимальний план реагування. Вправа активізує оперативне мислення, вміння працювати з частковою інформацією та будувати логічні прогнози.

Хід виконання вправи:

1. Інструктаж і налаштування (5–7 хв).

Психолог інструктує:

Мета вправи — розвинути стратегічне мислення та навички прогнозування в бойових умовах.

Кожна група працює як штаб командування батальйону (чи роти) на оперативному напрямку. Наголошується на аналізі дій противника, моделюванні сценаріїв, прийнятті рішень в умовах неповної інформації та невизначеності часу.

2. Вступна бойова ситуація (3 хвилини).

Учасникам зачитується учбова ситуація:

Оперативна обстановка. Ви перебуваєте у штабі командування оперативної групи, яка відповідає за оборону на важливій ділянці. Противник уже двічі проводив розвідувальні дії в суміжних секторах, застосовуючи спроби обхідного маневру з флангів. Після останньої атаки відмічено

перекидання противником техніки в тил, а також зниження інтенсивності обстрілів.

Розвідка з безпілотників фіксує розмиті сигнали можливої активності в інформаційному полі — поширення фейків про прорив лінії оборони в суміжному районі. Також надходить інформація про переміщення ворожих підрозділів РЕБ та ППО у напрямку вашого сектора.

Ваше завдання: зпрогнозувати кілька можливих сценаріїв дій противника та визначити оптимальні заходи реагування вашої оперативної групи.

3. Групова робота: аналіз і прогнозування – 8 хвилин.

Завдання групи:

- Проаналізувати отриману інформацію.
- На основі попередньої поведінки противника створити 2–3 ймовірні сценарії розвитку ситуації.
- Визначити основні загрози та сильні/слабкі сторони кожного сценарію.

4. Розробка стратегічного плану дій – 10 хвилин

Кожна група обирає один із прогнозованих сценаріїв як найбільш імовірний та:

- Розробляє конкретні дії у відповідь (маневри, резерви, інженерне забезпечення, ППО, РЕБ тощо).
- Складає стислий оперативний план (до 5 ключових дій).

5. Оцінка ризиків і альтернативи – 7 хвилин

Група:

- Визначає ключові ризики плану (наприклад: втрати, втрати контролю, розрив зв'язку, морально-психологічна втома).
- Готує альтернативний резервний план на випадок провалу основного.

6. Презентація плану та обговорення – 7–8 хвилин

Кожна група:

- Презентує свій план (2–3 хвилини).

- Інші учасники та тренер ставлять уточнюючі запитання, надають зворотний зв'язок щодо логіки мислення, гнучкості, обґрунтованості вибору.

7. Рефлексія та підсумки – 5 хвилин

Запитання для групової дискусії:

Які когнітивні процеси були найбільш активними під час виконання завдання?

Чи змінилося ваше бачення мислення в бойових умовах?

Чи вдавалося уникнути когнітивних помилок (упередженості, поспішних висновків)?

Як стратегічне прогнозування допомагає зменшити невизначеність у бойовій ситуації?

Вправа 3. Гра «Мислення за межами себе» (ротація мислення)

Час виконання вправи: 45 хвилин

Форма проведення: групова (міні-групи до 5 осіб).

Мета: Розвиток когнітивної гнучкості й оперативного мислення у побутових, нештатних ситуаціях. Формування об'ємного сприйняття ситуації, здатності бачити її з різних позицій. Навчання аналізу соціальних і психологічних факторів, що впливають на взаємодію в колективі. Підвищення психологічної готовності до конструктивного вирішення конфліктів в умовах тимчасового побутового розміщення.

Очікувані результати: Розширення стратегічного і соціального мислення. Зменшення категоричності у сприйнятті поведінки інших. Підвищення здатності до аналізу мотивів інших людей.

1. Вступ та інструктаж – 5 хвилин

Тренер пояснює мету вправи:

- Ми аналізуємо побутову, але стресову ситуацію, яка легко може перерости в глибший конфлікт.

- Завдання: уявити себе в ролі іншого учасника цієї ситуації й спробувати побачити події очима цієї особи.
- Це тренує не лише емпатію, а й стратегічне бачення соціальної взаємодії, яке важливе для ефективного функціонування підрозділу.

2. Ознайомлення з ситуацією – 3 хвилини

Учасникам зачитується (або демонструється на екрані) опис ситуації.

Місце подій: Військовослужбовці тимчасово дислокуються на території рибного господарства, де винаймають житлове приміщення. Умови некомфортні: відсутня стабільна електрика, слабкий мобільний зв'язок, опалення пічне, воду потрібно привозити з пожежного пункту та заливати у цистерну, складно з побутовим холодильником.

Початок конфлікту: Один із військовослужбовців користується запасами води більше, ніж домовлено. Воду мають привозити всі разом. Інший – регулярно слухає гучну музику, заважаючи відпочинку. Третій вважає, що обов'язки щодо опалення будинку розподілені несправедливо. Механічно обслуговувати автомобіль вміє лише один, який весь час бурчить «чому я маю робити все один». Та врівноважений ІТ-ішнік на якого, окрім виконання військово-професійних завдань, також поклали обов'язки (у вільний від несення служби час) монтування відео про результати роботи БПЛА та відправки звітів командуванню в «центр». Між ними виникає словесна суперечка з підвищеним тоном. Командир підрозділу намагається втрутитися, але не розуміє всіх мотивів.

3. Вибір ролі – 3 хвилини

Кожен учасник обирає або отримує одну з ролей:

- військовослужбовець, який використовує багато води;
- військовослужбовець, який слухає музику;
- військовослужбовець, обурений пічним опаленням;
- командир підрозділу;
- зовнішній спостерігач/психолог.

4. Опрацювання ситуації в обраній ролі – 10 хвилин

Індивідуальна робота.

Кожен учасник має: Коротко описати своє бачення ситуації з цієї ролі. Обґрунтувати та потреби «своїх» ролі. Пропрацювати відповідь: які рішення я пропоную як ця особа?

Групове обговорення: Чому я діяв саме так? Що мене дратує? Чого я хочу добитися? Як би я пояснив свою позицію іншим?

5. Обмін ролями – 10 хвилин

Учасники обмінюються ролями. У новій ролі кожен учасник коротко (1–2 хвилини) озвучує свою роль і як він/вона бачить ситуацію.

Групове обговорення: Група після кожного виступу може ставити уточнюючі запитання, але не оцінювати.

6. Розробка плану вирішення конфлікту – 7 хвилин

На основі побачених мотивів і потреб, група має: Запропонувати 1–2 рішення, які враховують інтереси кожної сторони. Сформулювати короткий побутовий «статут взаємодії», що допоможе уникати подібних конфліктів.

7. Рефлексія – 7 хвилин

Питання для рефлексії:

- Що було найскладніше — увійти в роль чи захищати її позицію?
- Що я дізнався нового про інших?
- Як зміна ролі вплинула на моє бачення ситуації?
- Чи можна перенести цей досвід у реальні побутові чи службові конфлікти?

Вправа 4. «Мисленнєвий маневр»

Час виконання вправи: 40–45 хвилин

Форма проведення: групова з індивідуальними елементами або в малих групах (до 5 осіб).

Мета вправи: Формування гнучкості мислення, здатності відмовлятися від шаблонних підходів у складних та непередбачуваних ситуаціях. Розвиток нестандартного, творчого мислення під тиском стресу. Підвищення

психологічної готовності до ухвалення рішень в умовах інформаційної невизначеності. Навчання адаптивності до зміни умов під час бойових завдань.

Очікувані результати: Покращення навичок мислення в умовах невизначеності. Навчання шукати нестандартні рішення, коли звичні підходи неефективні. Формування адаптивного стилю реагування, що знижує когнітивну ригідність. Підвищення психологічної готовності до складних рішень у реальних бойових умовах.

Хід виконання вправи:

1. Інструктаж і налаштування – 5 хвилин

Психолог коротко пояснює учасникам мету вправи:

"Ця вправа тренує гнучкість мислення, здатність вийти за межі шаблонів і швидко адаптуватися до нових обставин. Ми будемо розв'язувати завдання, які на перший погляд здаються абсурдними, неповними чи навіть нелогічними. Але саме це і є реальність бойових умов – часто немає повної інформації, час обмежений, а рішення треба приймати."

2. Виконання вправ на логічні нестандартні завдання – 20 хвилин

Формат: Учасники об'єднуються у групи по 4–5 осіб. Тренер роздає кожній групі 2–3 завдання на вибір. Завдання мають нестандартну логіку, обмежену інформацію або прихований контекст.

Завдання 1: Ситуація на блокпості: Військовослужбовці мають зупинити вантажівку. У документі водія зазначено гуманітарну місію, але на борту – відсутність будь-якого вантажу. Що ви робите? Як перевірити правдивість, не маючи часу чекати на підтвердження?

Завдання 2: Парадоксальна ситуація: Ваша група має переправитися через річку. Є лише одна човнова переправа на 2 особи, але вона працює хаотично: 3 рази працює, потім не працює, 2 рази працює, потім знову збій. Скільки часу вам знадобиться, щоб переправити 8 осіб, якщо кожен перехід займає 5 хвилин? (Питання спрямоване на роботу з невизначеними умовами і шаблонами часу.)

Завдання 3: Завдання на обхід шаблону: "У вас є 3 однакові на вигляд радіостанції. Лише одна з них працює. Як її знайти, якщо дозволено лише два вмикання будь-яких рацій?". (Вправа тренує умовне моделювання та мислення через обмеження.)

Час на розв'язання: по 6–7 хвилин на кожне завдання.

3. Обговорення в групах – 10 хвилин

Кожна група обирає 1 представника, який коротко пояснює виконане завдання (1 хв). Озвучує рішення команди та логіку його побудови (2 хв).

Тренер після кожної відповіді запитує:

- Що змусило вас мислити не так, як зазвичай?
- Чи був момент, коли ви відчували, що звична логіка не працює?

4. Загальна рефлексія – 10 хвилин

- Що мені далось найлегше? Найважче?
- Чи вдавалось уникати шаблонного мислення?
- У яких реальних умовах служби я стикався з ситуаціями, де шаблони не працювали?
- Як цю вправу можна трансформувати в підготовку до бойових рішень?

Вправа 5: «Перезавантаження мозку»

Час виконання вправи: 25–30 хвилин

Форма проведення: групова (з можливістю короткої індивідуальної підтримки після завершення вправи групою)

Місце та умови проведення: у спокійному приміщенні, де можна розміститися зручно сидячи або напівлежачи, при приглушеному світлі. Спокійна музика (наприклад, звуки легка медитативна музика). Спокійний голос ведучого, із вираженими паузами та м'якою інтонацією.

Мета вправи: Надати мозку якісний психофізіологічний відпочинок. Навчити учасників короткій техніці саморегуляції у стресових умовах.

Допомогти завершити тренінговий день з почуттям внутрішнього ресурсу. Формування усвідомленого ставлення до збереження власного психічного стану в бойовій ситуації.

Очікувані результати: Стан когнітивної розрядки, внутрішнього заспокоєння. Активізація внутрішніх ресурсів самозахисту. Створення емоційно безпечного завершення інтенсивної розумової роботи. Формування позитивного асоціативного зв'язку з тренінгом, що сприяє кращому засвоєнню навичок.

1. Вступ. Інструктаж і підготовка до вправи – 5 хвилин

Психолог коротко пояснює учасникам мету вправи:

"Зараз ми перейдемо до завершальної практики сьогоднішнього модуля. Ми пройшли складні інтелектуальні, емоційні та мотиваційні виклики. Щоб мозок міг інтегрувати цей досвід, йому потрібен короткий якісний відпочинок – перезавантаження. Ця вправа допомагає зменшити перенапруження, відновити концентрацію та створити ментальний ресурс, до якого можна повертатися у складні моменти."

2. Практична частина: Медитативна техніка «Безпечне місце + дихання» – 15 хвилин

Підготовка положення тіла (2 хв.). Учасники зручно вмощуються: сидячи або напівлежачи, спина пряма, очі закриті або розслаблений погляд. Пропонується на кілька секунд відчувати поверхню під ногами та під спиною.

Ведучий повільно і спокійно промовляє (з паузами):

Дихальна регуляція (*наступні 5 хв.*). Інструкція психолога: «Зробіть вдих носом на 4 рахунки... Затримайте дихання на 2 рахунки... Вдих повільно ротом на 6 рахунків... Повторюйте спокійно, концентруючи увагу на диханні... (5 циклів)

Візуалізація «Моє безпечне місце» (наступні 8 хв.).

Ведучий повільно і спокійно промовляє (з паузами):

- Уявіть місце, де ви відчуваєте себе спокійно, впевнено, захищено.

Це може бути реальне чи уявне місце.... Пройдіться в уяві цим простором:

що ви бачите? які звуки? який запах? Знайдіть у ньому точку, де ви можете перепочити.... Посидьте там кілька подумки... Знайдіть Візьміть із собою із цього місця щось символічне: камінчик, колір, звук, дотик.... Це буде ваш ментальний якір, до якого ви зможете повернутись у напрузі.

3. Рефлексійне коло – 7–8 хвилин

Учасники по черзі відповідають на запитання:

- Що я забираю з цієї практики для себе?
- Чи можу я уявити, коли саме в бойових чи побутових умовах мені стане в пригоді ця навичка?
- Який внутрішній стан зараз порівняно з початком заняття?

Форма обговорення — спокійна, доброзичлива, необов'язкова участь, якщо хтось не хоче ділитися вголос.

Рекомендації для психолога:

- Завершуйте модуль м'яко, без різких переходів до інших видів діяльності. Запропонуйте індивідуальні консультації тим, хто відчув під час візуалізації тривожні образи або не зміг розслабитися.
- Зафіксуйте на фліпчарті або роздайте в картці інструкцію до техніки «Безпечне місце» — як ресурс на майбутнє.
- Якщо дозволяють умови, включіть спокійну інструментальну музику під час практики.

ТРЕТІЙ ДЕНЬ ТРЕНІНГУ

МОДУЛЬ 3. Управління емоційно-вольовими якостями

Мета: Формування емоційної стійкості, витривалості та працездатності. Зміцнення морального духу та психологічної готовності до бойових дій.

Завдання модуля. Розвиток навиків на зміцнення морально-вольового потенціалу військовослужбовця. Пошук внутрішніх ресурсів покращення самопочуття, активності та вольового настрою, що сприяє впевненості у

власних силах, бажання виконувати бойові завдання та зацікавленості в захисті держави. Зміцнити морально-вольовий потенціал військовослужбовця. Сприяти усвідомленню цінності своєї ролі у захисті держави.

Вступ. Ознайомлення з метою модуля.

Лекція 3. На тему: «Емоційна стійкість і воля: ключ до успіху у військово-професійній діяльності».

(Для підготовки лекції використовуються наявні наукові джерела (Кириченко, 2023; Кокун, 2023, Корольчук & Крайнюк, 2017) та теоретичні та емпіричні матеріали дисертаційного дослідження).

Вправа 1. «Емоційний барометр» (коло емоцій)

Час виконання вправи: 40–45 хвилин.

Форма проведення: індивідуальна робота, в парах, групове обговорення.

Тип: психоемоційна діагностика, регулятивно-рефлексивна вправа.

Мета вправи: Розвинути навички розпізнавання та усвідомлення емоцій, які є основою психологічної саморегуляції в бойових умовах. Сприяти формуванню усвідомленого контролю над психофізіологічним станом, що пов'язаний із підвищенням психологічної готовності до виконання професійної діяльності. Підвищити внутрішню згуртованість групи та рівень довіри перед наступними складнішими вправами модуля. Перша вправа дня, «розігрів» когнітивних та емоційних процесів.

(Джерела з прикладом застосування Barrett (2017). Plutchik (1980); Губська (2022), Клименко & Крамаренко (2023). Сучасні підходи до роботи з військовослужбовцями, адаптація емоційних діагностичних технік до бойових умов).

Очікуваний ефект: Підвищення емоційної усвідомленості

Методичний матеріал: Фліпчарт або дошка. Учасники отримують аркуш з графічним шаблоном — шкала емоційного стану та коло емоцій (варіант адаптованого «емоційного колеса» Plutchik'а). Шкала 0–10.

Хід виконання вправи:

1. Інструктаж і психоемоційне налаштування (5 хвилин)

Тренер пояснює цілі вправи та її важливість:

«Психологічна готовність починається з розуміння, що з нами відбувається. У бойових умовах ми часто “перемикаємось” і діємо автоматично, що важливо. Але якщо не помічати своїх станів, це може призвести до помилок, зривів і навіть втрати контролю. Ми тренуємо сьогодні нашу внутрішню “систему сигналізації” — емоційний барометр.»

2. Визначення свого емоційного стану (10 хвилин)

Кожен учасник індивідуально:

- Обирає 2–3 емоції, які найточніше описують його поточний стан.
- Позначає інтенсивність кожної емоції за шкалою 0–10.
- Визначає домінуючу емоцію.
- За бажанням — коротко фіксує ситуацію або образ, який виникає у зв’язку з цією емоцією.

3. Робота в парах: вербалізація та уточнення стану (10 хвилин)

• Працюючи в парах, учасники розповідають один одному про свій стан, названі емоції та як вони їх відчувають тілесно. Кожен партнер ставить 1–2 уточнюючі питання, щоб допомогти іншому глибше усвідомити свій стан.

Наприклад: «Що ти зазвичай робиш, коли відчуваєш цю емоцію?»; «Чи допомагає вона тобі бути зібраним під час бойових завдань?»

Цей етап розвиває переосмислення емоційного досвіду.

4. Групове обговорення: патерни стану групи (10 хвилин)

- Кожен учасник по черзі називає лише одну свою домінуючу емоцію.
- Тренер фіксує їх на фліпчарті або дошці (можна використовувати різні кольори для позитивних/нейтральних/негативних емоцій).
- Тренер разом із групою коротко аналізує:
 - Який емоційний «фон» має група?
 - Наскільки це ресурсний стан для подальшої роботи?

- Що кожен може зробити, щоб перейти до більш адаптивного стану?

5. Елемент саморегуляції (5 хвилин)

Тренер пропонує коротку техніку регуляції емоцій, залежно від домінуючого стану в групі:

- Якщо переважає напруга/тривога: дихальна техніка «4-4-4» (вдих – 4 сек, затримка – 4 сек, видих – 4 сек).
 - Якщо переважає втома/байдужість: вправа «Якорі енергії»: згадати ситуацію, коли був у тонусі, відчувати її тілом, жестом.
- Якщо переважає готовність/бадьорість: коротка тілесна розминка в колі з динамічними рухами.

6. Міні-рефлексія та підсумок (5 хвилин)

- «Що я дізнався про свій стан?
- Що можу зробити, щоб підтримати ресурс протягом дня?»
- Учасники коротко відповідають у колі (1–2 речення) або фіксують у щоденнику.

Вправа 2: «Виклик і витримка»

Час виконання вправи: 40–45 хвилин.

Форма проведення: групова

1. *Тип:* вправа на розвиток вольової регуляції, моделювання стресу. Моделювання психоемоційної напруги через елементи драматизації / шуму.

Мета вправи: Розвивати вольові якості, зокрема здатність утримувати увагу, керувати поведінкою та зберігати психофізіологічну витримку в умовах зовнішнього тиску. Тренувати внутрішню регуляцію емоцій під навантаженням. Актуалізувати внутрішні ресурси, що підвищують мотивацію до бойових завдань, впевненість у своїх силах та виконання рішень попри стрес.

Очікуваний ефект: Підвищення вольової саморегуляції. Формування здатності до цілеспрямованої дії під зовнішнім тиском. Активація мотиваційного ядра, пов'язаного з виконанням обов'язку. Тренування фізіологічної та когнітивної витримки, що зміцнює впевненість у виконанні бойових завдань.

Хід виконання вправи:

1. Інструктаж і налаштування на виклик (5 хвилин)

Тренер пояснює учасникам мету вправи:

«Здатність утримувати фокус і не здаватися під натиском – одна з найважливіших навичок у бою. Ми зараз моделюємо ситуацію, коли вам доведеться виконати завдання попри зовнішні завади, шум, тиск часу. Це не гра — це тренінг сили волі й витримки.»

2. Основне завдання (15 хвилин)

Завдання: Когнітивно-логічна вправа з підвищенням складності (наведена нижче).

Умови: Моделювання стресу — шум (запис тривожної сирени / балачки / постріли на фоні), таймер, відлік часу, спостереження з боку сторонніх.

Суть: Учасник має виконати завдання на точність та увагу, не зважаючи на дратівливі чинники.

Роздатковий матеріал: Учасникам роздають аркуші з 30 рядками чисел.

Завдання до виконання вправи (можна адаптувати залежно від рівня групи):

Знаходити і викреслювати (час 7 хвилин) тільки ті рядки, в яких:

- Є непарна кількість парних чисел.
- Є буква, яка НЕ зустрічається в слові "ЗБРОЯ".
- Загальна сума чисел більша за 50.
- Умови змінюються на 2-й хвилині: увімкнення гучного шуму (фон бойової тривоги або «підказки» тренера).
- Після — підрахунок правильних відповідей.

3. Аналіз поведінки (10 хвилин)

- Тренер запитує:
 - Що було найважчим?
 - У який момент хотілося зупинитись або дратувало найбільше?
 - Як вдалося продовжити?
 - Що допомогло зберегти концентрацію та витримку?

Учасники діляться в міні-групах або з усією групою. Тренер фіксує на дошці ключові внутрішні ресурси, які були задіяні (самопідтримка, мета, образ бойового завдання, спогади, дихання тощо).

4. Робота з аналогією (5 хвилин)

Тренер проводить коротку аналогію:

«Під час виконання завдань у бойових умовах, увага відволікається, мозок під тиском, поруч вибухи, радіо, команда. І в цей момент — лише ваша здатність триматися “всередині” і діяти — вирішальна. Те, що ви тренували тут — це маленька модель великої ситуації. Витримка — це не подарунок, а звичка.»

5. Рефлексія (10 хвилин)

- Кожен учасник заповнює короткий **індивідуальний чек-лист**:
 1. Що я зробив добре?
 2. Що допомагало триматися?
 3. Як це станеться в реальній бойовій ситуації?
 4. Що я можу використати вже сьогодні?

Тренер просить кожного коротко поділитись 1 реченням у колі: «Мій ресурс витримки — це...»

Вправа 3: «Я витримую – я дію» (ресурсне переконання)

Час виконання вправи: 40–45 хвилин.

Форма роботи: індивідуальна, парна, групова.

Мета вправи: Розвиток вольової регуляції. Сприяти закріпленню внутрішньої впевненості, активності, витримки й бойової мотивації.

Створити власні внутрішні формули переконань («психологічні якірці»), які активізують готовність до дії в умовах загрози. Підвищити емоційно-вольову саморегуляцію, відновити контроль над психофізіологічними станами. Формування вольової саморегуляції через особистісні афірмації (внутрішні формули переконань).

(Джерела з прикладом застосування техніки розвитку емоційно-вольових якостей, витримки, Кокун, 2023; Овчарова, 2020).

Очікуваний ефект: Підвищення внутрішньої впевненості та психологічної мобілізованості. Розвиток емоційної стійкості та вольового самоконтролю. Формування позитивного психофізіологічного стану. Підсилення мотивації до виконання бойових завдань.

Хід виконання вправи:

3. Інструктаж і налаштування (5 хвилин):

Тренер пояснює учасникам мету вправи:

«У реальних бойових умовах думки мають таку ж силу, як і зброя. Бо саме думки визначають, чи піднімешся і продовжиш, чи здасися. Ми створимо власні внутрішні формули сили — речення, які ви зможете використати в момент сильної емоції, втоми чи напруги.»

2. Ретроспективне згадування ресурсних подій (10 хвилин)

Завдання:

Кожен учасник згадує 1–2 ситуації, коли:

- було дуже важко, але він/вона витримав(ла);
- довелося прийняти відповідальне рішення, яке вдалося реалізувати;
- вдалося врятувати когось / допомогти побратимам / вистояти попри втому або страх.

Запитання-підказки (на аркуші):

- Що тоді сталося?
- Що мене тримало?
- Які слова / думки допомогли не зламатися?

Учасники занотуюють у щоденнику або на аркуші ключові моменти та відчуття.

3. Створення ресурсного переконання (10 хвилин)

На основі згаданого, учасники формулюють особисте ресурсне переконання – коротку фразу (мантру), яка звучить сильно, мобілізуюче і правдиво.

Приклади:

- «Я витримав тоді — витримаю й зараз.»
- «Моя сила — у моїх рішеннях.»
- «Я дію, навіть коли страшно.»
- «Моя витримка — моя зброя.»
- «Я воїн. Я не здаюся.»

Форма: 1–2 речення, в теперішньому часі, позитивні, без частки «не».

4. Голосова практика (10 хвилин)

У парах або малих групах (по 3 особи) кожен:

- вголос виголошує свою фразу з максимальною переконаністю 3 рази;
- отримує зворотний зв'язок від інших (не оцінюють, лише кажуть, як це звучить — «сильно», «широ», «потужно»).

Потім — ще 2 рази виголошення із закритими очима, «в собі», з візуалізацією бойової ситуації, в якій ці слова допомагають діяти.

5. Закріплення (5 хвилин)

Кожен учасник записує свою фразу в блокнот/на картку. Можна зробити це на окремій «пам'ятній» картці, яку дозволяється залишити з собою.

Завершення: «Ваше слово — ваша зброя. Використовуйте його, коли важко. Це ваша внутрішня команда діяти.»

Вправа 4 : Гра «Командир під тиском»

Час виконання вправи: 40–45 хвилин.

Форма роботи: командна (4–6 осіб у команді), з фасилітацією

Тип техніки: психотренінгова ділова гра з елементами емоційної провокації.

Мета вправи: Розвивати навички швидкого прийняття рішень в умовах бойового/польового стресу. Тренувати емоційну витримку, контроль афекту та адекватне реагування на подразники. Стимулювати розвиток впевненості у власних силах в умовах високої невизначеності. Підвищити злагодженість групової взаємодії у критичних ситуаціях. Вправа, орієнтована на тренування вольового контролю, навичок стресостійкого мислення і дії

(Джерела з прикладом застосування техніки Клименко (2022); Бочелюк, Панок, Скрипніков (2022)).

Хід виконання вправи:

1. Інструктаж і налаштування (5 хвилин):

Психолог пояснює учасникам мету вправи:

«Ця вправа імітує бойову ситуацію, у якій вам доведеться ухвалювати рішення на тлі стресових факторів. Ціль — не лише знайти правильне рішення, а зберегти командну злагодженість, самоконтроль і логіку мислення навіть у напруженні.»

Кожна команда (4–6 учасників) отримує **ролі**:

- Командир (приймає рішення),
- Заступник (аналізує обстановку),
- Зв'язківець (доносить повідомлення),
- Санітар (повідомляє про поранених),
- Оператор безпілотної (дає розвіддані),
- Боець (реагує на накази).

2. Отримання сценарію (5 хвилин):

Кожній команді видається короткий бойовий сценарій, наприклад:

«Ваш підрозділ виконує завдання з евакуації поранених під обстрілом. Зв'язок з командуванням нестабільний. Надходять суперечливі накази. Один з бійців отримує панічну атаку. Потрібно вирішити: відступити, залишити позицію чи завершити евакуацію під вогнем.»

3. Ігрове програвання сценарію (15–20 хв)

У процесі гри тренер вводить «емоційні подразники»:

- «Тривога! Уточнення: наказ відкликано. Чекайте нового.»
- «Зв'язок перервався. Прийняти рішення на місці.»
- «Відео з дрона: з'явився новий противник з іншого флангу.»
- «Один з бійців каже, що не буде підкорятись наказу, бо це самогубство.»
- «Командування передає: час на ухвалення рішення — 1 хвилина.»

Учасники реагують на реальні подразники, ухвалюють рішення, обговорюють варіанти, висловлюють аргументи.

4. Рефлексія (10–15 хв)

Тренер модерує рефлексію:

- Що виявилось найскладнішим?
- Як ви контролювали свої емоції?
- Які внутрішні фрази / переконання допомогли утриматися?
- Як діяли би в реальній ситуації?
- Що змінило б вашу впевненість у рішенні?

Оцінка: Оцінюється не «успіх», а витримка, командна координація, логічність дій під тиском.

Очікувані результати: Формування стійкості до бойового стресу. Розвиток вольового контролю, емоційної стабільності та толерантності до невизначеності. Покращення навиків ухвалення рішень у складних умовах. Мотивація діяти, навіть коли ситуація неоднозначна.

Вправа 5: «Укріплення ментальної броні»

Час виконання вправи: 30–35 хвилин.

Форма проведення: групова, під керівництвом тренера або психолога.

Опис вправи: майндфулнес (медитація), дихальна практика з елементами тілесної усвідомленості. Стабілізаційна вправа наприкінці заняття або після емоційно насиченого блоку.

Мета вправи: Зниження рівня психофізіологічного напруження, тривожності, м'язових затисків. Активізація внутрішнього ресурсу за рахунок

зосередження на тілі, диханні, «тут і тепер». покращення емоційного тону, зниження внутрішнього психологічного напруження та підвищення стійкості до зовнішніх стресових чинників». Розвиток навички швидкої саморегуляції в польових умовах.

(Джерела з прикладом застосування «майндфулнес»: Бахмутова (2020), Кушка (2019).

1. Вступ і налаштування (5 хв)

Психолог коротко пояснює учасникам мету вправи:

«Ми виконаємо дихальну вправу, яка допомагає відновити емоційну рівновагу. Зняти напруження. Вона називається "Укріплення броні". Її можна виконувати на блокпосту, у бліндажі чи в транспорті – без складних рухів. Вона допомагає відчувати захищеність, спокій у голові і контроль над емоціями. Посилює вольові якості. Сконцентруйтеся на собі.»

Супроводження медитації:

Пропонується сісти зручно. Спира пряма, ноги міцно стоять на землі, очі закриті або розслаблені. Попросити учасників налаштуватися на повільне, усвідомлене дихання.

2. Усвідомлення тіла (10–15 хв)

Фаза 1: Дихальний фокус (1 хв).

Вдих – на 4 рахунки, Затримка – 2 рахунки, видих – на 6 рахунків. Пауза на 2 рахунки — і знову вдих. 6–8 циклів. Зосередити увагу на потоці повітря дихання.

Фаза 2: Тренер веде голосом: (1 хв) «Вдих — ти вдихаєш спокій. Видих — і відпускаєш напругу... Піднімаємось думкою вище від дихання вище голови... Бачимо свій одяг, своє взуття, голову...»

Фаза 3: Виділяємо свою «броню» навколо тіла в D3. Спостерігаємо навколо тіла прозорий шар, схожий на міцне і густе повітря... Він на відстані витягнутої руки навколо тіла... або на відстані свого зросту... Це і є «своя ментальна броня».

Фаза 4: Діагностуємо «броню». Повільно уявляємо «свою броню», скануємо шар з усіх боків. На цілісність .. , на чистоту, прозорість... , тріщини, на вм'ятини, чи можливо там є занози

Фаза 5: Проводимо профілактику «шару-броні»: Бачимо загрязнений шар – миємо його, плями витираємо. Відчуваємо сквозняки (протяги) закриваємо. Знайдіть тріщини (дірки) – зварюємо, зшиваємо, клеюємо. Пошукайте вм'ятини – рихтуємо.

Фаза 6: Після техобслуговування «шару-броні», відправляємо його на «мийку» під водопадом. Перевіряємо з боку в D3 на цілісність. «Броня» ціла, міцна, на дотик тверда. Отримуємо задоволення від проробленої роботи та укріплення «броні».

Фаза 7. Завершення Повертаємось в аудиторію. Повільно повертаємось думкою в аудиторію, до свого дихання, робимо глибокий вдих, видих. Відчуваємо під гонами опору. Відкриваємо очі. Повільно рухаємо пальцями рук, ніг. Потягуємось. Потерти долоні. Ми в аудиторії.

3. Рефлексія (10 хв)

Обговорення за бажанням кожен учасник індивідуально:

- «Який момент вправи вам був найкориснішим?»
- «Чи помітили ви, як змінився стан до і після?»
- «Чи уявляєте, як використовувати цю техніку в реальних умовах?»

Очікувані результати: Покращення фізіологічних показників самопочуття (дихання, частота серцебиття, розслаблення м'язів). Підвищення усвідомленості та контролю над власним станом. Відновлення ресурсного стану, необхідного для ефективного виконання завдань. Формування звички короткої саморегуляції, що критично важливо у військово-професійній діяльності.

Рекомендації для психолога. Після вправи рекомендується надати учасникам ресурси або контакти для подальшої психологічної підтримки, якщо в процесі вправи виникли сильні емоційні реакції.

ДЕНЬ ЧЕТВЕРТИЙ

МОДУЛЬ 4. Розвиток особистісних властивостей

Мета. Формування цілісної, впевненої, гнучкої та відповідальної особистості військовослужбовця, здатної ефективно функціонувати в умовах бойового стресу.

Завдання модуля. Розвинути якість ключових особистісних рис таких як: добросовісність, відкритість, організаторські здібності та психологічна життєстійкість військовослужбовців, що зумовлюють успішність не лише професійної діяльності, а й внутрішню готовність до служби та захисту держави.

Вступ. Ознайомлення з метою та завданнями модуля.

Лекція: «Особистість військовослужбовця в умовах бойових дій: психологічна стійкість, риси «Big Five». Мультфільм «Big Five».

Проектор: Перегляд мультфільму «Модель особистості "Велика п'ятірка" (4 хв. 58 сек.)

(Для підготовки лекції використані наявні наукові джерела (Лізун (2025), Costa Jr. & McCrae (1992, 2008), матеріали власного дисертаційного дослідження).

Вправа 1: «Мій особистісний портрет» (діагностика)

Час виконання вправи: 40–45 хвилин.

Форма проведення: Індивідуальна робота, міні-групи, обговорення.

Мета вправи: Сприяти усвідомленню власних сильних рис особистості, виявити зони розвитку та проаналізувати їх вплив на ефективність виконання військово-професійної діяльності.

(Джерела з прикладом застосування техніки, Клименко, Шепель, 2020; Колесніченко, 2019).

Опис вправи: анкетування, аналіз результатів, обговорення.

Роздатковий матеріал: анкети, олівці

Хід виконання вправи:

4. Інструктаж і анкетування (10 хв):

Учасники отримують і заповнюють коротку анкету самооцінки, адаптовану на основі **NEO-FFI** (скорочена модель «Великої п'ятірки»). Поставити бали від 1 (так) до 5 (ні).

5. Аналіз результатів (10 хв):

Кожен учасник підраховує бали за шкалами та визначає свої «сильні» сторони (високі оцінки) і «зони розвитку» (низькі оцінки).

3. Робота в міні-групах: обговорення результатів, порівняння з бойовим досвідом, виявлення ресурсів (15 хв).

Учасники об'єднуються у трійки/четвірки, діляться своїми висновками, зіставляють особистісні риси з бойовим досвідом, обговорюють, що допомагає діяти ефективно в умовах бою.

4. Колективне обговорення (15 хв): як особистісні риси впливають на бойову ефективність. У загальному колі учасники обмінюються інсайтами про те, які риси сприяють життєстійкості, організованості, взаємодії, самоконтролю, лідерству

Анкета

самооцінки особистісних рис (Costa & McCrae (1992))

(адаптована під військовий контекст, коротка форма – 10 тверджень)

Інструкція: Прочитайте кожне твердження та оцініть, наскільки воно відповідає вашому стилю поведінки в реальних бойових або службових ситуаціях, за шкалою: 1 – зовсім не про мене, 2 – радше ні, 3 – частково, 4 – радше так, 5 – повністю про мене.

Шкала 1. Добросовісність (С)

1. Я завжди доводжу справу до кінця, навіть у складних умовах.
2. Я чітко дотримуюсь правил і службових інструкцій.

Шкала 2. Відкритість до досвіду (О)

3. Я легко адаптуюсь до нових завдань або змін умов.

4. Мені цікаво вчитися і вдосконалюватись, навіть під час служби.

Шкала 3. Екстраверсія (E)

5. Я активно взаємодію з побратимами під час спільної діяльності.

6. Мені комфортно бути ініціатором у групі.

Шкала 4. Доброзичливість (A)

7. Я легко встановлюю контакт з іншими військовослужбовцями.

8. Я готовий підтримати товариша навіть під загрозою для себе.

Шкала 5. Емоційна стабільність / Нейротизм (R – обернено)

9. У стресових ситуаціях я зберігаю самоконтроль.

10. Я здатний швидко заспокоїтись після емоційного напруження.

Обробка результатів:

- Порахувати бали за кожною шкалою (2 твердження × макс. 5 балів = 10 балів максимум).
- Оцінити свій рівень за шкалами:
 - **8–10 балів** – розвинена риса (ресурс)
 - **5–7 балів** – середній рівень (норма)
 - **2–4 бали** – зона розвитку

Вправа 2: Гра «Командирське рішення» (планування із врахуванням рис «Big Five»)

Час виконання вправи: 40–45 хвилин.

Форма проведення: В малих групах (5 осіб). Командна рольова гра з елементами ситуаційного моделювання.

Мета вправи: Розвивати ключові особистісні риси, важливі для ефективної військово-професійної діяльності: організаторські здібності, почуття відповідальності, відкритість до взаємодії, навички прийняття рішень у стресових умовах, міжособистісну довіру та командну координацію.

Інструментальна база: Результати першої вправи (самооцінка Big Five); Роздруковані описані ситуації бойових завдань (1 для кожної групи);

таблиця для запису плану дій; маркери, папір для нотаток; таймер; фліпчарт (за наявності).

Хід виконання вправи:

1. Інструктаж і налаштування (5 хв):

Психолог пояснює учасникам мету вправи:

Отримання завдання: Враховувати результати першої вправи (самооцінка п'яти рис особистості Big Five) учасників тренінгового курсу; Кожна група отримує опис змодельованої ситуації у районі бойових дій, наприклад:

- пошук та вивезення упавшого БПЛА під вогнем,
- облаштування пункту розосередження на новій позиції,
- нічний відхід із району зіткнення.

2. Розподіл ролей: Визначається командир групи, який координує дії команди.

3. Розробка рішення (10 хв):

Група обговорює: розподіл обов'язків, логіку дій, необхідність співпраці, обмеження та ресурси.

4. Презентація (3–4 хв на групу) (15 хв)::

Команди озвучують свої плани дій. Особливу увагу звертають на:

- логіку рішень, взаємодію в команді, роль особистісних характеристик командира та членів команди.

5. Колективне обговорення (10-15 хв):

- Які риси особистості проявилися у командира?
- Що допомогло/завадило у спільному рішенні?
- Які риси варто розвивати у бойових лідерів?
- Які риси варто розвивати у військовослужбовців?

6. Рефлексія (5 хв): аналіз особистісних рис при прийнятті рішень рішень.

- Що було найважчим у процесі?
- Чи з'являлися нові ідеї для прийняття рішень?

- Як змінилось моє сприйняття рис інших учасників після вправи?

Вправа 3: «П'ятеро в десантників: виживання з Big Five»

Час виконання вправи: 40–45 хвилин.

Форма проведення: В малих групах (до 5 осіб).

Мета вправи: Формування навичок саморефлексії, усвідомлення впливу власних особистісних рис на командну поведінку, організаторські здібності та прийняття рішень у стресових умовах.

(Джерела з прикладом застосування тренінгових технік Costa & McCrae (1992, 2008)).

Інструментальна база: Результати першої вправи (самооцінка Big Five); Роздруковані ролі-профілі (на основі Big Five); Сценарій подій (десантування, ліс, стресори); Таймер; Папір і ручки для нотаток; Підлогові мітки або зона для симуляції (за наявності).

1. Інструктаж, формування груп і налаштування (5 хв):

Психолог пояснює учасникам мету вправи:

Кожна група – це умовний «зведений екіпаж», який щойно здійснив аварійне десантування у ліс і чекає на евакуацію.

2. Розподіл ролей-профілів за Big Five (10 хв):

На основі результатів першої вправи (NEO-FFI) кожен учасник отримує роль, яка відповідає його домінуючій рисі:

- **Екстраверт** – активно взаємодіє, бере ініціативу
- **Добросовісний** – організовує ресурси, контролює порядок
- **Відкритий до досвіду** – генерує нестандартні ідеї
- **Доброзичливий** – посередник у конфліктах, знижує напругу
- **Емоційно нестабільний (високий нейротизм)** – проявляє емоційне реагування

У разі відсутності чіткої переваги певної риси – учасник тягне карту з роллю випадково.

3. Сценарій (симуляція) (15 хв):

«Група десантувалася в незнайому лісову зону. Раптово зникає зв'язок, один з учасників (ігрова умовність) отримує травмування при падінні з парашутом, а гелікоптер затримується на 2 години. Виникають суперечності в поглядах на дії:

- укріпитися чи рухатися?
- як забезпечити безпеку?
- хто керує?
- що робити з пораненим?

Учасники мають 15 хвилин, щоб ухвалити спільний план дій, відповідно до своїх ролей.

4. Рефлексія (15 хв):

Учасники фіксують у себе:

- Як я себе поведив?
- Чи відповідає моя поведінка моїй ролі?
- Що допомогло/завадило команді?

Потім іде **групове обговорення**:

- Як вплив кожної ролі проявився у поведінці?
- Як збалансована команда? Чого бракувало?
- Які ролі допомагають виживати і керувати у стресі?

Вправа 4: «Відкрите спілкування»

Час виконання вправи: 40–45 хвилин.

Форма проведення: В малих групах (до 5 осіб), парна робота з наступним груповим обговоренням.

Мета: Розвиток комунікативних, особистісних якостей відкритості до досвіду, доброзичливості та екстраверсії як важливих чинників успішної командної взаємодії та психологічної готовності військовослужбовців до дій в бойових умовах.

(Джерела з прикладом застосування подібних тренінгових технік та наукових підходів Колесніченко (2019); Costa & McCrae (1992); Roberts, et al. (2007); Bartone, (2006).

Інструментальна база: список пар або жеребкування; таймер, картки-нагадування для слухачів (правила активного слухання), листи для рефлексії (за бажанням).

Хід виконання вправи:

1. Інструктаж і налаштування (5 хв):

Психолог пояснює учасникам мету та умови вправи: Учасники об'єднуються в пари.

2. Комунікація (20 хв)

Кожен має по 10 хвилин, щоб поділитися:

- однією позитивною ситуацією з військової служби (успіх, підтримка, досягнення);
- однією складною ситуацією (стрес, помилка, травматичний досвід).

Важливо: відвертість має бути добровільною. Можна не заглиблюватись у травмуючі деталі.

3. Роль слухача (нагадування):

- Бути уважним
- Не перебивати
- Підтримувати невербально (контакт очей, кивання)
- Ставити уточнювальні, неоцінювальні запитання

Наприклад: «Що ти тоді відчував?», «Що для тебе було найважливішим у тій ситуації?»»

4. Зміна ролей (через 10 хв):

Слухач стає мовцем, і навпаки.

5. Групова рефлексія (20 хв):

Обговорюються питання: Наскільки легко було відкриватися? Які емоції виникли під час слухання? Як вплинув цей досвід на відчуття командності, довіри, підтримки? Чи помітили ви, як особистісні риси впливали на стиль спілкування?

Очікувані результати: Поглиблення взаєморозуміння між військовослужбовцями. Зміцнення психологічної підтримки в групі. Розвиток комунікативних навичок активного слухання і емоційної відкритості. Усвідомлення особистісних рис як ресурсу міжособистісної взаємодії.

Вправа 5. «Бойовий майдфулнес: П'ять граней сили»

Час виконання вправи: 30–35 хвилин.

Форма проведення: В малих групах (до 5 осіб). Медитація.

Мета: Розвинути вміння усвідомлювати, регулювати та цілеспрямовано використовувати особистісні риси великої п'ятірки (Big Five) у бойових умовах. Сприяти інтеграції внутрішніх ресурсів через візуалізацію та тілесне усвідомлення.

Інструментальна база: Місце для сидіння для кожного учасника, спокійна фонова музика (без слів), м'яке світло.

Хід виконання вправи:

1. Інструктаж і налаштування (5 хв):

Психолог пояснює учасникам мету вправи:

2. Фокус на диханні (2 хв):

Інструктор проговорює повільно, із паузами ...

«Сядь зручно. Відчуй опору під собою. Зроби глибокий вдих... і повільний видих. Усе, що було раніше, - позаду... Зараз – лише ти і твій центр дихання...»

3. Вхід у стан бойової зібраності (2 хв)

«Уяви, що ти – у бойовій зоні. Все навколо рухається, але всередині тебе – спокій і ясність. У тобі – сила, впевненість, контроль.»

4. Усвідомлення рис Великої п'ятірки (15 хв)

Учасники фокусуються на кожній рисі окремо – спершу уявляють її в собі, потім «регулюють» (підсилюють або стримують залежно від бойової задачі):

- Добросовісність (Conscientiousness)

«Уяви, як ти впевнено виконуєш наказ. Кожен крок продуманий. Відповідальність – це твоя сила. Промовляй про себе: *Я надійний. Я точний. Я завжди завершую важливе.*»

- Екстраверсія (Extraversion)

«Уяви, як ти взаємодієш з побратимами. Ти активний, організований, підтримуєш, мотивуєш інших. Повтори про себе: *Я комунікабельний. Я енергійний. Я організований. Я заряджаю команду.*»

- Доброзичливість (Agreeableness)

«Ти здатен підтримувати. У кризі – не конфліктуєш, а шукаєш компроміс. Повтори: *Я відкритий до взаєморозуміння. Я тримаю контакт. Я зберігаю людяність.*»

- Відкритість до досвіду (Openness)

«Ти сприймаєш нове. Ти гнучкий, адаптуєшся до ситуації. Промов: *Я мислю нестандартно. Я бачу рішення там, де інші бачать проблеми.*»

- Нейротизм (Neuroticism) — контроль

«Ти визнаєш тривогу, але не даєш їй контролювати тебе. Повтори: *Я відчуваю страх – і дію. Я зберігаю рівновагу. Я контролюю себе в екстремальних ситуаціях.*»

5. Вихід із медитації (5 хв)

«Поступово повертаємось в аудиторію. Відчуй своє тіло. Розплющ очі. Порухай руками, потягнись. Ти побачив себе зсередини — сильного, цілісного, підконтрольного собі.»

Рефлексія: «Які риси я прокачав сьогодні?» (15 хв)

Запитання для групової дискусії:

- Яку рису я відчув найсильніше?
- Яку рису хочу підсилити?
- У яких бойових ситуаціях мені важливо використовувати ці якості?
- Як медитація допомогла мені краще зрозуміти себе?
- *Форма обговорення:* за бажанням індивідуально або у групі.

П'ЯТИЙ ДЕНЬ ТРЕНІНГУ

МОДУЛЬ 5. Формування особисто-професійних характеристик

Мета: Поглиблення та формування особисто-професійних характеристик військовослужбовців, які забезпечують ефективність військово-професійної діяльності, життєстійкість, адаптивність, командну взаємодію та готовність до виконання бойових завдань у складних і змінних умовах бойового середовища. Розвиток самосприйняття, включеності, контролю та професійного виклику. Розуміння стресових ситуацій, що виникають під час військово-професійної діяльності, пошуку шляхів та активних дій щодо їхнього подолання. Посилення організаторських і комунікативних здібностей; зміцнення командної взаємодії в бойових умовах, включеності у військову діяльність, професійного контролю та готовності приймати виклики.

Завдання модуля: Розвинути адаптивність до змін та невизначеності; посилити військово-професійну життєстійкість; Розвинути професійну включеність, мотивацію і самоконтроль; підвищити рівень організаторських і комунікативних здібностей; поглибити внутрішню мотивацію до виконання завдань за призначенням.

Тестування. Вихідне анкетування для встановлення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання поставлених завдань після проходження тренінгового курсу.

Анкетування: зворотний зв'язок тренінгового курсу.

Вступ. Ознайомлення з метою та завданнями модуля.

Лекція 5: На тему: *«Особисто-професійні характеристики, професійна життєстійкість як ресурс психологічної готовності до бойових завдань»*

(Для лекційного матеріалу використані наукові джерела: Кокун (2021), Кокун та ін. (2024); Кіщук (2024) та матеріали власного дисертаційного дослідження).

Вправа №1: «Професійна життєстійкість в умовах війни»

Час виконання вправи: 40–45 хвилин

Форма проведення: Індивідуальна робота, міні-групи (5 осіб), обговорення

Мета вправи: Сприяти розвитку військово-професійної життєстійкості, управлінню емоціями та підвищенню включеності у професійну діяльність.

(Джерела з підходами до застосування техніки: Кокун та ін. (2021), Мороз, Пішко & Лозінська (2021), Формування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до виконання завдань за призначенням під час бойового злагодження; Кокун (2024) Психофізіологічне забезпечення життєстійкості фахівців соціономічних професій в умовах воєнного стану та післявоєнного відновлення.)

Опис вправи: Учасникам пропонуються серії мікроситуацій, які імітують складні умови військової служби, втому, зміну планів, небезпеку та конфлікти. Завдання полягає у збереженні військової життєстійкості професійного контролю та прийнятті доцільних рішень. Після виконання вправи проводиться обговорення.

Роздатковий матеріал: Роздруковані сценарії ситуацій, анкети для самооцінки, олівці.

Хід виконання вправи:

1. Інструктаж і анкетування (5 хв):

Тренер пояснює мету вправи та підкреслює значущість розвитку життєстійкості й професійної включеності в умовах бойових дій..

Анкетування: учасники заповнюють коротку анкету, оцінюючи власний рівень життєстійкості та готовності до військово-професійної діяльності у складних ситуаціях (5 хв). Анкета залишається у слухачів.

(За бажанням тренера анкету можна оформити у форматі Google-форми, результати якої автоматично узагальнюються та можуть бути виведені на екран проєктора для подальшого обговорення.)

Дослідницький бланк життєстійкості до вправи №1: «Професійна життєстійкість в умовах війни» наведено нижче.

АНКЕТА

Шкала стійкості Коннора-Девідсона-10

ПІБ _____

Дата обстеження _____

Інструкція: Оцініть себе за 10 твердженнями, обравши відповідну цифру напроти кожного з них:

0 – «повністю невірно»; 1 – «зрідка вірно»; 2 – «вірно час від часу»; 3 – «часто вірно»; 4 – «вірно майже у всіх випадках».

Пам'ятайте, що в даному випадку «правильних» чи «неправильних» відповідей бути не може.

Твердження	0	1	2	3	4
1. Здатний адаптуватися до змін	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Можу впоратися з усім, що трапиться	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Дивлюся на речі з гумористичного боку	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Впевнений, що подолання стресу зміцнює	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Швидко відновлююся після хвороби або труднощів	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Можу досягти своїх цілей не зважаючи на перепони	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Під тиском зосереджуюсь і думаю ясно	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Важко розчарувати невдачею	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Думаю про себе як про сильну людину	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Можу впоратися з неприємними почуттями	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

(Для складання дослідницького бланку використані наукові джерела: Коун та ін. (2022); Campbell-Sills & Stein, 2007).

2. Основна частина (20–25 хв):

Слухачі розбиваються на мікрогрупи по 5 осіб.

Кожній групі моделюється 1 ситуація.

Постановка завдання: Учасникам пропонуються три мікроситуації, які вони повинні опрацювати індивідуально або в міні-групах.

Ситуація 1: Зміна наказів на межі виснаження

(Розвиток військово-професійної життєстійкості)

Уже 10-та доба інтенсивного бойового чергування в умовах постійної напруги та мінімального сну. Ваш підрозділ тримає важливу позицію. Один боєць зривається емоційно, інший починає втрачати концентрацію, з'являється недовіра до наказів.

Командування дає завдання ще на одну добу залишатися на позиції. Ви відчуваєте власну втому, але розумієте важливість збереження стійкості всієї групи.

Завдання:

Як ви мобілізуєте внутрішні ресурси для збереження військово-професійної ефективності?

Як ви підтримаєте моральний стан інших, не вдаючись до «сліпого оптимізму» чи тиску?

Як зберегти боєздатність підрозділу без емоційного вигорання?

Ситуація 2: Професія — це не лише зброя

(Розвиток військово-професійної включеності, мотивація)

У підрозділі служить жінка-військовослужбовиця — сержантка, мати двох синів, які також боронять Україну. Вона добровільно вступила до сил протиповітряної оборони, бо «не може стояти осторонь, коли Україна в небезпеці».

У ситуації, коли командир виїхав на нараду, а в бригаді почали нехтувати інструктажами, жінка бере ініціативу: вона вимагає повного проходження перевірки техніки, корегування графіку та повернення до дисципліни. Частина військовослужбовців реагує скептично «бо вона жінка», інша частина вважає її «занадто суворою».

Завдання:

Як ви оціните її поведінку з точки зору професійної відповідальності?

Що для вас означає професійна включеність у бойових умовах?

Як би ви діяли у подібній ситуації: підтримали б її, залишили осторонь, чи запропонували інший підхід?

Ситуація 3: Вибір під тиском — повернення дрона

(Розвиток самоконтролю та здатності приймати виклики)

Під час виконання бойового завдання у зоні ведення розвідки ворожі сили активували засобами радіоелектронної боротьби (РЕБ). Унаслідок цього один з українських снаряджених БПЛА втратив керування та впав. Його місце знаходження визначено — це відкрите поле за 3 км від лінії зіткнення, на території, яку контролюють українські війська, однак вона потенційно прострілюється ворожим спостереженням.

Ви — старший на місці. Рішення треба ухвалити негайно:

Або чекати наказів зверху і ризикувати втратити техніку та конфіденційні дані.

Або діяти ініціативно, організувавши групу прикриття та спробувати повернути БПЛА зараз, допоки ворожа активність мінімальна.

Час на ухвалення рішення — не більше ніж 1–2 хвилини. Група очікує вказівок. Частина військовослужбовців вагатиметься щодо ризику.

Завдання: Учасники аналізують ситуації, визначають можливі реакції та обирають найбільш доцільні дії для здатності прийняти професійний виклик.

3. Обговорення та аналіз результатів (10 хв):

Учасники діляться своїми рішеннями та обговорюють їх ефективність. Тренер надає зворотний зв'язок та підкреслює важливість життєстійкості та військово-професійної включеності між ініціативою і дотриманням формального порядку, що є частим викликом у бойових умовах.

4. Рефлексія (5 хв):

Учасники розповідають про зміни у своєму сприйнятті життєстійкості та готовності до дій у складних умовах після виконання вправи.

Вправа №2: «Спокій серед хаосу: тренування стійкості»: Майднфулнес у бойових умовах»

Час роботи із вправою: 30–35 хвилин

Форма проведення: Індивідуальна робота, обговорення.

Місце та умови проведення: Спокійне приміщення, зручне сидіння, приглушене світло, ефірні олії (аромат лаванди, евкаліпта, ветиверу), тиха медитативна музика.

Мета: Сприяти розвитку військово-професійної життєстійкості, саморегуляції, впевненості у собі, включеності у професійну діяльність, а також активізації комунікативних і організаторських ресурсів через майднфулнес.

Ця вправа є завершальною у тренінговому курсі та спрямована на закріплення навичок саморегуляції та життєстійкості, що були розвинені під час попередніх занять.

Вимкнення мобільних телефонів та інших джерел шуму.

(Джерела з прикладами застосування техніки саморегуляції: Кокур (2024), Колесніченко (2019)).

Хід виконання вправи:

1. Вступ і налаштування (5 хв)

Психолог коротко пояснює, що майднфулнес — це спосіб повернення до «свого центру» у моменті, навіть коли зовнішній світ нестабільний. Це навичка, яка формує не лише особистісну, але й професійну життєстійкість, підвищує здатність приймати рішення, допомагати іншим і залишатися залученим навіть після інтенсивних бойових дій.

2. Основна частина – візуалізація з установками (20–25 хв):

Текст психолога читається спокійно, з паузами 3–5 секунд між реченнями.

Супроводження медитації:

«Сядьте зручно. Обидві ноги на підлозі. Руки спокійно лежать на стегнах або колінах. Плечі розслаблені. Погляд — опущений, або заплющіть очі, якщо так комфортніше».

Зробіть глибокий вдих носом... І повільно видихніть ротом... І як з кожним видихом тіло стає трохи важчим... Повільний вдих... і видих... Вдих – стабільність... Видих – заспокоєння...

Відчуйте свої стопи – як вони впевнено стоять на землі... Це ваша основа. Це ваша присутність. Заземлення – це перший крок до сили. Пройдіться увагою тілом – від п'ят до маківки... Відчуйте напруження... і дозвольте йому розчинитися. Ваш розум зосереджений. Ваш стан – під контролем.

Візуалізація. Ви щойно повернулися із бойового завдання. Ваш підрозділ виконав важливу місію... ..але є втома, напруження, післядія стресу... Але в цьому хаосі є центр – це ви. У самому епіцентрі подій – спокійний, зібраний воїн.

Рівновага воїна – стійкість у включеності: Уявіть світло всередині себе. Це – ваш центр. Це – світло рішень, дії, впевненості.

Ви не тікаєте від ситуації – ви всередині неї, ви зібрані.
Ви відчуваєте:

Контроль – Ви не контролюєте все. Але ви контролюєте свою реакцію.

Включеність – Ви не осторонь. Ви – частина команди, частина боротьби.

Комунікація – Ви бачите, хто потребує слова. Ви говорите просто.

Організація – Ви не самі. Ви тримаєте лад у дії, у погляді, у голосі.

Підтримка – Ви – тил для інших. Ваш спокій зараз лікує.

Трансформація стану. У цьому стані ваш розум зосереджений, тіло стабільне, серце спокійне. У вас є контроль над ситуацією. Це – центр воїна. Це – ваш ресурс, до якого ви можете повертатися в будь-який момент.

Повернення. Зробіть глибокий вдих... І з видихом повільно повертайтеся в кімнату. Почніть ворухити пальцями... Розплющіть очі... Поверніться у теперішній момент. Ви тут. Ви стійкі. Ви впевнені.

Інструкції для психолога: Після завершення вправи дайте учасникам 1–2 хвилини тиші, щоб «дозвучала» внутрішня робота.

3. Обговорення та аналіз результатів (10 хв):

- Обговорення відчуттів та спостережень під час практики.
- Аналіз того, як техніки майндфулнес можуть бути застосовані у реальних бойових умовах для збереження внутрішнього балансу.

4. Рефлексія (5 хв):

- Кожен учасник ділиться коротким висновком: "Що я дізнався про себе під час цієї вправи?"
- Обговорення можливостей інтеграції практик майндфулнес у щоденне життя та професійну діяльність.

ЗВОРОТНИЙ ЗВ'ЯЗОК

Після завершення тренінгового курсу пропонується учасникам заповнити анкету зворотного зв'язку.

АНКЕТА

зворотного зв'язку учасника тренінгу

(назва тренінгу, ПІБ тренера)

Шановний учаснику!

Просимо вас поділитися враженнями від участі в тренінгу. Ваші відповіді є надзвичайно важливими для об'єктивного оцінювання тренінгової програми та її подальшого вдосконалення. Будь ласка, надавайте відповіді максимально щиро та відверто.

1. Наскільки, на вашу думку, тренінг був корисним для вас особисто?

(Оберіть одну відповідь)

- Дуже корисним
- Скоріше корисним
- Складно сказати

- Не дуже корисним
- Не корисним

2. Чи стимулював тренінг вашу готовність до виконання завдань у тренінговій команді?

- Так
- Складно сказати
- Ні

3. Що саме в тренінгу виявилось для вас корисним?

(Оцініть за п'ятибальною шкалою)

Компоненти тренінгу	1	2	3	4	5
Теоретичний матеріал (лекції)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Практичні вправи (ігри)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Майндфулнес-практики (медитації)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Чи були моменти, які здалися вам зайвими або недоречними?

(якщо так – будь ласка, уточніть)

.....

5. Ваш загальний відгук про тренінг:

(вільна форма: одним-двома реченнями)

.....

Дякуємо за участь і щирість!

За бажанням – можемо обговорити ваші відповіді особисто.

Висновки до четвертого розділу

У четвертому розділі дисертації представлено обґрунтування, структуру та зміст тренінгової програми «Готовність до виклику: психологічне зміцнення військовослужбовця», спрямованої на підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності в умовах бойових дій. Розробка програми здійснена з урахуванням результатів емпіричного дослідження, наведених у попередніх розділах, а також сучасних наукових уявлень про психологічну готовність як системне утворення, що інтегрує ціннісно-мотиваційні, когнітивні, емоційно-вольові, особистісні та професійні характеристики.

Тренінговий курс побудовано на принципах науковості, практичної доцільності, адаптивності до умов бойових дій та поступового розвитку ключових психофізіологічних і особистісно-професійних ресурсів військовослужбовців. Зміст програми реалізується через п'ять модулів, кожен з яких відповідає окремому кластеру чинників психологічної готовності, встановлених у результаті регресійного аналізу:

1. Формування ціннісно-мотиваційних властивостей;
2. Посилення когнітивних властивостей;
3. Управління емоційно-вольовими якостями;
4. Розвиток особистісних властивостей (рис особистості);
5. Формування особистісно-професійних характеристик.

Кожна тренінгова сесія має структуровану організацію та включає п'ять послідовних компонентів: організаційний, теоретичний, корекційно-розвивальний, рефлексійний і підсумковий. Така структура забезпечує цілісне впливання на психологічну сферу військовослужбовця — від усвідомлення потреби в розвитку до формування нових ефективних моделей поведінки та саморегуляції.

Для оцінювання ефективності впровадженої програми запропоновано поєднання кількісних та якісних методів, зокрема: анкетування до та після проходження тренінгу, аналіз динаміки самооцінки рівня психологічної готовності та життєстійкості, спостереження за поведінковими та емоційними змінами, зворотний зв'язок від учасників. Комплексна оцінка дає змогу виявити як індивідуальні зрушення, так і загальні тенденції підвищення функціональної готовності учасників до виконання бойових завдань.

Таким чином, розроблена тренінгова програма виступає інструментом формування цілісної психологічної готовності військовослужбовців, забезпечує розвиток адаптивних механізмів реагування на екстремальні умови та сприяє збереженню психічного здоров'я. Її впровадження дозволяє підвищити як індивідуальний рівень готовності, так і ефективність взаємодії

в межах бойових підрозділів, що є критично важливим для підтримання боєздатності у контексті повномасштабної війни.

Результати, що представлені у четвертому розділі дисертації, знайшли відображення в наступних публікаціях автора:

а) стаття у науковому фаховому виданні:

1. Лізун, А. (2025) Організаційно-методичні основи програми тренінгового курсу «Готовність до виклику: психологічне зміцнення військовослужбовця». *Збірник наукових праць "Вісник Національного університету оборони України". № 5 (87) 2025.*
DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-87-5-112-119>.

ВИСНОВКИ

У дисертаційному дослідженні здійснено ґрунтовний теоретико-емпіричний аналіз особистісно-професійних якостей військовослужбовців, які зумовлюють ефективність військово-професійної діяльності.

1. Проведений теоретико-методологічний аналіз сучасних наукових джерел дозволив виокремити ключові підходи до розуміння особистісно-професійних чинників ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовців. Поняття «професійно-важливих якостей» трактується як цілісний комплекс характеристик фахівця, що охоплює професійну спрямованість, інтелект, здібності, майстерність та інші значущі аспекти. Водночас виявлено відсутність системного узагальнення цього поняття в українській психологічній науці, що обґрунтовує потребу в подальших дослідженнях. Визначено, що окремі особистісні властивості є стабільними психологічними характеристиками (темперамент, характер, здібності), які обумовлюють як зовнішню поведінку, так і внутрішню психофізіологічну адаптацію до умов професійної діяльності.

Встановлено, що формування особистісно-професійних якостей відбувається в процесі безпосередньої взаємодії з професійним середовищем. Перетворення особистісних рис у «професійно-значущі» якості істотно впливає на ефективність виконання військових завдань. Проаналізовано сучасні вимоги до особистісно-професійних якостей військовослужбовців в умовах воєнного стану. Виявлено, що наукова думка демонструє варіативність у підходах до окреслення цих вимог, зважаючи на нові воєнні реалії. Серед ключових характеристик, які обумовлюють ефективність діяльності, виокремлено мотивацію, психологічну готовність, стресостійкість, витривалість та усвідомлення військової служби.

Результати теоретичного аналізу стали концептуальним підґрунтям для подальшого емпіричного вивчення особистісно-професійних чинників

ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовців.

2. На основі теоретичних підходів було сформовано модель «професійно-значущих» особистісних властивостей військовослужбовців, яка включає шість компонентів: ціннісно-мотиваційний, емоційно-вольовий, когнітивний, інтелектуальний, особистісний та професійний. Ця модель має практичне значення для визначення чинників успішності у військово-професійній діяльності.

3. На основі отриманих теоретичних результатів було реалізовано методологічну та організаційну основу для проведення емпіричного етапу вивчення особистісно-професійних чинників ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовців. Було здійснено необхідну підготовку для якісного проведення емпіричного дослідження, включаючи планування організаційних процедур, визначення обсягу вибірки, формування етапів дослідження та забезпечення відповідних умов для його реалізації. Такий підхід дозволив забезпечити системність, логічну послідовність та цілісність процесу вивчення досліджуваного явища.

4. В межах дисертаційного дослідження було обґрунтовано та підібрано валідний, науково апробований психологічний інструментарій, який дозволив всебічно охарактеризувати ключові особистісно-професійні якості військовослужбовців. Добір методик здійснювався відповідно до мети, завдань та гіпотези дослідження, із урахуванням сучасних теоретичних підходів та практичних вимог до комплексного психологічного діагностування. До складу методичного забезпечення увійшли сім психодіагностичних методик, що дали змогу вивчити мотиваційні, когнітивні, емоційно-вольові, конфліктні, комунікативні, організаторські, особистісні, а також психофізіологічні характеристики військовослужбовців. Запропонований комплекс методик забезпечив не лише міжметодичну узгодженість, а й достовірність результатів завдяки репрезентативності, системності та науковій валідності застосованих інструментів. Це створило надійне підґрунтя для подальшого аналізу отриманих емпіричних даних.

5. У процесі виконання дисертаційного дослідження було здійснено комплексне емпіричне вивчення особистісно-професійних чинників, що зумовлюють ефективність військово-професійної діяльності військовослужбовців. Проведений аналіз дозволив виявити провідні характеристики, які забезпечують адаптацію до бойових умов, стійкість до стресових навантажень, а також здатність до прийняття ефективних рішень у складних ситуаціях.

6. З'ясовано, що військовослужбовці, незалежно від наявності бойового досвіду, характеризувалися високим рівнем розвитку ключових особистісно-професійних якостей, таких як військово-професійна життестійкість, добросовісність, когнітивні та комунікативні здібності, відкритість до нового досвіду, конструктивність у розв'язанні конфліктів, а також внутрішня мотивація. Разом із тим, серед осіб із бойовим досвідом було виявлено значно вищі показники «зацікавленості у захисті держави», «впевненості у своїх силах» та «бажання виконувати бойові завдання».

7. На основі результатів кореляційного та регресійного аналізу встановлено, що саме ці три показники (зацікавленість у захисті держави, бажання виконувати бойові завдання, впевненість у своїх силах) можуть бути розглянуті як ключові критерії ефективності військово-професійної діяльності в бойових умовах. Найтісніші взаємозв'язки з ними демонстрували такі характеристики, як емоційна складова військово-професійної життестійкості, добросовісність, відкритість до нового досвіду, організаторські здібності, екстраверсія, адаптивність та мотиваційна спрямованість.

8. Побудовані регресійні моделі дозволили виявити, що емоційний компонент військово-професійної життестійкості є провідним предиктором усіх трьох показників психологічної готовності до виконання військово-професійної діяльності, що засвідчило про його визначальну роль у формуванні ефективної поведінки військовослужбовців під час виконання службових обов'язків у бойовій обстановці.

9. Отримані результати емпіричного дослідження дали змогу не лише ідентифікувати найважливіші особистісно-професійні чинники ефективності військово-професійної діяльності, але й обґрунтувати подальші напрями їхнього практичного застосування: у процесі професійного психологічного добору, підготовки та перепідготовки військовослужбовців, організації психологічного супроводу, а також розробки індивідуальних і групових програм розвитку. Усе це дозволяє підвищити бойову готовність особового складу, його психологічну витривалість і мотиваційну залученість, що є особливо актуальним в умовах повномасштабної війни та високих вимог до стресостійкості й ефективності дій військовослужбовців.

10. У межах дисертаційного дослідження розроблено та впроваджено цілісну тренінгову програму «Готовність до виклику: психологічне зміцнення військовослужбовця», що стала практичним інструментом підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійних завдань. Програма побудована на результатах емпіричного аналізу й охоплює п'ять взаємопов'язаних модулів (ціннісно-мотиваційний, когнітивний, емоційно-вольовий, особистісний і професійний), спрямованих на розвиток ключових особистісно-професійних характеристик. Її структура, зміст і методичне наповнення адаптовані до реалій військової служби в умовах воєнного стану та забезпечують системну психологічну підтримку особового складу як у процесі виконання бойових завдань, так і в період післявоєнного відновлення.

Перспективними напрямами подальших досліджень у межах порушеної проблематики є: поглиблене вивчення динаміки особистісно-професійних характеристик військовослужбовців упродовж тривалого перебування в умовах бойових дій; дослідження чинників професійного вигорання та їхнього зв'язку з ефективністю військово-професійної діяльності; розроблення психодіагностичних інструментів для моніторингу психологічної готовності військовослужбовців на різних етапах служби.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абакіна, І. Є., & Крапівіна, Н. В. (2023). Сучасний імідж українських військових в умовах війни. *Вісник Національного університету оборони України*, 76(6), 5–10. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-76-6-5-10>
2. Агаєв, Н. А., Кокур, О. М., Пішко, І. О., Лозінська, Н. С., Остапчук, В. В., & Ткаченко, В. В. (2016). *Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: Методичний посібник*. НДЦ ГП ЗСУ.
3. Адміністрація Державної служби спеціального зв'язку та захисту інформації України. (2016). Порядок здійснення психологічного забезпечення службової діяльності. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1533-16>
4. Адміністрація Держспецзв'язку. (2020). *Про затвердження Змін до Переліку посад, що підлягають заміщенню особами рядового складу, сержантського і старшинського складу, офіцерського складу, та граничних військових звань за цими посадами у Державній службі спеціального зв'язку та захисту інформації України* (Наказ № 545 від 07.09.2020). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0922-20#Text>
5. Алещенко, В. І. (2023). Формування психологічної готовності військовослужбовців до ведення бойових дій. *Вісник Національного університету оборони України*, 5-13. <http://visnyk.nuou.org.ua/article/view/281171>
6. Андерш, Й. Ф., Воробйова, С. А., & Кравченко, М. В. (1994). *Словник наукової термінології: Суспільні науки*. Наук. думка.
7. Андреев, В. О. (2019). *Присяга державного службовця в механізмі проходження державної служби в Україні* (Кандидатська

дисертація). Національна академія державного управління при Президентові України.

8. Андріяко, А. Д. (2022). *Психологічна корекція конфліктної поведінки підлітків* (Магістерська дипломна робота). Національний авіаційний університет. <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/57008>

9. Антощенко, А. (2015). Гендерні особливості комунікативної поведінки. *Науковий блог*. Національний університет «Острозька академія». <https://naub.oa.edu.ua>

10. Асонов, Д., & Хаустова, О. (2019). Розвиток концепції резилієнсу в науковій літературі протягом останніх років. *Psychosomatic Medicine and General Practice*, 4(4), e0404219-e0404219. <https://doi.org/10.26766/pmgrp.v4i3-4.219>

11. Бабаян, Ю. О. (2017). Потребово-мотиваційний компонент (вмотивованість—бажання бути військовим, намагання неухильного виконання наказів командування, ініціативність, амбіційність). *Науковий вісник Маріупольського державного університету*, (4), 28. http://dspace.mdu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/638/1/Nauk_visnik-4-59-2017.pdf#page=28

12. Березяк, К. М. (2019). Формування життєстійкості шляхом тренінгу. У *Особистість в екстремальних умовах: матеріали ІХ Всеукраїнської наук.-практ. конф.* (с. 140). Львів.

13. Блінов, О. А. (2020). *Психологія бойового стресу* (дис. доктор психологічних наук). Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПНУ. <http://psychology-naes-ua.institute/read/2202/>

14. Богдан, Ж. Б., Середа, Н. В., Солодовник, Т. О., & Пономаренко, П. М. (2021). Соціально-психологічний тренінг як ефективний засіб розвитку лідерських якостей майбутніх офіцерів. У О. Г. Романовський (Ред.), *Наукова школа академіка Івана Зязюна у працях його соратників та учнів: Матеріали 7-ї Міжнародної науково-практичної конференції (25–26 травня 2021 р.)* (с. 135–139). Національний технічний університет «Харківський

політехнічний інститут». <https://repository.kpi.kharkov.ua/handle/KhPI-Press/61911>

15. Богуш, О. Ю., & Корнійчук, О. О. (2023). Особистісна готовність до змін у діяльності військового лідера. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, (2), 59-64. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2023.2.11>

16. Бондарев, Г. В., & Круть, П. П. (2020). *Основи військової психології*. Харківський національний університет внутрішніх справ.

17. Бродовська, В. Й., Грушевський, В. О., & Патрик, І. П. (2007). *Тлумачний словник психологічних термінів* (Словник). М-во освіти і науки України, Південнослов'ян. ін-т Київ. славист. ун-ту. ВД «Професіонал». <https://archive.org/details/tls12007/page/n1/mode>

18. Буданова, М. О. (2023). Воєнний стан і можливі трансформації особистості поліцейського. *Юридична психологія*, 1(32), 79–85. <https://doi.org/10.33270/03233201.79>

19. Бурлачук, Л. Ф. (2017). Лист ГО Всеукраїнської психодіагностичної асоціації на запит Управління морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України.

20. Ваврик, Р. В. (2019). Особливості професійної підготовки курсантів кафедри музичного мистецтва в контексті сучасної педагогіки. У *Особистість в екстремальних умовах: зб. матеріалів ІХ Всеукраїнської наук.-практ. конф.* (с. 42–44). Львів. https://conf.ldubgd.edu.ua/documents/Zbirnyk_osobystist.pdf.

21. Варій, М. Й. (2008). *Психологія особистості* (Навч. посіб.). Центр учбової літератури.

22. Вахняк, В. А. (2021). Психологічна компетентність військовослужбовців: узагальнена дефініція та структура. *Вісник Національного університету оборони України*, 59(1), 55–62. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2021-59-1-55-62>

23. Велитченко, Л. К. (2009). *Вступ до загальної психології: програмний довідник* (В. В. Буккаєв, ред.). ПНПУ імені К. Д. Ушинського.
24. Верховна Рада України. (1992). Про військовий обов'язок і військову службу: Закон України від 25 березня 1992 р. № 2232-ХІІ (зі змінами). Відомості Верховної Ради України, (27), ст. 385. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2232-12>
25. Вінтоняк, В. Ф., & Недвига, О. В. (2021). Психологічні особливості військово-професійної діяльності офіцера. У *Авіаційна та екстремальна психологія у контексті технологічних досягнень: збірник наукових праць* (с. 119-122). Національний авіаційний університет.
26. Власова, О. І. (2014). *Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку* (Монографія). ВПЦ «Київський університет».
27. Войтко, В. І. (1982). *Психологічний словник* (В. І. Войтко, ред.). Вища школа.
28. Волженцева, І. В. (2022). *Теоретичний аналіз використання методу моделювання в психології*. Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка, психологія, 20. <https://doi.org/10.18372/2411-264X.20.16918>
29. Гаврилов, В. В. (2021). Стандарти НАТО у кадровій політиці. *АрміяInform*. <https://armyinform.com.ua/>
30. Генеральний штаб Збройних Сил України. (2015). Методичні рекомендації з організації професійно-психологічного відбору у Збройних Силах України. Київ. https://www.mil.gov.ua/content/pdf/med_rec_book.pdf
31. Генеральний штаб Збройних Сил України. (2022). СТІ 000А.22А: Стандарт індивідуальної підготовки військовослужбовців. <https://sprotyvg7.com.ua/wp-content/uploads/2022/05/стандарт-індивідуальної-підготовки-військов-ГШ-ЗСУ-СТІ-000А22А-1.pdf>
32. Генеральний штаб Збройних Сил України. (2024). *Доктрина військового лідерства у Збройних Силах України (ОП 1-296)*.

<https://sprotyvg7.com.ua/wp-content/uploads/2024/01/%D0%94%D0%BE%D0%BA%D1%82%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%B0-%E2%84%962-.pdf>

33. Головне управління морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України. (2021). *Комплексна методика професійно-психологічного відбору кандидатів на навчання у ВВНЗ та навчальних центрах за дефіцитними спеціальностями*. Київ. <https://i.twirpx.link/file/4036394/>

34. Горелишев, С. А., & Юр'єва, Н. В. (2017). Психодіагностичний комплекс для визначення рівня психологічної готовності до ризику у військовослужбовців Національної гвардії України. *Збірник наукових праць Харківського національного університету Повітряних Сил, 1(50)*. [ISSN 2073-7378].

35. Гороть, Є. І., Коцюк, Л. М., Малімон, Л. К., & Павлюк, А. Б. (2011). *Великий англо-український словник*. Нова книга; Ранок.

36. Готорн, Дж. Д. (2010). Канадські війська: брак особистості. Канадський військовий коледж. https://scholar.googleusercontent.com/scholar?q=cache:KHwq2dTwmE8J:scholar.google.com/+Major+J.D.+Hawthorne&hl=uk&as_sdt=0,5

37. Гречуха, І. А. (2010). Особливості роботи над професійно-орієнтованими завданнями з курсу «Основи психологічного тренінгу». У О. Л. Музика (Ред.), *Професійно-орієнтовані завдання з психології: Навчальний посібник* (3-тє вид., перероб. і доп., с. 319–346). Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка.. <http://eprints.zu.edu.ua/14672/>

38. Гулий, Ю. І., Научитель, О. Д., & Полтавська, А. І. (2012). Емоційний інтелект як чинник успішної професійної діяльності працівників пожежно-рятувальних підрозділів. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, Серія: Психологія*, (1009), 49, 189–192. http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhIPC_2012_1009_49_45

39. Гоулман, Д. (2019). *Емоційний інтелект* (С.-Л. Гумецька, Пер.). Віват. <https://vivat.com.ua/product/elektronna-knyha-emotsiinyi-intelekt/>
40. Денісов, В. М. (2007). *Формування позитивного соціально-психологічного клімату у військових колективах підрозділів охорони кордону* (Дис. кандидата психологічних наук). Національна академія Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького. <https://uacademic.info/ua/document/0408U000766>
41. Дерев'яно, С. П. (2021). *Когнітивна психологія: Навчально-методичні рекомендації*. НУЧК імені Т. Г. Шевченка. http://erpub.chnpu.edu.ua:8080/jspui/bitstream/123456789/7328/1/%D0%9D%D0%9C%D0%A0_%D0%9A%D0%BE%D0%B3%D0%BD%D1%96%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%B0%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F.pdf
42. Державна авіаційна служба України. (2014). *Методичні рекомендації щодо організації та проведення відбору кандидатів для проходження початкової підготовки диспетчерів управління повітряним рухом в Україні*. <https://ips.ligazakon.net/document/FN002631>
43. Державна авіаційна служба України. (2018). *Авіаційні правила України «Технічні вимоги та адміністративні процедури щодо видачі свідоцтв та сертифікатів диспетчерів управління повітряним рухом»* (Наказ № 485 від 31.05.2018). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0922-20#Text>
44. Дисциплінарний статут Збройних Сил України. (1999). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/551-14#Text>
45. Діденко, М. С. (2018). Дослідження психологічних особливостей розвитку професійно значущих якостей майбутніх менеджерів організацій. *Організаційна психологія. Економічна психологія, 1*, 26–35.
46. Дробот, О. В., & Микитенко, О. Б. (2023). Особливості психологічної готовності працівника поліції до професійної діяльності. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*.

https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/6_2023/6_2023.pdf

47. Дудченко, В. Ю., & Ракітіна, Ю. М. (2009). Модульна технологія навчання як інноваційний засіб оптимізації навчання у ВНЗ. *Молодь в освіті: Матеріали науково-методичної конференції* (Суми: СумДУ). <http://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/17277>

48. Духневич, В. М. (2023). Готовність до надзвичайних ситуацій: формуємо безпечне середовище. *Проблеми політичної психології. Збірник наукових праць*, 13, 77–85. <https://politpsy.org/index.php/popp/article/view/128>

49. Закон України «Про вищу освіту»: Верховна Рада України. (2014). *Закон України «Про вищу освіту» № 1556-VII від 1 липня 2014 року*. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>

50. Закон України «Про військовий обов'язок і військову службу», 1992, № 2232-XII. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2232-12#Text>

51. Закон України «Про військовий обов'язок і військову службу»: Верховна Рада України. (1992). *Закон України «Про військовий обов'язок і військову службу» № 2232-XII від 25 березня 1992 року*. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2232-12>

52. Закон України «Про Збройні Сили України»: Верховна Рада України. (1991). *Закон України «Про Збройні Сили України» № 1934-XII від 6 грудня 1991 року*. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1934-12>

53. Закон України «Про оборону України»: Верховна Рада України. (1991). *Закон України «Про оборону України» № 1932-XII від 6 грудня 1991 року*. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1932-12>

54. Замотаєва, Н. В. (2021). Військова педагогіка: історія, теорія, практика (с. 223). Київ: Альфа Реклама. <https://nuou.org.ua/assets/files/kvp/kvp-np-zamotaieva.pdf>

55. Зливков, В. Л., & Лукомська, С. О. (2019). Теорія та практика психологічних тренінгів. Ніжин: Видавець ПП Лисенко М. М..

https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/721625/1/Zlyvkov_Lukomska.pdf?utm_source=chatgpt.com

56. Зубовський, Д. С. (2019). Особистісне зростання учасників АТО у посттравматичний період (Дис. ... кандидата психологічних наук). Міністерство оборони України, Національний університет оборони України ім. Івана Черняховського. <https://nuou.org.ua/assets/dissertations/diser/diser-zubovskyi.pdf>

57. Зязюн, І. А., Крамущенко, Л. В., Кривонос, І. Ф., & ін. (1997). *Педагогічна майстерність* (І. А. Зязюн, Ред.). Вища школа.

58. Івницька, А. О., & Василенко, О. М. (2023). Психологічна готовність військовослужбовців до виконання бойових завдань. *Науковий пошук молодих дослідників: Збірник наукових праць студентів*, (2), 155–159. ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка». <https://elar.khmnmu.edu.ua/handle/123456789/14258>

59. Іллющенко, С. Ю. (2023). Рефлексивна компетентність як чинник професійного розвитку офіцера Збройних Сил України (Дис. на здобуття наукового ступеня доктора філософії, психологія). Національний університет оборони України імені Івана Черняховського. <https://nuou.org.ua/assets/documents/dr-kep-ill-23.pdf>

60. Інструкція з організації професійно-психологічного відбору у Збройних Силах України та Державній спеціальній службі транспорту, затверджена наказом Міністерства оборони України від 12.09.2022 № 272. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1088-22#Text>

61. Інструкція про організацію та проведення військово-професійної орієнтації громадян України і прийому на навчання до закладів фахової передвищої військової освіти, вищих військових навчальних закладів, військових навчальних підрозділів закладів вищої освіти та наукових установ у системі Міністерства оборони України, затверджена наказом МОУ від 16.07.2024 № 479. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1285-24#Text>

62. Капосльоз, Г. (2023). Психологічна готовність військовослужбовців до бойової діяльності: системний підхід щодо діагностування, формування та підтримання станів. *Вісник Національного університету оборони України*, 72(2), 47–57. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-72-2-47-57>.

63. Карамушка, Л. (2022). Навчальна програма «Як зберегти та підтримати психічне здоров'я освітнього персоналу в умовах війни»: Зміст, структура, процедура проведення. *Морально-психологічна підготовка*, 2(3), 41–49. <https://doi.org/10.48020/mppj.2022.02.03>

64. Карамушка, Л. М. (2005). *Технології роботи організаційних психологів: навч. посібник* (366 с.). Фірма «ІНКОС». <http://www.info-library.com.ua/books-text-7602.html>

65. Кириченко, А. В. (2023). *Психологічна готовність військовослужбовців десантно-штурмових військ Збройних Сил України до діяльності у бойових умовах* (дис. на здобуття наук. ступеня доктора філософії). Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського.

https://shron1.chtyvo.org.ua/Kyrychenko_Andrii/Psykholohichna_hotovnist_viisk_ovosluzhbovtziv_Desantno-shturmovykh_viisk_Zbroinykh_Syl_Ukrainy_do_di.pdf

66. Кислий, В. Д. (2020). Інформаційно-психологічний вплив на військовослужбовців. *Науковий семінар Харківського національного університету повітряних сил ім. І. Кожедуба*. https://hups.mil.gov.ua/assets/doc/science/stud-conf/suchasna-vijna-gumanitarnij-aspekt-21-10-2020/8.pdf?utm_source=chatgpt.com

67. Кіричевська, Е. В. (2023). Психологічні стратегії військовослужбовців в континуумі військово-професійної діяльності ЗСУ. *Вісник Національного університету оборони України*, 72–78. <http://visnyk.nuou.org.ua/article/view/280356/276318>

68. Кіщук, Л. А. (2024). *Психофізіологічні чинники професійної адаптації молодших офіцерів Збройних Сил України* [Дисертація доктора філософії, Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського]. <https://nuou.org.ua/assets/documents/dr-kep-kish-24.pdf>

69. Клочков, В. В. (2024). *Розвиток психологічної стійкості у військовослужбовців Сухопутних військ до дій в бойових умовах* (на здобуття наукового ступеня доктора філософії). Національний університет оборони України Міністерства оборони України. <https://nuou.org.ua/assets/documents/dr-kep-kloc-25.pdf>

70. Ковровський, Ю. Г. (2016). *Психологічні чинники професійного вигорання у персоналу оперативно-рятувальної служби Державної служби України з надзвичайних ситуацій* : дис. .. кандидата психол. наук: 159.95, Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/kovrovskij_disertaciya_1_1486277571.pdf

71. Козубцов, І. М. (2023). Модель професійної підготовки офіцерів сектору безпеки та оборони у мотиваційному вимірі. *Військова освіта*, 108–122. <http://znp-vo.nuou.org.ua/article/view/282747>

72. Кокун, О. М., & Панасенко, Н. М. (2018). Програма сприяння професійній самореалізації вчителів. *Актуальні проблеми психології: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія*, Том V(18), 107–122. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/715200/>

73. Кокун, О. М. (2021). Опитувальник професійної життестійкості (українська версія). *Проблеми екстремальної та кризової психології*, 1(1), 89–103. <https://journals.indexcopernicus.com/api/file/viewByFileId/1441110>

74. Кокун, О. М. (2022). *Всеукраїнське опитування «Твоя життестійкість в умовах війни»*: препринт. Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. <http://psychology-naes-ua.institute/read/2676/>

75. Кокун, О. М. (2022а). *Психологія професійного становлення сучасного фахівця*: монографія. ДП "Інформ.-аналіт. агентство".

76. Коқун, О. М., Клименко, В. В., Корніяка, О. М., та ін. (2021). *Психофізіологічні закономірності життєстійкості фахівців соціономічних професій: монографія* (стор. 21). Київ – Львів. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/728307/1/Kokun.pdf>
77. Коқун, О. М., Клочков, В. В., Мороз, В. М., Пішко, І. О., & Лозінська, Н. С. (2022b). *Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій: методичний посібник*. Фенікс. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/731412/>
78. Коқун, О. М., Клочков, В. В., Мороз, В. М., Пішко, І. О., & Лозінська, Н. С. (2022). *Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій: Методичний посібник*. Київ–Одеса: Фенікс. https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/731412/1/%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA_.pdf
79. Коқун, О. М., Корніяка, О. М., Гуменюк, Г. В., та ін. (2024е). *Психофізіологічне забезпечення життєстійкості фахівців соціономічних професій в умовах воєнного стану та післявоєнного відновлення: практичний посібник* (203 с.). Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/742487/1/%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA_1.pdf
80. Коқун, О. М., Мороз, В. М., Лозінська, Н. С., & Пішко, І. О. (2021). *Збірник психодіагностичних методик для професійно-психологічного відбору кандидатів на військову службу за контрактом у Збройних Силах України: методичний посібник*. Видавничий дім “Освіта України”.
81. Коқун, О. М., Мороз, В. М., Пішко, І. О., & Лозінська, Н. С. (2022с). *Теорія і практика управління страхом в умовах бойових дій*. <https://scholar.google.com.ua/scholar>
82. Коқун, 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. 7БЦ.
<https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/726799/>

83. Коқун, О. М., Пішко, І. О., Лозінська, Н. С., Копаниця, О. В., Герасименко, М. В., & Ткаченко, В. В. (2012). *Збірник методик діагностики лідерських якостей курсантського, сержантського та офіцерського складу: методичний посібник*. НДЦ ГП ЗСУ. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/11156/>

84. Колесник, М. Ф. (2023). *Тренінг як засіб психокорекції емоційного вигорання військовослужбовців: Робота на здобуття освітнього ступеня магістра спеціальності «Психологія»* (87 с.). Національний авіаційний університет. <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/65521>

85. Колесник, М. Ф. (2023). *Тренінг як засіб психокорекції емоційного вигорання військовослужбовців: Робота на здобуття освітнього ступеня магістра спеціальності «Психологія»* (87 с.). Національний авіаційний університет. <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/65521>

86. Колесніченко, О. С. (2011). *Психологічна готовність працівників МНС України до професійної діяльності в екстремальних умовах* (дис. канд психологічних наук). Харків. https://books.ndcnangu.co.ua/knigi/KOLESNICHENKO_P_G_disertaciya.pdf

87. Колесніченко, О. С., Мацегора, Я. В., Приходько, І. І., & Юр'єва, Н. В. (2019). *Професійно-психологічний тренінг військовослужбовців Національної гвардії України* (І. І. Приходько, Ред.). Харків: Національна академія Національної гвардії України. https://books.ndcnangu.co.ua/knigi/Monograf_Pr-psykh_treninh.pdf

88. Колобич, О. П. (2018). *Загальна психологія: навчально-методичний посібник*. Львів. <https://pedcollege.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2015/09/%D0%BF%D1%96%D0%B4%D1%80%D1%83%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA-2018-%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B1%D0%B8%D1%87-%D0%A07.pdf>

89. Корнійчук, С. (2020). *Доктрина “Морально-психологічне забезпечення військ (сил) в об’єднаних операціях”*, затверджена начальником Генерального штабу Збройних Сил України 27.10.2020. <https://dovidnykmpz.info/zagalni/doktryna-moral-no-psykhologichne-zabezpechennia-viys-k-syl-v-ob-iednanykh-operatsiiakh/>
90. Корольов, Д. К. (2019). *Психологічна оцінка персоналу* (навч. посіб.). Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка. https://shron1.chtyvo.org.ua/Korolov_Dmytro/Psykhologichna_otsinka_personalu.pdf
91. Корольчук, В. М. (2010). Обґрунтування організаційної моделі дослідження стресостійкості особистості. *Проблеми екстремальної та кризової психології*, (7), 210–218. https://scholar.google.com.ua/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=YcPF054AAAAJ&citation_for_view=YcPF054AAAAJ:u-x6o8ySG0sC
92. Корольчук, М. С., & Крайнюк, В. М. (2009). *Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: Посібник*. Київ: Ельга, Ніка-Центр. <https://nika-centre.kiev.ua/index.php?productID=326>
93. Костів, С. Ф. (2020). *Розвиток психофізичної витривалості майбутніх професіоналів військового управління у сфері оборони оперативно-тактичного рівня в системі післядипломної освіти* (Дис. доктора філософії). Національний університет оборони України ім. Івана Черняхівського, Київ. <https://nuou.org.ua/assets/dissertations/diser/diser-kostiv.pdf>
94. Кострікін, О. В. (2010). *Професійно важливі якості керівника як чинник ефективності управлінської діяльності* (Автореф. дис. канд. психол. наук, спец. 19.00.03 «Психологія праці»). Харків.
95. Котелевець, К. В. (2019). Культура мовлення як один із компонентів професійної компетенції майбутніх офіцерів. *Science, Research,*

Development. Philology, Sociology and Culturology, (17), 78–80.
<https://repository.kpi.kharkov.ua/items/875367ba-c3cc-41cb-a930-99a0322cc431>

96. Кравчук, О. Л. (2021). *Припинення державної служби за порушення присяги* (Автореф. дис. канд. юрид. наук, спец. 12.00.07 – адміністративне право і процес; фінансове право; інформаційне право). Львів. <https://lpnu.ua/sites/default/files/2021/dissertation/16507/avtoreferat-kravchuka-ol.pdf>

97. Кременова, Д. С. (2021). *Інститут присяги у службовому праві України* (Дис. на здобуття ступеня доктора філософії). Запоріжжя. https://uacademic.info/ua/document/0821U102888#google_vignette

98. Кулалаєва, Н. В. (2015). Професійне навчання кваліфікованих робітників на високотехнологічному виробництві: організаційно-педагогічні умови. *Професійна педагогіка*, (9), 52–58. <https://jrnl.ivet.edu.ua/index.php/1/article/view/470>

99. Кусайкіна, Н. Д. (2012). *Сучасний тлумачний словник української мови: 60000 слів* (за заг. ред. В. В. Дубічинського). Харків: ВД «Школа». <http://irbis-nbuv.gov.ua/ulib/item/ukr0000016822>

100. Куценко, А., & Скарбовська, Ю. (2024). Формування стресостійкості та психологічної готовності військовослужбовців до участі в бойових діях. *Молодий вчений*, 6(130), 120-124. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2024-6-130-23>

101. Кушка, Л. І. (2019). *Путь. Внутрішній світ людини*. Київ: Спринт-Сервіс.

102. Лабенок, О. І. (2024). Формування соціально-психологічної готовності військовослужбовців Збройних Сил України до виконання завдань за призначенням в умовах гібридної війни (Дисертація доктора філософії, Державний заклад «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»). <https://uacademic.info/ua/document/0824U002915>.

103. Лагодзінський, В. В., & Шевчук, О. В. (2022). Застосування військовим лідером навичок емоційного інтелекту у процесі налагодження внутрішніх комунікацій. *Габітус*, 41, 255-260.

104. Ларіонов, С. О., & Онищук, К. І. (2023). Чинники професійного вигорання військовослужбовців НГУ в умовах воєнного стану. *Психологія життєвого простору особистості в сучасних умовах кризи, глобалізації та цифрової трансформації суспільного життя: Матеріали міжнародної науково-практичної конференції (14-15 вересня 2023 року)* (с. 176-180). Одеса: Міжнародний гуманітарний університет. <https://hdl.handle.net/11300/26403>

105. Левенець, А. Є. (2015). Активні та пасивні форми стресоподолання працівників кримінально-виконавчої служби. *Вісник Національного університету оборони України*, 1(44), 127-132.

106. Литвинчук, М. Ю. (2018). *Формування психологічної готовності майбутніх прикордонників до прийняття рішення в кризових ситуаціях* (Дисертація на здобуття кандидата психологічних наук, Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України). Київ. https://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/disertaciyalitvin1-compressed_1542742687.pdf

107. Паливода, О. О. (2014). Психологічні детермінанти професійного становлення військовослужбовців. *Вісник Національного університету оборони України*, (2), 39 с. 278-283.

108. Литвинчук, М. Ю. (2018). *Формування психологічної готовності майбутніх прикордонників до прийняття рішення в кризових ситуаціях* : дис. ... канд. психол. наук, Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ. <https://uacademic.info/ua/document/0418U004198>

109. Мазяр, О. В., & Кириченко, В. В. (2014). *Психологія праці: Модульний курс*. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка. <http://eprints.zu.edu.ua/11132/>

110. Макарова, Л. Л., & Синельников, В. М. (2005). *Загальна психологія: Методичні розробки семінарських занять*. Київ: Центр навчальної літератури.
111. Максименко, С. Д. (2004). *Загальна психологія* (2-ге вид., переробл. і доп.). Вінниця.
112. Максименко, С. Д., & Соловієнко, В. О. (2000). *Загальна психологія: Навчальний посібник*. Київ: МАУП.
113. Максименко, С. Д., Максименко, К. С., Савченко, Г. В., Клименко, В. В., Ірхін, Ю. Б., Папуча, М. В., ... & Мошаров, Д. О. (2025). *Загальна психологія: підручник*. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/744612/>
114. Мась, Н. М., Сторожук, Н. А., & Сальнікова, О. Ф. (2012). Темпераментальні властивості як чинник соціально-психологічної адаптації військовослужбовців строкової служби. *Вісник Національного університету оборони України*, 5, 232-239. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnaou_2012_5_48
115. Маськовіта, М. М. (2015). Теоретико-правовий аналіз поняття "присяга". *Вісник Національного університету "Львівська політехніка". Юридичні науки*, (825), 167–171. http://nbuv.gov.ua/UJRN/vnulpurn_2015_825_29
116. Матейко, Н. М. (2022). Емпіричне дослідження життєстійкості військових в умовах бойових дій. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія: Психологія, (2), 90–94. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.2.18>
117. МВС України. (2016). Наказ № 373 Про затвердження Переліку посад авіаційного персоналу Державної прикордонної служби України. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0782-16>
118. Міністерство оборони України. (2021). Наказ № 313 Про затвердження Переліку спеціальностей та/або професій, споріднених з відповідними військово-обліковими спеціальностями. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1566-21>

119. Міністерство освіти і науки України. (2021). *Про затвердження норм часу для планування і обліку навчальної роботи та переліків видів навчальної, методичної, інноваційної, наукової, організаційної роботи та іншої педагогічної діяльності педагогічних і науково-педагогічних працівників закладів фахової передвищої освіти: Наказ № 686 від 18.06.2021* (zareestrovano v Min'yosti Ukrainy 19.08.2021 za № 1092/36714). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1092-21#Text>

120. Мозговий, В. І. (2016). Методологічні засади дослідження особистісної ідентичності військовослужбовців. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Психологія, (61), 24–28. http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhIPC_2016_61_6

121. Москальов, І. О. (2020). Психологічні особливості розвитку практичного мислення офіцерів-артилеристів (дис. на здобуття наук. ступеня доктора філософії). Національний університет оборони України імені І. Черняхівського. <https://nuou.org.ua/assets/dissertations/diser/diser-moskaliiov.pdf>

122. Нестеренко, Н. В. (2024). Психологічні особливості управлінської культури сержантів сухопутних військ Збройних Сил України (дис. на здобуття наук. ступеня доктора філософії). Національний університет оборони України. <https://nuou.org.ua/assets/documents/dr-kep-nest-23.pdf>

123. Нехаєнко, С. І. (2021). Офіцер структур морально-психологічного забезпечення як суб'єкт специфічної військово-професійної діяльності. Військова освіта, (2), 144–155. <http://znp-vo.nuou.org.ua/article/view/249884>

124. Нікітенко, Г. О. (2020). Психологічна готовність мобілізованих осіб до військової служби (дис. на здобуття наук. ступеня кандидата психологічних наук). Східноєвропейський національний університет. https://ra.vnu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/09/Dysertatsiya_Nikitenko-ost.pdf

125. Одеров, А. М. та ін. (2023). Аналіз показників психологічних якостей військовослужбовців під впливом чинників військово-професійної діяльності. <https://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/42455>

126. Остапенко, О. А., & Яценко, В. А. (2024). Основні аспекти дослідження системи внутрішньої мотивації військовослужбовців в умовах війни. *Ефективність державного управління*, 1(78/79), 97–105. <https://doi.org/10.36930/507815>

127. Осьодло, В. І. (2001). Психодіагностика та корекція функціональних станів операторів у динаміці професійної діяльності (Автореферат дис. Канд. психологічних наук). Київський національний університет імені Тараса Шевченка. http://www.irbis-nbu.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbu.gov/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=EC&P21DBN=EC

128. Павлушенко, С. М. (2023). *Фрустраційна толерантність військовослужбовців Сил спеціальних операцій до виконання завдань в умовах бойових дій* (дисерт. здобут. наук. ступеня доктора філософії; Спеціальність 053 - Психологія). Національний університет оборони України, Київ. <https://nuou.org.ua/nauka/svr/>; <https://uacademic.info/ua/document/0823U101970>

129. Паливода, О. О. (2018). Психологічні характеристики військовослужбовців, що зумовлюють успішність їхньої діяльності в екстремальних умовах. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки*, (3), 38–41. http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKNU_vsn_2018_3_11

130. Паркулаб, О. Г., & Котілок, Т. М. (2019). Військова дисципліна як компонент психологічної готовності особистості до армійської служби. *Збірник наукових праць: Психологія*, (24), 103–112. <https://journals.pnu.edu.ua/index.php/psp/article/view/3289/3727>

131. Пашковський, В. В., & Макоївець, В. (2023). Командири вчаться бути лідерами – військові про запровадження стандартів НАТО в ЗСУ. *Перший західний*. <https://1zahid.com/info/kozhen-nash-vijskovosluzhbovets-navchayetsya-vesty-bij-za-standartamy-nato>

132. Пенькова, Н. Є. (2015). Психологічна готовність військовослужбовців Національної гвардії України до службово-бойової діяльності у процесі проведення антитерористичної операції (дис. канд.

психол. наук, Національний університет цивільного захисту України). Харків.
<https://uacademic.info/ua/document/0415U005511>

133. Первачук, О. І. (2024). *Удосконалення психологічної підготовленості військовослужбовців до військово-професійної діяльності засобами рукопашного бою: дис., доктора філософії*. Львів: Львівський державний університет фізичної культури.
<https://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/36490>

134. Платонов, І. В. (2001). *Динаміка психологічної готовності майбутніх офіцерів внутрішніх військ до правоохоронної діяльності* (Автореф. дисерт. канд. психологічних наук). Національна академія Прикордонних військ України ім. Б. Хмельницького.
<https://uacademic.info/ua/document/0401U002926>

135. Поливанюк, В. В. (2017). *Особливості психологічної підготовки військовослужбовців Збройних Сил України до виконання бойових завдань в екстремальних умовах*. Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського.

136. Президент України. (2021). Річна національна програма під егідою Комісії Україна - НАТО на 2021 рік: Указ Президента України від 11 травня 2021 р. № 189/2021. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/189/2021>

137. Президія Верховної Ради України. (1991). Про текст Військової Присяги. Законодавство України. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1640-12>

138. Принципи стандартизації НАТО (STANAG 6511): NATO Standardization Office. (n.d.). *STANAG 6511: Military training and education standards; CTI 000A.22A: Allied standards for psychological readiness*.
<https://nso.nato.int/nso/>

139. Приходько, І. І. (2007). Оцінка рівня сформованості професійно важливих психологічних якостей у майбутніх офіцерів внутрішніх військ Міністерства внутрішніх справ України. Наукові записки Харківського університету Повітряних Сил. Соціальна філософія, психологія, (1(27)), 174-181.

140. Проскура, Ю. В. (2011). Дослідження зв'язку лінії з факторами «Великої п'ятірки». Вісник Дніпропетровського університету економіки та права імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія», 1(1). <https://pedpsy.duan.edu.ua/images/PDF/2011/1/26.pdf>

141. Рибалка, В. В. (2017). Методологічні проблеми наукової психології: посібник. Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. http://library.kpi.kharkov.ua/files/new_postupleniya/meprnp.pdf

142. Сальник, І. В., & Сірик, Е. П. (2008). Віртуальність як принцип та технологія навчання. Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Серія: Педагогічна, (14), 158–160. <http://ped-series.kpnu.edu.ua/article/view/34019/30555>

143. Самойленко, О. О. (2018). Формування психологічної готовності мобілізованих військовослужбовців-прикордонників до ведення бойових дій (Дис. канд. психол. наук).

https://dspace.nadpsu.edu.ua/bitstream/123456789/1164/1/Samoylenko_dis.pdf

144. Свириденко, В. (2002). Філософський енциклопедичний словник / В. І. Шинкарук (голова редкол.), Л. В. Озадовська, Н. П. Поліщук (наук. ред.). Київ: Абрис. https://arch.Bekesiene.ive.org/details/filosofskiyi_entsyklop

145. Сегеда, О. О. (2004). Психологічні особливості формування професійних якостей офіцерів-вихователів у процесі фахової підготовки (Автореф. дис. канд. психол. наук). Харківський військовий університет.

146. Сем'ян, О. В. (2014). Емоційний інтелект у процесі трудової діяльності. Наукові праці Донецького національного технічного університету. Серія «Економічна», (5), 78-83. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Npdntu_ekon_2014_5_14

147. Семак, О. (2011). Професійно важливі якості як основа успішності та надійності діяльності людини-оператора. Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія, 16(2), 65-73. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpfsp_2011_16\(2\)_10](http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpfsp_2011_16(2)_10)

148. Сидоренко, Ж. В. (2024). Психологічні аспекти готовності військовослужбовців до бойових дій. Вісник Донецького національного університету імені Василя Стуса. Серія «Психологічні науки», (1(4)), 83-91. [https://doi.org/10.31558/2786-8745.2024.1\(4\).9](https://doi.org/10.31558/2786-8745.2024.1(4).9)
149. Синявський, В. В., & Сергеєнкова, О. П. (2007). Психологічний словник. Київ: Науковий світ. https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/5980/3/O_Serhieienkova_IL.pdf
150. Служба безпеки України. (2012). *Інструкція про порядок організації та проведення професійно-психологічного відбору кандидатів на навчання у вищих військових навчальних закладах Служби безпеки України* (Наказ № 79). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0436-12#Text>
151. Снігур, Ю. С. (2021). Організаційно-психологічні чинники вибору копінг-стратегії керівниками закладів загальної середньої освіти (Дис. доктора філос.). НАПНУ ІІ імені Г. С. Костюка. <https://i.twirpx.link/file/3992451/>
152. Стасюк, В. В., & Кириченко, А. В. (2022). Результати емпіричного дослідження психологічної готовності військовослужбовців Десантно-штурмових військ до діяльності у бойових умовах. Габітус, (40), 143-147. http://habitus.od.ua/journals/2022/40-2022/40_2022.pdf
153. Степанюк, О., & Мельниченко, О. (2020). Методичний посібник для фахівців, які впроваджують типову програму для кривдників. Київ: ОБСЄ. <https://www.osce.org/files/f/documents/9/6/471033.pdf>
154. Сунь Цзи. (2016). Мистецтво війни (С. Лесняк, Пер.). Львів: Видавництво Старого Лева.
155. Тробюк, Н. Ю. (2021). Структура та зміст формування толерантності майбутніх офіцерів Національної гвардії України у військових закладах вищої освіти. Теорія та практика, (2(38)), 188-196. <https://scholar.google.com.ua/scholar>
156. Туз, О. С. (2021). Психологічна готовність керівників оперативно-розшукових підрозділів Державної прикордонної служби

України до управління в умовах змін (Дис. канд. психол. наук).
Національний університет оборони України імені І. Черняхівського.
<https://nuou.org.ua/assets/dissertations/diser/diser-tuz.pdf>

157. Туриніна, О. Л. (2018). *Методологія та методи психологічного дослідження: навчально-методичний посібник*. Київ: Видавничий дім "Персонал".
https://psy.kpi.ua/wp-content/uploads/2020/12/Sylabus_Metodolohiia_i_met_psykhologh_dosl_zaochna_2024_2025_n_r_.pdf

158. Тюріна, В. О. (2019). Емоційний інтелект як складова частина професійної компетентності курсантів як майбутніх офіцерів поліції. *Інноваційна педагогіка*, 15(2), 153-155.
[http://nbuv.gov.ua/UJRN/innped_2019_15\(2\)_31](http://nbuv.gov.ua/UJRN/innped_2019_15(2)_31)

159. Умеров, Р. Е. (2023, 15 грудня). Про 100 днів на посаді Міністра оборони України. Міністерство оборони України.
<https://www.mil.gov.ua/news/2023/12/15/rustem-umerov-%E2%80%93-pro-100-dniv-na-posadi-ministra-oboroni-ukraini/>

160. Управління державної охорони України. (2010). *Інструкція про порядок організації та проведення професійно-психологічного відбору кадрів в Управлінні державної охорони України* (Наказ № 349).
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0763-10#Text>

161. Федик, А. О. (2021). *Психологічні умови розвитку професійного мислення майбутніх офіцерів-прикордонників* (Кандидатська дисертація).
http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/fedik_1620398738.pdf

162. Фука, М. М., Гарасимів, І. М., Паніко, К. О., Щирба, Ю. П., & Гудима, А. А. (2019). *Захист Вітчизни. Профільний рівень*. Тернопіль: Астон.
<https://shkola.in.ua/2253-zakhyst-vitchyzny-11-klas-fuka-2019.html>

163. Хорошак, Ю. Б. (2020). Психологічні особливості розвитку комунікативних та організаторських здібностей майбутніх професіоналів. *Політ. Сучасні проблеми науки. Гуманітарні науки*, 277–278.
<http://er.nau.edu.ua/handle/NAU/43269>

164. Храбан, Т. Є., & Сілко, О. В. (2022). Вплив емоцій та емоційних станів на вибір стратегій подолання бойового та військово-професійного стресу. Інсайт: психологічні виміри суспільства, (8), 71–86. <https://insight.journal.kspu.edu/index.php/insight/issue/view/9>
165. Чегі, Т. Т. (2008). Психологічний супровід навчально-службової діяльності курсантів-правоохоронців (Кандидатська дисертація). Київ.
166. Черевичний, С. В. (2022). Психологічні особливості прийняття рішення командиром в умовах невизначеності (дис. на здобуття ступеня доктора філософії). Київ: МОУ НУОУ ім. І. Черняхівського. <https://nuou.org.ua/assets/dissertations/phd/sr-che-1.pdf>
167. Чорний, Г. О., & Савченко, Р. І. (2021). До постановки питання щодо професійної деформації працівників національної поліції України як однієї з причин порушення прав людини та застосування насильства. https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/36641/Chorny_89-96.pdf
168. Шапар, В. Б. (2004). Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків: Прапор. <https://archive.org/details/psycholoh2007>
169. Шапошник-Домінська, Д. О. (2015). Психологічні особливості розвитку самоефективності особистості (Кандидатська дисертація). Київ: Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. <https://ispp.org.ua/2020/05/06/shaposhnik-dominska-d-o-psixologichni-osoblivosti-rozvitku-samoeftivnosti-osobistosti/>
170. Шейко, В. М., & Кушнарєнко, Н. М. (2008). Організація та методика науково-дослідницької діяльності (5-те вид.). Київ: Знання. <https://chmnu.edu.ua/wp-content/uploads/2016/07/SHejko-V.M.-ta-inshi-Organizatsiya-ta-metodika-naukovo-doslidnitskoyi-diyalnosti.pdf>
171. Шклярук, А. З. (2019). Формування вольових якостей у професійно-екстремальній діяльності. Особистість в екстремальних умовах: Матеріали ІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції, 140. Львів. <https://sci.ldubgd.edu.ua/bitstream/123456789/9285/1/%D0%97%D0%B1%D1%80%D0%BD%D0%B8%D0%BA%202021.pdf>

172. Шумейкер, П. Д. (2006). Військове лідерство. Компетентність, впевненість, гнучкість. Вашингтон: Головне управління Міністерства Армії США.

<https://sprotyvg7.com.ua/wp-content/uploads/2023/05/FM-6-22.-%D0%9B%D1%96%D0%B4%D0%B5%D1%80%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE.pdf>

173. Юнг, К. Г. перевидання (2010). *Психологічні типи*. Астролябія.

https://astrolabium.com.ua/psychologichni_typy-jung_karl_gustav.html?srsId=AfmBOor8NMswkpxIjMf9rEliibmqa9MBR7UZ5YXQ3pLh_DV09FYGoaVm

174. Юркова, О. І. (2023). Розвиток психологічної готовності військовослужбовців танкових підрозділів до виконання бойових завдань (дис. на здобуття наук. ступеня доктора філософії). Київ.

<https://nuou.org.ua/assets/documents/dr-kep-iur-23.pdf>

175. Ягупов, В. В. (2016). Професійна суб'єктність, суб'єкт військово-професійної діяльності як інтегральний результат професійної підготовки офіцерів. У О. А. Дубасенюк (Ред.), *Теорія і практика професійної майстерності в умовах цілежиттєвого навчання* (с. 223–233). Житомир: Рута.

https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/705111/1/%D1%81%D1%83%D0%B1%D1%8A%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C_%D0%BE%D1%84%D0%B8%D1%86%D0%B5%D1%80%D0%B0.pdf?utm_source=chatgpt.com

176. Allport, G. W., & Odbert, H. S. (1936). *Trait-names: A psycho-lexical study*. *Psychological Monographs*, 47(1), i–171. <https://doi.org/10.1037/h0093360>

177. American Psychological Association. (n.d.). *Dictionary of psychology*. <https://dictionary.apa.org>

178. Barrick, M. R., & Mount, M. K. (1991). The Big Five personality dimensions and job performance: A meta-analysis. *Personnel Psychology*, 44(1), 1–26. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.1991.tb00688.x>

179. Bartone, P. T. (2006). Resilience under military operational stress: Can leaders influence hardiness? *Military Psychology, 18*(Suppl), S131–S148. https://doi.org/10.1207/s15327876mp1803s_10
180. Beattie, S., Du Preez, T., Hardy, L., & Arthur, C. (2023). What do you bring to the table? Exploring psychological attributes that predict successful military training. *Military Psychology, 35*(2), 1–12. <https://doi.org/10.1080/08995605.2023.2285693>
181. Blascovich, J. J., & Hartel, C. R. (Eds.). (2008). *Human behavior in military contexts*. The National Academies Press. <https://doi.org/10.17226/12023>
182. Boe, O., & Bang, H. (2017). The Big 12: The Most Important Character Strengths for Military Officers. *Atlantic Journal of Social Sciences, 4*(2), 103–116. <https://doi.org/10.30958/ajss.4-2-4>
183. Cain, S. H. (2016). *Сила інтровертів. Тихі люди у світі, що не може мовчати* (Т. Заволоко, Пер.). Наш Формат. (Original work published 2012).
184. Campbell-Sills, L., & Stein, M. B. (2007). Psychometric analysis and refinement of the Connor–Davidson resilience scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies, 20*(6), 1019–1028. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18157881/>
185. Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI) Professional Manual. Psychological Assessment Resources. <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=2724780>
186. Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (2008). The Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R). In G. J. Boyle, G. Matthews, & D. H. Saklofske (Eds.), *The SAGE handbook of personality theory and assessment, Vol. 2. Personality measurement and testing* (pp. 179–198). Sage Publications, Inc. <https://doi.org/10.4135/9781849200479.n9>

187. Dresler, M., Eibl, L., Fischer, C. F. J., Wehrle, R., Spoormaker, V. I., Steiger, A., Czisch, M., & Pawlowski, M. (2013). Volitional components of consciousness vary across wakefulness, dreaming, and lucid dreaming. *Frontiers in Psychology*, 4, Article 987. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00987>
188. First, M. B. (2022). Personality and behavior changes. *MSD Manual*. Columbia University. <https://www.msmanuals.com/home/mental-health-disorders/overview-of-mental-health-care/personality-and-behavior-changes>
189. Flood, A., & Keegan, R. J. (2022). Cognitive resilience to psychological stress in military personnel. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 809003. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.809003>
190. Freestyle. (n.d.). *Test TOMAC: опис, інтерпретація результатів, стратегія поведінки у конфліктній ситуації*. <https://freestyle.in.ua/test-tomas-opis-interpretaciya-rezultativ-strategiya-povedinki-u-konfliktnij-situaci%D1%97/>
191. Helmus, T. C., Zimmerman, S. R., Posard, M. N., Wheeler, J. L., Ogletree, C., Stroud, Q., & Harrell, M. C. (2018). *Life as a private: A study of the motivations and experiences of junior enlisted personnel in the U.S. Army*. RAND Corporation. https://www.rand.org/pubs/research_reports/RR2252.html
192. Hosek, J., & Mattock, M. G. (2003). *Learning about quality: How the quality of military personnel is revealed over time*. RAND Corporation. https://www.rand.org/pubs/monograph_reports/MR1593.html
193. Institute for the Study of War. (n.d.). *Publications*. https://understandingwar.org/publications?type%5B%5D=backgrounder&tid%5B%5D=300&field_lastname_value=&sort_by=created&sort_order=DESC
194. John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (2nd ed., pp. 102–138). Guilford Press.
195. Kacala, T. (2016). The role of military leadership in strategic communication (StratCom). *Journal of Positive Management*, 7(1), 32–44. <https://doi.org/10.12775/JPM.2016.002>

196. Klang, A. (2012). *The relationship between personality and job performance in sales: A replication of past research and an extension to a Swedish context* (Master's thesis, Stockholm University, Department of Psychology). DiVA. <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:542263/FULLTEXT01.pdf>
197. Klimanska, M., & Haletska, I. (2019). Ukrainian adaptation of the short five-factor personality questionnaire TIPI (TIPI-UKR). *Psychological Journal*, 5(9), 57–76. <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.9.4>
198. Kokun, O., Aleshchenko, V., Osyodlo, V., Pischko, I., & Lozinska, N. (2024). Personality and health in military context: A study of combatants and injured servicemen. *Military Health and General Contextual Journal*, 7(1), Article 207. <https://doi.org/10.56508/mhgcej.v7i1.207>
199. Kokun, O., Pischko, I., & Lozinska, N. (2022c). Differences in military personnel's hardiness depending on their leadership levels and combat experience: An exploratory pilot study. *Military Psychology*, 35(6), 603–610. <https://doi.org/10.1080/08995605.2022.2147360>
200. Kokun, O., Pischko, I., & Lozinska, N. (2022d). Examen de los cambios en el estado psicológico de los militares durante el despliegue de larga duración en la zona militar. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 38(1), 191–200. <https://doi.org/10.6018/analesps.475041>
201. Kokun, O., Pischko, I., & Lozinska, N. (2024d). Challenge acceptance as a key psychological characteristic of Ukrainian sergeants during the war: A research note. *Armed Forces & Society*, 0(0). <https://doi.org/10.1177/0095327X241301039>
202. Kolditz, T. A., Wong, L., Millen, R. A., & Potter, T. M. (2003). *Why they fight: Combat motivation in the Iraq War*. U.S. Army War College Press. <https://press.armywarcollege.edu/monographs/788>
203. Leonhard, K. (1976). *Akzentuierte Persönlichkeiten* [Accentuated personalities]. Berlin, Germany: VEB Verlag Volk und Gesundheit. (Пер. з нім. Лещинська В. М. під ред. Блейхера В. М., *Акцентовані особистості*, Київ: Вища школа, 1989, 375 с.).

204. Lewińska, M. (2016). The role of communication in military leadership. *Journal of Corporate Responsibility and Leadership*, 2(1), 37–50. <https://doi.org/10.12775/JCRL.2015.003>
205. Lukey, B. J., & Tepe, V. (Eds.). (2008). *Biobehavioral resilience to stress*. CRC Press. <https://doi.org/10.1201/9781420071788>
206. Matthews, G. (2003). *Personality traits* (2nd ed.). Cambridge University Press. https://books.google.com.ua/books?id=BqFH_XIq0yYC
207. Matthews, M. D. (2020). *The importance of character during war*. OUPblog. <https://blog.oup.com/2020/04/the-importance-of-character-during-war/>
208. Mattingsdal, J., Johnsen, B. H., & Espevik, R. (2023). Effect of changing threat conditions on police and military commanders' preferences for urgent and offensive actions: An analysis of decision making at the operational level of war. *Military Psychology*, 35(1), 1–17. <https://doi.org/10.1080/08995605.2023.2277609>
209. McCrae, R. R. (1987). Validation of the Five-Factor Model of Personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(1), 81–90. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.1.81>
210. McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2010). *NEO Inventories professional manual*. Psychological Assessment Resources.
211. Power, R. A., & Pluess, M. (2015). Heritability estimates of the Big Five personality traits based on common genetic variants. *Translational Psychiatry*, 5, e604. <https://doi.org/10.1038/tp.2015.96>
212. Roberts, B. W., Kuncel, N. R., Shiner, R., Caspi, A., & Goldberg, L. R. (2007). The power of personality: The comparative validity of personality traits, socioeconomic status, and cognitive ability for predicting important life outcomes. *Perspectives on Psychological Science*, 2(4), 313–345. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26151971/>
213. Rotter, J. B. (1982). *The development and applications of social learning theory*. Praeger. <https://archive.org/details/developmentappli0000rott>

214. Şerban, M. (2024). The role of military morale as an essential dimension of combat power. *Security and Defence Quarterly*, 47(3), 1–18. <https://doi.org/10.35467/sdq/174832>
215. Skoglund, T. H. (2022). *A short-form personality measure for military personnel selection* (Doctoral dissertation, UiT The Arctic University of Norway). <https://hdl.handle.net/10037/24840>
216. Snook, S., Bartone, P. T., Eid, J., Johnsen, B. H., & Laberg, J. C. (2009). Big Five personality factors, hardiness, and social judgment as predictors of leader performance. *Leadership & Organization Development Journal*, 30(6), 498–521. <https://hbs.edu/faculty/Pages/item.aspx?num=38811>
217. Stepanov, E. V., Andreev, M. V., Gavzov, V. V., Novikov, S. V., & Kostikova, L. P. (2019). Cooperation skills in professional activity of the military. *Proceedings of the 3rd International Conference on Culture, Education and Economic Development of Modern Society (ICCESE 2019)*, 487–491. <https://doi.org/10.2991/iccese-19.2019.109>
218. Szumiec, M. (2021). *Rozwój kompetencji osobowościowych jako istotny element rozwoju zawodowego nauczyciela. Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska. Sectio J, Paedagogia-Psychologia*, 34(1), 9–23. <https://doi.org/10.17951/j.2021.34.1.9-23>
219. Torychnii, O., & Denysenko, E. (2022). Науково-дослідницька компетентність у системі військово-професійної освіти майбутніх офіцерів. *Українська професійна освіта = Ukrainian Professional Education*, (11), 142–149. <http://upepnpu.pnpu.edu.ua/article/view/275575/270725>
220. Wikipedia. (n.d.). *Persönlichkeitseigenschaft*. <https://de.m.wikipedia.org/wiki/Pers%C3%B6nlichkeitseigenschaft>

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

СПИСОК ПУБЛІКАЦІЙ ЗДОБУВАЧА ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ та відомості про апробацію результатів дисертації на конференціях

Публікації статей у фахових виданнях:

1. Лізун, А. (2023). Провідна думка трактування терміну «професійно-важливі якості». *Київський журнал сучасної психології та психотерапії*, 2 (6), 55-59. <https://doi.org/10.48020/mppj.2023.02.06>
2. Лізун, А. (2024). Особистісні властивості особистості та їх зв'язок з ефективністю професійної діяльності. *Фаховий науковий журнал «Габітус»*, (59), 161-165. DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.59.27>
3. Лізун, А. (2024). Комплекс психодіагностичного інструментарію дослідження особистісно-професійних якостей військовослужбовців. *Збірник наукових праць "Вісник Національного університету оборони України"*. 5 (81), 101-108. DOI: [10.33099/2617-6858-24-81-5-101-108](https://doi.org/10.33099/2617-6858-24-81-5-101-108)
4. Лізун, А. (2025). Вираженість ключових компонентів професійно-значущих особистісних властивостей військовослужбовців: емпіричний аналіз. *Київський журнал сучасної психології та психотерапії*, (1) 9, 2025, 63-73 <https://doi.org/10.48020/mppj.2025.01.05>.
5. Лізун, А. (2025) Організаційно-методичні основи програми тренінгового курсу «Готовність до виклику: психологічне зміцнення військовослужбовця». *Збірник наукових праць "Вісник Національного університету оборони України"*. № 5 (87) 2025. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-87-5-112-119>.

Наукові конференції, тези наукових доповідей:

6. Лізун, А. (2022). *Особливості проявів психічних станів військовослужбовців в екстремальних та стресових ситуаціях*. Актуальні проблеми сучасної психології: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень молодих науковців. Матеріали VIII Міжнародної науково-практичної конференції (17 листопада 2022 р.). Кам'янець-Подільський, Україна. 127-132.

7. Лізун, А. (2022). *Ризики психологічного впливу меседжів із он-лайн комунікації на особистість під час війни*. Об'єднані наукою: перспективи міждисциплінарних досліджень. Збірник матеріалів IX Всеукраїнської науково-практичної конференції (17-18 листопада 2022). Київський національний університет імені Тараса Шевченка. Київ, Україна. 58-60.

8. Лізун, А. (2023). *Аналіз взаємозв'язку між контролем з боку закону й особистісно-професійними якостями військовослужбовця*. Збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції (3 січня 2023 р.). Полтава, Україна. ч. 2, 8-9.

9. Лізун, А. (2023). *Теоретичні основи аналізу розгляду поняття професіоналізму особистості*. Scientific progress: innovations, achievements and prospects. Proceedings of the 4th International scientific and practical conference (9-11 January 2023). Мюнхен, Німеччина. 404-406. <https://sci-conf.com.ua/iv-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-scientific-progress-innovations-achievements-and-prospects-9-11-01-2023-myunhen-nimechchina-arhiv/>.

10. Лізун, А. (2023). *Психологічні професійно-важливі якості особистості як складові побудови кар'єрної спрямованості військовослужбовців*. Тези доповідей II Міжнародної науково-практичної конференції. (17 лютого 2023 р.). Київ, Україна. 151-155. [DOI: 10.31617/k.knute.2023-02-17](https://doi.org/10.31617/k.knute.2023-02-17)

11. Лізун, А. (2023). *Фізична готовність як компонент військово-професійної готовності оперативного працівника до діяльності в екстремальних умовах*. Проблеми правоохоронної діяльності в умовах воєнного стану : тези Всеукраїнської науково-практичної конференції

Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького (16 березня 2023 року). Хмельницький, Україна. 588-590.

12. Лізун, А. (2023). *Значення психологічних типів темпераментів та їх роль в ефективності професійної діяльності у надзвичайних ситуаціях*. Science and innovation of modern world. Proceedings of the 7th International scientific and practical conference (23-25 березня 2023 р.). Лондон, Велика Британія. 485-488. <https://sci-conf.com.ua/vii-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-science-and-innovation-of-modern-world-23-25-03-2023-london-velikobritaniya-arhiv/>

13. Лізун, А. (2023). *Військова присяга як психологічний чинник формування професійно-важливих якостей військовослужбовця*. Війна та мир. Психологія на службі людини : матеріали науково-практичної конференції студентів та аспірантів (23 квітня 2023 р.). Київ, Україна. 56-58.

14. Лізун, А. (2024). *Риси особистості які регулюють певні аспекти поведінки та професійної діяльності*. Проблеми особистості в сучасній науці: результати та перспективи дослідження: Матеріали XXVI Міжнародної конференції молодих науковців (25-26 квітня 2024 р.). Київ, Україна. 110-113. <https://doi.org/10.59647/978-617-520-814-4/1>.

15. Лізун, А. (2025). *Особистісні риси військовослужбовців за моделлю «Велика п'ятірка» та їхній вплив на готовність до виконання бойових завдань*. Війна, мир, людина : сучасний погляд та переосмислення (12-13 квітня 2025 р.). Київ, Україна.

Додаток Б.1

**«Мотивація професійної діяльності»
(методика К. Замфір у модифікації А. Реана)**

Методика використовується для діагностики мотивації професійної діяльності. В основу якої покладена концепція внутрішньої і зовнішньої мотивації.

Нагадаємо, що про внутрішній тип мотивації слід говорити, коли для особистості має значення діяльність сама по собі. Якщо ж в основі мотивації професійної діяльності лежить прагнення до задоволення інших потреб, зовнішніх по відношенню до змісту самої діяльності (мотиви соціального престижу, зарплати і т.і.), то в даному випадку прийнято говорити про зовнішню мотивацію.

Самі зовнішні мотиви діляться тут на зовнішні позитивні і зовнішні негативні. Зовнішні позитивні мотиви, безсумнівно, більш ефективні і більш бажані з усіх точок зору, ніж зовнішні негативні мотиви.

П.І.Б (повністю) _____

Дата обстеження _____ Вік _____ Стать: _____ чол. / жін.
(підкреслити)

Посада (підрозділ) _____

Спеціальність _____ Військове звання _____

Інструкція: “Прочитайте перераховані нижче мотиви професійної діяльності (табл. Б.1.1) і дайте оцінку їх значущості для Вас за п’ятибальною шкалою”.

Таблиця Б.1.1

Текст опитувальника

№	Мотиви професійної діяльності	Ступінь мотивації (оцінка)				
		Дуже незначний	Достатньо незначний	Невеликий, але і не малий	Достатньо великий	Дуже великий
		1	2	3	4	5
1.	Грошовий заробіток					
2.	Прагнення до просування по службі					
3.	Прагнення уникнути критики з боку керівника або колег					
4.	Прагнення уникнути можливих покарань або неприємностей					
5.	Потреба в досягненні соціального престижу і поваги з боку інших					
6.	Задоволення від самого процесу і результату роботи					
7.	Можливість найбільш повної самореалізації саме у даній діяльності					

Обробка та інтерпретація результатів

Скорочення, що використовуються в «ключі»:

ВМ – внутрішня мотивація

ЗПМ – зовнішня позитивна мотивація

ЗНМ – зовнішня негативна мотивація

Підраховуються показники внутрішньої (ВМ), зовнішньої позитивної (ЗПМ) і зовнішньої негативної (ЗНМ) мотивації у відповідності з наступними «ключами», таким чином: ВМ = (оцінка пункту 6 + оцінка пункту 7) / поділити на число 2; ЗПМ = (оцінка п. 1 + оцінка п. 2 + оцінка п.5) / поділити на число 3; ЗНМ = (оцінка п. 3 + оцінка п.4) / поділити на 2.

Ключ для обчислення:

$$ВМ = \frac{\text{оцінка п. 6} + \text{оцінка п. 7}}{2}$$

$$ЗПМ = \frac{\text{оцінка п.1} + \text{оцінка п. 2} + \text{оцінка п. 5}}{3}$$

$$ЗНМ = \frac{\text{оцінка п. 3} + \text{оцінка п. 4}}{2}$$

Показником вираженості кожного типу мотивації буде число, яке знаходиться в межах від 1 до 5 (у тому числі можливо і дробове).

На підставі отриманих результатів визначається мотиваційний комплекс особистості (табл. Б.1.2). Мотиваційний комплекс являє собою тип співвідношення між собою *трьох видів* мотивації: ВМ, ЗПМ і ЗНМ.

Таблиця Б.1.2

Інтерпретація результатів

Найкращі	до найкращих, оптимальних, мотиваційних комплексів слід відносити наступні два типи сполучень:	ВМ > ЗПМ > ЗНМ і ВМ = ЗПМ > ЗНМ
Найгірші	найгіршим мотиваційним комплексом є тип:	ЗНМ > ЗПМ > ВМ

Між цими комплексами укладені проміжні з точки зору їх ефективності інші мотиваційні комплекси.

Під час інтерпретації слід враховувати не лише тип мотиваційного комплексу, але й те, наскільки сильно один тип мотивації перевершує інший за ступенем вираженості.

Наприклад, не можна два мотиваційних комплекси (табл. Б.1.3) вважати абсолютно однаковими.

Таблиця Б.1.3

Мотиваційні комплекси (приклад)

Мотиви професійної діяльності (мотиваційний комплекс)	ВМ	ЗПМ	ЗНМ
1	1	2	5
2	2	3	4

Як перший, так і другий мотиваційний комплекс відносяться до одного і того ж неоптимального типу ЗНМ > ЗПМ > ВМ.

Проте видно, що в першому випадку мотиваційний комплекс особистості знано більш негативний, ніж у другому. У другому випадку, у порівнянні з першим, має місце зниження показника негативної мотивації і підвищення показників зовнішньої позитивної і внутрішньої мотивації.

Загальна інтерпретація

Задоволеність особистості обраною професією тим вище, чим оптимальніше у неї мотиваційний комплекс: перевага внутрішньої і зовнішньої позитивної мотивації і низька – зовнішньої негативної.

Чим оптимальніше мотиваційний комплекс, чим більше активність особистості мотивована самим змістом її діяльності, прагненням досягти в ній певних позитивних результатів, тим нижче емоційна нестабільність. І навпаки, чим більше діяльність особистості обумовлена бажанням “не потрапити в халепу” (які починають брати верх над мотивами, пов’язаними з цінністю самої діяльності, а також над зовнішньою позитивною мотивацією), тим вище рівень емоційної нестабільності.

Додаток Б.2

Методика дослідження особливостей мислення «МДОМ-2»

Методика дозволяє досліджувати здатність до абстрагування і оперування вербальними поняттями. Містить 20 завдань. Час виконання 6 хвилин.

Вступна інструкція до методики:

У кожному завданні представлено по п'ять слів. Чотири з них за значенням можна об'єднати в одну групу якій можна дати назву, а одне слово до цієї групи не відноситься. Потрібно виділити п'яте слово, що не входить у цю групу, тобто не стосується того змісту, що є загальним для інших чотирьох слів. Варіант обраного слова написати у відповідній клітинці «реєстраційного бланка».

Приклад 01): а) стілець, б) стіл, в) голуб, г) диван, д) шафа.

Приклад 02): а) іти, б) мчатися, в) повзти, г) бігти, д) лежати.

У прикладі 01 слова: “стілець”, “стіл”, “диван” і “шафа”, позначають предмети меблів, слово “голуб” цього не позначає. Таким чином, у рядку “01” реєстраційного бланку потрібно поставити позначку в графі “в”.

У прикладі 02 слова: “іти”, “мчатися”, “повзти”, “бігти”, позначають різні види пересування, слово “лежати” позначає перебування на місці. Таким чином, у рядку “02” реєстраційного бланку потрібно поставити позначку у графі “д”.

П.І.Б _____

Дата обстеження _____ Рік народження _____ Стать _____

Працюйте спокійно і уважно, виконуйте завдання у тому порядку, в якому вони розташовані. Відповіді заносять до «реєстраційного бланку» (табл. Б.2.1). Якщо для чергового завдання ви не можете знайти відповідь, не затримуйтеся на ньому занадто довго, переходьте до наступного.

Вступна інструкція закінчена. Якщо є питання – підніміть руку! Приступаємо до виконання завдань. Усім взяти стимульні бланки, реєстраційні бланки й олівці (ручки). Розпочинаємо дослідження.

Таблиця Б.2.1

Реєстраційний бланк

Варіанти відповіді	Номери завдань																			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
а																				
б																				
в																				
г																				
д																				

Завдання методики

Вкажіть слово, що не об'єднується з іншими чотирма.

- а) писати, б) рубати, в) шити, г) читати, д) кувати.
- а) вузький, б) кутастий, в) короткий, г) високий, д) широкий.
- а) велосипед, б) мотоцикл, в) поїзд, г) трамвай, д) автобус.
- а) захід, б) курс, в) напрямок, г) подорож, д) північ.
- а) бачити, б) говорити, в) сприймати дотиком, г) нюхати, д) чути.
- а) прилягти, б) піднятися, в) присісти, г) притулитися, д) підвестися.
- а) коло, б) еліпс, в) стріла, г) дуга, д) крива.
- а) добрий, б) вірний, в) чуйний, г) боягузливий, д) чесний.
- а) розділяти, б) звільняти, в) зв'язувати, г) різати, д) відрізняти.
- а) границя, б) міст, в) суспільство, г) відстань, д) шлюб.
- а) завіса, б) щит, в) невід, г) фільтр, д) стіна.
- а) матрос, б) тесляр, в) шофер, г) велосипед, д) перукар.
- а) кларнет, б) контрабас, в) гітара, г) скрипка, д) арфа.
- а) відбиття, б) відлуння, в) діяльність, г) відзвук, д) наслідування.
- а) навчання, б) планування, в) тренування, г) звіт, д) рекламування.
- а) заздрість, б) скнарість, в) обжерливість, г) жадібність, д) скаредність.
- а) розум, б) висновок, в) рішення, г) починання, д) договір.
- а) тонкий, б) худий, в) вузький, г) огрядний, д) короткий.
- а) горлечко, б) пробка, в) ніжка, г) спинка, д) ручка.
- а) мрячний, б) морозний, в) вітряний, г) похмурий, д) дощовий.

Таблиця Б.2.2

**“Ключ” до Методики дослідження особливостей мислення
«МДОМ-2»**

Варіант и відповідь	Приклади		Ключ до методики МДОМ-2																				
	01)	02)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
а					*										*				*				
б				*			*															*	
в	*								*		*	*				*		*					
г			*			*		*		*				*			*			*			*
д		*											*										

Кожна правильна відповідь дорівнює одному балу.

Обробка та інтерпретація результатів

Оцінка здійснюється шляхом підрахунку балів за допомогою “ключа” за кількістю правильно виконаних завдань у методиці (табл. Б.2.2).

Максимальна кількість правильно виконаних завдань становить 20. Підраховані первинні значення переводяться у бали 10-бальної шкали (табл. Б.2.3). Кількість набраних балів окремо вираховується для чоловік та для жінок.

Таблиця Б.2.3

Таблиця переведення первинних значень в бали

МДОМ-2	Стать	Б а л и									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	чол.	0-3	4-5	6	7-8	9-10	11	12-13	14-15	16	17-20
	жін.	0-3	4-5	6-8	9-10	11-12	13	14	15-16	17	18-20



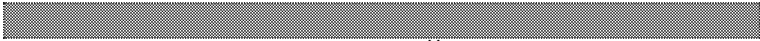



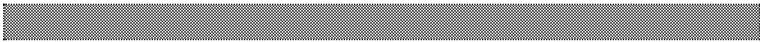
Якщо результат дослідження за даною методикою становить 3 або менше 3-х балів, виноситься висновок про “низький рівень” професійної придатності, що не відповідає вимогам займати військові посади.

Додаток Б.3

Методика шкалованої самооцінки психофізіологічного стану (розроблена О. Кокуном)

Методика шкалованої самооцінки на зорово-аналогових шкалах дає можливість швидко і досить точно отримувати оцінку респондентами різних складових їх психофізіологічного стану (ПФС). Найважливішими перевагами даної методики є її зручність, універсальність, інформативність, надійність, експрес-характер, можливість класифікації та зіставлення отриманих показників, що робить її однією з найбільш придатних методик для вирішення завдань моніторингу ПФС. Методика дає можливість достатньо легко діагностувати параметри не тільки “традиційних” станів самопочуття, активності й настрою, але й інших показників, які характеризують специфічний ПФС людини за певної діяльності, в тому числі емоційний, мотиваційний та інші компоненти (Агаєв, Кокун та ін., 2016).

Інструкція: “За допомогою нижченаведених шкал, будь ласка, оцініть різні показники свого стану на даний момент, поставивши вертикальну риску у відповідному місці, враховуючи те, що ліва сторона шкали означає найгірший можливий для Вас показник стану, а права – найкращий”.

найгірше		найкраще
	САМОПОЧУТТЯ	
найнижча		найвища
	АКТИВНІСТЬ	
найгірший		найкращий
	НАСТРІЙ	
найнижча		найвища
	ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ	
найнижча		найвища
	ЗАЦІКАВЛЕНІСТЬ ДО УЧАСТІ В ЗАХИСТІ НЕЗАЛЕЖНОСТІ ТА ТЕРИТОРІАЛЬНОЇ ЦІЛІСНОСТІ ДЕРЖАВИ	
найнижче		найвище
	БАЖАННЯ ВИКОНУВАТИ БОЙОВІ (СПЕЦІАЛЬНІ) ЗАВДАННЯ	
найнижча		найвища
	ВПЕВНЕНІСТЬ У СВОЇХ СИЛАХ	

Продовження додатку Б.3

Діагностична процедура полягає в тому, що респонденту пропонується оцінити різні характеристики свого стану на даний момент, відмітивши відповідне місце на неградуйованій шкалі (яка являє собою пряму лінію довжиною 100 мм) вертикальною рисою, з урахуванням того, що лівий край шкали означає мінімальне, а правий – максимально можливе для респондента виявлення певної характеристики.

Обробка результатів: Кількісні показники (від 1 до 100) отримуються за допомогою прикладання на неградуйовану шкалу лінійки і визначення відстані (у міліметрах) від лівого краю шкали до позначеного респондентом місця.

Інтерпретація результатів: від 1 до 20 – низький показник; від 21 до 40 – нижче середнього; від 41 до 60 – середній; від 61 до 80 – вище середнього; від 81 до 100 – високий.

Примітка: У зв'язку з воєнним станом, запровадженим у державі, та за погодженням з автором методики, було осучаснено формулювання двох шкал:

- Шкала з попередньою назвою «Зацікавленість до участі в операціях об'єднаних сил» оновлена до формулювання:
 - **«Зацікавленість до участі в захисті незалежності та територіальної цілісності держави».**
- Шкала з попередньою назвою «Бажання виконувати завдання в операціях об'єднаних сил» замінено на актуалізоване:
 - **«Бажання виконувати бойові (спеціальні) завдання».**

Додаток Б.4

Короткий п'ятифакторний опитувальник особистості ТІРІ (ТІРІ-UKR) в адаптації М. Кліманської, І. Галецької

Методика ТІРІ є однією із багатьох, які мають на меті виявити і виміряти глибинні психологічні риси особистості. П'ять фундаментальних вимірів для опису і оцінки особистості: екстраверсія, дружелюбність, добросовісність, емоційна стабільність та відкритість новому досвіду розуміються як універсальні, надкультуральні та наддемографічні, найбільш загальні характеристики, що дозволяють отримати повні та всебічні характеристики особистості.

Реєстраційний бланк

П.І.Б. _____
Дата обстеження _____ Рік народження _____ Стать _____

Інструкція: «Нижче наведено перелік якостей, які можуть бути, або можуть не бути характерними особисто для Вас. Поставте, будь ласка, навпроти кожного твердження позначку у відповідній клітинці «реєстраційного бланку», визначившись, наскільки Ви погоджуєтесь із кожним із них (табл. Б.4.1). Оцініть, в якій мірі запропонована пара характеристик стосується Вас особисто, навіть якщо одна з них підходить Вам більше, аніж друга». Методика має 10 питань Заповнення опитувальника, потребує близько хвилини часу.

Таблиця Б.4.1

Реєстраційний бланк

	Бачу себе як людину, яка є	Абсолютно не згоден	Не згоден	Швидше не згоден	Важко сказати	Швидше згоден	Згоден	Абсолютно згоден
		Оцінка						
		1	2	3	4	5	6	7
1	Товариська, активна							
2	Критична, конфліктна *							
3	Сумлінна, дисциплінована							
4	Тривожна, схильна перейматися*							
5	Відкрита до нового, різностороння							
6	Стримана, тиха *							
7	Тактовна, співчутлива, приязна							
8	Неорганізована, легковажна *							
9	Спокійна, емоційно стабільна							
10	Не любить змін і пошуку нових рішень*							

Кожен із пунктів оцінюється за 7-бальною шкалою від 1 (абсолютно не згоден) до 7 (абсолютно згоден). Пункти, позначені *, рахують з інверсією.

Обробка результатів

- Ключ до обчислення**
1. Екстраверсія: 1, 6*
 2. Дружелюбність: 2*, 7
 3. Добросовісність: 3, 8*
 4. Емоційна стабільність: 4*, 9
 5. Відкритість новому досвіду: 5, 10*

Таблиця Б.4.2

Інтерпретація результатів

Шкала	Психометричні характеристики	
	Загальні характеристики	Рівні характеристик за результатами оцінки
<i>Екстраверсія (інтроверсія)</i>	визначає схильність до соціальної взаємодії, енергійність, активність, а також переживання позитивних емоцій.	Високий рівень екстраверсії свідчить про активність, оптимізм, товариськість і балакучість, схильність до гри, пошук активності.
		Низький – про сором'язливість, песимістичність, надання переваги бути самотнім, уникнення соціальних активностей.
<i>Дружелюбність</i>	стосується вираженості у людини чутливості та зацікавленості щодо інших, альтруїстичних, дружніх та емпатійних якостей на протигагу відсутності довіри та прагнення співпраці, нездатності до співчуття і схильності до конкурентного ставлення.	Високий рівень дружелюбності свідчить про готовність до співчуття, лагідність, скромність та прихильність до інших і готовність допомогти.
		Низький – про егоцентризм, конкурентність, сухість та жорсткість у стосунках з іншими людьми.
<i>Добросовісність</i>	стосується мотивації та наполегливості у ставленні людини до цілей та дій.	Високий рівень свідчить про відповідальність, розсудливість та надійність, водночас трудоголізм, схильність підтримувати порядок і перфекціонізм.
		Низький рівень добросовісності трактують як недостатню конкретизацію життєвих цілей та мотивацію досягнень, водночас схильність до гедонізму, імпульсивності у прийнятті рішень, а також спонтанності у діях.
<i>Емоційна стабільність (нейротизм)</i>	стосується здатності до емоційної адаптації, долання стресу, врівноваженості та саморегуляції у разі переживання негативних емоцій, зокрема страху, гніву, провини, незадоволення, розгубленості тощо.	Високий рівень емоційної стабільності свідчить про здатність контролювати і долати стрес, не відчуваючи напруги, дратівливості чи страху.
		Низький – про високий нейротизм, меншу здатність емоційної саморегуляції, схильність до занепокоєння, сором'язливість та розгубленість у присутності інших, переживання страху і напруги.
<i>Відкритість новому досвіду</i>	стосується пізнавальної цікавості та толерантності до нового, схильності до пошуку, водночас позитивної оцінки нового життєвого досвіду.	Висока відкритість досвіду свідчить про наявність жвавого інтересу до усього, креативність, розвиненість уяви, нетрадиційність, водночас незалежність суджень.
		Низька відкритість до досвіду означає консервативність, надання переваги традиційним цінностям, прагматичність інтересів та недовіру до нового.

Додаток Б.5

Методика «Діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки» К. Томаса (адаптація Н. В. Грішиної)

Мета: визначення типових переважаючих способів реагування людини в конфліктних ситуаціях.

Інструкція. Уважно прочитайте кожне висловлювання. У кожній з наведених пар оберіть те судження, що є найбільш типовим для вашої поведінки в конфліктній ситуації. Тут не може бути відповідей «правильних» або «неправильних». Люди різні, і кожен може висловити свою думку. Дайте відповідь на кожне запитання, виберіть і обведіть кружечком варіант, що є найбільш типовим вас «А» або «Б» (таб. Б.5.1). Відведений час на виконання методики – не більше 15–20 хвилин. Результати підраховуються відповідно до «ключа».

Таблиця Б.5.1

Перелік висловлювань

№	Варіант відповіді	Твердження
1.	А	Іноді я надаю можливість іншим брати на себе відповідальність за вирішення спірного питання.
	Б	Замість того, щоб обговорювати наші розходження, я стараюся звернути увагу на те, з чим ми обоє згодні.
2.	А	Намагаюся знайти компромісне рішення.
	Б	Намагаюся залагодити справу з урахуванням інтересів іншої людини та моїх власних.
3.	А	Зазвичай я наполегливо прагну досягти свого.
	Б	Намагаюся заспокоїти іншого учасника конфлікту та головним чином, зберегти наші стосунки.
4.	А	Намагаюся знайти компромісне рішення.
	Б	Іноді я поступаюся власними інтересами заради інтересів іншої людини.
5.	А	Залагоджуючи спірну ситуацію, я увесь час намагаюся знайти підтримку іншої людини.
	Б	Намагаюся зробити все, щоб уникнути зайвої напруженості.
6.	А	Намагаюся уникнути появи неприємностей для себе.
	Б	Намагаюся досягти свого.
7.	А	Намагаюся відкласти розв'язання спірного питання з тим, щоб з часом розв'язати його остаточно.
	Б	Вважаю можливим в чомусь поступитися, щоб досягти іншого.
8.	А	Зазвичай я настирливо прагну досягти свого.
	Б	Спершу намагаюся чітко визначити, в чому полягають усі спірні питання та якими є інтереси.
9.	А	Вважаю, що не завжди варто хвилюватися через розбіжності, що виникають.
	Б	Роблю зусилля, щоб досягти свого.
10.	А	Твердо прагну досягти свого.
	Б	Намагаюся знайти компромісне рішення.
11.	А	Спершу намагаюся чітко визначити те, в чому полягають усі порушені питання та інтереси.
	Б	Намагаюся заспокоїти іншу людину та головним чином зберегти наші стосунки.
12.	А	Дуже часто уникаю займати позицію, що може викликати суперечки.
	Б	Надаю можливість іншій людині залишитися якоюсь мірою при власній думці, якщо він/вона також іде мені назустріч.
13.	А	Пропоную середню позицію.
	Б	Наполягаю, щоб було зроблено по-моєму.
14.	А	Повідомляю іншій людині свою точку зору та питаю про її погляди.
	Б	Намагаюся показати іншій людині логіку та переваги моїх поглядів.
15.	А	Намагаюся заспокоїти іншу людину та передовсім зберегти наші стосунки.
	Б	Намагаюся зробити все необхідне, щоб уникнути напруження.

Продовження додатка Б.5

16.	А	Намагаюся не зачепити почуття іншої людини.
	Б	Намагаюся переконати іншу людину в перевагах моєї позиції.
17.	А	Зазвичай настирливо намагаюся домогтися свого.
	Б	Намагаюся зробити все, щоб уникнути зайвої напруженості.
18.	А	Якщо це зробить іншого щасливим, я дам йому можливість наполягти на своєму.
	Б	Даю можливість іншому в чомусь залишитися при своїй думці, якщо він також іде мені назустріч.
19.	А	Насамперед намагаюся чітко визначити, в чому полягають всі інтереси іншої людини та спірні питання.
	Б	Намагаюся відкласти вирішення спірного питання, щоб з часом розв'язати його остаточно.
20.	А	Намагаюся якнайшвидше перебороти наші розбіжності.
	Б	Намагаюся знайти сполучення максимальної рівноваги користі та втрат для нас обох.
21.	А	Коли я веду переговори, то намагаюся бути уважним до бажань іншого (іншої).
	Б	Завжди схильюся до прямого обговорення проблеми.
22.	А	Намагаюся знайти середню позицію між моєю точкою зору та точкою зору іншої людини.
	Б	Відстоюю свої бажання.
23.	А	Як правило, я стурбований тим, щоб задовольнити бажання кожного з нас.
	Б	Іноді надаю можливість іншим взяти на себе відповідальність за вирішення спірного питання.
24.	А	Якщо позиція іншої людини здається їй дуже важливою, я намагатимуся піти назустріч її бажанням.
	Б	Намагаюся переконати іншу людину дійти компромісу.
25.	А	Намагаюся показати іншій людині логіку та перевагу моїх поглядів.
	Б	Ведучи переговори, намагаюся бути уважним до бажань іншої людини.
26.	А	Я пропоную середню позицію.
	Б	Я майже завжди стурбований тим, щоб задовольнити бажання кожного з нас.
27.	А	Часто уникаю займати позицію, яка може викликати суперечки.
	Б	Якщо це зробить іншу людину щасливою, я надам їй можливість наполягати на своєму.
28.	А	Зазвичай настирливо намагаюся досягти свого.
	Б	Вирішуючи ситуацію, зазвичай намагаюся знайти підтримку іншої людини.
29.	А	Я пропоную середню позицію.
	Б	Вважаю, що не завжди варто хвилюватися через якісь розбіжності, що виникають.
30.	А	Стараюся не зачепити почуттів іншої людини.
	Б	Завжди займаю таку позицію у спірному питанні, щоб ми разом з іншою зацікавленою особою могли досягти успіху.

Після виконання методики, перенесіть відповіді в бланк опитувальника (таб. Б.5.2).

Таблиця Б.5.2

Бланк опитувальника

№	А	Б	№	А	Б	№	А	Б	№	А	Б	№	А	Б	№	А	Б
1			6			11			16			21			26		
2			7			12			17			22			27		
3			8			13			18			23			28		
4			9			14			19			24			29		
5			10			15			20			25			30		

«Ключ» до опитувальника

1. Суперництво: 3А, 6Б, 8А, 9Б, 10А, 13Б, 14Б, 16Б, 17А, 22Б, 25А, 28А.
2. Співпраця: 2Б, 5А, 8Б, 11А, 14А, 19А, 20А, 21Б, 23Б, 26Б, 28Б, 30Б.
3. Компромід: 2А, 4А, 7Б, 10Б, 12Б, 13А, 18Б, 20Б, 22А, 23А, 24Б, 26А, 29А.
4. Уникнення: 1А, 5Б, 6А, 7А, 9А, 12А, 15Б, 17Б, 19Б, 23А, 27А, 29Б.
5. Пристосування: 1Б, 3Б, 4Б, 11Б, 15А, 16А, 18А, 21А, 24А, 25Б, 27Б, 30А.

Ключ до опитувальника викладено у розгорнутому вигляді у таблиці Б.5.3.

Продовження додатка Б.5

Пояснення до «ключа». В ключі кожна відповідь дає уявлення у кількісному вираженні: суперництва, співпраці, компромісу, уникнення і пристосування. Якщо відповідь (А чи Б) збігається з варіантами в «ключі», їй присвоюється цифра «1», якщо не збігається, то присвоюється «0». Кількість балів, набрана респондентом за кожною шкалою, дає уявлення про те, наскільки виражена в нього та чи інша форма поведінки в конфліктних ситуаціях.

Таблиця Б.5.3.

Обробка результатів

№ питання	Суперництво	Співпраця	Компроміс	Уникнення	Пристосування
1.				А	Б
2.		Б	А		
3.	А				Б
4.			А		Б
5.		А		Б	
6.	Б			А	
7.			Б	А	
8.	А	Б			
9.	Б			А	
10.	А		Б		
11.		А			Б
12.			Б	А	
13.	Б		А		
14.	Б	А			
15.				Б	А
16.	Б				А
17.	А			Б	
18.			Б		А
19.		А		Б	
20.		А	Б		
21.		Б			А
22.	Б		А		
23.		А		Б	
24.			Б		А
25.	А				Б
26.		Б	А		
27.				А	Б
28.	А	Б			
29.			А	Б	
30.		Б			А
К-ть балів					

За допомогою результату цього тесту можна визначити кілька основних способів поведінки людей в конфліктній ситуації, зміст яких встановлюється мірою співвідношення в поведінці конкретної людини двох показників; «орієнтація на задоволення власних інтересів» та «орієнтація на задоволення інтересів опонента». Різний ступінь цих показників та їх поєднання дає можливість виділити п'ять основних типів поведінки особистості в конфліктній ситуації: суперництва, співпраці, компромісу, уникнення і пристосування.

Додаток Б.6

Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2)

Методика призначена для виявлення комунікативних і організаторських схильностей особистості. Методика містить 40 запитань, на кожне з яких потрібно відповісти “так” або “ні”. Час на виконання: 10-15 хвилин.

Скорочення: КОС - Комунікативні і організаторські схильності.

Реєстраційний бланк

П.І.Б _____

Дата обстеження _____

Вік (повних років) _____

Стать _____

Інструкція: Інструкція: “Вам потрібно відповісти на всі запитання опитувальника (табл.Б.6.1). Вільно висловлюйте свої думки з кожного запитання. Коли Ваша відповідь на запитання позитивна – у відповідній графі реєстраційного бланка поставте знак “+”, якщо відповідь негативна – знак “-”. Пам’ятайте, що правильних або неправильних відповідей немає”.

Таблиця Б.6.1

Текст опитувальника

№ з/п	Питання	Відповідь «+» або «-»
1.	Чи багато у Вас друзів, з якими Ви постійно спілкуєтеся?	
2.	Чи часто Вам вдається схилити більшість своїх товаришів до прийняття ними Вашої думки?	
3.	Чи довго Вас турбує почуття образи, завдане Вам кимось із Ваших товаришів?	
4.	Чи завжди Вам важко орієнтуватися в критичній ситуації, що створилася?	
5.	Чи є у Вас прагнення до встановлення нових знайомств із різними людьми?	
6.	Чи подобається Вам займатися громадською роботою?	
7.	Чи вірно, що Вам приємніше й простіше проводити час із книгами або за будь-якими іншими заняттями, ніж із людьми?	
8.	Якщо виникли будь-які перешкоди в здійсненні Ваших намірів, то чи легко Ви відступаєте від них?	
9.	Чи легко Ви встановлюєте контакти з людьми, які значно старші за віком?	
10.	Чи полюблюєте Ви придумувати та організовувати зі своїми товаришами різні ігри і розваги?	
11.	Чи важко Ви включаєтеся в нову для Вас компанію?	
12.	Чи часто Ви відкладаєте на інші дні ті справи, які потрібно було б виконати сьогодні?	
13.	Чи легко Вам вдається встановлювати контакти з незнайомими людьми?	
14.	Чи прагнете Ви домагатися, щоб Ваші товариші діяли згідно з Вашою думкою?	
15.	Чи важко Ви освоюєтеся в новому колективі?	
16.	Чи правда, що у Вас не буває конфліктів із товаришами через невиконання ними своїх обов’язків, зобов’язань?	
17.	Чи прагнете Ви при слушній нагоді познайомитись і поговорити з новою людиною?	
18.	Чи часто у вирішенні важливих справ Ви приймаєте ініціативу на себе?	
19.	Чи дратують Вас оточуючі люди, і чи хочеться Вам побути на самоті?	
20.	Чи правда, що Ви зазвичай погано орієнтуєтеся в незнайомій для Вас обстановці?	
21.	Чи подобається Вам постійно знаходитися серед людей?	
22.	Чи виникає у Вас роздратування, якщо Вам не вдається закінчити розпочату справу?	
23.	Чи Ви вагаєтеся, відчуваєте незручність або сором’язливість, якщо доводиться проявити ініціативу, щоб познайомитися з новою людиною?	
24.	Чи правда, що Ви втомлюєтеся від частого спілкування з товаришами?	

Продовження додатка Б.6

25.	Чи полюбаєте Ви брати участь у колективних іграх?	
26.	Чи часто Ви проявляєте ініціативу при вирішенні питань, які зачіпають інтереси Ваших товаришів?	
27.	Чи правда, що Ви відчуваєте себе невпевнено серед малознайомих Вам людей?	
28.	Чи правда, що Ви рідко прагнете до доказу своєї правоти?	
29.	Чи гадаєте Ви, що Вам не завдає особливого клопоту внести поживлення в малознайому Вам компанію?	
30.	Чи берете Ви участь у громадській роботі?	
31.	Чи прагнете Ви обмежити коло своїх знайомих невеликою кількістю людей?	
32.	Чи правда, що Ви не прагнете відстоювати свою думку або рішення, якщо воно не було відразу прийняте Вашими товаришами?	
33.	Чи відчуваєте Ви себе невимушено, потрапивши в незнайому компанію?	
34.	Чи охоче Ви беретеся до організації різних заходів для своїх товаришів?	
35.	Чи правда, що Ви не відчуваєте себе достатньо впевненим і спокійним, коли доводиться говорити що-небудь великій групі людей?	
36.	Чи часто Ви спізнюєтеся на ділові зустрічі, побачення?	
37.	Чи правда, що у Вас багато друзів?	
38.	Чи часто Ви опиняєтеся в центрі уваги своїх товаришів?	
39.	Чи часто Ви бентежитесь, відчуваєте незручність при спілкуванні з незнайомими людьми?	
40.	Чи правда, що Ви не дуже впевнено почуваете себе в оточенні великої групи своїх товаришів?	

Після виконання методики, перенесіть відповіді в «бланк відповідей опитувальника» (табл. Б.6.2).

Таблиця Б.6.2

Бланк відповідей опитувальника

№	+/-	№	+/-	№	+/-	№	+/-	№	+/-	№	+/-	№	+/-	№	+/-
1		6		11		16		21		26		31		36	
2		7		12		17		22		27		32		37	
3		8		13		18		23		28		33		38	
4		9		14		19		24		29		34		39	
5		10		15		20		25		30		35		40	

Обробка та інтерпретація результатів

Визначаються рівні КОС відповідно до набраних балів за цими параметрами. Максимальна кількість балів окремо за кожним параметром 20. Бали за КОС підраховуються за кожною схильністю окремо з використанням «ключа» для обробки даних (таб. Б.6.3).

Таблиця Б.6.3

“Ключ” обробки даних

Схильності	Умовна позначка	Твердження	Порядковий номер питання опитувальника
Комунікативні	«+»	«так»	1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37
	«-»	«ні»	3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39
Організаторські	«+»	«так»	2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38
	«-»	«ні»	4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40

За кожен відповідь, яка збігається з ключем, надається «один бал».

Для якісної оцінки результатів необхідно зіставити отримані відповіді зі шкальними оцінками (табл. Б.6.4).

Таблиця Б.6.4

Шкала розподілу балів за рівнями схильностей					
Сума балів	1 – 4	5 – 8	9 – 12	13 – 16	17 – 20
Рівень	1-й	2-й	3-й	4-й	5-й
	Дуже низький	Низький	Середній	Високий	Найвищий

Інтерпретація результатів

Експериментально визначено п'ять рівнів комунікативних і організаторських схильностей.

При аналізі отриманих результатів необхідно враховувати такі параметри:

1. Обстежувані, які отримали 1–4 бали, характеризуються низьким рівнем прояву КОС.

2. Ті, хто набрав 5–8 балів, мають КОС на рівні нижче середнього. Вони не прагнуть спілкування, надають перевагу самоті. У товаристві почуваються скуто. Мають складності в установленні контактів. Не відстоюють своєї думки, важко переживають образи. Неініціативні, уникають прийняття самостійних рішень.

3. Для обстежуваних, які набрали 9–12 балів, характерний середній рівень прояву комунікативних і організаторських схильностей. Вони прагнуть контакту з людьми, відстоюють свою думку, проте їхній потенціал нестійкий. Потрібна подальша робота з формування й розвитку цих якостей особистості.

4. Оцінка 13–16 балів свідчить про високий рівень КОС у обстежених. Такі особи не почуваються розгубленими в новій обстановці, швидко розширюють коло знайомих, виявляють ініціативу у спілкуванні, здатні приймати рішення у складних, нестандартних ситуаціях.

5. Найвищий рівень КОС складає 17–20 балів. Такі особи швидко орієнтуються в складних ситуаціях. Невимушено поведуться в новому колективі. Ініціативні. Приймають самостійні рішення. Відстоюють свою думку і добиваються прийняття своїх рішень. Залюбки організують різні заходи. Наполегливі і завзяті в діяльності.

Отримані дані, лише констатують наявний рівень КОС в даний період розвитку особистості. Якщо результати тестування виявилися невисокими, то це зовсім не означає, що цих схильностей потенційно немає. Просто не створено умов для їх виявлення та розвитку або ще не було нагальної потреби отримати відповідні вміння.

Додаток Б.7

Опитувальник військово-професійної життєстійкості (О. Коцун)

Опитувальник надає можливість визначити загальний рівень військово-професійної життєстійкості.

Інструкція: “Будь ласка, дайте відповіді на нижченаведені запитання, обвівши кружечком відповідне твердження (тільки одне із запропонованих, що найбільше підходить за кожним запитанням)” (табл. Б.7.1).

Рєсстраційний бланк

П.І.Б (повністю) _____
 Дата обстеження _____ Вік _____ Стать _____
 Посада (підрозділ) _____
 Спеціальність _____ Військове звання _____

Таблиця Б.7.1

Текст опитувальника

№	Запитання	Варіанти відповіді				
		взагалі не отримую	іноді	періодично	часто	постійно
1.	Як часто Ви отримуєте задоволення саме від процесу своєї службової діяльності?	взагалі не отримую	іноді	періодично	часто	постійно
2.	Чи подобається Вам постійно бути в курсі своїх службових справ?	ні	скоріше ні	коли як	скоріше так	так
3.	Чи виникає у Вас стан певного піднесення, коли доводиться братися за нестандартні службові справи?	ніколи	іноді	періодично	часто	завжди
4.	Якою мірою у Вас виражений потяг постійно бути в курсі всіх своїх службових справ?	відсутній	невисокий	середній	достатньо виражений	високий
5.	Чи потрібне, на Вашу думку, чітке планування службової діяльності?	ні	скоріше ні	коли як	майже завжди	завжди
6.	Якою мірою виникнення нестандартної ситуації підвищує Вашу службову відповідальність	ніяк	неістотно	певною мірою	істотно	дуже сильно
7.	Наскільки Вас захоплює взаємодія з співслужбовцями при розв'язанні поставлених завдань?	зовсім ні	незначно	повною мірою	значно	дуже сильно
8.	Чи вважаєте Ви, що постійний взаємний контроль за діяльністю співслужбовців (в розумних межах) йде на користь справі?	ні	скоріше ні	коли як	скоріше так	так
9.	Якою, на Вашу думку, має бути природна реакція групи співслужбовців, що спільно працюють, на виникнення нештатних ситуацій?	Розгубленість	цілковитий спокій	залежно від обставин	мобілізованість	повна мобілізованість
10.	Як часто у своїх думках Ви повертаєтесь до службових справ поза службою?	ніколи	іноді	періодично	часто	постійно
11.	Як часто Ви перевіряєте відповідність поставлених на службі завдань тому, як вони виконуються?	ніколи	іноді	періодично	часто	постійно

Продовження додатка Б.7

12.	Чи згодні Ви з тим, що ефективне службове зростання військового неможливе без постійного розв'язання ним нестандартних та відповідальних завдань?	не згодний	більше не згодний, ніж згодний	не завжди згодний	здебільш згодний	повністю згодний
13.	Як часто Ви стикаєтесь у процесі своєї служби з чимось цікавим та (чи) вартим уваги?	ніколи	іноді	періодично	часто	завжди
14.	Як часто у Вас виникає занепокоєння, коли з якихось причин стає неможливим передбачити особливості своєї служби наперед?	ніколи	іноді	періодично	часто	завжди
15.	Чи сильно псується у Вас настрій, коли на службі доводиться вирішувати непередбачувані ситуації?	дуже сильно	істотно	повною мірою	неістотно	зовсім не псується
16.	Як часто обставини Вашої служби складаються так, що доводиться постійно тримати у фокусі уваги свої службові справи?	дуже рідко	рідко	періодично	часто	постійно
17.	Чи потрібний, на Вашу думку, постійний моніторинг ходу службової діяльності (своєї, співслужбовців, військової частини)?	ні	скоріше ні	коли як	скоріше так	так
18.	Чи помічали Ви у себе зменшення бажання працювати у разі підвищення відповідальності за кінцевий результат роботи?	постійно	часто	коли як	рідко	ніколи
19.	Чи перебуваєте Ви в курсі службових та позаслужбових справ своїх співслужбовців?	ні	скоріше ні	іноколи	скоріше так	так
20.	Наскільки легко Вам працювати зі співслужбовцями, які не зовсім відкриті щодо ходу та результатів своєї або спільної роботи?	завжди легко	частіше легко	коли як	важко	дуже важко
21.	Як змінюється Ваша взаємодія зі співслужбовцями, коли доводиться розв'язувати незвичні завдання?	погіршується	частіше погіршується	ніяк не змінюється	частіше поліпшується	поліпшується
22.	Чи легко Ви відволікаєтесь під час служби на позаслужбові питання?	завжди легко	частіше легко	коли як	важко	дуже важко
23.	На Вашу думку, перевірка зайвий раз того, що робиш, піде тільки на користь кінцевому результату?	ні	скоріше ні	коли як	скоріше так	так
24.	Чи згодні Ви з тим, що діяти в умовах невизначеності має вміти кожний військовослужбовець?	ні	скоріше ні	іноколи	скоріше так	так

Обробка та інтерпретація результатів

На кожне з 24 запитань пропонується 5 варіантів відповіді, розташованих за порядковою шкалою зростання вираженості ознаки зліва направо (відповідно, вибір крайньої лівої відповіді дорівнює 0 балам, другої зліва – 1 балу, третьої – 2 балам, четвертої – 3 балам, п'ятої – 4 балам).

Кількісні результати опитувальника військово-професійної життєстійкості підраховуються згідно з «ключем» (табл. Б.7.2).

Продовження додатка Б.7

Таблиця Б.7.2

Ключ до опитувальника

№	Показники	Номери питань
1.	Загальний рівень військово-професійної життєстійкості	1 – 24
2.	Рівень військово-професійної включеності	1,4,7,10,13,16,19,22
3.	Рівень військово-професійного контролю	2,5,8,11,14,17,20,23
4.	Рівень військово-професійного прийняття виклику	3,6,9,12,15,18,21,24
5.	Рівень емоційного компонента військово-професійної життєстійкості	1,2,3,13,14,15
6.	Рівень мотиваційного компонента військово-професійної життєстійкості	4,5,6,16,17,18
7.	Рівень соціального компонента військово-професійної життєстійкості	7,8,9,19,20,21
8.	Рівень професійного компонента військово-професійної життєстійкості	10,11,12,22,23,24

Нормативні дані показники загального рівня професійної життєстійкості (у балах) подано в табл. Б.7.3.

Таблиця Б.7.3

Нормативні рівні

№	Рівень професійної життєстійкості	Бали
1	Низький	0 – 53
2	Нижчий за середній	54 – 59
3	Середній	60 – 63
4	Вищий за середній	64 – 69
5	Високий	70 – 96

Кількісний діапазон за складовими та компонентами (у балах) представлено в табл. Б.7.4.

Таблиця Б.7.4

Показник		Кількісний діапазон
Загальний	Загальний рівень професійної життєстійкості	0 – 96 балів
Складові	Професійна включеність	0 – 36 балів
	Професійний контроль	0 – 36 балів
	Прийняття виклику	0 – 36 балів
Компоненти	Емоційний компонент	0 – 24 бали
	Мотиваційний компонент	0 – 24 бали
	Соціальний компонент	0 – 24 бали
	Професійний компонент	0 – 24 бали

Додаток В

АНКЕТА

онлайн опитування військовослужбовців

Пропонуємо Вам взяти онлайн участь у науковому дослідженні, що проводиться з метою з'ясування особистісно-професійних властивостей, які впливають на ефективність військово-професійної діяльності військовослужбовців.

Набутий Вами досвід та Ваші думки є надзвичайно важливими. На їх основі буде розроблено систему заходів, спрямовану на підвищення ефективності цієї діяльності.

Надалі отримані відповіді опрацьовуватимуться з дотриманням вимог конфіденційності. У процесі обробки відповідей Ваші персональні дані, зазначені в анкеті, будуть деперсоналізовані, а результати опрацьовано в узагальненому статистичному вигляді.

Анкетні дані

1. Я підтверджую свою згоду на участь в опитуванні.

Так

Ставлячи відмітку в цьому полі, Ви підтверджуєте інформаційну згоду на участь у психологічному дослідженні та переходите до опитувальника.

Якщо Ви передумали брати участь і не ставите відмітку, опитування припиняється.

2. Стать:

Чоловіча

Жіноча

3. Вік (у повних роках, числом)

4. Рівень освіти:

- Середня
- Професійна
- Вища
- Науковий ступінь

5. Чи маєте військову освіту?

- Так
- Ні

6. Сімейний стан:

- Неодружений / Неодружена
- У шлюбі
- Розлучений / Розлучена

7. Військове звання (*вказіть своє військове звання*)**8. Вислуга років** (*військова, числом*)**9. Займана посада / спеціальність** (*вказіть свою посаду або спеціальність*)**10. Тривалість перебування на займаній (останній) посаді** (*у роках, місяцях*)**11. Чи маєте досвід участі в бойових діях (УБД)?**

- Так
- Ні

12. Період участі в бойових діях (*вказіть роки, місяці*)

Додаток Г

Інформація про впровадження результатів дисертаційного дослідження



ЗАТВЕРДЖУЮ
Начальник Науково-дослідного центру
гуманітарних проблем Збройних Сил України
Володимир МОРОЗ

16 05 2025 року

А К Т

впровадження результатів дисертаційного дослідження
ЛІЗУН Аліси Володимирівни
за темою: «**Особистісно-професійні чинники ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовців**»

Комісія у складі: голови комісії – начальника науково-дослідного відділу воєнно-психологічних досліджень Олійника В.О., членів комісії – заступника начальника науково-дослідного відділу прикладних військово-соціологічних досліджень, кандидата психологічних наук, старшого наукового співробітника Капосльоза Г.В., старшого наукового співробітника науково-дослідного відділу воєнно-психологічних досліджень, кандидата психологічних наук Підлісного Ю.А., розглянувши матеріали дисертаційного дослідження Лізун Аліси Володимирівни на тему: «Особистісно-професійні чинники ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовців», встановила:

програма тренінгового курсу «Готовність до виклику: психологічне зміцнення військовослужбовця» сприяє підвищенню рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності, дозволяє розширити їх знання щодо функціонування особистості в умовах бойових дій, покращити практичні вміння та навички, необхідні для виконання поставлених перед військовослужбовцями завдань;

суттєвого значення набуває практичний блок програми, до змісту якого включені практичні вправи, що навчають психологічному самовідновленню. Вправи саморегуляції є корисними для зміцнення стресостійкості та розвитку резиліентності — здатності зберігати внутрішню рівновагу й ефективно функціонувати в умовах бойового стресу, емоційного виснаження або непередбачуваних ситуацій;

програма «Готовність до виклику: психологічне зміцнення військовослужбовця» пройшла всі етапи перевірки і впроваджена у Науково-дослідному центрі гуманітарних проблем Збройних Сил України протягом 2024-2025 років під час підготовки методичних і навчально-методичних посібників, а також у практику діяльності посадових осіб структур психологічної підтримки персоналу (морально-психологічного забезпечення, роботи з особовим складом) військових формувань.

Основні положення дисертаційного дослідження в подальшому також можуть бути впроваджені при проведенні наукових досліджень за напрямом психологічного забезпечення діяльності особового складу військових частин (підрозділів), зокрема при проведенні заходів психологічної підготовки до виконання завдань за призначенням.

Голова комісії:

Начальник науково-дослідного відділу
воєнно-психологічних досліджень

В'ячеслав ОЛІЙНИК

Члени комісії:


Заступник начальника науково-дослідного відділу
прикладних військово-соціологічних досліджень,
кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник

Григорій КАПОСЛЬОЗ

Старший науковий співробітник науково-дослідного відділу
воєнно-психологічних досліджень,
кандидат психологічних наук

Юрій ПІДЛІСНИЙ



ЗАТВЕРДЖУЮ
 Начальник Військового інституту
 Київського національного університету
 імені Тараса Шевченка
 полковник  Олексій СІРОШТАН
 2025 р.

АКТ

про впровадження результатів дисертаційного дослідження
Лізун Аліси Володимирівни на тему: *“Особистісно-професійні чинники
 ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовців”* в
 освітній процес Військового інституту Київського національного університету
 імені Тараса Шевченка

Комісія у складі:

Голови комісії:

Заступника начальника Військового інституту Київського національного
 університету імені Тараса Шевченка з наукової роботи, к.військ.н., с.н.с.
 полковника ПОПКОВА Бориса Олексійовича


Членів комісії:

1. начальника кафедри військової психології та педагогіки Військового факультету соціальних та поведінкових наук, к.психол.н., доцента, полковника МАСЬ Наталії Миколаївни
2. Викладача кафедри військової психології та педагогіки, підполковника КЛІМШИНОЇ Наталії Петрівни
3. професора кафедри військової психології та педагогіки Військового факультету соціальних та поведінкових наук, д.пед.н., професора, працівника ЗСУ КУЧЕРЯВОГО Андрія Олександровича
4. доцента кафедри військової психології та педагогіки Військового факультету соціальних та поведінкових наук, к.соц.н., доцент, працівник ЗСУ КОЖЕДУБ Олени Василівни

Склали цей акт про те, що результати дисертаційного дослідження Лізун Аліси Володимирівни на тему: *“Особистісно-професійні чинники ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовців”* впроваджені у навчальну дисципліну *“Військова психологія”* (для спеціальностей *“Психологія”*). А саме: *Програма тренінгового курсу “Готовність до виклику: психологічне зміцнення військовослужбовця”* (підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності).


Результати дисертаційного дослідження заслухали й обговорили на засіданні кафедри психології Військового інституту Київського національного університету імені Тараса Шевченка (протокол № 21 від 12.05.2025 р.)

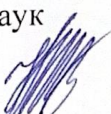
Голова комісії:

Заступника начальника Військового інституту Київського національного університету імені Тараса Шевченка з наукової роботи, к.військ.н., с.н.с.
полковник  Борис ПОПКОВ


Члени комісії:

Начальник кафедри військової психології та педагогіки

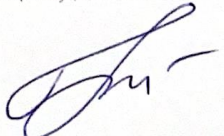
Військового факультету соціальних та поведінкових наук, к.психол.н., доцента,
полковник  Наталія МАСЬ

Викладач кафедри військової психології та педагогіки, Військового факультету
соціальних та поведінкових наук 

підполковник Наталія КЛІМШИНА

Професор кафедри військової психології та педагогіки Військового факультету
соціальних та поведінкових наук, д.пед.н., професор 

працівник ЗСУ Андрій КУЧЕРЯВИЙ

Доцент кафедри військової психології та педагогіки Військового факультету
соціальних та поведінкових наук, к.соц.н., доцент 

працівник ЗСУ Олена КОЖЕДУБ



ГОЛОВНЕ УПРАВЛІННЯ РОЗВІДКИ
МІНІСТЕРСТВА ОБОРОНИ УКРАЇНИ
ВОЄННА АКАДЕМІЯ
ІМЕНІ ЄВГЕНІЯ БЕРЕЗНЯКА

Код 14303342

«12» 06 2025р.

№ 222/BA/875

04050, м. Київ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Тимчасово виконуючий обов'язки
начальника Воєнної академії
імені Євгенія Березняка



Вячеслав КОЛОТОВ

2025 р.

АКТ

впровадження результатів дисертаційного дослідження
Лізун Аліси Володимирівни
на тему: «Особистісно-професійні чинники ефективності військово-
професійної діяльності військовослужбовців»

Комісією у складі:

голови – начальника кафедри Воєнної академії імені Євгенія Березняка
Смоляра Г.І.;

членів комісії: професора Ноги В.Ф.;
старшого викладача Московчука Д.Ю.;
старшого викладача Баглай М.В.

розглянувши матеріали дисертаційного дослідження Лізун Аліси Володимирівни на тему: «*Особистісно-професійні чинники ефективності військово-професійної діяльності військовослужбовців*», а саме – розроблену нею програму тренінгового курсу "Готовність до виклику: психологічне зміцнення військовослужбовця" призначену для підвищення рівня психологічної готовності військовослужбовців до виконання військово-професійної діяльності, встановила наступне:

- результати дисертаційного дослідження мають практичну значущість та успішно впроваджуються у навчально-виховний процес Воєнної академії імені Євгенія Березняка.
- розроблена **тренінгова програма** сприяє розвитку особистісних ресурсів військовослужбовців, підвищенню рівня їх психологічної готовності до виконання бойових завдань, формуванню стресостійкості, впевненості у власних силах і вмотивованості на захист національних інтересів держави.

Елементи програми впроваджено у Воєнній академії імені Євгенія Березняка під час проведення навчальних занять на курсах підвищення кваліфікації:

– «Психологічна підготовка до функціонування в екстремальних ситуаціях»;

– «Швидка адаптація до інтенсивної стресової ситуації (подолання страху в бойових умовах)».

Також елементи програми тренінгового курсу застосовано в робочих програмах навчальних спеціальних дисциплін в освітній діяльності Воєнної академії імені Євгенія Березняка в ході підготовки слухачів.

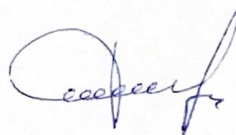
Матеріали дисертаційного дослідження були розглянуті та схвалені на засіданні другої кафедри спеціальних дисциплін Воєнної академії імені Євгенія Березняка (протокол № 10 від «10» червня 2025 року).

Висновок комісії:

Запропоновані в дисертації науково обгрунтовані підходи до формування психологічної готовності військовослужбовців є актуальними, ефективними та доцільними до подальшого використання в освітньому процесі та системі психологічної підготовки військовослужбовців сектору безпеки і оборони України.

Голова комісії

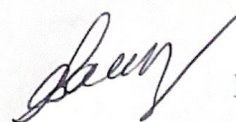
Начальник кафедри
Воєнної академії імені Євгенія Березняка



Гліб СМОЛЯР

Члени комісії

Професор кафедри
Воєнної академії імені Євгенія Березняка



Василь НОГА

Старший викладач кафедри
Воєнної академії імені Євгенія Березняка



Дмитро МОСКОВЧУК

Старший викладач кафедри
Воєнної академії імені Євгенія Березняка



Марина БАГЛАЙ