

“Нервово-психічна стійкість військовослужбовців в умовах професійної діяльності.”

Студентки гр. БПд-2 Спеціальності 053 психологія ГОРЛАТОЇ Т.Ю.

КЕРІВНИК: к. психол. н, доцент ПЕРІГ І.М.

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ І ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ЩО ВИЗНАЧАЮТЬ ПРОФЕСІЙНУ ДІЯЛЬНІСТЬ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	6
1.1 Нервово-психічна стійкість, як одна з умов успішної адаптації військовослужбовців до повсякденної діяльності.....	6
1.2 Соціальний компонент адаптації військовослужбовців до повсякденної діяльності.....	9
1.3 Морально-психологічне забезпечення у Збройних Силах України.....	14
Висновки до першого розділу.....	17
РОЗДІЛ ІІ. ПСИХО - ДІАГНОСТИЧНЕ ВИВЧЕННЯ РІВНЯ НЕРВОВО-ПСИХІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	18
2.1 Організація проведення емпіричного дослідження визначення рівня нервово-психічної стійкості військовослужбовців	18
2.2 Аналіз отриманих показників рівня нервово-психологічної стійкості військовослужбовців.....	21
Висновки до другого розділу.....	30
РОЗДІЛ ІІІ. ПСИХОКОРЕКЦІЙНА ПРОГРАМА	32
3.1 Структура психокорекційної програми для оптимізації мікроклімату у військових колективах.....	32

3.2 Розробка прикладів структури занять психокорекційної роботи відповідно до психокорекційної програми.....	36
Висновки до третього розділу.....	44
РОЗДІЛ IV. ОХОРОНА ПРАЦІ ТА БЕЗПЕКА ВІЙСЬКОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	
4.1 Аналіз суті та змісту понять безпеки військової діяльності.....	46
4.2 Безпека в надзвичайних ситуаціях.....	51
ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ.....	58
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	61
ДОДАТКИ.....	

Вступ

Актуальність дослідження. Війна в Україні загострила проблеми, що виникають у військовослужбовців, не лише у тих, які приймають безпосередню участь у бойових діях, знаходяться на передовій, а й у тих, що виконують завдання за призначенням у зонах відповідальності своїх частин, підрозділів, установ. Цими проблемами є проблеми з адаптацією до військової служби, перехід від повсякденного цивільного життя до життя за військовими статутами та військовими законами. Проблеми соціального характеру, з якими стикаються військовослужбовці та їх сім'ї, внутрішньо особистісні проблеми у військових колективах, проблеми організації побуту, життя та служби, оптимізації виконання завдань за призначенням у ході повсякденної діяльності.

Цивільній людині, що не має бойового досвіду та досвіду служби у війську, досить важко адаптуватися до умов нового життя. Потрібно не лише набувати нових вмінь та навичок, вивчати військовий статут, вогневу, стройову та бойову підготовку, а ще ефективно виконувати поставлені задачі. Стосунки в колективі при цьому мають дуже важливе значення та впливають на всі сфери життя військового.

У таких напружених умовах дуже важливим елементом є нервово-психічна стійкість військовослужбовців, ставлення до служби, моральна налаштованість та задовільний фізичний стан. Ось чому так важливо підтримувати моральний дух у військових колективах, запобігати конфліктам та проявам різного роду девіантних форм поведінки. В цьому контексті особливої актуальності набуває своєчасна психодіагностика стану військових та впровадження психокорекційних програм.

Науковці, які займалися даною проблематикою: Агаєв Н.А, Алімпієв А. М., Афанасенко В.С., Бойко О.М., Бондарев Г.В., Гаврищак Л.І, Дейко, В.В. Кокурн О.М., Лозінська С.В., Лісовський П.М., Луханін В.В., Максимова Н. Ю.,

Скрипкін, А.Б., Снігур Л.А., Пасічник В.І., Ягупов В.В., Роуч Мері, Комар Зоран, та ін.

Мета: Теоретично вивчити та емпірично дослідити рівень нервово-психічної стійкості військовослужбовців, як умову якісного виконання завдань під час повсякденної діяльності. Практично продемонструвати позитивний вплив психокорекційних програм на налагодження взаємостосунків у військових колективах.

Завдання дослідження:

1) проаналізувати наукову літературу з питань нервово-психічної стійкості військовослужбовців;

2) виявити вплив рівня нервово-психічної стійкості на особливості адаптації до військової служби;

3) дослідити рівень нервово-психічної стійкості підрозділу;

4) За допомогою психокорекційної програми покращити рівень нервово-психологічної стійкості військовослужбовців та взаємовідносини у військовому колективі.

Об'єктом дослідження є результати дослідження визначення рівня нервово-психічної стійкості військовослужбовців.

Предметом дослідження є умови які є оптимальними для виконання завдань за призначенням.

Методи дослідження. Систематизація наукових фактів, щодо впливу рівня нервово-психічної стійкості військовослужбовців у процесі повсякденної діяльності. Емпіричні методи: тестування для визначення рівня нервово-психічної стійкості військовослужбовців, спостереження за рівнем розвитку рівня нервово-психічної стійкості у ході повсякденної діяльності. Методи практичної психології: корекційний вплив психокорекційних програм на взаємостосунки у військових колективах.

Практичне значення одержаних результатів.

Результати емпіричного дослідження можуть бути використані у роботі військового психолога, щодо покращення умов професійної діяльності військовослужбовців.

Структура та об'єм роботи. Магістерська робота містить вступ, чотири розділи, висновки, список використаних джерел, що нараховує 60 найменувань, та 2 додатків. Робота викладена на 60 сторінках друкованого тексту, вміщує 6 таблиць, 3 діаграми та 1 рисунок.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ, ЩО ВИЗНАЧАЮТЬ ПРОФЕСІЙНУ ДІЯЛЬНІСТЬ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

1.1. Нервово-психічна стійкість, як одна з умов успішної адаптації військовослужбовців до повсякденної діяльності

Військовий обов'язок в Україні – встановлюється на законодавчому рівні. Проходити службу у війську повинні виключно чоловіки, що є громадянами України, які мають відповідні можливості та якості, у тому числі відповідний стан здоров'я та відповідний рівень нервово-психічної стійкості. Призов на військову службу жінок можливий лише за їх власним бажанням, винятком є лише медичні працівники [52, с. 3].

Громадяни призовного віку в добровільному порядку можуть бути призвані на службу за контрактом, що передбачено статтею 20 чинного законодавства, що стосується військовозобов'язаних. Цей обов'язок тісно пов'язаний із забезпеченням національної безпеки та реалізацією інших важливих завдань. Початок несення служби дає особі статус військовослужбовця, що може передбачати певні обмеження окремих прав та свобод. Військовий обов'язок повинен включати: підготовку та навчання осіб у рамках військової служби, приписку новоприбулих до призовних дільниць, зарахування в добровільному порядку на військову службу за контрактом, виконання свого військового обов'язку, як у військовому резерві так і в запасі, дотримання усіх інших правил військового обліку [52, с. 5].

Крім медичного огляду та перевірки стану здоров'я особи, що хочуть проходити службу у Збройних Силах, повинні пройти психологічний відбір.

Професійно-психологічний відбір - це певний комплекс заходів, які спрямовані на відбір осіб, що будуть прийняті на військову службу, і повинні

відповідати професійно важливим якостям, які необхідні, та відповідають чинним вимогам військової повсякденної діяльності.

Професійно-психологічний відбір повинен включати оцінку рівня нервово-психічної стійкості, емоційної врівноваженості, стабільності та витривалості, оцінку морально-ділових якостей та вмотивованості.

Нервово-психічна стійкість – це сукупність особливостей психіки індивіда, особистих якостей, ресурсів, певних особливостей організму, що впливають на пристосування до умов середовища в яких перебуває даний індивід.

Для здійснення такого відбору залучають лікарів-психіатрів, військових психологів, тощо. Особи, які пройшли відбір та володіють професійно-важливими якостями, високим або достатнім рівнем нервово-психічної стійкості зараховуються до лав Збройних Сил [36, с. 2-3].

У сучасних реаліях особливо важливо дотримуватися правил відбору, оскільки військовослужбовці можуть після певного виду військової підготовки потрапити відразу у бойові умови.

Бойові умови можуть впливати на психіку індивіда вкрай негативно, саме тому особи з високим та достатнім рівнем нервово-психічної стійкості краще адаптуються до них, та мають високі показники під час виконання завдань у ході повсякденної діяльності.

Тому адаптація військовослужбовців – це один з тих процесів, що відбуваються в свідомості людини, яка прийшла на службу. Від нього багато в чому залежить надалі діяльність військовослужбовця, його бажання або небажання служити і звичайно виконувати поставлені завдання [24, с. 39].

Ефективність адаптації напряму залежить від того, наскільки людина може оцінити себе, оточуючих та свої соціальні зв'язки, точно може порівняти свої потреби з наявними можливостями, а також усвідомлює мотиви та контролює свою поведінку. Недостатнє розуміння ситуації та своїх потреб і потреб оточуючих призводить до порушення умов адаптації і може супроводжуватися підвищеною напруженістю, конфліктністю, порушенням взаємин з оточуючими, адаптацію в колективі та зниження працездатності.

Аналізуючи праці фахівців у галузі адаптації військовослужбовців до військової служби та досвід іноземних фахівців у цій галузі, можна зробити висновок, що у кожному підрозділі є відсоток осіб з низьким рівнем адаптації та нервово-психічної стійкості. Цей відсоток може коливатися у межах 10%,12%, що в цілому не заважає підрозділу виконувати поставлені завдання. Особи з рівнем нервово-психічної стійкості адаптуються дещо повільніше від інших, але адаптація можлива завдяки роботі офіцерів психологів та командирів. З цієї категорії осіб близько 2% не зможуть адаптуватися до умов служби, тому потребують переведення на інші посади.

Якщо має місце значне порушення адаптації, то це може призвести до порушення військової дисципліни, а також до здійснення суїцидальних спроб, розвитку різноманітних захворювань [37, с. 21-108].

Військовослужбовці повинні виконувати різноманітні службово-бойові завдання. Виконання різних задач інколи проходить у напружених умовах, та умовах так званого підвищеного ризику, що може загрожувати життю і здоров'ю. Деякі хвилювання та надмірні емоційні навантаження можуть травмувати психіку, викликати певні порушення, призвести до зниження працездатності та ефективності професійної діяльності, чи наприклад, взагалі унеможливити виконання службових завдань.

Тому у таких складних умовах, особливо під час ведення бойових дій особливо важливою є нервово-психічна стійкість військовослужбовців, їхня адаптованість до екстремальних умов, бойове злагодження та міжособистісні стосунки у колективі.

Узагальнюючи наукові визначення нервово-психічна стійкість – це схильність до зривів нервової системи при сильних фізичних та психічних навантаженнях [1, с. 27]. Високі показники рівня нервово-психічної стійкості мають позитивну роль під час адаптації до військової служби, до умов в цілому, та до колективу зокрема. Низькі показники, негативно впливають на процеси адаптації, поведінку в екстремальних умовах та потребують психологічної корекції.

Як показує досвід функціонування різних структур, ефективність виконання службової діяльності залежить від багатьох чинників, але найбільш важливим для підвищення ефективності виконання завдань є врахування і розвиток професійно важливих якостей та здібностей. Особливості військової служби на сучасному етапі характеризуються різноманітними причинами, як економічними, так і внутрішніми причинами (реорганізація армії). Висновки вчених, про процес адаптації, сходяться на тому, що в ньому значна роль відводиться визначенню рівня нервово-психічної стійкості, відносинам у колективі так і соціальним умовам в яких перебувають військовослужбовці.

Особистість військового у колективі піддається впливу з боку тієї групи, в якій він перебуває, частково все може залежати від певних якостей: свідомо мотивация дій, несхильність до чужих впливів, здатність самому приймати важливі, обдумані рішення, система власних моральних якостей та установок та інше. Тому змістом соціальної адаптації є: прийняття нових людей у військові колективи, засвоєння ними правил та норм поведінки, традицій, звичаїв, встановлення взаємин як з безпосередніми керівниками, товаришами по службі, так і з командуванням підрозділів.

1.2. Соціальний компонент адаптації військовослужбовців до військової служби

Адаптація – це певне вміння пристосуватися до конкретних умов середовища у якому людина перебуває. Унаслідок адаптації досягається певний рівень адаптованості, внаслідок цього знижується рівень конфліктів особи, послаблюється відчуття як зовнішнього так внутрішнього дискомфорту [24, с. 59].

На початку служби, людина вже має свій досвід взаємовідносин в колективі, свою систему цінностей, установок, ставлення до суспільної діяльності, діяльності в колективі. У кожного також вже є певні уявлення про службу у війську, та свою окрему роль військового.

Отже, суть соціальної адаптації у ході повсякденної діяльності зводиться до того, що це процес не лише пристосування до умов служби, а пристосування до колективу, та становлення різного роду взаємовідносин у ньому [33, с. 18-23].

Соціальна адаптованість особистості – процес входження новачка в колектив, встановлення взаємовідносин у ньому, формування стосунків, контактів, та набуття нових навичок.

За твердженнями науковців адаптованість має два рівні. До цих рівнів належать: (див. таблицю 1.1):

Таблиця 1.1

Рівні адаптованості

Рівень поверхневої адаптованості
Контакти, що встановлюються на цьому рівні, як правило, не міцні, стосунки можуть бути досить формальними та поверховими. Якщо не має зовнішнього контролю, то людина може легко повернутися до своїх звичайних норм поведінки.
Рівень глибокої адаптованості
Людина повністю задоволена стосунками та ставленням у колективі, свідомо приймає всі правила та запроваджені норми поведінки, не потребує постійного зовнішнього контролю.

Соціальна адаптація нового поповнення, яке приступає до служби, являє собою певні процеси входження новачків на першому етапі в колективи учбових підрозділів (початкова, первинна), а далі повторна коли відбувається формування нових (бойових) підрозділів, кожний з таких підрозділів має свою специфічну структуру та особливості. У адаптаційних процесах можуть певним чином вступати у взаємодію певні уявлення особистості та вже стала психологія колективу, колективна думка, певні традиції, звичаї, тощо.

Процес соціально – психологічної адаптації як початковий, так і вторинний, являє собою ряд чітких послідовних стадій. Ці стадії присутні на всіх етапах службової діяльності (див. рис. 1.1):

1)орієнтувальну

2) критичну

3) завершальну

Рис.1.1 Динаміка процесів адаптації військовослужбовців за Н.А.Агеєвим

Таблиця 1.2

Сфери взаємостосунків у колективах

Сферу	Сферу	Сфера
в якій встановлюються взаємовідносини в системі «підлеглий - начальник»	в якій відбувається формування взаємостосунків між колегами (товаришами по службі)	де є становлення відносин між самою особистістю і військовим колективом.

Первинна адаптація солдат до служби має цілий ряд специфічних особливостей, що зумовлені:

- відривом від звичного соціального середовища, що викликає у людей, на початкових етапах, почуття самотності, туги;

- новими обставинами, новими, незвичними вимогами, великою кількістю нових людей, стресових реакцій (вже через короткий проміжок спільного перебування в закритому приміщенні, наприклад у казармі деякі люди, відчувають бажання усамітнитися, а неможливість задоволення цього бажання приводить до збільшення рівня напруги) [25, с. 67];

- небажання підкорятися наказам та виконувати розпорядження у певних типів людей може вилитися у затяжні конфлікти та в окремих випадках у відкриті форми протесту, конфлікти та суперечки. Однією з основних причин таких конфліктів є суперечність між старими звичками, та новими вимогами, що пред'являє командування;

- крім того підрозділ є колективом, що формується і ще не встиг досягнути високого рівня розвитку, тому військові не встигають набути певного досвіду взаємодії з колективом. Слід зазначити, що формування колективу у звичних умовах відбувається на протязі двох місяців, а у екстремальних умовах ці процеси повинні проходити набагато швидше та з більшою ефективністю.

Шляхом первинної адаптації солдат повинна бути їх адаптованість до вимог командирів. У прийнятті всіх вимог командування складається основний рівень адаптації особистості до військової служби, перетворення з цивільної особи у людину військову, оскільки головною особливістю виконавчої діяльності солдата є потреба швидкого і точного виконання усіх потрібних вимог, розпоряджень і наказів.

Зорієнтувавшись в нових умовах, звикнувши до наказів командира, солдат починає формувати свій власний стиль взаємостосунків з ним. Окремим солдатам це може даватися вкрай нелегко. У результаті цього можуть виникнути конфлікти, особливо це стосується відносин із сержантами. Даний етап первинної соціально-психологічної адаптації є критичним, тому що виробляється основна лінія поведінки солдата, також у цей час підлеглі зближуються з начальниками та навчаються чітко виконувати накази та розпорядження [32, с. 35].

На останньому етапі адаптації лінія поведінки солдат затверджується, стає стійкою. Спостерігається розмежування на певні групи в залежності від ставлення до виконання вимог, що стосуються військової служби: позитивне, пасивне, негативне.

Повторна соціально-психологічна адаптація воїнів до військової служби починається з того моменту їхнього прибуття в бойові підрозділи. Для неї можуть бути характерні наступні особливості:

1. Вхід новачків, в колектив різного ступеня розвитку, що визначає характер та напрямок адаптивної поведінки особистості;

2. Вирішальним етапом соціально-психологічної адаптації є сфера становлення відносин між особистістю та військовим колективом, від цього також залежить подальша пристосованість до повсякденної діяльності;

Основна суть адаптації військовослужбовців визначається відповідно до видів (побутова, службова та суспільна). Розглянемо детальніше всі види адаптації.

Побутова адаптація являє собою пристосування солдатів до нових умов життя на основі певних змін, що відбуваються в їх психіці. Назвемо ці особливості: необхідність точного дотримання вимог статутів, субординації та дисципліни, чіткий, розпланований розпорядок дня, проживання в казармі, несення гарнізонної, вартової та внутрішньої служби, відсутність спілкування з рідними і близькими, значний об'єм службових знань, умінь та навичок, засвоїти які солдат зобов'язаний в дуже короткий та обмежений час. Соціально-побутові умови проживання при цьому також мають особливе значення. Відсутність елементарних зручностей до яких звикла людина в цивільному житті, неможливість самому визначати час праці та відпочинку, харчування, сну, тощо.

Однією з проблем соціально-психологічної адаптації військовослужбовців в можуть виступати елементи взаємовідносин і довіра своїм безпосереднім командирам (начальникам), а також іншими військовослужбовцями при розв'язанні різноманітних особистих питань.

Умови спільного проживання, постійної взаємодії та неможливість усамітнення [59, с. 12].

Від того, як організована виховна та психологічна робота, чи проводяться заходи щодо зміцнення дисципліни, правопорядку в підрозділі, залежить також кількість різноманітних моральних, етичних, соціальних, психологічних і національних проблем, присутніх у військовому середовищі.

1.3 Морально-психологічне забезпечення у Збройних Силах України в сучасних умовах

Психологічне забезпечення особового складу виступає певною мірою в ролі впровадження напрацювань психологічної науки в практичну діяльність частин і підрозділів. Ігнорування цих напрацювань, може мати негативні наслідки в ході проходження служби самими військовослужбовцями, та погіршить умови їхньої повсякденної діяльності [34, с. 4].

Сучасні події війни в Україні відрізняються високою інтенсивністю, трагічністю, високою напруженістю. За цих умов психіка військовослужбовців працює межі допустимих навантажень. Виснаження призводить до зниження працездатності, особливо це стосується екстремальних умов, що склалися. У цих умовах зростає кількість психічних травм і психічних розладів різного характеру, та зростає роль морально-психологічного забезпечення та психологічного супроводу на різних етапах служби військового.

Морально-психологічне забезпечення – це такий вид забезпечення у війську, що дозволяє адаптуватися до умов війни, якісно досягати позитивних результатів, дає можливість воїнам розвиватися, бути гнучким до постійних змін обстановки. Головними його результатами є високий моральний та психологічний стан колективу, а також всього особового складу, та формування, підтримка і відновлення рівня нервово-психічної стійкості у воїнів [21, с. 18].

Серед найважливіших проблем, що вирішують командири різних рівнів та їх заступники, є виховна та соціально-психологічна робота та морально-психологічне забезпечення. Введене в бойові статuti, настанови та засади застосування Збройних Сил України як самостійний вид, морально-психологічне забезпечення органічно вписується в загальну систему всебічного забезпечення застосування військ (сил).

Війна та вирішення окремого роду завдань із забезпечення оборони держави, це є специфічна сфера діяльності людини, що потребує мобілізації і

певного напруження фізичних, моральних, психологічних сил суспільства, та самої людини. Створення та підтримка відповідного духовного рівня у суспільстві і морально-психологічного стану збройних формувань, як у мирний час, так і у військовий, неможливі без наявності у військовослужбовців певного духовного, морального та психологічного потенціалу. Саме тому морально-психологічний фактор у сучасній війні набуває такого глобального та специфічного значення, стає одним із головних для сучасної держави та усіх видів збройних сил.

У військово-енциклопедичному словнику зазначається що: “Морально-психологічна готовність – це такий притаманний морально-психологічний стан військовослужбовців, що дозволяє виконувати поставлені військові завдання та важливі бойові задачі” [33, с. 18-23].

“Моральний дух”, “Бойовий дух” згідно з визначеннями відносять до категорій філософії – “це така духовна готовність і можливості військовослужбовців подолати всі негаразди війни, та впоратися з труднощами служби, для того, щоб здобути остаточну і беззаперечну перемогу над ворогом. Основою психологічного забезпечення військ є морально-психологічна підтримка особового складу”.

Так, у наукових джерелах морально-психологічний стан військового формування характеризують зумовленим впливом цілого ряду факторів. До цих факторів можуть належати: налаштованість та підготовленість особового складу, свідомість та певна мотивація.

Провідну роль у формуванні належних військово-професійних якостей у службовців відіграють їх фізичні якості, та характеристики, рівень професійної придатності, підготовки та рівень фізичного розвитку, натренованість, здатність витримувати значні фізичні та психічні навантаження, що виникають в умовах сучасного бою.

Отже, військово-професійна складова, що стосується морально-психологічного стану може характеризувати професійну готовність військового, показує ступінь його мобілізованості, визначає рівень бойової майстерності,

розкриває здатність військових до ефективного та якісного виконання повсякденних обов'язків та, виконання бойових завдань.

Набір психологічних якостей визначає стійку психологічну підготовку не лише до умов повсякденної діяльності, ай до умов військових конфліктів. До психологічних якостей відносять певний рівень розвитку сприйняття, уваги, мислення, пам'яті, мови; також сюди належить швидкість і точність реакцій; конкретна емоційно-вольова стійкість[37, с. 56].

Розвиток психологічних якостей сприяє кращому виконанню поставлених завдань, максимальній реалізації знань, умінь і навичок особового складу в різних, складних ситуаціях, у тому числі, обставинах сучасного бою. Формування емоційно-вольової стійкості – це виховання у воїнів мужності, самоконтролю, рішучості, ініціативності, цілеспрямованості тощо.

Психологічний компонент містить в собі комплекс різноманітних психічних явищ і психічних властивості особистості, які обумовлюють основи морально-психологічного забезпечення [47, с. 91]

Значну роль у поведінці та повсякденній діяльності військовослужбовців відіграє стійка система завдань, та мотивація, яку ставить перед собою особистість. Мотивація належить до тієї спонукальної сили, що характеризує те що робить військовослужбовець і також те, заради чого він прикладає стільки зусиль.

Мотиви можуть бути значимими та особистими. Добросовісне ставлення військовослужбовців до своїх повсякденних завдань повинно базуватися на почутті обов'язку і звичайно на особистій відповідальності. При такій мотивації усі їх дії і вчинки військовослужбовців будуть продиктовані не лише особистими інтересами, а й інтересами держави та суспільства. Якщо ж вони будуть продиктовані лише особистими інтересами, приватними мотивами, та бажаннями, то їх дії в цілому будуть визначатися саме тією обстановкою, що склалася.

Висновки до першого розділу

Повсякденна діяльність військовослужбовців може бути складною та динамічною, вона включає в себе як особистісні так і соціальні чинники, тому на перше місце виходить рівень нервово-психічної стійкості індивіда, як одна з умов адаптації до повсякденної діяльності. Адаптованість та рівень нервово-психічної стійкості залежить від індивідуальних особливостей самої людини так і від стосунків у колективі. У сучасних умовах повсякденної діяльності проблеми соціально-психологічної адаптації військових набувають особливої важливості, постає питання дослідження та вивчення соціальних очікувань усіх учасників адаптаційного процесу. Військові дуже часто переводяться з одного підрозділу в інший, все це ускладнює хід повсякденної професійної діяльності, створює безліч конфліктних ситуацій, посилює негативні форми поведінки. Ці явища на жаль досі поглиблено не досліджувалися, та зовсім не усвідомлюються суспільством.

Ефективність адаптації багато в чому залежить як від рівня нервово-психічної стійкості, так і від того, наскільки людина здатна оцінювати себе і свої індивідуальні можливості, усвідомлює причини і мотиви своєї поведінки. Важлива роль у процесі адаптації залежить від підтримки військового колективу, та від толерантного та розуміючого ставлення безпосередніх командирів (начальників). Важливим є також роль психолога у проведенні професійно-психологічного відбору із визначенням рівня нервово-психічної стійкості для кращого формування військового колективу, роль командира є важливою і вирішальною як у підтримці під час адаптаційного періоду, так і у вирішенні конфліктів які виникають.

РОЗДІЛ II. ПСИХО-ДІАГНОСТИЧНЕ ВИВЧЕННЯ РІВНЯ НЕРВОВО-ПСИХІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

2.1 Організація проведення емпіричного дослідження, визначення рівня нервово-психічної стійкості військовослужбовців

В основі емпіричного дослідження – визначення рівня нервово-психічної стійкості військовослужбовців в умовах повсякденної діяльності, та її вплив на виконання завдань під час служби.

Однією з найпопулярніших методик для визначення рівня нервово-психічної стійкості є методика Адаптивність - 200. Вона широко використовується як для відбору на військову службу, так і для діагностики стану нервово-психічної стійкості військовослужбовців, що вже проходять службу у Збройних Силах.

Опитувальник використовують для вивчення різноманітних можливостей військовослужбовців на основі певної оцінки соціально-психологічних характеристик особистості, що відображують особливості психічного і соціального розвитку [24, с. 41].

Під час організації емпіричного дослідження було проаналізовано методичні рекомендації та літературні джерела з описом різноманітних методик, встановлено, що нова версія “Адаптивність-200”, яка містить 200 запитань повною мірою здатна відобразити показники рівня нервово-психічної стійкості військовослужбовців та є найбільш інформативною.

Крім традиційних шкал до сучасної версії опитувальника увійшли додаткові шкали: військово-професійна спрямованість, схильність до девіантних форм поведінки та суїцидальний ризик.

У ході дослідження спочатку потрібно встановити правдивість, достовірність відповідей досліджуваного. Для цього використовують шкалу достовірності. Згідно методики, якщо показники достовірності менше 10, то результати дослідження можна вважати дійсними. Якщо ж більше чи

дорівнюють 10, то такі результати слід вважати не дійсними, через неточність або неправдивість відповідей опитуваного. Інші відповіді під час опрацювання результатів у такому випадку можна не враховувати, а дослідження можна повторити через певний проміжок часу (наприклад через декілька днів [25, с. 29]).

Однією з найважливіших шкал на які повинен звернути увагу дослідник, це шкала визначення рівня поведінкової регуляції, що вказує на рівень нервово-психічної стійкості або НПС. Крім того, шкалою визначення поведінкової регуляції можна користуватися у випадку вивчення толерантності до несприятливих умов професійної діяльності.

Шкала комунікативного потенціалу визначає комунікативні властивості особистості, вміння спілкуватися у ході повсякденної діяльності, та знаходити спільну мову з оточуючими.

Шкала моральної нормативності призначена для визначення здатності військовослужбовців дотримуватися моральних норм та прийнятної поведінки згідно з військовими статутами, вміння підкорятися наказам, та дотримуватися інструкцій.

Одна з додаткових шкал – це шкала військово-професійної спрямованості (ВПС). Вона призначена для аналізу вмотивованості у професійній діяльності, бажанням продовжити службу чи будувати кар'єру у військовій сфері, що важливо під час прийняття кадрових рішень, щодо переведення військовослужбовців на вищі посади та їх перерозподіл.

Шкала схильності до девіантних форм поведінки спрямована на виявлення схильності до таких форм поведінки, що є неприйнятними у військовому колективі. Актуальною є як під час відбору на службу, так і при постійній роботі з особовим складом підрозділу з превентивною метою.

Шкалу суїцидального ризику використовують для виявлення осіб, що можуть бути схильними до суїциду, це є особливо важливим під час стресів, які переживають військові під час своєї повсякденної діяльності.

Особистісний потенціал адаптації у ході повсякденної діяльності вираховується сумою балів шкал поведінкової регуляції, комунікативного

потенціалу та моральної нормативності. Інші шкали, такі як суїцидальний ризик, військово-професійна спрямованість не враховуються.

Під час організації емпіричного дослідження слід враховувати ряд факторів, таких як:

- 1) умови при яких проходитиме дослідження (перед заступанням у добовий наряд, або після відпочинку);
- 2) тестування можна проходити у письмовому вигляді з використанням анкети-опитувальника та бланків відповіді;
- 3) кількість осіб, які проходять тестування одночасно, повинна бути не більшою 10, для кращої взаємодії між психологом та досліджуваними.

Інструментарій, що використовувався під час проведення дослідження це – анкета-опитувальник, бланки відповіді, ручки та ключі до кожної із шкал методики.

Другою за популярністю методикою для визначення рівня нервово-психічної стійкості є методика для оцінки рівня ситуативної тривожності або , як її ще називають «Тест Спілберга-Ханіна» [14, с. 37]. Цей тест належить до тих методик, що досліджують так званий феномен тривожності. Він складається з опитувальника, в якому міститься 20 питань (висловлювань) які можна віднести до стану тривожності.

Тривожність – це індивідуальна особливість, або риса характеру особи, що проявляється у надмірному хвилюванні з приводу тих, чи інших обставин [24, с. 46].

Стан тривожності – у розумінні Спілберга характеризується здебільшого суб'єктивними обставинами та відчуттям напруги у різних ситуаціях.

Оцінка рівня тривожності здійснюється за формулою:

$PT = \sum 1 - \sum 2 + 35$, де $\sum 1$ – сума обраних цифр, що відносяться до пунктів: 3, 4, 6, 8, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18, ; $\sum 2$ – сума обраних цифр, що відносяться до пунктів: 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20 [25, с. 280].

Реактивна тривожність – характеризується на даний момент часу емоціями, що переживає досліджуваний, у різні моменти результати у однієї

людини можуть бути діаметрально різними залежно від обставин та відчуттів. У зв'язку з такою структурою опитувальника тестування можна проводити щотижня, або стільки разів, скільки потрібно, у ході професійної діяльності для визначення рівня тривожності, та рівня нервово-психічної стійкості.

2.2 Аналіз отриманих показників рівня нервово-психологічної стійкості військовослужбовців

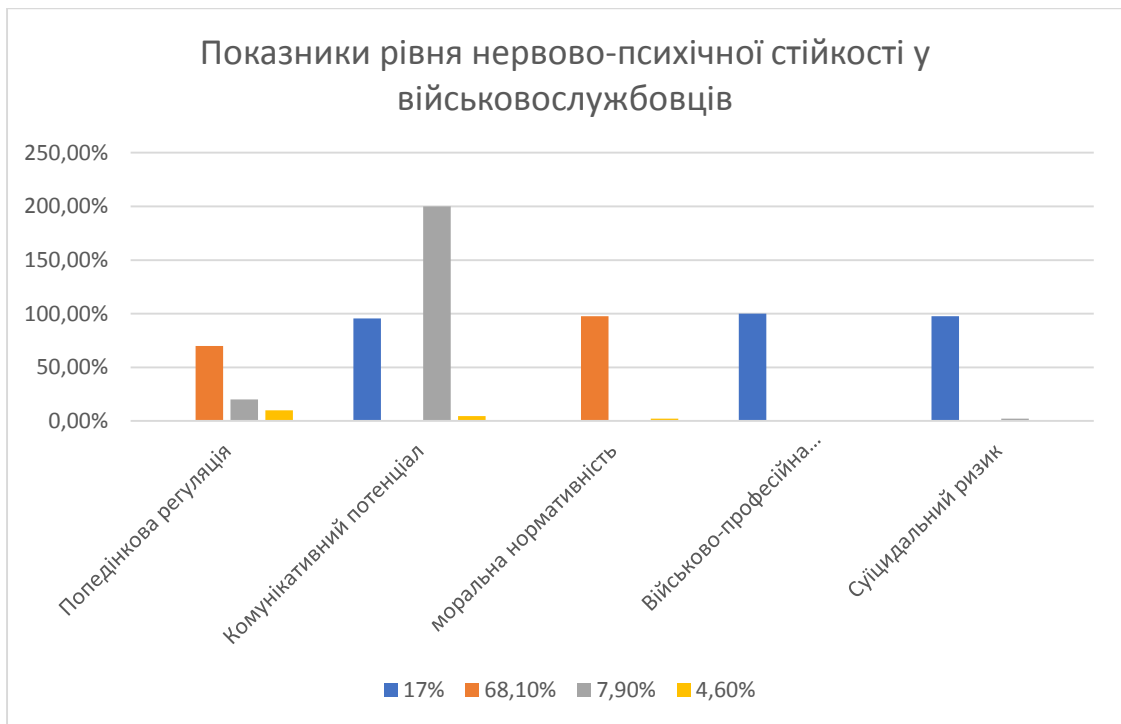
Для вивчення рівня нервово-психічної стійкості військовослужбовців підрозділу та встановлення змоги виконувати ними завдання за призначенням було проведено експрес-опитування військовослужбовців щодо визначення їх рівня нервово-психічної стійкості згідно методики Адаптивність – 200 [25, с. 280-282].

Результати дослідження подаються в таблиці та діаграмі

Таблиця 2.1

Показники рівня нервово-психічно стійкості

Шкали	Кількісні показники і стени			
	I	II, (7-8 стенів)	III (5-6)	IV (нижче 5)
Нервово-психічна стійкість	17%	68,1%	7,9%	4,6%
Поведінкова регуляція	-	70%	20%	10%
Комунікативний потенціал	95,5%		-	4,5%
Моральна нормативність	97,8%		-	2,2%
Військово-професійна спрямованість	100%			
Суїцидальний ризик	97,8%	-	2,2%	-



Діаграма 2.1

Результати опитування (див. діаграму 2.1).

Перший рівень стійкості до бойового стресу мають 17% опитаних, що характеризується високим рівнем розвитку адаптаційних можливостей особистості. Такі люди швидко адаптуються до нових умов служби, легко йдуть на контакт, швидко засвоюють нові знання, вміння та навички, є не конфліктними та не створюватимуть проблем під час проходження військової служби, чітко виконуватимуть накази командирів. Повністю відповідають вимогам, що висуваються до військовослужбовців в умовах їхньої повсякденної діяльності.

Другий рівень стійкості до стресу має 68,1% опитаних, що характеризується достатнім рівнем розвитку адаптаційних можливостей особистості. Адаптуються дещо повільніше, проте також є виконавчими, дотримуються дисципліни та розпорядку, достатньо швидко навчаються. В основному відповідають вимогам, що пред'являються до військовослужбовців в умовах бойової діяльності.

Третій рівень стійкості до певних стресових ситуації має 7,9% опитаних, що характеризується задовільним рівнем розвитку адаптаційних можливостей

особистості. Мінімально відповідають вимогам, що пред'являються до військовослужбовців в умовах бойової діяльності. Можуть бути переведені на посади з меншим психо-емоційним навантаженням. У подальшому здатні адаптуватися за допомогою командирів, новизну та умови військової служби можуть сприймати дещо насторожено. Можуть створювати незначні конфліктні ситуації, які легко вирішуються. За допомогою психокорекційної роботи в подальшому можуть влитися в колектив та чітко виконувати поставлені задачі.

Крім цього у 4 осіб спостерігаються певні ознаки соціальної бажаності (Достовірність 10 балів і більше). Хоча результати нервово-психічної стійкості знаходяться в межах норми.

Четвертий рівень стійкості до бойового стресу має 4,6% опитаних, що характеризуються недостатнім рівнем розвитку адаптаційних можливостей особистості. Такі низькі показники не відповідають вимогам, що висувуються перед військовослужбовцями в умовах їхньої повсякденної діяльності. Такі особи потребують дообстеження для подальшого переміщення по службі, або звільнення.

Крім цього у ході дослідження були визначені та проаналізовані наступні критерії [36, с. 2-5]:

1. Поведінкова регуляція:

У 70% опитаних становить 7-8 стенів, що характеризується високим і достатнім рівнем нервово-психічної стійкості. Високі показники рівня НПС у такої кількості опитаних свідчить про те, що підрозділ може виконувати завдання за призначенням. Рішення будуть прийняті швидко, а накази будуть виконуватися чітко, послідовно та у визначені терміни.

20% опитаних показали середні результати 5-6 стенів. В цілому достатній рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції дещо понижений. Проте ці особи здатні виконувати накази та розпорядження, хоча можливо не чітко та з деякою затримкою.

У 10% результати нижче середнього - окремі ознаки нестійкості та порушення регуляції поведінки. Адаптація до нових умов може бути ускладнена,

що безпосередньо впливає на виконання службових обов'язків та на загальний стан здоров'я військовослужбовця. Такі особи заслуговують на особливу увагу командирів. Їм потрібна допомога під час адаптаційного періоду, можливо із застосуванням психокорекції, зокрема психокорекційних програм.

2. Комуникативний потенціал.

У 95,5% опитаних достатній рівень комуникативних здібностей. Достатньо швидко адаптуються у колективі. При встановленні контактів з оточуючими, труднощів як правило, немає. У більшості випадків адекватно оцінюють свою роль в колективі. Достатня здатність до корекції поведінки. Швидко навчаються, послідовні у своїх діях, легко знаходять спільну мову з оточуючими.

4,5% опитаних показали результати нижче середнього та низькі, що вимагають корекції. Корекція повинна бути спрямована на покращення комуникативних здібностей, усунення бар'єрів у спілкуванні з оточуючим, адаптації в колективі та до умов служби.

3. Моральна нормативність опитуваних - знаходиться на високому рівні у більшості опитаних (97,8%), лише 2,2% респондентів показали низькі результати, що свідчить про вмотивованість, розуміння вимог служби та свого безпосереднього призначення та місця в колективі.

4. Військово-професійна спрямованість у 100% респондентів оцінюється в цілому на достатній рівень. Ці особи зорієнтовані на продовження військової служби, у тому числі і бойових умовах, що свідчить про попередній бойовий досвід, високу вмотивованість та професійні навички.

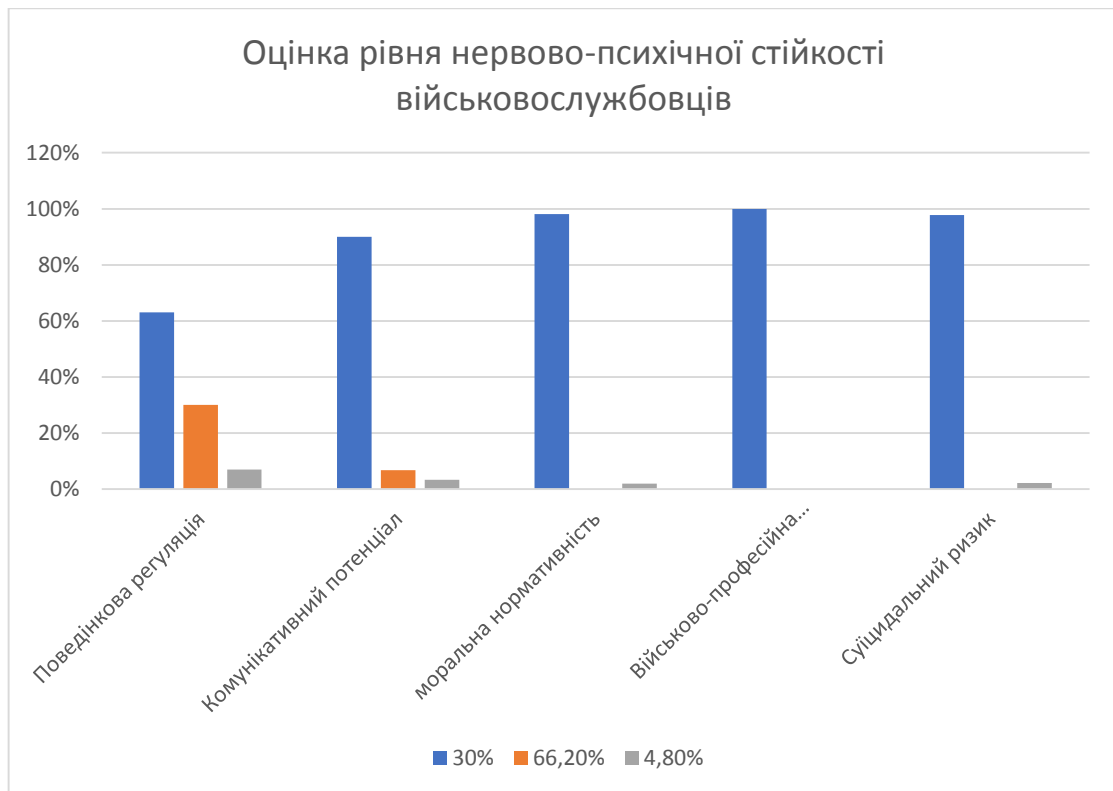
5. Схильність до девіантних форм поведінки: у 97,8% опитаних відсутній суїцидальний ризик, що також свідчить про високий рівень нервово-психічної стійкості та адаптованість до умов служби і лише у 2,2% опитаних він мінімальний, що свідчить про незначну тривожність, також це може свідчити про втому чи професійне вигорання. Таким особам рекомендується відпочинок для відновлення працездатності та зняття нервової напруги, та робота з психологом для уникнення подальшого психо-емоційного навантаження.

З метою порівняння показників рівня нервово-психічної стійкості, комунікативного потенціалу, моральної нормативності, схильності до девіантних форм поведінки, військово-професійної спрямованості, наступне дослідження відбувалося після першого дослідження через пів року, коли колектив був повністю сформований, а службова діяльність повністю налагоджена (див. таблицю 2.2).

Таблиця 2.2

Показники рівня нервово-психічно стійкості

Шкали	Кількісні показники і стени			
	I (9-10 стенів)	II, (7-8 стенів)	III (5-6)	IV (нижче 5)
Нервово-психічна стійкість	30%	66,2%	4,8%	-
Поведінкова регуляція	63%	30%	7%	-
Комунікативний потенціал	90%	6,7%	3,3%	-
Моральна нормативність	98,1%		1,9%	
Військово-професійна спрямованість	100%			
Суїцидальний ризик	97,8%	-	2,2%	-



Діаграма 2.2

Перший рівень стійкості до бойового стресу мають 30% опитаних, що на 13% вище від початкового значення. Характеристики зросли, оскільки військовослужбовці швидко засвоїли нові знання, вміння та навички, в ході службової діяльності, чітко виконують накази командирів.

Другий рівень стійкості до бойового стресу має 66,2% опитаних, на 2% менше від початкового значення, що характеризується тим, що ці особи перейшли у першу групу адаптаційних можливостей. Інші адаптуються дещо повільніше, проте також є виконавчими, дотримуються дисципліни та розпорядку, достатньо швидко навчаються. В основному відповідають тим вимогам, які висуваються до військовослужбовців в умовах їхньої повсякденної діяльності.

Третій рівень стійкості до навантажень та стресу має 4,8% опитаних, що на 3,1 % менше від початкового значення тому що, ці особи перейшли в 1 і другу групу нервово-психічної стійкості, характеризується задовільним рівнем

розвитку адаптаційних можливостей особистості. Мінімально відповідають вимогам, що пред'являються до військовослужбовців в умовах бойової діяльності. Можуть бути переведені на посади з меншим психоемоційним навантаженням. У подальшому здатні адаптуватися за допомогою командирів, новизну та умови військової служби можуть сприймати дещо насторожено. Можуть створювати незначні конфліктні ситуації, які легко вирішуються. За допомогою психокорекційної роботи в подальшому можуть влитися в колектив та чітко виконувати поставлені задачі.

Осіб з 4-м рівнем стійкості до бойового стресу немає.

Крім цього у ході дослідження були визначені та проаналізовані наступні критерії:

2. Поведінкова регуляція:

У 70% опитаних становить 7-8 стенів, що характеризується високим і достатнім рівнем нервово-психічної стійкості. Високі показники рівня НПС у такої кількості опитаних свідчить про те, що підрозділ може виконувати завдання за призначенням. Рішення будуть прийняті швидко, а накази будуть виконуватися чітко, послідовно та у визначені терміни.

20% опитаних показали середні результати 5-6 стенів – це цілком достатній рівень показників нервово-психічної стійкості. Ці особи здатні виконувати накази та розпорядження, хоча можливо не чітко та з деякою затримкою.

У 10% результати нижче середнього – певні ознаки нервово-психічної нестійкості та порушення регуляції поведінки, недостатня толерантність до різного рівня психічних і фізичних навантажень. Такі особи заслуговують на особливу увагу командирів. Їм потрібна допомога під час адаптаційного періоду, можливо із застосуванням психокорекції, зокрема психокорекційних програм.

3. Комунікативний потенціал.

У 95,5% опитаних достатній рівень комунікативних здібностей. Достатньо швидко адаптуються у військовому колективі, не мають труднощів при встановленні контактів з оточуючими. У більшості випадків адекватно оцінюють

свою роль в колективі. Достатня здатність до корекції поведінки. Швидко навчаються, послідовні у своїх діях, легко знаходять спільну мову з оточуючими.

4,5% опитаних показали результати нижче-середнього та низькі, що вимагають корекції. Корекція повинна бути спрямована на покращення комунікативних здібностей, усунення бар'єрів у спілкуванні з оточуючим, адаптації в колективі та до умов служби.

4. Моральна нормативність опитуваних - знаходиться на високому рівні у більшості опитаних (97,8%), лише 2,2% респондентів показали низькі результати, що свідчить про вмотивованість, розуміння вимог служби та свого безпосереднього призначення та місця в колективі.

5. Військово-професійна спрямованість у 100% респондентів оцінюється в цілому на достатній рівень, вони планують продовжувати службу, у тому числі і в бойових умовах. Що свідчить про попередній бойовий досвід, високу вмотивованість та професійні навички.

6. Схильність до девіантних форм поведінки: у 97,8% опитаних відсутній суїцидальний, що також свідчить про високий рівень нервово-психічної стійкості та адаптованість до умов служби і лише у 2,2% опитаних він мінімальний, що свідчить про незначну тривожність, також це може свідчити про втому чи професійне вигорання. Таким особам рекомендується відпочинок для відновлення працездатності, зняття нервової напруги та робота з психологом, для уникнення подальшого психоемоційного навантаження.

Дослідження оцінки рівня реактивної тривожності військовослужбовців проходило двічі на місяць, результати емпіричного дослідження наведені у таблиці 2.3, та діаграмі 2.3.

**Оцінка рівня реактивної (ситуативної) тривожності згідно методики
Спілберга-Ханіна**

Низький рівень тривоги	Помірна тривожність	Високий рівень тривожності	Інше
70,4%	25%	-	4,6%



Діаграма 2.3

Низький рівень тривожності мають – 70% опитаних, значення показників тривожності не перевищують 30 балів, особи не відчують особливої тривоги, разом з тим мають високий рівень нервово-психічної стійкості, з легкістю виконують поставлені задачі у ході повсякденної діяльності.

Помірна тривожність спостерігається у 25% опитаних, сума відповідей знаходиться в інтервалі 31- 45 балів, особи можуть відчувати легку тривожність під час виконання повсякденних завдань, така тривожність як правило швидко проходить і не впливає на роботу військовослужбовців в цілому.

Показники, що характеризують високий рівень тривожності у підрозділі відсутні. Проте 4,6% опитаних мають показники менше 12 балів, що може означати або приховану (замасковану) тривожність, або ознаки депресії, що

являє собою витіснення, заміщення тривожності та бажання показати себе у кращому світлі. В цілому військовослужбовці даного підрозділу можуть виконувати завдання за призначенням та їх повсякденна діяльність є ефективною та знаходиться на досить високому рівні.

Висновки до другого розділу

Використання різноманітних методик для визначення адаптаційних можливостей особистості у військовому колективі є досить актуальною в сучасних умовах. Доцільним є використання методики Адаптивність 200 як в бойових умовах підрозділу, у місцях постійної дислокації військових частин (установ) [36, с. 2-6].

За допомогою цієї методики можна визначити не лише рівень нервово-психічної стійкості військовослужбовців, а ще й рівень їхньої військово-професійної спрямованості, схильність до суїцидальних ризиків та до девіантних форм поведінки. Не менш важливим є також визначення рівня моральної нормативності та комунікативного потенціалу. Високі показники останніх двох шкал сприяють кращій адаптації новоприбулих у військовому колективі [17, с. 92].

За даними проведеного дослідження підрозділ в цілому може виконувати завдання за призначенням. Рівень нервово-психічної стійкості більшості військовослужбовців знаходиться на високому та середньому рівні. Висока та достатня стійкість до бойового стресу характеризується високими та достатніми адаптаційними можливостями особистості, що цілком відповідає вимогам, які ставляться перед військовослужбовцями в умовах бойової діяльності. Ці люди легко адаптуються і в них не повинно виникати труднощів під час виконання службових обов'язків чи наказів безпосередніх командирів.

Осіб з рівнем нервово-психічної стійкості нижче середнього рекомендовано віднести до групи посиленого психологічного впливу. За такими військовослужбовцями рекомендовано посилений нагляд їх безпосередніх

командирів (начальників). Можливість забезпечити переведення на посади з меншим рівнем нервово-психічного чи фізичного навантаження. Також можна полегшити їх адаптацію в колективі та адаптацію до військової служби за допомогою психокорекційних програм. Робота у психокорекційних групах завжди має позитивну динаміку та полегшує адаптацію до військової служби, зменшує тривожність та підвищує поведінкову регуляцію.

РОЗДІЛ III. Психокорекційна робота

1.3 Психокорекційна програма для військовослужбовців

Корекційна програма: зменшення рівня тривожності, шляхи подолання стресу та роздратованості серед військовослужбовців.

Головною метою корекційної програми є зменшення рівня тривожності та покращення рівня нервово-психічної стійкості серед військовослужбовців під час їхньої повсякденної діяльності.

Програма містить розробки групових занять для військовослужбовців, методичні рекомендації, техніки для зняття стресу та психоемоційного розвантаження.

Корекційна програма може застосовуватися офіцерами-психологами та цивільними психологами при роботі з військовослужбовцями частин, установ, підрозділів.

Актуальність програми. В умовах підвищеного стресу та посиленого навантаження на службі для військовослужбовців є актуальним ознайомлення з техніками психологічного розвантаження та відновлення. Крім того посилення тенденцій до зниження рівня нервово-психологічної стійкості, агресивної поведінки, нетерпимості до оточуючих в умовах виконання поставлених завдань, або після них, робить ознайомлення з запропонованими техніками особливо актуальним як в умовах бойових дій, так і під час ротації та повернення до звичного способу життя. [38, с. 50]

Крім того, актуальність полягає в тому, що військовослужбовцям пропонується корекційна програма для психологічного розвантаження та техніки для самовідновлення, які можна проходити як в групах так і індивідуально.

Мета програми: корекція нервово-психічної стійкості військовослужбовців, розвиток підвищеного рівня стійкості до стресу.

Задачі програми:

- Ознайомити військовослужбовців з техніками психоемоційного розвантаження;
- Підвищити рівень стресостійкості;
- Навчити технікам самозаспокоєння;
- Навчити керувати власним гнівом;
- Терпимо відноситися до оточуючих.

Вік учасників програми: 35-40 років.

Кількість учасників: 10.

Термін виконання програми:

Форма психокорекційної роботи – групова. Кількість занять, що будуть проходити – 10, тривалість одного заняття – 60 хвилин. Заняття проводяться два рази на тиждень [25, с. 197].

Обладнання, що використовується: графaproектор для демонстрації слайдів, магнітна дошка, роздаткові картки з методичним матеріалом, блокноти для нотаток для учасників, ручки, кольорові олівці, цупкий папір.

Таблиця 3.1

Тематичний план корекційної програми

№ п/п	Тема заняття	Мета заняття	Зміст заняття	Час на кожну вправу	Обладнання	Відповідальні
1.	Знайомство.	Створити позитивну психоемоційну обстановку в групі, яка сприятиме саморозкриттю кожного з учасників, сприяти установленню довірливих стосунків між учасниками групи і згуртованості групи.	1.Привітання і представлення всіх учасників групи. 2. Запропонувати учасникам розповісти про себе та мету служби у ЗСУ. 4. Прощання.	60 хв. 30 хв 30хв 3хв	Листи формату А4, ручки, бейджі.	Психолог
2.	Групова взаємодія.	Формування навичок міжособистісної групової взаємодії, створення позитивної атмосфери.	1.Привітання. 2.Повторення правил. 3. Вправа «малюнок по колу» 4.Вправа «маленькі добрі справи» 5.Прощання	5 хв 10хв 20хв 20хв 5хв 3хв	Листи формату А4, ручки.	Психолог

Тематичний план корекційної програми

3.	Зняття напруги.	Зняття напруги Покращення взаємозв'язків в групі.	1.Привітання. 2.Повторення правил 3 Ознайомлення з техніками психоемоційного розвантаження 4. вправа відкритий мікрофон 5.Прощання.	5 хв 10хв 20хв 20хв 3хв	Графапроектор для демонстрації слайдів, блокноти, ручки.	Психолог
4	Суть конфліктів.	Програвання внутрішньо-особистісних конфліктів, вивчення само відношення, навчання позитивній оцінці і прийняття власних негативних якостей.	1.Привітання. 2.Повторення правил. 3.Вправа «Чарівний базар» 4.вправа що мені не подобається в людині. 5.Прощання.	5 хв 10хв 20хв 20хв 3хв	М'яч.	Психолог
5.	Пізнання себе.	Навчити розуміти себе свої внутрішні переживання.	1.Привітання. 2.Повторення правил 3. Вправа «Персоніфікація» 4. Вправа «Істивне-неістивне». 5.Прощання.	5 хв 10хв 20хв 20хв 3хв	Листи формату А4, ручки.	Психолог
6.	Пізнання оточуючих.	Навчити взаємодіяти з оточуючими.	1.Привітання. 2.Повторення правил 3. Вправа «Що мені не подобається в цій людині» 4. Вправа «Мені подобається в тобі». 5.Прощання.	5 хв 10хв 20хв 20хв 3хв	М'яч.	Психолог
7.	Корекція агресивної поведінки. Підвищення рівня НПП.	Скорегувати агресивну поведінку, Зменшення рівня психологічного напруження.	1.Привітання. 2.Повторення правил 3. Вправа Лист до себе 4. Вправа зміни своє обличчя. 5.Прощання.	5 хв 10хв 20хв 20хв 3хв	Листи формату А4, ручки.	Психолог

Тематичний план корекційної програми

8.	Твори мо позитив.	Навчитися створювати власний позитивний імідж.	1.Привітання. 2.Повторення правил 3.вправа я творець власного позитивного іміджу. 4. Вправа шукаю позитив в оточуючих 5.Прощання.	5 хв 10хв 20хв 20хв 3хв	Листи формату А4, ручки.	Психолог
9	Взаєморозуміння і повага ось ключ до успіху.	Розвиток взаєморозуміння і взаємоповаги в групі.	1.Привітання. 2.Повторення правил. 3.Вправа «Ланцюжок, який об'єднує людей». 4. Лінія життя. 5.Прощання.	5 хв 10хв 20хв 20хв 3хв	Листи формату А4, ручки.	Психолог
10	Підсумкове заняття	Підвести підсумки програми, проаналізувати вивчене.	1.Привітання. 2.Повторення правил 3.Ділимося спогадами і досвідом 4. Прощання, обговорення перспектив.	5 хв 10хв 20хв 20хв	Листи формату А4, ручки.	Психолог

Кожне заняття складається з організаційної частини, куди входить традиційне привітання та повторення правил роботи групи, основної частини де переважно проводяться бесіди з учасниками, психологічні вправи, а також вправи на релаксацію, заключної частини до якої відноситься певний ритуал прощання.

Окремим пунктом програми може бути виділена робота з командирами підрозділів. Основна мета такої роботи – підвищити рівень психологічної культури командира, спонукати до аналізу та корекції своїх взаємостосунків з підлеглими [31, с. 23-29].

3.2 Розробка прикладів структури занять психокорекційної роботи відповідно до психокорекційної програми

Відповідно до розробленої програми, яка складається з десяти занять пропонується короткий огляд змісту та структури кожного окремого заняття із розробленими вправами.

Отже перше заняття основною темою якого є знайомство, мета: створити позитивну атмосферу в групі, сприяти встановленню довірливих стосунків між учасниками групи а також згуртованості групи [30, с. 100-106].

Для заняття використовується наступне обладнання: Листи формату А4, ручки, кольорові олівці, бейджі.

Хід заняття:

1.Привітання. Представити всіх учасників групи. Ознайомити з правилами групи.

Мета: встановлення первинної комунікації.

Обладнання: Бейджі, ручка, білий папір.

Психолог представляє один одному всіх учасників групи. Ознайомлює з правилами групи. Пропонує записати власні імена на бейджах для покращення комунікації. Час: 30 хвилин.

1. Вправа «Презентуй себе».

Мета: сприяти саморозкриттю кожного учасника заняття. Налагодження комунікації.

Обладнання: папір формату А4, ручка. Кольорові олівці.

Кожний учасник групи презентує коротку розповідь про себе. Про причини та мотиви у Збройних силах.

Час: 30 хвилин.

2. Прощання.

Тематикою другого заняття є групова взаємодія, мета: формування навичок міжособистісної групової взаємодії, створення позитивної атмосфери [40, с. 102].

Обладнання: Листи формату А4, ручки, кольорові олівці.

Хід заняття:

1. Привітання.

Всі учасники стають в коло вітаються один з одним.

Час виконання: 5 хвилин.

2. Повторення правил групи.

Час виконання: 10 хвилин.

Повторення правил групи. Правила можуть бути написані на листах формату А4 і повішані на дошці.

3. Вправа «Малюнок по колу»

Мета: формування навичок міжособистісної групової взаємодії, створення позитивної атмосфери.

Обладнання: Листи формату А4, ручки, кольорові олівці.

Час виконання: 20 хвилин.

Хід виконання: Намалюйте на аркуші паперу силует або образ, передайте малюнок сусіду справа. Кожен учасник домальовує свої штрихи. Робота закінчується, коли малюнок повертається до свого першого автора. Обговорення початкового задуму. Учасники розповідають про свої почуття.

4. Вправа «Маленькі добрі справи»

Мета: покращити самооцінку особистості, створення позитивної атмосфери, зняття напруженості [30, с. 100-106].

Час виконання: 20 хвилин.

Хід вправи: Психолог пропонує учасникам об'єднатись у пари, разом підготувати і показати пантомімою як можна робити маленькі добрі справи.

5. Прощання. Учасники прощаються один з одним.

Заняття №3. Тема: Зняття напруги.

Мета: Зняття напруги. Покращення взаємозв'язків в групі.

Обладнання: Графaproектор для демонстрації слайдів, блокноти, ручки.

1.Привітання. Всі учасники стають в коло вітаються один з одним. Час виконання: 5 хвилин.

2.Повторення правил групи. Час виконання: 10 хвилин.

Повторення правил групи. Правила можуть бути написані на листах формату А4 і повішані на дошці.

3.Ознайомлення з техніками психоемоційного розвантаження.

Мета: ознайомити учасників групи з методами зняття напруги та техніками психоемоційного розвантаження.

Час виконання: 20 хвилин.

Хід заняття: Психолог за допомогою графaproектора демонструє слайди із зображенням технік психоемоційного розвантаження. Учасники переглядають слайди і записують побачене у блокнотах. Потім розбиваються на пари і відтворюють побачене.

4.Вправа «Відкритий мікрофон»

Мета: підвести підсумки заняття, надати зворотній зв'язок.

Час виконання: 20 хвилин.

Хід вправи: Запропонувати кожному з групи по черзі продовжити речення: «На сьогоднішньому занятті я: дізнався, зрозумів, відкрив для себе...» [29, с. 14-15].

5.Прощання. Учасники прощаються один з одним.

Заняття №4. Тема: Суть конфліктів.

Мета: Програвання внутрішньо-особистісних конфліктів, та навчитися оцінювати і приймати власні негативних якостей.

Обладнання: М'яч.

1.Привітання.Всі учасники стають в коло вітаються один з одним.Час виконання: 5 хвилин.

2.Повторення правил групи.Час виконання: 10 хвилин.

Повторення правил групи. Правила можуть бути написані на листах формату А4 і повішані на дошці.

3. Вправа «Чарівний базар» Мета: навчитися сприймати власні негативні якості.

Хід вправи: спочатку потрібно назвати всі позитивні і негативні якості на першу букву свого імені. Далі відбувається перехід до основної вправи.

Основна вправа починається тоді, коли члени групи розміщуються по колу, а психолог пропонує розпочати гру, яка має назву «Чарівний базар». Суть цієї гри полягає в тому, щоб обмінятися особистими якостями. Кожен учасник може обміняти одну чи дві своїх якості. Основною умовою є те, що не можна просто віддавати свої якості, потрібно мінятися. Після закінчення вправи вся група ділиться своїми враженнями від гри: наскільки вона була динамічною, легко, чи важко було знайти потрібні якості, чи все вдалося придбати, а від чого хотілося якнайшвидше позбутися? Що вдалося найшвидше продати на базарі? А що так і не змогли продати? Чи було взаєморозуміння між покупцем та продавцем?

Потім необхідно перейти до узагальнення та колективного обговорення вправи, висловити свої враження від побаченого та почутого.

5.Прощання. Учасники прощаються один з одним.

Заняття №5. Тема: Пізнання себе.

Мета: Навчити розуміти себе свої внутрішні переживання [21, с. 233].

Обладнання: Листи формату А4, ручки, кольорові олівці.

Хід заняття: 1.Привітання. Всі учасники стають в коло вітаються один з одним.

Час виконання: 5 хвилин.

1. Повторення правил групи. Час виконання: 10 хвилин.

Повторення правил групи. Правила можуть бути написані на листах формату А4 і повішані на дошці.

2. Вправа «Персоніфікація» Мета: підвищення самооцінки, впевненості у собі, надання підтримки. Час виконання: 20 хвилин.

Хід вправи: Запропонувати учасникам наділити себе якостями, яких їм не вистачає, далі кожен по черзі намагається розіграти ситуацію вже з новими особистісними характеристиками.

3. Вправа «Їстівне-неїстівне» Мета: створення позитивного емоційного стану, зняття напруження й втоми. Час виконання: 20 хвилин.

Хід вправи: Учасники вправи повинні стати в один ряд, ведучий стає навпроти, за десять кроків. Він називає всім по порядку, якщо було названо їстівний фрукт чи інший предмет, то учасник повинен впіймати м'яч, якщо ж предмет був не їстівний, то тоді не ловити м'яч. За чітку відповідь, учасник робить один крок у напрямку до ведучого. Перемагає той, хто швидше за всіх зробить 10 кроків.

5.Прощання. Учасники прощаються один з одним.

Заняття №6. Тема: Пізнання оточуючих

Мета: Навчити військовослужбовців взаємодіяти з оточуючими.

Обладнання: М'яч, Листи формату А4, ручки, кольорові олівці.

Хід заняття: 1.Привітання.Всі учасники стають в коло вітаються один з одним. Час виконання: 5 хвилин.

2.Повторення правил групи. Час виконання: 10 хвилин.

Повторення правил групи. Правила можуть бути написані на листах формату А4 і повішані на дошці.

3.Вправа «Що саме мені в тобі не подобається» [21, с. 200].

Мета: визначення причин власної агресивної поведінки, навчитися виражати свої емоції та почуття оточуючих.

Час виконання: 20 хвилин.

Хід вправи: потрібно подумки повернутися в минуле та згадати негативні моменти, які найбільше викликають у нас агресію. Для зручності можна вибрати для себе будь-який персонаж, що переживає та долає усі труднощі. Після завершення вправи потрібно обговорити всі труднощі під час її виконання: яким персонажам складніше за все було виражати свої почуття, чи легко було знайти відповідні емоції, що викликають гнів, роздратування, агресію, далі група ділиться своїми почуттями, що виникли в процесі вправи.

4. Вправа « Що ж мені подобається в тобі...»

Мета: навчитися переживати різні почуття не на самоті, а разом з іншими.

Обладнання: м'яч. Час виконання: 20 хвилин.

Хід вправи: під час виконання вправи потрібно кидати різним учасникам м'яч і говорити фразу, що буде починатися зі слівб «Знаєш, ось що саме мені в тобі подобається...».

5.Прощання. Учасники прощаються один з одним.

Заняття №7. Тема: Корекція агресивної поведінки. Підвищення рівня НПП.

Мета: Скорегувати агресивну поведінку, Зменшення рівня психологічного напруження.

Обладнання: М'яч, Листи формату А4, ручки, кольорові олівці.

Хід заняття: 1.Привітання. Всі учасники стають в коло вітаються один з одним.

Час виконання: 5 хвилин.

2. Повторення правил групи. Час виконання: 10 хвилин.

Повторення правил групи. Правила можуть бути написані на листах формату А4 і повішані на дошці.

3. Вправа лист до себе.

Мета: нормалізація самооцінки, підвищення впевненості в собі.

Час виконання: 20 хвилин.

Хід вправи: Учасники по черзі пишуть на папері повністю відверті листи важливій особі. Завдання бути максимально відвертим.

4. Вправа «Змінюємо обличчя»

5. Мета: корекція агресивності, розвиток невербальної знакової системи.

Час виконання: 20 хвилин.

Хід вправи: одна людина сидить на стільчику і робить зле обличчя. Інші підходять до «злюки» доторкаються і говорять добрі слова. Коли «злюка» посміхнеться – інший учасник займає її місце [21, с. 232].

5.Прощання. Учасники прощаються один з одним.

Заняття №8. Тема: Творимо позитив.

Мета: Навчитися створювати власний позитивний імідж.

Обладнання: Листи формату А4, ручки, кольорові олівці.

Хід заняття: 1.Привітання. Всі учасники стають в коло вітаються один з одним. Час виконання: 5 хвилин.

2.Повторення правил групи.

Час виконання: 10 хвилин.

Повторення правил групи. Правила можуть бути написані на листах формату А4 і повішані на дошці.

3.Вправа «Я творець власного іміджу».

Мета: Навчитися створювати власний позитивний імідж.

Обладнання: Листи формату А4, ручки.

Час виконання: 20 хвилин.

Хід заняття: Кожному на листку паперу пропонується описати свої сильні сторони, риси та описати ситуації в яких вони можуть бути застосовані повною мірою.

4.Вправа «Шукаю позитив в оточуючих».

Мета: навчитися взаємодіяти з оточуючими через призму позитиву.

Обладнання: Листи формату А4, ручки.

Час виконання: 20 хвилин.

Хід заняття: Учасники розбиваються на пари. Кожному на листку паперу пропонується описати позитивні риси людини, яка знаходиться з ним в парі.

Після цього учасникам пропонується обговорити написане [21, с. 230].

5.Прощання. Учасники прощаються один з одним.

Заняття №9. Тема: Взаєморозуміння і повага – ось ключ до успіху.

Мета: розвиток взаєморозуміння і взаємоповаги в групі.

Обладнання: Листи формату А4, ручки, кольорові олівці.

Хід заняття: 1.Привітання.

Всі учасники стають в коло вітаються один з одним.

Час виконання: 5 хвилин.

2.Повторення правил групи.

Час виконання: 10 хвилин.

Повторення правил групи. Правила можуть бути написані на листах формату А4 і повішані на дошці.

5. Вправа «Ланцюжок, який об'єднує»

Мета: розвиток взаєморозуміння, а також взаємоповаги в групі, формування розуміння того, як добро, так і зло передається наче по ланцюжку від людини до людини.

Обладнання: клубок ниток. Час виконання: 20 хвилин.

Хід вправи: Використовуючи клубок ниток, члени групи передають його. Це все супроводжується висловлюваннями, яке розпочинаються словами: «Я буду вдячний тобі за те що...». Після закінчення вправи учасники переходять до аналізу та обговорення.

6. Вправа «Наші лінії життя»

Мета: формування навичок поведінки, що відповідає за наслідки власних прийнятих рішень. Час виконання: 20 хвилин.

Хід вправи: психолог пропонує учасникам намалювати лінію, що позначатиме життєвий шлях. Потім учасники беруть і розкладають карточки, на яких коротко позначені важливі та значущі події що пов'язані з минулим, майбутнім та сьогоднішнім. Після цього психолог просто пропонує уявити, як може зміниться сценарій та власне життя, якщо на якомусь з етапів вони потрапляють в край негативну ситуацію, що спричинена їхньою неадекватною поведінкою (неадекватна поведінка чи бійка з важкими ушкодженнями, тощо) [23, с. 352].

Обговорення. Що слід зробити, щоб уникнути подібної ситуації? Яка поведінка та її особливості спричиняють такі ситуації?

5.Прощання. Учасники прощаються один з одним.

Заняття №10. Тема: Підсумкове заняття.

Мета: Підведення підсумків. Аналіз вивченого.

Обладнання: Листи формату А4, ручки, кольорові олівці.

Хід заняття: 1.Привітання.

Всі учасники стають в коло вітаються один з одним.

Час виконання: 5 хвилин.

2. Повторення правил групи.

Час виконання: 10 хвилин.

Повторення правил групи. Правила можуть бути написані на листах формату А4 і повішані на дошці.

3. Підводимо підсумки. Ділимося досвідом.

Мета: Підведення підсумків. Аналіз вивченого.

Час виконання: 20 хвилин.

Хід вправи: Психолог підводить підсумок. Учасники діляться між собою набутим досвідом. Закріплюють отримані навички.

4. Прощання.

Обладнання: Листи формату А4, ручки, кольорові олівці.

Час виконання: 20 хвилин.

Хід вправи: Всі прощаються один з одним. На листках паперу записують побажання на майбутнє.

Висновки до третього розділу

Головною метою психокорекційної програми є зменшення рівня тривожності, підвищення рівня нервово-психічної стійкості та покращення взаємостосунків у колективі.

Психокорекційну програму розроблено для військовослужбовців у яких за результатами дослідження відзначається третій та четвертий рівень нервово-психологічної стійкості. Її можна також використовувати для осіб з підвищеним рівнем тривожності, та низьким комунікативним потенціалом [26, с. 282].

Після впровадження психокорекційної програми серед військовослужбовців спостерігалось налагодження спілкування, зменшення напруги та конфліктності, покращення стосунків як в середині психокорекційної групи так і в підрозділі загалом. Позитивним стало відношення до безпосередніх командирів (начальників). Менше суперечок почало виникати під час розподілу

посадових обов'язків та добових нарядів. В цілому можна зробити висновок, що використання психокорекційної програми мало позитивний вплив на морально-психологічний стан підрозділу в цілому так і на кожного учасника психокорекційної групи зокрема.

РОЗДІЛ IV. ОХОРОНА ПРАЦІ ТА БЕЗПЕКА ВІЙСЬКОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

4.1. Аналіз суті та змісту понять охорони праці та безпеки військової діяльності

На протязі останніх років у різноманітних збройних формуваннях, зокрема і невоюючих країн, усе частіше мають місце випадки аварій і катастроф у ході військової діяльності, що призводять до загибелі не тільки військовослужбовців, але й до жертв серед цивільного населення. У воюючих країнах кількість жертв серед цивільного населення перевищує кількість загиблих військовослужбовців у десяток разів. У наказах Міністра оборони України, Міністра інфраструктури України, Голови Адміністрації Держспецтрансслужби акцентується увага на те, щоб надати пріоритетне значення суворому дотримуванню заходів безпеки у ході виконання службово-бойових завдань, під час проведення заходів бойової підготовки, інших занять та робіт. Особливу актуальність даній проблемі надає, перш за все, її велике суспільно-політичне значення, підвищення уваги до неї керівництва держави, правоохоронних і громадських організацій. Це обумовлено тим, що у військах знаходиться велика кількість складного і небезпечного озброєння і військової техніки, а сама військова служба відрізняється насиченістю динамічними процесами, що пов'язані з несенням бойового чергування, вартовою і внутрішньою службою, участю в навчаннях [41, с. 197].

Кожен військовослужбовець забезпечений зброєю або військовою технікою, тому командири та начальники всіх рангів повинні знати правила і заходи безпеки, суворо вимагати від усього особового складу їх виконання.

Дуже часто можна зустріти визначення безпеки як «такий стан будь-якого об'єкта, за якого йому не загрожує небезпека», але подібне визначення не може нас задовольнити повністю, оскільки таке розуміння безпеки лише вказує на відсутність джерела небезпеки, тобто воно може характеризувати якусь ідеальну

ситуацію, в якій безпека виступає як бажана, але недосяжна мета. Державний стандарт України (ДСТУ 2293:2014).

Охорона праці. Терміни та визначення основних понять» визначає термін «безпека» як стан захищеності особи та суспільства від ризику зазнати шкоди. Терміни та визначення понять оформлені відповідно до (ДСТУ 3966:2009), що унормовує українські терміни та визначення понять у сфері охорони праці. У процесі служби кожен командир зустрічається з різними поняттями безпеки військової діяльності, тому основні з них ми наведемо надалі.

Безпека – стан захищеності життєво важливих інтересів людини, суспільства і держави від внутрішніх і зовнішніх небезпек. Безпечним називається такий стан умов виконання завдання, що виключає вплив на виконавців небезпечних і шкідливих факторів; за небезпечний вважається фактор, вплив якого призводить до травми або раптового різкого погіршення здоров'я виконавця (працюючого), або до його захворювання, або до зниження його працездатності [41, с. 208].

Система організаційних заходів і технічних засобів, що запобігають впливу на військовослужбовців небезпечних виробничих факторів, називається безпекою праці, а заходи, що запобігають шкідливим факторам, належать до санітарії. Обидві вони є складовими частинами охорони праці. Для запобігання або зменшення впливу небезпечних і/або шкідливих виробничих факторів тих, що працюють, забезпечують засобами захисту. Ті з них, які призначені для захисту одного працюючого, належать до індивідуальних, а двох і більше – до колективних засобів захисту. Доброю основою безпечної діяльності військовослужбовців є забезпечення безпеки у місці постійного або тимчасового їх перебування в процесі виконання обов'язків. Безпечна зона виконання робіт повинна розташовуватися так, щоб військовослужбовець знаходився на безпечній (найменш допустимій) відстані від іншого працюючого або джерела небезпеки. Простір, в якому можливий вплив на виконавця небезпечного і/або шкідливого фактора, утворює небезпечну зону. Знаходиться в ній не рекомендується. Випадок впливу на особовий склад небезпечного фактора при

виконанні військових обов'язків або завдань керівника робіт називається нещасним випадком на виробництві. Для недопущення нещасних випадків необхідно, щоб виробничий процес, в якому бере участь військовослужбовець, і використане ним обладнання повною мірою відповідали б вимогам безпеки праці з урахуванням умов, встановлених технічною документацією. Під ними розуміються вимоги, що встановлені законодавчими актами, технічними паспортами, правилами та інструкціями, виконання яких забезпечує безпеку особового складу.

Життєво важливі інтереси – сукупність потреб, задоволення яких надійно забезпечує існування і можливість прогресивного розвитку людини, суспільства і держави. Загроза безпеці – сукупність факторів, які створюють небезпеку життєво важливим інтересам людини, суспільства і держави. Військова служба у збройних силах та інших військових формуваннях, утворених відповідно до законів України, є державною службою особливого характеру, яка полягає в професійній діяльності придатних до неї за станом здоров'я і віком громадян України, з метою захисту Вітчизни та виконання інших завдань, що визначені законодавчими актами України. Термін «військовий» означає те, що належить до потреб війни. Військова діяльність – діяльність військових формувань держави щодо застосування всіх форм збройної боротьби для захисту території своєї держави при нападі ззовні, проведення політики держави із застосуванням військових засобів, захисту державного суверенітету і територіальної цілісності.

Звідси під безпекою військової діяльності слід розуміти: – у мирний час – відсутність небезпеки від дій збройних формувань, в якому би вигляді діяльності вони не проявлялися: для своїх військовослужбовців, цивільного населення і природного середовища, а також для людей і природного середовища суміжних країн; – у воєнний час – відсутність небезпеки для військовослужбовців, цивільного населення і природного середовища своєї країни, суміжних нейтральних країн, цивільного населення і природного середовища країни-супротивника. Безпека військовослужбовця під час проходження ним військової служби – стан захищеності життєво важливих інтересів військовослужбовця від

впливу небезпечних і шкідливих факторів у період виконання ним обов'язків військової служби. Забезпечення безпеки військової служби – цілеспрямована діяльність органів управління і посадових осіб щодо виконання вимог законодавства України, статутів Збройних Сил України, відомчих нормативних актів, які спрямовані на збереження життя та здоров'я 11 військовослужбовців, організацію безпечних умов усіх видів життєдіяльності військ, а також аналіз, прогнозування і обмеження впливу факторів, які є причиною загибелі або травмування особового складу під час виконання обов'язків військової служби.

Шкідливі чинники у військовій діяльності.

Система організаційних заходів і технічних засобів, що запобігають впливу на військовослужбовців небезпечних виробничих факторів, називається безпекою праці, а заходи, що запобігають шкідливим факторам, належать до санітарії. Обидві вони є складовими частинами охорони праці.

Для запобігання або зменшення впливу небезпечних або шкідливих виробничих факторів тих, що працюють, забезпечують засобами захисту. Ті з них, які призначені для захисту одного працюючого, належать до індивідуальних, а двох і більше – до колективних засобів захисту [39, с. 160].

Доброю основою безпечної діяльності військовослужбовців є забезпечення безпеки у місці постійного або тимчасового їх перебування в процесі виконання обов'язків. Безпечна зона виконання робіт повинна розташовуватися так, щоб військовослужбовець знаходився на безпечній (найменш допустимій) відстані від іншого працюючого або джерела небезпеки. Простір, в якому можливий вплив на виконавця небезпечного або шкідливого фактора, утворює небезпечну зону. Знаходитися в ній не рекомендується. Випадок впливу на особовий склад небезпечного фактора при виконанні військових обов'язків або завдань керівника робіт називається нещасним випадком на виробництві. Для недопущення нещасних випадків необхідно, щоб виробничий процес, в якому бере участь військовослужбовець, і використане ним обладнання повною мірою відповідали б вимогам безпеки праці з урахуванням умов, встановлених технічною документацією. Під ними

розуміються вимоги, що встановлені законодавчими актами, технічними паспортами, правилами та інструкціями, виконання яких забезпечує безпеку особового складу. Життєво важливі інтереси – сукупність потреб, задоволення яких надійно забезпечує існування і можливість прогресивного розвитку людини, суспільства і держави. Загроза безпеці – сукупність факторів, які створюють небезпеку життєво важливим інтересам людини, суспільства і держави.

Військова служба у збройних силах та інших військових формуваннях, утворених відповідно до законів України, є державною службою особливого характеру, яка полягає в професійній діяльності придатних до неї за станом здоров'я і віком громадян України, з метою захисту Вітчизни та виконання інших завдань, що визначені законодавчими актами України [34, с. 3].

Військова діяльність – діяльність військових формувань держави щодо застосування всіх форм збройної боротьби для захисту території своєї держави при нападі ззовні, проведення політики держави із застосуванням військових засобів, захисту державного суверенітету і територіальної цілісності. До військової діяльності можна віднести такі види діяльності військ: – бойові дії; – виконання службово-бойових завдань у повсякденній діяльності та за надзвичайних обставин; – створення систем військових баз; – технічне оснащення військ; – розквартирування військ; – всебічне забезпечення військ; – підготовку військових кадрів; – бойову підготовку військ; – підготовку резервів і мобілізаційних запасів; – миротворчу діяльність; – військове і військово-технічне співробітництво із закордонними країнами. Звідси під безпекою військової діяльності слід розуміти: – у мирний час – відсутність небезпеки від дій збройних формувань, в якому би вигляді діяльності вони не проявлялися: для своїх військовослужбовців, цивільного населення і природного середовища, а також для людей і природного середовища суміжних країн; – у воєнний час – відсутність небезпеки для військовослужбовців, цивільного населення і природного середовища своєї країни, суміжних нейтральних країн, цивільного населення і природного середовища країни-супротивника [41, с. 93].

Безпека військовослужбовця під час проходження ним військової служби – стан захищеності життєво важливих інтересів військовослужбовця від впливу небезпечних і шкідливих факторів у період виконання ним обов’язків військової служби. Забезпечення безпеки військової служби – цілеспрямована діяльність органів управління і посадових осіб щодо виконання вимог законодавства України, статутів Збройних Сил України, відомчих нормативних актів, які спрямовані на збереження життя та здоров’я військовослужбовців, організацію безпечних умов усіх видів життєдіяльності військ, а також аналіз, прогнозування і обмеження впливу факторів, які є причиною загибелі або травмування особового складу під час виконання обов’язків військової служби. Таким чином, ми розглянули основні поняття безпеки взагалі і безпеки військової діяльності зокрема.

4.2. Безпека в надзвичайних ситуаціях

До небезпечних факторів військової діяльності належать фактори, що безпосередньо негативно впливають на організм людини або виконання нею функціональних обов’язків та призводять до порушень стану здоров’я військовослужбовців, а також фактори, через які можуть виникати аварії, вибухи, пожежі, людські жертви. До шкідливих факторів військової діяльності належать фактори, що призводять до віддалених негативних наслідків, (які здійснюють непрямі впливи) у відношенні до людини, людського суспільства в цілому і до природного середовища [41, с. 67].

Джерелами небезпеки у військовій діяльності є матеріальні носії небезпеки, сам процес виконання обов’язків військової служби. До матеріальних носіїв небезпеки можна віднести: – зразки озброєння та військову техніку (далі – ОВТ), їхні складові частини, пристрої, установки, устаткування, спорядження; – джерела енергії;

– технологічні операції;

– природно-кліматичні явища (грози, тумани, землетруси, повені, стан атмосфери);

– флору, фауну, людей.

Процес виконання обов'язків військової служби можна вважати небезпечним, якщо під час його реалізації є можливість виникнення небезпечних виробничих і екологічних факторів, а саме: – заподіяння шкоди здоров'ю військовослужбовців (травмування, захворювання, отруєння, розвиток посттравматичних стресових розладів) або загибель особового складу; – аварії; – шкідливих впливів на навколишнє середовище (забруднення, зараження води, місцевості, повітряного простору й ін.) [40, с. 110].

До небезпечних факторів (чинників), що виявляються під час поводження зі зразками ОВТ і засобами їхньої підготовки до застосування, можна віднести: електромагнітні (поля випромінювань), електричні (ураження електричним струмом), термічні (перевищення температури або переохолодження) поля; механічні ураження (удари, пошкодження або травми від ураження важкими предметами); радіаційні поля іонізуючих випромінювань; надлишкові концентрації канцерогенних, токсичних і радіоактивних речовин. Джерелами цих небезпечних факторів можуть служити такі складові частини, пристрої, установки й устаткування зразків ОВТ і технічних споруд:

радіопередавальні пристрої; снаряди, ракети та їхні бойові частини; ємності, що працюють під тиском; заправне устаткування, нафтохімічне устаткування, газове устаткування; енергетичні засоби; навантажувально-розвантажувальні засоби; транспортні засоби.

До того ж військова діяльність може приносити віддалені негативні наслідки: військово-політичні – погіршення політичної обстановки в країні, зниження довіри до державних інститутів; військові – зменшення бойового потенціалу військ; соціально-економічні – втрату матеріальних цінностей, витрати на переселення людей, виплати компенсацій потерпілим, упущені вигоди від неукладених чи розірваних контрактів, зростання соціальної напруженості; екологічні – погіршення стану природного середовища і витрати

на його відновлення, втрату господарської цінності територій, психологічні – вплив на психіку під-час виконання бойових завдань, зниження рівня нервово-психічної стійкості, зниження опору до стрес-факторів [41, с. 200]

Джерела приведених негативних наслідків, а в низці випадків і небезпечних факторів, виявляються переважно в процесі виконання обов'язків військової служби, а саме: у мирний час: – під час обладнання позицій військ (вирубка лісів, ушкодження орних земель, створення перешкод цивільним мережам зв'язку, навігації, телебачення, управлінню повітряним рухом); під час підготовки ОВТ до застосування (зливання відпрацьованих рідин у ґрунт, ріки, водойми); у разі переміщення військ та транспортування ОВТ (руйнування асфальтових покриттів автодоріг, мостів, опор ліній електропередачі); збитки населенню під час проведення бойових стрільб і військових випробувань на полігонах; невинуваті загибель людей у результаті помилкових дій з припинення несанкціонованого проникнення в повітряний простір країни іноземних літальних апаратів, а також при проведенні антитерористичних операцій; у воєнний час: у разі ведення бойових дій поблизу АЕС, об'єктів хімічного виробництва, нафто- і газопроводів; під час бойових дій у районах з мінно-вибуховими загородженнями; бойові втрати особового складу й ОВТ від вражаючих факторів, зброї, боєприпасів; – невинуваті жертви серед цивільного населення; – свідоме перекручення та висвітлення даних бойової обстановки в засобах масової інформації.

Індивідуальний ризик – це міра можливості настання негативних наслідків для здоров'я військовослужбовця після події (аварії тощо) на певній території, у певний час і в певних умовах. Кількісно індивідуальний ризик характеризується ймовірністю отримання шкоди здоров'ю. Людина живе лише один раз, і для неї таке явище як смерть у будь-який проміжок часу характеризується тільки ймовірністю настання її (аналогічна ситуація і під час розгляду ризику руйнування об'єкта). За наявності низки небезпечних подій ризику від них складаються, а ймовірність збільшується, наближаючись до 1. Треба враховувати, що наслідки самої небезпечної події, якщо вони розподілені на

велику кількість людей, лише незначно підвищують індивідуальний ризик. Наприклад, у масштабах Збройних Сил кількісна величина ризику бути отруєним пороховими газами у бойовому відділенні танка не значна. Тому у таких випадках треба розглядати конкретні групи або категорії (екіпажі танків або всіх, кому належить стріляти з танків). Колективний ризик оцінюється кількістю смертей внаслідок дії певного небезпечного фактора на кількість людей, що підпадають під його дію. Наприклад: підраховано, що на 119 тис. ліквідаторів наслідків аварії на Чорнобильській АЕС – 70 осіб очікує смерть від ра24 діаційно-індукованого раку протягом усього наступного життя. У той же час смерть від спонтанного раку дає цифру 167. Повертаючись до аксіоми неможливості стовідсоткової безпеки, можна нагадати, що ми прагнемо до цього, але практика діяльності людей свідчить про інше – забезпечити нульовий ризик у діючих системах неможливо. Сучасний світ відкинув концепцію абсолютної безпеки і дійшов до концепції прийнятого (допустимого) ризику, сутність якої у прагненні до такої безпеки, яку приймає суспільство в даний період часу, виходячи з рівня життя, соціально-політичного та економічного становища, розвитку науки та техніки. За ступенем припустимості ризик буває знехтуваний, прийнятий, гранично допустимий, надмірний. Ризик, яким можна знехтувати, має настільки малий рівень, що він перебуває в межах допустимих відхилень природного (фонового) рівня. Прийнятим вважається такий рівень ризику, який суспільство може прийняти (дозволити), враховуючи техніко-економічні та соціальні можливості на даному етапі свого розвитку. Гранично допустимий – це максимальний ризик, який не повинен перевищуватися, незважаючи на очікуваний результат. Надмірний ризик характеризується виключно високим рівнем, який у переважній більшості випадків призводить до негативних наслідків. Між тим досвід показує, що прийнятий ризик поєднує в собі технічні, економічні, соціальні та політичні аспекти і являє собою певний компроміс між рівнем безпеки та можливостями її досягнення. Потрібно мати на увазі, що економічні можливості підвищення безпеки технічних систем не безмежні. Зі збільшенням витрат на забезпечення безпеки технічних систем технічний ризик

зменшується, але зростає соціально-економічний. Наприклад, витрачаючи надмірні кошти на підвищення безпеки технічних систем в умовах їх обмеженості, можна завдати збитків соціальній сфері, наприклад, погіршити медичну допомогу. Для того, щоб пояснити, що будь-яка система містить необхідний, навіть обов'язковий елемент ризику, відштовхуємося від наступного: жоден літак не зміг би піднятися в небо, жодна машина не змогла б рухатися, жоден корабель не зміг би вийти в море, якщо б виникла необхідність перед цим виключити всі ризики та всі небезпеки. 25 Подібним чином неможливо було б працювати на верстаті, керувати автомобілем, йти вулицею, пірнати у воду, готувати їжу тощо (без деякого елемента ризику).

Згідно з положеннями Кодексу цивільного захисту України визначаємо, що «надзвичайна ситуація – це обстановка на окремій території чи суб'єкті господарювання на ній або на водному об'єкті, яка характеризується порушенням нормальних умов життєдіяльності населення, що спричинена катастрофою, аварією, пожежею, стихійним лихом, епідемією, епізоотією, епіфітотією, застосуванням засобів ураження або іншою небезпечною подією, що призвела (може призвести) до виникнення загрози життю або здоров'ю населення, до великої кількості загиблих і постраждалих, значних матеріальних збитків, а також до неможливості проживання населення на такій території чи об'єкті, проведення на ній господарської діяльності» 2 . Відповідно до Класифікатора надзвичайних ситуацій ДК 019:2010 такі ситуації класифікують за походженням, ступенем поширення, розміром людських втрат і/або матеріальних збитків. I. Залежно від характеру походження подій, що можуть зумовити виникнення надзвичайних ситуацій на території України, визначають такі види надзвичайних ситуацій: А. Техногенного характеру: – транспортні аварії і катастрофи; – пожежі та вибухи; – вихід отруйних речовин на об'єктах економіки; 2 Тут і далі див. Главу 1 КЦЗУ (Документ 5 403-VI за поточною редакцією 01.01.2018). 28 – радіоактивне забруднення; – раптові руйнування споруд; – аварії на очисних спорудах; – аварії на електроенергетичних системах тощо. Б. Природного характеру: – геологічні, геофізичні; – метеорологічні; –

гідрологічні (морські і прісноводні); – пожежі в природних екосистемах; – інфекційні захворювання та отруєння людей; – інфекційні захворювання сільськогосподарських тварин; – масова загибель диких тварин; – ураження сільськогосподарських рослин хворобами та шкідниками. В. Соціального характеру: – збройні напади, захоплення важливих об'єктів або загроза таких акцій; – замах на керівників держави або народних депутатів; – напад, замах на членів екіпажу літаків та суден, захоплення заручників; – встановлення вибухового пристрою в громадському місці; – зникнення або викрадення зброї, боєприпасів, вибухових матеріалів, бронетехніки, радіоактивних речовин; – нещасні випадки з людьми. Г. Воєнного характеру: – застосування звичайної зброї або зброї масового ураження, під час якого виникають вторинні чинники ураження населення; – наслідки бойових дій на певній території. П. Залежно від обсягів заподіяних надзвичайною ситуацією наслідків, кількості постраждалих і загиблих, обсягів технічних і матеріальних ресурсів, необхідних для ліквідації її наслідків визначають такі рівні надзвичайних ситуацій: – державний (загинуло понад 10 осіб, постраждало понад 300 осіб, надзвичайна ситуація (далі – НС), поширилася на територію 2-х регіонів); – регіональний (загинуло понад 5 осіб, постраждало понад 100 осіб, НС поширилася на територію 2-х регіонів); 29 – місцевий (загинуло понад 2 осіб, постраждало понад 50 осіб, НС поширилася на іншу територію, загрожує довкіллю, населеним пунктам); – об'єктовий (НС не поширилася за територію об'єкта). Визначають такі чинники надзвичайних ситуацій: – територіальне поширення; – розмір заподіяних людських втрат і економічних збитків; – класифікаційні ознаки надзвичайних ситуацій (потреба відповідного рівня реагування). Головною метою захисту населення і територій під час надзвичайних ситуацій є забезпечення політики запобігання таким ситуаціям та ліквідація їхніх наслідків і надання допомоги постраждалим у мирний час та в особливий період, зменшення руйнівних наслідків терористичних актів та військових дій. Комплекс підготовчих заходів щодо запобігання надзвичайним ситуаціям є однаковим як для мирного, так і воєнного часів. У «Кодексі цивільного захисту України» визначені основні завдання із

захисту населення під час надзвичайних ситуацій та надається спеціальний комплекс заходів, які мають такі складові: – оповіщення та інформування; – спостереження і контроль; – укриття в захисних спорудах; – евакуаційні заходи; – інженерний захист; – медичний, біологічний та психологічний захист; – радіаційний і хімічний захист; – навчання населення діям у надзвичайних ситуаціях. Забезпечення реалізації державної політики у сфері цивільного захисту здійснюється єдиною державною системою цивільного захисту, яка складається з функціональних і територіальних підсистем та їх ланок. Залежно від обстановки, масштабу і особливостей НС (прогнозована або існуюча) Центральними Органами Виконавчої Влади (Кабінетом Міністрів України) або місцевої влади (від районної державної адміністрації) вводиться один з таких режимів: – повсякденної діяльності; – підвищеної готовності; – надзвичайної ситуації.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ.

Як показує досвід, опрацювання літературних джерел – практика використання методів діагностики стану нервово-психологічної стійкості є життєво необхідною. Такою ж необхідною є перевірка рівня психологічної готовності до військової служби, створення основи для актуальної психокорекційної роботи, підтримка емоційного стану на тому рівні, який необхідний для його швидкого відновлення. Не менш важливим є створення позитивної атмосфери у військових колективах, полегшення соціальної адаптації військовослужбовців [24; 25; 26].

Психодіагностика є невід'ємним елементом оцінки військовослужбовців і відіграє важливу роль для відбору осіб із визначеним рівнем професійної придатності до умов професійної діяльності, а також посідає важливе місце у системі психологічної роботи в Збройних Силах України. До проблематики, яка пов'язана з психологічною діагностикою на різних етапах військово-професійної діяльності, зверталися різні вчені та науковці: Агаєв Н.А, Алімпієв А. М., Афанасенко В.С., Бойко О.М., Бондарев Г.В., Гаврищак Л.І, Дейко, В.В. Кокун О.М., Лозінська С.В., Лісовський П.М., Луханін В.В., Максимова Н. Ю., Скрипкін, А.Б., Снігур Л.А., Пасічник В.І., Ягупов В.В., Роуч Мері, Комар Зоран, та ін.

Всі вчені на різних етапах своїх досліджень зробили висновки стосовно діагностики рівня тривожності та дослідження рівня нервово-психічної стійкості. Також вони дійшли до спільного знаменника у тому, що психодіагностика – це оцінка конкретного психологічного стану та певних індивідуально-психологічних особливостей військовослужбовців, контроль за їх психічним станом, визначення потреби й оптимальних методів психологічної корекції, адаптації та реабілітації. Психологічна діагностика особового складу здійснюється: в місцевих центрах комплектування і соціальної підтримки, навчальних центрах куди направляються солдати, військових частинах, а також на етапі підготовки; перед

відправкою підрозділу в район виконання завдань за призначенням (ведення бойових дій); підчас виконання завдань за призначенням (бойових завдань); на етапі повернення з району виконання завдань за призначенням. На кожному етапі психодіагностика має свою мету та завдання. Першим етапом використання інструментів психологічної діагностики в Збройних Силах є етап який дозволяє: визначити рівень придатності громадян до певних видів військової діяльності, визначити їхню військово-професійну орієнтацію, здійснити поглиблене психологічне вивчення військовослужбовців у процесі адаптації до служби і надати пропозиції командирам щодо проведення з ними індивідуальної роботи; надати пропозиції командирам щодо комплектування підрозділів військовослужбовцями з урахуванням їх психологічної сумісності.

За результатами психологічної діагностики оцінюються різні рівні розвитку окремих якостей, професійно важливих для служби на конкретних військових посадах [25, с. 230].

“високий рівень” – що цілком відповідає визначеним вимогам, які висуваються до військових посад;

“середній” – що в основному може відповідати вимогам, які висуваються до військових посад;

“мінімально достатній” – що частково відповідає вимогам, які висуваються до військових посад;

“низький - що не відповідає більшості вимог військових посад.

На етапі відбору психологічна діагностика застосовується також і як важливий превентивний захід. Профілактика можливого розвитку несприятливих станів. Крім того діагностика необхідна для визначення рівня сумісності військовослужбовців в колективі полегшення умов їхньої соціальної адаптації. Вдало проведена вчасна діагностика спрощує перебіг психокорекційної роботи та задає його вірний напрямок.

Психокорекція в свою чергу повинна опиратися на проведену діагностичну роботу для виправлення недоліків поведінки та для нормалізації та оптимізації умов військової служби.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Бойко О. Стривоженість військових. Хорватський досвід і українські реалії. Київ: 2019. 27с.
2. Дуткевич Т. Теорія і практика розвивально-корекційної роботи психолога. Київ: КНТ, 2019. 266 с.
3. Кандибович М. І. Військова психологія і педагогіка. Сучасна військова психологія: хрестоматія. Минск: Харвест, 2003. 576 с.
4. Каськов, І. В. Теоретичні аспекти адаптації молодих офіцерів до професійної діяльності. Психологія : збірник наукових праць НПУ імені М. П. Драгоманова, 2000. № 11. С. 439–442.
5. Комар З. Психологічна стійкість воїна. Київ: Підручник для військових психологів. Київ: Посольство Великої Британії в Україні. STABILIZATION SUPPORT SERVICES, 2017. 182 с.
6. Лісовський П. Військова психологія: Методологічний аналіз. Київ: Кондор, 2017. 290 с.
7. Лісовський П. Військова психологія: Методологічний аналіз. Київ: Кондор, 2019. 290 с.
8. Лісовський П. Військова психологія: Методологічний аналіз. Київ: Кондор, 2021. 290 с.
9. Лісовський П. Військова психологія: Методологічний аналіз. Київ: Кондор, 2022. 290 с.
10. Максименко Н.М. «Психологічний супровід соціальної адаптації військовослужбовців строкової служби» Міністерство Освіти і Науки України Національний авіаційний університет. Київ, 2020. С.50-60.
11. Романишин А. Психологія бою. Посібник. Київ Астролябія, 2017. 352 с.
12. Роуч Мері. Перекладач: Сергій Білай, Ганна Литвиненко Вояки. Київ: Фабула, 2018. 304 с.
13. Ягупов В.В. Військова психологія. Підручник, Київ: Тандем, 2004. 656 с.

- 14.Бондарев, Г. В., Круть, П. П. Основи військової психології : навчальний посібник Харків. Нац. Ун-т внутр. Справ. – Харків, 2020. 272 с.
- 15.Качура Олександр., Ільдіко Елер'єші. Шмаття війни. Донбас. Київ: Фоліо, 2022. 320 с.
- 16.Євдокімова О. О., Оніщенко Н. В. Психологічний супровід військовослужбовців які виконують бойові завдання в екстремальних умовах: методичні рекомендації. Харків 2016. 69 с.
- 17.Алімпієв А. М., Афанасенко В.С., Пасічник В.І. Психологічна підготовка та адаптація військовослужбовців Повітряних Сил до ведення бойових дій (на основі досвіду антитерористичної операції):навчально-методичний посібник. Харків: ХНУПС, 2018. – 296 с.
- 18.Снігур Л. А., Розмазнін О. П., Луханін В. В. Актуальні проблеми психології вищої військової школи. Навчальний посібник 2019. 188 с.
- 19.Снігур Л. А., Розмазнін О. П., Луханін В. В. Актуальні проблеми психології вищої військової школи. Навчальний посібник 2020. 205 с.
20. Агаєв Н. А., Скрипкін О. Г., Дейко А. Б., Поливанюк В. В., Еверт О. В. Алгоритм роботи військового психолога щодо психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України (методичні рекомендації). Київ: НДЦ ГП ЗС України, 2016.147 с.
- 21.Головіхіна Н.М., Коваль А. М, Коваль М.А, Коваль О.М. Основи військового етикету та психології. Навчальний посібник. Київ: «Золоті Ворота», 2016. 233 с.
- 22.Грицевич Т. Л., Гузенко І. М., Капінус О. С., Мацевко Т.М., Романишин А.М.; за ред. А.М. Романишина. Психологія бою: Посібник. Львів: Видавництво «Астролябія», 2017. 352 с.
- 23.Грицевич Т. Л., Гузенко І. М., Капінус О. С., Мацевко Т. М., Романишин А. М.; за ред. А. М. Романишина. Психологія бою: Посібник. Львів: Видавництво «Астролябія», 2019. 352 с.

- 24.Кокун О. М., Агаєв Н. А., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Остапчук В. В. Психологічна робота з військовослужбовцями - учасниками АТО на етапі відновлення: Методичний посібник. К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 282 с.
- 25.Кокун О. М., Агаєв Н. А., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Остапчук В. В. Психологічна робота з військовослужбовцями - учасниками АТО на етапі відновлення: Методичний посібник. К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2019. 282 с.
- 26.Кокун О. М., Агаєв Н. А., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Остапчук В. В. Психологічна робота з військовослужбовцями: Методичний посібник. К.:НДЦ ГП ЗСУ, 2020. 282 с.
- 27.Гаврищак Л. І, кандидат психологічних наук, доцент Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, Україна. Психічне здоров'я військовослужбовців збройних сил України як головний фактор успішного виконання бойових завдань в складних та екстремальних умовах.
- 28.Максимова Н. Ю., професор кафедри соціальної реабілітації та соціальної педагогіки Київського національного університету імені Тараса Шевченка, доктор психологічних наук. . Психічне здоров'я військовослужбовців збройних сил України як головний фактор успішного виконання бойових завдань в складних та екстремальних умовах.
- 29.Гарнійчук, В. М. Школа виживання: Страх. Психологічна допомога – це робота над собою. Журнал Безпека життєдіяльності . 2016р. № 3. С. 14-15.
- 30.Гульбс О. Кобець О. Соціально-психологічна реабілітація учасників бойових дій. Психологічний журнал.2021 № 7. С.100-106.
- 31.Неурова А.Б. Емпіричне дослідження особливостей психологічної стійкості військовослужбовців – учасників операції об'єднаних сил. Науковий вісник Херсонського державного університету. 2019 №4. С. 23-29.

32. Романчук О. Психологічна стійкість в умовах війни: індивідуальний та національний вимір України. Київ. 2019. 139 с.
33. Панок Віталій. Психологічна служба системи освіти і війна. Психологія і суспільство : укр. Теорет.-метод. Соціогуманіт. Часоп. – 2015. - № 3. – С. 18-23. – ISSN 1810-2131.
34. Закон України Про військовий обов'язок і військову службу Закон введено в дію з дня опублікування – 12 травня 1992 року (згідно з Постановою Верховної Ради України від 25 березня 1992 року N 2233-ХІІ).
35. Наказ МО України від 10.12.2014р. No883 «Про затвердження Інструкції з організації професійно-психологічного відбору у Збройних Силах України». (зі змінами згідно наказу МО України від 16.01.2017р. No25).
36. Наказ ГШ ЗС України від 27.04.2018р. No173дск «Про затвердження Настанови з морально-психологічного забезпечення підготовки та застосування Збройних Сил України».
37. Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю. Наукове видання – Київ: КНУ ім. Тараса Шевченка. – Київ: ВИДАВНИЦТВО, 2016. С. 21- 108.
38. Науково-практична конференція Харківського національного університету Повітряних Сил імені Івана Кожедуба «Сучасна війна: гуманітарний аспект»: тези доповідей, 31 травня – 1 червня 2018 року. – Харків: ХНУПС ім. І. Кожедуба, 2018. 172 с.
39. Міжнародна наукова конференція Харківського національного університету Повітряних Сил імені Івана Кожедуба «Сучасна війна: гуманітарний аспект»: тези доповідей, 28-29 травня 2019 року. – Харків: ХНУПС ім. І. Кожедуба, 2019. 160 с.
40. Діяльність психолога у ході психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України: (методичні рекомендації). Міністерство оборони України, Наук.-дослід. Центр

- гуманітар. Проблем Збройних Сил України: О.Г. Скрипкін, А.Б. Дейко, О.В. Еверт. Київ: НДЦ ГП ЗС України, 2016. 110 с.
41. Охорона праці та безпека військової діяльності : навчальний посібник / О. П. Северин, В. М. Богомаз, М. В. Боренко, В. Г. Лоза, І. Є. Крамар, О. І. Шаптала; Дніпропетр. Нац. Ун-т залізн. Трансп. Ім. акад. В. Лазаряна. – Дніпро, 2018. 208 с.
42. Бриндіков Б. Л. Теорія та практика військовослужбовців учасників бойових дій в системі соціальних служб. Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису. Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка. Тернопіль, 2018. Хмельницький, 2018. 559 с.
43. Кривошей В. М. Формування та реалізація державної політики у сфері соціально-психологічної адаптації учасників бойових дій. Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з державного управління: Київ 2020. 272 с.
44. Турбан В. В. Реабілітаційна та реінтеграційна робота з військовослужбовцями, учасниками бойових дій в центрах соціальних служб: етичний аспект. Дисертація доктор психологічних наук, професор, завідувач лабораторії загальної психології та історії психології ім. В. А. Роменця Інституту психології імені Г.С. Костюка, м. Київ. УДК 159.9:378-053.
45. Bury P. Recruitment and Retention in the British Army Reserve Logistics Units'. *Armed Forces & Society*. 2017. 43(4). P. 608–631. URL: <https://researchportal.bath.ac.uk/en/publications/recruitment-and-retention-in-british-army-reserve-logistics-units> (дата звернення: 23.12.2019).
46. Johansen R. B., Laberg J. C., Martinussen M. Military Identity as Predictor of Perceived Military Competence and Skills'. *Armed Forces & Society*. 2014. 40(3). P. 521–543. DOI:10.1177/0095327X13478405(дата звернення: 13.09.2020).
47. Griffith J. Institutional Motives for Serving in the US Army National Guard: Implications for Recruitment, Retention, and Readiness. *Armed Forces &*

- Society 2008. № 34. P. 230–258.
URL: <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0095327X06293864> (дата звернення: 23.12.2019).
48. Grigorov Grigor, Spiridonov Svilen. Research on the Motivation for Choosing the Military Career. International conference KNOWLEDGE-BASED ORGANIZATION, 2018. 24. 302-307. 10.1515/kbo-2018-0048.
49. Qiao Taiyang. Military Motivation. The Chinese Way. URL: <http://blogs.hbr.org/frontlineleadership/2010/11/military-motivation-the-chines.html> (дата звернення: 15.03.2020).
50. Life as a Private: A Study of the Motivations and Experiences of Junior Enlisted Personnel in the U.S. Army / Helmus Todd C. Et al. Santa Monica, Calif : RAND Corporation, RR-2252-A, 2018. As of November 19, 2020. URL: https://www.rand.org/pubs/research_reports/RR2252.html (дата звернення: 24.12.2019).
51. Woodruff T. D. Who Should The Military Recruit? The Effects of Institutional, Occupational, and Self-Enhancement Enlistment Motives on Soldier Identification and Behavior. Armed Forces & Society. 2017. 43(4). P. 579–607. URL: <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0095327X17695360> (дата звернення: 13.09.2020).
52. Психологічна підтримка у Збройних Силах України. Збройні сили. URL: <https://www.zsu.gov.ua/menu/5fedba6fd3a55a205e8fd537> (дата звернення 31.12.2021).
53. Психологічна реабілітація учасників АТО. Види діяльності практичного психолога. URL: <https://sumy-gospital.lic.org.ua/statti/psychologichna-reabilitatsiya-uchasnykiv-ato-vydy-diyalnosti-praktychnogo-psyhologa/> (дата звернення 31.08.2018).
54. Поради військових психологів сім'ям бійців АТО. URL: <http://www.boyarka.cspr.info/2015/03/23-poradi-vijskovix-psixologiv-simyam-bijciv-ato/> (дата звернення 14.05.2022).

55. Три поради іноземного військового психолога, як розвинути психічну стійкість. URL: <https://armyinform.com.ua/2022/03/25/try-porady-inozemnogo-vijskovogo-psyhologa-yak-rozvynuty-psyhichnu-stijkist/>. (дата звернення 14.05.2022).
56. Зоран Комар: Психолог є “добрим духом” армії, який знає всі секрети. URL: <https://novynarnia.com/2017/03/31/zoran-komar-psihsolog-ye-dobrim-duhom-armiyi-yakiy-znae-vsi-sekreti/> (дата звернення 31.03.2017).
57. Романчук О. Психологічна стійкість в умовах війни: індивідуальний та національний вимір. URL: https://i-cbt.org.ua/resilience_ukraine/ (дата звернення 15.05.2022).
58. Реальність без ілюзій: психологічна стійкість в умовах війни. URL: <https://ucu.edu.ua/news/realnist-bez-ilyuzij-psyhologichna-stijkist-v-umovah-vijny/> (дата звернення 03.03.2022).
59. Психологічні прояви дезадаптації колишніх військових у цивільному житті. URL: <http://journals.maup.com.ua/index.php/psych-health/article/view/1259> (дата звернення 23.02.2022).
60. Шляхи і способи підтримки психологічної стійкості і бойової активності особового складу в ході бойових дій. URL: <http://um.co.ua/2/2-10/2-108711.html> (дата звернення 15.05.2022).

У даному додатку використовується нова версія “Адаптивність-200”, що містить 200 запитань. Крім традиційних шкал: ПР (психічна регуляція), КП (комунікативний потенціал) і МН (моральна нормативність) до даної версії опитувальника увійшли додаткові шкали ВПС (військово-професійна спрямованість), ДАП (схильність до девіантних форм поведінки) і СР (суїцидальний ризик).

Обробку отриманих даних необхідно проводити за основними та додатковими шкалами. Основні шкали: достовірність (Д), поведінкова регуляція (ПР), комунікативний потенціал (КП), моральна нормативність (МН).

Шкала достовірності призначена для оцінки щирості відповідей військовослужбовців на питання «Адаптивність-200» (і тим самим надійності отриманих даних).

Шкала поведінкової регуляції призначена для вивчення рівня нервово-психічної стійкості військовослужбовця і його толерантності до несприятливих дій професійної діяльності.

Шкала комунікативного потенціалу призначена для вивчення комунікативних можливостей військовослужбовця і вміння побудувати міжособистісні відносини у колективі.

Шкала моральної нормативності призначена для вивчення здатності військовослужбовця дотримуватись моральних норм поведінки, уміння підкорятися груповим і корпоративним вимогам.

Додаткові шкали: військово-професійна спрямованість (ВПС), схильність до девіантних форм поведінки (ДАП), суїцидальний ризик (СР).

Шкала військово-професійної спрямованості призначена для вивчення рівня професійної мотивації і спрямованості обстежуваного на продовження професійної діяльності.

Шкала схильності до девіантних форм поведінки направлена на виявлення ознак адитивної і деліквентної поведінки.

Шкала суїцидального ризику призначена для виявлення осіб, схильних до здійснення суїцидальних дій.

На кожне питання тесту обстежуваний кандидат може відповідати або “Так” або “Ні”. Ухильних відповідей в не передбачено.

Для обробки отриманих даних необхідно мати набір ключів, які відповідають основним і додатковим шкалам “Адаптивність-200”. При обробці результатів враховується кількість відповідей, що співпали з ключем. Кожний збіг відповіді з ключем оцінюється в один бал. Обробку отриманих даних необхідно починати з шкали достовірності(Д).

У випадку якщо загальна кількість балів дорівнює або перевищує 10, то отримані результати слід вважати необ'єктивними внаслідок прагнення випробовуваного якомога більше відповідати соціально бажаному типу особистості. У цьому випадку значення усіх основних і додаткових шкал при роздрукуванні не приводяться.

Аналогічно за допомогою спеціальних ключів здійснюється обробка даних за основними шкалами ПР, КП і МН, а також, за додатковими шкалами ВПС, ДАП і СР.

Для отримання інтегральної оцінки за результатами блоку методів вивчення індивідуально-психологічних якостей, сирі бали шкал поведінкової регуляції (ПР), комунікативного потенціалу (КП) і моральної нормативності (МН) підсумовуються і отримане значення переводиться за у 10-бальну шкалу нормального розподілу (стени), а потім у рівень стійкості до бойового стресу.

Відповіді багаторівневого особистісного опитувальника
“АДАПТИВНІСТЬ – 200”

	“ТАК”	“НІ”
Достовірність		1,10,19,31,51,69,78,92,101,116,128,138,148.
Поведінкова регуляція (ПР)	4, 6, 7, 8, 11, 12, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 28, 29, 30, 36, 37, 39, 40, 41, 47, 57, 60, 63, 65, 67, 68, 70, 73, 80, 82, 83, 84, 86, 89, 94, 95, 96, 98, 102, 103, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 115, 117, 118, 119, 120, 122, 123, 124, 125, 127, 129, 131, 135, 136, 137, 139, 143, 146, 149, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 161, 162	2, 3, 5, 23, 25, 32, 38, 44, 45, 52, 53, 54, 55, 58, 62, 66, 75, 87, 105, 132,134, 140
Комунікативний потенціал (КП)	9, 24, 27, 43, 46, 61, 64, 81, 88, 90, 99, 104, 106, 114, 121, 126, 133, 142, 151, 152	26, 34, 35, 48, 49, 74, 85, 107, 130, 144, 147, 159
Морально-етична нормативність (МН)	14, 22, 33, 42, 50, 56, 59, 71, 72, 77, 79, 91, 93, 141,145, 150, 164, 165	13, 76, 97, 100, 160, 163
Військово-професійна спрямованість (ВПС)	166, 167, 168, 169, 170, 172, 173, 174, 175, 176, 177, 179, 180, 181, 183, 184, 185, 186, 187, 188, 190	171, 178, 182, 189
Схильність до девіантних форм поведінки (ДАП)	6, 9, 14, 15, 22, 36, 39, 42, 47, 50, 56, 59, 71, 72, 91, 93 117,127, 141, 145, 151, 152, 164, 191, 192, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 199, 200	13, 100, 163.
Суїцидальний ризик	4, 8, 10, 28, 29, 39, 41, 47, 70, 84, 115, 119, 124, 136, 137, 149, 154, 155	32, 105

Слід зазначити, що даний інтегральний показник у літературі часто позначається як “Особистісний потенціал соціально-психологічної адаптації” (ОАП).

$$\text{ОАП} = \text{ПР (сирі бали)} + \text{КП (сирі бали)} + \text{МН (сирі бали)}$$

Показники додаткових шкал: ВПС, ДАП і СР не враховуються при загальному підрахунку особистісного адаптаційного потенціалу (ОАП), а є самостійними показниками. При визначенні інтегральної оцінки особистісного адаптаційного потенціалу (ОАП) підсумовуються тільки сирі значення шкал ПР + КП + МН. Рівень військово-професійної спрямованості (ВПС), схильність до девіантних

форм поведінки (ДАП) і суїцидального ризику (СР) визначаються окремо за спеціальними „ключами”, з подальшим переведенням у стени.

Таблиця 2.2

Переведення значень інтегральної оцінки (особистісний адаптаційний потенціал) у шкалу нормального розподілу

Найменування показника	С т е н и									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Сирі значення	≥ 87	75-86	63-74	51-62	40-50	31-39	25-30	21-24	18-20	≤ 17

Таблиця 2.3

Інтерпретація значень ОАП при визначенні рівня стійкості до бойового стресу

БОО	Стени	Рівень стійкості до бойового стресу
ОАП		
≥ 87	1	4 – низька стійкість до бойового стресу
75-86	2	
63-74	3	
51-62	4	
40-50	5	2 – достатня стійкість до бойового стресу
31-39	6	
25-30	7	
21-24	8	1 – висока стійкість до бойового стресу
18-20	9	
≤ 17	10	

1-Й РІВЕНЬ СТІЙКОСТІ ДО БОЙОВОГО СТРЕСУ. Високий рівень розвитку адаптаційних можливостей особистості. Повністю відповідає вимогам, що пред'являються до військовослужбовців в умовах бойової діяльності.

2-Й РІВЕНЬ СТІЙКОСТІ ДО БОЙОВОГО СТРЕСУ. Достатній рівень розвитку адаптаційних можливостей особистості. В основному відповідає вимогам, що пред'являються до військовослужбовців в умовах бойової діяльності.

3-Й РІВЕНЬ СТІЙКОСТІ ДО БОЙОВОГО СТРЕСУ. Задовільний рівень розвитку адаптаційних можливостей особистості. Мінімально відповідає вимогам, що пред'являються до військовослужбовців в умовах бойової діяльності.

4-Й РІВЕНЬ СТІЙКОСТІ ДО БОЙОВОГО СТРЕСУ. Недостатній рівень розвитку адаптаційних можливостей особистості. Не відповідає вимогам, що

пред'являються до військовослужбовців в умовах бойової діяльності.

Таблиця 2.4

Переведення у стандартні бали результатів за шкалами “Адаптивність-200”

Стени	Основні шкали			Додаткові шкали		
	ПР	КП	МН	ВПС	ДАП	СР
1	≥ 57	≥ 23	≥ 17	18 – 25	≥ 25	≥ 15
2	56-46	22-20	16	16-17	21-24	14-10
3	45-35	19-18	15-14	14-15	18-20	9-7
4	34-27	17-15	13-12	11-13	15-17	6-5
5	26-19	14-13	11-10	8-10	12-14	4
6	18-13	12-11	9-8	5-7	10-11	3
7	12-9	10-9	7	4	8-9	2
8	8-6	8-7	6-5	2-3	6-7	1
9	5	6	4	1	4-5	0
10	0-4	0-5	0-3	0	0-3	0

Коротка інтерпретація результатів індивідуально-психологічного вивчення

При значеннях шкали (Д = 0 – 5 балів) – ВИСОКА достовірність результатів обстеження.

При значеннях шкали (Д = 6 – 9 балів) – ДОСТАТНЯ достовірність результатів обстеження.

Окремі ознаки соціальної бажаності.

При значеннях шкали (Д ≥ 10 балів) – результати обстеження недостовірні. Формулювання висновку не є можливим. Потрібне додаткове поглиблене обстеження. У даному випадку дані решти шкал не обраховувати.

Таблиця 2.5

Основні шкали методики “Адаптивність-200”

1. Шкала поведінкової регуляції

Стени	Інтерпретація значень шкали ПР
10-8 стенів	Високий рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції. Високий рівень працездатності, у тому числі і в умовах вираженого стресу. Висока толерантність до несприятливих психічних і фізичних навантажень
7 стенів	Достатньо високий рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції. Достатньо високий рівень працездатності, у тому числі і в ускладнених умовах діяльності. Достатньо висока толерантність до психічних і фізичних навантажень. Достатньо висока стійкість до дії стрес-чинників
6 стенів	Достатній рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової

	регуляції. Достатній рівень працездатності, у тому числі і в ускладнених умовах діяльності. Достатня толерантність до психічних і фізичних навантажень. Достатня стійкість до дії стрес-чинників
5 стенив	В цілому достатній рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції. Стійкий рівень працездатності у звичних умовах життєдіяльності. При тривалій дії явних психічних навантажень можливо тимчасове погіршення якості діяльності
4 стени	Деяко понижений рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції. Нестабільний рівень працездатності, що особливо проявляється в ускладнених умовах діяльності. Адаптація до нових і незвичайних умов життєдіяльності ускладнена і може супроводжуватися тимчасовим погіршенням функціонального стану організму
3 стени	Окремі ознаки нервово-психічної нестійкості і порушення поведінкової регуляції. Недостатня толерантність до психічних і фізичних навантажень. Адаптація до нових умов життєдіяльності, як правило, ускладнена і може супроводжуватися тривалим погіршенням функціонального стану організму і професійної працездатності. При надзвичайно високих психічних навантаженнях можливий зрив професійної діяльності
2 стени	Виражені ознаки нервово-психічної нестійкості і порушення поведінкової регуляції. Низька толерантність до психічних і фізичних навантажень. Адаптація до нових умов життєдіяльності протікає хворобливо. Можливе тривале і виражене погіршення функціонального стану організму. Рівень професійної працездатності у даний період часу низький. При посиленні психічних навантажень достатньо вірогідний зрив професійної діяльності
1 стени	Вкрай високий рівень нервово-психічної нестійкості. Ознаки граничних нервово-психічних розладів. Вкрай низька толерантність до психічних і фізичних навантажень. Адаптація до нових умов життєдіяльності протікає дуже хворобливо з тривалим і вираженим погіршенням функціонального стану організму. Працездатність у даний період часу різко знижена. Посилення психічних навантажень приводить до зриву професійної діяльності

3. Шкала комунікативного потенціалу

Стени	Інтерпретація значень шкали КП
10-8 стенив	Високий рівень комунікативних здібностей. Швидко адаптується у новому колективі. Легко встановлює контакти з оточуючими. У міжособистісному спілкуванні неконфліктний. Завжди адекватно оцінює свою роль і правильно будує міжособистісні взаєностосунки у колективі

7 стенів	Достатньо високий рівень комунікативних здібностей. Достатньо швидко адаптується у новому колективі. При встановленні міжособистісних контактів з оточуючими, як правило, не зазнає труднощів. У спілкуванні не конфліктний. У більшості випадків адекватно оцінює свою роль в колективі. На критику реагує адекватно. Достатня здатність до корекції поведінки
6 стенів	Достатній рівень комунікативних здібностей. Достатньо швидко адаптується у новому колективі. При встановленні міжособистісних контактів з оточуючими, як правило, не зазнає труднощів. У спілкуванні не конфліктний. У більшості випадків адекватно оцінює свою роль в колективі. На критику реагує адекватно. Достатня здатність до корекції поведінки
5 стенів	Рівень комунікативних здібностей середній. У цілому без особливих ускладнень адаптується до нового колективу. При встановленні міжособистісних контактів з оточуючими іноді може неправильно будувати стратегію своєї поведінки. Разом з тим, до критичних зауважень відноситься адекватно, здатний коригувати свою поведінку. У спілкуванні не конфліктний. Достатньо адекватно оцінює свою роль у колективі
4 стени	Задовільний рівень комунікативних здібностей. На початковому етапі адаптації до нового колективу можуть виникати ускладнення. Не завжди правильно будує міжособистісні взаємостосунки, зважаючи на деяку неадекватність самооцінки. На критичні зауваження на свою адресу в основному реагує адекватно, хоча і дещо хворобливо. В цілому здатний до корекції своєї поведінки
3 стени	Понижений рівень комунікативних здібностей. Наявність окремих ознак акцентуації характеру. На початковому етапі адаптації до нового колективу виникають значні ускладнення. Міжособистісні взаємостосунки (як по горизонталі, так і по вертикалі) часто будує неправильно. Хворобливо реагує на критику. Недостатньо розвинута здатність до корекції своєї поведінки
2 стени	Рівень комунікативних здібностей низький. Наявність ознак акцентуації характеру. Початковий етап адаптації до нового колективу розтягнутий у часі і, як правило, протікає вельми хворобливо. Часто виникають ускладнення в побудові міжособистісних контактів з оточуючими, зважаючи на наявність неадекватної самооцінки. Схильність до підвищеної конфліктності. Хворобливо реагує на критику. Фіксований на образах, що заподіяні йому оточуючими. Недостатньо розвинута здатність до корекції поведінки
1 стени	Вкрай низький рівень комунікативних здібностей. Наявність виражених ознак акцентуації характеру. Адаптація до нового колективу протікає тривало і вкрай хворобливо. Постійно випробовує утруднення в побудові міжособистісних контактів з оточуючими. Високий рівень конфліктності. Колективом, як

	правило, відкидаємо. Фіксований на образах, заподіяних оточуючими, унаслідок чого схилений до ірраціональних вчинків. Вкрай низька здатність до корекції поведінки
--	--

3. Шкала морально-етичної нормативності

Стени	Інтерпретація значень шкали МН
10-9 стенив	Дуже високий рівень соціалізації. Суворо орієнтований на загальноприйняті і соціально схвалювані норми поведінки. Суворо дотримується корпоративних вимог. У повсякденній діяльності групові інтереси ставить вище особистісних. Виражені альтруїстські якості
8 стенив	Високий рівень соціалізації. Суворо орієнтований на загальноприйняті і соціально ухвалені норми поведінки. Схильний дотримуватися корпоративних вимог. У повсякденній діяльності групові інтереси ставить вище особистісних
7 стенив	Достатньо високий рівень соціалізації. Орієнтований на дотримання загальноприйнятих і соціально ухвалених норм поведінки. Дотримується корпоративних вимог. У повсякденній життєдіяльності групові інтереси, як правило, переважають над особистісними інтересами
6 стенив	Достатній рівень соціалізації. У цілому орієнтований на дотримання загальноприйнятих і соціально ухвалених норм поведінки. У цілому дотримується корпоративних вимог. В повсякденній життєдіяльності групові інтереси, як правило, переважають над особистісними інтересами
5 стенив	В цілому достатній рівень соціалізації. Прагне дотримуватися загальноприйнятих і соціально ухвалених норм поведінки. У повсякденній життєдіяльності групові інтереси, як правило, переважають над особистісними інтересами
4 стени	Задовільний рівень соціалізації. Не завжди орієнтований на дотримання загальноприйнятих і соціально ухвалених норм поведінки. У повсякденній життєдіяльності особистісні інтереси, як правило, переважають над груповими
3 стени	Недостатній рівень соціалізації. В цілому не прагне дотримуватися загальноприйнятих норм поведінки і соціально ухвалених вимог. В повсякденній життєдіяльності особистісні інтереси переважають над груповими
2 стени	Низький рівень соціалізації. Не прагне дотримуватися загальноприйнятих норм поведінки. В основному вважає за краще діяти згідно власних планів, не орієнтуючись на думку оточуючих. В повсякденній життєдіяльності переважають егоцентричні тенденції. Особистісні інтереси переважають над інтересами групи. Досягнення особистісних інтересів може здійснювати в обхід існуючих заборон і правил
1 стени	Вкрай низький рівень соціалізації (значно відмінний від

	номінальних значень для даної вікової групи). Вважає за краще діяти згідно власних планів, не враховуючи думку оточуючих. Особистісні інтереси домінують над груповими. Для досягнення особистісних інтересів ігноруються загальноприйняті норми і правила поведінки
--	--

Таблиця 2.6

Додаткові шкали “Адаптивність-200”

4. Шкала військово-професійної спрямованості

Стени	Інтерпретація значень шкали ВПС
10-8 стенів	Високий рівень військово-професійної спрямованості. Виражене бажання продовжувати професійну діяльність, у тому числі і в особливих умовах
7-6 стенів	Достатній рівень військово-професійної спрямованості. Стійка орієнтація на продовження професійної діяльності, у тому числі і в особливих умовах
5 стенів	В цілому достатній рівень військово-професійної спрямованості. Орієнтований на продовження професійної діяльності, у тому числі і в особливих умовах
4 стени	Недостатній рівень військово-професійної спрямованості. Не повною мірою задоволений своєю військовою професійною діяльністю і службовим призначенням. Орієнтація на продовження професійної діяльності сумнівна
3-1 стени	Низький рівень військово-професійної спрямованості. Не задоволений своєю військовою професійною діяльністю і службовим призначенням

Таблиця 2.7

5. Шкала схильності до девіантних форм поведінки

Стени	Інтерпретація значень шкали ДАП
10-6 стенів	Відсутність ознак девіантних (адиктивної і деліквентної) форм поведінки. Відсутність ознак агресивної поведінки відносно оточуючих. Орієнтація на дотримання соціально ухвалених норм поведінки і раціональну побудову міжособистісних взаємостосунків з ровесниками і із старшими за віком
5 стенів	В цілому виражені ознаки девіантних (адиктивної і деліквентної) форм поведінки відсутні. Відмічається наявність окремих ознак нерациональної побудови міжособистісних взаємостосунків з ровесниками і із старшими за віком. Іноді допускає порушення соціально ухвалених норм поведінки
4-3 стени	Відзначено наявність деяких ознак девіантних (адиктивної і деліквентної) форм поведінки. Наявність агресивних реакцій відносно оточуючих. Схильність до нерациональної побудови міжособистісних взаємостосунків з ровесниками і із старшими за віком. Схильний допускати порушення соціально ухвалених норм поведінки

2-1 стени	Наявність виразних ознак девіантних (адиктивної і деліквентної) форм поведінки. Наявність виражених агресивних реакцій відносно оточуючих. Як правило, міжособистісні взаємовідносини з ровесниками і із старшими за віком будує нерационально. Не орієнтований на дотримання соціально ухвалених норм поведінки.
-----------	---

Таблиця 2.8

6. Шкала суїцидального ризику

Стени	Інтерпретація значень шкали СР
10-6 стени	Відсутність ознак суїцидального ризику.
5 стени	В цілому виразних ознак суїцидальної схильності не виявлено. Наголошується наявність окремих ознак, що свідчать про певні труднощі в міжособистісних взаємовідносинах з ровесниками і (або) із старшими по віку
4-3 стени	Відзначена наявність окремих ознак суїцидальної схильності. За наявності затяжної військово-професійної адаптації або труднощів у міжособистісних взаємовідносинах з ровесниками і із старшими за віком можуть виникнути думки суїцидальної спрямованості.
2-1 стени	Відзначена наявність виразних ознак суїцидальної схильності. За наявності затяжної військово-професійної адаптації або труднощів в міжособистісних взаємовідносинах з ровесниками і із старшими по віку можуть виникнути думки про суїцидальний шантаж або закінчені суїцидальні дії.

Оцінка рівня ситуативної (реактивної) тривожності (Тест Спілбергера-Ханіна) Тест Спілбергера-Ханіна належить до методик, за допомогою яких досліджують психологічний феномен тривожності. Цей опитувальник складається з 20 висловлювань, які відносяться до тривожності як стану (стан тривожності, реактивна або ситуативна тривожність) і з 20 висловлювань на визначення тривожності як диспозиції, особливості особистості (властивість тривожності).

Що розуміє Спілбергер під обома мірами тривожності видно з наступної цитати: "Стан тривожності характеризується суб'єктивними, свідомо сприйнятими відчуттями загрози і напруги, що супроводжуються або пов'язані з активацією або збудженням автономної нервової системи". Тривожність як риса особи, очевидно, означає мотив або набуту поведінкову диспозицію, яка зобов'язує індивіда до сприйняття широкого кола об'єктивно безпечних обставин, як таких, які несуть загрозу, спонукаючи реагувати на них станами тривоги, інтенсивність яких не відповідає величині реальної небезпеки. Шкала реактивної і особистісної тривожності Спілбергера є єдиною методикою, яка дозволяє диференційовано вимірювати тривожність і як властивість особистості, і як стан. У нашій країні використовують тест у модифікації Ю. Л. Ханіна (1976). Реактивна (ситуативна) тривожність - стан суб'єкта в даний момент часу, який характеризується емоціями, які суб'єктивно переживаються особою: напругою, занепокоєнням, заклопотаністю, нервозністю у цій конкретній ситуації. Цей стан виникає як емоційна реакція на екстремальну або стресову ситуацію і може бути різним за інтенсивністю та динамікою у часі.

Мета роботи : визначити рівень ситуативної тривожності; провести тестування, аналіз результатів, зробити порівняння з нормативами літературних даних. Устаткування: бланк опитувальника.

Хід роботи :

1. Обстежуваному пропонується - " Уважно прочитайте кожне з наведених тверджень і закресліть відповідну цифру справа залежно від того, як ви себе відчуваєте в даний момент. Над питаннями довго не замислюйтеся. Перша відповідь, зазвичай, яка приходить в голову, є найбільш правильною, адекватною Вашому стану".

2. Проводиться тестування з використанням опитувального бланка (Табл1). Таблиця Опитувальний бланк ситуативної тривожності (Спілбергера-Ханіна)

	Ситуація	Ні, це не так	Напевно так	Вірно	Дійсно вірно
1	Я спокійний	1	2	3	4
2	Мені нічого не загрожує	1	2	3	4
3	Я відчуваю себе напружено	1	2	3	4
4	Я відчуваю жаль	1	2	3	4
5	Я відчуваю себе вільно	1	2	3	4
6	Я розчарований	1	2	3	4
7	Мене хвилюють можливі невдачі	1	2	3	4
8	Я відчуваю себе відпочилим	1	2	3	4
9	Я стурбований	1	2	3	4
10	Я маю відчуття внутрішнього задоволення	1	2	3	4
11	Я впевнений у собі	1	2	3	4
12	Я нервую	1	2	3	4
13	Я не знаходжу собі місця	1	2	3	4
14	Я напружений	1	2	3	4
15	Я не відчуваю скованості	1	2	3	4
16	Я задоволений	1	2	3	4
17	Я заклопотаний	1	2	3	4
18	Я надто збуджений і мені не по собі	1	2	3	4
19	Мені радісно	1	2	3	4
20	Мені приємно	1	2	3	4

Показник ситуативної (реактивною) тривожності розраховується за формулою: $PT = \sum 1 - \sum 2 + 35$, де $\sum 1$ – сума закреслених цифр по пунктах 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17, 18; $\sum 2$ – сума закреслених цифр по пунктах 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20. Якщо РТ не перевищує 30, то, особа, яку опитували, не відчуває особливої тривоги, тобто у неї в даний момент виявляється низька тривожність. Якщо сума знаходиться в інтервалі 31-45, то це означає помірну тривожність. При 46 і більше - тривожність висока. Дуже висока тривожність (> 46) прямо корелює з наявністю невротичного конфлікту, з емоційними і невротичними зривами і з психосоматичними захворюваннями.