

**УДК 159.9**

**Станіслав Дячук**

Тернопільський національний технічний університет ім. І. Пулюя, Україна

**Василь Вишньовський, к. психол. н., доц.**

Тернопільський національний технічний університет ім. І. Пулюя, Україна

**СУТНІСНІ ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ  
ОСОБИСТОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯ ЗБРОЙНИХ СИЛ  
УКРАЇНИ**

**Stanislav Dyachuk**

Ternopil Ivan Puluj National Technical University, Ukraine

**Vasyl Vyshnovskiy, Ph. D. in Psychology, Assoc. Prof**

Ternopil Ivan Puluj National Technical University, Ukraine

**ESSENTIAL BASES OF PSYCHOLOGICAL STABILITY OF A  
SERVICEMAN OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE**

Військова агресія в Україні є справжнім випробуванням здатності військовослужбовців Збройних Сил України виконувати свої завдання щодо захисту держави та їхньої психологічної стійкості. Світова статистика свідчить, що у перші дні бойових зіткнень психічну травму отримують 60-65% військовослужбовців і тільки 25% від загальної кількості адекватно реагують на бойову обстановку. У такому випадку велике значення відіграє психологічна стійкість особистості, оскільки охороняє її від особистісних розладів і дезінтеграції, створює основу психічного здоров'я, внутрішньої гармонії і високої працездатності. Психологічна стійкість військовослужбовця є професійно значущою характеристикою. Від того, наскільки він є психологічно стійким, залежить ефективність його діяльності. Оцінка і формування психологічної стійкості військовослужбовців Збройних Сил України відносяться до числа пріоритетних завдань психологічного супроводу діяльності військовослужбовця.

У словникових українських психологічних виданнях під стійкістю розуміють характеристику індивіда, поведінка якого надійна і послідовна. Психологічну стійкість можна представити як динаміку стійких станів особистості, які являють собою систему, здатну з певною ймовірністю ідентифікувати і блокувати зовнішні і внутрішні негативні дії. Окремими аспектами цієї якості особистості є стійкість, врівноваженість, опірність. Маючи психологічну стійкість, особистість може протистояти життєвим труднощам, несприятливому тиску обставин, зберігати самопочуття і працездатність під час різних випробувань.

Представники психоаналітичного підходу (А. Адлер, З. Фройд, Е. Фромм, К. Юнг та ін.) психологічну стійкість особистості розглядають у

контексті конфліктної взаємодії таких її психологічних структур: «Я», «Над- Я» і «Воно». Одним із способів вирішення конфліктує «Я»-механізми психологічного захисту – витіснення, заперечення, проєкція, раціоналізація, регресія, які впливають рівновагу психічних процесів. Порушення такої рівноваги призводить до зниження психологічної стійкості особистості, її дезінтеграції, порушень поведінки або навіть призвести до психічних захворювань (Корольчук М., 2003).

У сучасних зарубіжних дослідженнях психологічна стійкість розглядається через призму витривалості й опірності. Зокрема, підкреслюється важливість особистісного чинника. Так, С. Барнард, М. Раш, В. Шоел та ін. розглядають психологічну стійкість в аспекті стійкості щодо примусу до змін, який пов'язаний з відчуттями напруги, подальшої незадоволеності і прагненням уникнути відповідних змін (Крайнюк В., 2007).

Перебування у зоні бойових зіткнень належить до тієї екстремальної ситуації, коли особистість постійно зазнає найсильнішого психоемоційного стресу, для подолання якого вона застосовує надмірні вольові зусилля. Майже в усіх учасників бойових дій спостерігаються зміни фізичного і психічного станів, що призводить до появи психологічних проблем. М. Корольчук зазначає, що характер володіння й управління емоційними станами визначають особливості вольової регуляції, рівень інтелекту і ступінь рефлексії (Корольчук М., 2003).

Виходячи з цього, психологічна стійкість містить у собі такі компоненти: емоційний – керування власними емоціями; вольовий – здатність до здійснення саморегуляції поведінки й організації дій та вчинків згідно з свідомо визначеними цілями; пізнавально-прогностичний – об'єктивність оцінки і прогнозування можливих наслідків ситуації, дій інших осіб; мотиваційний – внутрішні спонуки до певних дій, в залежності від ціннісних орієнтацій особистості.

Низка науковців пов'язують психологічну стійкість з адаптацією, виходячи із зв'язку людини з соціальним середовищем. Проте дослідження поведінки людини у надзвичайних ситуаціях показали, що якщо звичайна людина у найбільш небезпечних ситуаціях, зазвичай, може діяти згідно з інстинктом самозбереження, то військовий так не може, оскільки під час бою від змушений діяти всупереч потребам власного організму і наперекір інстинктам самозбереження з метою захисту своєї країни, як стоїть над особистісними цілями та інтересами. Він зобов'язаний продовжувати виконувати бойові завдання (Приходько І., 2014).

Англійським військовим психологом Норманом Коуплендом у книзі «Психологія і солдат» визначено найважливіші чинники психологічної стійкості військовослужбовців: віра індивідуума в себе; віра армії в свої сили; віра армії в свого командира; віра армії в свою країну; віра армії в справу своєї країни.

Загалом у процесі реакції у відповідь на стресові події виділяють такі фази: первинної емоційної реакції; «заперечення» (емоційне заціпеніння, придушення й уникнення думок про психотравмуючі події, які відбулися); чергування «заперечення» і «вторгнення» (спогади про психотравмуючі події, які несподівано можуть «прориватися» у свідомість, сні про відповідні події, підвищений рівень реагування на все, що нагадує про них); подальша інтелектуальна й емоційна переробка травматичного досвіду, асиміляція або акомодация до нього.

Повноту наукового дискурсу щодо феномена психологічної стійкості особистості військовослужбовця розкривають такі поняття як життестійкість і психологічна готовність. Найпростішими елементами життестійкості особистості є умови її життя і їх зміни, стан здоров'я, внутрішній світ, емоційна і мотиваційна сфера, особливості побутової і робочої атмосфери життєдіяльності. Наявність значимих досягнень і успіхів, певних очікувань і цілей, перспектив на майбутнє, активність особистості, а також збереження механізми її саморегуляції у процесі життєдіяльності, формують її психологічну готовність до здійснення певної діяльності (Шелухіна О., 2012).

Враховуючи вищезазначене, можна констатувати, що психологічна стійкість особистості військовослужбовця є складним явищем, яке містить сукупність когнітивних (активне функціонування усіх пізнавальних психічних процесів військовослужбовців, здатність до адекватного сприйняття стресового збудника, розуміння й оцінки власних дій, перевантажень тощо), емоційно-вольових (уміння військовослужбовця Збройних Сил України регулювати свій емоційний стан, здатність до свідомої мобілізації внутрішніх ресурсів на зовнішні подразники) і поведінково-діяльнісних (адекватність поведінки і дій в екстремальних ситуаціях, здатність діяти максимально ефективно в умовах виникнення перешкод фізичного і психологічного характеру) процесів, які допомагають утримувати його у стані рівноваги і протистояти труднощам, що виникають у процесі бойової діяльності.

#### **Перелік використаної літератури:**

1. Корольчук М. С. Психофізіологія діяльності / Підручник для студентів вищих навч. закладів. К.: Ельга, Ніка-Центр, 2003. 400 с.
2. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості. Київ: Ніка-Центр, 2007. 431 с.
3. Лефтеров В. О. Особистісно-професійний розвиток фахівців екстремальних видів діяльності : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.09 / Університет цивільного захисту України. Харків, 2008. 428 с.
4. Приходько І. І. Психологічна безпека персоналу екстремальних видів діяльності (на прикладі військовослужбовців внутрішніх військ МВС України) : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.09 / Національний університет цивільного захисту України, Харків, 2014. 444 с.

5. Сергієнко Н. П. Особливості психологічної стійкості особистості під час подолання критичних ситуацій: матер. наук.-практ. конфер. ХНУ ІС ім. І. Кожедуба «Сучасна війна: гуманітарний аспект» (30 червня 2017). С. 63–66. URL: <http://www.hups.mil.gov.ua/assets/doc/science/student-conf/suchasna-viyna-gumanitarniy-aspekt/22.pdf>

6. Шелухіна О.М. Психотренінгові технології розвитку психологічної стійкості працівників транспортної міліції. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. 2012. № 2 (1). С. 338–346.