

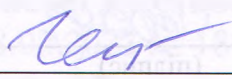
МІНІСТЕРСТВО ФІНАНСІВ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ПОДАТКОВИЙ УНІВЕРСИТЕТ

**Факультет соціально-гуманітарних технологій,
спорту та реабілітації**

Кафедра психології, педагогіки та суспільних дисциплін

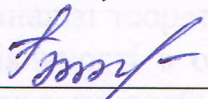
КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА
на тему: Особливості психологічної адаптації військовослужбовців в
умовах бойової діяльності

Здобувача вищої освіти
другого(магістерського) рівня
ПСМз 22-2 групи,
спеціальності 053 «Психологія»
ОПП «Психологія. Психологія
бізнесу»


підпис здобувача вищої освіти

А.С. Герасимчук

Науковий керівник


підпис наукового керівника

Т.А. Бугайчук
к.психол.н.

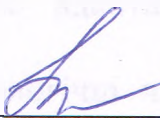
Гарант освітньо-
професійної програми


підпис керівника ОПП

О.О. Нежинська
к. психол.н., доцент

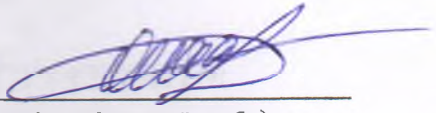
Допущено до захисту за рішенням кафедри психології, педагогіки та суспільних
дисциплін
протокол від «1» грудня 2023 р. № 7

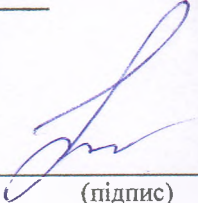
Завідувач кафедри

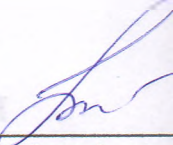

підпис

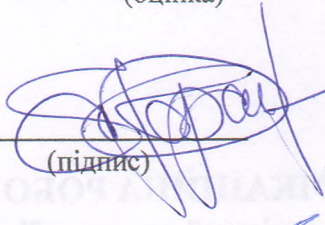
І.О. Петухова,
к. пед. н., доцент

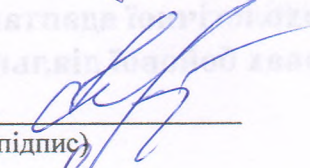
Ірпінь – 2024

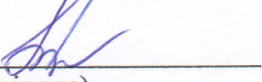
Реєстрація № 13 22.01.2024 
(дата) (підпис відповідальної особи)

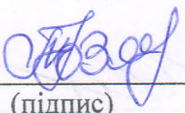
Результати перевірки до захисту 06.02.2024 
(до захисту, на доопрацювання) (дата) (підпис)

Результат захисту 85 12.02.2024 
(оцінка) (дата) (підпис)

Голова комісії:  С.І. Корсун
(підпис) (ініціали, ПІБ)

Члени комісії:  О.Г. Льовкіна
(підпис) (ініціали, ПІБ)

 І.О. Петухова
(підпис) (ініціали, ПІБ)

 М.Ю. Заушнікова
(підпис) (ініціали, ПІБ)

**МІНІСТЕРСТВО ФІНАНСІВ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ПОДАТКОВИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Факультет соціально-гуманітарних технологій, спорту та реабілітації
Кафедра психології, педагогіки та суспільних дисциплін
Спеціальність 053 «Психологія»
Освітньо-професійна програма «Психологія. Психологія бізнесу»

Затверджую:

Завідувач кафедри психології,
педагогіки та суспільних
дисциплін

I.O. Петухова

**Завдання на кваліфікаційну роботу
здобувача вищої освіти**

Герасимчук Анни Сергіївни

(прізвище, ім'я, по батькові)

Тема кваліфікаційної роботи: **Особливості психологічної адаптації
військовослужбовців в умовах бойової діяльності**

Затверджена наказом ректора від 08.02.2023 № 180

Термін подачі закінченої роботи: 31.01.2024

Цільова установка: полягає в аналізі теоретико-методологічних підходів до вивчення процесу адаптації до діяльності в особливих умовах; з'ясуванні соціально-психологічних та індивідуально-особистісних чинників адаптації молодших офіцерів ЗС України; розробці комплексної тренінгової програми корекції несприятливих психологічних чинників адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах; наданні рекомендацій щодо психологічного супроводження адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах.

Мета роботи полягає в тому, щоб емпірично вивчити психологічні чинники адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах та надати рекомендації щодо оптимізації процесу адаптації молодших офіцерів ЗС України до діяльності в особливих умовах.

Об'єктом дослідження є процес адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах.

Предметом дослідження є психологічні чинники адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах.

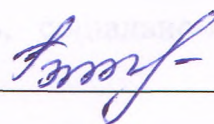
База дослідження. слухачі оперативно-тактичного рівня Вищого військового навчального закладу МО України, які мають досвід умов бойової діяльності.

Календарний план виконання роботи

№ п/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	
		За планом	Фактично
1	2	3	4
1.	Вибір теми, вивчення літературних джерел та складання плану роботи	30.10.2022	30.10.2022
2.	Підготовка першого розділу роботи та подання її керівнику	30.03.2023	30.03.2023
3.	Підготовка другого розділу роботи та подання її керівнику	30.06.2023	30.06.2023
4.	Підготовка третього розділу роботи та подання її керівнику	20.09.2023	20.09.2023
5.	Доопрацювання роботи з урахуванням зауважень керівника	20.10.2023	20.10.2023
6.	Попередній захист роботи	01.12.2023	01.12.2023
7.	Отримання відгуку керівника роботи	20.12.2023	20.12.2023
8.	Публікація тез у збірнику наукових матеріалів	до 20.12.2023	до 20.12.2023
9.	Отримання зовнішньої рецензії	до 15.01.2024	10.01.2024
10.	Допуск роботи зав. кафедри до захисту	до 15.01.2024	12.01.2024
11.	Захист роботи	28.01.2024	06.02.2024

1. Дата видачі завдання «19» грудня 2022

2. Керівник кваліфікаційної роботи



Т.А. Бугайчук

3. Керівник освітньо-професійної програми



О.О. Нежинська

4. Завдання до виконання отримав
здобувач вищої освіти



А.С. Герасимчук

АНОТАЦІЯ

У цій науковій роботі досліджено проблематику психологічної адаптації молодших офіцерів Збройних Сил України до військово-професійної діяльності (ВПД) у особливих умовах. Основна увага приділяється аналізу теоретичних та методологічних підходів до вивчення процесу адаптації, з'ясуванню соціально-психологічних та індивідуально-особистісних чинників, що впливають на цей процес, а також розробці рекомендацій для оптимізації процесу адаптації молодших офіцерів.

Визначено, що адаптація молодших офіцерів є складним і багаторівневим процесом, який включає соціально-психологічні, індивідуальні та професійні аспекти. У роботі використано комплексний підхід, який охоплює теоретичний аналіз, емпіричні дослідження та практичні рекомендації.

Практична значимість роботи полягає у можливості застосування результатів дослідження для покращення психологічного супроводу молодших офіцерів, їхньої підготовки та професійного розвитку. Матеріали роботи можуть бути корисними для психологів, військових фахівців та студентів відповідних спеціальностей.

Ключові слова: психологічна адаптація, молодші офіцери, Збройні Сили України, військово-професійна діяльність, соціально-психологічні чинники, індивідуально-особистісні чинники.

ABSTRACT

In this research paper, the issue of psychological adaptation of junior officers in the Armed Forces of Ukraine to military professional activities (MPA) under special conditions is investigated. The main focus is on analyzing theoretical and methodological approaches to studying the adaptation process, identifying social-psychological and individual-personality factors influencing this process, and developing recommendations for optimizing the adaptation process of junior officers.

It is determined that the adaptation of junior officers is a complex and multi-level process, which includes social-psychological, individual, and professional aspects. The work uses a comprehensive approach that encompasses theoretical analysis, empirical research, and practical recommendations.

The practical significance of the work lies in the possibility of applying the research results to improve the psychological support of junior officers, their training, and professional development. The materials of the work can be useful for psychologists, military specialists, and students of relevant specialties.

Keywords: psychological adaptation, junior officers, Armed Forces of Ukraine, military professional activities, social-psychological factors, individual-personality factors.

ЗМІСТ

ВСТУП	8
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ОФІЦЕРІВ ДО ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ	12
1.1. Поняття адаптації та її стан в сучасній психологічній науці	12
1.2. Вплив особливостей військової служби на процес адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах	17
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ОФІЦЕРІВ ДО ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ	31
2.1. Організація, методи та методики дослідження	31
2.2. Соціально-психологічні передумови формування психологічних чинників адаптації молодших офіцерів в особливих умовах	40
РОЗДІЛ 3. РОЗРОБКА РЕКОМЕНДАЦІЙ ЩОДО ОПТИМІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ОФІЦЕРІВ ЗС УКРАЇНИ ДО ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ	47
3.1. Аналіз соціально-психологічних та індивідуально-особистісних чинників адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах	47
3.2. Можливості щодо комплексної тренінгової програми корекції несприятливих психологічних чинників адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах	61
3.3. Організаційно-методичні рекомендації щодо психологічного супроводження адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах	67
ВИСНОВКИ	76
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	78
ДОДАТКИ	Помилка! Закладку не визначено.

ВСТУП

Актуальність дослідження. Актуальність теми зумовлена тим, що тема є важливою через потребу в підтримці військовослужбовців Збройних Сил України та сприянні їхній швидкій адаптації до військово-професійної діяльності (ВПД) у перші місяці служби в специфічних умовах. Вирішення завдань психологічного супроводу нових військовослужбовців вимагає знаходження засобів для активізації їхньої адаптації, що допомагає зменшити негативні аспекти цього процесу.

Дослідження обмежується аналізом адаптації молодших офіцерів, які стикаються з викликами при переході від статусу курсантів до командирів підрозділів. Вони зазвичай зіштовхуються з труднощами та перешкодами внаслідок несприятливих умов адаптації.

Перш за все, ефективність адаптації молодших офіцерів впливає на результати їх навчально-бойової діяльності, як індивідуально, так і в межах підрозділів. Швидка і вдалий процес адаптації веде до успішного вирішення завдань.

Далі, вік молодших офіцерів, який зазвичай становить від 22 до 30 років, пов'язаний з переходом до нового етапу соціалізації та зрілого самовизначення, але також супроводжується суперечливостями, що впливають з радикальних змін у соціальному статусі.

По-третє, дослідження у військах показують, що труднощі адаптації корелюють з відхиленням від службових та моральних норм, що призводить до різних форм девіантної поведінки, включаючи ухилення від служби та конфлікти.

У розв'язанні завдань психологічного супроводу актуальним є використання засобів, спрямованих на активізацію адаптаційних процесів, зокрема, психологічної корекції.

Значний вклад в розробку даної проблеми зроблено в рамках військово-психологічних досліджень (Н.А. Агаєв, Г.Р. Дубровинський, І.В. Каськов, В.Д.

Кислий, М.С. Корольчук, П.П. Криворучко, Г.В. Ложкін, О.П. Макаревич, М.А. Малахов, В.М. Невмержицький, В.І. Осьодло, О.Б. Самохвалов, О.Д. Сафін, В.В. Стасюк, О.Ф. Хміляр, В.В. Ягупов та ін).

Проблема адаптації достатньо широко представлена в дослідженнях як українських (О.М. Кокун, М.В. Макаренко, С.Д. Максименко, О.Р. Малхазов) так і зарубіжних вчених (Г. Гартманн, Л. Філіпс, Г. Сельє), які висвітлювали найрізноманітніші аспекти адаптації.

Незважаючи на різноманітність досліджень з адаптації, існує дефіцит специфічних досліджень, пов'язаних з психологічним супроводом молодших офіцерів ЗС України та оптимізацією їх професійного становлення. Мало досліджень базується на вибірках військовослужбовців, з недостатньою увагою до специфіки їхнього професійного розвитку.

Соціальна значущість проблеми, її недостатня наукова розробленість і зумовили вибір теми дослідження: «Особливості психологічної адаптації військовослужбовців в умовах бойової діяльності».

Об'єкт дослідження – процес адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах.

Предмет дослідження – психологічні чинники адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах.

Мета дослідження – емпірично вивчити психологічні чинники адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах та надати рекомендації щодо оптимізації процесу адаптації молодших офіцерів ЗС України до діяльності в особливих умовах.

Для досягнення мети необхідно виконати наступні завдання дослідження:

1. Здійснити аналіз теоретико-методологічних підходів до вивчення процесу адаптації до діяльності в особливих умовах.
2. З'ясувати соціально-психологічні та індивідуально-особистісні чинники адаптації молодших офіцерів ЗС України.

3. Розробити рекомендації щодо оптимізації процесу адаптації молодших офіцерів ЗС України до діяльності в особливих умовах.

Методи дослідження. Для досягнення мети дослідження та вирішення поставлених завдань було використано комплекс методів дослідження:

- теоретичні: аналіз, синтез, порівняння, систематизація;
- емпіричні: спостереження, бесіда, констатуючий і формуючий експерименти, методи статистичної обробки даних.

Було застосовано різні **методики**:

- експертне опитування (проводилося для виявлення офіцерів з низькими показниками адаптованості);
- методика визначення РСК (локус-контролю Дж. Роттера) (використовувалася з метою оцінки у досліджуваних рівня суб'єктивного контролю над життєвими ситуаціями);
- фрустраційний тест С. Розенцвейга (використовувався для вивчення особливостей емоційного реагування в ситуації фрустрації);
- багаторівневий особистісний опитувальник “Адаптивність”, розроблений А.Г. Маклаковим і С.В. Чермяніним (використовувався з метою вивчення адаптаційних можливостей молодших офіцерів, який надає можливість отримати дані за шкалами: поведінкова регуляція, комунікативний потенціал та моральна нормативність);
- опитувальник “Соціально-психологічна адаптація –дезадаптація військовослужбовців до служби” (В.Б. Осипов – М.П. Вернодубов) (використовувався для дослідження рівня соціально-психологічної адаптації і дезадаптації військовослужбовців за контрактом до служби, зокрема визначалися коефіцієнт соціально-психологічної адаптованості й коефіцієнт дезадаптованості).

Наукова новизна дослідження полягає у тому, що: вперше встановлено особливості впливу особистісних та соціально-психологічних чинників на перебіг адаптації молодших офіцерів до військово-професійної діяльності; уточнено структуру психологічних чинників адаптації молодших офіцерів;

розроблено та апробовано комплекс психодіагностичних засобів оцінки рівня адаптованості молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах та комплексну тренінгову програму корекції несприятливих психологічних чинників адаптації молодших офіцерів.

Практична цінність даного дослідження полягає у можливості їх застосування в ході психологічного супроводу та практичної підготовки офіцерського складу ЗС України; реалізації програм особистісно-професійного розвитку та саморозвитку молодших офіцерів щодо оптимізації процесу їх адаптації до виконання функціональних обов'язків. Матеріали дослідження можуть бути корисними для студентів спеціальності 053 Психологія ОПП «Психологія. Психологія бізнесу».

База дослідження. Слухачі оперативно-тактичного рівня Вищого військового навчального закладу МО України, які мають досвід умов бойової діяльності. Дослідження проводилось у період з вересня 2022 по листопад 2023 р. Загалом взяло участь 32 особи дорослого віку, серед яких 24 чоловіка та 8 жінок.

Апробація дослідження. Результати досліджень були відображені у матеріалах міжнародної конференції:

Сова М.О., Герасимчук А.С. Вплив особливостей військової служби на процес адаптації військовослужбовців до діяльності в особливих умовах / Актуальні проблеми освітнього процесу в контексті європейського вибору України: матеріали VI Міжнародної конференції (16 листопада 2023 року) – Київ: Київський національний університет будівництва і архітектури, 2023. С. 392-396 [58].

Структура роботи. Магістерська робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (80 найменувань). Загальний обсяг роботи становить 99 сторінок. Робота містить 7 таблиць, 5 рисунків та 1 додаток.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ОФІЦЕРІВ ДО ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ

1.1. Поняття адаптації та її стан в сучасній психологічній науці

Адаптація особистості є ключовою темою в сучасній психології та інших науках, що досліджують людину, та важливою в багатьох її сферах, таких як психологія особистості, освітня психологія, правова психологія, психологія праці, клінічна психологія, психологія розвитку, екстремальної діяльності та інших.

За визначенням з психологічної енциклопедії, "адаптація" (від латинського *adapto* – пристосовую) означає пристосування живого організму до умов зовнішнього і внутрішнього середовища з метою підтримання гомеостазу [51, с. 10].

Німецький фізіолог Ауберт у 1865 році ввів термін "адаптація" для опису явища "пристосування" органів чуття (зору, слуху) до різних стимулів [51]. Біологічну адаптацію як сукупність корисних змін, що відображають середовище, почали розглядати Чарльз Дарвін та його послідовники. Ці зміни ґрунтуються на фундаментальному прагненні до балансу, яке є ключовим для живої матерії [51].

Адаптація з погляду біології та фізіології може трактуватися як механізм еволюції та пристосування індивідів до середовища. З соціально-наукової точки зору, адаптація виступає як компенсаторний механізм для оптимального функціонування в змінних умовах [51].

Різноманітні автори досліджували феномен адаптації з різних аспектів, включаючи Г.О. Балла, О.А. Блінова, М.Й. Боришевського, О.М. Кокуна та інших [4; 5; 15–21; 43; 45–48; 62]. Адаптація у широкому розумінні визначається як процес пристосування особистісних якостей до змінних умов [5; 51; 9].

В.В. Ягупов і М.С. Корольчук висвітлюють адаптацію як багаторівневий процес, що включає взаємодію, поведінку, навчання, психічні стани та фізіологічну підтримку [70, с. 228; 22, с. 209].

Останнім часом дослідження соціальної адаптації та її типології стали активнішими [9]. А.А. Налчаджян розглядає адаптацію як соціально-психологічний процес, що може призвести до адаптованості, розрізняючи два види адаптації: зміну або збереження проблемної ситуації [3].

Наш аналіз наукових джерел висвітлює різноманітність підходів до концепції адаптації. Три з них є особливо актуальними та детально розробленими: 1) необіхевіористський підхід; 2) інтеракціоністський підхід; 3) психоаналітичний підхід [3, с. 11-21].

Необіхевіористський підхід, представлений Г. Айзенком і його послідовниками [76], трактує адаптацію як:

1. Стан гармонії між індивідуальними потребами та середовищем;
2. Процес досягнення цієї гармонії.

Біхевіористи вважають, що адаптація як стан існує теоретично, а практично можлива лише як відносна адаптація. Процес адаптації, за їхньою теорією, включає модифікації середовища та організму через взаємодію стимулів і реакцій, відповідних ситуації. Вони бачать адаптацію як процес фізичних, соціально-економічних, чи організаційних змін у поведінці, соціальних відносинах або культурі, спрямований на покращення спроможності виживання та досягнення значимих цілей. Адаптація, також, відображає процес досягнення соціальної рівноваги [3, с. 12-13].

Адаптація груп розглядається біхевіористами як специфічний процес, який включає: а) адаптацію групи до нових членів і навпаки; б) адаптацію групи до ширшого соціального середовища; в) сумарний процес адаптивної активності членів групи; г) адаптацію групи до більш широких соціальних ситуацій, яка не завжди передбачає внутрішньогрупову адаптованість; д) механізм групової адаптації, відмінний від механізмів внутрішньогрупової адаптації [3].

Висновком є те, що біхевіористи бачать адаптацію як значимий елемент життя індивідуума. Кінцева мета адаптації – досягнення гармонії між індивідом та його середовищем, що вказує на успішність процесу.

Теорія інтеракціонізму в контексті адаптації, розвинута Л. Філіпсом, відрізняється від біхевіористського підходу. Ця концепція наголошує на тому, що адаптація є результатом взаємодії внутрішньо-психічних станів та зовнішніх факторів середовища. За Філіпсом, адаптованість визначається через два типи реакцій на середовище: по-перше, це відповідь на соціальні очікування, які відповідають віку та статі особистості, і по-друге, адаптація означає гнучкість та ефективність у ситуаціях, що вимагають зміни та потенційно небезпечні [80].

Другий аспект адаптації, за Філіпсом, має важливе значення для адаптації молодих офіцерів, оскільки він передбачає активний підхід до вирішення проблем, використання складних ситуацій для досягнення особистих цілей та планування майбутнього. Це включає в себе розуміння проблемних ситуацій як можливостей для розвитку та самореалізації.

Задача психології особистості полягає у визначенні функцій особистості та психічних механізмів, що сприяють ефективній адаптації. Ефективна адаптованість, згідно з інтеракціонізмом, охоплює дві сфери: "позаособистісну" соціально-економічну активність, де індивід набуває знань та навичок, та особистісні відносини, які передбачають емоційно насичені зв'язки [3, с. 15].

Інтеракціоністи також відмежовують адаптацію від пристосування. Так, Т. Шибутані вказує на те, що адаптація відноситься до стабільних рішень та організованих способів вирішення типових проблем, в той час як пристосування стосується реакцій організму на конкретні ситуації [70, с. 78]. Такий підхід підкреслює важливість розрізнення між загальною адаптацією та інтуїтивними рішеннями у типових проблемних ситуаціях.

Загалом, інтеракціоністський підхід розглядає адаптацію як процес, який вимагає активності, ініціативи та наполегливості для досягнення мети, включаючи здатність ефективно вирішувати складні та потенційно небезпечні ситуації.

Психоаналітичний підхід до адаптації є одним з провідних напрямків у сучасній психології. Розроблений німецьким психоаналітиком Г. Гартманном [77] і базуючись на роботах З. Фрейда та А. Фрейда [75], цей підхід висвітлює глибокий аналіз процесів і створення всебічної системи концепцій для адаптації особистості до соціального середовища.

Психоаналітичне бачення адаптації засноване на Фрейдівській теорії про структуру психічної сфери особистості, яка включає в себе Id (Воно), Ego (Я), Super-Ego (Зверх-Я). При цьому Id представляє інстинкти, Super-Ego – внутрішню моральну систему, а Ego – раціональні і пізнавальні процеси. Ego виступає у ролі регулятора між Id, Super-Ego та зовнішньою реальністю.

За Гартманном, зростання інтересу до адаптації пов'язане з розвитком психології "Я" і акцентуванням на пристосуванні особистості до умов зовнішньої реальності [77]. Він вважає, що не всі процеси навчання або адаптації обов'язково конфліктні. Розвиток сприйняття, мислення, пам'яті, творчості може бути вільним від конфліктів, тоді як порушення цих процесів може призвести до конфліктів у сфері інстинктивних потягів.

Гартманн ввів концепцію "вільної від конфліктів сфери Я", яка включає страх перед реальністю та захисні процеси, що ведуть до "нормального розвитку" [77]. Він також розрізняє між адаптацією як процесом і адаптованістю як результатом цього процесу, вважаючи особистість добре адаптованою, коли її працездатність, здатність насолоджуватися життям і психічна рівновага залишаються стабільними.

За Гартманном, людина в процесі адаптації активно змінює не тільки себе, але й середовище, що веде до створення відносин адаптованості. Важливу роль у цьому процесі відіграють спеціалізовані засоби адаптації, які розвиваються та використовуються "Я" для регулювання процесу адаптації.

Сучасні психоаналітики використовують Фрейдівські концепції аллопластичних і аутопластичних змін, відокремлюючи два види адаптації: аллопластичну (зміни у зовнішньому світі, щоб пристосувати його до потреб індивіда) та аутопластичну (зміни в особистості для пристосування до

середовища). Гартманн також додає третій вид – пошук індивідом сприятливого середовища для функціонування організму [77, с. 19-20].

Важливість соціальної адаптації особистості в психоаналітичному підході не можна недооцінити. Гартманн підкреслює, що адаптація до інших людей починається з дня народження особистості. Людина активно бере участь у житті суспільства і створює умови, до яких потім адаптується. Соціальна адаптація, таким чином, є багатограним процесом, успіх якого залежить від самої людини.

Після аналізу біхевіористського, інтеракціоністського та психоаналітичного підходів щодо адаптації можна констатувати, що вони сьогодні визнані провідними в області психологічної науки. Всі ці підходи висвітлюють нові ідеї та глибоко розкривають комплексні аспекти адаптації людини в суспільстві.

Згідно з вітчизняною психологічною літературою, адаптація трактується як результат процесу змін у соціальних, соціально-психологічних, морально-психологічних, економічних та демографічних відносинах, а також пристосування до соціального середовища [5]. Серед основних характеристик адаптації науковці вказують на активну участь свідомості, вплив трудової діяльності людини на середовище та активну зміну результатів соціальної адаптації в залежності від соціальних умов. О. Безпалько акцентує на ідеї, що людське суспільство є адаптивно-адаптованою системою, оскільки людська діяльність змінюється в залежності від умов [3].

Адаптованість може бути описана як стан взаємовідносин між особистістю та групою, в якому особистість продуктивно виконує свої основні функції, задовольняє соціогенні потреби, відповідає на ролеві очікування групи, переживає самоствердження та вільно виражає свої творчі здібності без тривалих зовнішніх та внутрішніх конфліктів [3].

У складних ситуаціях адаптивні процеси особистості відбуваються не через окремі механізми, а в комплексі. Ці адаптивні комплекси, виникаючи у схожих соціальних ситуаціях, закріплюються в структурі особистості і стають підструктурами її характеру.

1.2. Вплив особливостей військової служби на процес адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах

Військова служба в Україні визначена як форма державної служби, спрямована на виконання військових обов'язків у Збройних Силах [34, с. 17]. Ця діяльність є надзвичайно важливою для національної безпеки, характеризується високою динамічністю, фізичними та психічними навантаженнями, раптовими змінами діяльності, суворою дисципліною та необхідністю підтримання високої боєготовності [59; 74]. Молодші офіцери зазнають змін у фізіологічній, психічній та функціональній сферах, оскільки військова служба вимагає пристосування до різних умов, включаючи географічно-кліматичні особливості та непередбачуваність ситуацій.

Діяльність молодших офіцерів протікає в різних умовах: просторових (у полі, за пультом управління бойової машини чи установки, в бліндажі), часових (удень, уночі, в будь-який час), географічно-кліматичних (у горах, в морі, на півдні, на півночі). Військова діяльність є більш напруженою, екстремальною порівняно з іншими видами діяльності, їй притаманні несподіваність, раптовість, незвичність, здатність руйнувати сформовані до призову стереотипи поведінки, створювати негативні психічні стани (тривожність, страх, афект, стрес, депресія). Усе це викликає у молодших офіцерів суттєві зміни в організмі, а саме: фізіологічні (у вегетативній нервовій системі – в диханні, кровообігу, частоті серцевих скорочень, тискові); зміни психічних процесів (уваги, сприймання, мислення, пам'яті, уяви, зміщення в емоційно-вольовій сфері особистості); зміни функціонального рівня практичної діяльності (результативності, успішності військової служби). Ці зміни певним чином взаємопов'язані і взаємообумовлюють одна одну.

Молодші офіцери здійснюють свою діяльність у різноманітних обставинах, що включають різні просторові (поле бою, кабіна управління бойового транспорту чи техніки, укріплені позиції), часові (денний чи нічний час, а також будь-який інший час доби) та географічно-кліматичні (гірські

масиви, морські райони, різні широти) умови. Військова робота характеризується високим рівнем напруженості та екстремальності порівняно з іншими сферами діяльності, включаючи елементи несподіванки, раптовості та незвичності. Вона може порушити уже сформовані стереотипи поведінки, викликати негативні психічні стани, такі як тривожність, страх, афективні реакції, стрес та депресію. Ці фактори призводять до значних змін у фізіологічному стані, зокрема в автономній нервовій системі, диханні, кровообігу, ритмі серця та артеріальному тиску, а також змін у психічних процесах, включаючи увагу, сприйняття, мислення, пам'ять та емоційно-вольову сферу. Ці зміни також впливають на результативність та ефективність військової служби, становлячи взаємопов'язані та взаємозалежні аспекти.

Військова служба є колективною діяльністю, довіреною державою з метою забезпечення миру та стабільності, де військовий колектив виступає як соціальна група, орієнтована на захист та оборону країни. Особливості військового колективу полягають у високій суспільній значущості його діяльності, яка сприяє ефективній роботі інших суспільних груп, детальній регламентації діяльності, що вимагає точності та узгодженості, а також у наявності чітко визначених службових та неофіційних стосунків серед військовослужбовців, які існують паралельно та взаємопов'язані [26].

Дослідження процесу адаптації молодших офіцерів виявляє кілька періодів цього процесу, зокрема, дисфункціональний (початкові дні чи тижні), стереотипний (до першого року служби) та функціонально-ініціативний (до трьох років) [39; 56]. Інші дослідники виокремлюють чотири етапи, фокусуючись на глибині адаптації: початковий, прийнятний, високий та етап лідерства [2; 39; 43].

Стрес виникає унаслідок сприйняття загрози чи очікування її, при цьому стрес-реакція може передувати адаптації або функціональним порушенням. Не кожна вимога середовища викликає стрес, а лише та, що сприймається як загрозна або перешкоджає адаптації чи самореалізації [29; 60; 61; 79]. Згідно з теорією Г. Сельє, стресові впливи провокують адаптаційні реакції, що

охоплюють три фази: початкову тривогу, розвиток опору організму та виснаження адаптаційних можливостей, з подальшою мобілізацією резервів організму, поведінковими реакціями для впорядкування з завданням, та або подоланням стресу, або втратою сил [78].

З метою досягнення визначених цілей та подолання виникаючих перепон, такі перешкоди виступають як необхідні компоненти ситуації фрустрації. Проте, значні труднощі часто долаються без впадіння у стан фрустрації. Перехід до фрустрації пов'язаний з втратою контролю з боку волі, або з дезорганізацією поведінки, чи з втратою мотиваційної доцільності поведінки, що на рівні внутрішніх станів проявляється як втрата терпіння та надії. Критична ситуація (криза) виникає тоді, коли суб'єкт не може ні вийти з неї, ні розв'язати її. Концепція кризи є ключовою в розумінні механізму адаптації. "Тривога та порушення психологічної адаптації можуть бути результатом дисбалансу між "реальним Я" і життєвим досвідом, а також між "реальним Я" та ідеалізованим образом себе" [8].

Згідно з цим підходом, особистість виступає як автор власних змін, перетворень і форм розвитку, є активною у формуванні свого життєвого шляху, мотивацій та самопізнання; вона є суб'єктом мислення, цілепокладання, рефлексії. Вона постійно розв'язує протиріччя свого розвитку, що стимулює особистісні зміни, зниження чи підвищення напруженості, зміни психічних станів. Дослідження динаміки психологічної організації особистості молодшого офіцера означає аналіз роботи психологічних механізмів, які впливають на процес саморозвитку.

У динамічному підході особливу увагу приділяється орієнтації особистості на майбутнє та прагненню перевершити власні досягнення. Життєві цілі формують основу діяльності, що розглядається як послідовність особистісних перетворень. У процесі спільної діяльності з іншими, молодший офіцер розвивається через комунікацію та взаємодію. Це вимагає активності, самопізнання, критичного ставлення до себе та навколишнього середовища, та

включає в себе "конфліктний зміст 'Я'", що відображає зіткнення різних життєвих позицій, мотивів і діяльностей [26; 27].

Переживання критичної ситуації та її подолання призводить до набуття молодшим офіцером нової інформації, часто неочікуваної або суперечливої до попередньо засвоєної. Це спричиняє зміни у свідомості, сприйнятті себе та інших, ставленні до себе та оточуючих, роблячи суперечності джерелом зміни та розвитку особистості. Ця теза підтверджена дослідженнями відомих психологів.

Отже, в аналізі підходів до вивчення особистісних змін у процесі адаптації молодших офіцерів до професійної діяльності важливо визначити ключові психологічні детермінанти зміни особистісної організації та виявити їх взаємозв'язок з динамікою особистісних рис у процесі професійного становлення.

Негативним результатом проходження молодшим офіцером процесу адаптації є дезадаптація, яка виражається, в тому, що офіцер не в змозі впоратися з вимогами соціального середовища та відповідними соціальними ролями, провідними в даній військово-професійній діяльності (ВПД). Основною ознакою стану дезадаптації є переживання особистістю тривалих зовнішніх і внутрішніх конфліктів без знаходження психологічних механізмів і форм поведінки, необхідних для їх розв'язання. Саме в таку ситуацію потрапляє значна частина молодших офіцерів, які, прибувши в частину після закінчення ВВНЗ, опиняються в нових соціальних групах, в яких вони виконують нові функціональні ролі.

У психологічній літературі виділяють наступні різновиди дезадаптації: стійка ситуативна дезадаптованість, яка має місце тоді, коли молодший офіцер не знаходить шляхів і засобів адаптації в певних соціальних ситуаціях, хоча і здійснює такі спроби [3, с. 51-52; 55]. В такому психічному стані знаходиться більшість в соціометричному відношенні ізольованих членів колективів. Відповіддю на цей стан, як правило, буває специфічний захисний комплекс, однією із ознак якого є неадекватне сприймання та усвідомлення свого соціометричного статусу; тимчасова дезадаптованість, яка усувається за

допомогою адекватних адаптивних предметних, соціальних і інтрапсихічних дій; загальна стійка дезадаптованість, яка є станом перманентної фрустрованості, наявність якого активізує патологізовані захисні механізми. Внаслідок багатократного застосування таких захисних механізмів формуються специфічні види психічних комплексів – неврози і психози, які є проявами патологічної адаптованості [3, с. 51-52].

У ряді досліджень адаптації [25; 50; 52–56; 61; 70; 71] виявлені критерії адаптованості особистості молодшого офіцера як інтегрального показника успішності (неуспішності) даного процесу. Серед них можна виділити як об'єктивні, так і суб'єктивні критерії. Основними об'єктивними критеріями, які характеризують результативну сторону адаптації, є наступні: рівень досягнень у військово-професійній діяльності (підсумкові, контрольні оцінки діяльності (як особисті, так і оцінки з боку підлеглих), особиста дисциплінованість, суспільна активність); ступінь реалізації внутрішньоособистісного потенціалу (співвідношення здібностей офіцера і конкретних результатів його діяльності, бажання підвищити професійну освіту, “зробити” службову кар'єру, стабілізуватися в колективі); ступінь інтеграції офіцера в колектив, масштаб неузгодженості особистих і колективних цінностей, статус в групі, наявність авторитету серед підлеглих, співслужбовців і начальників, прийняття внутрішньогрупової ролі, бажання підвищити свій соціальний статус; схильність до контролю та управління соціальними ситуаціями; здатність до самоконтролю і організації особистої діяльності; компетентність у спілкуванні; спонтанність і невимушеність поведінки; толерантність до невдач і перешкод у справах; схильність до порядку, планування діяльності.

Суб'єктивні показники розкривають ставлення молодшого офіцера до своєї діяльності. З одного боку, вони характеризують ступінь ініціативності, самостійності та творчої активності молодших офіцерів, з іншого – представляють міру його задоволеності службовим положенням (статусом). Про адаптованість офіцера свідчить те, наскільки його влаштовує посада, місце служби, характер, зміст і результат ВПД, організаційні, матеріально-побутові,

психологічні умови військової діяльності. Відношення офіцера до своєї службової діяльності характеризується емоційним самопочуттям, яке включає тональність індивідуального настрою, вираженість емоційної напруги, наявність невротичних реакцій. До суб'єктивних критеріїв адаптованості також відносяться: впевненість у собі; впевненість в собі керівника в різних варіантах соціальної взаємодії; усвідомлення соціальної цінності своєї особистості, мотивація досягнення, наполегливість у реалізації соціально-значимої цілі, орієнтація в часі на актуальні цілі і потреби, самостійність, відповідальність.

Оскільки основною детермінантою, що обумовлює досягнення молодшими офіцерами відповідного рівня адаптованості, є наявність чи відсутність психологічних чинників, які виникають у ході адаптації до умов служби в частині, то саме цьому феномену ми і приділяємо особливу увагу в нашому дослідженні.

Основною детермінантою, що обумовлює досягнення молодшими офіцерами відповідного рівня адаптованості, є наявність або відсутність труднощів, блоkad, бар'єрів які виникають в ході їх адаптації до умов служби в частині. Поняття “труднощі” є важливою характеристикою, яка дозволяє говорити про успішність або неуспішність того чи іншого процесу. Під труднощами ми розуміємо стани зупинки або перерви в діяльності, зіткнення з перешкодою, неможливістю переходу до наступного виду діяльності” [3, с.81, 94-95]. Також труднощами вважають “переживання і розуміння невідповідності між вимогами діяльності та можливостями особистості” [3, с. 81, с. 94-95]. Тому труднощі адаптації молодших офіцерів, ми розглядаємо як переживання ситуації, за якої, зусилля, що витрачаються на досягнення стану адаптованості перевищують отриманий результат.

На наш погляд, варто виділити дві основні функції труднощів адаптації. Перша – позитивна, яка має два значення: індикаторне (звернення уваги офіцера до неузгодженості системи адаптації) і мобілізуюче (активізуюча діяльність офіцера при подоланні труднощів, набуття досвіду). Друга функція – негативна, яка пов'язана як із затримкою адаптації (відсутність умов для подолання

труднощів, заниження самооцінки), так і з її неможливістю (дезорганізація діяльності адаптанта, звільнення із армії тощо).

Ряд авторів вважають, що психологічна адаптація молодших офіцерів до професійної діяльності залежить від таких психологічних чинників, як готовність до діяльності, рівень активності суб'єкта, когнітивна стратегія прийняття рішення, мотивованість [10; 35; 36; 40; 44]. Психологічний аналіз літературних джерел дозволяє розглядати готовність молодших офіцерів до професійної діяльності як найважливішу його психологічну характеристику, в якій відбивається впевненість офіцера в правоті особистих ідеалів, уміння володіти собою, розвиток мислення, уява та інші пізнавальні процеси, а також глибина знань, умінь і навичок.

Аналіз психологічної літератури, а також вивчення практики адаптації молодших офіцерів дозволяє говорити про дві групи чинників, які обумовлюють труднощі, бар'єри, блоки адаптації [19; 25; 36; 52]. Першу групу складають індивідуально-особистісні чинники адаптації, які включають в себе як особливості темпераменту, так і специфічні риси характеру, адаптаційні здатності, інтеріоризований адаптаційний досвід і ціннісні орієнтації особистості. В другу групу входять соціально-психологічні, такі як інтимно-сімейний, первинно-професійний, інституційний, суспільно-державний і загальнолюдський. Структурна схема чинників адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах представлена на рис. 1.2.

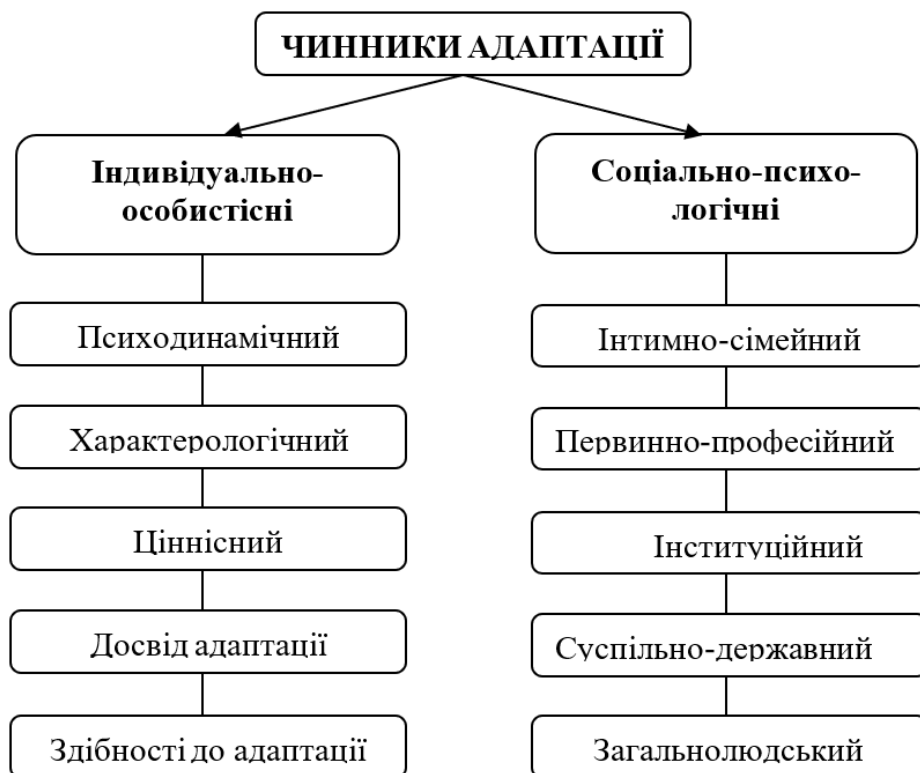


Рисунок 1.1. Структурна схема чинників адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах

Як свідчать дослідження особистісних характеристик, вони утворюються внаслідок системного узагальнення індивідуальних біологічних і соціально-набутих властивостей, які включені у функціонування системи поведінки людини, а також її діяльності та спілкування і пов'язані з усіма психічними процесами: мотиваційними, пізнавальними, емоційно-вольовими [14; 25].

При аналізі індивідуально-особистісних чинників адаптації варто звернутися до концепції психічних рівнів [51].

Згідно з нею, підґрунтям для поділу на рівні вважалася здатність людини до адаптації. Низький психічний рівень дає переважно недостатньо пристосованих індивідів, середній рівень – пристосованих, представників вищого рівня можна назвати такими, що пристосовуються. В дещо іншій термінології ці рівні можна описати, як дезадаптаційний, акомодативний і асиміляційний. Відомо, що важливою характеристикою, яка визначає відсутність або наявність труднощів адаптації, є адаптаційні здібності молодших

офіцерів. У широкому розумінні поняття “здібності” трактується як індивідуальні психологічні особливості людини, що виявляються в діяльності і є умовою її успішного виконання [51, с. 141; 73].

Адаптаційні здібності людини являють собою стійкі характеристики індивідуально-типологічного та особистісного рівня людської індивідуальності, які забезпечують спроможність успішно адаптуватись до різноманітних умов життєдіяльності і виявляються як у фізіологічному плані (від біохімічного рівня до рівня безумовно-та умовно-рефлекторної регуляції діяльності), так і у психологічному плані, спрямовуючи поведінку особистості. [18; 19; 20; 61].

Поняття “адаптаційні здібності” (адаптивність) у рамках нашого дослідження можна визначити як індивідуально-психологічні особливості молодших офіцерів, які обумовлюють успішність адаптації. Відповідно, при цьому сутнісні труднощі адаптації викликаються низькими адаптаційними здібностями. Високі здібності, навпаки, сприяють швидкому і успішному досягненню стану соціально-психологічної адаптованості.

Виходячи із диспозиційної теорії саморегуляції соціальної поведінки особистості [7; 12; 13; 15; 21], ієрархічно організована система диспозицій особистості є продуктом попереднього досвіду, в якому фіксуються звичні способи задоволення різних потреб особистості в звичних соціальних умовах. Вищі диспозиції, в тому числі і соціальні цінності, регулюють загальну спрямованість соціальної поведінки, а нижчі – поведінку в певних сферах діяльності та спрямованість вчинків у типових ситуаціях. Роль основних у конкретних соціальних умовах виконують диспозиції, адекватні умовам і цілям діяльності в даному, актуальному “масштабі”.

Систему диспозицій молодших офіцерів утворюють: 1) вищі диспозиції – концепція життя і ціннісні орієнтації, загальна направленість особистості; 2) диспозиції середнього рівня – узагальнені соціальні настанови на типові соціальні об’єкти і ситуації; 3) диспозиції низького рівня – ситуативні соціальні настанови як диспозиції до сприйняття і поведінки в конкретних умовах служби в військовій частині, в даному предметному і соціальному середовищі [6].

Ціннісні орієнтації особистості створюють вищий рівень ієрархії схильностей до визначеного сприйняття умов життя і діяльності й до поведінки в довгостроковій перспективі, а в ситуації морального вибору служать важливими критеріями прийняття життєво важливих рішень [6].

Будучи відображенням фундаментальних соціальних інтересів особистості, ціннісні орієнтації виражають суб'єктивну позицію молодших офіцерів, їх світогляд і моральні принципи. Несуперечливість ціннісних орієнтацій – показник стійкості офіцера, який знаменує становлення особистості як активного суб'єкту соціальної діяльності, сприяє задоволенню успішної адаптації до нових умов.

Аналіз соціально-психологічних чинників, що визначають труднощі адаптації молодших офіцерів, неможливий без визначення соціального середовища, під яким розуміють “сукупність усіх тих суспільних умов діяльності і відносин, які оточують особистість і активно (прямо чи опосередковано, стихійно чи свідомо) впливають на її свідомість і поведінку.” [63, с. 242]. Воно виступає як сфера самоздійснення індивіда, структура якого складає в загальному вигляді сукупність людського, суспільного досвіду, що втілюється в культурі [6].

Аналізуючи інституційний рівень соціально-психологічних чинників адаптації, слід відзначити, що особливості сучасних процесів у світовому суспільстві обумовлюють необхідність утримання сил швидкого реагування для розв'язання спеціальних завдань. Це неоднозначно сприймається молодшими офіцерами, викликає психічні переживання, які визначаються деяким несприйняттям цієї ситуації. Важливим фактором інституційного характеру виступає зниження престижу служби в армії, що притаманне сучасному українському суспільству. Все це болісно відображається у свідомості і поведінці військовослужбовців. Звичайно, така ситуація не може не ускладнювати процес адаптації молодших офіцерів, які не завжди впевнені в доцільності використання збройних сил з боку держави.

З попереднім рівнем тісно пов'язаний суспільно-державний рівень соціально-психологічних чинників адаптації, який полягає в обумовленості цього процесу взаєминами молодших офіцерів і суспільно-державної системи. Групові та індивідуальні бесіди з молодшими офіцерами показали, що на адаптацію впливає стабільність державного ладу, виконання державою перед військовими своїх зобов'язань. Особливо важлива роль відводиться загальнолюдському рівню соціально-психологічних чинників адаптації, що визначає обумовленість життя і діяльності молодшого офіцера загальнолюдськими цінностями, серед яких важливе місце займає уявлення про смисл життя, добро, зло, віру. Це свідчить про достатньо високий духовний рівень офіцерів і може сприяти прискоренню адаптації та попередженню дезадаптаційних моментів у професійному житті і діяльності.

Завершуючи аналіз соціально-психологічних чинників адаптації необхідно відмітити, що не тільки індивід залежить від середовища, але й середовище залежить від індивіда. Про залежність молодших офіцерів від армійського соціального середовища можна говорити, по-перше, в об'єктивному сенсі. Важливим напрямком активності суб'єкта є пошук ним для себе такого середовища, котре б найкращим чином гармоніювало з його індивідуальними властивостями. Зміст пошукової активності при цьому істотно залежить від направленості особистості молодшого офіцера. Один шукає "тепле містечко", інший – місце в армійському строю, яке дозволяє найбільше самореалізуватися. Наряду з цим, офіцер в процесі асиміляції змінює об'єктивні якості свого оточення, впливає на військовий колектив, причому обсяг і суспільна значимість цієї перетворюючої активності в цілому зростають, поєднуючись з професіональним і духовним розвитком молодшого офіцера.

По-друге, варто розглядати залежність середовища від індивіда в суб'єктивному сенсі, з'ясовуючи, як офіцер сприймає ситуацію служби в частині й взаємодіє з нею. Характеристики середовища по відношенню до молодших офіцерів визначаються співвідношенням об'єктивних властивостей їх соціального оточення із притаманною військовослужбовцю системою

особистісних смислів [27; 45], оскільки зміна останньої змінює психологічне середовище в такому ж ступені, як і зміна об'єктивних властивостей оточення.

Одним із шляхів подолання адаптаційних труднощів, поряд з організаційною діяльністю командирів, органів виховної та соціально-психологічної роботи, є діяльність військових психологів, спрямована на внутрішню сферу особистості військовослужбовця, гармонізацію його психічного стану і придбання таких знань, умінь і навичок, які б забезпечили його якнайшвидшу й успішну адаптацію [47].

Отже, здійснений нами теоретичний аналіз адаптації дозволяє виділити наступні її функції, притаманні особистості молодшого офіцера: 1) адаптація виступає одним із важливих аспектів соціалізації індивіда, передумовою інтерналізації соціальних норм, цінностей, установок конкретного колективу, групи (функція соціалізації); 2) адаптація дозволяє інтегруватися військовослужбовцю в такий складний і специфічний соціальний організм, яким є військовий колектив (інтегративна функція); 3) успішна адаптація являється необхідною умовою і засобом оптимізації взаємодії офіцера і службового середовища, стабілізації соціального положення системи “особистість-середовище”, що підвищує злагодженість і згуртованість військового колективу, покращує психологічний клімат (функція оптимізації взаємодії); 4) адаптація сприяє соціальному розвитку офіцера і навколишнього середовища, оскільки соціальне оточення збагачує людину, так і він привносить в колектив, групу багато цінного і корисного (функція розвитку); 5) адаптація є способом передачі і збереження соціального, професійного досвіду, без чого не можуть складатися і існувати колективні традиції, соціальні норми і звичаї (нормативна функція)

Висновки до розділу 1

1. Розглянуті нами погляди і підходи до проблеми адаптації дозволяють сформулювати робоче визначення цього явища. Під психологічною адаптацією молодших офіцерів слід розуміти процес, що полягає в

узгодженості взаємних очікувань військовослужбовця і соціальної групи (головним чином, первинного військового колективу), коли він без тривалих внутрішніх і зовнішніх конфліктів продуктивно здійснює військову діяльність, задовольняє свої соціогенні потреби, повною мірою задовольняє рольовим очікуванням, які пред'являє до нього соціальна група і умови військової служби, переживає стан самоствердження і творчого самовираження.

2. Вивчення процесу адаптації молодших офіцерів до умов професійної діяльності може стати одним із шляхів до знаходження покладеного в його основу механізму розвитку особистості. Утворення багаторівневих зв'язків призводить до збільшення інтегрованості системи, а отже, її стійкості. З іншого боку, саме це дозволяє розкрити потенційні можливості для особистісних змін. Результати вивчення міжособистісних взаємостосунків підтвердили тісний зв'язок ефективності психічної адаптації і здатності індивіда до побудови адекватних міжособистісних взаємин у мікросоціальному оточенні. Показано, що при конфліктних міжособистісних стосунках порушення психічної адаптації відмічалось значно частіше, аніж при ефективній мікросоціальній взаємодії.
3. Щодо сутності адаптації молодших офіцерів у військових дослідженнях склались два основних підходи. У рамках першого підходу адаптація розглядається як пристосування військовослужбовця до соціального середовища військової служби. Основним змістом цього процесу є звикання військовослужбовця, зміна його динамічного стереотипу. Другий підхід характеризується визначенням адаптації не лише як пристосування, але й як взаємодія з армійським середовищем. Таке трактування адаптації дозволило розглядати військовослужбовця не як пасивну істоту, на яку впливає середовище, а як активного суб'єкта адаптаційної взаємодії.

4. У дослідженні адаптації молодших офіцерів варто застосовувати системний аналіз механізмів психічної адаптації індивіда. Доцільність застосування системного аналізу тих чи інших явищ з метою з'ясування взаємодії різних підсистем визначається тим, що подібний аналіз може дати значно більше, ніж аналітичні методи при вивченні часткових процесів. Принциповою відмінністю функціональної системи адаптації людини від всіх інших самокерованих систем є наявність механізмів свідомого саморегулювання, в основі яких лежить суб'єктивна індивідуально-особистісна оцінка природних і соціальних впливів на людину. Завдяки цьому здійснюється координуюче, направляюче втручання свідомої інтелектуальної активності людини в саморегулюючі процеси адаптації.

Таким чином, системний аналіз адаптації молодших офіцерів показує, що в цьому складному явищі виділяються ряд підсистем: підсистема пошуку і переробки інформації; підсистема емоційного реагування; мотиваційна підсистема; підсистема практичної діяльності.

РОЗДІЛ 2.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ОФІЦЕРІВ ДО ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ

2.1. Організація, методи та методики дослідження

Однією з найбільш вимогливих та динамічних галузей у сфері психологічного забезпечення військового середовища є психологічна корекція. Термін "корекція" (від латинського *correction* – виправлення, удосконалення) відноситься до активної діяльності практикуючих психологів або інших фахівців, спрямованої на подолання або зменшення психічних або фізичних розвиткових вад та порушень психічних функцій у людини. Корекційні дії реалізуються через спеціалізовані індивідуальні та групові заняття [51, с. 179]. Ціллю психологічної корекції є адаптація особистості до навколишнього середовища та формування гармонійних взаємодій із ним.

Психологічна корекція негативних психологічних аспектів адаптації молодших офіцерів до умов військової служби полягає у психологічному втручанні, яке має на меті модифікувати їхню поведінку, діяльність, спілкування та внутрішній світ. Це сприяє ефективній адаптації до умов служби в військовому підрозділі у короткі терміни і з мінімальними втратами для психічного здоров'я офіцера.

Процес дослідження психологічних аспектів адаптації молодших офіцерів включав кілька етапів:

1. Розробка дослідницької програми: визначення наукової задачі, об'єкта і предмета дослідження, уточнення психологічних термінів.
2. Вибір експериментальної групи для дослідження.
3. Збір інформації щодо досліджуваної проблеми.
4. Проведення експериментального дослідження.
5. Статистична обробка зібраних даних.

6. Написання наукової роботи.

Дослідження виконувалося протягом 2022–2023 років. Ураховуючи його специфіку, були визначені ключові аспекти вивчення психологічних адаптаційних чинників молодших офіцерів, такі як добровільність участі в експерименті. Учасниками стали слухачі оперативно-тактичного рівня Вищого військового навчального закладу МО України, віком від 22 до 30 років, з досвідом умов бойової діяльності. Загальна кількість учасників склала 32 особи, серед яких 24 чоловіки та 8 жінок.

Аналіз адаптації молодших офіцерів був інтегрований у процес військово-педагогічної діяльності та проводився у три етапи. Основні сфери діяльності офіцерів включали участь у навчально-бойових заходах, педагогічний процес, підготовку особового складу, адаптацію до службових умов, прийняття рішень і формування міжособистісних стосунків. Успішність адаптації, як інтегрального показника якості та вартості виконання службових обов'язків, аналізувалася через призму різних підсистем професійної діяльності, таких як пошук і обробка інформації, емоційне реагування, мотивація та практична діяльність.

В процесі вивчення адаптації офіцерів до умов військової служби бралися до уваги складність психологічної структури цього виду діяльності, включаючи: а) необхідність постійного оперування великою кількістю інформації; б) складність мотиваційної сфери; в) емоційна складність; г) реалізація комунікативних та інтелектуальних навичок; д) обмеженість часу для прийняття рішень; ж) високий рівень особистої відповідальності. Всі ці фактори апріорі впливали на високий рівень внутрішньої "ціни" діяльності [28].

Недостатня оптимізація організації служби, з урахуванням психофізіологічних аспектів людського організму, може призводити до різноманітних несприятливих функціональних станів, таких як втома, перевтома, нервово-психічне напруження, гіпокінезія та гіподинамія [24]. Ці стани впливають на зниження ефективності службової діяльності та сприяють розвитку дезадаптаційних порушень.

У першій фазі дослідження ми зосередились на виявленні: 1) існуючих несприятливих особистісних та середовищних чинників, що ускладнюють адаптацію молодших офіцерів; 2) впливу цих чинників, їх ступеня вираженості, тривалості та ролі у формуванні дезадаптаційних розладів; 3) виокремлення специфічних характеристик кожного з цих чинників.

Методологія дослідження передбачала психодіагностичне тестування всіх молодших офіцерів, які брали участь у експерименті, за допомогою спеціально відібраних психологічних інструментів. Оцінка адаптації офіцерів здійснювалася за такими критеріями:

1. Об'єктивні показники, що включають:
 - рівень успішності у діяльності;
 - поведінкові прояви;
 - соціальний статус;
 - результативність служби.
2. Оцінка суб'єктивних показників, зокрема:
 - самооцінка задоволеності, самоповаги;
 - самовідношення;
 - емоційні переживання.
3. Аналіз мотиваційної сфери;
4. Вивчення особистісних якостей.

Для кожної методики були визначені ключові інформативні показники, які сприяли подальшій обробці, інтерпретації та статистичному аналізу даних, представлених у третьому розділі нашого дослідження. На основі цих результатів були сформовані контрольні та експериментальні групи, останні з яких були об'єктом психокорекційного впливу.

У другій фазі дослідження, враховуючи отримані дані та специфіку дезадаптаційних факторів, була розроблена КТПКНПЧ програма адаптації молодших офіцерів до роботи в особливих умовах. Програма фокусувалася на аналізі динаміки змін об'єктивних та суб'єктивних критеріїв адаптації. Учасники

експериментальної групи проходили навчання протягом шести місяців згідно з цією програмою.

У третій фазі було здійснено порівняльний аналіз результатів психокорекційної роботи між експериментальною та контрольною групами. Визначення ефективності психокорекції включало: а) виявлення проблем і ресурсів молодшими офіцерами; б) розвиток внутрішньої мотивації; в) формування позитивного ставлення до себе; г) готовність до взаємодії з оточенням; д) відкритість до змін; ж) здатність бачити альтернативи; з) прийняття відповідальності; е) орієнтація на вибір і майбутнє.

Організація дослідження відповідає поставленим цілям і завданням. Вибір методик, які відображають суть дослідження, є ключовим для успішного проведення психодіагностичної роботи. Інтегративний підхід, який охоплює різні аспекти особистості, є найбільш ефективним у дослідженні психологічних чинників адаптації молодших офіцерів [67]. Наш дослід відзначає значимість інтеграції різноманітних підходів у психотерапевтичну та корекційну роботу, спрямовану на розвиток нової психотерапевтичної парадигми [67].

Аналіз психологічної літератури та практика психокорекції демонструють, що існують два основні напрями в індивідуальній та груповій корекції: перший – спрямований на розвиток психічного саморегулювання, другий – на корекцію нормативно-ціннісних систем поведінки молодших офіцерів [49; 68; 72]. Наша програма психокорекції інтегрує обидва ці напрями, враховуючи психічні функції та системи, відповідальні за виконання діяльності, вимагаючи комплексного підходу до оцінки адаптації з використанням методів, що відображають визначені критерії адаптації та особливості професійної діяльності [37; 38; 52].

У цьому дослідженні особлива увага приділяється аналізу ключових аспектів проблем, пов'язаних з психологічною діагностикою чинників адаптації. Це передбачає розробку відповідного набору діагностичних тестів. У сучасних умовах існує багато методів оцінки індивідуально-психологічних особливостей людини, однак не всі з них можуть бути застосовані для групової діагностики в

рамках військової служби. Тому одним з критеріїв вибору методики є її простота і лаконічність змісту та часу проведення.

Ще одним важливим критерієм відбору є інформативність методик. Згідно з дослідженнями [23; 52], високу інформативність у вивченні адаптації забезпечують показники успішності професійної діяльності, рівень розвитку мотиваційної сфери особистості, емоційні характеристики та індивідуальну самосвідомість. Використані методики та їх обсяг представлені в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1.

Методики та обсяг досліджень

№	Назва методики	Кількість досліджуваних осіб за етапами роботи
I.	Методики визначення об'єктивних критеріїв успішності адаптації молодших офіцерів	
1.	Експертне опитування	32
2.	Результати успішності професійної діяльності	32
3.	Соціальний статус	32
II.	Методики визначення суб'єктивних критеріїв успішності адаптації молодших офіцерів	
1.	Методика “Незакінчені речення” (Сакса і Сіднея)	32
2.	Мотиваційний тест (Х. Хекхаузена)	32

Діагностика психологічних адаптаційних чинників молодших офіцерів зазвичай базується на системно-структурних підходах, що передбачають аналіз змін у структурних зв'язках та відносинах підсистем, які забезпечують адаптацію. Це включає підсистеми пошуку та обробки інформації, емоційного реагування, мотиваційну підсистему та підсистему практичної діяльності [52].

Аналізується якість, кількість та результативність службової діяльності, а також соціально-психологічні якості, властивості, риси особистості. Основними показниками змін у цьому контексті є коливання кількісних та якісних характеристик ефективності роботи, переважно за їхніми зовнішніми проявами. Діагностика психологічних чинників адаптації військових спеціалістів залишається актуальною задачею, пов'язаною не лише з оптимізацією функціонального стану, але й з збереженням фізичного та психічного здоров'я.

Основним засобом діагностики психологічних чинників адаптації є використання тестових процедур, зокрема особистісних опитувальників, які виявляють індивідуально-психологічні характеристики особистості та їх успішність у вирішенні поведінкових задач. Таким чином, проблема оцінки психологічних чинників адаптації виступає як стандартна психодіагностична задача – описати і кількісно оцінити зміни у відповідних підсистемах: емоційного реагування, мотиваційної підсистеми, підсистеми практичної діяльності [23; 25].

Детальніше зупинимося на методиках, представлених у таблиці 2.1. Їх вибір обґрунтовано тим, що вони дозволяють у повному обсязі реалізувати завдання дослідження. Методика “Незакінчені речення” (Сакса і Сіднея) [1, с. 161-166], що містить 60 запитань, використовувалася для з'ясування мотивів вибору професії, нереалізованих можливостей, ставлення до минулого та майбутнього, а також страхів, побоювань, почуття провини, цінностей молодших офіцерів на початковому етапі професійної адаптації. Методика базується на ідеї вираження намірів, оцінок і ставлень до професії через завершення речень.

Інтерпретація результатів включала оцінку афективного забарвлення висловлень (позитивне, нейтральне, негативне). Мотиваційний тест Х. Хекхаузена [17] дозволяв вивчати силу і спрямованість мотивів через аналіз реакцій на зображення фрагментів службових ситуацій. Методика “Ціннісні орієнтації” Рокича [16, с. 26-28] застосовувалась для аналізу індивідуальних уявлень про систему значущих цінностей, які формують загальні життєві орієнтири молодших офіцерів. Ця методика дозволяла визначити ієрархію життєвих цілей (термінальні цінності) та засобів їх досягнення (інструментальні цінності).

У цьому дослідженні особливий акцент ставився на аналіз суб'єктивної картини життєвого шляху особистості з використанням методики Є.І. Головахи та О.О. Кроніка, відомої у психологічній науці як “Оцінювання п'ятирічних інтервалів” [15]. Ця методика дозволяє оцінити рівень суб'єктивної

реалізованості життя, пропонуючи ряд індивідуальних показників, важливих для розв'язання завдань психопрофілактики та надання психологічної допомоги в кризових ситуаціях [64–65; 69]. Ключові показники включають:

- Почуття реалізованості, визначене через співвідношення фактичної насиченості прожитих років життя до очікуваної насиченості життя в цілому;
- Психологічний вік (ПВ) як інтегральний показник ставлення до часу життя, розраховується за формулою $ПВ = (\text{суб'єктивна реалізованість життя}) \times (\text{очікувана тривалість життя})$;
- Коефіцієнт дорослості для порівняння респондентів з різним хронологічним віком;
- Середні оцінки минулого, майбутнього і життя в цілому, що дозволяють визначити відносну значимість прожитих і майбутніх років, подій життя;
- Оцінка поточного п'ятиріччя, відображає ставлення до теперішнього часу, його цінність чи беззмістовність;
- Середні заміри оцінок для виявлення злетів і падінь у життєвому шляху;
- Кількість вершин, що вказує на індивідуальне ставлення до невдалих життєвих програм;
- Кількість десятків, яка може вказувати на перевагу розуму над почуттями.

Ця методика забезпечує ефективну та надійну діагностику життєвого шляху особи, дозволяючи оцінити духовне благополуччя та виявити деформації в картині життєвого шляху. Її багаторічне застосування в різних вікових групах і життєвих ситуаціях свідчить про її ефективність та доцільність використання у психологічному обстеженні осіб, що переживають кризові ситуації.

Емоційні реакції на різноманітні життєві перешкоди та бар'єри є важливою складовою процесу адаптації. В контексті вивчення фрустраційних реакцій використовувалася методика С. Розенцвейга [1]. За цією методикою типи агресії

класифікуються за напрямком (“на себе”, “на інших”, “заперечення”) та типом реагування, що вказує на важливість різних аспектів ситуації у переживаннях фрустрованої особи.

Особливістю методики є показник GSR (міра соціальної адаптації за С. Розенцвейгом), розрахований на основі відповідей за 24 малюнками. Цей показник вимірює ступінь відповідності відповідей стандартним, дозволяючи оцінити рівень соціальної адаптації особистості.

Аналіз відповідей включає оцінку напряму та типу реакції, де враховуються зовнішньо-звинувачувальні, самозвинувачувальні та беззвинувачувальні аспекти, а також перешкодо-домінуючі, самозахисні та вирішального типу реакції. Низький показник GSR вказує на можливість частих конфліктів з оточенням та недостатню адаптацію до умов військового середовища.

У контексті дослідження ключових аспектів особистості, зокрема її провідних тенденцій, що включають умови розвитку та саму властивість, застосовувалась методика визначення індивідуально-типологічних особливостей, розроблена Л.М. Собчиком [11, с. 64-72]. Ця методика дозволяє глибоко аналізувати індивідуальні особливості особистості, включаючи мотиваційні, пізнавальні, емоційні та комунікативні аспекти, і є ключовою для розуміння процесу інтеграції особистості.

Особливість методики полягає у тому, що самосвідомість та самоконтроль є важливими факторами, що формують реальне "Я" людини. Самосвідомість розвивається через порівняльний аналіз власних переживань, думок і дій з переживаннями інших [11]. Дослідження літературних джерел вказує на існування певного діапазону мінливості особистісних властивостей, визначаючи межі, в яких характеристики можуть змінювати свою інтенсивність [11]. Ці коливання дозволяють адаптуватися до умов середовища, при цьому кожна тенденція врівноважується протилежною якістю.

Результати застосування цієї методики були корелювані з результатами інших використаних у психологічному дослідженні методик для виявлення взаємозв'язку з іншими характеристиками особистості офіцера.

В контексті вивчення міжособистісних стосунків використовувалась модифікована версія інтерперсональної діагностики Т. Лірі [11]. Методика дозволяє оцінити вісім типів міжособистісної взаємодії, відображаючи домінування певних тенденцій у структурі особистості. Важливою є вивчення структури "Я", включаючи реальний і ідеальний образи "Я", які є частиною цілісної структури особистості.

Застосування методики С. Будассі [1] дозволило вивчати рівень самооцінки за допомогою ранжування особистісних рис у "ідеальній" та "реальній" репрезентаціях, з подальшим аналізом за коефіцієнтом кореляції Спірмена.

Також використовувалась методика вивчення рівня суб'єктивного контролю Дж. Роттера [11, с. 288-297] для оцінки ступеня контролю особистості над життєвими ситуаціями, визначаючи різницю між екстернальною та інтернальною локалізацією контролю.

Багаторівневий особистісний опитувальник "Адаптивність" А.Г. Маклакова і С.В. Чермяніна [11, с. 503-510] застосовувався для вивчення адаптаційних можливостей особистості, оцінюючи її психофізіологічні та соціально-психологічні характеристики. Опитувальник містить чотири рівні, що дозволяють отримати детальну інформацію про особистісний потенціал соціально-психологічної адаптації, включаючи такі шкали, як "достовірність", "поведінкова регуляція", "комунікативний потенціал", "моральна нормативність".

Протягом адаптаційного періоду молодші офіцери переживають різного роду критичні періоди, зміст яких коріниться в зміні потреб і спонукань, які визначають відношення офіцера до оточуючого середовища. Однією з умов успішної діяльності по профілактиці і корекції дезадаптації молодших офіцерів є чітке знання характеру суб'єктивних викривлень відносно себе й ставлення до

них. З цією метою в роботи використовувалась методика “Соціально – психологічна адаптація – дезадаптація” В.Б. Осипова – М.П. Вернодубова [1, с. 30-37].

Методика складається з 101 судження, з яких 37 відповідають критеріям соціально-психологічної адаптованості особистості офіцера (почуття власної гідності, вміння розуміти й поважати думку інших, розуміння й прагнення оволодіти й справитись зі своїми проблемами, відкритість спілкування в реальній практиці служби). Ще 37 – відповідають критеріям дезадаптації (неприйняття себе та інших, наявність захисних бар’єрів в обмірковуванні свого актуального “Я” і поведінки, негнучкість психічних процесів). Решта 27 висловлювань – нейтральні (“шкала щирості”).

Результати інтерпретації дозволяли з’ясувати коефіцієнт соціально-психологічної адаптованості (Ка) та показник дезадаптованості. Для розширення можливостей кількісного аналізу даних, отриманих за допомогою даного опитувальника, виділяється 6 факторів, що відповідають критеріям адаптованості й дезадаптованості людини. Серед них: 1) прийняття-неприйняття себе; 2) прийняття інших-конфлікт з іншими людьми; 3) емоційний комфорт (оптимізм, врівноваженість)-емоційний дискомфорт (тривожність, хвилювання чи апатія); 4) очікування внутрішнього контролю-очікування зовнішнього контролю; 5) домінування-залежність від інших; 6) “втеча від проблем”.

2.2. Соціально-психологічні передумови формування психологічних чинників адаптації молодших офіцерів в особливих умовах

Ретроспективний аналіз змісту ВПД молодших офіцерів дозволяє виділити основні чинники, які впливають на протікання адаптаційних процесів на первинному етапі професійного становлення. Серед них важливого значення набувають індивідуально-особистісні чинники адаптації, що містять в собі властивості темпераменту, специфічні риси характеру, адаптаційні здібності, інтеріоризований адаптаційний досвід й ціннісні орієнтації особистості.

Результати проведеного нами анкетного опитування дозволили з'ясувати вплив цілої групи чинників на протікання професійного становлення молодших офіцерів. Це перш за все:

- сімейний чинник (вплив сім'ї на успішність професійного становлення);
- первинно-професійний;
- інституціональний (роль армії в суспільстві, престижність професії військовослужбовця);
- суспільно-державний (стабільність в державі, міра реалізації потреб військовослужбовців та ін.).
- особистісний (особливості потребово-мотиваційної сфери, ціннісні орієнтації).

Для участі в анкетуванні було залучено 32 досліджуваного офіцера віком від 22 до 30 років, які проходять службу в військових частинах та підрозділах ЗС України. Результати здійсненого аналізу ступеня впливу різних чинників на професійне становлення молодших офіцерів в умовах служби проведеного за допомогою анкети, відображено на рис. 3.1.

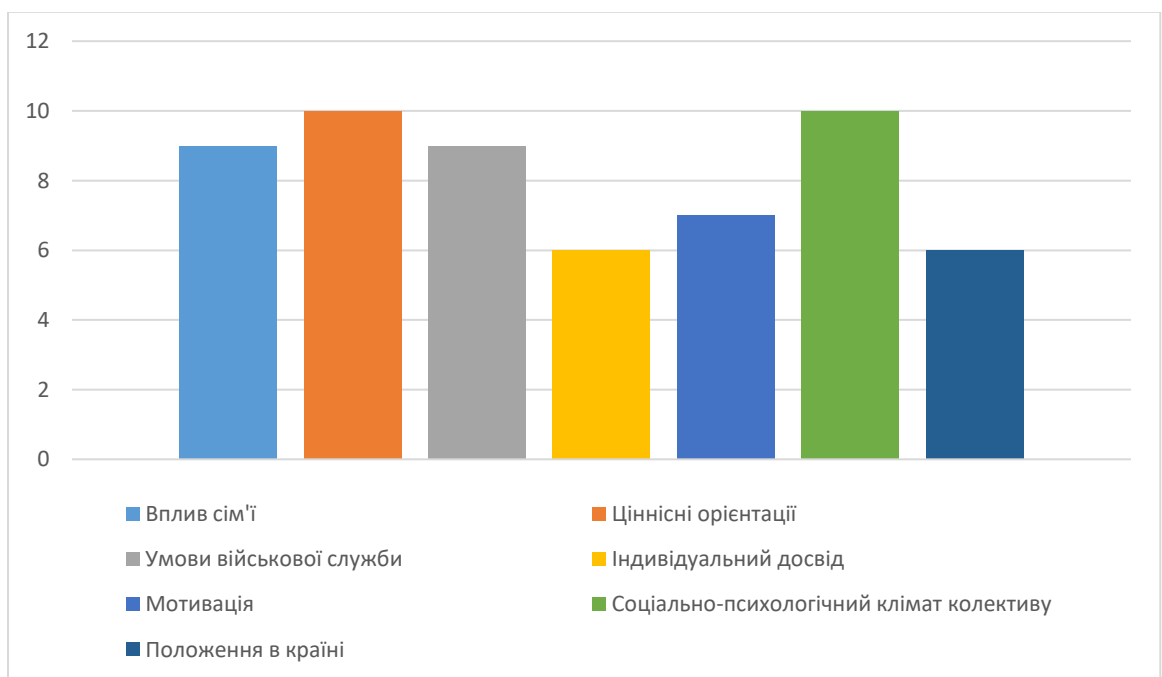


Рисунок 3.1. Переважаючі чинники адаптації молодших офіцерів до ВПД

Аналіз “сімейного” чинника дозволив з’ясувати пряму залежність між ставленням офіцера до служби і психологічним кліматом, що панує в сім’ї офіцера. Встановлено, що близько 68% молодших офіцерів впевнено й комфортно почувають себе у взаєминах із членами сім’ї. Однак близько 32% досліджуваних відчувають труднощі в особистому житті. Вони здебільшого пов’язані з хворобою одного із членів сім’ї, житлово-побутовою невлаштованістю, конфліктами із соціальним оточенням, наслідками різних соціальних процесів тощо. Всі ці обставини призводять до наростання конфліктів у взаєминах, зниження задоволеності сімейним життям, послаблення згуртованості в сім’ях. Аналіз численних труднощів, які виникають в сім’ях молодших офіцерів, дозволив виділити тривалі (хронічні) подразники. До останніх 42% досліджуваних відносять надмірне навантаження в побуті, на службі, труднощі щодо розв’язання житлової проблеми, тривалі та стійкі конфлікти в сім’ї.

Аналіз первинно-професійного чинника показав особливу важливість професійної ідентифікації військового керівника, стилю і методів керівництва, розвитку колективу (розвиток формальної і неформальної структур; спрямованість домінуючих професійно-групових ціннісних утворень, характер і динаміка професійних взаємин у колективі). При цьому було відзначено важливість першого враження про військову частину, її колектив, звичаї і традиції.

Первинний етап адаптації тісно взаємопов’язаний із індивідуальним досвідом. За результатами опитування виявлено, що 72% респондентів надають цьому чиннику важливого значення.

Вивчення процесу військово-професійного становлення молодших офіцерів показало, що позитивний вплив на процес професіоналізації виявляється в тих підрозділах, де організовується урочиста зустріч випускників ВВНЗ, їх відрекомендування офіцерському колективу частини, ознайомлення з традиціями, особливостями міжособистісних взаємин тощо. На цьому етапі

молодшим офіцерам забезпечують сприятливі умови для оволодіння отриманою ними військовою спеціальністю, при цьому забезпечують посилене навантаження, не перевантажують нарядами і завданнями.

В ході опитування нами було визначено, що при несприятливих соціально-психологічних умовах в колективі, зокрема при переважанні негативних настроїв, соціальних явищ тощо, виникає ситуація, коли найбільш “успішними” є офіцери із асоціальною спрямованістю, для яких властиве пасивне ставлення до служби. За таких умов молодші офіцери з активно-позитивним ставленням до служби не можуть пройти професійне становлення, доки не завоюють авторитет як серед підлеглих, так і серед начальників.

Ще однією важливою складовою даного чинника є стиль і методи керівництва командирів. За результатами вивчення стилю і методів керівництва нами встановлено два аспекти, від яких залежить подолання професійних бар’єрів: 1) оптимізація функціональних взаємин керівника з підлеглими (безпосереднє керівництво); 2) удосконалення образу діяльності самого керівника (керівництво опосередковане власним прикладом) [13; 32; 56; 71].

При розгляді процесу оптимізації функціональних взаємин командира було проаналізовано співвідношення владних і демократичних повноважень в стилі керівництва. За результатами аналізу зроблено висновок про те, що це співвідношення повинне гнучко мінятися в залежності від провідних мотивів, характерних для того чи іншого молодшого офіцера.

У випадку, коли в структурі мотивації переважає активно-позитивне ставлення до військової служби (а таких в ході анкетування виявлено 31%), стиль керівництва повинен бути переважно демократичним. Необхідно вміло делегувати їм повноваження і зводити рівень контролю до мінімального. Якщо ж офіцер не націлений на службу (53% респондентів), керівнику доцільно звертатися до авторитарних методів управління. Однак у цьому випадку необхідно відокремлювати вимоги як до підлеглому і як до особистості, в жодному випадку не принижуючи його гідності.

В ході дослідження виявлено, що на адаптаційні процеси суттєво впливають стиль діяльності керівника і його особистісні характеристики (якості) (коли вони не відповідають системі соціальних очікувань підлеглого, це відображається на авторитеті керівника). Тому, турбота про свої професійні знання і навички, висока компетентність в міжособистісному спілкуванні, вміння брати на себе відповідальність в складних ситуаціях є невід'ємними якостями командира при здійсненні впливу на професійне становлення військовослужбовців всіх категорій.

Переходячи до аналізу інституційного чинника адаптаційного процесу, слід зазначити, що особливості сучасних суспільних процесів в Україні не проходять непоміченими й знаходять своє відображення в життєдіяльності частин і підрозділів. В цьому контексті важливим чинником інституціонального порядку виступає зниження престижу служби в ЗС України. Опитування показало, що цінності і норми сучасної військової служби схвалюються лише 45% досліджуваних. Майже 35% відмітили, що ці норми і цінності для них є не важливими, й лише 20% досліджуваних впевнено і комфортно почуваються в лавах Збройних Сил. Така ситуація не може не ускладнювати процес професійного становлення особливо молодших офіцерів, які не завжди впевнені в доцільності і законності використання Збройних Сил [57].

З попереднім, тісно пов'язаний суспільно-державний чинник адаптації, який коріниться в зумовленості цього процесу між взаєминами офіцера і суспільства як системи. Бесіди з молодшими офіцерами засвідчили, що на адаптацію впливає стабільність в державі, ступінь реалізації в ній діяльності потреб суспільства, виконання державою перед військовослужбовцями зобов'язань, в тому числі зазначених в ряді нормативних документів.

В цьому контексті з'ясовано, що значна частина респондентів (73%) своє становище пов'язують з подоланням кризових явищ в державі, які призводять до недофінансування різноманітних потреб армії, а відтак і неможливості до кінця задовольнити базові потреби особистості.

Проведене анкетне опитування дало змогу виявити переважаючі чинники адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах. Серед багатьох чинників, які впливають на процес адаптації, найбільш вагомого значення набувають професійний досвід, визнання престижу професії офіцера в суспільстві, сімейні взаємини та соціально-психологічна атмосфера у військовому колективі. Разом з тим для сучасного офіцера ЗС України важливими є внутрішня мотивація до служби та прийняття норм і цінностей військової служби. Все це дає підстави для виявлення психологічних властивостей досліджуваних, надання їм психологічної допомоги, що буде суттєво впливати на прискорення адаптації і попередження депрофесіоналізації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах

Висновки до розділу 2

1. Дослідження психологічних чинників адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах, організаційно виконувалось в три етапи. На першому етапі проведено теоретичний аналіз сучасних тенденцій щодо вивчення адаптації молодших офіцерів до ВПД. Визначено методики дослідження і проведено психодіагностичне обстеження з метою виявлення несприятливих психологічних чинників, що зумовлюють розвиток дезадаптації молодших офіцерів.
2. На другому етапі у відповідності з виявленими несприятливими психологічними чинниками складено КТПКНПЧ адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах, за якою проведено цикл тренінгових занять з метою ПК несприятливих психологічних чинників досліджуваних експериментальних груп.
3. В ході третього етапу проведено порівняльний аналіз об'єктивних та суб'єктивних показників ПК несприятливих психологічних чинників експериментальних та контрольних груп. Визначено ефективність впливу корекційної програми на успішність адаптації досліджуваних

експериментальних груп. На цьому ж етапі розроблено організаційно-методичні рекомендації щодо психологічного супроводження адаптації молодших офіцерів у військовій частині (підрозділі).

4. На основі аналізу умов та особливостей ВПД молодших офіцерів для дослідження їхньої адаптації до військової служби створено набір психодіагностичних засобів, адекватних предмету дослідження з урахуванням багаторівневості та специфіки діагностики психологічних чинників. Для їх оцінювання ми використали методики, які відтворюють особистісні психологічні чинники: оцінка суб'єктивних критеріїв; оцінка мотиваційної готовності до діяльності; оцінка особистісних властивостей; оцінка об'єктивних критеріїв.
5. Розглянута група методик дозволила комплексно дослідити психологічні проблеми молодших офіцерів, пов'язаних з їхньою адаптацією до діяльності в особливих умовах, які знаходять своє відображення у відповідних взаємозв'язках різних підструктур особистості, зокрема мотиваційної сфери особистості, пізнавальних, емоційних і комунікативних аспектів психіки.

РОЗДІЛ 3.

РОЗРОБКА РЕКОМЕНДАЦІЙ ЩОДО ОПТИМІЗАЦІЇ ПРОЦЕСУ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ОФІЦЕРІВ ЗС УКРАЇНИ ДО ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ

3.1. Аналіз соціально-психологічних та індивідуально-особистісних чинників адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах

Дана частина дослідження зосереджена на аналізі характерних особливостей молодших офіцерів, які впливають на їх ефективну адаптацію до професійної діяльності. Для цього ми застосували різноманітні методики, включаючи тест фрустраційних реакцій С. Розенцвейга, індивідуально-типологічний опитувальник Л.М. Собчик, методику дослідження міжособистісних стосунків Т. Лірі, методику дослідження самооцінки С. Будассі та методику визначення рівня суб'єктивного контролю Дж. Роттера. Детальний опис цих методик представлено у другому розділі.

Згідно з аналізом літературних джерел [33; 66], ключовим елементом успішної адаптації є рівень фрустрованості особистості, на вивчення якого ми зосередили особливу увагу. Визначення фрустрації включає наявність потужної мотивації досягти мети та наявність перепон, які перешкоджають її досягненню: "... будь-яка діяльність зустрічається з перешкодами, що можуть спричинити фрустрацію" [3, с. 95]. Таким чином, молодші офіцери на службі часто стикаються з різними фрустраційними обставинами, класифікованими за типом "перешкод". Серед них можна виділити нездатність задовольнити базові потреби, такі як безпека та повага, що може мати патогенний ефект. Це підкріплюється численними документами Міністерства оборони України, які закликають до дотримання військових статутів, Кодексу честі офіцера, впровадження нерепресивного стилю спілкування тощо.

Рівно ж важливими для адаптації є подолання бар'єрів, пов'язаних з досягненням цілей. Ці перешкоди можуть бути "психологічними" (страх,

недостатні здібності, внутрішні комплекси) або соціокультурними (норми, правила, заборони). Так, поєднання сильної мотивації та перешкод на шляху до мети є необхідною умовою для виникнення фрустрації. Фрустрована поведінка може мати різні прояви: від нестримної активності до агресії, деструкції та регресії, що негативно впливає на "конструктивність" поведінки та "якість виконання".

Фрустраційна поведінка, як результат неможливості задовольнити певні потреби у специфічних умовах, є непродуктивною, вона ускладнює міжособистісні стосунки та може спричиняти конфлікти. Це важливо для психологів, командирів та керівників структурних підрозділів, оскільки вони повинні забезпечити сприятливі умови для служби та професійного розвитку молодших офіцерів. Для виявлення рівня фрустрованості ми використовували тест малюнкової фрустрації С. Розенцвейга, який ґрунтується на концепції фрустрації-агресії.

За результатами психодіагностичного обстеження ми визначили дві групи досліджуваних, які значно відрізнялися за діапазоном значень стандартної таблиці GSR, що відображає "міру соціальної адаптації". Результати аналізу відповідей представлені у таблицях 3.1 і 3.2.

Таблиця 3.1.

Показники спрямованості і типів реакцій (1 група n = 16)

Напрямок реакції	Тип реакції			Σ	%
	ПД	СЗ	ВТ		
З	1	1	3	5	22
С	2	2	4	9	31
Б	3	2	5	10	44
Σ	7	5	12	24	100
%	30	22	48	100	

Аналіз числових даних проводився за наступною схемою:

1. Виявлення відносної частоти різних напрямів відповідей, незалежно від їх типу.
2. Виявлення відносної частоти типів відповідей, незалежно від їх напрямів.
3. Аналіз частоти трьох найбільш поширених факторів.
4. Порівняння відповідей "зовнішньо-звинувачувальних" і "самозвинувачувальних" у ситуаціях "перешкоди" і "звинувачування".

Аналіз числових профілів досліджуваних здійснювався у порівнянні зі стандартною таблицею GSR для здорових осіб, яка відображає кількість “правильних” відповідей. За результатами опитування, ми визначили дві групи досліджуваних: перша група (50%, $n = 16$) і друга група (50%, $n = 16$). Перша група включала офіцерів з понад 50% “правильних” відповідей за таблицею GSR, яких ми називаємо "адаптованими". Друга група включала офіцерів з менш ніж 50% “правильних” відповідей, які складали групу обмежено адаптованих ("неадаптованих"), і ця категорія буде основним об’єктом подальшого аналізу.

Таблиця 3.2.

Показники спрямованості і типів реакцій (2 група $n = 16$)

Напрямок реакції	Тип реакції			Σ	%
	ПД	СЗ	ВТ		
З	4	6	2	12	50
С	2	5	1	8	33
Б	2	1	1	4	17
Σ	8	12	4	24	100
%	32	51	17	100	

Відповідно до цього можна передбачати, що у досліджуваних першої групи, на відміну від другої, рідше бувають конфлікти різного типу з оточуючими їх людьми, що вони достатньо адаптовані до свого соціального оточення. В подальшому вивчалися оцінки шести профілів (табл. 3.1, табл. 3.2).

Оцінки, які стосуються напрямів реакцій (З, С, Б) мають більше значення, що виходять із теоретичних уявлень про фрустрацію.

Подальше дослідження виявило, що більшість молодших офіцерів із другої групи (50%) схильні до зовнішньо-звинувачувальних реакцій (рис. 3.2), які часто виявляються у формі агресії або ворожості. Протилежно цьому, 33% офіцерів цієї групи продемонстрували інтропунітивні реакції, характерні для осіб з тривожними та боязкими особливостями, тенденцією до самозвинувачення. Решта (17%) проявила беззвинувачувальні реакції.

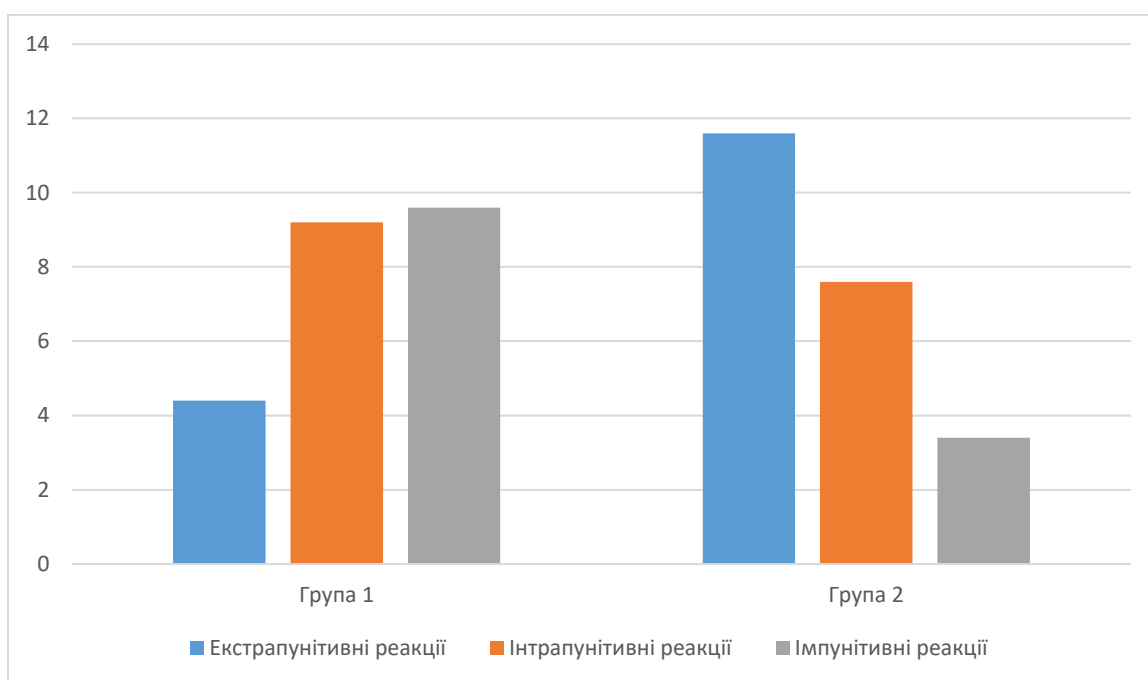


Рисунок 3.2. Показники напрямів реакцій молодших офіцерів

У першій групі молодших офіцерів зовнішньо-звинувачувальні реакції були притаманні лише 22% учасників. Це свідчить про меншу схильність даної групи до ворожості та конфліктності у взаємодії з колегами. Проте, в цій групі 31% офіцерів мали інтропунітивні реакції, вказуючи на значну кількість осіб із тривожністю та внутрішнім почуттям вини. Також, 44% проявили беззвинувачувальні реакції, демонструючи нижчий рівень фрустрації та адекватнішу поведінку.

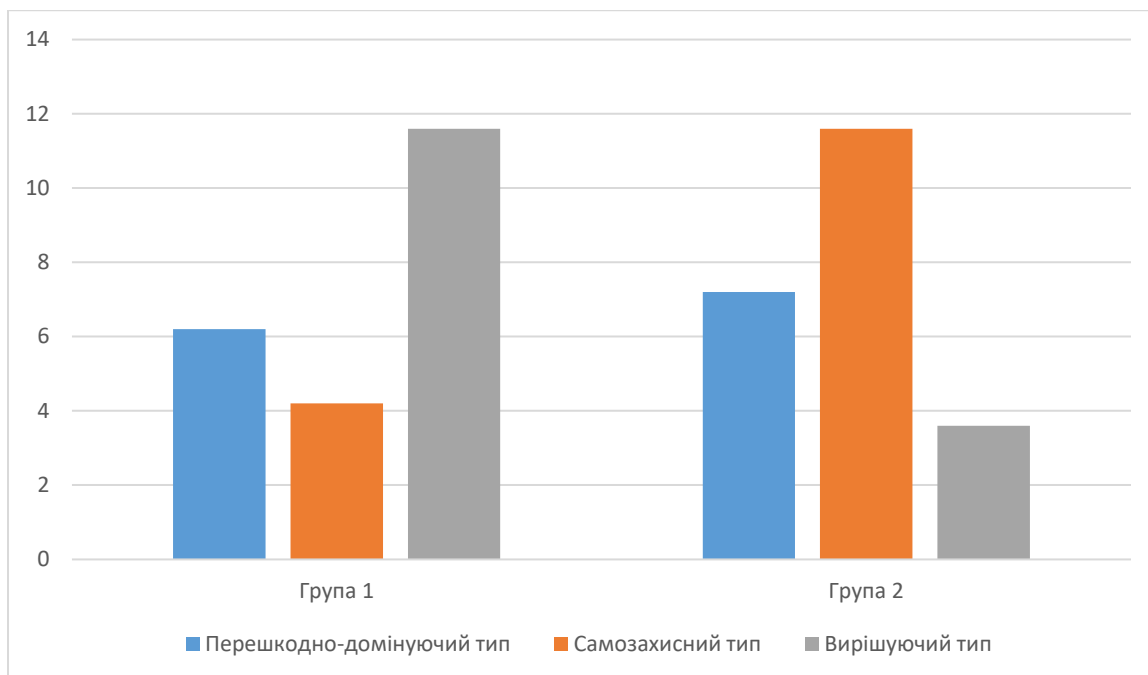


Рисунок 3.3. Показники типів фруструючих реакцій молодших офіцерів

Аналіз реакцій за окремими напрямками серед учасників другої групи виявляє певний профіль фрустрації, де $З > С > Б$. Це дозволяє зробити висновок про значну фрустрованість молодшого офіцерського складу, який демонструє високі вимоги до свого оточення через зовнішньо-звинувачувальні реакції. Така поведінка може свідчити про недоречну поведінку, самооцінку, прояв імпульсивності та агресії, що ускладнює адаптацію до службових умов.

Вивчення типів реакцій (згідно рисунку 3.3) надає додаткове розуміння поведінкових характеристик учасників. Профіль показує, що в офіцерів другої групи переважає самозахисний тип реакції (51%), вказуючи на вразливість особистості. Вони схильні до екстрапунітивних реакцій, зосереджених на самозахисті (20%) – свідчення певної ворожості до оточення. Також присутні інтрапунітивні реакції (14%), де особи визнають власну вину, відчуваючи неповноцінність. Менш поширеними є реакції без звинувачень (9,6%), що виявляється у відсутності осуду та перенесення відповідальності. Загалом, профіль свідчить про переважання зовнішньо-звинувачувальних реакцій, вказуючи на фрустрованість особистості зі схильністю до агресивних дій.

В контрасті до другої групи, учасники першої групи менше схильні до самозвинувачувальних реакцій (22%), що свідчить про меншу схильність до самозахисту і здатність знаходити більш продуктивні форми вирішення проблем.

Другим за значимістю типом реакцій серед другої групи є перешкодомінуючий тип (32%). Це тип реакції, який зосереджується на перешкоді, і відображає, наскільки перешкода є фруструючою. Розподіл реакцій включає екстрапунітивні (14%), інтрапунітивні (6%) та беззвинувачувальні (6%). Аналіз показує, що учасники схильні фокусуватися на перешкодах як причинах фрустрації, що вказує на недостатню адекватність їхньої поведінки у складних ситуаціях.

Отже, оборонні механізми, якими користуються учасники другої групи, такі як перенесення, витіснення та заперечення, виявляються неефективними в цих ситуаціях і не сприяють успішній адаптації в специфічних умовах служби.

Важливо відмітити, що подібний тип реакції характерний також для молодших офіцерів з першої групи (30%), у яких перешкода у ситуації фрустрації має значний вплив. В профільних таблицях, щодо молодших офіцерів другої групи, найменше представлено реакції вирішального типу, спрямовані на розв'язання проблеми, які зафіксовані лише у 17% опитаних. Зокрема, найбільше екстрапунітивних реакцій - 2 особи (12%), де вирішення проблеми очікується від інших, та один учасник (6%) виявив самозахисні реакції з пропозиціями конкретних рішень. Лише 2 особи (12%) продемонстрували беззвинувачувальні реакції, позитивно оцінюючи ситуацію чи вважаючи, що проблема вирішиться сама. Ці дані вказують на низьку активність молодших офіцерів у прийнятті рішень та взятті на себе відповідальності.

Аналіз профілю вирішальних реакцій демонструє, що у фрустраційних ситуаціях офіцери першої групи використовують цей тип реакцій найрідше, що вказує на низьку продуктивність поведінкових реакцій та захисних механізмів. Неефективне вирішення складних ситуацій свідчить про високий рівень невротизації та тривале перебування у станах фрустрації, а також про недостатність навичок психологічної саморегуляції.

Дослідження першої групи показало інші результати, із значним показником вирішального типу реакцій, що складає 48%. Це вказує на меншу схильність до фрустрації, більш адекватні реакції та продуктивні форми захисту особистості. Вказані особливості вказують на кращу адаптацію молодших офіцерів цієї групи до умов військової служби та більші можливості для професійного розвитку.

На основі загального аналізу даних для другої групи, відносна частота реакцій має наступний порядок: $З (12) > С (8) > Б (4)$, тоді як частота за типами реакцій виглядає так: $СЗ (12) > ПД (8) > ВТ (4)$. Це підтверджує фрустрованість учасників дослідження та наявність особистісних проблем, які ускладнюють адаптацію до військової служби. Важливо зосередитися на усуненні джерел, що викликають несприятливі психологічні чинники. Оскільки зміна об'єктивних умов діяльності є складною, актуалізація внутрішніх резервів психіки є важливою і повинна реалізовуватися через психологічне забезпечення військової служби. Для першої групи загальний профіль даних показує: за напрямками реакцій: $Б (10) > С (9) > З (5)$ і за типами: $ВТ (12) > ПД (7) > СЗ (5)$, що свідчить про кращу адаптацію та задоволеність від служби. Дані першої групи можуть слугувати орієнтиром для роботи з молодшими офіцерами, схильними до фрустрації.

Отже, дві виокремлені групи можна умовно назвати "адаптованими" та "неадаптованими". Аналіз даних дозволяє виявити особистісні властивості обох категорій молодших офіцерів. Поділ на "адаптованих" та "неадаптованих" підтверджений опитуванням командирів, що дозволяє отримати більш гомогенну групу для подальшого дослідження.

Суттєву роль в процесі психічної і, в першу чергу, психосоціальної адаптації відіграють пов'язані з особистісно-типологічними характеристиками здібності офіцера до динамічної перебудови системи відношень, настанов, життєвих цілей. Якщо молодший офіцер гнучко взаємодіє з оточенням, його можна віднести до адаптивного типу особистості і навпаки, якщо на повсякденні завдання офіцер реагує не гнучко, погано виконує їх, якщо звичайні дії і

враження викликають дискомфорт, то це слабо адаптований офіцер. Психічна адаптація офіцерів в групі неминуче вимагає вміння і готовності психологічно прилаштовуватися до оточуючих, проявляючи взаєморозуміння та поступливість, стримуючи емоційні пориви, всупереч егоцентричним тенденціям.

В процесі діагностичного дослідження за допомогою індивідуально-типологічного опитувальника (ІТО) нами виявлялися такі провідні тенденції як тривожність, агресивність, сензитивність, інтроверсія, екстраверсія, емотивність, ригідність і спонтанність (рис. 3.4).

Додатково виявлялися також особливості когнітивного стилю і індивідуального стилю міжособистості поведінки. Психодіагностичному обстеженню підлягали молодші офіцери ($n = 32$), які проходять військову службу в частинах і підрозділах ЗС України. Отримані результати дали можливість виявити дві групи молодших офіцерів, які відрізняються за своїми індивідуальними характеристиками, що свідчать про провідні тенденції і міру їх вираженості. На підставі отриманих профілів робилися діагностичні висновки щодо міри адаптації останніх до діяльності в особливих умовах.

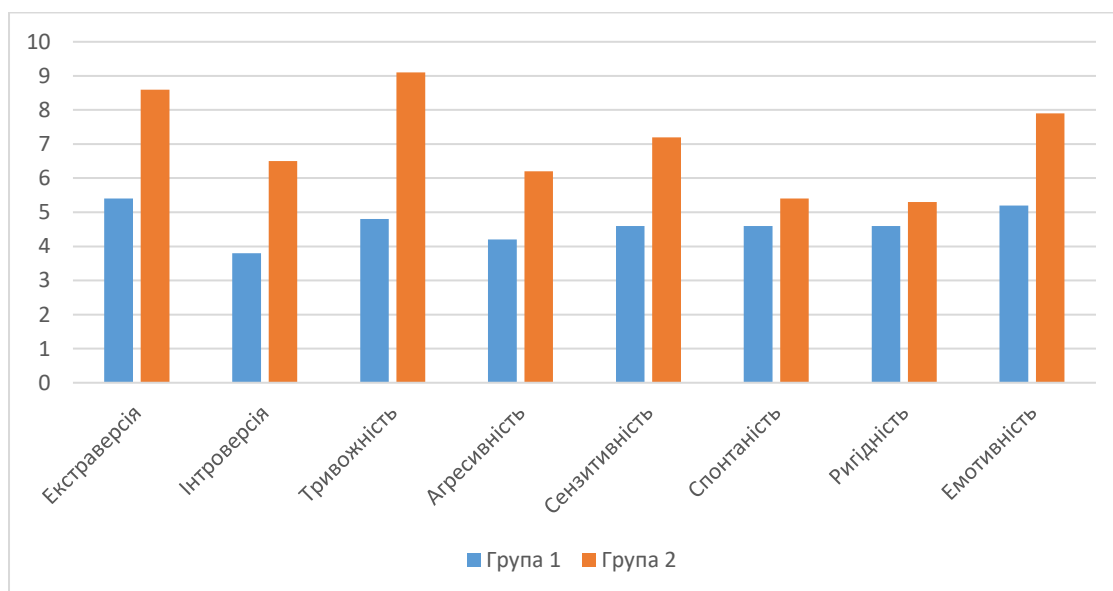


Рисунок 3.4. Індивідуально-типологічні властивості досліджуваних груп

Вивчення індивідуальних властивостей, таких як екстраверсія, інтроверсія, тривожність і агресивність, серед офіцерів відображає важливі типологічні тенденції. Офіцери першої групи демонструють помірну екстраверсію (середній бал 5,4), що свідчить про їх активність та гнучкість поведінки, в той час як друга група має вищий рівень екстраверсії (середній бал 8,6), характеризуючись високою реактивністю і комунікабельністю. Щодо інтроверсії, друга група проявляє вищі показники (середній бал 6,5), на відміну від першої групи з середнім балом 3,8, вказуючи на більшу внутрішню орієнтованість.

Тривожність як провідна тенденція виявлена у обох групах: у першій помірна (середній бал 4,9), у другій – значно вища (середній бал 9,1). Це вказує на різний рівень переживань та впливу зовнішніх факторів. Агресивність, яка виступає протилежною тривожності, також різниться: у першій групі помірна (середній бал 4,3), у другій – вища (середній бал 6,2).

Додатково, дослідження виявило проміжні характеристики, такі як емотивність та ригідність, із середніми показниками для обох груп. Ці дані вказують на різноманітність поведінкових стилів і реакцій серед офіцерів, що впливає на їх соціальну адаптацію та професійну діяльність.

Загалом, результати дослідження підтверджують наявність виражених типологічних тенденцій серед офіцерів, які впливають на їх взаємодію в професійному середовищі та особистісний розвиток, особливо в контексті військово-професійного становлення.

Вивчаючи особистість в процесі адаптації, не можливо не розглядати її у взаємозв'язку з оцінками та думками значимого для неї оточення, під впливом якого відбувається персоніфікація, тобто ідентифікація із “значимими іншими” [3, с. 192-203; 41].

В процесі взаємодії з оточенням, особистість молодшого офіцера проявляється в певному стилі міжособистісної поведінки, при цьому, реалізуючи потребу в спілкуванні, на рівні свідомого чи несвідомого контролю, людина узгоджує свою поведінку з оцінками інших. Саме тому нас цікавила вираженість,

виділених Т. Лірі, 8-ми основних варіантів міжособистісної взаємодії та спрямованості на домінування чи дружелюбність.

В табл. 3.3 наводиться вираженість вказаних варіантів міжособистісної взаємодії у виділених двох групах досліджуваних

Таблиця 3.3.

Типи міжособистісних стосунків в I та II групах

Типи міжособистісних стосунків	I група		II група	
	%	Середній груповий показник	%	Середній груповий показник
Владно-лідуючий	40,6	7,6	12,1	8,7
Незалежно-домінуючий	24,5	7,8	14,3	8,3
Прямолінійно-агресивний	15,7	5,4	13,5	12,6
Недовірливо-скептичний	4,5	6,7	4,7	10,4
Покірно-сором'язливий	4,6	5,7	27,3	4,8
Залежно-слухняний	2,4	8,2	22,5	6,5
Співробітницько-конвенціальний	1,4	6,3	1,4	7,2
Відповідально-великодушний	6,3	8,1	4,2	5,8

З наведених даних видно, що у молодших офіцерів першої групи переважає владно-лідуючий I октант – (7,6) та незалежно-домінуючий II октант – (7,8) типи міжособистісних стосунків.

Досліджувані, в яких переважає I октант, характеризуються оптимістичністю, швидкістю реакції, вираженою мотивацією досягнення успіху, тенденцією до домінування, легкістю та швидкістю в прийнятті рішень, екстравертованістю. Такий тип міжособистісних взаємин характерний для стеничних, домінантних особистостей, що на рівні соціальної активності, проявляється в лідерських тенденціях, а за індивідуально-типологічними особливостями він відповідає гіпертичному типу особистості, що співвідноситься з сильним типом вищої нервової діяльності.

Досліджувані, в яких переважає II октант, характеризуються рисами самозадоволення, егоцентричності, підвищеним рівнем домагань, вираженим

суперництвом, екстравертованість дещо менше виражена, ніж у людей I типу. Проте емоційно-динамічні характеристики пов'язані з типом вищої нервової діяльності з переважанням сильних характеристик та динамічністю процесів збудження у поєднанні з нестійкістю і вразливістю.

У молодших офіцерів другої групи переважає покірно-сором'язливий V октант – (4,8) та залежно-слухняний VI октант – (6,5) типи міжособистісних взаємин.

Переважання V октанта характеризує людей даного типу як інтровертованих, сором'язливих, невпевнених в собі, з підвищеною схильністю до рефлексії, із заниженою самооцінкою. Цей тип характерний для тривожних, незадоволених собою, з підвищеним відчуттям відповідальності людей. Психофізіологічною базою даного типу є слабкий тип вищої нервової діяльності, а властивості нервової системи характеризуються поєднанням інертності з динамічністю процесів гальмування.

Людям, у яких переважає VI октант, властива висока тривожність, підвищена чутливість до впливів середовища, невпевненість в собі, що відповідає слабкому типу вищої нервової діяльності й характеризується переважанням динамічності нервових процесів стосовно гальмування.

Важливим чинником адаптованості молодших офіцерів є рівень їхньої самооцінки. Результати вивчення самооцінки I та II групи відображені в табл. 3.4.

Як бачимо з отриманих даних, для більшості досліджуваних I групи властива адекватна та висока самооцінка, що характеризує їх як таких, що достатньо критично відносяться до себе, ставлять перед собою реальні цілі, вміють прогнозувати адекватне ставлення оточуючих до результатів своєї діяльності, задоволені собою, у них розвинуте відчуття власної гідності. Поведінка таких людей в своїй основі неконфліктна, а в конфлікті вибирають конструктивну стратегію поведінки. Внутрішньо-особистісні конфлікти у них виражені слабо.

Таблиця 3.4.

Показники самооцінки досліджуваних I та II групи (%)

Групи	Рівень самооцінки						
	занижений			адекватний		завищений	
	Неадекватно-низький	Низький	Нижче середнього	Середній	Вище середнього	Високий	Неадекватно високий
I група	-	4,2	6,5	13,7	43,6	26,4	5,6
II група	2,8	10,8	42,8	29,4	9,5	4,7	-

У офіцерів II групи переважає самооцінка нижча за середній рівень. Такі офіцери акцентують значну увагу на своїх слабких сторонах, вони прагнуть до самовдосконалення, до саморозвитку, проте часто невпевнені в собі, можуть бути пасивними, але при цьому вимогливі до себе й до інших, що призводить до внутрішньо-особистісних та міжособистісних конфліктів.

Важливим чинником офіцера є ступінь розвитку почуття особистої відповідальності за події, що з ним відбуваються, тобто локус-контролю, чи рівень суб'єктивного контролю, оскільки рівень суб'єктивного контролю пов'язаний з такими характеристиками особистості, як незалежність, самостійність в досягненні цілей, самоповага, відчуття власних сил та гідності. В табл. 3.5 наведено показники локусу контролю у виділених групах.

У вибірці досліджуваних виявилось більшість осіб з інтернальним локусом контролю – 62,2%, причому із них 48,7% – молодших офіцерів I групи і решта – 13,5% у II групі.

Таблиця 3.5.

Показники локусу контролю досліджуваних I та II групи

Показники локусу контролю	I група		II група	
	Середній груповий показник	S	Середній груповий показник	S
Загальна інтернальність	48,7	4,5	23,9	6,6
Інтернальність в досягненнях	9,4	1,2	3,4	0,9
Інтернальність в невдачах	14,3	2,4	4,2	1,1
Інтернальність в сімейних стосунках	5,9	2,6	0,7	0,3
Інтернальність у виробничих стосунках	16,4	3,4	4,4	1,2
Інтернальність у міжособистісних стосунках	3,8	0,8	0,7	0,3
Інтернальність у здоров'ї та хворобах	4,9	1,3	1,6	0,8

Інтерпретуючи вплив локусу контролю на адаптацію офіцерів, нами встановлено, що інтернали більш активно шукають інформацію й більш освідомлені, ніж екстернали. Інтернали більш відповідально ставляться до свого здоров'я. Офіцери-інтернали, сподіваючись більше на себе, не потребують зовнішньої підтримки, рідше потрапляють в ситуацію дистресу в екстремальних умовах, аніж екстернали, які невпевнені в собі, потребують підтримки,

заохочень, боляче реагують на покарання, часто покладаються на випадок. Очевидно, що в цілому інтернальність сприяє ефективній психічній адаптації, а екстернальність погіршує її.

Аналіз мотивації до діяльності в особливих умовах здійснювався нами через вивчення мотивів, ціннісних орієнтацій, емоційної привабливості професії офіцера та оцінки ставлень до неї. Задля цього використовувалися методики “Незакінчені речення” (Сакса і Сіднея), мотиваційний тест Х. Хекхаузена та методика оцінки п’ятилітніх інтервалів Є.І. Головахи та О.О. Кроніка, які, окрім того, дозволяють виявити мотиваційну спрямованість особистості, її провідні мотиви й шляхи їхньої реалізації, джерела напруги, стиль взаємин з іншими людьми.

Аналізуючи результати, отримані за даними методиками, нами виділялися не всі можливі чинники, а лише ті, які мають особливо важливе значення для аналізу успішності адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах – це, перш за все, такі сфери як ставлення до себе, сім’я, товариші, керівництво, страхи, вина, підлеглі, минуле, майбутнє, цілі, мотивація досягнення успіху та уникнення невдач.

Як і в попередньому параграфі, аналізу підлягали дві групи молодших офіцерів, яких ми розділили на “адаптованих” та “неадаптованих”.

Вивчаючи особливості мотиваційної сфери в сукупності когнітивних показників, ефективності та валентності об’єкта досягнення загалом виявлено, що мотивами ВПД молодшого офіцера є спрямованість на досягнення успіху, на власне благополуччя, на перспективу, важливість та потрібність професії офіцера. У ВПД молодших офіцерів приваблює можливість досягти особистісної переваги, підвищити самооцінку, проте вони, в більшості випадків, сприймають переважно зовнішню сторону спеціальності, не усвідомлюючи повною мірою її специфіку та функціональні обов’язки, тобто дії респондентів наділяються смислами, які не зовсім адекватні змісту діяльності в особливих умовах і позбавляють мотивацію смислотворчих мотивів.

Разом з тим, значна частина респондентів вважає, що професія дасть їм змогу реалізувати ряд потреб, які надають діяльності певної спонукальної сили, ними є: гностичні (збагачення новими знаннями та вміннями, пізнання себе та інших, саморозвиток тощо); альтруїстичні (бути корисним, надавати допомогу іншим тощо); комунікативні (можливість спілкуватися, реалізовувати потреби в контактах тощо). Такі мотиви є внутрішніми, оскільки причетні до “Я”–структури.

Отже, процес входження у ВПД сприймається молодшими офіцерами переважно як пристосування до зовнішньо привабливого для них об’єкта, який дасть їм змогу реалізовувати певні свої потреби. При цьому, формування мотивації здійснюється через відшукування прийнятних для себе аспектів, які виступають суб’єктивним обґрунтуванням вибору, а спонукальна сила забезпечується емоційною привабливістю спеціальності.

3.2. Можливості щодо комплексної тренінгової програми корекції несприятливих психологічних чинників адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах

Відповідно до результатів проведеного теоретичного аналізу психологічних чинників адаптації молодших офіцерів до особливих умов діяльності, спираючись на показники констатувального емпіричного дослідження, на стадії формувального експерименту нами передбачалось створення умов для розвитку в молодших офіцерів здатності до самокорекції особистісної позиції щодо умов ВПД. Працюючи в цьому напрямку, слід вирішити два завдання: по-перше, підібрати та розробити психокорекційні методи, враховуючи завдання тренінгу; по-друге, адаптувати психотренінгові вправи, ігрові та інші корекційні методи з урахуванням специфічних умов військово-професійної діяльності молодших офіцерів.

У ході розробки та впровадження соціально-психологічного тренінгу нами дотримувались наступні базові принципи:

1. принцип активності та діяльності, коли під час занять учасники постійно залучалися до певних дій: обговорення та створення проблемних ситуацій, виконання різних завдань та вправ, комунікативних та рефлексивних дій;
2. принцип дослідницької позиції, коли під час тренінгу створюються такі ситуації, за яких учасникам потрібно самим знайти змістовне або інструментальне вирішення проблеми;
3. співтворчість у суб'єкт-суб'єктній взаємодії; який передбачає визнання цінності іншого військовослужбовця (офіцера чи солдата), його думок та інтересів, а також прийняття рішення з максимально можливим врахуванням інтересів іншого учасника спілкування;
4. принцип об'єктивації поведінки, коли поведінка учасників переводиться з імпульсивного на об'єктивний рівень, найбільш дієвим засобом якого є зворотній зв'язок, досягнутий шляхом збереження та представлення своєї діяльності в "документальному" вигляді (за допомогою малюнків, фотографій, текстів тощо).
5. принцип довіри, який передбачає створення відкритості, взаємодовіри, експерименту з правом на помилку, визнання цінності емоцій та переживань кожного учасника.

Розробка процедурних та змістовних аспектів програми формувального експерименту здійснювалась, як на підставі аналізу досвіду інших дослідників, так і з урахуванням результатів власного констатувального дослідження. Технологія конструктивного підвищення рівня особистісної адаптації молодших офіцерів до особливих умов діяльності включала наступні аспекти:

1. усвідомлення суті професійної адаптації, що відбулися після закінчення ВВНЗ та власного ставлення до неї;
2. розвиток військово-професійної самосвідомості;
3. удосконалення навичок емоційної та поведінкової саморегуляції.

Базовими методиками тренінгової роботи було обрано:

- рольові та сюжетні ігри;

- метод “мозкового штурму” (індивідуальний, “парний” та груповий варіанти);
- виконання творчих завдань (проектів) та їх представлення у вигляді схем, малюнків тощо;
- дискусійні методи (представлення робочими групами результатів виконання певних завдань щодо поведінки в особливих умовах; постановка уточнюючих та проблемних питань; відповіді на поставлені питання);
- психологічний практикум (виконання діагностичних завдань; їх аналіз та обговорення на груповому рівні);
- рефлексія заняття (індивідуальна; групова).

Використані інтерактивні форми та методи навчання мають різноманітні можливості (засоби) для актуалізації здатності до самоуправління (рефлексії, самоаналізу, самоорганізації, саморегуляції) діяльності та поведінки молодших офіцерів з врахуванням їхніх індивідуально-психологічних особливостей. Групові дискусії передбачають вільний обмін думками, ідеями або знаннями між офіцерами з метою забезпечення зворотного зв'язку, зменшення опору прийняттю нової інформації через групову рефлексію, усунення упередженості в оцінці інших шляхом відкритих висловлювань, надання можливості учасникам виявити свою компетентність, задовольняючи потребу у визнанні та повазі. Метою дискусії виступає активний обмін думками між її учасниками, спільна робота над прийняттям конкретного, оптимального рішення. Члени групи отримують можливість дізнатися, як їх сприймають інші, спробувати себе в ролі “на ранг вище”, побудувати власну поведінку за новим зразком, висловитись відкрито, не боячись критики чи ігнорування з боку інших офіцерів. Дискусії покращують соціально-психологічний клімат (СПК) в групі, роблячи учасників більш толерантними і менш залежними від існуючих стереотипів. В нашому тренінгу застосовувалась і особлива форма дискусії – “мозкова атака”, метою якої було стимулювання творчої фантазії групи й вироблення максимальної

кількості ідей за рахунок спільної взаємодії та породження ідей вищого рівня якості, ніж індивідуальних.

Групові дискусії супроводжувалися міні-лекціями діалогічної природи як вербальним поданням інформації й доведенням її до молодих офіцерів, так і міні-лекцій в образах з метою активізації мотивації до подальшої роботи, розширення сфери уявлень й знань досліджуваних щодо змісту, показників, засобів адаптації.

Крім того, групові дискусії можуть ґрунтуватися на основі виконання вправ проєктивного характеру, коли, наприклад, відбувається: 1) складання метафоричного портрету ідеального офіцера; 2) малювання проєктивних психомалюнків; 3) складання усних творів “Чому я вирішив стати офіцером”, “Найприємніше у моїй військовій професії”, з наступним обговоренням результатів. У даному випадку поруч із судженнями та переконаннями виявляються емоції, переживання, усвідомлення яких є важливим механізмом адаптації.

Рольові та сюжетні ігри являють собою спосіб розширення досвіду учасників тренінгу через програвання ними певних ролей. При цьому доцільно частині найкомпетентніших учасників відвести роль експертів, які забезпечують учасникам гри зворотний зв'язок описового (безоцінкового) характеру з пропозиціями щодо можливостей корекції поведінки. Рольова гра має задану тренером ситуацію спілкування, сприяє більшому саморозкриттю учасників перед групою, застосуванню нових форм поведінки, послабленню негативного зворотного зв'язку. Крім того, ігровий метод може використовуватися для зняття напруги й розвитку внутрішніх сил через психотехнічні ігри (ігри-релаксації, ігри-звільнення, ігри-драматизації).

Важливою умовою сприяння особистісному розвитку молодших офіцерів також є забезпечення можливості виміру індивідуально-психологічних характеристик особистості (спрямованості, здібностей, очікування, сприймання, цінностей). При цьому важливим є використання діагностичних аркушів, на яких фіксуються результати самооцінки офіцерами тих чи інших властивостей

особистості, які допомагають “запустити” рефлексію – самопізнання, на основі якого відбувається складання індивідуальних програм адаптації.

Структура та алгоритм занять були наступними:

1. Вступна частина. Виконувала функцію психологічної розминки та запуску теми шляхом виконання психогімнастичних, релаксаційних вправ, або вправ на потепління мікроклімату, “запускала” динаміку тренінгу, “розігрівала” учасників, занурювала їх в особливу ігрову атмосферу, дозволяла швидко й без зусиль налаштуватись на специфічну групову роботу; формувала настанови на продуктивну працю. Поряд з тим вона виступала засобом зміни актуальних емоційних станів, знімала надмірне емоційне напруження.
2. Основна частина. Для цієї частини характерне введення нової інформації у вигляді міні-лекцій, процедур самодіагностики, застосування технологій формування мотиваційного аспекту навичок, що відбувається переважно в ході виконання дискусії. Цей етап висвітлює ті проблеми учасників, над якими необхідно працювати, щоб удосконалити вміння ефективно встановлювати та підтримувати міжособистісні стосунки; відбувається відпрацювання і розвиток інструментальних аспектів навичок в ході виконання серії вправ чи в іграх.
3. Підсумкова частина. На цьому етапі відбувається ретроспективна оцінка заняття в двох аспектах: емоційному (сподобалось – не сподобалось, вдалося – не вдалося чомусь навчитись) та смисловому (чому це важливо, чому група працювала саме з цією проблемою, темою, технікою). Таке обговорення допомагає виокремити факти, необхідні для обмірковування й асиміляції (привласнення) досвіду. Узагальнення отриманих навичок частіше за все відбувається шляхом виконання завдань, які моделюють ситуації ВПД й стосунків, що вимагають застосування засвоєних навичок. Також здійснюється зворотний зв’язок, який сприяє закріпленню емоційного досвіду.

Процедура прощання переключає молодших офіцерів на інший вид діяльності, інших людей, нові емоції та, як будь-який ритуал, сприяє підтримці спільності членів тренінгової групи, їх “Ми-почуття”.

Як бачимо з табл. 3.9., тренінгова програма включає вступ до тренінгу, 10 тренінгових занять об’єднаних в 4 основних змістовних модулі та підсумкове заняття. Загальна тривалість тренінгу 18 годин.

Таблиця 3.6.

Структура комплексної тренінгової програми корекції несприятливих психологічних чинників адаптації молодших офіцерів

Розділи тренінгу	Теми тренінгових занять
Вступ до тренінгу (1,5 год.).	
Модуль 1. Психологічна готовність офіцера до управління первинним військовим колективом	Заняття 1. Зміни, що відбуваються в збройних силах й ставлення до них офіцерів (1,5 год.). Заняття 2. Психологічні бар’єри адаптації, що актуалізуються в особливих умовах діяльності та шляхи їх подолання (1,5 год.). Заняття 3. Формування психологічної готовності в процесі первинної адаптації (1,5 год.).
Модуль 2. Інтеграція мотиваційно-ціннісної самосвідомості офіцера	Заняття 4. Ціннісні орієнтації офіцера (1,5 год.). Заняття 5. Життєві орієнтири офіцера в особливих умовах діяльності (1,5 год.).
Модуль 3. Розвиток професійної самосвідомості офіцера	Заняття 6. Розвиток позитивної професійної ідентичності на етапі первинної адаптації (1,5 год.). Заняття 7. Розвиток позитивного самосприйняття офіцера (1,5 год.).
Модуль 4. Розвиток навичок адаптивної поведінки	Заняття 8. Опір стресу змін в процесі адаптації (1,5 год.). Заняття 9. Розвиток навичок саморегуляції емоційної сфери та поведінки (1,5 год.). Заняття 10. Психологічне благополуччя та шляхи його розвитку (1,5 год.).
Підведення підсумків тренінгу (1,5 год.).	

Комплексна тренінгова програма корекції несприятливих психологічних чинників адаптації молодших офіцерів представлена у додатку А.

3.3. Організаційно-методичні рекомендації щодо психологічного супроводження адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах

Аналіз сутності та змісту психологічних чинників адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах, а також вивчення практики адаптації молодших офіцерів, проведене нами в дослідженні, дають підстави вести мову про дві групи чинників, які обумовлюють труднощі адаптації. Першу групу складають індивідуально-особистісні чинники, які включають властивості темпераменту, специфічні риси характеру, адаптаційні здібності, інтеріоризований адаптаційний досвід й ціннісні орієнтації особистості. В другу групу входять соціально-психологічні, що включають такі рівні детермінації, як інтимно-сімейний, первинно-професійний, інституціональний, суспільно-державний і загальнолюдський.

Проведене дослідження виявило відмінність в адаптації молодших офіцерів з різними типологічними особливостями. В процесі адаптації була виявлена адаптивна гнучкість офіцерів із сангвінічним темпераментом. Більш повільніше, але стабільно адаптуються офіцери із перевагою флегматичних рис. Найбільші труднощі виникають перед молодшими офіцерами холеричного і меланхолічного темпераменту. Їх реакція неадекватна змінам середовища: у холериків емоції “виливаються” на навколишніх, що не завжди їм подобається, а меланхоліки здійснюють “самоагресію”, що може призвести до психічних порушень.

Вивчення психологічних чинників показало, що обов’язковою складовою, необхідною для правильного прогнозу адаптивної поведінки і управління нею, є відомості про адаптаційний досвід молодших офіцерів, який вони мали до приходу в частину. Цей досвід включає в себе те, як офіцер почував себе в сім’ї (ставлення до батьків, старших і молодших братів та сестер), в школі (відношення з учителями і однокласниками, досвід входження в нові колективи при зміні шкіл, якщо приходилося переїздити з батьками тощо), у ВВНЗ

(звикання до військової служби, взаємовідносини з командирами, зі співслужбовцями і підлеглими (якщо такі були)). В ході дослідження виявилась спрямованість адаптаційного досвіду (позитивна і негативна) в чотирьох сферах: 1) із старшими (батьками, старшими дітьми в сім'ї, вчителями, командирами в інституті); 2) в середовищі однолітків; 3) з молодшими (молодші сестри та брати, підлеглі); 4) з колективом в цілому (наявність авторитету, високого чи низького статусу, адекватного очікування, самооцінка особистості).

В ході психологічного експерименту проведено ціннісно-нормативний аналіз адаптації молодших офіцерів. Спектр соціальних цінностей офіцерів достатньо різноманітний – морально-етичні, військово-професійні, економічні, естетичні та цінності безпосередньо пов'язані із суспільними ідеалами. Породжені соціальними умовами, соціальні цінності самі стають регуляторами вчинків особистості офіцера.

Ціннісно-нормативний аналіз передбачає, що адаптація молодших офіцерів пов'язана з необхідністю збереження визначених соціальних норм. Ціннісно-нормативний аналіз та анкетне опитування дозволили виділити наступні чинники адаптації, що мають місце, коли особистісні цінності та соціальні норми не співпадають: а) інтимно-сімейні; б) первинно-професійні (рівень соціально-психологічного розвитку військового колективу, стиль і методи керівництва підрозділом); в) інституційні (роль армії в суспільстві, престиж служби в ЗС України); г) суспільно-державні; д) загальнолюдські (зумовленість життя і діяльності молодшого офіцера загальнолюдськими цінностями).

Дослідження інтимно-сімейного чинника адаптації показало: від того, наскільки міцна сім'я офіцера та сприятливий їй психологічний клімат, багато в чому залежить і відношення офіцера до служби і його самопочуття. В результаті опитування встановлено, що 62% молодших офіцерів достатньо впевнено і комфортно почувають себе у взаєминах із членами своєї сім'ї.

Зазначені обставини призводять, з одного боку, до зростання конфліктності у взаєминах, зниження задоволеністю сімейним життям, а з іншої

– до зростання зусиль сім'ї, спрямованих на її збереження, зростання опору труднощам. Дослідження підтвердило, що саме на час адаптації молодших офіцерів припадає один із так званих критичних періодів: перший із них, найбільш інтенсивний, спостерігається між 3-м і 7-м роком існування сім'ї, коли нарощується незадоволеність сімейної пари один одним. Провідну роль в цьому кризовому періоді набувають фруструючі зміни емоційних взаємин, зростання кількості конфліктних ситуацій, ріст напруги як відображення службових і побутових проблем, що істотно ускладнює адаптацію.

Аналіз первинно-професійного чинника показав особливу важливість ступеня соціально-психологічного розвитку військового колективу (розвиненість формальної та неформальної структури військового колективу, спрямованість переважаючих групових ціннісних утворень, характеру і динаміки міжособистісних взаємин в колективі). При цьому помічена важливість першого враження молодших офіцерів про військову частину (підрозділ), її колектив, звичаї та традиції.

Вивчення процесу адаптації в різних частинах і підрозділах показало, що позитивний вплив на процес адаптації здійснюється в тих колективах, в яких командирам, офіцерам структур з виховної та соціально-психологічної роботи вдається “завантажити” молодших офіцерів позитивною інформацією, де організується урочиста зустріч із випускниками ВВНЗ, їх відрекомендування офіцерському колективу частини, знайомство з бойовими традиціями за умови активного залучення до цієї роботи ветеранів й найбільш авторитетних і шановних офіцерів. На цьому етапі молодшим офіцерам забезпечують посилене навантаження, не перевантажуючи нарядами і завданнями, пов'язаними із відривом від основної ВПД; старші начальники стараються уникати такого методу виховання, як примус.

В ході дослідження нами відмічено, що найбільш важливим для адаптації є наявність позитивної спрямованості всіх елементів соціально-психологічної структури військового колективу (суспільної думки, групових настроїв, міжособистісних взаємовідносин). Виявилось, що при несприятливих соціально-

психологічних умовах в колективі (перевага негативних настроїв серед офіцерського складу, низький рівень згуртованості, процвітання негативних соціальних явищ, особливо пияцтва) виникає ситуація, коли швидше адаптуються молодші офіцери із асоціальною поведінкою і частина з них, яка має пасивне відношення до служби. Більшість офіцерів із активно-позитивним відношенням до служби не можуть адаптуватися до тих пір, поки не завоюють авторитету, перш за все в своїх підлеглих і начальників, своїм відношенням до служби. Інакше відбуваються справи, якщо в частині склався здоровий психологічний клімат. Він сприяє більш швидкій адаптації молодших офіцерів з позитивною військово-професійною спрямованістю.

Другою важливою складовою в первинно-професійному чиннику соціально-середовищної адаптації, як показало дослідження, є стиль і методи керівництва командирів і безпосередніх начальників. Виявлені дві основні задачі, розв'язання котрих веде до подолання молодшими офіцерами адаптаційних труднощів: оптимізація функціональних відношень керівника з молодшими офіцерами (безпосереднє керівництво) й удосконалення стилю діяльності самого керівника (особистий приклад) [42; 56; 71].

Розглядаючи процес оптимізації функціональних відношень командира (начальника), нами було проаналізовано співвідношення владних і демократичних основ в стилі керівництва. В результаті цього аналізу зроблено висновок про те, що наявне співвідношення повинно гнучко змінюватися в залежності від основних мотивів, притаманних для того чи іншого молодшого офіцера. У випадку, якщо в структурі мотивації підлеглого переважає активно-позитивне відношення до військової служби, стиль керівництва повинен бути переважно демократичним. Необхідно сміливо делегувати йому повноваження і зводити рівень контролю до мінімально допустимого. Якщо ж молодший офіцер не націлений на службу, керівнику необхідно зробити нахил в сторону авторитарних методів управління. Однак, і в цьому випадку необхідно розрізняти вимоги до людини як до підлеглого і, як до самостійної особистості, в жодному випадку не принижувати його гідність.

З попереднім чинником тісно пов'язаний суспільно-державний чинник детермінації труднощів адаптації, котрий полягає в обумовленості цього процесу взаємовідносинами молодших офіцерів і суспільно-державної системи. Групові та індивідуальні бесіди з молодшими офіцерами показали, що на адаптацію впливає стабільність держави, виконання державою перед офіцерами своїх зобов'язань, в тому числі й заявлених в різних законодавчих актах, починаючи із Конституції України й закінчуючи загальновійськовими статутами.

Дослідженням доведено особливо важливу роль загальнолюдського чинника детермінації адаптаційних бар'єрів, котрий визначає зумовленість життя й діяльності молодших офіцерів загальнолюдськими цінностями, серед яких важливе місце займає їх уявлення про смисл життя, віра, уява про добро і зло. Понад 85% опитаних молодших офіцерів заявили про згоду із загальнолюдськими цінностями. Це свідчить про достатньо високий духовний рівень офіцерів і може сприяти прискоренню адаптації і попередженню дезадаптаційних моментів в житті та діяльності як військовослужбовців взагалі, так і молодших офіцерів, зокрема.

Завершуючи аналіз соціально-психологічних чинників труднощів адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах, слід відмітити, що не лише індивід залежить від середовища, але й середовище залежить від індивіда. Про залежність молодших офіцерів від армійського соціального середовища можна говорити, по-перше, в об'єктивному смислі. Важливим напрямком активності суб'єкта є пошук ним для себе такого середовища, котре б найкращим чином гармоніювало з його індивідуальними властивостями. Зміст пошукової активності при цьому істотно залежить від спрямованості особистості офіцера. Один шукає "тепле місце", інший-місце в армійському строю, яке дозволяє самореалізуватися. Поряд з цим, особистість, здійснюючи асиміляцію, змінює об'єктивні якості свого оточення, впливає на військовий колектив, причому обсяг і суспільна значимість цієї перетворюючої активності в цілому зростають по мірі професійного і духовного розвитку офіцера.

По-друге, можемо розглядати залежність середовища від індивіда в суб'єктивному смислі, цікавлячись тим, як молодший офіцер сприймає ситуацію служби в частині й взаємодіє з нею. Характеристики середовища визначаються співвідношенням об'єктивних властивостей його соціального оточення із наявною системою особистісних смислів, так як зміна останніх змінює психологічне середовище не в меншій мірі, аніж зміна об'єктивних властивостей оточення [45].

В результаті проведеного аналізу психологічних чинників адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах виявлені критерії адаптованості особистості як інтегрального показника успішності (неуспішності) даного процесу.

Серед них можемо виділити як об'єктивні, так і суб'єктивні критерії. Основними об'єктивними критеріями, які характеризують результативну сторону адаптації, є:

1. рівень досягнень в практичній діяльності (підсумкові, контрольні оцінки ВПД (як індивідуальні, так і підлеглих), особиста дисциплінованість, наявність подій, злочинів і аварій з вини особового складу, суспільна активність тощо);
2. ступінь реалізації внутрішньоособистісного потенціалу (співвідношення здібностей молодших офіцерів і конкретних результатів їх ВПД, прагнення підвищити професійну освіту, “зробити” службову кар'єру, стабілізуватися в колективі або змінити місце служби та характер діяльності);
3. міра інтеграції особистості в колектив, масштаб неузгодженості особистих і колективних цінностей, статус в групі, наявність авторитету серед підлеглих, співслужбовців і начальників, прийняття внутрішньогрупової ролі, прагнення до підвищення свого соціометричного статусу;
4. схильність до контролю та управління соціальними ситуаціями;
5. здатність до самоконтролю і організації особистої діяльності;

6. компетентність в спілкуванні;
7. спонтанність і природність поведінки;
8. толерантність до невдач в поточних справах;
9. здатність до конструктивного розв'язання несподіваних труднощів;
10. схильність до порядку, планування ВПД.

Суб'єктивні показники розкривають відношення молодших офіцерів до ВПД. З одного боку, вони характеризують міру ініціативності, самостійності і творчої активності офіцера, а з іншого – представляють собою міру її задоволеності власним службовим положенням (статусом). Про адаптованість молодших офіцерів свідчить те, наскільки їх влаштовує посада, місце служби, характер, зміст і результати праці, організаційні, матеріально-побутові, психологічні умови ВПД. Відношення адаптанта до своєї діяльності в особливих умовах характеризується емоційним самопочуттям, яке включає тональність індивідуального настрою, вираженість емоційної напруги, наявність невротичних реакцій. До суб'єктивних критеріїв адаптованості також відносяться: впевненість в собі в ситуаціях лідерства в групі, впевненість в собі як в керівнику, в різних варіантах соціальної взаємодії, усвідомлення соціальної цінності своєї особистості, мотивація досягнення, наполегливість в реалізації соціально-значимої цілі, орієнтація в часі на актуальні цілі й потреби, опора на себе (самостійність, інтернальний локус контролю) [30].

Висновки до розділу 3

1. Аналіз теоретико-методологічних підходів щодо вивчення процесу адаптації молодших офіцерів до ВПД та психологічних чинників, які при цьому виникають показує, що адаптація молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах служби у військовій частині (підрозділі), представляє собою соціально-психологічний процес, який полягає в узгодженні взаємних очікувань особистості і соціальної групи в умовах реалізації своїх просоціальних потреб.

2. Аналіз процесу адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умов, сутності і змісту психологічних чинників, а також вивчення практики адаптації молодших офіцерів дозволяє виділити дві групи чинників, які зумовлюють труднощі адаптації. Першу групу складають індивідуально-особистісні чинники, які включають в себе як особливості темпераменту молодших офіцерів, так і їх специфічні риси характеру, адаптаційні здатності, інтеріоризований адаптаційний досвід і ціннісні орієнтації особистості. В другу групу входять соціально-психологічні чинники, які складають такі рівні детермінації, як інтимно-сімейний, первинно-професіональний, інституціональний, суспільно-державний і загальнолюдський.
3. Спираючись на процесуально-динамічний підхід дослідження психологічних чинників адаптації проводилось на різних рівнях її прояву й включало: об'єктивні критерії (успішність ВПД; різноманітні поведінкові прояви; набутий соціальний статус; показники результативності праці); оцінку суб'єктивних критеріїв (самооцінки задоволеності взаємовідношеннями, самоповаги; самовідношення; особливості психічних переживань); оцінку мотиваційної сфери; оцінку особистісних властивостей.
4. Діагностика індивідуально-типологічних властивостей молодших офіцерів свідчить про те, що для групи досліджуваних, які переживають адаптаційні труднощі характерна значна загостреність окремих психологічних властивостей: значну фрустрованість соціальних потреб, що зумовлює підвищену ворожість, агресивність, імпульсивність і конфліктність у поведінкових проявах; спонтанно-стенічні властивості особистості, які врівноважуються тривожно-сензитивним типом реагування, й свідчать, що досліджувані прагнуть до самостійності, лідерства, що поєднуються з явно вираженою агресивністю. Молодші офіцери, що віднесені до групи “дезадаптованих”, переживають значні бар'єри у професійному становленні, які знаходять своє відображення в

загострених особистісних тенденціях і певною мірою компенсуються полярними властивостями, які є свідченням значної емоційної напруги й внутрішнього конфлікту. За результатами оцінки стилю міжособистісної поведінки у офіцерів віднесених до “дезадаптованих” переважає покірно-сором’язливий (27,3%) та залежно-слухняний (22,5%) типи міжособистісних взаємин, що характеризує досліджуваних даного типу як інтровертованих, сором’язливих, невпевнених в собі, з підвищеною схильністю до рефлексії, із заниженою самооцінкою.

5. Порівняння досліджуваних, що знаходяться в стані адаптаційної напруги та в стабільних умовах показало, що ці групи відрізняються як по інтенсивності, так і по структурі мотивації досягнення. Ситуація адаптаційної напруженості, яка вимагає більш активної діяльності, супроводжується підвищенням рівня мотивації досягнення, що свідчить про те, що значна частина респондентів перебуває в стані кризи, яка виражається в фіксації на досягнення успіху і супроводжується підвищеною тривожністю, невпевненістю в собі, сензитивністю і заниженою самооцінкою.
6. Аналіз ціннісної сфери у оцінці вираженості термінальних цінностей, свідчить про те, що для групи “дезадаптованих” офіцерів характерним є акцентування на досягнення (активне діяльне життя, впевненість в собі, матеріально забезпечене життя, суспільне визнання), що, скоріше за все, дозволить компенсувати невпевненість, занижену самооцінку і напруженість

ВИСНОВКИ

Таким чином, аналіз і узагальнення результатів проведеного дослідження дало змогу сформулювати основні висновки роботи.

1. Аналіз теоретико-методологічних підходів щодо вивчення процесу адаптації молодших офіцерів до діяльності в особливих умовах свідчить про те, що дана тематика являється складним багатовимірним явищем й викликає широкий дослідницький інтерес на різних рівнях наукового пізнання: загально-психологічному, фізіологічному, соціально-психологічному, що вказує на її значимість. Показано, що адаптація молодших офіцерів до умов військової служби представляє собою соціально-психологічний процес, який полягає в узгодженні взаємних очікувань офіцера та первинного військового колективу, в якому він без тривалих внутрішніх і зовнішніх конфліктів продуктивно здійснює військову діяльність, задовольняє свої соціогенні потреби, в повній мірі йде на зустріч тим рольовим очікуванням, які до нього висуває військовий колектив, переживаючи стан самоствердження й творчого самовираження.
2. У здатності людини до адаптації закладені потенційні адаптивні здібності (потенційна адаптивність) і актуальні адаптивні здібності (актуальна адаптивність). Як процес, що розгортається в часі, адаптація до військово-професійної діяльності здійснюється через інтеграцію із військовим колективом й самовизначенням в ньому. Зіткнення суперечностей, що виникають у процесі пристосування до діяльності в особливих умовах та процес адаптації, викликаний необхідністю розв'язання існуючих протиріч й виступає рушійною силою зміни особистісних характеристик. Вивчення адаптації з позиції системного підходу дозволяє в даному явищі виділити низку підсистем, які складають основу для її структурно-функціонального аналізу:

підсистема пошуку і переробки інформації; підсистема емоційного реагування; мотиваційна підсистема; підсистема практичної діяльності.

3. За результатами розробленої та апробованої комплексної тренінгової програми, доведено, що ефективність адаптації молодших офіцерів залежить від трьох груп психологічних чинників: соціально-особистісних які містять значущі інтегрально-світоглядні характеристики офіцера, відображені головним чином у ціннісних орієнтаціях, як пріоритетних цілях та центральних життєвих принципах; професійно-особистісних, які безпосередньо відображають специфіку військово-професійної діяльності молодшого офіцера, рівень його професійного самовизначення та пошук власного службового шляху; індивідуально-суб'єктивних, пов'язаних із стильовими особливостями поведінки, що визначаються інтегральною індивідуальністю, інформованістю та знаннями.
4. Результати формувального експерименту показали, що підвищення рівня адаптованості молодших офіцерів можливо досягнути шляхом впровадження комплексної тренінгової програми, яка дозволяє молодшому офіцеру розвинути здатність до особистісного самовизначення й передбачає реалізацію таких соціально-психологічних умов: а) гармонізацію та інтеграцію свого внутрішнього світу; б) пошук нових можливостей самоусвідомлення та самоздійснення у військово-професійній діяльності; в) оволодіння ефективними стратегіями адаптивної поведінки.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агаєв Н.А., Кокур О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Остапчук В.В., Ткаченко В.В. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: Методичний посібник. – К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2016. 234 с.
2. Агаєв Н. А. Психологічні чинники адаптації військовослужбовців миротворчого контингенту до діяльності в особливих умовах: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.09 / Агаєв Назим Асафович; Національна академія оборони України. – К., НАОУ, 2006. 195 с.
3. Безпалько О. Соціальна педагогіка в схемах і таблицях : навчальний посібник. Київ: Центр навчальної літератури, 2003. 134 с.
4. Блінов О. А. Формування емоційної стійкості у військовослужбовців аеромобільних військ під час повітряно-десантної підготовки: автореф. дис. канд. психол. наук: 20.02.02 / Блінов Олег Анатолійович; Київський військовий гуманітарний ін-т. – К., КВГІ, 1999. 19 с.
5. Боришевський М. Й. Проблеми соціально-психологічної адаптації військовослужбовців в українській армії / М. Й. Боришевський, В. О. Васютинський // Розбудова держави. 1997. № 4 (57). С. 15–19.
6. Буряк О. О., Гіневський М. І. Соціальна адаптація армії України до нових умов існування. Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил. 2014. Випуск 4. С. 160-166
7. Буряк О.О., Гіневський М.І., Катеруша Г. Військовий синдром «АТО»: актуальність та шляхи вирішення на державному рівні. Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил. 2015. Вип. 2. С. 176–181.
8. Буряк О.О., Гіневський М.І., Катеруша Г.Л. Шляхи та методи реабілітації осіб з «військовим синдромом» та посттравматичним стресовим розладом. Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил. 2015. № 3(44). С. 137–141.
9. Галян І.М. Психодіагностика: навч. посіб. І.М. Галян. – 2-ге вид., стереотип. К. Академвидав, 2011. 464 с.

- 10.Грибенюк Г. С. Психологічні основи становлення саморегуляції у навчально-професійній діяльності майбутніх рятувальників: дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.07 / Грибенюк Геннадій Сергійович; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України. К., 2007. 33 с.
- 11.Дикун В. Г., Мороз В.М., Стасюк В. В. Методологія дослідження морально-психологічного стану особового складу військ (сил) : навч.-метод. посіб. Київ: 7БЦ, 2023. 383 с.
- 12.Дубровинський Г. Р. Оптимізація формування особистості курсантів в процесі їх професійної підготовки у цивільному вищому навчальному закладі: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.09 / Дубровинський Георгій Ревмирович; КНУ ім. Тараса Шевченка, Військовий інститут. К., 2006. 221 с.
- 13.Каськов І. В. Організаційно-управлінські аспекти соціально-психологічної адаптації молодих офіцерів: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.09 / Каськов Ігор Васильович; Національна академія Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького. Хмельницький, 2004. 18 с.
- 14.Кислий В. Д. Взаємозв'язок психічних станів військовослужбовців з процесом їх адаптації до діяльності в особливих умовах / В. Д. Кислий // Вісник Харківського національного університету. Харків: ХНУ, 2001. № 517. С. 80–82.
- 15.Кокур О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Корня Л.В. Психологічне вивчення особового складу Збройних Сил України. Методичний посібник. К.: ФОП Маслаков, 2019. 288 с.
- 16.Кокур О.М., Мороз В.М., Лозінська Н.С., Пішко І.О. Збірник психодіагностичних методик для професійно-психологічного відбору кандидатів на військову службу за контрактом у Збройних Силах України: метод. посіб. К.: Видавничий дім “Освіта України”, ФОП Маслаков Руслан Олексійович, 2021. 74 с.
- 17.Кокур О.М., Мороз В.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Діагностика схильності військовослужбовців до ігрової залежності: метод. посіб. К.: Видавничий дім «Освіта України», ФОП Маслаков Руслан Олексійович, 2022. 142 с.

18. Кокун О. М. Аналіз поняття адаптаційних можливостей людини / О. М. Кокун // Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. С. Д. Максименка. К.: Гнозис, 2002. Т. IV. Ч. 5. С. 137–140.
19. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: [монографія]. / Кокун О. М. – К.: Міленіум, 2004. 265 с.
20. Кокун О. М. Психофізіологія: [навч. посіб. для студ. вузів]. / Кокун О. М. – К.: Центр навчальної літератури, 2006. 184 с.
21. Кондрюкова В., Слюсар І. Соціально-психологічна адаптація військовослужбовців силових структур, звільнених у запас: навч.-метод. посіб. Київ : Гнозис, 2013. 116 с.
22. Корольчук М. С. Адаптація та її значення в системі психофізіологічного забезпечення діяльності // Вісник: Збірник наукових статей Київського міжнародного університету. Серія: Педагогічні науки. Психологічні науки. – К.: Правові джерела, 2002. Вип. 2. С. 191-211.
23. Корольчук М. С. Психодіагностика: навч. посіб. [для студентів вищих навчальних закладів]. / М. С. Корольчук, В. І. Осьодло; за заг. ред. М. С. Корольчука. К.: Ельга, Ніка-Центр, 2004. 400 с.
24. Корольчук М. С. Психофізіологія діяльності: [підручник]. / Корольчук М. С. – [3-є вид.]. К.: Ельга, Ніка-Центр, 2008. 400 с.
25. Корольчук М. С. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: [навч. посіб.]. / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк. К.: Ніка-Центр, 2009. 580 с.
26. Коширець В.В., Шкарлатюк К.І. Особливості організації особистісного простору військовослужбовців з ознаками ПТСР. Психологічні перспективи. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2020. Вип. 36. С. 124–143.
27. Коширець В.В. Особливості надання психологічної допомоги особам з ПТСР. Психологія: реальність і перспективи. Рівне, 2017. Вип.8. С. 128-133.
28. Крайнюк В. М. Особливості мотиваційної сфери рятувальників / В. М. Крайнюк // Актуальні проблеми психології: Зб. наук. Праць Ін-ту психології

- ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. С. Д. Максименка. К.: Логос, 2006. Т. 7. Вип. 9. С. 137–142.
29. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості: [монографія]. / Крайнюк В. М. К.: Ніка-Центр, 2007. 432 с.
30. Криворучко П. П. Психологічна робота у військах (силах). [навч. посіб.]. / Криворучко П. П. – К.: ВГІ НАОУ, 2002. 120 с.
31. Криворучко П. П. Психологічне забезпечення професійної діяльності корабельних спеціалістів у тривалому плаванні: дис. ... канд. психол. наук: 20.02.02 / Криворучко Петро Петрович; Київський військовий гуманітарний ін-т. – К., КВГІ, 1998. 263 с.
32. Кучеренко С. М, Хоменко Н.М. Організаційні особливості соціально-психологічної адаптації військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, до умов мирного життя. Проблеми екстремальної та кризової психології. Збірник наукових праць. Вип. 21. Харків : НУЦ-ЗУ, 2017. С. 66–74.
33. Ліпатов Л. Ф. Психологічна адаптація військовослужбовців до бойової діяльності: [навч. посіб.]. / Ліпатов Л. Ф., Шестопалова В. С., Афанасенко В. С. Харків: ХВУ, 1999. 148 с.
34. Ложкін Г. В. Військова психологія: Терміни, поняття, визначення. Словник-довідник: [навч. посіб.] / Ложкін Г. В., Сьомін С. В., Пеньковський С. В. К.: ІЗМН, 1996. 144 с.
35. Ложкін Г. В. Основи психології: [навч. посіб.]. / Г. В. Ложкін, Е. Г. Староконь. Житомир: ЖВІРЕ, 2001. 196 с.
36. Макаревич О. П. Психологія регуляції поведінки особистості у складних ситуаціях: [монографія]. / О. П. Макаревич. К.: Оріяни, 2001. 223 с.
37. Макаренко М. В. Основи професійного відбору військових спеціалістів та методики вивчення індивідуальних психофізіологічних відмінностей між людьми / М. В. Макаренко. – К., Інститут фізіології ім. О. О. Богомольця НАН України, Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних Сил України, 2006. 395 с.
38. Максименко С. Д. Експериментальна психологія: [підручник]. / С. Д.

- Максименко, Е. Л. Носенко. К.: Центр учбової літератури, 2008. 360 с.
39. Малахов М. А. Соціально-психологічна адаптація військовослужбовців-контрактників до діяльності в особливих умовах: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.09 / Малахов Микола Анатолійович; Київський національний університет ім. Тараса Шевченка, Військовий інститут. К., 2011. 180 с.
40. Малхазов О. Р. Психологія праці: [навч. посіб.] / Малхазов О. Р. К.: Центр учбової літератури, 2010. 208 с.
41. Матвієць Л.Г. Організація та моніторинг своєчасного надання медико-психологічної допомоги на первинному рівні при гострих та посттравматичних стресових розладах. Семейная медицина. 2017. № 5. С. 6–11.
42. Музичко Л.Т. Подолання посттравматичного стресового розладу у військовослужбовців. Актуальні питання корекційної освіти (педагогічні науки) : зб. наук. праць. Кам'янець-Подільський, ПП «Медобори – 2006», 2017. Вип. 10. С. 289–299.
43. Невмержицький В. М. Психологічні детермінанти адаптації військовослужбовців строкової служби до особливих умов діяльності: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Невмержицький Володимир Максимович; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України. К., 2002. 19 с.
44. Основи загальної та військової психології і педагогіки: [навч. посіб.] / [Кубіцький С. О. [та ін.]; – К.: МОУ ВІ КНУ – 2010. 400 с.
45. Осьодло В. І. Вплив смисложиттєвих орієнтацій на професійне становлення офіцера / В. І. Осьодло // Вісник НАОУ. – 2009. – № 5(13). С. 127–137.
46. Осьодло В. І. Психодіагностика та корекція функціональних станів операторів в динаміці професійної діяльності: автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.03 / Осьодло Василь Ілліч; Київський національний університет ім.Тараса Шевченка. К., 2001. 19 с.
47. Осьодло В. І. Роль та місце психолога у військово-професійній діяльності / Актуальні проблеми психологічного забезпечення життєдіяльності військ (сил) в сучасних умовах: // Матеріали II Всеармійської науково-практичної

- конференції [“Актуальні проблеми психологічного забезпечення життєдіяльності військ (сил) в сучасних умовах”], (Київ, 29 жовт. 2009 р.) / МО України, Національна академія оборони України. К.: НАОУ, 2009. С. 24–27.
- 48.Павлик Н.В. Психологічна адаптація особистості в екстремальних умовах військової діяльності. Наук.-дослід. центр гуманітарних проблем Зб. сил України. 2005. Т. 8. № 4. С. 37–41.
- 49.Панок В. Г. Основи практичної психології: [підручник]. / Панок В. Г. [та ін.]. [3-тє вид.]. К.: Либідь, 2006. 536 с.
- 50.Психологічна допомога учасникам АТО та їх сім'ям: колективна монографія / Мушкевич М.І., Федоренко Р.П., Мельник А.П. та ін.; за заг. ред. Мушкевич М.І. Луцьк : Вежа-Друк, 2016. 260 с.
- 51.Психологічна енциклопедія / [авт.-упоряд. О. М. Степанов]. К.: “Академвидав”, 2006. 424 с.
- 52.Психологічне супроводження військовослужбовців в діяльності за екстремальних умов: [методичні рекомендації] / [В. І. Воронова [та ін.]; під наук. ред. Г. В. Ложкіна. К.: МОУ, 2003. 145 с.
- 53.Психофізіологічне забезпечення бойових підрозділів в екстремальних умовах: [метод. посіб.]. / під ред. М. С. Корольчука. – К.: МОУ, 2001. 175 с.
- 54.Самойлов О. Є., Кислий В. Д. Динаміка процесу соціально-психологічної адаптації молодих офіцерів в особливих умовах діяльності // Наукові записки Харківського військового університету. Х.: ХВУ. Вип. 1. (16), 2003. С. 129–134.
- 55.Самохвалов О. Б. Психологічні чинники професійної адаптації інспекторів прикордонної служби. автореф. дис ... канд. психол. наук: 19.00.09 / Самохвалов Олександр Борисович; Національна академія Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького. Хмельницький, 2007. 20 с.
- 56.Сафін О. Д. Психологія управлінської діяльності командира: [навч. посіб.]. / Сафін О. Д. – Хмельницький: Вид-во АПВУ, 1997. 372 с.

- 57.Скрипкін О.Г., Дейко А.Б., Еверт О.В. Діяльність психолога у ході психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу ЗС України: (методичні рекомендації) / МО України, Наук.-дослід. центр гуманітар. проблем ЗС України: Київ: НДЦ ГП ЗС України. 2016, 110 с.
- 58.Сова М.О., Герасимчук А.С. Вплив особливостей військової служби на процес адаптації військовослужбовців до діяльності в особливих умовах / Актуальні проблеми освітнього процесу в контексті європейського вибору України: матеріали VI Міжнародної конференції (16 листопада 2023 року) – Київ: Київський національний університет будівництва і архітектури, 2023. С. 392-396.
- 59.Стасюк В. В. Система соціально-психологічного забезпечення функціонування військових підрозділів в умовах збройних конфліктів: [монографія]. / Стасюк В. В. К.: НАОУ, 2005. 322 с.
- 60.Теличкін О. О. Особливості психологічної адаптації працівників поліції до умов служби в миротворчій місії ООН: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Теличкін О. О.; Університет внутрішніх справ. Харків., 1998. 18 с.
- 61.Тімченко О. В. Екстремальна психологія: [підручник]. / О. В. Тімченко [та ін.]; під ред. О. В. Тімченко. К.: ТОВ “Август Трейд”, 2007. 502 с.
- 62.Трофімов Ю. Л. Психологія: [підручник]. / Трофімов Ю. Л., Рибалка В. В., Гончарук П. А. та ін.; К.: Либідь, 2000. 558 с.
- 63.Українська психологічна термінологія: словник-довідник / [С. І. Болтівець, Н. В. Слободяник, М.-Л.А. Чепа, Н. В. Чепелева.]. К.: ДП “Інформаційно-аналітичне агенство”, 2010. 302 с.
- 64.Уніфікований клінічний протокол первинної, вторинної (спеціалізованої) та третинної (високоспеціалізованої) медичної допомоги, реакція на важкий стрес та розлади адаптації. Посттравматичний стресовий розлад. 2016. URL: http://mtd.dec.gov.ua/images/dodatki/2016_121_PTSR/2016_121_YKPMO_PTSR.pdf.
- 65.Федоренко Р.П., Коширець В.В., Шкарлатюк К.І. Особливості психологічної реабілітації військовослужбовців із суїцидальною поведінкою,

- детермінованою сімейною ситуацією. № 8 (26), 2022. С. 408-421.
- 66.Хміляр О.Ф. Психічна адаптація військовослужбовців до екстремальних ситуацій миротворчої місії / О.Ф. Хміляр // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова: Зб. наукових праць. Серія № 12. Психологія: К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2005. № 3 (27). С. 210–215.
- 67.Циба В. Т. Системна соціальна психологія: [навч. посіб.]. / Циба В. Т. К.: Центр навчальної літератури, 2006. 328 с.
- 68.Цимбалюк І. М. Психологічне консультування та корекція. Модульно-рейтинговий курс: [навч. посіб.]. / Цимбалюк І. М. [3-тє вид.]. К.: Видавничий дім “Професіонал”, 2009. 544 с.
- 69.Чапляк А.П., Романів О.П., Надь Б.А. Основні напрямки реабілітації учасників бойових дій. Україна. Здоров'я нації. 2018. №3/1(51). С. 59–61.
- 70.Ягупов В. В. Військова й соціальна психологія: [навч. посіб.]. / Ягупов В. В. К., 2000. 522 с.
- 71.Ягупов В. В. Військова психологія: [підручник]. / Ягупов В. В. К.: Тандем, 2004. 656 с.
- 72.Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції. Активне соціально-психологічне навчання: [навч. посіб.]. / Яценко Т. С. К.: Вища шк., 2004. 679 с.
- 73.Bezpal'ko O. (2003). Sotsial'na pedahohika v skhemakh i tablytsyakh : navchal'nyy posibnyk. Kyiv : Tsentr navchal'noyi literatury, 134 p.
- 74.Buryak O.O. Hinevs'kyu M.I., Katerusha H.L. (2015). Shlyakhy ta metody reabilitatsiyi osib z «viys'kovym syndromom» ta posttravmatychnym stresovym rozladom. Zbirnyk naukovykh prats' Kharkivs'koho universytetu Povitryanykh Syl, № 3(44). P. 137–141.
- 75.Buryak O.O., Hinevs'kyu M.I., Katerusha H.L. (2015). Viys'kovyy syndrom «ATO»: aktual'nist' ta shlyakhy vyrishennya na derzhavnomu rivni. Zbirnyk naukovykh prats' Kharkivs'koho universytetu Povitryanykh Syl. Vyp. 2. P. 176–181.
- 76.Encyclopedia of Psychology. Eyzenk H. J., Arnold W. and Meill R. (Eds), Herder and Herder, New York, 1972. – Vol. 1.

77. Hartmann H. Ego Psychology and the Problem of Adaptation. New York, 1958.
78. Kelly G. A. The Psychology of Personal Constructs. Vol. 1–2. New York: 1958. Norton, 1955.
79. Lazarus R. S. Emotion and adaptation. – New York: Oxford Univers. Press, 1991. 557 p.
80. Philips L. Human adaptation and his failures. Academic Press, New York and London, 1968.