

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ПРОБЛЕМАТИКИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБОВОГО СКЛАДУ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ В УМОВАХ ЗБРОЙНОЇ АГРЕСІЇ РОСІЙСЬКОЇ ФЕДЕРАЦІЇ

Тематику зумовлено сучасними загрозами та викликами сьогодення, а саме: веденням бойових дій на сході України, невтішними прогнозами щодо потенційно можливого та реальним початком повномасштабного наступу військ РФ на нашу державу. Стверджено, що питання психологічної стійкості особового складу ЗСУ важливе, актуальне та невідкладне у своєму вирішенні. Зазначено, що психологічна стійкість особового складу ЗСУ (та інших силових структур) виступає одним із важливих чинників надійності та ефективної діяльності під час ведення бойових дій та впливу інших різноманітних гібридних загроз. Проаналізовано наукові напрацювання, їхнє узагальнення та обґрунтування необхідних рекомендацій щодо вдосконалення існуючої системи формування, забезпечення та відновлення психологічної стійкості особового складу ЗСУ. Розглянуто таку проблематику психологічної стійкості особового складу ЗСУ та задачі: 1) узагальнити погляди вітчизняних і зарубіжних дослідників щодо психологічної стійкості як предмета наукових досліджень; 2) визначити сукупність стрес-факторів, стосовно яких необхідно формувати психологічну стійкість особового складу ЗСУ; 3) розглянути структуру психологічної стійкості; 4) проаналізувати особливості формування психологічної стійкості; 5) запропонувати методи оцінки психологічної стійкості; 6) надати методичні рекомендації щодо формування та підтримки психологічної стійкості в умовах сучасних гібридних загроз.

Ключові слова: психологічна стійкість, особовий склад Збройних Сил України, бойовий стрес, структура психологічної стійкості, формування психологічної стійкості, оцінка психологічної стійкості.

Постановка проблеми. Загалом професійна діяльність військовослужбовців вимагає готовності виконувати широке коло завдань і функцій в особливих та екстремальних умовах та стійкості, щоб протидіяти впливу їхніх негативних стрес-факторів. Ураховуючи сучасні загрози та виклики сьогодення, а саме, ведення бойових дій протягом восьми років на сході України та невтішні прогнози щодо можливості і реального початку повномасштабного наступу військ РФ на нашу державу, питання психологічної стійкості особового складу ЗСУ (та інших силових структур) набуває неабиякої важливості, актуальності та невідкладності у своєму вирішенні.

Як показав досвід, в умовах ведення бойових дій (АТО/ООС, повномасштабна війна) психіка військовослужбовця піддається безлічі різноманітних впливів. Деякі з цих впливів сприяють мобілізації та концентрації фізичних та психологічних можливостей військовослужбовця, підвищенню бойової активності, сміливості, самовідданості, інші ж, навпаки, дезорганізують бойову діяльність воїна, блокують доступ до наявних резервів організму, зривають роботу нервової системи і психіки. Довге перебування людини в обстановці стрес-факторів бойових дій може призвести до появи психічних розладів, наявність яких найбільше залежатиме від інтенсивності бойового стресу та індивідуальних особливостей військовослужбовця [1].

Військові фахівці, аналізуючи досвід різноманітних бойових дій [2, 3], встановили, що за низького рівня психологічної стійкості особового складу час виконання вогневого завдання збільшується на 35 %, а кількість промахів від 40 до 50 %, війська можуть втратити свою боєздатність вже за 10–20 % втрат, водночас за високого рівня психологічної стійкості особового складу військових частин та підрозділів – лише за 50 % і більше. Науковцями доведено, що підтримання психологічної стійкості та бойової активності військовослужбовців у ході ведення бойових дій забезпечується: 1) психологічно обґрунтованою організацією професійної підготовки та практичної діяльності; 2) створенням сприятливих соціально-психологічних умов; 3) використанням спеціальних методів психорегуляції [4, с. 72–83].

Розглядаючи проблематику психологічної стійкості особового складу ЗСУ, автори статті ставили перед собою такі задачі: 1) узагальнити погляди вітчизняних та зарубіжних дослідників щодо психологічної стійкості як предмета наукових досліджень; 2) визначити сукупність стрес-факторів, стосовно яких необхідно формувати психологічну стійкість особового складу ЗСУ; 3) розглянути структуру психологічної стійкості; 4) проаналізувати особливості формування психологічної стійкості; 5) запропонувати методи оцінки психологічної стійкості; 6) надати методичні рекомендації щодо формування та підтримки психологічної стійкості в умовах сучасних гібридних загроз.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Розглянемо здобутки вітчизняних і зарубіжних дослідників щодо вивчення проблематики психологічної стійкості, яку сучасні науковці (М. Корольчук, В. Крайнюк, Л. Аболіна, В. Чудновський, О. Тімченко, С. Лисюк, Є. Потапчук, О. Сафін, А. Журавель, О. Кириленко, В. Марішука, В. Моргуна, Г. Нікіфорова, Л. Перелігіної, В. Садкового, В. Моляко, В. Бодрова, Н. Тарабріної та ін.) одногосло характеризують як важливу якість особистості в її повсякденній діяльності та особливо в екстремальних умовах.

Провівши детальний аналіз літературних джерел, слід одразу зазначити, щоб не було плутанини в понятійному апараті, що поняття "психологічна стійкість", "нервово-психічна стійкість", "стресостійкість" тощо – це не 100 % тотожні, але дуже синонімічні поняття, оскільки всі вони відображають **сукупність вроджених і набутих особистісних якостей, які спрямовані на збереження як психічного, так і фізичного здоров'я, і як наслідок підтримку оптимального функціонування особистості в несприятливих (загрозливих) умовах навколишнього середовища.** Для аргументації своїх тверджень, наведемо декілька визначень.

Нервово-психічна стійкість – це система ресурсів адаптаційного потенціалу особистості (вроджених і набутих властивостей) до оптимального функціонування в екстремальних умовах, умовах невизначеності. Слід зазначити, що серед спеціалістів у галузі вій-

ської психології поширене поняття нервово-психічної нестійкості [5].

Психічна стійкість – це цілісна характеристика особистості, яка розглядається як стійкість, стабільність психічних процесів, якостей та інтерпретується як ригідність людської психіки [6, с. 9–10; 7].

Соціально-психологічна стійкість – це один з різновидів стійкості, який здійснює свій прояв у складних, екстремальних життєвих ситуаціях, пов'язаних із функціонуванням особистості в соціумі та реалізується через систему соціальних установок та ціннісних орієнтацій [8, с. 73–81; 9].

Морально-психологічна стійкість характеризується готовністю до виконання специфічних професійних завдань в напружених, критичних соціальних, побутових, службових та інших умовах життєдіяльності особистості [10, с. 44–45].

Стійкість особистості – характеристика особистості, що визначається сталістю, стабільністю та цілеспрямованістю поведінки і можливістю її прогнозування за межами конкретної ситуації або в тих, які характеризуються невизначеністю та екстремальністю [11, с. 39–43; 12, с. 50–52; 13, с. 28–39; 14].

Професійна стійкість – соціально-біологічна властивість, в основі якої лежить особистісне утворення сукупності професійних знань, вмінь та навичок, емоційно-вольових якостей, що створюють передумови до довготривалого виконання функціональних обов'язків [15].

Також можна навести визначення таких різновидів стійкості, як емоційна та вольова. **Емоційна стійкість** – це чинник, що забезпечує, організує та мотивує поведінку особистості та сприяє повній мобілізації внутрішніх ресурсів організму людини в екстремальній ситуації, є цілісним процесом саморегуляції [16; 6, с. 9–10; 17, с. 107–109; 18; 19].

Вольова стійкість – це здатність психічного потенціалу людини здійснювати успішне функціонування, без суттєвого впливу на психічне та фізіологічне самопочуття особистості в кризовій ситуації [16; 6, с. 9–10].

Зазначимо, що зарубіжні автори більш схильні використовувати термін стресостійкість (Г. Сельє, Г. Лазарус, М. Борневассер, Р. Бернс), у вітчизняній психології більше використовують терміни емоційна, психічна та психологічна стійкість особистості (Л. Аболін, І. Малкіна-Пих, В. Бодров, В. Мясников та ін.) [20; 21].

Отже, спираючись на зазначені вище поняття, можна сказати, що **психологічна стійкість** – це інтегральне утворення, яке являє собою складну систему психофізіологічних (вроджених), психічних, соціально-психологічних та власне психологічних характеристик особистості, яка свідомо чи несвідомо (на інстинктивному рівні) використовує їх для забезпечення протидії зовнішнім і внутрішнім негативним чинникам та оптимального рівня функціонування (професійного зокрема) у невизначених, кризових та екстремальних ситуаціях.

А. Левенець підкреслює, що функціональною ознакою психологічної стійкості є продуктивність (успішність) діяльності [22, с. 62–70]. Проблема психологічної стійкості саме в екстремальних умовах діяльності розглядали М. Анікеєнко, В. Антіпов, М. Д'яченко, О. Тімченко, А. Кокурін, М. Корольчук, В. Крайнюк, В. Лебедев, Я. Овсяннікова, Є. Потапчук, О. Столяренко, Ю. Хрустальов та інші. Наприклад, Я. Овсяннікова під психологічною стійкістю розуміє динаміку стійких станів системи, за яких вона здатна певною мірою блокувати зовнішні та внутрішні негативні впливи [23, с. 317–321].

О. Столяренко, працюючи над питанням здібностей особистості до стійкості в екстремальних умовах, ввів термін "загальна екстремальна стійкість". Під цим поняттям дослідник розумів системну якість людини, що характеризується можливістю успішно долати вплив екстремальних чинників на життєдіяльність суб'єкта [24]. О. Столяренко зазначав, що психологічна стійкість в екстремальних умовах дає можливість психіці людини перейти на інший рівень активності, тобто відбувається перебудова спонукальних, регулятивних і виконавчих функцій, що створюють передумови для збереження ефективності діяльності.

А. Нидзій та С. Дашкова визначають психологічну стійкість як соціально-психологічну характеристику особистості, яка полягає в здатності переносити екстраординарність ситуації без будь-якого збитку для себе і долати її наслідки за допомогою способів, що вдосконалюють особистість, що підвищують рівень її адаптації та соціальну зрілість. Фактично ця характеристика означає наявність адаптивного потенціалу особистості, що обумовлює її можливості в подоланні важких ситуацій [25].

Аналізуючи запропоновані визначення поняття "психологічна стійкість", можна визначити її певні суттєві особливості, а саме: 1) співвідношення з поняттям особистість; 2) урахування індивідуальних властивостей (ресурсів) та якостей психіки (*індивідуального потенціалу*); 3) формування у процесі навчання, виховання та професійної діяльності; 4) зв'язок з професійною діяльністю в екстремальних умовах; реакція на 5) зовнішні обставини та внутрішні переживання; 6) здатність протистояння негативному впливу; 7) процес соціальної взаємодії.

Розглянемо "військовий варіант" поняття "психологічна стійкість". У керівних документах зазначено таке: **психологічна стійкість** – це здатність особи підтримувати необхідний рівень психологічної готовності (*мотиваційних чинників, вольових ресурсів, професійної компетентності і витривалості для реалізації поставлених завдань*) протягом визначеного часу в конкретних умовах обстановки та швидко відновлювати свій психоемоційний стан після екстремальних (кризових) ситуацій [26]. Якщо це визначення перефразувати, то отримаємо таку "формулу психологічної стійкості" – військовослужбовець повинен хотіти (мотивація) виконувати правильно та ефективно (вольові зусилля та професійна компетентність) поставлені завдання, при цьому не скаржитися (хоча, згідно з тлумаченням терміна "витривалість" – це здатність організму, саме фізична характеристика) на обставини та в разі необхідності самостійно надавати собі психологічну допомогу, тобто мати навички саморегуляції (відновлення психоемоційного стану). Тобто це визначення описує формулу психологічної стійкості такого собі ідеального військовослужбовця, яку на практиці сформувати методами такими, як: переконання, навіювання, наслідування, переформулювання (які залишилися спадком у нас ще з радянських часів) неможливо, не створюючи певних умов для цього та ігноруючи методи сучасної психологічної науки. Також, спираючись на вищезазначене визначення, складається певне враження, що відповідальність за формування, забезпечення та відновлення психологічної стійкості покладена лише на плечі конкретно взятого військовослужбовця.

Залишається відкритим питання, а що ж розуміємо під "здатністю особи". На нашу думку, за цим словосполученням розуміємо саме, як було визначено у вищенаведених термінах цивільних дослідників, психофізіо-

логічні та індивідуально-психологічні особливості (ціннісно-сміслові орієнтації, емоційні та когнітивні процеси тощо) військовослужбовця. Саме на цю "здатність особи" не лише в ЗС України, але й в інших силових структурах, звертається найменше уваги, хоча розвиток зазначених показників, на нашу думку, і є певними механізмами формування психологічної стійкості.

Таким чином, психологічна стійкість особового складу ЗСУ (та інших силових структур) виступає одним із важливих чинників надійності та ефективності діяльності під час ведення бойових дій та впливу інших різноманітних гібридних загроз. Виявлення її структури, психологічних умов, які забезпечують стійкість під дією стресових, психогенних чинників, підходів до формування та оцінки її рівня становлять значний науковий і практичний інтерес та мають актуальне значення в умовах збройної агресії на сході України.

Виклад основного матеріалу дослідження. Перед тим як розглядати питання щодо структури психологічної стійкості особового складу ЗС України, підходів до її формування та оцінки, на нашу думку, було б доцільно визначити, а для чого саме будемо формувати психологічну стійкість? Спираючись на теоретичні та емпіричні дослідження (2014–2017) [27], нам відомо, що у військовослужбовців, які беруть участь у бойових діях безпосередньо чи опосередковано, виникає бойовий стрес різної інтенсивності, який проявляється у вигляді емоційних, когнітивних, фізичних та поведінкових реакцій. Причиною виникнення таких реакцій є сукупність ситуаційно-середовищних, соціально-політичних, супутніх соціально-психологічних та психологічних чинників. На нашу думку, докладний розгляд причин виникнення бойового стресу надасть можливість визначити конкретні напрями формування психологічної стійкості військовослужбовців та запропонувати методи їхньої реалізації.

Основними **ситуаційно-середовищними** чинниками виникнення бойового стресу є: загроза життю та здоров'ю, потраплення в полон, зняття заборони на вбивство, смерть товаришів, поранення та травми, перебування під обстрілом, вбивання ворога, страх потрапити в засідку (оточення), взаємодія з тілами загиблих, тривалість перебування в зоні бойових дій, безпосередня участь в активних бойових діях, вимушеність споглядання тіл загиблих серед цивільного населення, відсутність бойового досвіду, інтенсивність ведення бойових дій, постійний вплив бойових стрес-факторів [27].

Забігаючи наперед, можна сказати, що формування психологічної стійкості особового складу ЗСУ до ситуаційно-середовищних чинників відбувається за рахунок психологічної підготовки, яка має містити більшість, а може й усі складові зазначеного чинника виникнення бойового стресу. Слід одразу зазначити, що наведені нижче **соціально-політичні чинники** виникнення бойового стресу були актуальні в 2014–2015 роках, а саме: несприятливі умови військового побуту; порушення режимів сну; вживання терміну "антитерористична операція" замість "війна"; нормативно-правове забезпечення військовослужбовців; невпевненість, що держава буде піклуватися про родичів військовослужбовців у разі їхньої загибелі або втрати працездатності; вороже налаштоване населення окупованих територій; у перший рік проведення антитерористичної операції – невізначення ворога; організація проведення антитерористичної операції; незрозумілість державної позиції; матеріальне забезпечення військовослужбовців; неоднозначне ставлення цивільного населення до проведення антитерористичної операції тощо.

Проаналізувавши наведені соціально-політичні чинники, враховуючи те, що більшість з них станом на восьмий рік збройного конфлікту втратила свою актуальність, неможливо гарантувати, що вони знову не матимуть свого прояву в разі повномасштабного наступу. Тому необхідно замислитися над питаннями, а чи достатньо досконале в нас нормативно-правове та соціальне забезпечення військовослужбовців, чи впораються структури логістичного забезпечення з новими викликами, яким чином надати впевненість нашим захисникам у тому, що в разі їхньої загибелі держава буде піклуватися про їхні родини, чи буде в них достойна можливість забезпечити свої родини в разі втрати працездатності тощо? Висвітлення цих питань дає можливість зрозуміти, що формування психологічної стійкості – це не лише проблемне питання окремо взятого військовослужбовця, командира та підпорядкованого йому підрозділу, їхнього штатного офіцера-психолога або структур морально-психологічного забезпечення. Ці питання необхідно вирішувати на рівні держави допоки вони знову не набрали своїх критичних обертів.

Серед основних **супутніх соціально-психологічних чинників** виникнення бойового стресу виділяються: дитячі психічні травми; думки про сімейні проблеми та труднощі; недостатнє спілкування з родиною та друзями; відсутність підтримки з боку родичів; низький рівень освіти (інтелектуальних здібностей); зловживання спиртними напоями та іншими психоактивними речовинами в районі ведення бойових дій.

Основними **психологічними чинниками** виникнення бойового стресу вважаємо: наявність психастенічного (тривожно-недовірливого) або паранойяльного типу характеру; недостатні адаптаційні можливості та низький рівень нервово-психічної стійкості; недостатній розвиток захисних механізмів; неправильне використання копінг-стратегій; низький рівень морально-етичної нормативності; наявність акцентуацій характеру; низький рівень комунікативного потенціалу; схильність до девіантної поведінки. Формування психологічної стійкості до супутніх соціально-психологічних, а також психологічних чинників виникнення бойового стресу можливе за рахунок якісного професійно-психологічного відбору, так і заходів психологічної корекції.

Наступним важливим питанням є розуміння **структури психологічної стійкості військовослужбовців – учасників бойових дій**. Попри значну увагу вітчизняних і зарубіжних психологів (А. Андрєєва, С. Богданов, О. Ільїн, В. Казібекова, В. Корольчук, А. Еккертман, Я. Овсяннікова, Г. Ришко, Т. Руда, Х. Стельмашук, В. Степаненко, М. Хуторна, Т. Циганчук, М. Quinn, J. Cidlowski, N. Victoria, A. Murphy та ін.) до цього питання, єдиний погляд на структуру психологічної стійкості досі відсутній.

Серед найвідоміших поглядів класиків вітчизняної психологічної науки на складові частини психологічної стійкості є такі:

- стійкість і стабільність, урівноваженість і відповідальність, резистентність – в основу психологічної стійкості покладено домінанті віри (раціональної та ірраціональної), активності (пізнавальної, діяльної, комунікативної) та гармонії (рівноваги) (Л. Куліков, В. Крайнюк) [28];
- співвідношення мотивів і способів здійснення діяльності (О. Леонтєв) [29];
- інтелектуальний компонент дає можливість особистості адекватно реагувати на зміни обстановки (давати чітку оцінку противнику, передбачати його дії то-

що), емоційний компонент передбачає наявність емоційної готовності до екстремальних умов професійної діяльності та емоційну підтримку соціального оточення, вольовий компонент забезпечує підвищення рівня самоконтролю та саморегуляції, формування високого рівня довіри до колег по службі, командирів усіх рангів (П. Корчемний) [30];

- емоційна, вольова, пізнавальна, мотиваційна, психомоторна (А. Анцупов, А. Шапілов) [31];

- психофізіологічна, психічна (інтелектуальна та емоційно-вольова), індивідуально-професійна, функціональна (М. Секач) [32];

- сприйняття ситуації, її аналіз, оцінка, ухвалення рішення (когнітивна складова), чіткість та послідовність дій для досягнення поставленої мети, виконання функціональних обов'язків (вольова складова), точність і своєчасність рухів, гучність, швидкість і виразність мови (поведінкова складова), зміни зовнішнього вигляду – вираз обличчя, погляд, міміка, тремтіння кінцівок тощо (психофізіологічна складова) (О. Столяренко) [24].

Традиційно у психології виділяють зовнішні та внутрішні чинники психологічної стійкості. Н. Хендерсон до зовнішніх факторів, що походять із соціального середовища, належать такі: психологічна підтримка, яку надає соціальне оточення та особливо близькі люди; підтримання психологічної близькості та довірливих стосунків з батьками; досягнення у професійній діяльності; сприятливий клімат у колективі; сприятливі умови для адаптації, самореалізації, адекватної самооцінки; статус особистості в групі; наявність друзів, товариські стосунки; використання певної самокритики в процесі спілкування; прийняття сімейних і соціальних норм та правил; встановлення довірливих стосунків зі значимими іншими; прийняття відповідальності за свої вчинки, піклування про інших; наявність можливостей для плідної праці, навчання, відпочинку, умов проживання, охорони здоров'я та особистих прав і свобод; високі, але реалістичні сподівання на успіх у майбутньому; наявність стійких цілей у житті; наявність альтруїстичних переконань та життєвих умінь і навичок (напр., соціальної взаємодії); прагнення до лідерства, прийняття відповідальних рішень; розкриття здібностей та їхньої реалізація [33, с. 22].

Як бачимо, зовнішні чинники психологічної стійкості достатньо різноманітні, але головна їхня сила полягає в охопленні трьох сфер соціального життя людини: сімейної (батьки – діти, чоловік – дружина), професійної (здоровий соціальний клімат у колективі) та суспільної (стосунки з сусідами, друзями та іншими людьми). Цю позицію щодо виділення трьох основних складових зовнішніх чинників підтримують й інші американські психологи, а саме: Б. Бенард, Н. Гамезі, С. Лютар, Д. Цицетті, Б. Бекер, М. Бісонетт, П. Браун та інші. Розглянемо *внутрішні чинники* психологічної стійкості.

І. Соловійова зазначає, що особистісні (внутрішні) чинники психологічної стійкості більш різноманітні, ніж соціальні і серед основних переваг визначає можливість тренування та розвитку, чим можна допомогти особистості у формуванні стійкості до негативного зовнішнього впливу [34]. Провівши детальний аналіз вітчизняних літературних джерел, можна визначити найбільш теоретично та емпірично обґрунтовані внутрішні чинники, які залежать від певних сфер особистості:

1. *Ціннісно-мотиваційна сфера*: значимість події чи явища для особистості (рівень значимості вказує на негативність впливу отриманої інформації); суб'єктивна

оцінка особистістю ситуації (ті самі ситуації можуть розглядатися особистістю як позитивні або негативні залежно від багатьох суб'єктивних факторів); цінності людини (певна інформація може суперечити особистісним цінностям майже до їхнього руйнування або створення внутрішньоособистісних конфліктів [35, с. 95–96]; досвід психологічної переробки негативної інформації, згідно з концепцією К. Юнга [34]; певна спрямованість мотиваційних установок та чітка їхня ієрархія; високий рівень самоорганізації та саморегуляції (досягнення спокійного, гармонійного стану та самопочуття; досягнення стану, адекватного поточній життєвій ситуації; підтримання – відновлення психологічного здоров'я; подолання фобій та депресивних переживань; подолання стану фрустрації; зміна шкідливих звичок; формування оптимістичних життєвих перспектив; регуляція міжособистісних відносин) особистості [36, с. 41; 37, с. 59].

2. *Емоційна сфера*: домінування позитивних емоцій; відчуття єдності з близькими; віра [35, с. 95–97]; впевненість у собі; позитивне ставлення до життя [38, с. 12–17; 39, с. 830–900].

3. *Пізнавально-когнітивна сфера*: раціональність суджень; прогностичні здібності [35, с. 97]; образне мислення [40, с. 20–28]; високий рівень розвитку головних пізнавальних структур особистості [41, с. 27–30]; адекватна оцінка обсягу навантаження та своїх ресурсів; розуміння життєвої ситуації [39, с. 830–900].

4. *Характерологічні особливості*: відповідальність; вміння долати несприятливі обставини; організованість; рішучість; оптимістичність [38, с. 12–17]; толерантність (прийняття інших такими, якими вони є) [39, с. 830–900].

У зарубіжній психології дослідники приділяють менше уваги особистісним чинникам стійкості, акцентуючи свою увагу на кількох головних, пов'язаних із функціонуванням особистості в соціальному середовищі (Б. Бенард), а саме [41, с. 27–30]:

1. *Соціальна компетентність* (до якої належать чуйність, комунікабельність, емпатійність, дбайливість, співчуття, альтруїзм та здатність пробачати).

2. *Здатність до вирішення проблем* (здібності до планування, гнучкість, винахідливість, критичне мислення, інсайтне мислення). Навички вирішення проблем упізнаються ще в ранньому дитинстві. Ці навички містять здатність міркувати абстрактно, бути рефлексивною та гнучкою особистістю, а також шукати додаткові рішення як для пізнавальних, так і для соціальних проблем.

3. *Автономія* (яка включає позитивну ідентичність, інтернальний локус контролю, ініціативність, самоефективність, майстерність, адаптивну дистантованість від інших, опірність, самосвідомість та почуття гумору). Здібність діяти незалежно та здійснювати контроль над середовищем, здатність відокремити себе від дисфункціональної сімейної ситуації.

4. *Усвідомлення мети та майбутнього* (до якого належить мета-вказівка, орієнтація на успіх, мотивація досягнення, навчальна спрямованість, постійність, оптимізм, віра у світле майбутнє, почуття послідовності, духовність, сенс життя, креативність, розвинена увага).

Додатково можна вказати на такі чинники психологічної стійкості, як здатність пробачати собі та чутливість (Н. Хендерсон) [33, с. 39], розумові здібності; легкий характер; ефективні копінг-стратегії (М. Болдуїн, Б. Брукс, С. Лютар) [42, с. 551], здатність програвати з гідністю [43, с. 931–955].

Слід зазначити цікавий факт, на який звернули увагу зарубіжні дослідники [44, с. 5–15]: особи, дитинство яких проходило в несприятливих умовах, більш психо-

логічно стійкі до викликів дорослого життя. Хоча дослідження передумов виникнення бойового стресу у військовослужбовців, яке проводилося в 2014–2017 роках, навпаки, визначило, що несприятливі умови дитячого віку, дитячі психологічні травми, виховання в неповних сім'ях сприяє виникненню бойового стресу [27].

Д. Леонтьев зазначає, що єдиною сферою особистості, яка мало досліджена з точки зору психологічної стійкості, є образно-символічна [45, с. 325]. Науковець звертає увагу на так званий "феномен символічної регуляції життєдіяльності", який проявляється у двох механізмах, які забезпечують психологічну стійкість особистості людини: 1) механізм емоційної індикації (емоційні образи – особливо значущі для людини об'єкти і події – служать опорою стійкості особистості); 2) механізм трансформації образу, що представляє собою структурування образів цілісної ситуації, у якій одні об'єкти і явища виступають на передній план, а інші – затушовуються.

В. Ротенберг у своїй психофізіологічній концепції зазначає, що образна сфера особистості є першою ланкою переробки будь-якої інформації, що надходить до свідомості через аналізатори (зір, слух, тактильні відчуття тощо). Далі відповідає за сприйняття й переробку образів права половина кулі кори головного мозку людини, яка має здатність "схоплювати всю інформацію та оцінювати її значимість до її повного усвідомлення" [40, с. 25]. Таким чином, не вся інформація, що приходить з навколишнього середовища, надходить до нашої свідомості. Загалом будь-яка психотравмуюча або негативна для психіки інформація, яка проходить у вигляді образів крізь праву півкулю, не усвідомлюється. Цю функцію здійснює психічний процес, відповідальний за

переробку образної інформації, – образне мислення. Саме воно є своєрідним "фільтром", що забезпечує психологічну стійкість особистості [40, с. 56].

Таким чином, всебічно та ґрунтовно розглянувши проблему психологічної стійкості до впливу негативних чинників зовнішнього середовища, можна стверджувати, що:

- особистість має безліч внутрішніх (особистісних) і зовнішніх (соціальних) чинників, які забезпечують її психологічну стійкість;
- одні з чинників психологічної стійкості вроджені, інші виникають під час соціалізації особистості та безпосередньо під час її професійної діяльності;
- деякі чинники психологічної стійкості виникають лише в процесі цілеспрямованого формування та тренування.

А. Неурова до структури психологічної стійкості військовослужбовців – учасників операції Об'єднаних сил відносить дев'ять компонентів: емоційний, волевий, мотиваційний, когнітивний, біопсихічний, психомоторний, операційний, морально-психологічний та індивідуально-особистісний, які при взаємодії між собою формують та забезпечують психологічну стійкість [46, с. 23–29].

Повертаючись до питання психологічної стійкості саме військовослужбовців ЗСУ, спираючись на аналіз наукових джерел щодо структурних елементів цього явища і враховуючи особливості професійної діяльності військовослужбовців, у тому числі, під час ведення бойових дій на сході України, та чинників виникнення бойового стресу, її складовими частинами доцільно вважати такі елементи, які представлено в табл. 1.

Таблиця 1. Складові психологічної стійкості військовослужбовців ЗСУ

Психофізіологічна	Індивідуально-психологічна	Професійна	Інформаційна
<i>Типологічна</i> передбачає наявність сильного типу нервової системи; достатньо розвинених механізмів психологічного захисту; здатність особистості до швидкої адаптації до стрес-факторів бойових умов.	<i>Мотиваційна</i> установка на власну безпеку та безпеку свого найближчого оточення (родини, друзів, підрозділу) і пов'язані з цим доцільні, активні та рішучі дії.	<i>Бойова</i> – наявність необхідних професійних знань, вмінь і навичок щодо експлуатації бойової техніки, використання зброї та ведення основних видів бою.	<i>Інформаційно-психологічна</i> – вміння розпізнавати і протидіяти інформаційно-психологічним впливам ворога.
<i>Фізіологічна</i> – адекватність фізичних реакцій на стрес-фактори бойових умов.	<i>Волева або регуляторна</i> – забезпечення самоконтролю, регулювання та керованості власних дій в умовах впливу стрес-факторів бойових умов.	<i>Активізаційна</i> – здатність до мобілізації особистих знань, вмінь і навичок, забезпечення стабільної індивідуально-професійної активності.	<i>Соціальна</i> – впевненість у соціальному забезпеченні найближчих родичів у разі смерті або втрати працездатності військовослужбовця.
<i>Медична</i> – впевненість у власному стані здоров'я.	<i>Емоційна</i> – уміння регулювати емоційні стани (тривоги, страху, гніву тощо).	<i>Матеріально-технічна</i> – впевненість у необхідному та достатньому матеріально-технічному забезпеченні.	<i>Аналітична</i> – необхідний рівень поінформованості щодо об'єктивної та адекватної оцінки небезпечності ситуації, власної безпеки, прогнозування можливих результатів і наслідків, чітке усвідомлення особливостей діяльності та розвиток можливих варіантів дій у різних ситуаціях.
	<i>Когнітивна</i> – необхідний рівень розвитку пізнавальних процесів (сприйняття, уваги, мислення, пам'яті, уяви) та інтелектуальних здібностей для опанування необхідних професійних навичок, розуміння поставлених завдань та ефективного їх виконання.		<i>Політична</i> – розуміння позиції влади та керівних органів щодо ведення бойових дій.
	<i>Комунікативна</i> – здатність до адекватної комунікації у військових колективах (підтримуючого, шанобливого ставлення до побратимів, довіра до командира) і здорова взаємодія з найближчим оточенням (родичами).		<i>Ціннісно-патріотична</i> – розуміння мети та справедливості ведення бойових дій.

Примітка. Назви виокремлених блоків та їхніх складових умовні, тому за необхідності можна назвати по-іншому.

Аналізуючи складові частини психологічної стійкості військовослужбовців, важко побудувати їхню ієрархію, оскільки, на нашу думку, кожна складова є необхідним та незамінним елементом її структури. Чим більше зазначених елементів відсутні або недостатньо сформовані, тим більш психологічно вразливим буде військовослужбовець під впливом стрес-факторів бойових дій. За наявності зазначених компонентів психологічної стійкості військовослужбовець у змозі налаштуватися на певну поведінку та виконання необхідних дій, керувати своїми емоційними станами та поведінкою, адекватно оцінювати можливі ризики та загрози, створити максимально можливі умови для збереження власного життя та здоров'я, успішно виконати поставлене завдання з мінімальними змінами в особистому психологічному та соматичному здоров'ї. Отже, логічним продовженням цього науково-аналітичного огляду проблематики психологічної стійкості військовослужбовців – учасників бойових дій є саме її **формування**.

Керівними документами ЗСУ [47; 48 тощо] з урахуванням стандартів НАТО STANAG 7226, STANAG 7225, STANAG 7229, STANAG 2565 було визначено, що психологічна стійкість, як і психологічна готовність військовослужбовців ЗСУ формуються під час проведення заходів психологічної підготовки, основний зміст якої наведено в зазначених документах. Також зазначено, що для формування стресостійкості під час занять з бойової підготовки рекомендується використовувати стандарти психологічної підготовки СТІ 000Г.22Л, СТІ 000А.22А, СТІ 101А.26В, СТІ 000Г(В).58А, військову публікацію ВП 7-00(03).01 та інші методичні посібники, рекомендації.

Станом на сьогодні формування психологічної стійкості військовослужбовців ЗСУ відбувається під час психологічної підготовки, як було зазначено вище, та складається з таких блоків:

- 1) прийоми моделювання психологічних факторів (чинників) бою з використанням тренажерів, озброєння і військової техніки, макетів, властивостей місцевості;
- 2) прийоми психологічної підготовки на водоймах;
- 3) прийоми моделювання психологічних факторів бойової обстановки;
- 4) прийоми психологічної підготовки під час службової діяльності;
- 5) прийоми для тренування психомоторної сфери;
- 6) прийоми для тренування комунікативної сфери;
- 7) прийоми загальної концентрації та зняття напруги;
- 8) прийоми оцінки психофізіологічного стану.

Психологічна підготовка, регламентована зазначеними керівними документами, спрямована на: відпрацювання професійних умінь (оскільки в екстремальній ситуації людина не підіймається до своїх сподівань, а спускається до своїх відпрацьованих навичок реагування); адекватного сприйняття більшої кількості, але не всіх стрес-факторів ведення бою; відпрацювання прийняття рішень і певних команд в обмежені проміжки часу; долаття страху до деяких чинників ведення бойових дій (висоти, води, вогню, несподіваних гучних звуків); ведення бойових дій з певними ушкодженнями, функціональними обмеженнями організму; формування навичок експлуатації техніки за допомогою уяви; розвиток комунікативних здібностей, спрямованих на злагодження військового колективу; розвиток навичок саморегуляції деяких психічних станів.

Порівнюючи з попередніми роками, психологічна підготовка військовослужбовців ЗСУ зазнала позитивних змін, але, на жаль, вони досі не достатні для формування психологічної стійкості до факторів виникнення бойо-

вого стресу. Таким чином, можна стверджувати, що формування психологічної стійкості особового складу під час заходів бойової підготовки лише частково виконує покладену на неї функцію психологічної підготовки.

Повертаючись до причин виникнення бойового стресу (ситуаційно-середовищних, соціально-політичних, супутніх соціально-психологічних та власне психологічних), можна стверджувати, що зазначений підхід до формування психологічної стійкості спрямований лише на деякі аспекти ситуаційно-середовищної складової. При чому без уваги залишилися такі важливі психотравмуючі елементи як взаємодія з тілами загиблих, потрапляння в полон, втрати особового складу, взаємодія з неоднозначно налаштованим цивільним населенням (особливо прифронтових районів та окупованих територій), отримання поранення (відчуття болю), готовність до взяття особистої відповідальності за прийняття рішень та віддавання наказів особовому складу (керівництво підрозділом у разі загибелі командира).

Підводячи підсумки щодо формування психологічної стійкості військовослужбовців ЗСУ можна надати деякі рекомендації, а саме, формування психологічної стійкості має відбуватися на трьох рівнях: *стратегічному, тактичному та оперативному*. На нашу думку, стратегічний рівень передбачає створення необхідних умов забезпечення психологічної стійкості (нормативно-правових, соціальних, логістичних, медичних, фінансових тощо), тактичний рівень полягає в розробці, затвердженні та головне повноцінній реалізації програм професійної підготовки (бойової, психологічної тощо), яка би відповідала всім сучасним загрозам, оперативний рівень – упровадження якісних та обов'язкових заходів психологічного забезпечення особового складу ЗСУ (*примітка*: станом на сьогодні заходи психологічного забезпечення проводяться формально і сприймаються особовим складом як необов'язкові).

Перейдемо до розгляду **оцінки рівня сформованості психологічної стійкості військовослужбовців ЗСУ**.

Перед тим як запропонувати психодіагностичний інструментарій щодо оцінки психологічної стійкості військовослужбовців необхідно визначити певні організаційні питання, а саме, коли її проводити, а вже потім за допомогою чого. На нашу думку, існують три рівні, на яких оцінка психологічної стійкості військовослужбовців обов'язкова: 1) під час прийняття громадян України на військову службу (професійно-психологічний відбір) – на цьому рівні оцінюємо вроджені та вже набуті особистісні певні характеристики, які становлять основу її психологічної стійкості; 2) перед початком бойового злагодження – така оцінка необхідна для того, щоб за час бойового злагодження внести певні корективи і сформувати психологічну стійкість особового складу до її необхідного рівня; 3) на етапі відновлення боєздатності – оцінка на цьому етапі: по-перше, визначить динаміку психологічної стійкості (з якою інтенсивністю бойові дії вплинули на психологічний стан особового складу); по-друге, надасть можливість більш якісно та предметно розробити заходи відновлення психологічної стійкості особового складу, якщо це буде необхідно. Проведення певних заходів психологічного забезпечення на визначених рівнях регламентовані необхідними керівними документами, але знову повертаємося до мабуть найвагомішого проблемного питання – якості їхнього проведення та можливості (вимоги керівних документів не завжди відповідають реальним умовам).

Розглянемо психодіагностичний інструментарій, необхідний для оцінки психологічної стійкості військовос-

лужбовців ЗСУ. А. Неурова для визначення рівня сформованості психологічної стійкості військовослужбовців пропонує використовувати такі методики: багаторівневий особистісний опитувальник "Адаптивність" А. Маклакова, С. Чермяніна; багатофакторний особистісний опитувальник FPI; тест "Самооцінка сили волі"; тест прогресивних матриць Равена; методика САН; методика "Самооцінки емоційних станів" (авт. А. Уесман і Д. Рікс) [46, с. 23–29].

Т. Берг запропонував більш скорочений перелік методик для діагностики нервово-психічної стійкості, а саме: методику "Прогноз" Ю. Рибникова; "Адаптивність" А. Маклакова, С. Чермяніна [49]. Колектив авторів Науково-дослідного центру гуманітарних проблем ЗСУ (О. Кокун, І. Пішко, Н. Лозінська, О. Копаниця, О. Малхазов) пропонує навпаки, розгорнутий і всебічний варіант діагностики військовослужбовців (27 методик), з яким можна ознайомитись у їхній публікації "Збірник методик для діагностики психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до діяльності у складі миротворчих підрозділів" [50]. Незважаючи на те, що у назві регламентують діагностику психологічної готовності, запропоновані блоки відображають більшість складових психологічної стійкості.

Такі автори, як О. Кляпець, Б. Лазоренко, Л. Лепіхова, В. Савінов, пропонують свої погляди щодо оцінки стресостійкості особистості. Слід зазначити, що ці методики не розроблені цілеспрямовано для військових, але також заслуговують на увагу. Авторі виділяють методики, які спрямовані на дослідження особистісної готовності до переживання стресових ситуацій і кризових станів та методики щодо діагностики індивідуальних можливостей оволодіння стресовими та кризовими ситуаціями. З даними методиками можна ознайомитись у роботі зазначених авторів, а саме: "Методики вивчення повсякденного стресу і способів розв'язання кризових життєвих ситуацій" [51].

Пропозицій щодо психодіагностичного інструментарію для оцінки рівня психологічної стійкості може бути велика кількість, але існують певні нюанси у зв'язку з їхнім використанням, а саме, з визначенням їхніх діагностичних критеріїв. Діагностичні критерії у психологічній науці в більшості випадків використовують для визначення придатності до певної категорії осіб. Будь-яка психологічна методика має свої діагностичні критерії за допомогою яких проводиться інтерпретація проведених психодіагностичних заходів. Проте більшість психодіагностичних методик, на жаль, не адаптовані до використання їх з військовослужбовцями, оскільки вони не враховують специфіку діяльності. Це пов'язано не лише з використанням аспектом є саме діагностичні критерії. Тобто те, що ми звикли вважати нормою для будь-якого пересічного громадянина, не завжди є необхідним та достатнім для військовослужбовця, а особливо, якщо робити акцент саме на ефективне ведення бойових дій.

Доказом вищезазначеного є незалежна експертна оцінка деякого психодіагностичного інструментарію, який використовується в ЗСУ, а також процедури психологічного оцінювання, яка була проведена Всеукраїнською Психодіагностичною Асоціацією в 2017 р. [53]. Із того часу змін зазнали лише деякі методики, діагностичні критерії яких були розроблені, враховуючи специфіку діяльності підрозділів Десантно-штурмових військ ЗСУ і лише в загальному вигляді.

Таким чином, після узгодження переліку психодіагностичних методик щодо оцінки рівня психологічної стійко-

сті особового складу ЗСУ, необхідно визначити їхні діагностичні критерії, притаманні для цієї категорії осіб. У цьому випадку, як один із варіантів, можна використовувати методику для визначення діагностичних критеріїв, запропоновану колективом авторів науково-дослідного центру Військового інституту Київського національного університету імені Тараса Шевченка, яка була розроблена в межах науково-дослідної роботи "Діагностика психологічних характеристик військовослужбовців підрозділів Десантно-штурмових військ ЗСУ, що беруть безпосередню участь в операції Об'єднаних сил" (2019-2020).

Висновки. Отже, всебічно дослідивши проблематику психологічної стійкості військовослужбовців ЗСУ можна зробити такі висновки:

1) в умовах сучасних і можливих загроз питання психологічної стійкості особового складу ЗСУ набуває неабиякої важливості, актуальності та невідкладності у своєму вирішенні;

2) психологічна стійкість – це інтегральне утворення, яке є складною системою психофізіологічних (вроджених), психічних, соціально-психологічних та власне психологічних характеристик особистості, яка свідомо чи несвідомо (на інстинктивному рівні) використовує їх для забезпечення протидії зовнішнім і внутрішнім негативним чинникам та оптимального рівня функціонування (професійного у т. ч.) у невизначених, кризових та екстремальних ситуаціях;

3) психологічна стійкість особового складу ЗСУ (та інших силових структур) виступає одним із важливих чинників надійності та ефективності діяльності під час ведення бойових дій та впливу інших різноманітних гібридних загроз;

4) до стрес-факторів, стосовно яких необхідно формувати психологічну стійкість особового складу ЗСУ, належить сукупність ситуаційно-середовищних, соціально-політичних, супутніх соціально-психологічних і власне психологічних чинників виникнення бойового стресу;

5) структура психологічної стійкості військовослужбовців ЗСУ має такі складові:

- психофізіологічна (типологічна, фізіологічна, медична);
- індивідуально-психологічна (мотиваційна, волевово регуляторна, емоційна, когнітивна, комунікативна);
- професійна (бойова, активаційна, матеріально-технічна);
- інформаційна (інформаційно-психологічна, соціальна, аналітична, політична, ціннісно-патріотична);

6) формування психологічної стійкості під час заходів бойової підготовки лише частково виконує покладену на неї функцію;

7) деякі складові психологічної стійкості формуються за допомогою заходів психологічного забезпечення, а деякі – створенням необхідних умов за допомогою інших видів забезпечення підрозділів ЗСУ;

8) організаційні заходи щодо формування психологічної стійкості особового складу ЗСУ рекомендовано розглядати на трьох рівнях: стратегічному, тактичному та оперативному;

9) психологічна стійкість особового складу передбачає не лише своє формування, а також розвиток та відновлення;

10) оцінка психологічної стійкості обов'язкова під час відбору громадян на військову службу, під час злагодження підрозділів та на етапі відновлення їхньої боєздатності;

11) єдиний перелік психодіагностичних методик для оцінки рівня психологічної стійкості особового складу відсутній.

Спираючись на зроблені висновки, можна надати такі рекомендації:

1) розглянути пропозиції щодо обов'язкового внесення в програму психологічної підготовки особового складу ЗСУ таких складових, як:

- тренінг психологічної підготовки військовослужбовців до взаємодії з тілами загиблих;
- тренінг психологічної підготовки до перебування у вимушеній ізоляції (у т.ч., військовому полоні);

2) розробити тренінг психологічної підготовки до взаємодії з негативно налаштованим цивільним населенням прифронтових та тимчасово окупованих територій;

3) розробити та впровадити у війська навчальну програму, яка буде спрямована на формування вміння розпізнавати і не піддаватися інформаційно-психологічному впливу ворога;

4) розглянути пропозиції щодо використання під час психологічної підготовки технічних засобів на кшталт Stress Vest System Overview (варіанти тренувальної зброї, однією з особливостей якої є провокування больових відчуттів у військовослужбовця під час імітації влучення в нього або поранення);

5) провести дослідження щодо наукового обґрунтування доцільності використання психодіагностичних методик для оцінки психологічної стійкості особового складу ЗСУ та визначення діагностичних критеріїв серед зазначеної категорії осіб;

6) розглянути пропозицію проекту опитувальника для визначення рівня психологічної стійкості, який базується на визначенні наявності тих чи інших чинників виникнення бойового стресу;

7) розглянути можливості внесення коректив у ВП 7-00(03).01, а саме, визначити мету кожної вправи, тобто на формування яких психологічних характеристик вона спрямована. Це надасть можливість у подальшому скорегувати (покращити) їхній зміст та зробити формування психологічної стійкості особового складу ЗСУ більш якісним.

Список використаної літератури

- Олексюк-Нехамес А. Г. Посттравматичний стресовий розлад. URL : <http://www.miograf.lviv.ua/?p=1197> (дата звернення: 15.12.2020).
- Вилко В.М., Грицюк В. Г., Діжун В.Г. Морально-психологічне забезпечення у Збройних Силах України : підручник. У 2 ч. Ч. 1. Київ, НУОУ, 2012. 464 с.
- Стасюк В. В. Психологічне забезпечення діяльності військ (сил) : підручник. Київ : НУОУ, 2014. 504 с.
- Пасько К.М., Мотрук Т.О. Особливості стресостійкості мобілізованих військовослужбовців. *Psychological jour.*, 2019. Vol. 5, Issue 12. С. 72–83.
- Гутовська Н.В. Емпіричне дослідження нервово-психічної стійкості у структурі особистості військовослужбовців учасників АТО. *23-тя Всеукр. практ.-пізнав. інтернет-конф. "Наукове мислення"*, 2022. URL : <http://naukam.triada.in.ua/index.php/konferentsiji/53-dvadtsyat-tretya-vseukrajinska-praktichno-piznavalna-internet-konferentsiya/549-empirichne-doslidzhennya-nervovo-psikhichnoji-stijkosti-u-strukturi-osobistosti-vijskovosluzhbovtiv-uchasnikiv-ato> (дата звернення 15.01.2022).
- Белявський І.Г., Будіянський М.Ф. Особистість та проблеми емоційного самоконтролю. *Актуальні проблеми психології: традиції і сучасність. Міжнар. наук. Костюківські чит.-ня*. Київ, 1992. С. 9–10.
- Богданова В.А. Соціально-психологічні властивості особистості : навч. посіб. ЛГУ, 1983. 89 с.
- Волженцева І.В. Теоретико-емпіричні аспекти проблеми поліфункціональної регуляції психічних станів людини. *Актуальні проблеми психології: Психологія навчання. Генетична психологія. Мед. психологія : зб. наук. праць / за ред. С.Д. Максименка*. Київ : ДП "Інформаційно-аналітичне агентство", 2010. Т. X. Вип. 17. С. 73–81.
- Жариков Е.С. Психологические средства стрессоустойчивости. Москва, 1990. 29 с.
- Мазуров С.И. О психической устойчивости человека в экстремальных ситуациях. *Личность в системе общественных отношений :*

тези наук. доп. психологів до VI з'їзду спілки психологів СРСР. Москва, 1983. Ч. 1. С. 44–45.

11. Велитченко Л.К. Структура субъектности. *Наука і освіта*, 2004. № 6-7. С. 39–43.

12. Водолазская И.О. Саморегуляция в профессиональном становлении педагогов. *Наука і освіта*, 2004, № 6-7. С. 50–52.

13. Волженцева И.В. Методологические аспекты проблемы саморегуляции деятельности и психических состояний личности. *Вісн. післядиплом. освіти : зб. наук. пр.* Вип. 2(14), Ч. 2. Психологія / голов. ред. В.В. Олійник, 2010. С. 28–39.

14. Петровский А.В. Коллектив и личность. *Практикум по психологии*. Москва : Просвещение, 1972. 149 с.

15. Корольчук М.С. Психофизиология деятельности. Київ. Ніка-Центр, 2004. 400 с.

16. Аболин Л.М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека. Казань : КГУ, 1987. 331 с.

17. Кириленко О.А. Эмоційні прояви професійного шляху особистості. *Наука і освіта*, 2004. № 6-7. С. 107–109.

18. Космолинский Ф.П. Эмоциональный стресс при работе в экстремальных условиях. Москва : Медицина, 1976. 191 с.

19. Функциональная подвижность нервных процессов и профессиональный отбор. Киев : Наук. думка, 1978. 225 с.

20. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. Москва : Наука, 1984. 360 с.

21. Куликов Л.В. Стресс и стрессоустойчивость личности. *Теор. и приклад. вопр. психологии*. Вып. 1. Ч. 1. Санкт Петербург, 1995.

22. Левенець А.Є. Психологічні засоби підвищення професійно-психологічної стійкості працівників пенітенціарних закладів. *Bulletin of the penitentiary association of Ukraine*, 2017. № 2. С. 62–70.

23. Овсянникова Я.О. Психологічна допомога дітям, які пережили психічну травму внаслідок надзвичайної ситуації. *Право і Безпека*, 2012. № 1. С. 317–321.

24. Столяренко А.М. Психологическая подготовка личного состава органов внутренних дел : учеб. пособие. Москва : Акад. МВД СССР, 1987. 365 с.

25. Нидзий А.О., Дашкова С.В. Психологическая устойчивость как интегративное качество специалиста экстремального профиля. 2015. № 3(30). URL : [http://sibac.info/archive/guman/3\(30\).pdf](http://sibac.info/archive/guman/3(30).pdf).

26. Про затвердження Інструкції з організації психологічного забезпечення особового складу Збройних Сил України : Наказ Головнокомандувача Збройних Сил України від 18.10.2021 р. № 305. URL : <https://dovidnykmpz.info/psycho/nakaz-holovnokomanduvacha-zs-ukrainy-vid-18-10-2021-305-pro-zatverdzhennia-instruktsii-z-orhanizatsii-psykholohichnoho-zabezpechennia-osobovoho-skladu-zbroynykh-syl-ukrainy/> (дата звернення 12.01.2022).

27. Кравченко К.О. Соціально-психологічні детермінанти виникнення бойового стресу у військовослужбовців – учасників АТО : дис. ... канд. псих. наук, 2017.

28. Корольчук М.С., Крайнюк В.М., Косенко А.Ф., Кочергіна Т.І. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я. Київ : Фірма "Інкос", 2002. 272 с.

29. Леонтьев А. Н. Проблемы развития психики. Москва : изд-во МГУ, 1981. 584 с.

30. Корчменый П.А. Военная психология: методология, теория, практика. Москва : изд-во Воениздат, 2008. 280 с.

31. Анцупов А.Я., Шилов А.И. Конфликтология учеб. для вузов. Москва : ЮНИТИ, 2000. 551 с.

32. Учебное пособие для высшей школы. Москва : Акад. Проект, 2003. 192 с. (Gaudeamus). ISBN 5-8291-0339-7.

33. Henderson N. Fostering resiliency in Children and Youth: Four Basic Steps for Families, Educators, and Other Caring Adults. – San Diego, CA: Resiliency in Action, inc, 1999. P. 20–74.

34. Соловйова І.В. Чинники психологічної стійкості особистості до впливу засобів масової інформації. URL : https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2010/3_2010/27.pdf (дата звернення 15.01.2022).

35. Куликов Л.В. Психогигиена личности: вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики учеб. пособ. Санкт Петербург : Питер, 2004. С. 95–96.

36. Чудновский В.Э. Нравственная устойчивость личности: психологическое исследование. Москва : Педагогика, 1981. 208 с.

37. Гостев А.А. Психология вторичного образа. Москва : изд-во ИП РАН, 2007. С. 400–450.

38. Богданович Н.Г. Нейропсихологический подход к проблеме устойчивости личности. Актуальные проблемы и перспективы научной и практической психологии : сб. мат-лов регион. науч.-практ. конф., посвященной 10-летию фак. психологии ИГУ. Иркутск : ИГУ, 2004. С. 12–17.

39. Варій М.Й. Переживання успішної самореалізації. Загальна психологія навч. посіб. Київ : Центр учб. літ.-ри, 2007. С. 830–900.

40. Роттенберг В.С. Образ "Я" и поведение. Иерусалим : изд-во Иерусалима, 2000. С. 20–28.

41. Тышкова М. Исследование устойчивости личности детей и подростков в трудных ситуациях. *Вопросы психологии*, 1987. № 1. С. 27–30.

42. Luther S.S. The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*, 2000. № 3. P. 543–562.

43. Luther S.S. Maximizing resilience through divers levels of inquiry: Prevailing paradigms, possibilities, and priorities for the future. *Development and Psychopathology*, 2007. № 19. P. 931–955.
 44. Marshall K. Resilience Research for Prevention Programs. Kyiv : Minneapolis: University of Minnesota, 2001. P. 5–15.
 45. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. Москва : Смысл, 2003. С. 320–360.
 46. Неурова А.Б. Емпіричне дослідження особливостей психологічної стійкості військовослужбовців – учасників операції Об'єднаних сил. *Наук. вісн. Херсон. держ. ун-ту. Психологічні науки*, 2019. Вип. 4. С. 23–29.
 47. Методичні рекомендації з психологічної підготовки військовослужбовців Збройних Сил України щодо формування стресостійкості до дій в умовах різкої зміни бойової обстановки. ТКП 1-160(31)03.01. URL : <https://tck.pl.ua/wp-content/uploads/2021/02/Formuvannya-stresostiykosti.pdf> (дата звернення 15.01.2022).
 48. Про затвердження Інструкції з організації психологічної підготовки у Збройних Силах України : Наказ Головнокомандувача Збройних Сил України від 23.10.2020 р. № 173. URL : <https://dovidnykmpz.info/psycho/nakaz-holovnokomanduvacha-zbroynykh-syl-ukrainy-vid-23-10-2020-roku-173-pro-zatverdzhennia-instruktsii-z-orhanizatsii-psykholohichnoi-pidhotovky-u-zbroynykh-sylakh-ukrainy/> (дата звернення 15.01.2022).
 49. Берг Т.Н. Нервово-психічна нестійкість і способи її виявлення, 2005. URL : <http://medbib.in.ua/nervno-psihicheska-ya-neustoychivost-sposobyi.html> (дата звернення 15.01.2022).
 50. Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Копаниця О.В., Малхазов О.Р. Збірник методик для діагностики психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до діяльності у складі миротворчих підрозділів : метод. посіб. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2011. 281 с.
 51. Кляпець О.Я., Лазоренко Б.О., Лепіхова Л.А., Савінов В.В. Методики вивчення повсякденного стресу і способів розв'язання кризових життєвих ситуацій. Київ : Міленіум, 2009. 120 с.
 52. Результати експертної оцінки психодіагностичних методик. Громад. орг.-ція "Всеукраїнська психодіагностична асоціація", 2017. URL : <https://vpa.org.ua/pub/files/a77aca57775cf0b2.pdf> (дата звернення: 12.11.2021).
- ### References
1. Oleksyuk-Nekhamas A.H. Post-traumatic stress disorder. URL: <http://www.miograf.lviv.ua/?p=1197> [In Ukrainian]
 2. Vilko V.M., Hrytsiuk V.G., Dykun V.G. (2012). Moral and psychological support in the Armed Forces of Ukraine: textbook: in 2 parts Part 1. [In Ukrainian]
 3. Stasiuk V.V. (2014). Psychological support of troops (forces): textbook. [In Ukrainian]
 4. Pasko K.M., Motryuk T.O. (2019). Features of stress resistance of mobilized servicemen. *Psychological journal*, Volume 5 Issue 12. [In Ukrainian]
 5. Gutovska N.V. (2022). Empirical study of neuropsychological stability in the personality structure of servicemen of ATO participants. *Twenty-third All-Ukrainian Practical and Cognitive Internet Conference "Scientific Thinking"*. URL: <http://naukam.triada.in.ua/index.php/konferentsiji/53-dvadtysiat-tretya-vseukrajinska-praktichno-piznavalna-internet-konferentsiya/549-empirichne-doslidzhennya-nervovo-psikhichnoji-stijkosti-u-strukturi-osobistosti-vijskovosluzhbovtziv-uchasnikiv-ato> [In Ukrainian]
 6. Belyavskiy I.H., Budianskiy M.F. (1992). Personality and problems of emotional self-control. *Current problems of psychology: traditions and modernity. International days of scientific Kostyukov readings*. Kyiv. [In Ukrainian]
 7. Bogdanova V.A. (1983). Socio-psychological properties of personality: Heading guide. [In Russian]
 8. Volzhentseva I.V. (2010). Theoretical and empirical aspects of the problem of multifunctional regulation of human mental states. Current issues of psychology: Psychology of learning. Genetic psychology. Medical psychology: coll. Science. works [ed. S.D. Maximenko]. Kyiv: State Enterprise "Information and Analytical Agency". Volume X. Issue 17. [In Ukrainian]
 9. Zharikov E.S. (1990). Psychological means of stress resistance. Moscow. [In Russian]
 10. Mazurov S.I. (1983). On the mental stability of a person in extreme situations. *Personality in the system of social relations. Theses of scientific updates of psychologists up to the Vth edition of the list of psychologists of the SRSR*. Moscow. [In Russian]
 11. Velitchenko L.K. (2004). The structure of subjectivity. *Science and education*. № 6-7. [In Russian]
 12. Vodolazskaya I.O. (2004). Self-regulation in the professional development of teachers. *Science and enlightenment*. №№ 6-7. [In Russian]
 13. Volzhentseva I.V. (2010). Methodological aspects of the problem of self-regulation of activity and mental states of the individual. *Bulletin of postgraduate education: coll. Science. work*. Issue 2 (14), Part 2: Psychology / chap. ed. V.V. Oliinyk [In Russian]
 14. Petrovsky A.V. (1972). Team and personality. Workshop on psychology. Moscow: Enlightenment. [In Russian]
 15. Korolchuk M.S. (2004). Psychophysiology of activity. Kyiv. Nika Center. [In Ukrainian]
 16. Abolin L.M. (1987). Psychological mechanisms of human emotional stability. Kazan. [In Russian]
 17. Kirilenko O.A. (2004). Emotional manifestations of the professional path of the individual. *Science and education*. [In Ukrainian]
 18. Kosmolinsky F.P. (1976). Emotional stress when working in extreme conditions. Moscow: Medicine. [In Russian]
 19. Functional mobility of nervous processes and professional selection. Kyiv: Naukova Dumka, 1978. [In Russian]
 20. Kitaev-Smyk L.A. (1984). Psychology of stress. Moscow: Nauka. [In Russian]
 21. Kulikov L.V. (1995). Stress and stress resistance of personality. *Theoretical and applied questions of psychology*. Issue. 1. Part 1. St. Petersburg. [In Russian]
 22. Levenets A.E. (2017). Psychological means of increasing the professional and psychological stability of employees of penitentiary institutions. *Bulletin of the penitentiary association of Ukraine*. № 2. [In Ukrainian]
 23. Ovsyannikova Ya.O. (2012). Psychological assistance to children who have suffered mental trauma as a result of an emergency. *Law and Security*. № 1. [In Ukrainian]
 24. Stolyarenko A.M. (1987). Psychological training of personnel of internal affairs bodies. Tutorial. Moscow: Academy of the Ministry of Internal Affairs of the USSR. [In Russian]
 25. Nidziy A.O., Dashkova S.V. (2015). Psychological stability as an integrative quality of an extreme profile specialist. No. 3(30). URL: [http://sibac.info/archive/guman/3\(30\).pdf](http://sibac.info/archive/guman/3(30).pdf)
 26. Order of the Commander-in-Chief of the Armed Forces of Ukraine dated 18.10.2021 № 305. On approval of the Instruction on the organization of psychological support of the personnel of the Armed Forces of Ukraine. URL: <https://dovidnykmpz.info/psycho/nakaz-holovnokomanduvacha-zs-ukrainy-vid-18-10-2021-305-pro-zatverdzhennia-instruktsii-z-orhanizatsii-psykholohichnoho-zabezpechennia-osobovoho-skladu-zbroynykh-syl-ukrainy/>
 27. Kravchenko K.O. (2017). Socio-psychological determinants of combat stress in servicemen – members of the ATO. Dissertation for the degree of Candidate of Psychological Sciences. [In Ukrainian]
 28. Korolchuk M.S., Krainyuk V.M., Kosenko A.F., Kochergina T.I. (2002). Psychological support of mental and physical health. Kyiv: Incos Firm. 272 p. [In Ukrainian]
 29. Leontiev A.N. (1981). Problems of mental development. Moscow: Moscow State University Publishing House. 584 p. [In Russian]
 30. Korchemny P.A. (2008). Military psychology: methodology, theory, practice Moscow. Publisher: Voenizdat. 280 p. [In Russian]
 31. Antsupov A. Ya., Shilov A.I. (2000). Conflictology. Textbook for universities. Moscow: UNITI. 551 p. [In Russian]
 32. A textbook for higher education. Moscow: Academic Project, 2003. 192 p. (Gaudemus). ISBN 5-8291-0339-7. [In Russian]
 33. Henderson N. (1999). Fostering resiliency in Children and Youth: Four Basic Steps for Families, Educators, and Other Caring Adults. San Diego, CA: Resiliency in Action, inc. P. 20-74. [In English]
 34. Solovyova I.V. Factors of psychological resilience of the individual to the influence of the media. URL: https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2010/3_2010/27.pdf
 35. Kulikov L.V. (2004). Personality psychohygiene: issues of psychological stability and psychoprophylaxis. Textbook. St. Petersburg: Peter. Pp. 95-96.
 36. Chudnovsky V.E. (1981). Moral stability of the person: Psychological research. Moscow: Pedagogy. 208 p. [In Russian]
 37. Гостев А.А. (2007). Psychology of the secondary image. Moscow: Izd-vo IP RAN. Pp. 400-450. [In Russian]
 38. Bohdanovych N.H. (2004). Neuropsychological approach to the problem of personality stability. Current issues and prospects of scientific and practical psychology: a collection of materials of the regional scientific-practical conference dedicated to the 10th anniversary of the Faculty of Psychology of ISU. Irkutsk: ISU. P. 12-17. [In Russian]
 39. Vary M.J. (2007). Experience of successful self-realization. General Psychology. Tutorial. Kyiv: Center for Educational Literature. Pp. 830-900. [In Ukrainian]
 40. Rottenberg W.S. (2000). Self-image and behavior. Jerusalem: Jerusalem Publishing House. P. 20-28. [In Russian]
 41. Tyshkova M. (1987). Study of the stability of the personality of children and adolescents in difficult situations. Questions of psychology. №1. P. 27-30. [In Russian]
 42. Luther S.S. (2000). The Construct of Resilience: A Critical Evaluation and Guidelines for Future Work. *Child Development*. № 3. P. 543–562. [In Russian]
 43. Luther S.S. (2007). Maximizing resilience through divers' levels of inquiry: Prevailing paradigms, possibilities, and priorities for the future. *Development and Psychopathology*. № 19. P. 931–955 [In Russian]
 44. Marshall K. (2001). Resilience Research for Prevention Programs. Kyiv: Minneapolis: University of Minnesota. Pp. 5-15. [In Russian]
 45. Leontiev D.A. (2003). Psychology of meaning: nature, structure and dynamics of semantic reality. Moscow: Smysl. Pp. 320-360. [In Russian]
 46. Neurova A.B. (2019). An empirical study of the characteristics of the psychological resilience of servicemen – participants in the Joint Forces operation. *Scientific Bulletin of Kherson State University. Psychological Sciences Section*. Issue 4. Pp. 23-29. [In Ukrainian]
 47. Methodical recommendations on psychological training of servicemen of the Armed Forces of Ukraine on the formation of stress resistance to action in conditions of abrupt change in the combat situation. ТКП 1-160 (31)

03.01. URL: <https://tck.pl.ua/wp-content/uploads/2021/02/Formuvannia-stresostiykosti.pdf>

48. Order of the Commander-in-Chief of the Armed Forces of Ukraine dated 23.10.2020 №173 "On approval of the Instruction on the organization of psychological training in the Armed Forces of Ukraine". URL: <https://dovidnykmpz.info/psycho/nakaz-holovnokomanduvacha-zbroynykh-syl-ukrainy-vid-23-10-2020-roku-173-pro-zatverdzhennia-instruktsii-z-orhanizatsii-psykholohichnoi-pidhotovky-u-zbroynykh-sylakh-ukrainy>

49. Berg T.N. (2005). Neuropsychiatric instability and methods of its detection. URL: <http://medbib.in.ua/nervno-psihicheskaya-neustoychivost-sposobyi.html>

50. Kokun O.M., Pishko I.O., Lozinskaya N.S., Kopanitsa O.V., Malkhazov O.R. (2011). Collection of methods for diagnosing the psychological readiness of military servicemen under contract for activities in peacekeeping units: Methodical manual. Kyiv: NDC GP ZSU. 281 p. [In Ukrainian]

51. Klyapets O.Ya., Lazorenko B.O., Lepikhova L.A., Savinov V.V. (2009). Methods of studying everyday stress and ways to solve life crises. Kyiv: Millennium. 120 p. [In Ukrainian]

52. The results of expert evaluation of psychodiagnostic techniques. Public organization "All-Ukrainian Psychodiagnostic Association", 2017. URL: <https://vpa.org.ua/pub/files/a77aca57775cf0b2.pdf>

Надійшла до редакції 07.02.22

K. Kravchenko, PhD in Psychological Sci.

kravchenkoea250388@gmail.com

ORCID ID 0000-0002-8140-1759

Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL FUNDAMENTALS OF PSYCHOLOGICAL STABILITY PROBLEMATICS OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE PERSONNEL CONDITIONED BY THE RUSSIAN FEDERATION ARMED AGGRESSION

The subject of this article is framed by the current threats and challenges, namely the conduct of hostilities in eastern Ukraine and disappointing predictions about the potential start of a full-scale offensive of Russian troops on our country. In such circumstances, it can be argued that the issue of psychological stability of the Armed Forces of Ukraine is important, relevant and urgent in its solution. It should be noted that the psychological resilience of the personnel of the Armed Forces of Ukraine (and other law enforcement agencies) is one of the important factors in the reliability and effectiveness of activities during hostilities and the impact of other various hybrid threats. The purpose of the article is to analyze the scientific developments, their generalization and substantiation of the necessary recommendations for improving the existing system of formation, provision and restoration of psychological stability of the personnel of the Armed Forces of Ukraine. Considering the issue of psychological stability of the Armed Forces of Ukraine, the authors of the article set themselves the following tasks: 1) to summarize the views of domestic and foreign researchers on psychological stability as a subject of research; 2) to determine the set of stress factors in relation to which it is necessary to form the psychological stability of the personnel of the Armed Forces of Ukraine; 3) consider the structure of psychological stability; 4) to analyze the features of the formation of psychological stability; 5) propose methods for assessing psychological resilience; 6) provide methodological recommendations for the formation and maintenance of psychological stability in modern hybrid threats.

Keywords: psychological resilience, personnel of the Armed Forces of Ukraine, combat stress, structure of psychological resilience, formation of psychological resilience, assessment of psychological resilience.