

Міністерство освіти і науки України
Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя
Факультет педагогіки, психології, соціальної роботи та мистецтв
Кафедра загальної та практичної психології

Освітня програма: Психологія. Практична психологія

Спеціальність: 053. Психологія

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття освітнього ступеня *магістр*

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Студента **Семенця Володимира**

Науковий керівник:

Литовченко Ніна Федорівна,
кандидат психологічних наук, доцент

Рецензенти:

Папуча Микола Васильович,
доктор психологічних наук, професор
Колесніченко Ліна Аліківна,
кандидат психологічних наук, доцент
Київського національного економічного
університету імені Вадима Гетьмана

Допущено до захисту: ____ ____ 2024 р.

Завідувач кафедри:

Проф. _____ **Папуча М.В.**

АНОТАЦІЯ

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

У дослідженні обґрунтовані теоретико-методологічні основи вивчення проблеми емоційно-вольової сфери особистості, проаналізовані теорії та механізми функціонування емоційно-вольової сфери особистості, надана характеристика емоційних переживань, їх категорій, видів та функцій. Описані психологічні особливості особистості військовослужбовців та особливості емоційно-вольової сфери.

Отримані емпіричні дані свідчать про те, що переважна більшість військових має дуже високий рівень фрустрації порівняно з вибіркою цивільних. Високий рівень соціальної фрустрованості можна пояснити незадоволеністю військово-політичними подіями та відсутністю контакту з близькими людьми.

На основі проведеного емпіричного дослідження можна зробити висновок про те, що переважній частині вибірці військових властиво високий вольовий потенціал, в той час як у цивільній частині вибірці більшість досліджуваних мають середній рівень виявлення вольового потенціалу. Застосування статистичного U-критерію Манна-Уїтні показало наявність значимих статистичних відмінностей між двома частинами вибірки. Різниця статистично значима на рівні ($p=0.005$). Високий рівень вольового потенціалу особистості військовослужбовця забезпечує не тільки психологічну стійкість особистості, забезпечує психічну і фізичну стійкість у бойових умовах, допомагаючи витримувати стрес і підтримувати бойовий дух.

Отримані результати підтверджують особливе значення наявності вольових якостей військовослужбовців при виконанні завдань.

Ключові слова: емоційно-вольова сфера особистості, військовослужбовці, стрес, фрустрація, вольовий потенціал особистості.

ABSTRACT

**FEATURES OF THE EMOTIONAL-VOLITIONAL SPHERE OF MILITARY
SERVANTS**

The study substantiates the theoretical and methodological foundations of studying the problem of the emotional-volitional sphere of the personality, analyzes the theories and mechanisms of the functioning of the emotional-volitional sphere of the personality, provides a characteristic of emotional experiences, their categories, types and functions. The psychological characteristics of the personality of military personnel and the features of the emotional-volitional sphere are described.

The obtained empirical data indicate that the vast majority of military personnel have a very high level of frustration compared to the civilian sample. The high level of social frustration can be explained by dissatisfaction with military-political events and lack of contact with loved ones.

Based on the empirical study conducted, it can be concluded that the vast majority of the military sample is characterized by high volitional potential, while in the civilian part of the sample, most of the subjects have an average level of volitional potential. The application of the Mann-Whitney U-test showed the presence of significant statistical differences between the two parts of the sample. The difference is statistically significant at the level of ($p=0.005$). A high level of willpower of a serviceman's personality provides not only psychological stability of the individual, but also mental and physical stability in combat conditions, helping to withstand stress and maintain fighting spirit.

The results obtained confirm the special importance of the presence of willpower of servicemen when performing tasks.

Keywords: emotional-volitional sphere of the personality, servicemen, stress, frustration, willpower of the individual.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	5
 РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ	
1.1 Визначення поняття «емоція», «воля»: теорії та механізми виникнення....	8
1.2 Характеристика емоційних переживань, їх категорії, функції	13
Висновки до першого розділу.....	21
 РОЗДІЛ II. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	
2.1. Психологічні особливості особистості військовослужбовців.....	23
2.2. Особливості емоційно-вольової сфери особистості військових.....	27
Висновки до другого розділу	32
 РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	
3.1. Опис методик емпіричного дослідження.....	34
3.2. Результати емпіричного дослідження особливостей емоційно-вольової сфери військовослужбовців.....	37
Висновки до третього розділу	43
ВИСНОВКИ.....	46
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	51
ДОДАТКИ.....	57

ВСТУП

Збройні Сили України як військове формування, що забезпечує захист суверенітету, територіальної цілісності і недоторканності держави, має складну і багаторівневу соціально-професійну структуру, яка забезпечується відповідними матеріальними й інтелектуальними ресурсами. Творцями цих ресурсів і їх носіями є людина із закладеними в ній можливостями, на базі яких формуються професійно важливі якості військовослужбовців. Зрозуміло, що можливості, закладені в людині, самі по собі не можуть перетворитися у високі показники бойової готовності військовослужбовця. Їх треба постійно розвивати, оновлювати, вдосконалювати, тобто постійно відтворювати й приводити у відповідність до сучасних вимог. Емоції та воля є одними з центральних тем психологічної науки, вони представляють собою невід'ємну частину психологічного існування та мають велике значення для життєдіяльності людини. Протягом життя особистість постійно стикається з власними переживаннями і різноманітними емоційними феноменами, які обумовлюють її сприйняття внутрішнього та навколишнього світу, впливають на рішення, дії та поведінку індивідууму.

Проблематикою визначення емоційних переживань займалися К. Ізард, Л.М. Веккер, С.В. Федорченко, В.К. Вілюнас, С.Л. Рубінштейн, М.Й. Варій, О.В. Джеджера, С.В. Вишневський, Н.А. Буняк та інші.

Розробляли теорії виникнення та механізму емоцій та волі такі вчені, як Ч. Дарвін, В. Вундт, В. Джемс, Г. Ленгле, У. Кеннон, П. Бард, З. Фройд, І. Вейнбаум, Дж. Дьюї, Е. Клапареда, Л. Фестінгер, С. Шехтер, М. Arnold, R. Lazarus, П.В. Симонов, Barrett L., LeDoux, J., Buck, P. Ekman, Frijda тощо. Фізіологічні аспекти емоцій досліджували І.В. Павлов, О.В. Дашкевич, С.В. Вишневський, Д. Ліндслі, Д. Хебб та інші.

Характеристикою емоційних переживань та волі, їх видами, категоріями та функціями займалися Л. Фейербах, Н.Д. Левитов, С.В. Федорченко, П.В. Симонов, Є.П. Ільїн, К. Ізард, Д. Ліндслі, Ф. Крюгер, А. Веллек, Б.І. Додонов, В. Вундт, В.К. Вілюнас, Дж.С. Мілль, М.О. Журавльова,

Л.М. Лисенко, О.Ю. Бергфельд, Ю.В. Бреус, Н.А. Буняк, Barrett L., Frith, Russell, Carroll, Kitayama, Briner R., Parkinson, Carver, Scheier, Solomon, Lerner J, R. Lazarus тощо.

Аналіз науково-методичної літератури показав, що тема емоційних переживань та волі залишається досить суперечливою, наукова думка використовує ряд термінів, які різні автори розуміють по-різному. Розбіжності у теоретичному погляді на емоційні переживання обумовлюють складнощі розробки емпіричних підходів до дослідження емоцій. Тому отримання додаткових даних дає можливість більше розвинути уявлення про цю частину психічної діяльності.

Таким чином, актуальність проблеми, її науково-практична значущість та недостатність теоретичної та методичної розробленості стали основою для обрання теми нашого дослідження, яке спрямоване на виявлення особливостей емоційних переживань дорослих людей.

Об'єкт дослідження: емоційно-вольова сфера особистості.

Предмет дослідження: особливості емоційно-вольової сфери особистості військовослужбовців.

Гіпотеза дослідження: існують розбіжності між характеристиками емоційно-вольової сфери особистості військовослужбовців та цивільних дорослих людей.

Мета дослідження: виявити та обґрунтувати розбіжності між характеристиками емоційно-вольової сфери особистості військовослужбовців та цивільних дорослих людей.

Завдання дослідження:

- 1) Конкретизувати тему дослідження, вивчити відповідну літературу;
- 2) Виконати теоретико-аналітичне дослідження з проблеми емоційно-вольової сфери особистості;
- 3) Розробити план проведення емпіричного дослідження, обрати методи та методики для виявлення особливостей емоційно-вольової сфери особистості;

- 4) Провести емпіричне дослідження, здійснити порівняльну характеристику, аналіз зв'язків окремих показників та виявити відмінності емоційно-вольової сфери особистості військовослужбовців та цивільних дорослих людей;
- 5) Сформулювати висновки та представити науково-практичний результат.

Методи дослідження: для вирішення поставлених завдань та перевірки гіпотези було використано комплекс взаємодоповнюючих методів, що є адекватними предмету дослідження: теоретичний аналіз з досліджуваної проблеми, емпіричні методи та методики, методи статистичної обробки даних:

- «Диференціальна діагностика депресивних станів» (В. А. Жмурова);
- «Діагностика рівня соціальної фрустрованості», розроблена Л. І. Вассерманом.
- Шкала визначення вольового потенціалу особистості;
- Статистичний U-критерій Манна-Уїтні.

Вибірку досліджуваних склали 32 військовослужбовці та 17 цивільних різних професій віком від 19 до 43 років.

Теоретичне значення дослідження полягає у поглибленні знань щодо аналізу особливостей емоційно-вольової сфери особистості військовослужбовців та цивільних дорослих людей, що дає додаткові дані для подальшого розвитку теоретичних та методологічних інструментів дослідження теми.

Практичне застосування результатів дослідження: результати дослідження можуть бути корисними для військових психологів, психологів-консультантів, а також можуть бути використаними для психологічної просвіти та подальших теоретичних розробок в галузі психології.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку літератури, додатків.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ

1.1 Визначення поняття «емоція», «воля»: теорії та механізми виникнення

Емоції, як внутрішнє явище в людині, цікавлять дослідників вже багато століть. Цей феномен, який неможливо наочно побачити у мікроскоп, мислителі різних періодів вивчали з точки зору філософії, фізіології, поведінки, зовнішніх невербальних проявлень та внутрішніх психічних процесів. Не дивлячись на великий об'єм інформації щодо наукових досягнень у сфері вивчення емоцій, сьогодні ця тема все ще потребує прояснення і на теоретико-методологічному, і на практично-прикладному рівні. Тому що, з одного боку, ми і досі не маємо єдиного підходу чи погляду в цій області дослідження, а з іншого – нам все ще далеко до опанування всього простору для дослідження розбіжностей емоційних проявлень у різних людей.

Коли ми дивимось на роботи різних мислителів та дослідників, то бачимо, що перша складність постає одразу у моменті визначення термінології. Існує купа слів та термінів, які вчені використовують на власний розсуд. Намагаючись дізнатися уявлення науки про феномен «емоції», ми часто стикаємося з додатковими термінами, як то «емоційні переживання», просто «переживання», «почуття» тощо. Хтось з дослідників одні терміни використовує як визначення для інших, хтось ставить їх всіх в один ряд як синоніми, а інші мають спробу пояснити їх як різні феномени.

Наприклад, коли Г.А. Фортунатов (1976) називає емоції конкретними формами «*переживання почуттів*», то розуміння, яке ми можемо отримати щодо феномену емоції, є все ще абсолютно суб'єктивним та філософським. Існує бачення емоції як «*переживання подій та стосунків*». [6, с. 33].

На протипагу баченню емоції як переживання чогось, інші дослідники вважають, що центральним аспектом емоції є *ставлення до чогось*. Це може бути ставлення до того, що пізнається чи робиться, або ставлення до інших чи до себе [6, 10,23, 30]. Таким чином, ми бачимо, що існує цілий кластер

визначень емоцій, які пропонують терміни «переживання», «ставлення», «вираження», «стан», «стосунки», які складаються в різні конструкції [26-30].

Ми розуміємо, що складно підібрати просте і предметне визначення до феномену емоції, яке б мало у собі менше абстрактних синонімічних слів, що призводять до тавтологічного пояснення терміну «емоція». Тому деякі науковці намагаються використовувати влучні метафори. Якщо уявити собі, що окремі емоції-афекти – це звуки, то переживання емоції є мелодією, *«цілісним потоком, скріпленим думкою»* [21, с. 13]. До дуже широкого метафоричного визначення приходить і Ф. Крюгер, коли говорить про емоційні переживання як про *«єдиний носій цілісності»*. Для нього емоції є частинами *«єдиного світовідчуття індивіда»* [13, с. 15]. В.К. Вілюнас бачить емоційні явища відмінними від інших переживань і називає їх *«комплекс-якостями пережитого загального цілого, глобальної цілісності досвіду»* [13, с. 111].

Серед сучасних спроб визначення можна звернутися до Н.А. Буняк, яка говорить про емоції і почуття як про *«психічні процеси», що відображають особистісну значимість та оцінку ситуацій життєдіяльності людини»* [11, с.18]. М.Й. Варій визначає емоцію як *«активну форму переживання», «психічне відображення дійсності»,* а також як *«реакцію індивіда»* на ситуацію [14, с. 66]. О.В. Джеджера пропонує розуміння емоційного переживання як *«психічної форми відображення дійсності», «природної діяльності організму, що сприймає, аналізує та оцінює значення, виявляє сенс предметів і явищ»* [Джеджера О.В, с. 300]. Як переживання, в якому виявляється ставлення до чогось, визначає емоцію С.В. Вишневський [14, с. 22]. За визначенням Barrett L., емоції виражаються в *«афективних почуттях та суб'єктивному тлумаченні психологічної ситуації, які перцептивно класифікуються і переживаються як єдине ціле»*. Мозок постійно сприймає та обробляє інформацію з навколишнього середовища, купу сигналів з боку тіла та знання про об'єкти і ситуації у формі пам'яті. І через це людина отримує *«афективний стан»*, власне цілісне емоційне переживання. Це може прикладом того, що Едельман називав *«теперішнім, що пам'ятається»* [36, с. 386].

Одним з найбільш доступних для дослідження феномену емоцій є бачення цієї теми Карлом Ізардом. У визначенні емоції дослідник звертає увагу на її функціональну сутність, у межах якої емоція «*мотивує, організовує і спрямовує сприйняття, мислення та дії*». Його теорія диференціальних емоцій пропонує визначення емоції як «*складного процесу*», що має три аспекти: «*нейрофізіологічний, нервово-м'язовий та чуттєво-переживальний*» [23, с. 37].

Ч. Дарвін вважав, що емоції розвивались *еволюційним шляхом*, в результаті чого залишилися ті прояви емоційності, що виявилися найбільш адаптивними. В. Вундт говорив про взаємовплив почуттів та уявлень, що мають *асоціативне поєднання* між емоційними відчуттями та зовнішніми проявами. Згідно «*периферичної теорії*» В. Джемса та Г. Ланге, емоції розглядаються як пов'язані прямим шляхом з невербальною фізіологією таким чином, що ця пов'язаність працює як від емоції до міміки, так і в зворотному напрямку [24, с. 46].

Критичне ставлення до прямого зв'язку емоцій та органічної складової викладено в теорії У. Кеннона та П. Барда. Науковці зазначали, що фізіологічні прояви можуть бути подібними, на протипагу дуже різноманітних емоційних аспектів. Досліди з припиненнями фізіологічних сигналів до мозку показали, що на виникнення емоцій це не впливає прямим шляхом [6, с.29].

Треба згадати також *психоаналітичну теорію* З. Фрейда, згідно якої пропонується поняття афекту як «*єдиної збуджуючої сили психічного життя*». Фрейд приділяв увагу негативним афектам, що ініціювали фантазії та бажання. І. Вейнбаум поповнює клас теорій, пов'язаних з фізіологією, своєю *судинною теорією*. За припущенням дослідника рух крові у лицьових м'язах може впливати на зв'язок емоційних переживань з мозковим кровотоком [24, с. 50].

Далі ми маємо клас *фрустраційних теорій* емоцій. Дж. Дьюї вважав, що коли людина стикається з перешкодою, тоді і виникає емоція. Вона є адаптивним сигналом, що проявляє конфлікт між звичкою та ідеальним бажаним. З таким підходом погоджується Е. Клапареда і вбачає як причину виникнення емоції – випадок ускладненої адаптації. Сюди можна віднести

також *теорію когнітивного дисонансу* Л. Фестінгера, яка говорить про розбіжність між очікуваннями та результатами життєдіяльності, що викликає негативні переживання, а також про збіг (і як наслідок позитивні почуття) [24, с. 51].

Наступне покоління емоційних теорій складають *когнітивістські теорії*. С. Шехтер з колегами розробив *когнітивно-фізіологічну теорію*, яка додає до процесу виникнення емоції момент впливу досвіду людини, коли відбувається оцінка ситуації, потреби чи інтересу. Є не просто ситуація-сигнал, що провокує на пряму емоційні переживання, але існує точка впливу на виникнення емоції суб'єктивної оцінки ситуації (когнітивний аспект). М. Арнольд пропонує *пізнавальну теорію*, яка розглядає момент когнітивної оцінки ситуації як миттєву, безпосередньо інтуїтивну автоматичну дію. Дослідниця називає цю оцінку «*чуттєвим судженням*». Р. Лазарус розробив ідею про *пізнавальну детермінацію емоцій*, яка визначає схему створення емоції таким чином: «*сприйняття – первинна оцінка – дослідження – вторинна оцінка – тенденція до дії – емоція*» [24, с. 52].

Цікаве бачення природи емоції пропонує П.В. Симонов у своїй *інформаційній теорії*. Науковець вважає, що причиною виникнення емоцій є нестача інформації, або її надлишок. Існує навіть наступна формула:

$$\text{Емоція} = \text{Потреба} * (\text{Інформація необх.} - \text{Інформація, що має суб'єкт})$$

З цієї формули складно визначити, коли саме з'являються позитивні емоції, а коли негативні, і як само їх сила корелює з об'ємом недостатньої чи надлишкової інформації, але думка цікава [24, с. 54].

Barrett L. та колеги, спираючись на праці Джона Серля, називають переживання емоцій «*психічними подіями*», які можуть бути пояснені обставинами на фізичному рівні. І досі є актуальними такі біхевіористські моделі, які розглядають емоцію як *поведінку* і шукають причини емоційної поведінки (LeDoux 1996, 2000). Емоції також розглядаються як «*тілесні стани*» (James 1890), а також як події у мозкових ланцюгах, активність нейрохімічних систем (Buck 1999; Ekman 1972). Також існують так звані *функціоналістські*

підходи, у межах яких емоції розглядаються як об'єкт оцінки за «причинно-наслідковими зв'язками». Емоція досліджується через психологічні ситуації, що її викликають, та визначається подібними *«поведінковими наслідками»*, або їх комбінацією (Arnold 1960; Frijda 1986; Lazarus 1966, 1991) [50, с. 375].

Дійсно, до цього часу психологічна наука вже отримала різноманіття теорій стосовно механізму емоцій, починаючи від аналізу зв'язку зовнішніх проявів та безпосередньо переживань до розробки системного погляду на емоції, складеного із фізіологічного та психологічного рівня прояву. Сучасні методи дослідження дають можливість побачити, що відбувається в голові людини, та як виглядає анатомія емоцій.

Сьогодні ми вже знаємо, що емоції формуються завдяки діяльності підкоркових нервових центрів – гіпоталамуса, лімбічної системи та ретикулярної формації. Почуття «живуть» у корі великих півкуль. Фізіолог І.В. Павлов досліджував роботу кору головного мозку і показав, що кора регулює процес емоційної активності та контролює події в організмі, ініціює гальмування підкоркових центрів і здійснює керування ними. Таламус, гіпоталамус та лімбічна система впливають на орієнтацію людини у просторі та емоційний настрій [6, с. 21]. Ці погляди І.П. Павлова підтверджуються результатами найновіших нейрофізіологічних досліджень.

На фізіологію емоцій впливає діяльність ендокринної системи. Коли відбувається збудження підкоркових центрів мозку, гіпоталамус після отримання інформації про зміни в тілі чи навколишньому середовищі починає впливати на органи внутрішньої секреції (гіпофіз та надниркові залози). Відбувається вироблення адреналіну, який активує тонус судин та регулює роботу серця, об'єм крові у м'язах, збільшує кількість глюкози у крові, впливає на взаємодію ферментів. Крім адреналіну, є багато інших життєво важливих речовин [18, с. 48]. Інтенсивна емоція викликає напруження, в результаті чого підвищується рівень адреналіну в крові, що в свою чергу піднімає кров'яний тиск, прискорює рух крові по всьому тілу, настають фізіологічні наслідки емоційного переживання [11, с. 20].

Розвиток можливостей фізіологічних досліджень сприяв виникненню вчення про Д. Ліндслі та Д. Хебб про «активаційний підхід» у розкритті емоційних станів. Ретикулярна формація нижньої частини стовбура головного мозку містить у собі особливий «комплекс активації», який регулює емоційні стани. Електроенцефалограма допомагає побачити фізіологічне відображення емоційного переживання у момент порушення зони ретикулярної формації [17, с. 88]. Таким чином, дослідники виявили ревербераційну, скоординовану нейронну активність достатньої інтенсивності та тривалості під час якої людина одночасно сприймає різні сенсорні сигнали про навколишній та внутрішній світ, переживає афект (та навіть цілий конструкт афектів) а також пригадує свій досвід, оцінює поточну ситуацію через свої знання. Цей процес нейронної активності продукує єдиний свідомий зміст [50, с. 387].

Підсумовуючи викладене, ми можемо зробити висновок, що явище емоцій та переживань розглядаються в психологічній науці з різних боків, має багато варіантів визначень, різні варіанти теоретичних уявлень про механізми виникнення емоцій та стає все більш доступним для дослідження завдяки сучасним лабораторіям, де за допомогою спеціального обладнання відбувається спостереження за подіями в середині живого організму.

1.2 Характеристика емоційних переживань, їх категорії, види та функції

Задовго до періоду наукового вивчення емоцій люди розрізняли свої почуття та дали назву різним станам своїх емоцій. Чим саме відрізняється радість, гнів та сум, досить подібно відчують представники різних етнічних груп, з різними мовами та культурою. Ще Платон розподіляв емоції на «нижчі» (більш природні, тілесні) та «вищі» (спричинені діяльністю розуму). Б. Спіноза підкреслював, що емоції детермінуються зовнішнім різноманіттям та властивостями особистості. Л. Фейєрбах бачив значущу роль емоцій у справжньому пізнавальному процесі [49, с. 46].

Згідно наукової думки, у загальному порядку найпростіше поділити емоції на умовно «позитивні» та «негативні». Так званий «знак емоції»

демонструє, наскільки емоційний стан є приємним або неприємним людині. Таке поділення емоцій умовно, тому що одна і та ж сама емоція може бути «*позитивною*» або «*негативною*» в залежності від того, наскільки вона допомагає чи заважає адаптації людини до життєвих умов [47, с. 16]. Але Н.Д. Левитов зазначає, що представлена категоризація є надто спрощеною, тому пропонує ввести ще категорію «*середніх, індиферентних*» станів, які не мають вираженого відчуття для людини. П.В. Симонов звертає увагу, що ми можемо переживати і «*змішані*» емоції, коли людина одночасно отримує різні враження від реальності. Наприклад, під час екстремальних видів спорту і розваг людина переживає і страх, і радість, і подив; а перегляд матчу з улюбленою командою може викликати одночасно гнів, радість та інші емоції [24, с. 12].

Крім знаку «приємності-неприємності», емоції можуть проявляти різний вплив на стан суб'єкту, стимулюючи людину на активність, або навпаки – створюючи умови до уповільнення [47, с. 16]. К. Ізард розглядає емоції за характеристиками «*стійкість-мінливість*» та «*вродженість-набутість*». Таким чином, людина іноді відчуває короткотривалі емоційні стани, а часом і достатньо тривалі, що може відбуватися через зовнішні умови, або фізичні внутрішні процеси (наприклад, гормональні зміни). Під «*вродженими*» емоціями вважаються базові фундаментальні емоції, які можна побачити у бідь-якої дитини, незалежно від країни походження. Кожна дитина точно вміє відчувати страх, радість, подив та інші базові почуття. «*Набуті*» емоції – це продукт соціокультурного середовища та індивідуального життєвого досвіду людини. Наприклад одна і та ж сама емоція гніву може відчуватися та проявлятися зовні різними людьми по-різному [Ізард, с. 15]. Треба сказати, що така категоризація досить умовна, і її можуть не поділяти інші дослідники. За часом впливу на людину, крім швидкоплинних та тривалих емоцій, виділяють ще «*хронічні*», «*оперативні*», «*поточні*» і т.д. Назви можуть бути різними, а змістовно мова йде про різні терміни дії емоції [23, с. 12].

Д. Ліндслі здійснив класифікацію емоцій за показником глибини та інтенсивності, запропонувавши так званий *«лінійний підхід»*, де емоції розташовані в ряду від *«низькоінтенсивних»* до *«високоінтенсивних»*. А. Шопенгауер змальовував особливу роль уяви для *«передчуття насолоди»*, яка істотно підвищує рівень інтенсивності емоцій. Ф. Крюгер розрізняв поняття *«інтенсивності»* емоції та її *«глибини»* як такі, що не є тотожними. Людина може переживати сильну, але поверхневу емоцію, яка забудеться на наступний день. Одночасно з тим, в неї можуть бути емоційні переживання невисокої інтенсивності, але настільки глибокі, що обумовлюють загальний рівень благополуччя у житті. А. Веллек взагалі вважає, що *«інтенсивність»* і *«глибина»* емоції – це антагоністичні поняття [24, с. 13].

Таким чином, дослідники розробили декілька видів категорій та характеристик відносно загальної сукупності емоцій, які розрізняються за знаком впливу на людину, тривалістю, стійкістю, інтенсивністю, ступенем глибини, часом формування тощо. Крім цього, важливо ще окреслити функціональну сторону емоційних переживань.

Емоції допомагають нам орієнтуватися у зовнішньому світі, а також адаптувати свій внутрішній емоційний стан відносно постійно змінюваних умов. Б.І. Додонов зазначає, що якщо навіть тварини потребують певних емоцій для існування, то людям тим більше важливо мати *«складно-структуровані, особистісно-значущі переживання»* [21, с. 77]. Цікаву думку висловлює В. Вундт щодо *«синтезуючої»* ролі емоцій. Ми сприймаємо постійно велику кількість сигналів та подразників, отримуємо перцептивні та інтроцептивні враження, але наше сприйняття цілісне завдяки емоційним переживаннями, що виступають *«синтезуючою основою образу»* для цілісного відображення дійсності [13, с. 14]. В.К. Вілюнас називає емоційні явища *«домінантними»*, такими, що заповнюють собою всі інші аспекти переживання (думки, фокус уваги, контакт із зовнішнім). Науковець зазначає, що емоційна складова завдає всьому психічному життю *«провідний порядок»* [13, с. 114]. Природа обов'язково всьому має призначення. Також і емоції допомагають

організовувати людині свою поведінку. За словами Дж.С. Мілль, людина має «*прагнути до досягнення цілей, які породжують емоцію задоволення*» (а не прагнути задоволення самого по собі) [24, с. 34]. Наукова думка виділяє ще такі функції емоцій: «*захисна*», «*мобілізує*», «*санкціонує*», «*компенсаторна*», «*сигнальна*», «*підкріплює*» [47, с. 6]

Один з найбільш систематизованих та доступних для розуміння поглядів на емоції має Карл Ізард. За його словами, «*емоція переживається як почуття (feeling), що мотивує, організовує та спрямовує сприйняття, мислення дії*». Він робив акцент на керуючій ролі емоції, що спрямовую розумову та фізичну активність людини. Емоція виступає своєрідним фільтром, для того, щоб наше сприйняття було оптимальним. Людина не може одночасно сприймати і аналізувати весь об'єм різноманіття зовнішнього навколишнього. Тому емоційне переживання організовує вибірковість та цілеспрямованість усвідомленої уваги, модифікуючи сенсорну інформацію [23, с. 63]. К. Ізард виділяє емоції, що сприяють психологічній ентропії, роблять людину розгубленою, непередбачуваною, а також емоції, що навпаки обумовлюють стабільну конструктивну поведінку [23, с. 18]. Дослідник виявляє зв'язок між почуттям та думкою, коли емоція виникає як відповідь на ментальний образ чи думку. Цей зв'язок він називає «*афективно-когнітивною структурою*» (АКС). Конкретні проявлення АКС можуть бути у формі цінностей, мети чи ідеалу, а структурована схема із таких АКС – простором цілого світогляду [23, с. 12].

Згідно «*теорії диференціальних емоцій*» (ТДЕ) К. Ізарда, емоції формують базові структури свідомості, де афекти можуть існувати незалежно від когніцій, але когнітивні процеси мають важливу роль в активації емоцій. За словами вченого, вибірковість сприймально-когнітивних процесів зумовлена емоцією *інтересу*, яка найчастіше представлена в комплексі АКС людини. ТДЕ постулює можливість диференційованого дослідження базових емоцій, незмінність первинної якості емоційних переживань, постійну взаємодію емоцій та сприйняття, її вплив на свідомість, мислення та поведінку [29, с. 78].

За Л.С. Виготським, «*будь-яка ідея містить у собі в переробленому вигляді афектне ставлення людини до дійсності, яка відображена в цій ідеї*» [14, с.54].

До фундаментальних емоцій згідно ТДЕ відносять:

- *Інтерес*, що мотивує людину, спонукає до дії;
- *Радість*, яка виникає як сигнал, коли потреба задовольняється;
- *Подив*, що активізує сприймання у разі неочікуваних подій;
- *Гнів*, який виникає як інструмент захисту при загрозі;
- *Сум*, важливий для підтримки соціальних зв'язків;
- *Презирство*, яке також є важливим елементом взаємодії у складному соціальному житті;
- *Страх*, який безперечно допомагає зберегти здоров'я та життя;
- *Огида*, що забезпечує утримання від контактування з потенційно небезпечними елементами довкілля;
- *Сором та Провину* ТДЕ також відносить до базових емоцій, хоча вони є більш «молодими» порівняно з іншими фундаментальними емоціями; сором і провина являють собою інструменти оптимізації взаємодії у соціальних групах для найбільш успішного виживання самої групи [6, с. 45].

Як ми бачимо, кожна емоція (навіть умовно неприємна або часто соціально неприйнятна) є дуже важливою для виживання окремої людини і соціальної групи в цілому. Кожна пережита емоція в межах конкретної життєвої ситуації стає частиною важливого досвіду людини. Пам'ять дійсно складається саме з тих моментів, які були пережиті у стані більш насичених переживань. М.О. Журавльова говорить про «*емоційний досвід*», що обумовлює індивідуальне ставлення людини до себе та інших, і характер суб'єктивного відображення дійсності у свідомості індивідууму [22, с.59]. Емоційний досвід у кожної людини створює дуже суб'єктивне бачення теперішнього та майбутнього, навіть коли люди знаходяться в практично однакових зовнішніх умовах [31, с.18]. О.Ю Бергфельд визначає емоційний досвід як «*інтегральне психічне утворення*». Вчений зазначає, що людина має актуальні емоції не

тільки стосовно реальних подій теперішнього та минулого, але і стосовно варіантів майбутнього, які можуть здаватися людині найбільш вірогідними [4, с.43]. Емоційний досвід виступає своєрідними «емоційними знаннями», що людина засвоює протягом життя, які обумовлюють сьгоднішні почуття, стосунки та взаємодію з іншими [5, с.16]. Кожного разу людина ніби знаходиться в складній багатомодельній симуляції, яка відновлює у пам'яті схожі на актуальний момент епізоди, пережиті в минулому, і така «концептуальна репрезентація» взаємодіє з поточним сприйняттям афекту-ситуації, що викликає переживання емоцій [50, с. 386].

Ці терміни, як то «емоційний досвід», «інтегральне психічне утворення», «емоційні знання», «концептуальна репрезентація», мають схоже значення. Західні дослідники говорять ще про «ментальної репрезентації», маючи на увазі під цим терміном усвідомлений комплекс почуттів, які людина здатна вербально повідомити (Frith et al., 1999), наприклад, за допомогою самозвітів. Ці почуття можуть стосуватися минулого, майбутнього, уявного, а також поточного, згідно чого людина щось переживає прямо зараз [50, с. 377]. При дослідженні «ментальних репрезентацій» було виявлено основні категорії «ядра афекту», як то стан задоволення або незадоволення, користі або шкоди, заохочування або загрози, такий, що спонукає до прийняття або відкидання (Barret, 2006; Russell, 2003). Але найбільш чіткі дані мають стосовно розподілення «ментальних репрезентацій» на стан задоволення або незадоволення. Тому що людям не складно усвідомити та зазначити свої приємні та неприємні почуття у самозвітах (Barrett & Russell, 1998; Carroll et al., 1999; Kitayama et al. 2000) [50, с. 378]

Briner R. зазначає, що емоції є центральною темою сфери загального благополуччя. Емоційні переживання грають важливу роль у соціальній взаємодії. Parkinson звертає увагу, що через емоції ми повідомляємо один одному інформацію про свої проблеми та потреби (Parkinson, 1996). Є бачення, що процес досягнення цілей має свою роль у формуванні емоцій (Carver and Scheier, 1990), коли індивідууми суб'єктивно оцінюють події та ситуації у

зв'язку зі своїми цілями, а потім через когнітивну оцінку у них формується емоція. Дослідники говорять, що різні люди мають індивідуальну схильність переживати позитивні або негативні емоції, і це також відіграє свою роль у переживанні емоцій [52, с.5]. Така схильність виражається у питанні навмисного фокусування та інтерпретації таким чином, що людина конструює суб'єктивний концепт-розуміння щодо події, і це може як наслідок бути аспектом вразливості до розладів настрою. Концептуалізація афекту формується в особливу навичку, і такі «концептуальні знання» про емоції виступають часткою механізму емоційного інтелекту. Психотерапія, орієнтована на зцілення емоцій, працює саме з «концептуальними знаннями» людини [50, с. 389].

Цікаво, що серед західних дослідників панує негативний погляд на роль емоцій, як на аспекти, що можуть заважати ефективно діяти і досягати цілей. Але все ж таки окремі вчені визнають, що емоція може бути корисним орієнтиром. Девід Юм зауважив, що *«розум є і повинен бути лише рабом пристрастей, і ніколи не може претендувати на будь-яку іншу посаду, окрім як служити і підкорятися їм»*. І дійсно, гнів, наприклад, може допомогти адекватно зреагувати на несправедливість (Solomon, 1993), а така складна емоція як *«очікування каяття»* (або потенційне розчарування) забезпечує уникання від невиправданого ризику (Loomes & Sugden, 1982). Переконливі наукові докази цього дослідники отримали при аналізі здатності людей з травмою вентромедіальної префронтальної кори (vmPFC) до відчуття емоцій (Bechara et al 1999, Damasio, 1994). Зона vmPFC є ключовою для інтеграції емоцій та пізнання. Внаслідок травми цієї зони люди втрачають навичку приймати оптимальні рішення, що неможливо пояснити якимись когнітивними змінами. Знову і знову учасники експерименту з травмами vmPFC обирають більш ризикований варіант у фінансовій симуляції, навіть до точки банкрутства, незважаючи на логічне розуміння програшності свого вибору. Це відбувається тому, що люди нажалі не відчувають страху перед високими ризиками [54, с. 6].

Таким чином, психологічна наука приходять до висновку необхідності емоцій для життєдіяльності людини. Емоції здійснюють координацію між різними рівнями реагування (фізіологія, поведінка, когніції, комунікація); емоції мотивують до дії, створюючи можливість для найбільш адаптивної реакції; емоційні переживання забезпечують універсальні реакції, завдяки попередньому досвіду, що економить об'єми когнітивної обробки. Лазарус стверджував, що кожна емоція пов'язана з «ядром-відношенням», оцінкою ситуації, яка покликана визначити ступіть користі чи шкоди [54, с. 10].

З одного боку, емоції важливі для соціальної взаємодії, але, разом з тим, ми знаємо, що іноді емоційні переживання ускладнюють соціальний контакт. Психологи зауважують, що важливим компонентом розвитку адаптивних можливостей є здатність людини регулювати свої емоції. Якщо людина вміє витримувати одночасно позитивні та негативні емоційні стани, це допомагає їй краще взаємодіяти в соціумі (Carstensen, Pasupathi, Mayr, & Nesselroade, 2000; Sims, Hogan, & Carstensen, 2015) [51, с.3]. Дослідження показали, що здатність до емоційної стабільності підвищується протягом життя. Літні люди частіше стикаються з викликами, де вони змушені одночасно переживати протилежні почуття. Вважається, що така здатність витримувати різні емоції допомагає більш стійко переживати стреси (Hershfield, Scheibe, Sims, & Carstensen, 2013; Larsen & McGraw, 2011; Scott et al., 2014) [51, с.4]. Диференційне регулювання емоцій – ключовий компонент емоційного здоров'я.

Згідно вищенаведеного, ми можемо сказати, що емоції мають дійсно важливе значення у житті людини. Вони допомагають адаптуватися до дійсності, роблять сприйняття навколишнього середовища доступним та ефективним, обумовлюють та спрощують соціальну взаємодію. Вчені розробили різні способи класифікації емоцій за різними ознаками (тривалість, інтенсивність, стійкість, глибина тощо), намагалися досліджувати механізми емоційного переживання з позиції цілісного підходу («емоційний досвід», «концептуальна репрезентація», «емоційні знання», «інтегральне психічне утворення» тощо), а також є напрямки диференційованого вивчення окремих

компонентів емоційного переживання (найбільш успішні результати є про виявлення загального «задоволення» або «незадоволення»).

Нам близька концепція Карла Ізарда та його теорія диференційних емоцій, тому що його підхід до дослідження емоцій дає більше доступу до вивчення емоційних переживань людини через визначення рівня конкретних базових емоцій. У практичній частині нашої роботи ми застосовуємо методикку К. Ізарда, щоб отримати достатні дані про емоційні переживання наших досліджуваних.

Висновки до першого розділу

У сучасній психології емоції і воля розглядаються як *психічні процеси*, що відображають особистісну значимість та *оцінку ситуацій* життєдіяльності людини», як *«активну форму психічного відображення дійсності»*, а також як *«реакцію індивіда»* на ситуацію. За визначенням Barrett L., емоції виражаються в *«афективних почуттях та суб'єктивному тлумаченні психологічної ситуації, які перцептивно класифікуються і переживаються як єдине ціле»*.

Мозок постійно сприймає та обробляє інформацію з навколишнього середовища, купу сигналів з боку тіла та знання про об'єкти і ситуації у формі пам'яті. І через це людина отримує *«афективний стан»*, власне цілісне емоційне переживання. На фізіологію емоцій впливає діяльність ендокринної системи. Коли відбувається збудження підкоркових центрів мозку, гіпоталамус після отримання інформації про зміни в тілі чи навколишньому середовищі починає впливати на органи внутрішньої секреції (гіпофіз та надниркові залози). Відбувається вироблення адреналіну, який активує тонус судин та регулює роботу серця, об'єм крові у м'язах, збільшує кількість глюкози у крові, впливає на взаємодію ферментів. Крім адреналіну, є багато інших життєво важливих речовин. Інтенсивна емоція викликає напруження, в результаті чого підвищується рівень адреналіну в крові, що в свою чергу піднімає кров'яний тиск, прискорює рух крові по всьому тілу, наступають фізіологічні наслідки емоційного переживання.

Розвиток можливостей фізіологічних досліджень сприяв виникненню вчення про Д. Ліндслі та Д. Хебб про «активаційний підхід» у розкритті емоційних станів. Ретикулярна формація нижньої частини стовбура головного мозку містить у собі особливий «комплекс активації», який регулює емоційні стани. Електроенцефалограма допомагає побачити фізіологічне відображення емоційного переживання у момент порушення зони ретикулярної формації. Таким чином, дослідники виявили ревербераційну, скоординовану нейронну активність достатньої інтенсивності та тривалості під час якої людина одночасно сприймає різні сенсорні сигнали про навколишній та внутрішній світ, переживає афект (та навіть цілий конструкт афектів) а також пригадує свій досвід, оцінює поточну ситуацію через свої знання. Цей процес нейронної активності продукує єдиний свідомий зміст.

Емоції та воля допомагають особистості орієнтуватися у зовнішньому світі, а також адаптувати свій внутрішній емоційний стан відносно постійно змінюваних умов.

РОЗДІЛ II. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

2.1. Психологічні особливості особистості військовослужбовців

Професійні вимоги до особистості військовослужбовця обумовлені ключовою особливістю сучасного світу прагненням зберегти безпеку людини та суспільства.

У науковій літературі описані так звані «ризики» професії, пов'язані з виконанням безпосередніх службових обов'язків. Зокрема, мова йде про високу вірогідність отримання поранення або травми. Особливо слід відмітити високий ризик отримання психотравми, пов'язаної з перебуванням людини в умовах, потенційно небезпечних для її життя та здоров'я. Військовослужбовці за родом своєї професійної діяльності змушені активно діяти та приймати рішення в умовах обмеженого часу та інформації. Необхідність знаходження тривалий час в малопридатних для життєдіяльності людини побутових умовах є ще одним з істотних ризиків військовослужбовця, пов'язаного з виконанням безпосередніх службових обов'язків.

Професійна діяльність військовослужбовця відбувається традиційно на відкритому просторі, що обумовлює особливі вимоги до витривалості організму в цілому, серцево-судинної системи та зорового аналізатора, також науковці називають серед психофізичних якостей, важливих для успішної професійної діяльності військовослужбовця, - стійкість до гіпоксії, перевантаження, впливу холоду.

Професійно важлива якість особистості - це такі властивості та характеристики людини які забезпечують досягнення поставлених професійних цілей та можливість максимально оптимального виконання поставлених професійних завдань.

Дослідження, проведене групою науковців [40, 46, 48, 50] показало, що військовослужбовці-курсанти переживають різні види втоми - серед них найбільше - нервово-психічна (82% та фізична 67%).

Військові науковці провели значну кількість досліджень фізичної підготовленості військовослужбовців різних військових спеціальностей. Так, професор Г. А. Єдинак зі співавторами [48] вивчав фактори змін у фізичній підготовці курсантів протягом навчання у військовому закладі, М. В. Кузнецов [49] досліджував критерії відбору та специфіку фізичної підготовки воїнів Сил Спеціальних Операцій; О. Д. Гусак свої дослідження присвятив проблемі психофізичної готовності військовослужбовців аеромобільних підрозділів [3]. О. М. Ольховий [46], К. В. Пронтенко [50] вивчали фізичний та функціональний стан військовослужбовців операторів; Ю. А. Бородін [39], В. М. Романчук [19] – фізичну підготовленість курсантів військових ВНЗ інженерно-операторського профілю; В. В. Паевский [43], О. О. Шевченко [50] – організацію системи фізичної підготовки підрозділів Протиповітряної оборони. С. В. Романчук [20], А. М. Одеров [9] вивчали рухову активність та експрес-контроль фізичної підготовленості військовослужбовців механізованих підрозділів Сухопутних військ Збройних Сил України та іноземних армій, О. М. Недашківський [7] – удосконалення змісту фізичної підготовки військово-службовців артилерійських підрозділів. Питанням фізичної підготовки як засобу завчасної адаптації військовослужбовців миротворчого контингенту до дій в незвичних умовах служби спрямував свої дослідження дослідник С. С. Федак [21], а І. С. Овчарук [8] досліджував особливості фізичної підготовки співробітників служби безпеки України та спеціалістів з ліквідації надзвичайних ситуацій до дій у бойових умовах. Взаємозалежність професійної і фізичної підготовки військовослужбовців різних військових спеціальностей досліджував науковець О. Петрачков [15]. Всі ці дослідження допомогли певною мірою уявити характер і особливості фізичної підготовки багатьох військових спеціалістів (фахівців). Але серед проведених досліджень бракує досліджень особливостей фізичної підготовки військових спеціалістів інженерних підрозділів Збройних Сил України. Проблемі професійно важливих якостей, якими повинні володіти випускники цивільних вищих навчальних закладів інженерного профілю

присвячені роботи М. Т. Громкової [2], Г. В. Пономарєва [16], Р. Т. Раєвського [18] та ін. Їх роботи розкривають проблеми фізичної підготовки представників конкретних технічних спеціальностей (механіки, трактористи, агрономи тощо). Але проблема фізичної підготовленості курсантів, які готуються до служби за контрактом у різних видах Збройних Сил України, у тому числі й у спеціальних підрозділах інженерних військ і тилу ще недостатньо досліджена і не втрачає своєї актуальності. Практично не досліджувались питання умов праці військових спеціалістів інженерного профілю та розвитку необхідних їм психофізичних якостей. Дослідження особливостей фізичних навантажень спеціалістів інженерних підрозділів започаткував Я. Панкевич [12–14]. Підводячи підсумки дослідженню треба зауважити, що результати опитування у багатьох випадках дещо відрізняються від аналогічного дослідження студентів – майбутніх цивільних інженерів-механіків [22]. Однією з основних причин вважаємо те, що в курсантів – майбутніх офіцерів інженерного профілю, більш широка і різноманітна сфера професійної діяльності і вони отримали вже певний практичний досвід такої діяльності під час тривалих польових виходів, де відпрацьовувались практичні завдання обраної професії.

Викладені у статті Городянської основні напрями відтворення професійно важливих, професійно-психологічних якостей військовослужбовця є відтворення на сучасному військово-науковому рівні його особистих та ділових якостей, які складають базу інтелектуальних ресурсів ЗСУ. Разом з тим, має здійснюватись відповідне оцінювання рівня відтворення інтелектуального потенціалу військовослужбовця. Чинна система оцінювання у формі державної атестації визначає відповідність рівня підготовки фахівця вимогам кваліфікаційної характеристики і не повною мірою дозволяє визначити рівень відтворення його практичного інтелектуального потенціалу, тобто створену «додану інтелектуальну вартість» фахівця. Тому пропонуються взяти за базову оцінку рівень відповідності дійсних професійних якостей військовослужбовця вимогам до

займаної військової посади, як це реалізується під час професійно-психологічного відбору у ЗСУ [13]. Оцінювання морально-психологічного забезпечення особового складу Збройних Сил України пропонується здійснювати за такими критеріями:

- моральна налаштованість (духовна, національно-патріотична);
- емоційно-вольова якість;
- мотиваційна готовність;
- функціональна готовність;
- фахова здатність.

Професійно важливі якості військовослужбовців за визначеними критеріями доцільно оцінювати з врахуванням чотирьох рівнів таких як: оптимальний; задовільний; незадовільний; критичний. Необхідно також врахувати об'єктивні та суб'єктивні чинники, які впливають на морально-психологічне забезпечення особового складу Збройних Сил України. Незважаючи на актуальність цього напрямку на даний час відсутні системні та фундаментальні дослідження із відтворення інтелектуального потенціалу, критеріїв та методики оцінювання загального рівня інтелектуальних ресурсів ЗСУ, що вимагає подальшої наукової роботи. Отже, деталізовано структуру, визначено напрями та обґрунтовано критерії відтворення професійно важливих морально-психологічних якостей військовослужбовців. Основними професійно важливими якостями кожного військовослужбовця є особисті, зокрема спадкові та набуті в процесі підготовки такі як ділові якості. Вони складають базу інтелектуальних ресурсів ЗСУ, що можуть відтворюватися. Ділові якості разом з професійно важливими критеріями відтворення морально-психологічних якостей військовослужбовців можуть бути покладені в основу побудови моделі відтворення інтелектуального потенціалу військовослужбовців та методики оцінювання загального рівня інтелектуальних ресурсів ЗСУ.

Отже, виходячи з вищенаведеного, особистість військовослужбовця має характерні особливості, пов'язані з виконанням специфічних професійних

функцій: 1) необхідність дотримання дисципліни та суворе дотримання службової ієрархії при виконанні службових обов'язків: військові повинні підкорятися наказам і дотримуватись встановлених правил. Тому досить парадоксальним є важливість досить високого рівня вольової регуляції поведінки (у поєднанні з професійно-важливим умінням активно та відповідально приймати власні рішення на полі бою) та мати і проявляти лідерські якості: вміння вести за собою, приймати рішення в критичних ситуаціях.

Відповідальність є невід'ємною професійно-важливою якістю військовослужбовців, що передбачає уміння усвідомлювати наслідки своїх дій, що особливо важливо в стресових ситуаціях.

Тім-спірит (командний дух): військовослужбовці успішніше виконують поставлені бойові задачі, якщо уміють працювати в командах.

Стресостійкість – ще одна професійно-важлива риса особистості військовослужбовця: здатність витримувати психологічні та фізичні навантаження, не втрачаючи боєздатності.

Вірність клятві та обов'язку: готовність служити своїй країні, захищати її інтереси. Досить дискусійними є вимоги до поведіння військовослужбовця при перебування в полоні, але у даному магістерському дослідженні це питання не включено в перелік завдань.

Здатність гнучко реагувати та підготовленість до змін: військові тренуються адаптуватися до нових умов і непередбачуваних ситуацій.

Ці особливості формуються в процесі навчання та служби, впливають на особисте та професійне життя військовослужбовців.

2.2. Особливості емоційно-вольової сфери особистості військових

Ситуація, що склалась в країні і яка пов'язана з військовими діями, дає можливість дослідити емоційно-вольову сферу військовослужбовців та

учасників бойових дій на Сході України. Загрозливий стан здоров'ю та життю, зміна бойової обстановки, важкі навантаження, що переходять межу людських можливостей, втрата своїх побратимів, жорстока розправа над ворогом – все це впливає на психічне здоров'я військових та учасників антитерористичної операції [50]. Діяльність в екстремальних ситуаціях потребує високого рівня відповідальності та емоційно-вольової стійкості [10]. Вивченням емоційно-вольової сфери військових та учасників бойових дій займалися такі вчені як І. В. Воробйова, О. С. Колесніченко, І. І. Ліпатов, І. І. Приходько, О. В. Тімченко. Воля особистості досягає своєї мети, не дивлячись на труднощі. Перехід від емоцій до вчинків забезпечує саме вольова якість. Тому саме мислення та емоції пов'язують військового та учасника бойових дій з волею. Саме коли воїн усвідомлює мету своєї діяльності він робить правильний вибір.

Перше дослідження волі було проведено Ф. К. Дондерсом, який розглядав волю як перебіг простих і складних дій, використовуючи метод реакції. Основні якості учасників військової операції, які можна віднести до волі це – прийняття рішень, витримка, принциповість, аналіз виконаної дії, до якої відноситься ініціативність, цілеспрямованість, організованість, рішучість, мужність, стійкість, сміливість та хоробрість. Витримка допомагає військовим обійти дії, які можуть перешкоди досягти бажаних результатів та допомагає гальмувати небажані дії. Основним компонентом прийняття важливого рішення є вольове зусилля. Якщо командир починає наказувати, то це призводить до порушення нервових процесів, що призводить до низької рефлексивності. Тому, щоб покращити управління своєю групою, підлеглому допомагають зробити вибір у прийнятті рішень. Тому саме прийняття рішень є невід'ємною частиною вольової якості у військовій частині [31]. Виробка плану дій також являється важливим компонентом у зоні бойових дій для військових. Адже, щоб досягти мети потрібно планувати кожний свій вчинок. Аби виховати волю у своїх підлеглих офіцер пропонує скласти їм план дій, щоб досягти поставлених цілей. Рішучість допомагає воїну йти до поставленої цілі, не зважаючи на попередні невдачі та на можливі перешкоди. Дисципліна – вимога

до кожного солдата, адже кожен підлеглий повинен навчитися слідувати поставленим нормам і правилам, що є необхідною умовою у зоні бойових дій [28]. Сміливість необхідна воїну, адже у разі нападу солдат не лише повинен вміти протистояти своєму ворогові, але й залишити у біді товариша, адже взаємодопомога є важливою аби допомогти зберегти життя своєму побратимові. Саме ця риса, на думку М. П. Феофанова проявляється в таких вчинках як відвага та героїзм. Хоробрість допомагає військовому та учаснику бойових операцій виконувати завдання потенційно небезпечні для здоров'я і життя. Мужність допомагає гордо дивитися в очі небезпеці, що, в свою чергу, як і стійкість проявляється лише у боротьбі з важкими ситуаціями. Для стійкості також характерна фізична та моральна витримка. Але для того аби мужньо і3 подолати екстремальну ситуацію необхідним є вміння володіти особистими ресурсами [47]. Витривалість – це психологічний конструкт, що допомагає особистості боротися з тими стресовими подіями, які трапляються у її житті [39; 42; 44]. Витривалість являє собою психічний стан для якого характерна стійкість та бажання працювати в різних стресових ситуаціях [42]. Саме витривалість являється особистим ресурсом і є системою переконань у стосунках із зовнішнім світом [44]. Ця властивість дає можливість не лише покращувати свої розумові здібності, але й дає можливість особистісно розвиватися, долаючи труднощі [41]. «Зобов'язання», «контроль» і «виклик» – основні компоненти, які входять до структури витривалості [43]. Ці компоненти сприяють внутрішній мотивації та створюють власне відчуття мети [41]. Вони містять такі цінності як довіра та креативність. Тому важливість всіх компонентів є неоціненною для збереження психічного здоров'я: а) вміння йти на ризик або бути психологічно підготовленим до ризикованих і стресових ситуацій; б) діяти в бойових (екстремальних) умовах [43; 46]. Для аналізу виконаних дій характерне оцінювання своїх позитивних та негативних дій, розвиток сили духу і досягнення таких вольових якостей як організованість та ініціативність. Організованість допомагає людині керувати тим, що вона раніше набула у процесі певної діяльності. Ініціатива допомагає знайти певні

нестандартні та дієві рішення у процесі діяльності. Визначаючи психологічну готовність кожного з військовослужбовців до ризикованих ситуацій, також підвищує їх професійні та психологічні навички участі у бойових операціях на Сході України [40]. За дослідженнями Олексієнка, Тулубко та Костицького психологічна підготовка осіб залежить лише від їх психологічної готовності до бойових дій [44]. Для визначення якісних та кількісних характеристик психологічної готовності військових до ризикованих 14 ситуацій використовується семантичний, диференціальний метод [40]. Такі дослідники як Бартон показали, що від згуртованості та взаєморозуміння колективу залежить хороша комунікація, яка є необхідною у роботі з військовими, які перебувають у ризикованих ситуаціях [43]. Для формування волі у військовослужбовців та учасників бойових операцій на Сході України необхідно: – самовиховання – тобто допомогти особі пізнати себе; – виховувати вольові якості у колективу; – сприяти досвіду вольової поведінки; – для виховання стійкої волі створити умови, які були би небезпечні для особистості. Воля допомагає військовослужбовцю сформувати такі якості як кмітливість, винахідливість, вміння протистояти своїм страхам та формування мотивації. Отже, воля формується шляхом виховання себе та своїх якостей. Важливим також є розвиток у військовослужбовця адекватної самооцінки та розкриття потенціалу для майбутнього, досягнення поставлених цілей. Окрім волі, що є важливою психічною складовою, емоція відображає дійсність навколишнього світу. Емоція на відміну від інших почуттів відображає дійсність, яка відбувається у реальному світі. Знаходячись у зоні бойових дій воїн по різному може сприймати ситуації, які його оточують. Так, наприклад, ситуації перегляду фільму викликає задоволення та позитивні емоції у воїна, а ось постріли, смерть товариша викликають страх, тривогу, паніку, що являється суб'єктивним поглядом особистості на навколишні подразники. Особлива увага приділялася саме емоційному аспекту діяльності військовослужбовців та учасників бойових дій у наукових працях С. Яковенка, М. Корольчука, В. Лефтерова, С. Миронця, В. Моляко, Є. Потапчука, В. Осьодло, О. Бойка, А.

Романишина, О. Сафіна, Г. Ложкіна О. Тімченка, М. Томчука, С. Миронця та ін. Емоції являють собою психічне відображення реакції на певну дію або явище ззовні. С. Л. Рубінштейн зробив висновок на основі якого вважав, що емоції активізують лише всі системи організму, а мобілізація вибірки здійснюється завдяки вольової регуляції, що називається механізмом регуляції активності [39]. Згодом різні аспекти цієї проблеми досліджувалися такими вченими як О. В. Биков, Т. І. Шульга, Є.К. Феценко та ін. (вікові особливості вольової регуляції); механізми вольових зусиль досліджували В. К. Калін, В. А. Іванніков, В. І. Селиванов, Н. М. Будрейко, Н. Г. Макарова та ін. (прояви вольових якостей у чоловіків та жінок); окремими якостями волі займалися О. Б. Бараш, М. Н. Ільїна, В. М. Прядейн та інші вчені [22; 67]. Оскільки існують три компоненти емоційного стану до яких відноситься: емоційне збудження, знак емоції та контроль над емоціями. Доречним було би розглянути саме емоційне збудження, яке більш всього характеризує особистість військовослужбовця [38].

Отже, характеристики (особливості) емоційно-вольової сфери особистості допомагають військовослужбовцям ефективно виконувати свої обов'язки та підтримувати команду в найскладніших обставинах та проявляються: у необхідності розвивати *уміння контролю емоцій*, що є однією з найважливіших умов прийняття зважених та ефективних рішень у стресових ситуаціях. Цілком закономірно, що *стресостійкість як уміння справлятися зі стресом*, зберігати спокій і концентрацію під тиском є однією з істотних особливостей емоційно-вольової сфери військовослужбовця. Те ж відоситься і щодо толерантності до ризику: готовність приймати ризиковані рішення, які можуть вплинути на безпеку і виконання завдань як позитивно, так і негативно – тому емоційний самоконтроль та стресостійкість військовослужбовців є визначальними для успішного виконання поставлених завдань.

Здатність долати труднощі та продовжувати боротьбу навіть в умовах виснаження забезпечується належним рівнем розвитку вольових якостей, як і

рішучість, що проявляється в здатності швидко приймати рішення та діяти відповідно до обставин.

Емпатія – комплексне поняття, яке має зв'язок не тільки з емоційною, але й з когнітивною сферою особистості та забезпечує розуміння почуттів і потреб побратимів, що сприяє зміцненню командного духу.

Нездатність до саморегуляції власних емоційних станів часто проявляється у підвищеному рівні конфліктності, що руйнує комунікацію в команді та негативно впливає на ефективність виконання. Отже, саморегуляція психічних станів у поєднанні з достатнім рівнем компетентності у пошуку способів розв'язання конфліктів, забезпечує збереження професіоналізму у відносинах з іншими та згуртуванні команди.

Висновки до другого розділу

Ситуація, що склалась в країні і яка пов'язана з військовими діями, дає можливість дослідити емоційно-вольову сферу військовослужбовців та учасників бойових дій на Сході України. Загрозливий стан здоров'ю та життю, зміна бойової обстановки, важкі навантаження, що переходять межу людських можливостей, втрата своїх побратимів, жорстока розправа над ворогом – все це впливає на психічне здоров'я військових.

Професійні вимоги до особистості військовослужбовця обумовлені ключовою особливістю сучасного світу прагненням зберегти безпеку людини та суспільства. У науковій літературі описані так звані «ризики» професії, пов'язані з виконанням безпосередніх службових обов'язків. До таких відносяться: висока вірогідність отримання поранення або травми. Особливо слід відмітити високий ризик отримання психотравми, пов'язаної з перебуванням людини в умовах, потенційно небезпечних для її життя та здоров'я; необхідність активно діяти та приймати рішення в умовах обмеженого часу та інформації; знаходження тривалий час в малоприсаєднаних для життєдіяльності людини побутових умовах.

Професійна діяльність військовослужбовця відбувається традиційно на відкритому просторі, що обумовлює особливі вимоги до виносливості організму в цілому, серцево-судинної системи та зорового аналізатора, також науковці називають серед психофізичних якостей, важливих для успішної професійної діяльності військовослужбовця, - стійкість до гіпоксії, перевантаження, впливу холоду.

РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

3.1. Опис методик емпіричного дослідження

Для розв'язання задач, які ми поставили перед собою, ми використали ряд психодіагностичних методик. З метою виявлення тяжкості депресивного стану використовувалася методика «Диференціальна діагностика депресивних станів» (В. А. Жмурова) [7]; Шкала визначення вольового потенціалу особистості; рівень задоволеності або незадоволеності своїм соціальним становищем досліджувався за допомогою методики «Діагностика рівня соціальної фрустрованості» розроблена Л. І. Вассерманом [30].

Методика «Диференціальна діагностика депресивних станів» В. А. Жмурова дозволяє виявити депресивний стан (головним чином тужливої або меланхолічної депресії і дає можливість встановити тяжкість депресивного стану на даний момент. У сучасних умовах життя, а саме в умовах воєнних дій, точне виявлення рівня депресивного стану є вкрай важливим для роботи з військовослужбовцями. Точний результат – складовий елемент успіху у подоланні та корекції будь-яких форм депресивного стану. Саме ця методика допомагає вчасно виявити істинну форму депресії аби своєчасно надати такій людину допомогу. Саме цей інструментарій являється одним із ефективніших і розподіляється за двома критеріями. Однією категорією користуються лише психіатри, адже до неї відноситься саме важка депресія або іншими словами істинна, не є розповсюдженою і виявляється лише у незначній частини людей більш розповсюдженою, є легка форма депресивного стану, яка обчислюється за іншою категорією, для якої основними симптомами є зниження відчуття задоволеності, зниження енергії та підвищена втомлюваність, але крім основних є й додаткові елементи прояву депресії які зустрічаються рідше до яких можна віднести: – безсоння; – зниження інтересу до протилежної статі; – порушення апетиту та думки про самогубство. Хоча всі ці симптоми є не частими, проявлення будь-якої характеристики з цього списку говорить про присутній депресивний стан. Майже кожен хоч раз відчував на собі такі

негативні прояви як зниження апетиту та апатію, що не являється якимось відхиленням від норми, адже всі ми постійно зіштовхується з якимись проблемами на роботі, чи вдома, що потім впливає на наш емоційний фон і призводить до так званої хибної депресії, яка може ввести людину в оману, але, на щастя, цей стан є короткочасним і з розв'язанням проблеми зникає саме ця хибна депресія. Але якщо людина на протязом довгого часу відчуває смуток, небажання контактувати зі світом. потрібно негайно звертатися до спеціаліста аби виключити чи підтвердити наявність депресії. У більшості пацієнтів, які пережили депресивні стани спостерігається повторення епізодів. Симптоми легкої депресії відрізняються від симптоматики важкої тим, що частота тривалості значно довша і присутність та підтримка близьких може не змінювати рівень емоційного фону. Такий стан може тривати більше двох місяців та проявляється у такій симптоматиці: думки про самогубство, відчуття власної неспроможності А. Бек вважав, що саме установки на фоні ірраціональності являються передвісником депресивного стану і не дають можливість індивіду боротися з цією проблемою. Ним була розроблена концепція дисфункції мислення та описані методи боротьби з суїцидальними намірами.

Методика «Діагностика рівня соціальної фрустрованості» Л. І. Вассермана. Методика спрямована на оцінку незадоволеності або задоволеності своїм соціальним статусом у суспільстві. Розроблена Л. І. Вассерманом і модифікована В. В. Бойком. Інструкція: «Потрібно відповісти на 20 питань і вибрати ту відповідь, яка найбільш всього вас характеризує як особистість, наскільки Ви задоволені чи незадоволені своїм становищем у соціумі та чи задоволені Ви своїми життєвими досягненнями». Обробка результатів: Показник рівня фрустрованості для кожного пункту коливається в межах від 0 до 4 балів. Для кожного варіанту відповіді характерна своя кількість балів: повністю задоволений – 0, скоріше задоволений – 1, важко відповісти – 2, скоріше незадоволений – 3, повністю незадоволений – 4. Інтерпретація результатів. Рівень фрустрованості визначається за середнім показником для

кожного підпункту. Чим більша кількість балів, тим вище рівень соціальної фрустрації.

Методика «Дослідження вольової саморегуляції». Інструкція полягала у наступному: «Тест містить 30 питань. Потрібно уважно прочитати всі питання і вирішити що саме можна віднести до Вас якщо Ви згодні з цим твердженням, поставити «плюс», а якщо неправильне – «мінус». Метою даного дослідження є виявлення рівня вольової саморегуляції за трьома пунктами: загальна шкала, субшкала володіння своїми емоціями та шкала наполегливості. Аналіз результатів. Вольова саморегуляція являє собою рівень контролю за власною поведінкою, здатність керувати своїми емоціями. Саме наполегливість та самовладання відповідають за рівень вольової саморегуляції. Рівні вольової саморегуляції визначаються за середнім показником, який відповідає кожній із шкал. Якщо збігається більша половина відповідей, то це вважається високим показником рівня вольового самоконтролю, наполегливості чи самовладання. Для загальної шкали ця сума становить дванадцять, для шкали наполегливості – вісім, для шкали самовладання – шість. Високий бал за загальною шкалою властивий особам які достатньо впевнені у своїх силах, реалістичні у своїх поглядах, є незалежними, здатні до саморефлексії та позитивно налаштовані на інших. Лише у крайніх випадках відчувається напруженість, яка пов'язана з контролем своєї поведінки та через власну неспроможність щось змінити. Низький бал спостерігається у чутливих та невпевнених у своїх можливостях людей. Для таких людей характерний високий рівень збудження та низька рефлексія. Така поведінка може бути обумовлена нездатністю контролювати себе. Субшкала наполегливості обумовлена здатністю особистості завершити розпочату справу до кінця. Таких людей не лякають перешкоди, вони достатньо працездатні та поважають соціальні норми. Низькі показники вказують на імпульсивність намірів, що можуть призвести до небажаних наслідків. Субшкала самовладання відображає рівень контролю над власними 34 емоціями. Високі бали спостерігаються у людей, які можуть контролювати себе

незалежно від ситуації. На другому полюсі цієї субшкали – спонтанна поведінка, яка захищає таких людей від конфліктів із самим собою.

Дослідження проводилось на базі військової частини у серпні-вересні 2024 року. Вибірку досліджуваних склали 32 військовослужбовці та 17 цивільних різних професій віком від 19 до 43 років.

3.2. Результати емпіричного дослідження особливостей емоційно-вольової сфери військовослужбовців

Відповідно до отриманих результатів за методикою «Диференціальна діагностика депресивних станів», симптоми депресії відсутні лише у 15% військовослужбовців. Переважній більшості опитаних військовослужбовців властиві симптоми депресії, хоча і у помірній (18%) та легкій (67%) формі.



Рис. 2.1. Результати діагностики за методикою «Диференціальна діагностика депресивних станів» (В. А. Жмурова).

З діаграми видно, що переважна більшість опитаних військовослужбовців мають легку вираженість депресивних симптомів. Цей стан майже не впливає на повсякденне життя військовослужбовців, окрім того, що в них спостерігається деякі труднощі при виконанні щоденних справ. Це достатньо тривожний результат і очевидно, демонструє певну нервову психічну виснаженість військовослужбовців та високу психофізіологічну «ціну» за виконання службових обов'язків.

Результати опитування цивільних, за цією ж методикою «Диференціальна діагностика депресивних станів» показали дуже наближені результати до отриманих у вибірці військових: у 10,3% опитувальних цивільних відсутні симптоми депресії. У 26% - спостерігається помірна депресія, легка форма депресивного стану притаманна 63,7% опитуваних.

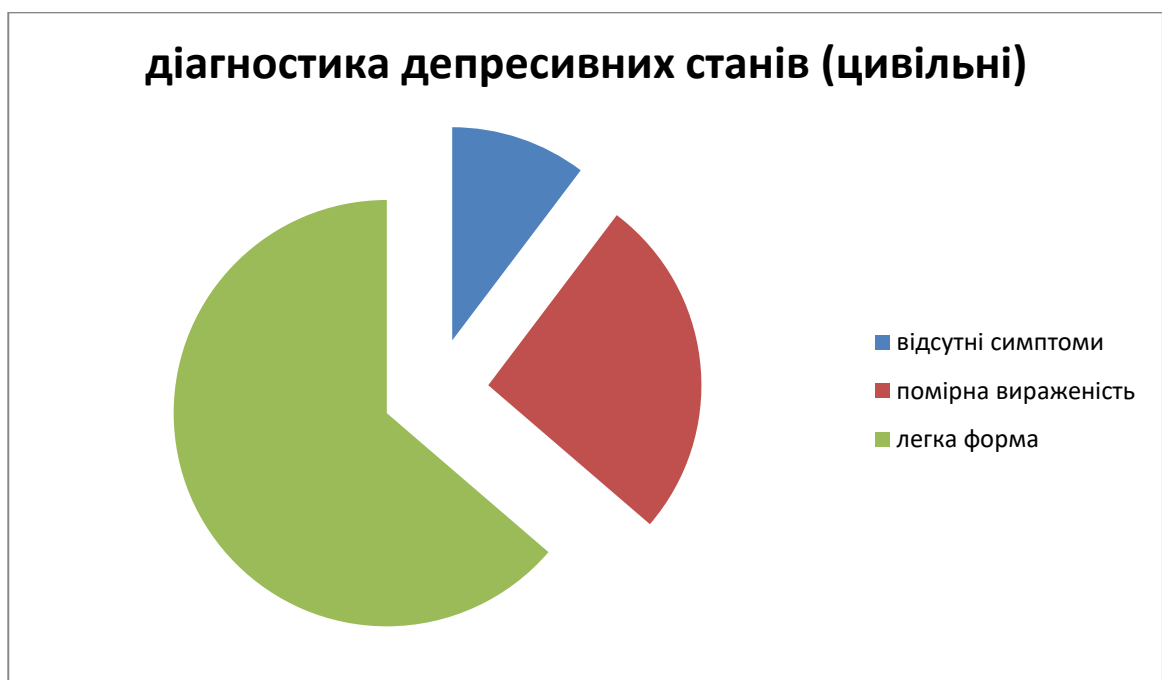


Рис. 2.2. Результати діагностики за методикою «Диференціальна діагностика депресивних станів» (В. А. Жмурова).

Результати порівняльного аналізу за даною психодіагностичною методикою показали, що в тій чи іншій мірі симптоми депресії притаманні всій опитаній вибірці. Можна припустити, що дані результати відображають загальний настрій суспільства на даному етапі війни. Проте, згідно з

шкальними даними цієї методики, такий стан не впливає на загальний рівень життєдіяльності людини, лише утруднює його.

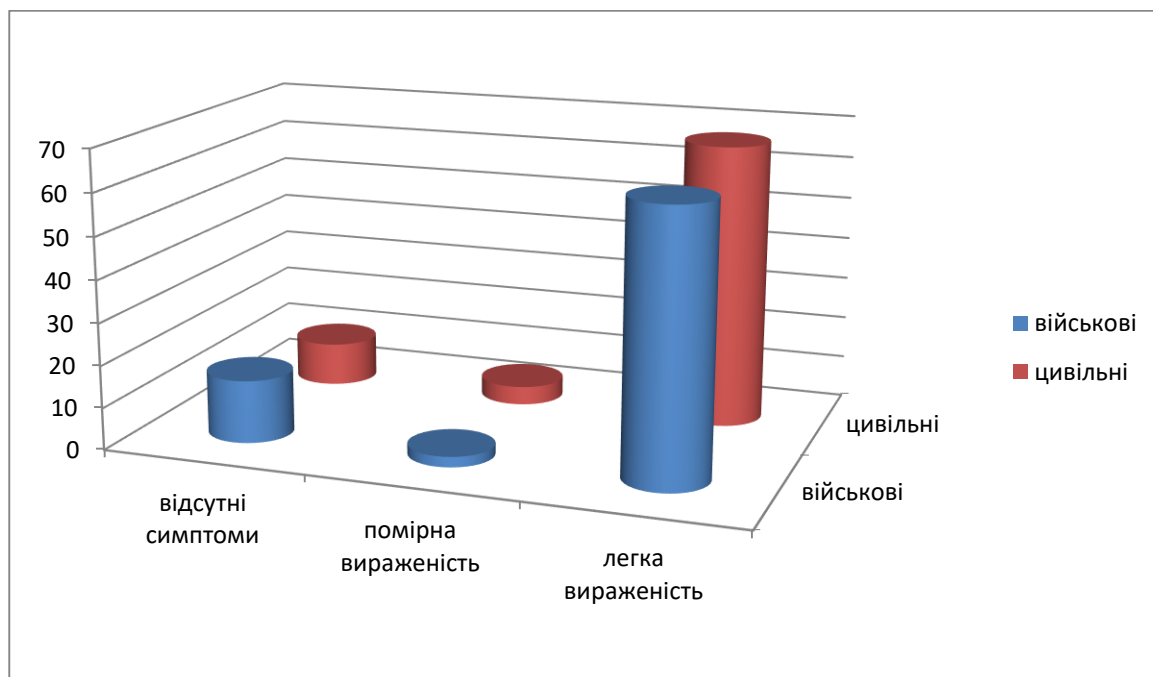


Рис. 2.3. Порівняння результатів діагностики за методикою «Диференціальна діагностика депресивних станів» (В. А. Жмурова) у двох частинах вибірки

Застосування статистичного U-критерію Манна-Уїтні підтвердило відсутність значимих статистичних відмінностей між двома частинами вибірки.

Метою методики «Діагностика рівня соціальної фрустрованості» Л. І. Вассермана є визначення оцінки ступеня незадоволеності або задоволеності соціальними досягненнями в різних сферах життєдіяльності. Термін «фрустрація» у перекладі з латини означає обман, марне очікування. Фахівці визначають його як негативний психологічний стан, що виникає у ситуації нездійснення якоїсь значущої для людини цілі або неможливості задоволення важливої потреби. Проявляється цей стан насамперед у почутті розчарування і супроводжується напруженістю, тривожністю, інколи навіть відчаєм, почуттям безвиході, депресією. Сила фрустрації залежить від того, наскільки важливою для людини була дана ціль чи потреба, як багато вклала вона у свої плани. Але не менше значення мають і психологічні особливості самої людини: рухливість

чи ригідність, здатність переключатися чи «зациклюватися» на чомусь одному, схильність до ілюзій чи реалізм у поглядах на світ. Це зовсім не означає, що треба мінімізувати свої претензії і плани, щоб не розчаровуватися, якщо щось не вдасться, або що не можна мріяти і прагнути до високої мети. Політична ситуація в Україні та війна – теж вагома причина для фрустрацій.

Результати проведеної психодіагностичної методики «Діагностика рівня соціальної фрустрованості» демонструють досить тривожну картину в емоційній сфері українських громадян другого року війни, оскільки 80% військових та 66% цивільних мають високий та дуже високий рівень соціальної фрустрованості.

Таблиця 1

Рівень соціальної фрустрованості у двох частинах вибірки

(у відсотках)

Вибірка Рівень фрустрації	військовослужбовці	цивільні
дуже високий	43	24
високий	37	42
помірний	18	30
невизначений	2	4

Отримані дані свідчать про те, що переважна більшість військових (43%) має дуже високий рівень фрустрації порівняно з вибіркою цивільних, де більша частина вибірки (42%) має високий рівень фрустрації, і лише 24% - дуже високий. Третина цивільної вибірки мають помірний рівень соціальної фрустрації.

Застосування статистичного U-критерію Манна-Уїтні показало відсутність значимих статистичних відмінностей між двома частинами вибірки.

У дослідженнях [30, 41. 42 та ін.] доведено, що найбільш поширеним типом фрустраційної поведінки учасників бойових дій є екстрапунітивні реакції з фіксацією на самозахисті, що свідчить про схильність до ворожості, осуду, звинувачень, докорів і сарказмів; вираженою характеристикою є активне заперечення власної провини та намагання себе виправдати. Відзначено, що найменш поширеним є тип екстрапунітивної реакції з фіксацією на задоволенні; цей тип характеризується інтерпретацією фруструючої ситуації як корисної або ж такої, що приносить задоволення. Високий рівень соціальної фрустрованості можна пояснити незадоволеністю військово-політичними подіями та відсутністю контакту з близькими людьми.

Метою методики «Діагностика рівня соціальної фрустрованості» Л. І. Вассермана є визначення оцінки ступеня незадоволеності або задоволеності соціальними досягненнями в різних сферах життєдіяльності.

Результати проведеної психодіагностичної методики «Діагностика рівня соціальної фрустрованості» демонструють досить тривожну картину в емоційній сфері українських громадян другого року війни, оскільки 80% військових та 66% цивільних мають високий та дуже високий рівень соціальної фрустрованості.

Отримані дані свідчать про те, що переважна більшість військових (43%) має дуже високий рівень фрустрації порівняно з вибіркою цивільних, де більша частина вибірки (42%) має високий рівень фрустрації, і лише 24% - дуже високий. Третина цивільної вибірки мають помірний рівень соціальної фрустрації. Високий рівень соціальної фрустрованості можна пояснити незадоволеністю військово-політичними подіями та відсутністю контакту з близькими людьми. Результати проведеної психодіагностичної методики «Діагностика рівня соціальної фрустрованості» демонструють досить тривожну картину в емоційній сфері українських громадян другого року війни, оскільки 80% військових та 66% цивільних мають високий та дуже високий рівень соціальної фрустрованості.

Отримані дані свідчать про те, що переважна більшість військових (43%) має дуже високий рівень фрустрації порівняно з вибіркою цивільних, де більша частина вибірки (42%) має високий рівень фрустрації, і лише 24% - дуже високий. Третина цивільної вибірки мають помірний рівень соціальної фрустрації. Високий рівень соціальної фрустрованості можна пояснити незадоволеністю військово-політичними подіями та відсутністю контакту з близькими людьми.

Методика визначення вольового потенціалу особистості дозволяє визначити рівень вираженості вольового потенціалу особистості в переживанні нею екстремальної ситуації. Високий рівень вираженості вольового потенціалу виявляється в прагненні переборювати складнощі життя, готовності до певного ризику та відповідальності, формуванні твердої позиції з принципових питань та стійкості відстоювати цю позицію.

Таблиця 1

**Результати методики визначення вольового потенціалу особистості
у двох частинах вибірки
(у відсотках)**

Вибірка Рівень вольового потенціалу	військовослужбовці	цивільні
високий	47	26
середній	38	52
низький	15	22

За результатами методики визначення вольового потенціалу особистості можна зробити висновок про те, що переважній частині вибірки військових властиво високий вольовий потенціал, в той час як у цивільній частині вибірки більшість досліджуваних мають середній рівень виявлення вольового потенціалу. З таблиці видно, що переважна більшість військовослужбовців

мають високий рівень вольового потенціалу (47% вибірки), тобто рівень вольового потенціалу військовослужбовців майже вдвічі перевищує ці ж показники у вибірці цивільних.

Застосування статистичного U-критерію Манна-Уїтні показало наявність значимих статистичних відмінностей між двома частинами вибірки. Різниця статистично значима на рівні ($p=0.005657$).

Отримані результати підтверджують особливе значення наявності вольових якостей військовослужбовців при виконанні завдань.

Високий рівень вольового потенціалу особистості військовослужбовця забезпечує не тільки психологічну стійкість особистості, забезпечує психічну і фізичну стійкість у бойових умовах, допомагаючи витримувати стрес і підтримувати бойовий дух.

Стратегічне мислення військовослужбовця теж забезпечується високим рівнем вольового потенціалу особистості: військові повинні приймати швидкі та ефективні рішення, тому воля до аналізу ситуації і розробки планів "на місці" є вкрай важливою. Про значення волі для дисциплінованості військовослужбовців уже було описано вище, тут лише зазначимо що виконання наказів, правил і стандартів, вимагають високого рівня самоконтролю.

Висновки до третього розділу

Відповідно до отриманих результатів за методикою «Диференціальна діагностика депресивних станів», переважна більшість опитаних військовослужбовців мають легку вираженість депресивних симптомів. Цей стан майже не впливає на повсякденне життя військовослужбовців, окрім того, що в них спостерігається деякі труднощі при виконанні щоденних справ. Це достатньо тривожний результат і очевидно, демонструє певну нервову психічну виснаженість військовослужбовців та високу психофізіологічну «ціну» за виконання службових обов'язків.

Результати порівняльного аналізу за даною психодіагностичною методикою показали, що в тій чи іншій мірі симптоми депресії притаманні всій опитаній вибірці. Можна припустити, що дані результати відображають загальний настрій суспільства на даному етапі війни. Проте, згідно з шкальними даними цієї методики, такий стан не впливає на загальний рівень життєдіяльності людини, лише утруднює його.

Метою методики «Діагностика рівня соціальної фрустрованості» Л. І. Вассермана є визначення оцінки ступеня незадоволеності або задоволеності соціальними досягненнями в різних сферах життєдіяльності.

Результати проведеної психодіагностичної методики «Діагностика рівня соціальної фрустрованості» демонструють досить тривожну картину в емоційній сфері українських громадян другого року війни, оскільки 80% військових та 66% цивільних мають високий та дуже високий рівень соціальної фрустрованості.

Отримані дані свідчать про те, що переважна більшість військових (43%) має дуже високий рівень фрустрації порівняно з вибіркою цивільних, де більша частина вибірки (42%) має високий рівень фрустрації, і лише 24% - дуже високий. Третина цивільної вибірки мають помірний рівень соціальної фрустрації. Високий рівень соціальної фрустрованості можна пояснити незадоволеністю військово-політичними подіями та відсутністю контакту з близькими людьми.

Методика визначення вольового потенціалу особистості дозволяє визначити рівень вираженості вольового потенціалу особистості в переживанні нею екстремальної ситуації. Високий рівень вираженості вольового потенціалу виявляється в прагненні переборювати складнощі життя, готовності до певного ризику та відповідальності, формуванні твердої позиції з принципових питань та стійкості відстоювати цю позицію. За результатами методики визначення вольового потенціалу особистості можна зробити висновок про те, що переважній частині вибірці військових властиво високий вольовий потенціал, в

той час як у цивільній частині вибірці більшість досліджуваних мають середній рівень виявлення вольового потенціалу.

Застосування статистичного U-критерію Манна-Уїтні показало наявність значимих статистичних відмінностей між двома частинами вибірки. Різниця статистично значима на рівні ($p=0.005$).

Отримані результати підтверджують особливе значення наявності вольових якостей військовослужбовців при виконанні завдань.

ВИСНОВКИ

У сучасній психології емоції і воля розглядаються як *психічні процеси*, що відображають особистісну значимість та *оцінку ситуацій* життєдіяльності людини», як *«активну форму психічного відображення дійсності»*, а також як *«реакцію індивіда»* на ситуацію. За визначенням Barrett L., емоції виражаються в *«афективних почуттях та суб'єктивному тлумаченні психологічної ситуації, які перцептивно класифікуються і переживаються як єдине ціле»*.

Емоції та воля допомагають особистості орієнтуватися у зовнішньому світі, а також адаптувати свій внутрішній емоційний стан відносно постійно змінюваних умов.

Ситуація, що склалась в країні і яка пов'язана з військовими діями, дає можливість дослідити емоційно-вольову сферу військовослужбовців та учасників бойових дій на Сході України. Загрозливий стан здоров'ю та життю, зміна бойової обстановки, важкі навантаження, що переходять межу людських можливостей, втрата своїх побратимів, жорстока розправа над ворогом – все це впливає на психічне здоров'я військових.

Професійні вимоги до особистості військовослужбовця обумовлені ключовою особливістю сучасного світу прагненням зберегти безпеку людини та суспільства. У науковій літературі описані так звані «ризики» професії, пов'язані з виконанням безпосередніх службових обов'язків. До таких відносяться: висока вірогідність отримання поранення або травми. Особливо слід відмітити високий ризик отримання психотравми, пов'язаної з перебуванням людини в умовах, потенційно небезпечних для її життя та здоров'я; необхідність активно діяти та приймати рішення в умовах обмеженого часу та інформації; знаходження тривалий час в малопридатних для життєдіяльності людини побутових умовах.

Професійна діяльність військовослужбовця відбувається традиційно на відкритому просторі, що обумовлює особливі вимоги до витривалості організму в цілому, серцево-судинної системи та зорового аналізатора, також науковці називають серед психофізичних якостей, важливих для успішної

професійної діяльності військовослужбовця, - стійкість до гіпоксії, перевантаження, впливу холоду.

Особистість військовослужбовця має характерні особливості, пов'язані з виконанням специфічних професійних функцій: 1) необхідність дотримання дисципліни та суворе дотримання службової ієрархії при виконанні службових обов'язків: військові повинні підкорятися наказам і дотримуватись встановлених правил. Тому досить парадоксальним є важливість досить високого рівня вольової регуляції поведінки (у поєднанні з професійно-важливим умінням активно та відповідально приймати власні рішення на полі бою) та мати і проявляти лідерські якості: вміння вести за собою, приймати рішення в критичних ситуаціях.

Відповідальність є невід'ємною професійно-важливою якістю військовослужбовців, що передбачає уміння усвідомлювати наслідки своїх дій, що особливо важливо в стресових ситуаціях.

Тім-спірит (командний дух): військовослужбовці успішніше виконують поставлені бойові задачі, якщо уміють працювати в командах.

Стресостійкість – ще одна професійно-важлива риса особистості військовослужбовця: здатність витримувати психологічні та фізичні навантаження, не втрачаючи боєздатності.

Вірність клятві та обов'язку: готовність служити своїй країні, захищати її інтереси. Досить дискусійними є вимоги до поведіння військовослужбовця при перебування в полоні, але у даному магістерському дослідженні це питання не включено в перелік завдань.

Здатність гнучко реагувати та підготовленість до змін: військові тренуються адаптуватися до нових умов і непередбачуваних ситуацій.

Ці особливості формуються в процесі навчання та служби, впливають на особисте та професійне життя військовослужбовців.

Емоційно-вольова сфера особистості військового включає кілька ключових особливостей: 1. Контроль емоцій: Військові навчаються управляти своїми емоціями, щоб приймати зважені рішення в стресових ситуаціях. 2. Стресостійкість: Вміння справлятися зі стресом, зберігати спокій і концентрацію під тиском. 3. Мотивація: Внутрішня мотивація служити, виконувати обов'язки та досягати поставлених цілей. 4. Витривалість: Здатність долати труднощі та продовжувати боротьбу навіть в умовах виснаження. 5. Рішучість: Здатність швидко приймати рішення та діяти відповідно до обставин. 6. Емпатія: Розуміння почуттів і потреб побратимів, що сприяє зміцненню командного духу. 7. Вільна воля: Уміння приймати рішення, що ґрунтуються на особистих принципах та моральних цінностях. 8. Толерантність до ризику: Готовність приймати ризиковані рішення, які можуть вплинути на безпеку і виконання завдань. 9. Конфліктність: Здатність справлятися із конфліктами, завжди зберігаючи професіоналізм у відносинах з іншими. Ці характеристики допомагають військовослужбовцям ефективно виконувати свої обов'язки та підтримувати команду в найскладніших обставинах.

Відповідно до отриманих результатів за методикою «Диференціальна діагностика депресивних станів», переважна більшість опитаних військовослужбовців мають легку вираженість депресивних симптомів. Цей стан майже не впливає на повсякденне життя військовослужбовців, окрім того, що в них спостерігається деякі труднощі при виконанні щоденних справ. Це достатньо тривожний результат і очевидно, демонструє певну нервову психічну виснаженість військовослужбовців та високу психофізіологічну «ціну» за виконання службових обов'язків.

Результати порівняльного аналізу за даною психодіагностичною методикою показали, що в тій чи іншій мірі симптоми депресії притаманні всій опитаній вибірці. Можна припустити, що дані результати відображають загальний настрій суспільства на даному етапі війни. Проте, згідно з шкальними даними цієї методики, такий стан не впливає на загальний рівень життєдіяльності людини, лише утруднює його.

Переживання легкої депресії військовослужбовцем може мати кілька наслідків, як психологічних, так і фізичних. Серед психологічних наслідків у першу чергу слід відмітити вплив зниженого настрою на відчуття смутку, втоми, апатії. Проблеми з концентрацією уваги обумовлює ускладнене зосередження на завданнях, що може негативно вплинути на виконання поставлених задач. Легкі депресивні стани викликають зниження мотивації, і втрату інтересу до діяльності, яка раніше приносила задоволення. Внаслідок цього виконувани обов'язки стають формальними і неефективними.

Легкий ступінь депресії обумовлює соціальну ізоляцію, і тоді військовослужбовець може почати уникати спілкування з іншими, що, з одного боку, погіршує його власний стан, а з іншого – порушує командну роботу.

Також легкий депресивний стан військовослужбовців може викликати порушення фізичного стану. Серед таких порушень слід відмітити соматизацію (серед найбільш типових фізичних симптомів вирізняються головний біль, м'язове напруження, втома. Порушення снує найбільш очевидними при легких депресивних станах: важкі моменти засинання або, навпаки, надмірна сонливість.

Очевидно, що порушення, якими супроводжуються навіть легкі депресивні стани, впливають на зниження продуктивності та помилки в роботі. Зростання ризику помилок, що можуть вплинути на безпеку, зачіпають також безпеку не тільки власне особистості військовослужбовця але і всієї команди.

В сфері соціального життя військовослужбовців з легкими порушеннями емоційного стану (такими, як депресія) теж відбуваються порушення. Зокрема, зростає кількість міжособистісних конфліктів, що пов'язані зі зміною настрою та поведінки військовослужбовця. Конфліктна поведінка військовослужбовців з порушеннями в емоційній сфері викликає зниження рівня соціальної підтримки: військовослужбовці можуть відчувати труднощі в отриманні підтримки від близьких або колективу.

Результати проведеної психодіагностичної методики «Діагностика рівня соціальної фрустрованості» демонструють досить тривожну картину в емоційній сфері українських громадян другого року війни, оскільки 80% військових та 66% цивільних мають високий та дуже високий рівень соціальної фрустрованості.

Отримані дані свідчать про те, що переважна більшість військових (43%) має дуже високий рівень фрустрації порівняно з вибіркою цивільних, де більша частина вибірки (42%) має високий рівень фрустрації, і лише 24% - дуже високий. Третина цивільної вибірки мають помірний рівень соціальної фрустрації. Високий рівень соціальної фрустрованості можна пояснити незадоволеністю військово-політичними подіями та відсутністю контакту з близькими людьми.

Методика визначення вольового потенціалу особистості дозволяє визначити рівень вираженості вольового потенціалу особистості в переживанні нею екстремальної ситуації. Високий рівень вираженості вольового потенціалу виявляється в прагненні переборювати складнощі життя, готовності до певного ризику та відповідальності, формуванні твердої позиції з принципових питань та стійкості відстоювати цю позицію. За результатами методики визначення вольового потенціалу особистості можна зробити висновок про те, що переважній частині вибірці військових властиво високий вольовий потенціал, в той час як у цивільній частині вибірці більшість досліджуваних мають середній рівень виявлення вольового потенціалу.

Застосування статистичного U-критерію Манна-Уїтні показало наявність значимих статистичних відмінностей між двома частинами вибірки. Різниця статистично значима на рівні ($p=0.005657$).

Отримані результати підтверджують особливе значення наявності вольових якостей військовослужбовців при виконанні завдань.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Barrett L. The Experience of Emotion / Lisa Feldman Barrett, Batja Mesquita, Kevin N. Ochsner, and James J. Gross. / Article in Annual Review of Psychology. January 2007. DOI: 10.1146/annurev.psych.58.110405.085709 / Source: PubMed. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17002554/>
2. Basova K.A. Foremost global challenges: causes and possible URL: <http://dx.doi.org/10.1037>
3. Beth J., James R. Hosek, and John T. Warnet, “New Economics of Manpower in the Post-Cold War Era”, in Handbook of Defense Economics, Volume 2, ed.
4. Briner R. The Experience, Expression and Management of Emotion at Work / Rob B. Briner and Peter Totterdell / Chapter in Warr. P. (Ed.), 2002, Psychology at Work. Fifth Edition, pp. 229-252. Penguin Books. URL: <https://www.researchgate.net/publication/232514663>
5. Burr A. Emotion Dynamics Across Adulthood in Everyday Life: Older Adults Are More Emotionally Stable and Better at Regulating Desires / Daisy A. Burr, Jaime J. Castrellon, David H. Zald, and Gregory R. Samanez-Larkin / Online First Publication, March 19, 2020. URL: <http://dx.doi.org/10.1037/emo0000734>
6. Cindy Williams, ed., Filling the Ranks: Transforming the U.S. Military Personnel System (Cambridge, Mass.: MIT Press, 2004).
7. Curtis Gilroy and Cindy Williams, eds., Service to Country: Personnel Policy and the Transformation of Western Militaries (Cambridge, Mass.: MIT Press, 2006).
8. Geo-economics. Seven Challenges to Globalization. Global Agenda Councils. URL: http://www3.weforum.org/docs/WEF_Geoeconomics_7_Challenges_Globalization_2015_report.pdf
9. John T. Warner and Beth J. Asch, “The Economics of Military Manpower” in Handbook of Defense Economics, Volume 1, eds. Keith Hartley and Todd Sandler (Amsterdam: Elsevier, 1996), 347-398.

10. Lerner J. Emotion and Decision Making / Jennifer S. Lerner, Ye Li, Riverside Piercarlo Valdesolo, Karim Kassam / Article in Annual Review of Psychology. June 2014. URL: https://scholar.harvard.edu/files/jenniferlerner/files/annual_review_manuscript_june_16_final.final_.pdf
11. Агаєв Н.А. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців / Н.А. Агаєв, О.М. Кокун, І.О. Пішко, Н.С. Лозінська, В.В. Остапчук, В.В. Ткаченко // Методичний посібник. К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2016. 234 с.
12. Алгоритм роботи військового психолога щодо психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України (методичні рекомендації) / Міністерство оборони України, Наук.-дослід. центр гуманітар. проблем Збройних Сил України: Н.А. Агаєв, О.Г. Скрипкін, А.Б. Дейко, В.В. Поливанюк, О.В. Еверт. К.: НДЦ ГП ЗС України, 2016. 147 с.
13. Безпала В. Трудові відносини в умовах війни: адаптація триває. *Юридичні послуги*. 2022. № 5. С. 8-16.
14. Бреус Ю.В. Феномен емоційного досвіду у структурі емоційного інтелекту / Ю.В. Бреус // *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія: Психологічні науки, Вип. 1(1), 2014. С. 127-134.
15. Буняк Н.А. Загальна психологія: лекції (частина II). Тернопіль: вид-во ТНТУ ім. І. Пулюя, 2017. 104 с.
16. Варій М.Й. Психологія: термінологічний словник. Київ: Центр учбової літератури, 388 с.
17. Варій М.Й. Основи психології і педагогіки: Навч. посіб. / М.Й. Варій, В.Л. Ортинський. Київ: Центр учбової літератури, 2007. 376 с.
18. Варій М.Й. Розуміння емоцій і почуттів / М.Й. Варій, В.Л. Ортинський // Основи психології і педагогіки. Київ: Центр учбової літератури, 2007. С. 110-117.

- 19.Вербець В.В. Методологія та методика соціологічних досліджень: навч. посібник. Рівне: РДГУ: Інститут соціальних досліджень, 2006. 168 с.
- 20.Вишневецький С.В. Механізми виникнення емоцій, їх види, прояви та стани. / Матеріали I Всеукраїнського круглого столу. 2018. С. 24. URL: <https://er.dduvs.in.ua/bitstream/123456789/2848/1/1.pdf>
- 21.Городянська, Л., & Сизов, А. (2018). Структура професійно важливих якостей військовослужбовців та напрями їх відтворення. *Збірник наукових праць Військового інституту Київського національного університету імені Тараса Шевченка*, (59), 186–190. <https://miljournals.knu.ua/index.php/zbirnuk/article/view/324>
- 22.ГородянськаЛ.В. Підходи до соціальної адаптації учасників бойових дій з обмеженими можливостями: тези доповідей XIII Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих вчених, ад'юнктів, слухачів, курсантів і студентів «Молодіжна військова наука у Київському національному університеті імені Тараса Шевченка» [текст] / за заг.редакцією І.В. Толока. –К.: ВІКНУ, 2018. С.203-204.
- 23.Гуд Г.О. Емоційна сфера особистості: теоретико- методологічний аспект дослідження / Г.О. Гуд // *Актуальні проблеми психології*: Збірник наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. Том XIV: Методологія і теорія психології. Випуск 1. Київ-Ніжин. 2018. С. 84-94.
- 24.Гусак О. Д. Корекція психофізичної готовності військовослужбовців аеромобільних підрозділів до навчально-бойової діяльності під час занять з подолання перешкод : дис. ... канд. наук з фіз. ви-ховання і спорту. 24.00.02. ЛДУФК. Львів, 2012. 189 с.
- 25.Дашкевич О.В. Емоційна регуляція діяльності в екстремальних умовах: Автореф. дис. ... Д-ра психол. наук. М., 1985. С. 48.
- 26.Джеджеря О.В. Емоційне переживання: сутність феномена. 2014. С. 293-304. URL: <http://appsychology.org.ua/data/jrn/v10/i26/28.pdf>
- 27.Дмитріюк Н.С. Вплив емоцій на формування та становлення особистості / Н.С. Дмитріюк // *Проблеми сучасної психології*. 2010. №8 С. 261-271.

28. Журавльова М.О. Емоційний інтелект як проблема психологічних досліджень / М.О. Журавльова // Наука і освіта: науково-практичний журнал Півд. наук. Центру АПН України. 2009. № 1/2. С. 57-61.
29. Изард К. Психология эмоций. СПб.: Питер, 1999. 464 с.
30. Кириленко Т.С. Психология: емоційна сфера особистості: навч. посіб. / Т.С. Кириленко. К.: Либідь, 2007. 256 с.
31. Кліманська М.Б. Психометрична характеристика опитувальника позитивного і негативного афекту (ОПАНА), розробленого на основі методики PANAS / М.Б. Кліманська, І.І. Галецька // Psychological Journal. Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. К., 2020. С. 119 – 132. URL: https://refugee-psychology.online/assets/downloads/PANAS_uk.pdf
32. Кузнецов М .В., Афонін В. М., Федак С .С. Фізичний стан курсантів – кандидатів до підрозділів Сил спеціальних операцій Збройних сил України. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. 2016. Випуск 24. С. 30-34.
33. Лазуренко О.О. Проблема емоційності в психології. *Проблеми загальної та педагогічної психології*: Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. К., 2004. Т. VI, вип. 4. С. 170-176.
34. Лазуренко О.О. Психология эмоций. Київ: Книга плюс, 2018. 262 с.
35. Лейнг Р.Д. Феноменология переживания / Р.Д. Лейнг, Львів: Ініціатива, 2005. 352 с.
36. Лисенко Л.М. Особливості розвитку емоційної пам'яті у старшокласників: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07 / Л.М. Лисенко; Харк. нац. ун-т ім. В.Н. Каразіна. Х., 2007. 20 с.
37. Ложкін Г.В. Переживання: структура та механізми / Г.В. Ложкін, І.Л. Моначин // Практична психологія та соціальна робота. 2011. № 9. С. 1-6.
38. Ляшенко В.В. Переживання і його якісна визначеність . *Психологія і психотехніка*. 2016. № 1(88). С. 64-72.

39. Методичні рекомендації щодо проведення психологічної підготовки особового складу Збройних Сил України (ГШ ЗС України, ГУ РОС, 2012).
40. Мілютін В. А., Фтемов Ю. О., Павлючик В. П., Куцька О. М. Інженерне забезпечення загальновійськового бою : рабч. посібник. Львів : АСВ, 2010. 164 с.
41. Недашківський О. М. Удосконалення змісту фізичної підготовки військовослужбовців артилерійських підрозділів. Фізична підготовка особового складу Збройних сил, інших військових формувань та правоохоронних органів України: досвід, сучасність, проблеми та перспективи розвитку : матеріали наук.-метод. конф. 26–28 листопада 2014 р. Київ : МОУ, 2014. С. 14–19.
42. Ольховий О. М. Концепція професійно спрямованої системи фізичної підготовки курсантів. Сучасний стан та перспективи розвитку фізичної підготовки військовослужбовців в системі бойового навчання військ (сил) Збройних сил та інших силових структур України : матеріали наук.-метод. конф. 28-29 листопада 2013 р. Київ : МОУ, 2013. С. 21–30.
43. Організація психологічної підготовки у Збройних Силах України: навч.-метод. посіб./ За редакцією генерал-майора В. Ключкова. К.: НДЦ ГП ЗС України, 2023. 325 с. Особистість військовослужбовця як об'єкт виховання. <http://nguarmy.com.ua>
44. Панькевич Я. Специфіка фізичних навантажень військовослужбовців інженерних військ Збройних Сил України. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. 2019. Вип. 15. С. 110–115.
45. Панькевич Я. А., Афонін В. М. До проблеми фізичної підготовки військовослужбовців інженерних військ. Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки і спорту у Збройних Силах України, правоохоронних органах, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України : матеріали

- Міжнародної науково-практичної конференції (Київ, 14–15 лютого 2019 р.). Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського: за заг. ред. В. Свістун, О. Петрачкова. Київ : НУОУ, 2019. С .75–77.
- 46.Панькевич, Я., Лесько, О., Афонін, В., Кузнєцов, М., Романів, І., Демків, А., & Ролук, О. (2020). Професійно важливі якості майбутніх офіцерів інженерних підрозділів збройних сил України. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*, (16), 47–53. <https://doi.org/10.32626/2309-8082.2020-16.47-53>
- 47.Перегида О.В. Статистична обробка даних: навч. посіб. / О.В. Перегида, О.А. Капустян, О.Б. Курилко. Електронне видання, 2022. 103 с. URL: http://www.mechmat.univ.kiev.ua/wp-content/uploads/2022/02/navch_pos_perehuda.pdf
- 48.Романчук В. М. Обґрунтування змісту та організації форм фізичної підготовки курсантів вищих військових навчальних закладів технічного профілю : дис.... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02. Житомир, 2007. 196 с.
- 49.Фотинюк В. Г. Визначення складу професійно важливих якостей майбутніх інженерів–механіків авіаційної галузі. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шев-ченка*. 2014. Вип. 118. Т. II. С. 244–249.
- 50.Шевченко О. О. Удосконалення професійної працездатності військових фахівців протиповітряної оборони Сухопутних військ засобами фізичної підготовки: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту. 24.00.02 ЛДУФК. Львів, 2010. 189 с.