

«одноманітне харчування» (13,5 %); «низька заробітна плата» (8,2 %). Дані фактори можна віднести до неспецифічних, але характерних.

І останній ряд факторів можна відвести до соціально-психологічного аспекту. Респонденти виділяють: «труднощі взаємин і часто мінливий колектив (17,3 %); «сімейні проблеми через неритмічний графік роботи» (8,6 %). Так само згадали про небезпеку «формування алкогольної та / або наркотичної залежності» (3,2 %).

Таким чином, отримані в ході проведеного дослідження результати дозволяють зробити наступні висновки:

Серед макросоціальних фрустраторів найбільше значення мають економічні фактори, що роблять негативний вплив на мотивацію персоналу МВС, а, отже, і на якість професійної діяльності.

У числі факторів службової діяльності, які надають несприятливий вплив вагоміший недостатньо якісна організація праці, оскільки їх вплив здатний виснажити компенсаторні механізми.

В цілому ж рівень психосоціального стресу має середні показники, що говорить про задоволення основних життєвих потреб.

#### **Список бібліографічних посилань**

1. Абабков В. А., Перре М. Адаптация к стрессу. Основы теории, диагностики, терапии. СПб. : Речь, 2004. 165 с.
2. Безносов С. П. Профессиональная деформация личности. СПб. : Речь, 2004. 272 с.
3. Леонова А. Б., Кузнецова А. С. Психопрофилактика стрессов. М. : Из-во Моск. ун-та, 1993. 123 с.
4. Valiant G. E. Adaptation to life. Boston ; Toronto, 1974. 369 p.


*Отримано 05.03.2019*



УДК [159.9:355/351.74]:616.895

### **Олександр Сергійович КОЛЕСНІЧЕНКО,**

*начальник науково-дослідної лабораторії морально-психологічного супроводження службово-бойової діяльності Національної гвардії України науково-дослідного центру Національної академії Національної гвардії України (м. Харків), кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник;*

 <https://orcid.org/0000-0001-6406-1935>

## **МОДЕЛЬ БОЙОВОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ТРАВМАТИЗАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ**

*Розглянуто результати розробки моделі бойової психологічної травматизації військовослужбовців Національної гвардії України. Представлена модель відображає «спіраль», де військовослужбовці фактично замикаються*

*у коло переживання дії бойових стрес-факторів, що потенційно може вести до виснаження ресурсів військовослужбовця (фізичного виснаження та вишколення сенсу участі в бойових діях) і переходу військовослужбовців низхідного типу у висхідний з перспективою розвитку посттравматичного стресового розладу.*

Розроблена модель бойової психологічної травматизації військовослужбовців Національної гвардії України передбачає взаємодію трьох елементів, які об'єднуються поняттям соціальна ситуація розвитку особистості військовослужбовця (див. рис. 1). Перший – вплив бойової ситуації на особистість військовослужбовця. До суттєвих характеристик цього елементу слід віднести виділений раніше поділ стрес-факторів на: 1) «Несприятливі соціальні умови виконання службово-бойових завдань», які містять широкий перелік характеристик ситуацій взаємодії – від негативного ставлення українського суспільства до іміджу чи певних дій НГУ, військовослужбовців НГУ; негативного ставлення до військовослужбовців і їх дій цивільного населення на тимчасово-окупованих територіях до відсутності поваги військового керівництва, безпосереднього командира чи відсутності підтримки співслужбовців тощо. Цей вплив є найширшим і містить найбільшу кількість варіацій стрес-факторів такого типу; 2) «Несприятливі умови виконання службово-бойових завдань у бойових умовах», які містять в собі специфічні характеристики дій в бойових умовах – обстріли, вибухи, обмеженість доступних ресурсів, здатності вільно задовольняти потреби.

Попри те, що військовослужбовець з самого початку служби потенційно готується до вірогідності виконувати службово-бойові завдання в бойових умовах, проте, у мирний час, в цивільному житті здобуття такого досвіду у повному обсягу є неможливим. При всіх наявних засобах моделювання неможливим є зімітувати у повному обсязі потенційну загрозу для життя. Крім потенційної загрози для життя, стресовість цих характеристик полягає також у «традиційних характеристиках» – новизні ситуації, відповідальності дій, обмеженості часу для прийняття рішень, гучних звуках, фрустрації потреб тощо; 3) «Віктимні умови», які передбачають безпосереднє переживання загрози життю, істотну вірогідність загибелі – це ситуації потрапляння у полон, у оточення, безпосереднє спостереження загибелі товариша, цивільних осіб тощо. Перелік віктимних стрес-факторів є значно меншим, ніж двох інших, проте їх дія є більш травмуючою. Цей фактор має значно більшу вагу, як фактор розвитку ПТСР, проте і їх дія не обов'язково веде до розвитку ПТСР, саме несприятливі соціальні умови посилюють/усугубляють переживання дії віктимних стрес-факторів.

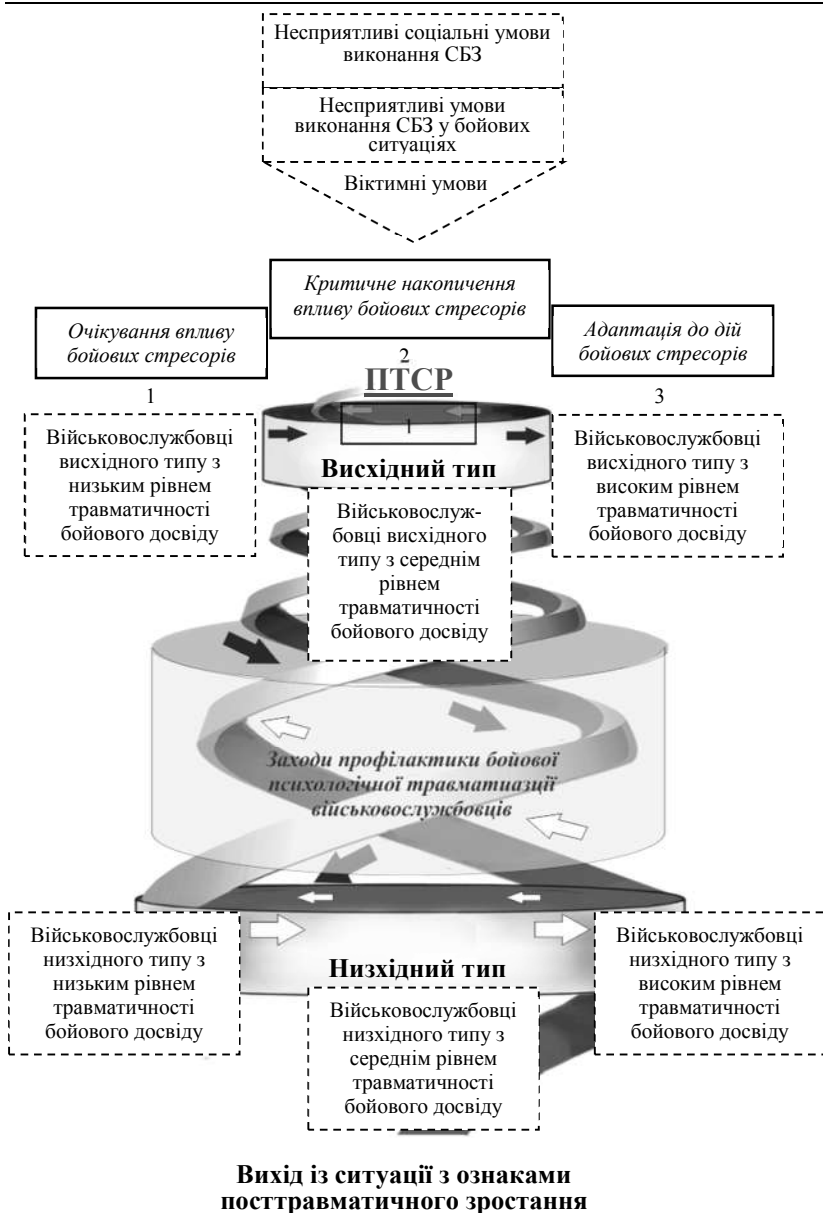


Рисунок 1 – Модель бойової психічної травматизації  
військовослужбовців Національної гвардії України

Емпіричним шляхом було визначено, що у військовослужбовців НГУ збільшення травматичності бойового досвіду пов'язане з його накопиченням. Проте, накопичення досвіду веде до певної адаптації до дії стрес-факторів. У результаті виділені рівні травматичності бойового досвіду, по суті, виявилися етапами адаптації до дії бойових стрес-факторів. Так, низький рівень травматичності бойового досвіду передбачає першу зустріч з бойовими стресорами, оцінку своїх можливостей і перспектив подальшого розвитку ситуації, формує очікування щодо розвитку ситуації.

Середній рівень травматичності накопиченого бойового досвіду, по суті, є піковим, який перевіряє дійсну глибину розвитку характеристик особистості військовослужбовця, які забезпечують його стійкість до бойової психологічної травматизації. Глибина розвитку характеристик, її усвідомлення визначають ефективність адаптації до дії стрес-факторів.

Високий рівень травматичності накопиченого бойового досвіду свідчить про адаптацію до дії стрес-факторів, яка веде до переоцінки вихідних характеристик ситуації і себе в ній, про перехід до нової соціальної ситуації розвитку.

Таким чином позначені точки розвитку адаптації до дії бойових стрес-факторів: «1» – очкування, «2» – пікові переживання, «3» адаптація і нова оцінка вихідних даних ситуації участі в бойових діях і себе в ній, мають утворювати виток спіралі. При цьому для низхідного типу новий виток цієї спіралі мав би бути виходом із травматичності ситуації, а для висхідного – кожен наступний виток має призводити до скорочення відстані між негативними очікуваннями до пікових негативних переживань та негативної оцінки «Я» – наближення до ПТСР, як зосередженості свідомості на негативності ситуації, неможливості вийти з неї, продовжити лінію життя. Використана в моделі форма спіралі дозволяє реалізувати метафору, що «закручування в ситуацію» призводить до розвитку ПТСР. Військовослужбовці низхідного типу мали б адаптуватися до дії бойових стрес-факторів і не сприймати ситуацію участі у бойових діях, як травматичну, проте, крім того, що існує значна варіативність бойових стрес-факторів і обмежені можливості звикнути до дії віктимних стрес-факторів, «нормальним» розвитком ситуації адаптації до дії бойових стрес-факторів є вихід із неї із збереженням досвіду. Проте такого виходу не відбувається, так як військовослужбовці не за власною волею вимушені їхати в чергове відрядження до зони бойових дій. Тобто замість спіралі, військовослужбовці фактично замикаються у коло переживання дії бойових стрес-факторів, що потенційно може вести до виснаження ресурсів військовослужбовця (фізичного виснаження та вихолощення сенсу участі в бойових діях) і переходу військовослужбовців низхідного типу у висхідний з перспективою розвитку ПТСР.

Також, у даній моделі робиться припущення і практика діяльності психологічної служби НГУ засвідчує, що заходами активної профілактики, спрямованими на формування стійкості до бойової психологічної травматизації, можливим є перевід висхідного типу у низхідний чи принаймні утримання висхідного типу від переходу до ПТСР. Так, попри усі негативні прогнози, які озвучуються цивільними фахівцями, серед військовослужбовців НГУ, які охоплені заходами такої профілактики ПТСР, як сформований діагноз, встановлений менше, ніж у 4 % військовослужбовців. Зазначимо, що заходи профілактики передбачають активні дії психологічної служби від моменту здійснення професійного психологічного відбору, професійної психологічної підготовки, в тому числі і використання тренінгів командоутворення, до надання першої психологічної допомоги, реалізації заходів декомпресії та психологічної і фізичної реабілітації.

Припускаємо, що точками переходу від низхідного типу у висхідний і із висхідного типу у низхідний, як зображувати цей процес, як процес поступового (з накопиченням) розвитку є: 1 – очікування розвитку ситуації, виходячи із наявних ресурсів та 3 – адаптація і нова оцінка вихідних характеристик ситуації і себе в ній. Вловити моменти такого переходу із низхідного типу у висхідний тип покликанні заходи періодичного моніторингу стану військовослужбовців. Припускаємо, що якщо дія стрес-факторів стає значно інтенсивнішою, то точками переходу низхідного у висхідний стає 2 – пікове переживання, відповідно до традиційного визначення дистресу, як такого, що значно переважає можливості людини і, зазвичай, є неочікуваним. Проте, військовослужбовці із низхідним типом, навіть при значній травматизації (ГСП) має гарні перспективи відновлення (і точками переходу знов таки є із «3» в «1»).

Таким чином, розроблена диференціація бойових стрес-факторів, визначені точки проходження адаптації до дії бойових стрес-факторів: очікування – пікове переживання – адаптація, визначені полюси реалізації стійкості до бойової психологічної травматизації: висхідний та низхідний тип, частина її елементів залишається евристично побудованими і потребують свого подальшого вивчення. До таких елементів, перед усім слід віднести точки переходу із низхідного типу у висхідний тип і навпаки. Актуальним завданням для наступних досліджень є припущення, того що попри здійснення заходів психологічної профілактики (від професійного психологічного відбору, психологічної підготовки до декомпресії та психологічної реабілітації) існує певне межове значення кількості відряджень військовослужбовців до зони бойових дій, після яких вони залишаються здатними здійснювати вихід із ситуації бойових дій у наступну соціальну ситуацію розвитку

(переходити на наступний етап свого життя). Визначення допустимої (такої, що не наносить незворотної шкоди психічному та фізичному здоров'ю) кількості циклів: професійно-психологічна підготовка – участь в бойових діях – відновлення, є актуальним завданням для наступних наукових досліджень.

### **Список бібліографічних посилань**

1. Миронець С. М. Прогнозування відстрочених посттравматичних стресових розладів та реакцій в учасників радіаційних інцидентів (на прикладі Чорнобильської катастрофи). *Вісник Національного університету оборони України*. 2011. Вип. 5 (24). С. 186–191.

2. Приходько І. І. Психологічні особливості службово-бойової діяльності військовослужбовців Національної гвардії України при проведенні антитерористичної операції. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки*. 2015. № 2 (33). С. 35–39.

3. Психологічні особливості віддалених наслідків стресогенних впливів : монографія / М. С. Корольчук, В. М. Корольчук, А. І. Кулаженко та ін. ; за ред. М. С. Корольчука. Київ : Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2014. 276 с.

4. Розроблення програми профілактики посттравматичних стресових розладів у військовослужбовців Національної гвардії України : звіт про наук.-дослід. роботу / О. С. Колесніченко, І. І. Приходько, Я. В. Мацегора та ін. Харків, 2017. 704 с.


*Отримано 22.02.2019*



УДК 159.9:351.743

**Яніна Володимирівна МАЦЕГОРА,**

*провідний науковий співробітник науково-дослідної лабораторії морально-психологічного супроводження службово-бойової діяльності Національної гвардії України науково-дослідного центру Національної академії Національної гвардії України (м. Харків), кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник;*

 <https://orcid.org/0000-0001-6103-1466>

## **ОСОБЛИВОСТІ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ**

*Розглянуто типи копінг-поведінки у військовослужбовців НГУ. Визначено вторинну факторну структуру копінг-стратегій у найбільш поширеному серед військовослужбовців НГУ типові копінг-поведінки.*

З появою книги Р. Лазаруса «Психологічний стрес і копінг-процес» почалась зміна моделі стресу, розроблена Г. Сельє, за рахунок надання копінгу статусу центрального ланцюга стресу, у якості стабілізуючого чинника, який може допомогти особистості підтримувати психосоціальну