



ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО ПРОХОДЖЕННЯ СЛУЖБИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Терновик Наталія

*кандидат психологічних наук,
професор кафедри психології
Приватного вищого навчального закладу
«Міжнародний економіко-гуманітарний
університет імені академіка Степана Дем'янчука»*

Кондратовець Павло

*здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти
спеціальності «Психологія»
Приватного вищого навчального закладу
«Міжнародний економіко-гуманітарний
університет імені академіка Степана Дем'янчука»
м. Рівне, Україна*

Умови воєнного стану створюють унікальні виклики для психологічного стану військовослужбовців. Вони стикаються з постійним стресом, загрозою для життя та здоров'я, необхідністю швидких та обґрунтованих рішень, а також високим рівнем відповідальності. Це може викликати стрес, тривогу, посттравматичний стресовий розлад та інші психологічні проблеми. Розуміння та підтримка психологічного стану військовослужбовців є важливими завданнями, щоб забезпечити їхню ефективну професійну діяльність та підтримати їх в умовах стресу та небезпеки.

Участь у військових діях накладає помітний відбиток на перебіг психічної діяльності та поведінку військовослужбовців. Бойовий стрес, зігравши свою позитивну роль в збереженні цілісності організму й особистості воїна в екстремальних умовах, стає причиною подальшої дезадаптації та психотравматизації військовослужбовців. Стресові пристосувальні трансформації за межами ситуації, що загрожує життю, виявляються негативними та дезадаптивними й утворюють осьову симптоматику бойових стресових розладів.

Слід зазначити, що саме бойова психологічна травматизація є одним із головних внутрішніх бар'єрів на шляху адаптації до мирного життя. Травматичний досвід, відображений у психіці військовослужбовця, тримає його у стані внутрішньої війни. Після повернення до мирної обстановки військовослужбовець переживає новий стрес, пов'язаний з адаптацією. На

первинний стрес, отриманий під час виконання професійних завдань, накладається вторинний, що виник під час повернення додому. Це стає внутрішньою основою для психічної та соціальної дезадаптації учасника бойових дій у суспільстві.

Науковці в своїх роботах зазначають такі критерії адаптації у військовій сфері: біологічні (обмеження сну, кількість і якість їжі, регулярні фізичні навантаження, перебування у несприятливих природних/кліматичних умовах), психологічні (обмеження особистої свободи, активності і самореалізації; службова ієрархія, обмеження у спілкуванні з батьками та іншими близькими людьми, необхідність налагоджувати міжособистісні зв'язки у новому соціальному оточенні), діяльнісні (виконання специфічних завдань, високий ризик для життя і здоров'я) [6].

Дослідження психологічного стану та адаптації у військових колективах проводили такі науковці: В. Зеленський, С. Скочилас, Ю. Московчук, П. Криворучко, М. Варій, О. Іллюк, О. Хміляр. Проблема морально-психологічного забезпечення службово-бойової діяльності військ України займались В. Говоруха, В. Лефтеров. Вивчення морально-психологічного стану особового складу підрозділів прикордонних військ та його вплив на якість виконання завдань з охорони державного кордону велось В. Журавльовим. Вплив морально-психологічного стану на якість професійно-екстремальної підготовки до діяльності в надзвичайних ситуаціях вивчали М. Козяр, Ю. Олександров, О. Сафін [1].

Привертають увагу наукові праці, у яких висвітлюються питання підготовки військовослужбовців до бойових дій [2;4;7]. Адаптивні можливі військовослужбовця залежить від фізичних, психічних, особистісних, діяльнісних (суб'єктних) чинників. Визнається важливість кожного з них, але розуміння впливу саме психологічних чинників відкриває можливості науковцям і військовому керівництву у визначенні найбільш ефективних стратегій організації військової служби [3].

Однак, масштабність і багатоаспектність проблеми психологічної адаптації військовослужбовців актуалізує подальші наукові дослідження в означеному проблемному полі. Залишається невизначеними причини підвищеної суїцидальності, зростання кількості агресивних проявів, різних поведінкових відхилень, депресивних станів тощо. Адаптацію особистості до військових умов досліджували ряд психологів, а саме: Ліпатов І.І. Шестопалова Л.Ф., Афанасенко В.С., звернувши свою увагу на процеси психічної адаптації військовослужбовців до бойових умов. Розроблені заходи психологічного супроводу адаптації військовослужбовців до служби у роботах Г.В. Ложкіна, В.М. Невмержицького.

Дослідження наукової літератури підтверджує, що без оцінки адаптації військовослужбовців неможливо успішно керувати соціальними



процесами у повсякденній діяльності військових колективів, досягати моральної переваги над противником, правильно управляти бойовими діями частин і підрозділів, прогнозувати ймовірний результат виконання службово-бойових завдань [8].

Однією з найвагоміших причин труднощів в адаптації є рівень мотивації особового складу, що є наймогутнішим регулятором поведінки людини. Як відомо, мотивація значною мірою визначає ефективність професійної діяльності. Компетентність командирів та офіцерів з морально-психологічного забезпечення підвищує можливості військових щодо цілеспрямованого й ефективного впливу на їх діяльність у найскладніший період професійної діяльності. Знання і правильний облік психологічних особливостей адаптації солдатів сприяє підвищенню їх навчальної, службової і громадській активності, зміцненню військової дисципліни, прогнозуванню їхньої поведінки та діяльності, згуртуванню та розвитку колективів в загальновійськових підрозділах [1].

Таким чином у психологічній науці склалося два основні підходи до розуміння сутності адаптації до нових реалій життєдіяльності. Одні вважають адаптацію процесом «вживання», «пристосування», інші – процесом активного засвоєння особистістю соціального досвіду, оволодіння новими соціальними ролями. Пристосування є формою адаптації людину як організму. Адаптація особистості може протікати й у пристосувальній формі, і у формі активного оволодіння новими умовами і видами діяльності [3].

Сутність такої адаптації залежить від перебудови роботи функціональних систем організму, відповідність до нових вимог, що дозволяє ефективно опановувати військову професію

Тому відсутність організованої системної психологічної допомоги, що має бути впроваджена у військових частинах, призводить до ускладнення як процесу психологічної адаптації, так і в подальшому виконання бойових завдань. Першочергове завдання психолога на будь-якому етапі служби є психологічна допомога всім, хто її потребує в рамках військової частини. Психологічний супровід психологічної адаптації військовослужбовця є одним із основних завдань психолога, так як від її успішності залежить подальша професійна робота.

ЛІТЕРАТУРА

1. Агаєв Н. А., Кокун О. М., Герасименко М.В., Пішко І. О., Лозінська Н. С. Досвід роботи в армії США та арміях інших країн щодо недопущення втрат особового складу з причин, не пов'язаних із виконанням завдань за призначенням: метод. посіб. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2018. 156 с.

2. Бойко О. В., Гузенко І. М., Кожевніков В. М. Психологічна підготовка військовослужбовців. Ч.1 : метод. посіб. за ред. О.В. Бойко. Львів: АСВ, 2010. 200 с.
3. Буряк О. О., Гіневський М. І. Соціальна адаптація армії України до нових умов існування. Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил. 2014. Випуск 4. С. 160-166.
4. Доценко Л., Максименко Н. Психологічні чинники адаптації військовослужбовців строкової служби в умовах військової частини. Вісник Національного університету оборони України. 2019. № 2 (52). С. 49 – 55.
5. Колесніченко О. С., Мацегора Я. В., Приходько І. І. Психологічна само- та взаємодопомога військовослужбовців Національної гвардії України в умовах ведення бойових дій: посіб. / за ред. І.І. Приходька. Харків: НА НГУ, 2016. 108 с.
6. Комар З. Психологічна стійкість воїна : підручник. Київ, 2017. URL: http://shron1.chtyvo.org.ua/Komar_Zoran/Psykholohichna_stiik_ist_voina.pdf
7. Коширець В.В., Шкарлатюк К.І. Особливості організації особистісного простору військовослужбовців з ознаками ПТСР. Психологічні перспективи. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2020. Вип. 36. С. 124–143.
8. Мозговий В. І. Дослідження поняття психологічного супроводу військовослужбовців на різних етапах службової діяльності. Вісник Харківського національного університету імені В.Н.Каразіна. Серія «Психологія». 2018. № 63. С. 58–63.
9. Ульянов К. Бойовий стрес та психологія екстремальних ситуацій: науково-популярне. Вид. друге. К.: ТОВ «Бізнес-Логіка», 2024. 320 с.
10. Федоренко Р.П., Коширець В.В., Шкарлатюк К.І. Особливості психологічної реабілітації військовослужбовців із суїцидальною поведінкою, детермінованою сімейною ситуацією. Наукові перспективи № 8 (26), 2022. С. 408-421.
11. David Barno and Nora Bensahel, *Adaptation under Fire: How Militaries Change in Wartime* (New York: Oxford University Press, 2020), 20–22, <https://doi.org/10.1093/oso/9780190672058.001.0001>.
12. Lawrence Freedman, *The Future of War: A History* (London: Penguin, 2017), 277–79; and Murray, *Military Adaptation in War*, 5.