



УДК 159.9.316.6

**FEATURES OF THE ADAPTABILITY OF MILITARY SERVANTS
ОСОБЛИВОСТІ АДАПТОВАНOSTІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ****Teslyuk V.M. / Теслюк В.М.***c.psihol.s., as.prof. / к. психол.н.*

ORCID: 0000-0003-1112-428x

SPIN: 6504-4894

Morus T.D. / Морус Т.Д.*master/magistr**National University of Life and Environmental Sciences of Ukraine,**Kyiv, Heroes of Defense 15, 03041**Національний університет біоресурсів і природокористування України**Kiiv, Героїв Оборони 15, 03041*

Анотація. У статті встановлено, що успішну адаптацію учасників бойових дій до мирного життя визначають як резилентну реінтеграцію. Досліджено особливості адаптованості військовослужбовців. Виявлено, що достатній рівень адаптованості спостерігається у 37,0 % досліджуваних учасників бойових дій, 51,9% мають порушення адаптації та потребують медико-психологічного супроводу. У ході дослідження копінг-стратегій встановлено, що у досліджуваних переважають адаптивні копінги.

Ключові слова: адаптованість військовослужбовців, порушення адаптації, чинники адаптації, копінг-стратегії, життєстійкість, резилентність, психічне благополуччя.

Вступ.

Серед надзвичайних ситуацій особливе місце займають соціальні катастрофи, до яких належать військові конфлікти, війни, які супроводжуються веденням активних бойових дій. Війна в Україні – показовий приклад надзвичайної ситуації військового характеру, перебування в якій суттєво впливає на психіку людини і викликає зміни в життєдіяльності й поведінці особистості. Специфіка служби військовослужбовців полягає в необхідності виконання професійних обов'язків в умовах, ускладнених впливом емоційних і фізичних стресових факторів, пов'язаних із бойовими діями, в зв'язку з чим вони можуть бути віднесені до групи ризику розвитку соціально-психологічної дезадаптації.

Проблему психологічної адаптації до умов військової служби висвітлено у працях А. Алдашевої, Л. Гребінь, Л. Литвиненко, А. Маклакова, А. Камишева, В. Попкова, В. Чайки та ін. Психологічні особливості адаптації військових до бойових умов досліджено І. Бобровничим, О. Вертягіною, С. Заковряшиною, Н. Тарабріною та ін.

Основний текст.

Аналіз наукових джерел дозволив визначити місце і роль психологічної адаптивності особистості в загальному процесі соціальної адаптації, яку розглядають як процес пристосування до установок, цінностей, правил і норм колективу, освоєння соціальних ролей. Психологічним змістом процесу соціальної адаптації є засвоєння індивідом норм, традицій, групової культури, входження до рольової структури групи [2; 3; 4; 5].

Результатом процесу адаптації є адаптованість – стан суб'єкта, що



характеризується відсутністю у нього тривалих внутрішніх і зовнішніх конфліктів, відповідністю рівня і способів діяльності та поведінки мінімальним вимогам (очікуванням) з боку професії, колективу, супроводжується станом психологічного комфорту, можливостями для самореалізації та самоствердження у нестабільному суспільстві [2; 5].

З'ясовано, що адаптація залежить від стадії онтогенезу. На ранніх стадіях адаптації психічні особливості та якості виникають шляхом пристосування особистості до вимог оточуючого середовища, але потім вони набувають самостійності та вже самі починають визначати наступний розвиток людини. На достатньо високому рівні розвитку ця активність виражається в тому, що суб'єкт із істоти, що лише засвоює накопичений досвід, перетворюється на творця цього досвіду, при цьому успішна соціально-психологічна адаптація передбачає розв'язання кризи залежності та набуття почуття дорослості, тобто відбувається інтеграція особистості до нового соціального контексту [2; 5].

Спроби обґрунтування основних чинників адаптації особистості зроблені багатьма дослідниками у зарубіжній і вітчизняній психології. Узагальнюючі їхні результати, можна стверджувати, що основними чинниками адаптації учасників бойових дій є: психологічне благополуччя, копінг-стратегії, життестійкість, посттравматичне зростання та резилентність. Життестійкість, резилентність, копінг-стратегії, психологічне благополуччя є складовими ресурсного підходу в дослідженні соціальної адаптації, тобто підходу, що орієнтує людину на пошук можливостей і умов подолання кризових ситуацій. Врахування об'єктивних і суб'єктивних чинників адаптації, а також її психологічних корелятив важливе для створення програм, спрямованих на покращення адаптованості різних категорій клієнтів практичних психологів, зокрема й військових, що брали участь у бойових діях. Успішною адаптацією учасників бойових дій до мирного життя визначають як резилентну реінтеграцію – продуктивність у різних галузях життя, зумовлена усвідомленням нових можливостей, набутих в результаті бойового досвіду.

Військова служба є видом людської діяльності, що характеризується не лише високою соціальною значущістю, але й особливими, часто екстремальними, умовами, якими, зокрема є участь у бойових діях. Як свідчить аналіз наукової літератури, військова служба в різних військових та спеціалізованих формуваннях держави складається з організації добору кадрів, переміщення по службі, присвоєння їм звань і стимулювання їх праці, підстави припинення службової діяльності. Адаптація співробітників до військової служби має свою специфіку. Вона починається із формування цілей і мотивів виконувати військову діяльність на професійному рівні, опановувати відповідними знаннями уміннями і навичками, освоєння і дотримання норм військового колективу, зближення особистісних цінностей з цінностями своєї групи, прийняття на себе норм взаємодопомоги, взаємопідтримки як у службовому так і в побутовому житті.

На першому етапі експерименту ми дослідили особливості адаптованості військовослужбовців за методикою Міссісіпська шкала посттравматичного стресового розладу [6]. Встановлено, що достатній рівень адаптованості



спостерігається у 37,0 % досліджуваних учасників бойових дій, 51,9,% мають порушення адаптації та потребують медико-психологічного супроводу на базі медичних закладів непсихіатричного профілю і 11,1% потребують консультації лікаря психіатра для підтвердження діагнозу ПТСР і відповідного лікування.

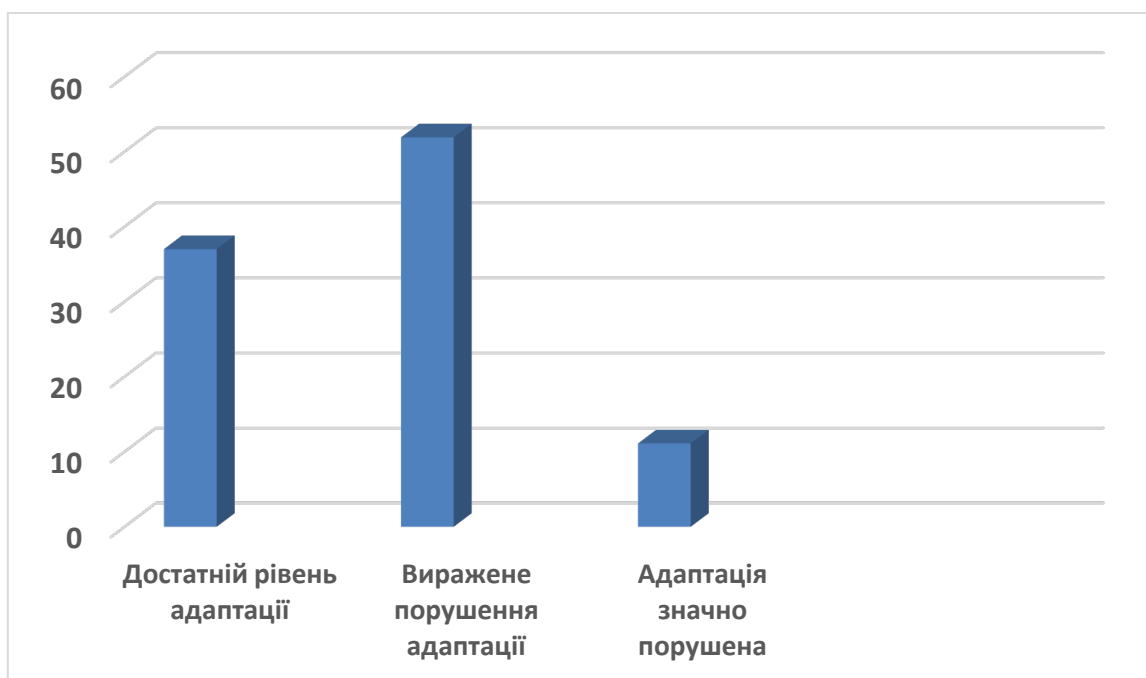


Рисунок 1. Особливості адаптованості військовослужбовців у %

На наступному етапі ми досліджуваи копінг-стратегії за методикою Е. Хейма [1]. Встановлено, що у досліджуваних переважають адаптивні копінгі.

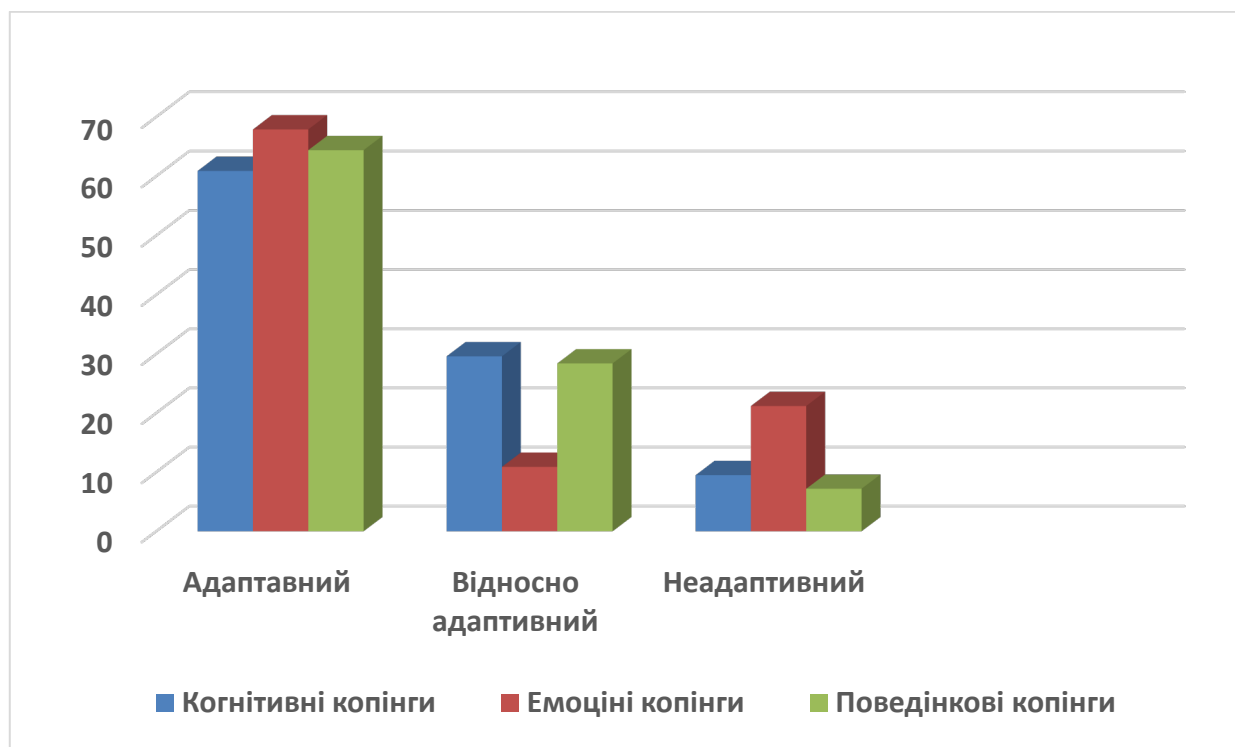


Рис. 2. Результати діагностики копінг-стратегій військовослужбовців



У когнітивній сфері досліджувані у 60,9% виявляють адаптивні, 29,6% – відносно адаптивні і 9,5% неадаптивні копінг-стратегії. Це свідчить про зосередженість досліджуваних на пошуках конструктивних можливостей подолання труднощів, високій самооцінці та самоконтролі, вірі у власні сили при подоланні складних ситуацій. В емоційній сфері досліджувані у 67,9% виявляють адаптивні, 10,9% – відносно адаптивні і 21,2% – неадаптивні копінг-стратегії. Емоційні копінги досліджуваних представлені переважно оптимізмом і подавленням емоцій, якщо оптимізм без сумнівів є адаптивним копінгом, до подавлення емоцій хоча й вважається копінгом неадаптивним, але в умовах бойових дій часто необхідний і позитивно впливає на збереження не лише психологічного здоров'я. У поведінковій сфері досліджувані у 64,4% виявляють адаптивні, 28,4% – відносно адаптивні і 7,2% неадаптивні копінг-стратегії. Високі показники за критерієм співпраці свідчать про спрямованість досліджуваних на конструктивну взаємодію з іншими, взаємодопомогу задля досягнення спільних результатів.

Висновки.

Проведене емпіричне дослідження підтвердило, що у значної частки досліджуваних спостерігається достатній рівень адаптованості, проте більше половини досліджуваних учасників бойових мають порушення адаптації та потребують медико-психологічного супроводу на базі медичних закладів непсихіатричного профілю. Перспективою подальших досліджень із даної проблематики може стати розробка програми адаптації військовослужбовців до умов мирного життя.

Література:

1. Вассерман Л. И. Медицинская психодиагностика. Теория, практика и обучение. СПб. Москва : Изд. Центр «Академия», 2004. 736 с.
2. Теслюк В.М., Ковальчук Т.І. Технології соціально-педагогічної діяльності : навч. посіб. Київ : Видавництво Ліра-К, 2017. 656 с.
3. Теслюк В.М., Петрух Р.Б. Компетентнісний підхід у вищій професійній освіті. *Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України*. 2010. С.153-158.
4. Теслюк В.М. Структурні компоненти індивідуального стилю професійно-педагогічного спілкування. *Науковий вісник Національного аграрного університету*. Київ, 2005. Вип.88. С.245-255.
5. Теслюк В.М. Технології соціально-педагогічної діяльності : термінологічний словник-довідник. Київ : НАКККиМ, 2011. 1145 с.
6. Richardson J. D. Post-traumatic stress symptoms 5 years after military deployment to Afghanistan. *The Lancet Psychiatry*. 2016. Vol. 3 (1). P. 7-9.

References:

1. Vasserman L. Y. (2004). Medytsynskaia psikhodyahnostyka. Teoryia, praktyka y obuchenye [Medical psychodiagnostics. Theory, practice and training]. SPb. Moskva : Yzd. Tsentr «Akademyia», 736 s.
2. Tesliuk V.M., Kovalchuk T.I. (2017). Tekhnolohii sotsialno-pedahohichnoi diialnosti : navch. Posib [Technologies of socio-pedagogical activity: teaching. manual]. Kyiv : Vydavnytstvo



Lira-K, 656 s.

3. Tesliuk V.M., Petrukh R.B. (2010). Kompetentnisnyi pidkhid u vyshchii profesiinii osviti [Competency approach in higher professional education]. *Naukovyi visnyk Natsionalnoho universytetu bioresursiv i pryrodokorystuvannia Ukrainy*. 2010. S.153-158.3.

4. Tesliuk V.M. (2005). Strukturni komponenty indyvidualnoho styliu profesiino-pedahohichnoho spilkuvannia [Structural components of the individual style of professional and pedagogical communication] v *Naukovyi visnyk Natsionalnoho ahrarnoho universytetu*. Kyiv. Vyp.88. S.245-255.

5. Tesliuk V.M. (2011). *Tekhnolohii sotsialno-pedahohichnoi diialnosti : terminolohichniy slovnyk-dovidnyk* [Technologies of social and pedagogical activity: terminological dictionary-reference book]. Kyiv : NAKKKiM, 2011. 145 s.

6. Richardson J. (2016). D. Post-traumatic stress symptoms 5 years after military deployment to Afghanistan. *The Lancet Psychiatry*. Vol. 3 (1). P. 7-9.

Abstract. *The article establishes that the successful adaptation of combatants to peaceful life is defined as resilient reintegration. Peculiarities of adaptability of military personnel were studied. It was found that a sufficient level of adaptation is observed in 37,0% of the studied combatants, 51,9% have adaptation disorders and require medical and psychological support. In the course of the study of coping strategies, it was established that adaptive coping prevails among the subjects.*

Key words: *adaptability of military personnel, adaptation disorders, adaptation factors, coping strategies, vitality, resilience, mental well-being.*

Стаття відправлена: 14.01.2023 р.

© Теслюк В.М., Морус Т.Д.