

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ І.І. МЕЧНИКОВА
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ
Кафедра загальної психології і психологічного консультування

Кваліфікаційна робота

на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

**Взаємозв'язок індивідуальних особливостей й резильєнтності у
комбатантів**

**The relationship between individual characteristics and resilience in
combatant**

Виконала здобувачка заочної форми навчання
спеціальність 053 Психологія
освітня програма Психологія
Лещенко Дмитро Сергійович
Керівник професор, доктор
психологічних наук, Кіреєва З.О
Рецензент д.психол.наук, проф.
Асєєва Ю.О.

Рекомендовано до захисту:
Протокол засідання кафедри
№ 5 від 26.11.2025р.

Завідувач кафедри

(підпис)

З.О.Кіреєва _

(ПШП)

Захищено на засіданні ЕК № _

протокол № _ від ____ 2025 р.

Оцінка _____ / _____ / _____

(за національною шкалою, шкалою
ECTS, бали)

Голова ЕК

(підпис)

(ПШП)

Одеса – 2025

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ Й РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИХ РЕСУРСІВ.....	6
1.1.Індивідуально-типологічні особливості, що впливають на формування особистості.....	6
1.2.Особистість. Теорії особистості.....	13
1.3. Резильєнтність у військовій сфері.....	31
ВИСНОВКИ ДО ПЕРШОГО РОЗДІЛУ.....	38
РОЗДІЛ 2. ОРАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ Й РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ У КОМБАТАНТІВ.....	40
2.1. Методики дослідження військовослужбовців.....	40
2.2. Етапи і методики вивчення особливостей взаємозв'язку індивідуальних особливостей й резильєнтності у комбатантів.....	50
ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РОЗДІЛУ.....	54
РОЗДІЛ 3. РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ Й РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ У КОМБАТАНТІВ.....	56
3.1. Характеристика комбатантів за п'ятифакторною моделлю особистості.....	56
3.2 Особистісні властивості комбатантів.....	61
ВИСНОВКИ ДО ТРЕТЬОГО РОЗДІЛУ.....	71
ВИСНОВКИ.....	74
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	76

ВСТУП

Актуальність дослідження. Динамічний світ і постійно мінливе середовище в різних сферах людської діяльності, а також підвищення рівня стресу і тиску на робочому місці підкреслюють важливість розвитку резильєнтності людини. У контексті сучасних викликів у сфері безпеки та оборони військовослужбовці несуть все більшу відповідальність за національну безпеку. Невизначеність та вплив небезпечних для життя ситуацій створюють безліч постійних стресогенних факторів, які можуть мати згубний вплив на здатність військовослужбовців досягати успіху. Професійний стрес знижує якість життя військовослужбовців, тому систематичне та високоякісне навчання військовослужбовців стійкості сприятиме прогресу та успіху військових організацій.

Кожна людина народжується з певним обмеженим діапазоном біохімічних, соматичних, нейрофізіологічних та інших властивостей, які визначаються її конституційними особливостями. У процесі біологічного розвитку формується індивідуальний рівень метаболізму, м'язового розвитку та функціонування нервової системи, що проявляються у відносно стабільних характеристиках організму. Ці стійкі та ієрархічно організовані біологічні компоненти включаються у різноманітні види діяльності, забезпечуючи внутрішню узгодженість поведінкових реакцій та формування цілісного стилю активності. Таким чином, природні властивості організму закладають основу для подальшого розвитку індивідуальних особливостей і закономірностей поведінки. Структура індивіда включена до структури особистості у вигляді найбільш загальних і актуальних для життєдіяльності та поведінки комплексів властивостей.

В умовах повномасштабного вторгнення простежується взаємозв'язок між особистісними рисами військовослужбовців, їхнім емоційним станом, моральним духом та рівнем резильєнтності. Однак, наскільки резильєнтність

комбатанта пов'язана з його індивідуально-особистісними особливостями потребує певного уточнення, тому тема нашого дослідження є актуальною.

Мета дослідження: теоретичний аналіз і емпіричне вивчення взаємозв'язку індивідуальних особливостей й резильєнтності у комбатантів

Завдання дослідження:

1) Теоретично проаналізувати взаємодію біологічних і психологічних чинників у структурі особистості й розглянути теорії особистості.

2) Здійснити теоретичну рефлексію резильєнтності як здатності військовослужбовця відновлюватися.

3) Узагальнити методики, що спрямовані на дослідження військовослужбовців.

4) Вивчити взаємозв'язок індивідуально - особистісних особливостей й резильєнтності у комбатантів.

Об'єкт дослідження: індивідуально - особистісні особливості як ресурс

Предмет дослідження: взаємозв'язок індивідуальних особливостей й резильєнтності у комбатантів.

Методи дослідження:

теоретичні (аналіз, синтез, порівняння, абстрагування, узагальнення, систематизація наукової літератури);

емпіричні: метод психологічної діагностики, який містив: модифікований варіант інтерперсональної діагностики Т. Лірі; CD-RISC-10 (в адаптації З. Кіреєвої, О. Односталко, Б. Бірона), опитувальник "Велика п'ятірка" (в адаптації І. Барко, Л. А. Кирієнко, В. В. Барко).

Математично-статистична обробка даних здійснювалась за допомогою Microsoft Office Word (2013) та комп'ютерного забезпечення SPSS для Windows (версія 13.0.).

Дослідження проводилося в онлайн форматі, за допомогою Google форми.

Репрезентативну вибірку склали 68 комбатантів

Практична значущість дослідження. Результати дослідження можуть застосовуватися психологами соціально-психологічних служб у діагностичній і психокорекційній роботі з особами, що мають бойовий досвід. Узагальнені теоретико-емпіричні результати роботи можуть бути використаними в процесі викладання навчальних курсів «Військова психологія», «Загальна психологія» та вибіркової дисципліні «Психологічні ресурси людини»

Апробація дослідження. Основні результати дослідження обговорювалися на Круглому столі: «Зміни проявів оптимізму - песимізму у осіб під час війни» (жовтень 2025). Тема доповіді: «Особливості резильєнтності у комбатантів»

Структура роботи складається зі вступу, трьох розділів, висновків та списку використаних джерел (81 найменування, з них – 69 іноземними мовами). Загальний обсяг роботи складає 75 сторінок. Робота містить 4 таблиці, 2 рисунки.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ Й РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИХ РЕСУРСІВ

1.1.Індивідуально-типологічні особливості, що впливають на формування особистості

Індивідуально-типологічні особливості людини у вітчизняній психології традиційно розглядалися через ієрархічний аналіз індивідуальних властивостей, з виділенням різних рівнів психічної організації залежно від природи процесів, що їх визначають. Виділяють два основні класи індивідуальних властивостей, взаємодія яких визначає динаміку психофізіологічних функцій (сенсорних, мнемічних, вербально-логічних тощо) та структуру органічних потреб. Ці властивості вважаються первинними і присутні на всіх рівнях організації психіки та тіла, включно з клітинним і молекулярним рівнями, за винятком специфічних нейродинамічних і білатеральних характеристик на органному та організменному рівнях:

1. Віково-статеві властивості — до них належать вікові характеристики, що поступово розгортаються в процесі онтогенезу, та статевий диморфізм, інтенсивність якого відповідає певним стадіям розвитку індивіда.
2. Індивідуально-типові властивості — включають конституційні особливості (статуру, біохімічну індивідуальність), нейродинамічні характеристики мозку, особливості функціональної організації великих півкуль (симетрія та асиметрія функціонування парних рецепторів і ефекторів)[9].

Типологія особистості будується з урахуванням найбільш стабільних, відносно незмінних характеристик, навколо яких формується своєрідна

«піраміда» менш стійких властивостей. У цьому контексті доцільно спиратися на типології, що базуються на типах темпераменту, оскільки навколо них концентруються інші, менш стабільні особистісні риси відповідно до структури особистості.

Дослідження типологічних властивостей нервової системи входить у ширший контекст вивчення індивідуальних відмінностей між людьми. При цьому кожна людина має як унікальні характеристики, так і спільні для всіх риси. Тому наукове дослідження індивідуального включає виділення загальних властивостей, характерних для всіх, та групування людей за типами, що дає якісну характеристику особистості.

Історично відомі спроби класифікації людей за типами, зокрема за типами темпераменту. Древні гуморальні теорії пов'язували темперамент із властивостями різних рідких середовищ організму. Психологічна характеристика цих типів була узагальнена й систематизована у пізніших працях, однак традиційна термінологія, що включає легкокровний, важкокровний, холеричний та флегматичний типи, відображає старі уявлення про темперамент. Відмінності темпераментів пояснюються поєднанням сили психічних рухів та швидкості їх змін, що визначає індивідуальні афекти та прагнення.

Іншим підходом були конституційні (соматичні) теорії, які виводили темперамент з особливостей статури та фізичних характеристик організму, вказуючи на тісний зв'язок психічних властивостей із фізіологічною структурою тіла.

Теорії типів статури, запропоновані Кречмером і Шелдоном, є історичними концепціями, які намагаються встановити взаємозв'язок між соматотипами та особистістю або психічними розладами (Кречмер, 1925; Шелдон, 1940). Так, німецький психіатр Е Кречмер (1888-1964) розробив теорію особистості, засновану на взаємозв'язку між фізичними рисами та

рисами особистості. До появи теорії Кречмера ранні дослідники пропонували багато інших точок зору на взаємозв'язок між фізичними характеристиками та особистістю. Теорія Кречмера є однією з найвидатніших праць початку 20 століття. Він був німецьким експертом у галузі психічних захворювань. Кречмер побудував свою типологію на основі фізичної та психологічної структури[9]. Відповідно, Кречмер класифікував чотири типи людей: 1) астеничний тип, який має струнке тіло («лептосома») і більш схильний до шизофренії (SCZ); 2) пікнічний тип, який має кругле тіло і схильний до маніакально-депресивного захворювання [біполярний розлад (BD)]; 3) атлетичний тип з мускулистим тілом, який може страждати на епілепсію; та 4) диспластичний тип, який не можна віднести до жодного з інших трьох типів (Kretschmer, 1925). Розглянемо їх коротко. За Кречмером, астеничний або лептосомний тип, а саме люди з високим, худим статурою, маленьким тілом, вузьким обличчям, вузькою груддю, довгими маленькими руками, маленькими м'язами, вузьким підборіддям, плоским животом, запалим обличчям, нестачею крові, мають критичний характер, здатність до абстрактного мислення, мрійливі, примхливі, чутливі, соціально жорсткі та легко ображаються. це люди з шизотипним темпераментом, має ті самі психічні особливості, що й шизофренік, але дуже слабо виражені. Ця група людей намагається налагодити зв'язок із навколишнім світом, схильна до ізоляції та схильна до аутизму та відсторонення. Виражені або домінуючі риси: егоїстичність, мало друзів, складнощі у спілкуванні тощо. Пікнічний тип, тобто людина, яка має круглу статуру, короткий жирний корпус, кругле тіло, кругле обличчя, круглі м'які руки, роздуті груди, жирний живіт. Цей тип має веселу вдачу, оптимістичний, життєрадісний, любить гумор, популярний, має широкі соціальні зв'язки, багато друзів, любить їсти. цей тип темпераменту - циклотимічний, тобто людина з циклічними настроями, її психологічні характеристики відповідають характеристикам милого, але дуже

невиразного депресивного пацієнта. Цій групі легко контактувати з навколишнім світом, легко спілкуватися, легко звикнути до інших людей, легко відчувати радість і смуток, їхній дух відкритий. Характеристики, які виділяються і домінують у порівнянні зі шизотиповим типом, — це багато друзів і легкість у спілкуванні. Зв'язок між фізичним станом і темпераментом полягає в тому, що люди з пікнічним типом конституції, як правило, мають циклотимічний темперамент. Атлетичний тип, тобто людина, яка має змішану фігуру між пікніком і атеїстом, реалістична натура, доміантний характер, екстраверт, ввічлива, висока, сильна людина, великі м'язи, широка грудна клітка, товсте підборіддя. Атлети люблять заняття, що вимагають фізичної сили, вони сміливі, агресивні, адаптивні і впertі[9].

Проте, останні генетичні дослідження переоцінили теорії про типи статури, провівши генетичний кореляційний аналіз, в якому використовуються результати генетичної асоціації з досліджень асоціації геному для вивчення генетичного зв'язку між двома незалежними фенотипами, тобто, теоретично, виключаючи фактори навколишнього середовища. У першому дослідженні було виявлено значну кореляцію між SCZ (шизофренія) і низьким індексом маси тіла (BMI- body mass index) у осіб європейського походження (Bulik-Sullivan et al. 2015); однак кореляції між BD(біполярний розлад) і BMI виявлено не було (Bulik-Sullivan et al. 2015). Після цього проведено дослідження, в якому відтворили значущу негативну кореляцію між SCZ і BMI, але знову не виявили кореляції між BMI і BD в японських зразках (Akiyama et al. 2017). Нещодавно група з вивчення великого депресивного розладу (ВДР) повідомила про позитивну кореляцію між ІМТ та ВДР [цит. за 45] Дослідження особистості в майбутньому дадуть глибше розуміння механізмів за допомогою нейробіології та генетики, які дозволять більш ретельно дослідити, як мозок безпосередньо впливає на поведінку та емоції. Аналіз взаємозв'язку між генетикою та факторами навколишнього

середовища дозволить вченим точніше зрозуміти різні індивідуальні особливості

Тип особистості за В.Шелдоном. Шелдон стверджував, що генетичні та біологічні фактори відіграють вирішальну роль у розвитку особистості. Він також вірив, що представлення цих факторів можна отримати завдяки серії вимірювань, пов'язаних з тілом. На думку Шелдона, існує гіпотетична біологічна структура, а саме морфогенотип (розвиток форми та структури організму), яка є основою фенотипічного фізичного вигляду (характеристики, що спостерігаються людиною) і відіграє важливу роль не тільки у визначенні фізичного розвитку, але й розвитку поведінки. Соматотипування — це спроба виміряти морфогенотип, хоча воно має працювати опосередковано і здебільшого базується на фізичних вимірах (фенотипах). Треба зазначити, що антропометричні дослідження Шелдона були пов'язані з хитрощами, відверто суб'єктивними судженнями та загалом нечіткими, якщо не відверто шахрайськими методами дослідження. Насправді, підхід Шелдона до соматотипізації, спочатку був визнаний і навіть отримав схвалення таких видатних психологів і соціальних теоретиків, як Д. Різман, А. Маслоу, Г.Ліндзі та Г. Мюррей, і широко поширився завдяки працям О. Хакслі, Ч.Морріса, Дж. Сайкса та інших. Проте згодом, вчені висловили застереження щодо можливості співвіднесення певної конфігурації тіла з вродженим темпераментом, що варіюється залежно від конкретних популяцій і конкретних культур[9].

В історії розвитку психології виокремлюють період, в якому теорії темпераменту вивчають типологічні властивості нервової системи тварин і людини. Тривалі лабораторні спостереження І.Павлова та дослідження великої кількості тварин за методом умовних рефлексів дозволили поступово виявити властивості нервової системи та їх прояви в поведінці, а також різні

комбінації цих властивостей. До ключових характеристик нервової системи відносять:

1. Силу основних нервових процесів — збудливого та гальмівного, які постійно взаємодіють і формують цілісну нервову діяльність;
2. Рівновагу цих процесів;
3. Їхню рухливість (пластичність).

Вважалося, що всі ці властивості присутні одночасно і забезпечують високу адаптивність організму до навколишніх умов, що є необхідною умовою виживання. Ці положення теоретично і експериментально обґрунтували провідну роль та динамічні особливості поведінки центральної нервової системи, яка виступає головним регулятором і координатором життєдіяльності організму. На основі цих досліджень було запропоновано відповідність типів нервової системи темпераментам, а встановлені закономірності на тваринах перенесено на вивчення людини, що дозволило розробити фундамент для психологічних типологій особистості.

Одним з найвідоміших біологічних теоретиків був Г. Айзенк, який пов'язував аспекти особистості з біологічними процесами[2]. Теорія особистості Айзенка пропонує цікавий погляд на те, як формується наша особистість, не тільки під впливом навколишнього середовища чи виховання, але й нашої біології. За словами Г. Айзенка, особистість є переважно результатом генетичної спадковості, на яку впливають фізіологічні функції мозку та нервової системи. Його теорія класифікує особистість за трьома широкими вимірами: інтроверсія-екстраверсія, невротизм-стабільність та психотизм. Ці виміри не є просто абстрактними поняттями — вони утворюють ієрархічну модель, що охоплює як загальні типи особистості, так і конкретні види поведінки. Вивчаючи теорію Айзенка, можна краще зрозуміти глибоко вкорінені біологічні фактори, що впливають на нашу індивідуальність.

В часи СРСР було створено теорію інтегральної індивідуальності як «цілісну характеристику індивідуальних властивостей людини». Враховуючи багатофакторність впливів на формування особистості, підкреслювалась інтегрованість усіх природних і соціальних властивостей у структурі індивідуальності. Структура інтегральної індивідуальності розглядається як синтез властивостей організму, психічних процесів, особистості та метаіндивідуальних характеристик. До її компонентів належать система індивідуальних властивостей організму, що включає біохімічні, загальносоматичні та нейродинамічні характеристики; система індивідуальних психічних властивостей, яка охоплює психодинамічні характеристики, темперамент та психічні риси особистості; та система соціально-психологічних індивідуальних властивостей, що відображає соціально обумовлені риси та особливості міжособистісної взаємодії.

В сучасних теоріях темпераменту вагому роль грає теорія Б.Цуканова. За результатами експериментів Б.Цуканова було встановлено, що кожна людина має власну «одиницю часу», яка виконує функцію індивідуального ритмічного кроку, за допомогою якого суб'єктивно вимірюється тривалість подій. Індивідуальні значення цієї одиниці охоплюють неперервний діапазон τ . На основі багаторічних досліджень з'ясовано, що спектр таких значень перебуває у стабільних межах від 0,7 до 1,1 секунди, при цьому представникам різних типів темпераменту властиві свої характерні τ -показники. Зокрема, холерики схильні «поспішати» й відтворюють часові інтервали швидше — $\tau = 0,7$ с; сангвініки також демонструють пришвидшене сприйняття часу — $\tau = 0,8$ с; меланхоліки найточніше відтворюють часові інтервали — $\tau = 1,0$ с; натомість флегматики дещо «запізнюються», маючи найбільший τ -показник — 1,1 с [4].

Сучасні дослідження підтверджують важливу роль вроджених властивостей у формуванні особистості. Показано, що кожна людина з

притаманним їй індивідуальним способом сприйняття вибирає та освоює певну інформацію, зосереджуючи увагу на одних явищах і відкидаючи інші. Було запропоновано підхід до розуміння особистості через типологію індивідуально-особистісних властивостей. В основу індивідуально сформованого стилю сприйняття, обробки та відтворення інформації про навколишній світ покладені провідні тенденції, які охоплюють усі рівні особистості: від базових біологічних характеристик, через характерологічну структуру, до соціальної спрямованості та системи цінностей.

Таким чином, відомо, що у структурі особистості вирізняють біологічні та психологічні компоненти. Протиставлення природного й соціального в межах особистості є недоцільним, оскільки вроджені властивості виступають соціально зумовленими елементами її структури. Біологічні особливості, зокрема сила та врівноваженість нервових процесів, проявляються на рівні механізмів взаємодії індивіда зі світом, що визначає їхню неоднозначну роль у формуванні особистості. Питання впливу біологічних та несвідомих факторів на поведінку також є важливим, і саме тому більш повне розуміння розвитку особистості має бути результатом поєднання різних перспектив, включаючи біологічні, когнітивні та соціальні впливи.

1.2. Особистість. Теорії особистості

Спадкові, психологічні, фізичні та інші фактори можуть впливати на формування особистості фактори навколишнього середовища (Goni, 2016). Особистість людини формується від народження до дорослішання і знаходить себе. Цей розвиток залежить від стану дитини, який є вродженим і гармонійним із зовнішнім середовищем. Його внутрішній і зовнішній досвід також визначають його майбутню особистість. Особистість народилася не тільки з того, що було закладено в її основу, але розвивалася і формувалася

разом з існуючими умовами, що супроводжували її. Сама особистість не є чимось відокремленим від самої себе людиною, а істотою, яку не можна відокремити від цієї людини, тільки людські відносини з його поведінкою виражаються більш чітко і в ситуаціях, які він переживає (Газалі, 2016). Особистість часто визначають як сукупність усіх способів, у які індивід реагує та взаємодіє з іншими (Роббінс, 2008). Особистість — це поведінка людини, яка зазвичай відображається в повсякденному житті, у тому, як вона реагує та вирішує завдання. Особистість — це також унікальні погляди та дії, які відрізняють її від інших. Особистість може формуватися, зберігатися та змінюватися під час соціалізації.

Особистість за Т.М.Титаренко, є силою, що об'єднує й організує окремі життєві епізоди, формуючи унікальне людське життя, особистість активно досліджує й конструює свій світ, це продукт змін[11].

Теорія особистості є відправною точкою для всіх видів мотивації та поведінки. Вона дуже часто ґрунтується на ідеях З. Фрейда, який на початку 20 століття представив свою психоаналітичну теорію. Фрейд розглядав теорію особистості як наслідок розладів, але не міг контролювати несвідомі процеси, які включають думки, почуття та спогади, що не усвідомлюються свідомістю. Він був переконаний, що це несвідоме може бути сукупністю визначальних факторів поведінки, а згодом і розвитку особистості. Для Фрейда Ід, Его та Над-Его є ключовими поняттями, які позначають різні частини людської психіки та взаємодіють, впливаючи на індивідуальну поведінку[30].

Кілька психотерапевтів, натхненні Фрейдом, продовжили розвивати і збагачувати його ідеї, що призвело до появи неофрейдівської школи психології, яку ми знаємо сьогодні. Такі постаті, як К. Юнг, А. Адлер та Е. Еріксон, допомогли створити краще і більш комплексне розуміння особистості, зосередившись на соціальних, культурних та розвиткових силах. Ідеї колективного несвідомого та архетипів були введені К. Юнгом, який

підкреслював спільну нитку людського досвіду та культурних впливів у розвитку особистості. Хоча Фрейд ігнорував колективне несвідоме та архетипи, на яких зосереджувався Юнг, він підкреслював той факт, що ці досвід трапляються в різних культурах. А. Адлер, виходячи з цього, переніс акцент з несвідомого конфлікту на концепцію соціальних інтересів та спільноти, при цьому він стверджував, що почуття неповноцінності та величі є важливими для розвитку особистості. Його погляд на успіх та соціальні відносини через призму термінів «неповноцінність» та «успіх/прагнення до переваги» запропонував більш позитивний та соціальний підхід до особистості.

Е. Еріксон, змінюючи стадії розвитку шляхом додавання перспективи тривалості життя до особистості, вийшов за межі стадій розвитку особистості Фрейда. Його модель психосоціального розвитку виділяє вісім стадій, які включають конкретний конфлікт, який повинен бути вирішений, щоб людина могла розвинути здорову особистість. Еріксон, який був сильно підтриманий соціальними відносинами та культурою, додав, що особистість не припиняє розвиватися після раннього віку. Ці неофрейдистські теоретики внесли значні зміни в оригінальні ідеї Фрейда і змінили не тільки спосіб їх сприйняття, але й їх вплив. Вони підняли важливість теорії особистості на вищий рівень і пов'язали більш соціально мотивовані та розвивальні перспективи, які досі є основою сучасної психології[цит за10].

Гуманістичні теорії особистості підкреслюють важливість вільної волі та індивідуального досвіду у розвитку особистості. До гуманістичних теоретиків належать К. Роджерс та А. Маслоу[57]. К.Роджерс [66] поставив під сумнів психоаналітичну модель, замінивши її своєю гуманістичною психологією. Роджерс визначив самоуявлення людини як основу на якій розвивається особистість. Мета кожної людини — досягти гармонії (рівноваги) у трьох сферах свого життя. Ця рівновага досягається завдяки

самореалізації. Самореалізація стосується трьох сфер, таких як самооцінка, самоуявлення та ідеальне «я». Самореалізація неможлива, якщо ці образи (особливо образ себе та ідеальний образ себе) не збігаються. Це так званий «незбіжний» погляд, і роль терапевта полягає в тому, щоб перетворити цей погляд на збіжний, як шляхом коригування сприйняття людиною свого образу себе та самооцінки, так і шляхом надання «ідеальному образу себе» більш реалістичного характеру. Процес самореалізації призведе до збільшення збігу між цими сферами і сприятиме задоволенню людини життям. У схемі Роджерса кожна з трьох сфер має конкретні завдання. Доки людина не досягне самореалізації, вона буде мати проблеми і залишатиметься в нерівновазі у своїх стосунках зі світом. Роджерс підкреслював, що в плані самореалізації особистість кожної людини є унікальною. Існує дуже мало «шаблонних» особистостей. Це також вносить в терапевтичну дискусію ідею цілісного погляду на людину. Мета, якої прагне досягти більшість людей, хороше життя, як його описує Роджерс, досягається людиною, яка дотримується певних принципів. У своїх дослідженнях Роджерс виявив, що між людьми, які повноцінно функціонують, є спільні риси. Це:

- Прийняття всіх досвідів, включаючи нові.
- Екзистенційний спосіб життя, в якому кожна мить цінується і проживається на повну.
- Рівень довіри до власних рішень.
- Зростання свободи вибору.
- Креативність і адаптивність без необхідності пристосовуватися.
- Надійність і конструктивність у відносинах з іншими.
- Перевага повноцінного життя.
- Ці риси є мінливими у своєму вираженні, і людина здатна самореалізувати їх [66].

Ще, К.Роджерс послідовно відстоював автентичність — узгодженість внутрішнього досвіду та зовнішнього вираження — як ознаку психологічної зрілості. Ця точка зору знаходить відгук у сучасних екзистенціалістах, зокрема у працях Р. Мея, який описував автентичність як мужність дивитися в обличчя своїй реальності без спотворень. Однак автентичне вираження залишається соціально ризикованим. У різних соціальних і культурних контекстах автентичність може суперечити суспільним нормам, які заохочують придушення емоцій і конформність. Автентичність сприяє поглибленню стосунків та підвищенню самооцінки. У терапевтичних та освітніх умовах було доведено, що конгруентність сприяє формуванню довіри та психологічної безпеки. Однак у багатьох професійних та культурних середовищах бути справжнім є ризикованим. Конгруентність може означати незгоду, невпевненість або оскарження панівних норм. З точки зору консультування, моделювання автентичності є надзвичайно важливим. Конгруентність терапевта посилює терапевтичний альянс та покращує результати клієнта. Так само, сприяння автентичності в життєвому досвіді клієнтів стає радикальним актом розширення можливостей.

Отже, за Роджерсом[66], людина майбутнього характеризується рисами, що відображають умови його власної терапії, орієнтованої на людину: конгруентність, безумовне позитивне ставлення та емпатія. Це не тільки терапевтичні умови, а й екзистенційні людські здібності. Роджерс вірив, що людина майбутнього не чіпляється за фіксовані ідентичності, а довіряє процесу саморозвитку та толерує неоднозначність. Сьогодні ідеї Роджерса залишаються надзвичайно актуальними. Теорія самовизначення (Ryan & Deci, [67]) перегукується з акцентом Роджерса на психологічній необхідності автономії, компетентності та взаємозв'язку для благополуччя, відображаючи його увагу до внутрішньої оцінки та автентичного життя. Подібним чином, дослідження уважності та регулювання емоцій підкреслюють відкритість до

досвіду, нереактивність та когнітивну гнучкість як фундаментальні для психологічної стійкості (Kabat-Zinn, [47]).

У 1960-х роках терапія, орієнтована на особистість, стала тісно пов'язана з рухом людського потенціалу, який вважав, що всі люди мають природний потяг до самореалізації. К. Роджерс започаткував терапію, орієнтовану на людину. Ця терапія також відома як недирективна, клієнтоорієнтована[66]. Його ідеї вважалися радикальними, оскільки вони відрізнялися від домінуючих на той час поведінкових і психоаналітичних теорій. Метод Роджерса наголошував на рефлексивному слуханні, емпатії та прийнятті в терапії, а не на інтерпретації поведінки або несвідомих потягів.. У цьому стані людина може проявити свій повний потенціал. За Роджерсом, негативне сприйняття себе може заважати людині реалізувати себе. Роджерс припустив, що в клієнта може існувати стан невідповідності, тобто розбіжність між самооцінкою клієнта та реальністю його досвіду. Ця невідповідність призводить до почуття вразливості та тривоги. Орієнтована на особу терапія базується на гуманістичному переконанні, що клієнт від природи прагне до зростання та самореалізації і має для цього здібності; вона покладається на цю силу для терапевтичних змін. Роль консультанта полягає в тому, щоб створити несудильне середовище, сприятливе для чесного самопізнання. Терапевт намагається підвищити саморозуміння клієнта, відображаючи і ретельно уточнюючи питання, не даючи порад. Терапевт діє, виходячи з припущення, що клієнт найкраще знає себе; отже, життєздатні рішення можуть прийти тільки від нього. Вказівки від терапевта можуть посилити уявлення про те, що рішення проблем лежать зовні. За допомогою самопізнання клієнта та підкріплення його цінності, терапія, орієнтована на особу, має на меті поліпшити самооцінку, підвищити довіру до власних рішень та збільшити здатність людини справлятися з наслідками своїх рішень. Роджерс не вважав, що для психотерапії необхідний психологічний діагноз.

Роджерс визначив три ставлення з боку терапевта, які є ключовими для успіху терапії, орієнтованої на особу. Ці основні умови складаються з точної емпатії, конгруентності та безумовної позитивної оцінки[66].

Отже, К. Роджерс це видатна постать в галузі гуманістичної психології, є тим, хто втілює в життя ідею безумовної позитивної довіри, а також підкреслює значення емпатії та автентичної особистості у відносинах. Щодо бажаності терапевтично орієнтованої особистості, Роджерс пропагував відкриту, автономну і яскраву особистість в середовищі, яке приймає і сприяє самовираженню, вільному від суджень, де внутрішня особистість щаслива відчувати те, як вона сприймає себе. Його клієнтоорієнтований підхід до терапії був розроблений для створення безпечного та сприятливого терапевтичного середовища, що дозволяє клієнту вільно досліджувати та розвиватися, все більше залучаючи та дозволяючи йому залучати інших до процесу вирішення проблем, які його турбують.

Теорія особистості А.Маслоу — це теорія, яка використовується для пояснення того факту, що люди перебувають у постійній боротьбі за перехід з одного рівня на інший, особливо з нижчих рівнів на вищі в житті. Він вказує, що дії людини мотивовані тим, що вона прагне чогось досягти, тому вона бореться за перехід з нижчих рівнів на вищі. Переходячи з одного рівня на інший, люди повинні задовольнити потреби нижчого рівня, щоб перейти на наступний рівень[57]. Тому А.Маслоу був більше зацікавлений у тому, щоб визначити, що робить людей щасливими і на чому вони зосереджуються, щоб досягти цього. Він вважає, що люди мають вроджене бажання, яке змушує їх прагнути до самореалізації, а отже, докладати зусиль, щоб стати тим, ким вони можуть бути. Існує ряд основних потреб, які вони повинні враховувати, щоб досягти цих цілей, таких як потреба в любові, їжі та самоповазі. А.Маслоу представляє рівні людського розвитку у формі піраміди, де потреби найнижчого рівня є найосновнішими, а найвищий рівень або рівень на вершині

містить найскладніші потреби. Основні потреби на нижньому рівні піраміди є базовими, такими як фізичні потреби, які можуть включати потреби в їжі, сні, воді та теплі. Люди повинні бути здатні задовольнити ці потреби, перш ніж перейти на наступний рівень. Потреби змінюються в міру просування людей вгору по піраміді і стають більш психологічними та соціальними. В результаті люди прагнуть любові, близькості та дружби і вважають ці потреби більш важливими. Наступний рівень змушує людей прагнути самоповаги та потреби досягти чогось, чого вони бажають. Перехід від одного рівня до іншого називається процесом зростання та розвитку, щоб мати можливість досягти будь-яких індивідуально встановлених цілей та реалізувати потенціал. Існує ряд принципів, які стосуються цієї теорії[57].

Перший принцип на нижньому рівні вказує на психологічні потреби людей. Психологічні потреби - це найосновніші потреби людини, які є найважливішими для її виживання. До таких потреб належать, зокрема, їжа, вода, повітря та сон. А.Маслоу вважав, що всі ці потреби повинні бути задоволені, перш ніж люди зможуть бажати чогось іншого. Вважається, що вони є найосновнішими, без яких люди не можуть жити, тому жодна вторинна потреба не може бути задоволена, перш ніж не будуть задоволені ці потреби. Більшість з них є очевидними, оскільки людство не може вижити без них[57].

Наступний принцип передбачає потребу людини в безпеці. Люди постійно потребують безпеки та захищеності, тому постійно шукають те, що може задовольнити ці потреби, наприклад, стабільну роботу, безпечне сусідство, житло та медичне обслуговування. Ці потреби реалізуються, оскільки люди відчують, що їм потрібні контроль і порядок у їхньому житті, а отже, фінансова стабільність, безпечне місце проживання, фізична безпека та здоровий спосіб життя. Вони повинні задовольнити ці потреби, перш ніж перейти до наступного рівня життя (Friedman & Schustack, 2016).

Наступний принцип стосується соціальних потреб людей, які прагнуть любові, дружби та близькості серед інших. Ці потреби є менш базовими, ніж ті, що обговорювалися на першому та другому рівнях, і тому деякі люди можуть вижити, не задовольняючи їх. Однак такі потреби, як дружба, романтичні стосунки та підтримка сім'ї, допомагають людині задовольнити потреби в товаристві та прийнятті. Участь у соціальних, громадських та релігійних групах дає людині відчуття приналежності до певної сім'ї та того, що вона не самотня.

Наступний принцип стосується потреб у самоповазі, які виникають у людини після задоволення потреб трьох нижчих рівнів. На цьому етапі люди більше зосереджені на отриманні поваги та визнання з боку інших. Це відбувається, коли люди потребують визнання після досягнення чогось, і тому вони беруть участь у ряді заходів, таких як відвідування школи, заняття спортом, хобі та інші професійні діяльності, щоб бути визнаними. Визнання допомагає людям досягти самоповаги, а отже, стати більш впевненими в собі. Якщо людина не може задовольнити ці потреби, вона може відчувати себе неповноцінною.

Нарешті, принципи, в яких присутнє прагнення до самореалізації. У цьому випадку люди усвідомлюють себе і, отже, більше турбуються про свій особистий розвиток і менше про те, яку думку про них можуть мати інші, якщо вони зроблять певний крок. Тому люди стають більш зацікавленими у повній реалізації свого потенціалу, не турбуючись про визнання або оцінку з боку інших. На цьому етапі люди вже відчують менше почуття неповноцінності і прагнуть досягти життєвих цілей.

Зміни особистості протягом життя. Щоб перейти з одного рівня на інший, як описано в теорії, людина повинна мати внутрішню мотивацію, яка спонукає її до досягнення певної потреби. Воля і внутрішня мотивація забезпечують людям те, що їм потрібно для досягнення потреб рівня, на якому

вони перебувають, щоб вони могли перейти на наступний рівень. Люди мають різні бажання щодо досягнення життєвих і особистих цілей. Незважаючи на те, що у людей є різні мотивації для досягнення особистих цілей, вони по-різному реагують на свої мотивації або волю до особистого розвитку. Деякі можуть вирішити продовжувати переслідувати свої бажання, а інші можуть вирішити ігнорувати їх, оскільки відчують задоволення після досягнення базових потреб на нижчому рівні. Крім того, більшість людей можуть вирішити переслідувати свої бажання з різною швидкістю, завдяки чому одні досягають своїх цілей швидше за інших. Людський мозок розвивається від дитинства до юності, а потім до зрілого віку, і темпи розвитку, здається, відрізняються від однієї людини до іншої. Незважаючи на це, всі люди мають потреби, які вони повинні задовольнити в житті, і тому кожен бореться по-своєму, щоб досягти рівня, на якому він почувається найкомфортніше (Fromm, [31]).

Відомо, що теорія А.Маслоу представляє розвиток особистості поетапно, але деякі рівні в пірамідальній презентації викликають плутанину. Одним з них є той факт, що він представив потреби в безпеці на нижчому рівні, ніж потреби в самоповазі. Потреби в безпеці включають зайнятість, якої неможливо досягти без самоповаги та відвідування школи. Тому самоповага, яка передбачає відвідування школи, повинна бути поставлена на нижчий рівень, ніж безпека, оскільки потреби в самоповазі є тими, які в основному призводять до досягнення безпеки. З цієї точки зору можна сказати, що потреби не розміщені в ієрархічному порядку, а змішані тим чи іншим чином. Більшість людей, як правило, відвідують школу, перш ніж вони можуть досягти безпеки, такої як забезпечення зайнятості. Інша критика полягає в тому, що важко науково довести, що потрібно для самореалізації. Він не наводить переконливих доказів щодо останнього рівня і чітко не вказує, що спонукає людей до задоволення цих потреб на цьому рівні. Незважаючи на

критику, його теорія допомагає представити важливий зсув у психології, оскільки людський мозок розвивається від одного етапу до наступного. Вона сприяє розвитку здорових особистостей. Вона представляє добре відомі потреби, які в основному необхідні людям, щоб вижити в різних середовищах і оточенні (Fromm, [31]).

Таким чином, концепції, запропоновані Маслоу і Роджерсом, зробили процес пошуку людиною можливостей для розвитку особистого потенціалу та досягнення успіху центром уваги і вказали на те, як люди мають вплив на свій прогрес. Однією з головних тем гуманістичної психології є концепція самореалізації, яку Маслоу розглядав як процес пошуку свого потенціалу і становлення найкращою версією себе. «По-перше, є питання психологічних потреб, де в своїй класичній піраміді Маслоу описує період від біологічних функцій до самореалізації як останній етап самореалізації. Маслоу постулював, що спочатку слід задовольнити цілі нижчого рівня (тобто їжа, безпека, приналежність), перш ніж звернути увагу на цілі вищого рівня, такі як повага та самореалізація. Ті, хто погоджується з цією точкою зору, вважають, що особистісний розвиток є послідовним процесом, який складається з таких елементів, як особистісна реалізація та становлення найкращою версією себе.

Отже, гуманістичні теоретики просувають концепцію самореалізації, яка полягає у вродженій потребі в особистому зростанні та тому, як особисте зростання мотивує поведінку. Згідно з цим підходом, люди від природи добрі і мають природну схильність прагнути зробити себе і світ кращими.

Скіннер базував свою думку на біхевіоризмі, згідно з яким він пояснював, що поведінка, яка призводить до появи особистості, засвоюється через асоціацію з навколишнім середовищем. З іншого боку, Бандура віддавав перевагу когнітивним процесам, таким як навчання шляхом спостереження за іншими людьми. Бандура погодився з біхевіористськими теоріями навчання

класичного умовного рефлексу та оперантного умовного рефлексу але, що важливо, додав наступне:

- Між стимулом і реакцією відбуваються посередницькі процеси.
- Поведінка засвоюється через спостереження за навколишнім середовищем.

Як результат, як екологічні, так і когнітивні фактори разом впливають на навчання та поведінку людини. В теорії Бандури стверджується, що людина набуває поведінки через поєднання підкріплення й імітації, де «імітація — це відтворення навчання через спостереження» (Gross, [37]). Теорія соціального навчання Бандури надає корисну основу для розуміння того, як людина навчається через спостереження та моделювання. Когнітивні процеси відіграють центральну роль, оскільки учні повинні осмислити та засвоїти те, що вони бачать, щоб відтворити поведінку. Психологічна обробка необхідна для узгодження когнітивних процесів та поведінки між спостереженням та виконанням. Хоча існує кілька понять, які мають вирішальне значення для розуміння теорії Бандури, наступні є основними [13]:

- Люди навчаються через спостереження.
- Підкріплення та покарання мають непрямий вплив на поведінку та навчання.
- Когнітивні фактори впливають на те, чи буде поведінка засвоєна.
- Навчання передбачає моделювання, але не вимагає зміни поведінки.

Так, теорія соціального навчання А. Бандури [13] передбачає, що людина вчиться соціальній поведінці, спостерігаючи та імітуючи поведінку інших. Бандура усвідомив, що пряме підкріплення саме по собі не може пояснити всі типи навчання, тому він додав до своєї теорії соціальний елемент, стверджуючи, що люди вчаться, спостерігаючи за іншими. Його теорія вважається мостом між біхевіористською та когнітивною теоріями навчання, охоплюючи увагу, пам'ять та мотиваційні процеси (Muro & Jeffrey, 2008).

Теорія стверджує, що у відповідь на спостереження, імітацію та моделювання навчання може відбуватися навіть без зміни поведінки (Bandura, [13]).

Г.Олпорт і Р.Кеттелл були першими дослідниками, які зробили кроки для вимірювання особистості за допомогою фіксованих рис, тим самим заклавши основу для теорій рис. Г.Олпорт часто згадується як людина, яка запровадила комплексну систему, що пояснює риси характеру, підкреслюючи важливість унікальності кожної людини, а також поділяючи риси на основні, центральні та вторинні. Робота Г.Олпорта над індивідуальністю та його особистий досвід заклали основу для подальших досліджень у цій галузі[12].

Р. Кеттелл зробив багато внесків у психологію, але, мабуть, найбільше він відомий своєю теорією особистості. Кеттелл розробив свою модель у зрілому віці, і його робота в галузі психометричних досліджень та факторного аналізу вилилася в цю унікальну точку зору, щодо особистості. Як і в усіх своїх роботах, Кеттелл застосовував статистичний, вимірюваний підхід до вивчення особистості, а не використовував спостереження та якісні дослідження. Застосовуючи факторний аналіз до особистості, він розділив дані на три частини, щоб отримати великий, всеосяжний метод вибірки. Три типи були такими[21]:

- Дані про життя (L-дані) – L-дані включають інформацію про повсякденну поведінку людини та її поведінкові моделі. Сюди входять такі речі, як оцінки, отримані в школі, сімейний стан, соціальні взаємодії тощо.
- Експериментальні дані (Т-дані) – Т-дані включають записані реакції на стандартизовані експерименти в лабораторних умовах, призначені для тестування реакцій учасників на певні ситуації.
- Дані анкети (Q-дані) – Q-дані включають відповіді на питання про поведінку та почуття учасників. Ці дані дають більш глибоке уявлення

про особистість людини, яке не завжди можна отримати за допомогою даних про поведінку.

Метою теорії особистості Кеттелла було створення системи класифікації рис особистості[22]. Він удосконалив раніше складені списки рис і звужив категорії, щоб ще більше спростити описи особистості, ніж його попередники. Версії раніше складених класифікацій, такі як таксономія, створена психологами Г. Олпортом і Г.Одбертом у 1936 році, містили тисячі рис особистості і мали менш чіткі розмежування. Теорія факторів особистості Р. Кеттелла мала на меті як вдосконалити попередні таксономії, так і створити більш чіткі межі. Кеттелл зрештою визначив 16 рис особистості, які кожна людина має в різній мірі. Ці риси особистості називаються «первинними факторами», які індивід може проявляти в межах діапазону крайнощів. 16 первинних факторів особистості, описаних у теорії особистості Кеттелла, є такими:

- ✓ Теплота
- ✓ Розумність
- ✓ Емоційна стабільність
- ✓ Домінантність
- ✓ Жвавість
- ✓ Дотримання правил
- ✓ Соціальна сміливість
- ✓ Чутливість
- ✓ Пильність
- ✓ Абстрактність
- ✓ Побоювання
- ✓ Відкритість до змін
- ✓ Самостійність
- ✓ Перфекціонізм
- ✓ Напруженість

Кеттелл використовував свою теорію факторів особистості для розробки опитувальника 16 факторів особистості (16PF)[22]. 16PF — це тест особистості, який використовується для оцінки учасників у різних сферах. На відміну від тестів особистості, які прямо запитують респондентів про їхні риси особистості, 16PF запитує про певні ситуації та їхню реакцію на ці ситуації.

Таким чином, Р. Кеттелл не тільки запозичив ідеї з роботи Г.Олпорта, але й використовував статистичні методи, включаючи факторний аналіз, щоб визначити основні виміри особистості, відкриття яких дало початок 16 основним факторам особистісних характеристик, які можна виміряти. Це було знаковим досягненням у дослідженні особистості. Підхід на основі теорії рис є одним з найвизначніших напрямків у психології особистості. Згідно з цими теоріями, особистість складається з низки загальних рис. Риса — це відносно стабільна характеристика, яка зумовлює певну поведінку індивіда. По суті, це психологічний «план», який визначає моделі поведінки.

До найвідоміших теорій рис особистості належать тривимірна теорія Г.Айзенка та п'ятифакторна теорія особистості. Айзенк запропонував теорію особистості, засновану на біологічних факторах, стверджуючи, що люди успадковують тип нервової системи, який впливає на їхню здатність до навчання та адаптації до навколишнього середовища. У 1940-х роках Айзенк працював у психіатричній лікарні Маудслі в Лондоні. Його робота полягала в тому, щоб провести первинну оцінку кожного пацієнта до того, як психіатр діагностував його психічний розлад. Завдяки цій посаді він склав низку питань про поведінку, які згодом застосував до 700 солдатів, які лікувалися в лікарні від невротичних розладів (Айзенк, 1947). Він виявив, що відповіді солдатів, здавалося, природно пов'язувалися одна з одною, що свідчило про наявність ряду різних рис особистості, які виявлялися у відповідях солдатів. Він назвав ці риси особистості першим порядком. Г.Айзенк використовував факторний аналіз. Ця техніка зводить поведінку до ряду факторів, які можна згрупувати

за окремими рубриками, які називаються вимірами. Айзенк дійшов висновку, що існує наступні основні виміри особистості: інтроверсія/екстраверсія (E); невротизм/стабільність (N). Айзенк назвав ці риси особистості рисами другого порядку. Особистість залежить від балансу між процесами збудження та гальмування вегетативної нервової системи (ВНС). На його думку екстраверти товариські, прагнуть гострих відчуттів і змін, тому швидко нудьгують. Вони, як правило, безтурботні, оптимістичні та імпульсивні. Вони схильні ризикувати і шукати гострих відчуттів. Айзенк стверджував, що це пов'язано з тим, що вони успадкували слабку нервову систему і тому шукають стимулів, щоб відновити оптимальний рівень збудження. Інтроверти знаходяться на іншому кінці цієї шкали, вони тихі та стримані. Вони вже надмірно збуджені і уникають відчуттів та стимулів. Інтроверти стримані, планують свої дії та контролюють свої емоції. Вони, як правило, серйозні, надійні та песимістичні.

Невротизм/Стабільність. Рівень невротизму людини визначається реактивністю її симпатичної нервової системи. Нервова система стабільної людини, як правило, менш реагує на стресові ситуації, залишаючись спокійною і врівноваженою. З іншого боку, людина з високим рівнем невротизму буде набагато більш нестабільною, схильною до надмірної реакції на подразники і може швидко турбуватися, гніватися або боятися. Такі люди надмірно емоційні і їм важко заспокоїтися, коли вони розхвилюються. Невротичні особи мають вегетативну нервову систему, яка швидко реагує на стрес.

Пізніше Айзенк додав третю рису (вимір), яку назвав психотизмом і яка характеризується відсутністю емпатії, жорстокістю, самотністю, агресивністю та конфліктністю. Це пов'язують із високим рівнем тестостерону. Чим вищий рівень тестостерону, тим вищий рівень психотизму, а низький рівень пов'язують із більш нормальною, збалансованою поведінкою. Він особливо

цікавився характеристиками людей, які, на його думку, реалізували свій потенціал як особистості.

За Г. Айзенком, два виміри — невротизм (стабільність проти нестабільності) та інтроверсія-екстраверсія — поєднуються, утворюючи різноманітні характеристики особистості. Ці виміри можуть бути використані для пояснення широкого спектру людської поведінки та відмінностей в особистості.

П'ятифакторна модель є найбільш знаковою моделлю особистості в сучасній психології і досі часто служить основою теорії психології особистості, а додаткові фактори виступають допоміжними факторами, що дозволяють ще більше розрізнити людей. П'ять основних рис особистості, а саме відкритість до досвіду, усвідомленність, екстраверсія, доброзичливість і невротизм, упорядковані за континуумом, що дозволяє виміряти широкий спектр психологічних характеристик за допомогою анкет самооцінки. Головна перевага цієї теорії полягає в надійності та вимірюваності особистості, а також у науковому підході до вивчення особистості, що надає дослідникам інструменти для вивчення особистості та її різних проявів.

П'ятифакторна модель (FFM), широко відома як «Велика п'ятірка», є надзвичайно геніальною інклюзивною моделлю, яка проливає світло на генетику та нейробіологію, а також на вплив навколишнього середовища. За допомогою цієї моделі дослідники можуть аналізувати можливості впливу біологічних факторів та соціального контексту на риси особистості в комплексі, таким чином, загальний погляд на розвиток особистості є всебічним. Сучасні перспективи вказують на важливість соціальних процесів та формування ситуації у розвитку особистості. Методи, такі як «Взаємодія особистість-ситуація», які стверджують, що характер людей формується залежить від контексту, в якому вони перебувають, є дуже корисними для визначення ролі обставин у їхній поведінці. У цьому відношенні термінологія

особистості як сукупності факторів, пов'язаних з конкретними особами, відхиляється на користь розуміння особистості як ступеня, в якому людина є динамічною в різних ситуаціях.

Характеристики особистості. Щоб зрозуміти психологію особистості, важливо дізнатися про деякі ключові характеристики того, як працює особистість: Особистість є організованою та послідовною. Людина схильна виявляти певні аспекти своєї особистості в різних ситуаціях, і наші реакції, як правило, є стабільними. Хоча особистість зазвичай є стабільною, на неї може впливати оточення. Наприклад, хоча ваша особистість може змушувати вас бути сором'язливим у соціальних ситуаціях, надзвичайна ситуація може змусити вас стати більш відвертим і ініціативним. Особистість зумовлює поведінку. Людина реагує на людей і предмети у вашому оточенні на основі власної особистості. Від ваших особистих уподобань до вибору кар'єри — на кожен аспект вашого життя впливає власна особистість.

Соціально-когнітивні теорії надають пріоритет когнітивним механізмам та механізмам навчання через спостереження у своїх концептуалізаціях людини. Поєднуючи їх з когнітивними процесами, поведінковими факторами та умовами навколишнього середовища, ці ідеї показують, що людська поведінка є набагато ширшою темою, якщо взяти до уваги думки та наші дії. Звичайно, соціально-когнітивні теорії не включають ідею вроджених або несвідомих факторів, але вони мають свої власні виклики, коли намагаються пояснити весь процес. Противники зазначають, що когнітивні процеси та соціальне навчання є ключовими компонентами, але вони не дають повного уявлення про розвиток людини.

Особистість розглядається як диспозиційний агент, що впливає на інтерпретацію та реакцію індивіда на навколишнє середовище (McCrae & Costa,[24], [54]). Мішель і Шода запропонували теорію когнітивно-афективної системи особистості, стверджуючи, що особистість впливає на те, як індивіди

кодують та оцінюють інформацію, що надходить з навколишнього середовища. Таким чином, хоча поведінка може коливатися, існує стабільність у тому, як поведінка кожної людини змінюється від однієї ситуації до іншої. Другим конструктом, що відображає ситуаційні відносини особистості, є афективність (особливо станова афективність), яка схиляє людей оцінювати свої переживання через негативний або позитивний настрій. Іншими словами, особистість відіграє важливу концептуальну роль у поясненні змінних, пов'язаних з роботою (у нашому випадку військовий моральний дух), але спосіб, у який індивіди інтерпретують ситуативні фактори, на які впливає позитивна або негативна афективність, може додати додаткове пояснення.

Отже, міждисциплінарний підхід дозволяє краще дослідити особистість, враховуючи всі біологічні, психологічні та соціальні взаємодії. У паралельному розвитку психологічних теорій вони підкреслюють різноманітність людського досвіду та ставлять під сумнів універсальну класифікацію людської поведінки. Підсумовуючи, історія теорій особистості показує необхідність збирання різних уявлень для пояснення різноманітності людської поведінки, що прокладе шлях до кращих і більш переконливих досліджень.

1.3. Резильєнтність у військовій сфері

Резильєнтність часто описують і визначають як здатність відновлюватися або процвітати та протистояти наслідкам стресових подій (Connor & Davidson, [23]). Хоча існують певні суперечки щодо цього терміна, більшість визначень включають два аспекти: позитивну адаптацію та несприятливі обставини (Fletcher & Sarkar, [32]).

Резильєнтність — це внутрішні ресурси людини та її загальна здатність адаптуватися до змін у навколишньому середовищі. Вона діє як внутрішній

захисний фактор, що позитивно впливає на життя людей [32], допомагаючи їм справлятися зі стресом і адаптуватися до складних умов [23]. Попередні дослідження перевіряли вплив резильєнтності на різні групи населення. Кім, Парк і Квон виявили, що медсестри з вищим рівнем резильєнтності рідше страждають від вигорання. Аналогічно, дослідження показали, що працівники дитячих садків з вищим рівнем резильєнтності рідше страждають від вигорання[58]. У тому ж дусі дослідження студентів коледжів показали, що резильєнтність має важливий посередницький ефект, знижуючи їхній рівень стресу та покращуючи психологічне самопочуття [23]. Водночас дослідження солдатів показало, що резильєнтність має психологічний модулюючий ефект — коли солдати армії переживають складні травми, які можуть призвести до суїцидальних дій, резильєнтність має посередницький ефект у цьому процесі. Аналогічно, було показано, що резильєнтність опосередковує взаємозв'язки між факторами, що впливають на адаптацію до військового життя [27],[28].

Отже, резильєнтність широко характеризується як здатність підтримувати здорове психологічне та фізіологічне функціонування в умовах високого стресу та травми (Wu et al., [81]). Отже, оцінка, сприяння та підтримка резильєнтності мають особливе значення у військовому середовищі. Останнім часом стійкість військовослужбовців у військових організаціях зосереджувалася переважно на стресі та викликах, пов'язаних з розгортанням. Однак до військових, які не беруть участі в розгортанні, застосовуються кілька категорій стресогенних факторів, включаючи робочі, соціальні, міжособистісні та сімейні стресогенні фактори (Masten [59], Brooks & Greenberg, 2018), а також широко обговорювана гармонія між фізичним і психологічним тренуванням стійкості (Nindl et al., [64]).

Канадські збройні сили (CAF) визначають резильєнтність як здатність солдата швидко відновлюватися, протистояти і, можливо, навіть процвітати в умовах прямих і непрямих травматичних подій та несприятливих ситуацій у

гарнізоні, під час навчання та в оперативних умовах (Hellewell & Cernak, [39]). Австралійські збройні сили (ADF) визначають резильєнтність як здатність окремих осіб, команд та організацій адаптуватися, відновлюватися та процвітати в ситуаціях ризику, викликів, небезпеки, складності та несприятливих обставин (Gilmore, [35]). Хоча це визначення схоже на визначення CAF, ADF включає команди та організацію, таким чином розглядаючи це поняття з більш широкої системної перспективи. Однак очевидно, що стійкість є багатограним поняттям, і наголошується на здатності не тільки справлятися з ситуацією, але й працювати на повну силу.

Зростання уваги до ефективності призвело до того, що такі поняття, як витривалість і стійкість/резильєнтність, стали все більш важливими у формуванні високопродуктивного солдата (Krueckel et al., [53]). Витривалість — це тип особистості, який сформувався як сукупність взаємопов'язаних рис характеру, таких як відданість, контроль і готовність до викликів (Maddi et al., [55]). Витривалість складається з когнітивних процесів і рис характеру, які діють як буфери, що захищають індивідуальне благополуччя від негативного впливу травматичних і серйозних життєвих стрес-факторів (Stoppelbein et al., [73]). Дослідження показали, що витривалість може підвищити індивідуальну стійкість завдяки захисту, який вона забезпечує від впливу стресу на здоров'я та працездатність (Bartone et al., [14]). Ці витривалі установки пов'язують із стійкістю та високою працездатністю як у цивільних, так і у військових зразках, зокрема в умовах стресу (Hystad et al., [43]; Maddi et al., [55]). Збільшення нетрадиційних військових завдань, які регулярно виконують солдати армії, ще більше підкреслило ризиковані, складні, небезпечні, комплексні та несприятливі умови, в яких перебувають солдати (Gilmore, [35]). Для того щоб військовослужбовці могли впоратися зі стресом сучасних військових операцій та іншими аспектами військової кар'єри, не можна недооцінювати важливість оптимальної психологічної резильєнтності

(Kamphuis et al., 48). В наукових джерелах стверджується, що стійкість відіграє вирішальну роль у результатах діяльності, оскільки було виявлено, що відсутність стійкості сприяє поганим військовим результатам та ефективності (Gilmore, [35]). Van Wijk і Martin [78] вказали, що специфічні оперативні умови, з якими стикається комбатанти, можуть мати згубний вплив на самопочуття солдатів. Отже, підвищена стійкість була визначена як особливо корисна для комбатантів, які витримують суворі умови військової служби та життя. Бойова готовність військовослужбовців стосується рівня психологічної та фізичної підготовленості, що досягається завдяки тренуванням та заходам, спрямованим на підвищення здатності особи успішно виконувати конкретні військові завдання (Shinga, 2016). Так, бойова готовність солдата стосується не тільки відсутності симптомів поганого здоров'я, а й стану благополуччя та загальної стійкості, що дають солдатам можливість оптимально діяти в складних ситуаціях та умовах.

Оцінка настрою може дати уявлення про психологічний дистрес (Van Wijk et al., [79]), причому позитивний емоційний стан сприяє індивідуальній стійкості (Daphne, [25]). Troy і Mauss (2011) висунули гіпотезу, що люди з вищою внутрішньою здатністю до емоційної регуляції частіше виявляють стійкість після негараздів. Хоча існує безліч стратегій емоційної регуляції, Troy і Mauss [75] висунули гіпотезу, що використання стратегій когнітивної переоцінки призводить до більш адаптивних і менш негативних емоційних реакцій, а отже, до вищої стійкості. Крім того, культивування позитивних емоцій може бути особливо корисним для формування стійкості до стресових подій (Tugade & Fredrickson, [76]). Відомо, що люди, які переоцінюють, відчувають і висловлюють вищий рівень позитивних емоцій і менше негативних емоцій, ніж люди, які пригнічують (Gross & John, 2003). Таким чином, розуміння емоційних станів і впровадження втручань, зосереджених на стратегіях переоцінки позитивних емоцій, може підвищити стійкість, коли

людина стикається з негараздами. Вимірювання змін в емоційній регуляції виявилися корисним показником психологічної адаптації в оперативних розгортаннях (Institute for Maritime Medicine, [44]). Оскільки адаптація є результатом стійкості (Van Wijk & Martin, [78]), вимірювання настрою та стратегій регулювання емоцій є корисними показниками для визначення індивідуальної стійкості.

Розвиток резильєнтності був включений до програми підготовки солдатів до відправлення на службу через його потенційний пом'якшувальний ефект на певні стресові фактори, пов'язані зі здоров'ям та результатами діяльності (Bartone et al., [14]). На травматичну реакцію на події впливає резильєнтність до її виникнення (Doody et al., [28]). Дослідження показали, що резильєнтність негативно пов'язана з посттравматичним стресом і відіграє пом'якшувальну роль між стресовими факторами після розгортання та розвитком симптомів посттравматичного стресу серед солдатів (Wooten, [80]).

Зростання уваги у військовому середовищі до таких пов'язаних з результативністю концепцій, як витривалість і резильєнтність (Krueckel et al., [53]), підкреслює важливість інструменту оцінки, який є актуальним для використання у військовій сфері. Забезпечення найвищого рівня бойової готовності власних сил залежить від валідних і надійних оцінок, що забезпечують точні вимірювання аспектів, пов'язаних з результативністю. Використання точних і психометрично обґрунтованих вимірювань, пов'язаних з результативністю, забезпечує потенційні орієнтири, на основі яких можна розпочати навчання та розвиток, щоб надати солдатам можливість протистояти та долати виклики, які перешкоджають досягненню оптимальної результативності. Van Wijk і Martin [78] натякнули на існування багатьох доступних оцінок, які є відносно ефективними для прогнозування стійкості до несприятливих обставин; проте вони визнали, що ці інструменти часто не підходять через унікальні умови, в яких працюють деякі солдати.

Розвиток військової резильєнтності зосереджується на посиленні сильних сторін солдатів, але особливо на управлінні негативними наслідками, які мають на них бойові дії та виконання місій. Бойовий дух військових визначається їхньою впевненістю у власних силах, а також психічною стійкістю до складних і важких ситуацій, що виникають під час виконання доручених місій. Мотивація військовослужбовців, як на індивідуальному, так і на колективному рівні, є фундаментальною основою морального духу. Бойовий дух вважається одним із вирішальних компонентів військового успіху (Ivey, [46]) та ефективності як окремих військовослужбовців, так і підрозділів (Britt & Dickinson, [18]). Maslach і Leiter [58] та Maslach et al., van Woert et al. розробили поняття морального духу у військовому контексті, концептуалізувавши його через залученість до роботи (WE) та вигорання (BO). Вони стверджували, що елементи високого військового морального духу, такі як ентузіазм і наполегливість, можуть бути дуже схожими на ключові елементи WE. По-перше, енергійність як високий рівень енергії та психічної стійкості, готовність докладати зусиль у своїй роботі та наполегливість навіть у складних ситуаціях, а по-друге, відданість як сильна залученість у свою роботу та відчуття значущості, ентузіазм, натхнення, гордість і виклик (Schaufeli et al., [70]). З іншого боку, ключові елементи вигорання були концептуалізовані як виснаження, тобто вичерпання психічної енергії, та цинізм, тобто негативне ставлення до роботи (Maslach et al., [58]). Як BO, так і WE окремо продемонстрували позитивну або негативну кореляцію (відповідно) з результативністю (Christian et al., 2011; Demerouti & Cropanzano, 2010). Підтримка морального духу під час військових операцій є важливим елементом збереження стійкості /резильєнтності та рішучості членів збройних сил. Ключовими аспектами такої підтримки є розвиток міцних міжособистісних відносин та культури командної роботи. Публічне визнання індивідуальних та колективних досягнень не тільки підвищує задоволеність,

але й підсилює бойовий дух військ. Забезпечення належного доступу до якісного обладнання та належних умов проживання є важливим фактором, що сприяє добробуту та моральному духу військовослужбовців. Ефективна логістика та належне постачання є ключовими факторами у забезпеченні ресурсів, необхідних для успішного виконання місії. Надання ефективних засобів для підтримання контакту з родинами значно сприяє емоційному благополуччю військовослужбовців. Впровадження програм психологічної підготовки та стійкості відіграє важливу роль в управлінні стресом і травмами. Глибоке розуміння мети та важливості місії відіграє вирішальну роль у підтримці бойового духу, надаючи чітку та мотивуючу мету. Комплексний підхід до бойового духу охоплює соціальні, психологічні та логістичні аспекти, створюючи таким чином сприятливе середовище для оптимального виконання військовослужбовцями своїх завдань.

Markova MV, Aliieva TA, Markov AR, Korop OA, Lisovaya EV, Babych VV, Vyazmitinova було проведено детальний аналіз характеру депресивних та тривожних проявів, що дозволило визначити предиктори порушення адаптації у комбатантів [60].

Резильєнтність можна розвинути за допомогою тренувань, часу та індивідуальних зусиль. В більшості збройних сил європейських держав відбувається розвиток військового персоналу, який є систематично спланованим процесом, що включає різні тренінги, національні та міжнародні навчання, управління стресом та тренінги з попередження самогубств. Однак в аналізі системи бракує конкретного акценту на важливості тренінгів з резильєнтності в контексті сучасних геополітичних подій. Тому ймовірно, що перегляд та доповнення існуючої системи підготовки у збройних силах сприятиме підготовці військовослужбовців до прийняття та подолання нових викликів.

Таким чином, резильєнтність розглядується як здатність відновлюватися після стресових ситуацій, як здатність підготуватися до виживання в потенційних надзвичайних ситуаціях, а процес формування стійкості є довгостроковим і багатокomпонентним, що охоплює як здатність виживати в невизначених або бойових умовах. Резильєнтність зазвичай розуміють як здатність справлятися зі складними подіями, такими як стрес, травма або довгострокові катастрофи, а також здатність відновлюватися після реакцій на події. У військовому контексті резильєнтність зазвичай розуміється як фізична та психологічна стійкість військовослужбовців, здатність долати негативні наслідки невдач та пов'язаного з ними стресу на військову ефективність та бойову дієздатність.

ВИСНОВКИ ДО ПЕРШОГО РОЗДІЛУ

1. Показано, що формування особистості є результатом взаємодії біологічних і психологічних чинників, де природні задатки набувають соціального змісту. Біологічні особливості не визначають особистість безпосередньо, а лише створюють передумови для її розвитку в соціальному середовищі. Повне розуміння природи особистості можливе лише за умови інтеграції біологічного, когнітивного та соціального підходів.

2. Надано історія розвитку теорій особистості, яка засвідчує важливість їх вивчення, оскільки поєднання різних підходів і концепцій дає змогу глибше зрозуміти багатоманітність людської поведінки та створює підґрунтя для більш змістовних і переконливих наукових досліджень.

3. Зазначено, що резильєнтність часто описують і визначають як здатність відновлюватися або процвітати та протистояти наслідкам стресових подій. Резильєнтність — це внутрішні ресурси людини та її загальна здатність адаптуватися до змін у навколишньому середовищі. Резильєнтність це й

здатність підтримувати здорове психологічне та фізіологічне функціонування в умовах високого стресу та травми Для того щоб військовослужбовці могли впоратися зі стресом сучасних військових операцій та іншими аспектами військової кар'єри, не можна недооцінювати важливість оптимальної психологічної резильєнтності.

4. У військовому контексті резильєнтність зазвичай розуміється як фізична та психологічна стійкість військовослужбовців, здатність долати негативні наслідки невдач та пов'язаного з ними стресу на військову ефективність та бойову дієздатність

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ Й РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ У КОМБАТАНТІВ

2.1. Методики дослідження військовослужбовців

Військовослужбовці регулярно стикаються з низкою унікальних стресових життєвих подій. Жодна з існуючих шкал не є релевантною для військовослужбовців, оскільки щоб бути придатною для досліджень, шкала бойового досвіду повинна бути простою в застосуванні, легко оцінюватися, мати надійні психометричні властивості (тобто внутрішню стабільність, надійність повторного тестування) та певний ступінь зовнішньої валідності.

Методики дослідження військовослужбовців можна розподілити на декілька напрямів:

1. Випробування військових традиційно зосереджувалися на класифікації кандидатів на основі інтелекту та здібностей (Waters, 1997). Хоча часто включали патологічні показники для відбору рекрутів, нормальна особистість рідко бралася до уваги (Hunt, Wittson, & Harris, 1944; Wigdor, Garner, & National Research Council Committee on Ability Testing, 1982). Типовий військовий новобранець повинен пройти письмовий тест на когнітивні здібності та психологічне інтерв'ю, призначені для «відбору» осіб з ненормальною особистістю. Нерозуміння нормальної особистості та надмірний акцент на інтелекті на початку 20 століття, можливо, сприяли цьому упущенню. Однак із створенням тестів на нормальну особистість, таких як 16-факторний тест особистості (16PF), створений Cattell [22], вимірювання особистості стало простішим. Дві інші проблеми сприяють необхідності оцінки нормальних рис особистості у військових умовах. По-перше, зміна ролі військового персоналу з воїна на міжнародного миротворця вимагає іншого типу особистості. По-друге, розширення використання приватних

парамілітарних підрядників та цивільної поліції в закордонних операціях збільшує необхідність забезпечення придатності тих, хто служить.

Анкети для самооцінки особистості, що оцінюють нормальну особистість, можуть бути способом проведення скринінгу, який є більш ефективним з точки зору часу та значно дешевшим, ніж співбесіди (Society for Industrial and Organization Psychologists, 2009). Замість проведення індивідуальних співбесід для визначення придатності, оцінювання можна проводити одразу для великих груп. З появою комп'ютеризованого тестування також зникла необхідність купувати швидкопсувні матеріали. Використання самооцінки особистості як інструменту скринінгу замість співбесіди не тільки заощадить кошти військових і парамілітарних організацій, але й скоротить загальний час на зарахування нових рекрутів. Оцінка нормальної особистості може стати дієвим інструментом відбору, який зменшує міжособистісні упередження, що можуть бути присутніми під час співбесіди (Dougherty, Turban & Callender, 1994), та додає додаткову інформацію, таку як чесність, яку може бути важко, а то й неможливо оцінити під час співбесіди. Особистісні риси, пов'язані з бойовою ефективністю, часто включають високу екстраверсію для готовності до бойових дій, високу емоційну стабільність для стійкості в умовах стресу та високу сумлінність для виконання завдань.

Зазвичай використовується модель особистості «Велика п'ятірка». П'ятифакторна модель особистості стала однією з домінуючих парадигм у психології особистості. Вона описує особистість через те, як люди сприймають і інтерпретують події, думки та почуття у своєму житті, включаючи такі фактори, як відкритість до досвіду (Ope), сумлінність (Con), екстраверсія (Ext), приємність (Agr) та невротизм (Neu). Особи з високим рівнем Ope, як правило, відкриті до фантазій, естетики, почуттів, дій, ідей та цінностей; сумлінні люди є компетентними, організованими, сумлінними, прагнуть досягнень, самодисциплінованими та обдуманими; екстраверти, як

правило, теплі, товариські, впевнені в собі, активні, прагнуть гострих відчуттів і переживають більше позитивних емоцій. Особи з високим рівнем *Agg*, як правило, надійні, прямі, альтруїстичні, поступливі, скромні та чуйні; а невротичні особи характеризуються схильністю до негативних емоцій, таких як тривога, гнів і депресія, а також імпульсивністю та вразливістю (McCrae & Costa, [54]). Бійці часто демонструють низький рівень невротизму та приємності, а іноді й нижчий рівень екстраверсії, хоча це може варіюватися залежно від конкретної ролі та має суперечливі висновки.

2. У сучасному науковому просторі представлено широкий спектр підходів до тлумачення психічних станів комбатантів на різних етапах їхнього бойового досвіду — до, під час і після участі у збройних діях. Дослідники аналізують ці стани як з огляду на специфіку військово-професійної діяльності, так і в межах загальнонаукових концепцій психічного розвитку та адаптації особистості. Концепція, похідна від Другої світової війни, що фізична реальність може бути під впливом думок, переконань та очікувань, ілюструє, як ставлення значно впливає на загальний стан духу солдата, а його емоційний та психічний стан є важливим для збереження рівноваги у складних ситуаціях. Наприклад, шкала настрою Брунеля (BRUMS) (Terry et al., 1999) була розроблена на основі Профілю настрою (McNair et al., 1971). BRUMS вимірює шість ідентифікованих станів настрою за допомогою анкети самооцінки, в якій респонденти оцінюють список з 24 прикметників. Прикметники — це слова, що описують почуття людей. Респонденти оцінюють за п'ятибальною шкалою Лікерта, як вони почувалися протягом попереднього тижня. Відповіді на питання варіюються від «зовсім не» (0) до «надзвичайно» (4). Шість факторів, що вимірюються за допомогою цієї шкали, це: напруга, депресія, гнів, енергійність, втома та розгубленість. Загальний бал дистресу настрою також можна обчислити, підсумувавши всі бали підшкал, крім підшкали енергійності, яка віднімається. Таким чином, вищі бали за

відповідними підшкалами вказують на більшу поширеність стану настрою, а вищий загальний бал дистресу настрою також вказує на більший дистрес настрою. Зареєстровані коефіцієнти альфа коливалися від 0,66 до 0,89 для відповідних субшкал (Van Wijk, [76]). BRUMS надає інформацію про зміни настрою і використовується в SAN як самооціночний індикатор посттравматичних стресових симптомів після розгортання (Van Wijk et al., [78]).

Анкета з регулювання емоцій (ERQ) була розроблена для вимірювання двох конкретних аспектів, пов'язаних з контролем емоцій: переоцінка та придушення (Gross & John, [2003]). Респонденти самостійно повідомляють, як вони ставляться до твердження, що стосується їхнього емоційного досвіду та вираження емоцій. Респондентам надається 10 тверджень і просять вказати, наскільки вони не згодні або згодні з кожним твердженням. Використовується семибальна шкала Лікерта, яка варіюється від «категорично не згоден» (1) до «категорично згоден» (7). Обчислені загальні бали за шкалою вказують на переважну стратегію емоційного регулювання, а також дають уявлення про ступінь її використання. Цей інструмент використовувався на місцевому рівні (Ginton et al., 2022; Nicholson et al., 2021) з коефіцієнтом альфа 0,85 (Nicholson et al., 2021).

3. Дослідження бойового духу або «бойовій витривалості» є важливим психологічним фактором для бійців (див.1.3.), який дозволяє їм витримувати небезпеку, негаразди та невизначеність. Хоча зовнішні фактори, такі як спорядження, є важливими, рішучість і мотивація бійців часто вважаються більш важливими для перемоги, ніж чисельність або матеріальна перевага. Бойовий дух може вимірюватися за допомогою 16-пунктного інструменту, розробленого на основі концепції WE (високий моральний дух) і ВО (низький моральний дух) (Schaufeli & Bakker, [70]), адаптованого для військових ван Боксмером та ін. (2007). Він складається з двох вимірів, кожен

з яких має 8 пунктів: 1) високий моральний дух (WE) (відданість і енергійність) та 2) низький моральний дух (BO) (цинізм і виснаженість). Використовувалася п'ятибальна шкала Лікерта від 1 (ніколи) до 5 (завжди). Респонденти оцінюють свої поточні думки та погляди щодо діяльності, пов'язаної з призовом до військової служби. Підтверджувальний факторний аналіз для двофакторної моделі показав хорошу відповідність даним.

4. Категорія досліджень щодо адаптації призовників. Адаптація до військового життя тісно пов'язана зі стресом, пов'язаним зі службою в армії. Вищий рівень стресу негативно впливає на адаптацію солдатів до військового життя. Адаптація до військового життя є головною проблемою для призовників. Самогубства серед солдатів, пов'язані з неадаптацією, також є регулярним явищем. Тому періодична оцінка адаптації солдатів до військового життя є важливим засобом запобігання жертвам. Стрес, пов'язаний з військовою службою, адаптація до військового життя та стійкість до стресів взаємопов'язані. Солдати, які демонструють стійкість до стресів у військовому житті, зможуть зменшити стрес, який вони відчувають у війську. Стійкість можна розвинути за допомогою тренувань, часу та індивідуальних зусиль. У випадку стресу, якщо психологи зможуть виявити стрес солдатів до того, як він досягне екстремального рівня, вони можуть допомогти солдатам контролювати або полегшити його. Тому важливо оцінювати рівні стресу, стійкість та адаптацію до військового життя, щоб поліпшити якість життя призовників та створити стійке військове середовище. Можна використовувати тест «Намалюй історію» (DAS) Сільвера. Цей тест з малювання є зручним для досліджуваних, оскільки він надає стимулюючі малюнки, на які респонденти повинні орієнтуватися, малюючи власні картини. З цієї причини DAS не є складним навіть для тих, хто каже, що не знає, що малювати. DAS застосовувався для обстеження різних груп людей, включаючи пожежників, інженерів метро, які зазнали аварій під час виконання

службових обов'язків. «Намалюй історію» (DAS) був розроблений для оцінки когнітивних, розвивальних та емоційних функцій, обходячи усне або письмове слово за допомогою малюнків. Це забезпечує справедливість, рівність та доступ до оцінки з точки зору сильних сторін особи, дозволяючи точно оцінити функціонування людини в цілому. Оцінювання DAS надає нам цінну інформацію про ефективність арт-терапевтичного втручання.

5. Категорія досліджень екстремальних бойових стресових реакцій. Головною метою цієї категорії військово-психологічних досліджень було оцінка професійного стресу комбатантів. Вважається, що роль бойового досвіду є центральною у розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР; Egendorf, Kadushin, Laufer, Rothbart, & Sloan,; Foy, Sipprelle, Rueger, & Carroll, 1984). Нещодавно було розроблено кілька психометричних шкал для вимірювання бойового досвіду з метою кількісної оцінки цього поняття для наукових і клінічних цілей (Egendorf et al., 1981; Friedman, Schneiderman, West, & Corsen,; Lund, Foy, Sipprelle, & Strachan,).

6. Тривале збройне протистояння України сприяло формуванню ґрунтовної емпіричної бази, що дало змогу вітчизняним науковцям комплексно дослідити спектр негативних психічних станів військовослужбовців, які виникають унаслідок впливу екстремальних подій. дослідження військового стресу в основному зосереджуються на бойовому стресі та посттравматичному стресовому розладі (ПТСР), а не на щоденному стресі, пов'язаному з військовою службою[2].

Відома Шкала військової професійної стресової реакції (MOSRS), спрямована на надання інструментів для об'єктивного вимірювання професійних стресових реакцій солдатів. Початковий набір із 27 пунктів був складений на основі літератури, існуючих інструментів та інтерв'ю з військовослужбовцями. З цих 27 пунктів 17 були включені до MOSRS. Термін «Шкала військової професійної стресової реакції» найімовірніше відноситься

до інструменту, розробленого для вимірювання професійного стресу у військовослужбовців. MOSRS оцінює стрес за трьома факторами: фізіологічні реакції (фізичні симптоми, такі як втома, серцебиття або інші фізичні неприємні відчуття), психологічні реакції (когнітивні та емоційні симптоми, такі як негативні емоції, тривога або труднощі з концентрацією уваги) та поведінкові реакції (механізми подолання стресу/ дії, що вживаються для подолання стресу, включаючи як негативні, так і адаптивні форми поведінки). Вона забезпечує об'єктивну оцінку впливу стресу на військовослужбовців.

Для оцінки симптомів ПТСР відома шкала PCL-5 — це 20-пунктна шкала самооцінки, яка оцінює 20 симптомів ПТСР згідно з DSM-5. PCL-5 має різні цілі, зокрема: Моніторинг змін симптомів під час і після лікування.

Скринінг осіб на ПТСР. Золотим стандартом діагностики ПТСР є структуроване клінічне інтерв'ю, таке як Шкала ПТСР, що застосовується клініцистом (CAPS-5). При необхідності PCL-5 може бути оцінений для постановки попереднього діагнозу ПТСР. Адміністрування та оцінка. PCL-5 — це самооцінка, яку пацієнти можуть заповнити в залі очікування перед сеансом або учасники в рамках дослідницького дослідження. Заповнення займає приблизно 5–10 хвилин. PCL-5 можна застосовувати в одному з трьох форматів: Без критерію А (лише короткі інструкції та пункти), що є доречним, коли вплив травми вимірюється іншим методом. З короткою оцінкою критерію А З переглянутим переліком життєвих подій для DSM-5 (LEC-5) та розширеною оцінкою критерію А. Інтерпретація PCL-5 повинна здійснюватися клініцистом. PCL-5 можна оцінювати різними способами: Загальний бал тяжкості симптомів (діапазон — 0–80) можна отримати, підсумувавши бали за кожним із 20 пунктів. Оцінки тяжкості кластерів симптомів DSM-5 можна отримати, підсумувавши оцінки за пунктами в межах певного кластера, тобто кластера В (пункти 1-5), кластера С (пункти 6-7), кластера D (пункти 8-14) та кластера Е (пункти 15-20). Попередній діагноз

ПТСР можна поставити, розглядаючи кожен пункт, оцінений як 2 = «Помірно» або вище, як підтверджений симптом, а потім дотримуючись діагностичного правила DSM-5, яке вимагає принаймні: 1 пункт В (питання 1-5), 1 пункт С (питання 6-7), 2 пункти D (питання 8-14), 2 пункти Е (питання 15-20). Попередні дослідження показують, що пороговий бал PCL-5 між 31-33 вказує на ймовірний ПТСР у всіх вибірках. Однак, оскільки популяція та мета скринінгу можуть вимагати різних порогових балів, користувачам рекомендується враховувати обидва ці фактори при виборі порогового балу.

Інтерпретація. При використанні балів PCL-5 для встановлення попереднього діагнозу слід враховувати особливості обставин, в яких перебуває респондент. Слід також враховувати мету оцінки. При скринінгу або коли бажано максимально виявити можливі випадки, слід враховувати нижчий поріг балів. При спробі встановити попередній діагноз або мінімізувати кількість помилкових позитивних результатів слід враховувати вищий поріг балів. Якісна клінічна допомога вимагає від лікарів моніторингу прогресу пацієнтів. Існує обмежена кількість доказів, які можуть слугувати орієнтиром для прийняття рішень щодо реакції та клінічно значущого поліпшення. На основі аналізу даних PCL (для DSM-IV) та PCL-5, як показник реакції пропонується використовувати 10 балів. Одне дослідження показало, що $PCL-5 < 28$ може використовуватися як показник клінічно значущої зміни (Marx et al., 2022), коли респондент, ймовірно, належить до здорової популяції.

7. Дослідження резильєнтності. Зростання уваги у військовому середовищі до таких пов'язаних з результативністю концепцій, як витривалість і резильєнтність (Krueckel et al., [53]), підкреслює важливість інструменту оцінки, який є актуальним для використання у військовій сфері. Забезпечення найвищого рівня бойової готовності власних сил залежить від валідних і надійних оцінок, що забезпечують точні вимірювання аспектів, пов'язаних з результативністю. Використання точних і психометрично обґрунтованих

вимірювань, пов'язаних з результативністю, забезпечує потенційні орієнтири, на основі яких можна розпочати навчання та розвиток, щоб надати солдатам можливість протистояти та долати виклики, які перешкоджають досягненню оптимальної результативності. Van Wijk і Martin [78] натякнули на існування багатьох доступних оцінок, які є відносно ефективними для прогнозування стійкості до несприятливих обставин; проте вони визнали, що ці інструменти часто не підходять через унікальні умови, в яких працюють деякі солдати. Чотири сфери BSRS:

Коротка шкала стійкості моряків (BSRS) (Van Wijk & Martin, [78]) оцінює чотири сфери стійкості: психічну, фізичну, духовну та соціальну підготовку. BSRS дала обнадійливі результати як міра стійкості (Van Wijk & Martin, [78]). Психічна підготовка стосується здатності особи ефективно справлятися з психічними стресовими факторами та викликами. Фізична підготовка стосується здатності приймати та підтримувати здорові моделі поведінки, необхідні для поліпшення здоров'я та самопочуття особи. Соціальна підготовка визначається як здатність брати участь у здорових соціальних мережах, що сприяють загальному благополуччю та продуктивності. Духовна фізична підготовка стосується дотримання переконань, принципів або цінностей, необхідних для наполегливості та успіху у виконанні місій. Чотириаспектна перспектива BSRS добре узгоджується з багатогранною концептуалізацією резильєнтності та попереднім скринінгом і оцінкою бойової готовності солдатів перед розгортанням. Це сприяє впровадженню базових заходів з підвищення резильєнтності, запроваджених відповідними військовими фахівцями з психічного здоров'я для тих осіб, які, як видається, мають певні проблеми з фізичною формою у відповідній(их) сфері(ях) (Van Wijk & Martin, [78]). Слідуючи висновкам Van Wijk і Martin) властивості BSRS є інструментом скринінгу для оцінки індивідуальної стійкості/резильєнтності солдатів.

Валідний скринінг у поєднанні з відповідними втручаннями слугуватиме корисним втручанням для підвищення індивідуальної стійкості, а також більш широкого стану бойової готовності армії ПАР. Отже, коротка шкала стійкості моряків BSRS (Van Wijk & Martin, [78]) є адаптованою формою інструменту Comprehensive Airman Fitness, розробленого Bowen et al. [19]. Єдиними адаптаціями були зміна на п'ятибальну шкалу Лікерта та зміна назви. У адаптованій версії були збережені всі оригінальні пункти. Інструмент оцінює чотири сфери стійкості: психічну, фізичну, духовну та соціальну підготовку. Інструмент складається з 12 пунктів. Кожен респондент надає оцінку кожному твердженню, а відповіді на пункти варіюються від «зовсім не (0)» до «повністю (4)». Сума балів, отриманих за кожним із чотирьох шкал, дає загальний бал фізичної підготовки.

Ще існує шкала диспозиційної стійкості – II (DRS-II) (Sinclair et al., [71]) – це опитувальник із 18 пунктами, призначений для вимірювання психологічної стійкості. Інструмент надає результати за шістьма факторами: контроль, безсилля, відданість, відчуження, виклик і жорсткість. Інструмент включає три традиційні фактори стійкості (контроль, відданість і виклик), а також три додаткові фактори. Традиційні три фактори (контроль, відданість та виклик) називаються позитивними вимірами, де вищі бали вказують на більший ресурс для подолання стресу. Додаткові три виміри (безсилля, відчуження, жорсткість), які називаються негативними вимірами, вказують на більшу вразливість до стресу; отже, нижчий бал за цими вимірами означатиме вищий рівень стійкості. Респондентам надаються твердження, і їх просять вказати, наскільки вони вважають ці твердження правдивими. Застосовується п'ятибальна шкала Лікерта, яка варіюється від «абсолютно неправдиво» (1) до «абсолютно правдиво» (5). Було встановлено, що DRS-II може застосовуватися для військових зразків, а аналіз валідності та надійності

показав прийнятні результати для різних міжнародних військових зразків (Delahaij et al., [26]; Sinclair et al., [71]).

Таким чином, простежено напрями дослідження комбатантів, їх бойового духу, резильєнтності й індивідуально -особистісних характеристик в стресових ситуаціях.

2.2. Етапи і методики вивчення особливостей взаємозв'язку індивідуальних особливостей й резильєнтності у комбатантів

Дослідження взаємозв'язку індивідуальних особливостей й резильєнтності у комбатантів здійснювалося у два взаємопов'язані етапи — гіпотетико-дедуктивний та індуктивний, що забезпечило комплексний підхід до вивчення даного феномена. На гіпотетико-дедуктивному етапі проводився теоретичний аналіз наукових джерел, присвячених проблемі індивідуальних особливостей, резильєнтності, що виступають психологічними ресурсами людини. Було здійснено узагальнення підходів до розуміння феномена резильєнтності у вітчизняній і зарубіжній психології, а також визначено структуру індивідуальних особливостей особи. На цьому етапі також визначалися актуальність дослідження, формулювалися мета, завдання, об'єкт і предмет, а також висувалася робоча гіпотеза. Важливим аспектом цього етапу стало обґрунтування методологічних принципів, визначення логіки емпіричного вивчення та добір адекватного методичного інструментарію, який дозволяє всебічно оцінити взаємозв'язок індивідуальних особливостей й резильєнтності у комбатантів.

Індуктивний етап передбачав безпосередню реалізацію емпіричної частини дослідження. На цьому етапі визначався контингент респондентів, проводився збір первинних емпіричних даних за допомогою психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення сенсожиттєвих

орієнтацій, рівня домагань, самооцінки та системи цінностей. Далі здійснювалася статистична обробка результатів (зокрема, кореляційний, факторний і порівняльний аналіз), що дало змогу виявити провідні тенденції, внутрішні зв'язки між показниками та типологічні особливості сенсожиттєвих орієнтацій випускників, які адаптуються до професійної діяльності.

Підсумковим етапом індуктивного дослідження стала інтерпретація отриманих результатів у контексті висунутої гіпотези та узагальнення теоретичних положень. Це дозволило визначити індивідуальні особливості, описати їхню роль у психологічних ресурсах особистості й окреслити їх взаємозв'язок з стійкістю людини. Отже, поетапна організація дослідження забезпечила цілісне поєднання теоретичного моделювання й емпіричної перевірки, що дало змогу глибше розкрити природу досліджуємого феномену

В дослідженні взяло участь 68 комбатанта.

Дослідження здійснювалося в рамках індивідуально-особистісного підходу, який передбачає: вивчення індивідуальних особливостей, особливостей особистості, її діяльності.

Методи дослідження:

- *теоретичні* (аналіз, синтез, порівняння, абстрагування, узагальнення, систематизація наукової літератури);
- *емпіричні* (метод «поперечного зрізу», метод психологічної діагностики та методи математичної обробки даних (описова статистика, кореляційний аналіз). Розрахунки виконувалися з використанням пакету прикладних комп'ютерних програм універсальної обробки табличних даних Microsoft Excel XP і пакету статистичного аналізу SPSS for Windows v 17.0.).

Метод психологічної діагностики містив: модифікований варіант інтерперсональної діагностики Т. Лірі; CD-RISC-10 (в адаптації З. Кіреєвої, О. Односталко, Б. Бірона [6]), опитувальник "Велика п'ятірка" в адаптації І. Барко, Л. А. Кирієнко, В. В. Барко[1].

Розглянемо коротко ці методики.

Відомо, що Модель Великої п'ятірки особистісних рис (Big Five / OCEAN) є однією з найбільш визнаних і емпірично обґрунтованих систем опису структури особистості у сучасній психології. Вона сформувалася на основі багаторічних факторно-аналітичних досліджень і підтверджена численними психометричними перевірками в різних культурах. Ця модель охоплює п'ять базових вимірів особистості, які відображають найсуттєвіші аспекти темпераменту, поведінкових тенденцій та емоційної регуляції. Тест Big Five дозволяє оцінити індивідуальні відмінності за п'ятьма узагальненими факторами: відкритістю досвіду, добросовісністю, екстраверсією, доброзичливістю та нейротизмом. Завдяки високій надійності та прогностичній валідності модель широко застосовується у психодіагностиці, дослідженнях особистісного розвитку, професійному доборі та HR-аналітиці.

З позицій диференціальної психології, Big Five вважається найбільш стабільною та універсальною типологією особистості, що підтверджується кроскультурними та лонгітюдними дослідженнями. Її показники тісно пов'язані з рівнем професійної ефективності, соціальної адаптації та психологічного благополуччя індивіда. П'ять базових факторів особистості

1. Відкритість досвіду (Openness to Experience) Відображає інтелектуальну допитливість, креативність, естетичну чутливість і готовність до нових ідей та досвідів. Особи з високою відкритістю схильні до дивергентного мислення, гнучкості у сприйнятті світу, мають розвинену уяву та прагнуть до інновацій і самовираження.
2. Добросовісність/сумлінність (Conscientiousness) Характеризує ступінь самоконтролю, дисциплінованості, відповідальності й орієнтації на досягнення. Добросовісні індивіди вирізняються організованістю, наполегливістю, схильністю до планування й дотримання соціальних та професійних норм.
3. Екстраверсія (Extraversion) Відображає інтенсивність соціальної взаємодії, активність, енергійність і впевненість у спілкуванні. Екстраверти отримують задоволення від комунікації, легко

встановлюють контакти, проявляють лідерські якості та позитивний емоційний тонус.

4. Доброзичливість (Agreeableness). Показує схильність до співпраці, емпатії, альтруїзму та довіри у взаєминах. Високі показники доброзичливості свідчать про просоціальну спрямованість, готовність до компромісу, терпимість і прагнення до гармонійної взаємодії з оточенням.
5. Нейротизм (Neuroticism). Характеризує емоційну стабільність, рівень тривожності та схильність до негативних емоцій. Особи з високим рівнем нейротизму частіше переживають стрес, невпевненість, емоційні коливання та мають підвищену чутливість до фрустрацій.

Методика Т.Лірі. Опитувальник складений відповідно до виділених типів міжособистісної поведінки, що являє собою набір із 128 оціночних суджень, які групуються по 16 запитань у 8 типів, що відображають різноманітні психологічні профілі. Методика може пропонуватися досліджуваному у вигляді списку або ж на окремих картках. Результати аналізуються за двома основними осями: домінування-підпорядкування та дружелюбність-ворожість. Відстань отриманих показників від центру кола, що відображає результати, вказує на адаптивність або екстремальність поведінки. Висока неадаптивність може свідчити про невротичні відхилення або проблеми з прийняттям рішень.

Методика CD-RISC-10 (в адаптації З. Кіреєвої, О. Односталко, Б. Бірон) створена на основі оригінальної шкали CD-RISC, розробленої К. Коннором і Дж. Девідсоном, та модифікована С. Кемпбелл-Сіллс і Дж. Стейном. Вона спрямована на оцінку рівня резильєнтності — здатності особистості адаптуватися, долати труднощі та відновлювати внутрішню рівновагу після стресових подій. Методика містить 9 тверджень, на які респонденти відповідають за п'ятибальною шкалою частотності: 0 — ніколи, 1 — рідко, 2 — іноді, 3 — часто, 4 — завжди.

Рівень резильєнтності визначається за сумарним балом:

- до 24,32 бала — низький рівень стійкості, що свідчить про труднощі в подоланні стресу;
- від 24,32 до 34,4 бала — середній рівень, який характеризує помірну здатність до адаптації;
- понад 34,4 бала — високий рівень резильєнтності, властивий особам, які демонструють активність, винахідливість, наполегливість та гнучкість у складних життєвих ситуаціях.

В роботі використовувалися методи математичної статистики використовувалися описова статистика й кореляційний аналіз. За допомогою кореляційного методу аналізу визначається ступінь, з яким значення двох змінних «пропорційні» один одному. Аналіз використовується для вивчення статистичних зв'язків між досліджуваними явищами. Кореляційний аналіз є одним з найбільш зручних способів зниження розмірності задачі обробки даних.

Таким чином, представлено етапи і методичний інструментарій вивчення особливостей взаємозв'язку індивідуальних особливостей й резильєнтності у комбатантів

ВИСНОВКИ ДО ДРУГОГО РОЗДІЛУ

1. Зазначено, що військовослужбовці регулярно стикаються з низкою унікальних стресових життєвих подій. У сучасному науковому просторі представлено широкий спектр підходів до тлумачення психічних станів комбатантів на різних етапах їхнього бойового досвіду — до, під час і після участі у збройних діях. Дослідники аналізують ці стани як з огляду на специфіку військово-професійної діяльності, так і в межах загальнонаукових концепцій психічного розвитку та адаптації особистості

2. Продемонстровано, що методики дослідження військовослужбовців можна розподілити на декілька напрямів: дослідження

бойового духу або «бойовій витривалості», дослідження щодо адаптації призовників, категорія досліджень екстремальних бойових стресових реакцій, дослідження резильєнтності. Показано, що зростання уваги у військовому середовищі до таких пов'язаних з результативністю концепцій, як витривалість і резильєнтність, підкреслює важливість інструменту оцінки, який є актуальним для використання у військовій сфері. Забезпечення найвищого рівня бойової готовності власних сил залежить від валідних і надійних оцінок, що забезпечують точні вимірювання аспектів, пов'язаних з результативністю.

3. Надано етапи і методичний інструментарій вивчення особливостей взаємозв'язку індивідуальних особливостей й резильєнтності у комбатантів. Метод психологічної діагностики містив: модифікований варіант інтерперсональної діагностики Т. Лірі; CD-RISC-10 (в адаптації З. Кіреєвої, О. Односталко, Б. Бірона), опитувальник "Велика п'ятірка" в адаптації І. Барко, Л. А. Кирієнко, В. В. Барко. В дослідженні взяло участь 68 комбатанта.

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ Й РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ У КОМБАТАНТІВ

3.1. Характеристика комбатантів за п'ятифакторною моделлю особистості.

На першому етапі емпіричного дослідження було проведено дослідження за п'ятифакторною моделлю особистості, що є однією з провідних концепцій у сучасній психології особистості. Вона пояснює індивідуальні відмінності через особливості сприйняття та інтерпретації людиною подій, думок і почуттів у власному житті. Модель охоплює п'ять основних вимірів: відкритість до досвіду (Ope), усвідомленість (Con), екстраверсію (Ext), доброзичливість (Agr) та невротизм (Neu).

Таблиця 3.1.

Результати за за п'ятифакторною моделлю у комбатантів

Шкали	Екстраверсія Ext	Доброзичливість Agr	Усвідомленість Con	Невротизм Neu	Відкритість досвіду Ope
M	4,65	5,21	5,59	5,48	4,81
SD	0,81	0,59	0,68	0,71	0,43

В таблиці 3.1. представлено результати аналізу п'яти основних рис особистості у комбатантів.

Встановлено за екстраверсією для комбатантів $M = 4,65$, $SD = 0,81$. Показник екстраверсії є помірно вираженим. Це вказує на збалансовану соціальну активність та достатній рівень енергійності, які не переходять у надмірну імпульсивність. Комбатанти зазвичай зберігають здатність до конструктивної комунікації та співпраці, але водночас не демонструють тенденції до надмірного соціального збудження. Такий рівень є оптимальним для функціонування в умовах підвищеної відповідальності та необхідності швидкої взаємодії в підрозділі.

Щодо середніх балів за доброзичливістю, то $M = 5,21$, $SD = 0,59$, Показник доброзичливості перебуває на рівні вище середнього, що свідчить про схильність до кооперації, підтримки та конструктивної міжособистісної взаємодії. Для комбатантів із таким рівнем доброзичливості характерні терпимість, орієнтація на збереження групових норм та здатність підтримувати позитивний соціальний клімат. Це є важливим ресурсом згуртованості в бойовому середовищі.

За невротизмом $M = 5,48$, $SD = 0,71$, Підвищений середній рівень невротизму є типовою реакцією для осіб, які перебувають у ситуаціях тривалого впливу екстремальних стресорів. Значення свідчать про схильність до підвищеного емоційного напруження, вразливість до стресу та можливі коливання емоційної стабільності. У контексті повномасштабного вторгнення це може розглядатися як закономірне відображення інтенсивного психоемоційного навантаження.

За усвідомленістю $M = 5,59$, $SD = 0,68$, Високий рівень усвідомленості (добросовісності) вказує на дисциплінованість, відповідальність, організованість та здатність підтримувати високий рівень самоконтролю. Для військовослужбовців така риса є надзвичайно важливою, оскільки сприяє надійності, дотриманню регламентів, коректному виконанню завдань та стійкості до хаотичних умов бойового середовища.

Відкритість досвіду $M = 4,81$, $SD = 0,43$. Показник відкритості досвіду є помірним, що свідчить про збалансованість між прагненням до новизни та орієнтацією на перевірені практики. Комбатанти з такими значеннями здатні адаптуватися до нових умов, але водночас залишаються реалістичними та практично орієнтованими. Помірна відкритість є адаптивною у воєнному середовищі, де надмірне експериментування може знижувати безпекові стандарти.

Порівнюючи з отриманими середніми значеннями М. С. Байда, В. В. Барко, В. І. Барко можна сказати, що у комбатантів виявлена статистично значуща різниця в середніх балах за невротизмом (за даними М. С. Байда, В.

В. Барко, В. І. Барко $M = 3,50$, $p = 0,04$), що значить в комбатантів низька емоційна стабільність й в середних значеннях за відкритістю досвіду (за даними М. С. Байда, В. В. Барко, В. І. Барко $M = 6,75$, $p = 0,04$). Отже, у комбатантів емоційна стабільність й - відкритість досвіду знаходяться на низькому рівні у порівнянні з нормою. Не було значних відмінностей у балах за іншими рисами особистості.

Виходячи з отриманих даних низький рівень емоційної стабільності у військовослужбовців може призводити до труднощів у виконанні службових завдань та зниженні ефективності бойової діяльності. Такі особи зазвичай схильні до підвищеної тривожності, емоційної напруженості, невпевненості у власних діях, що ускладнює раціональне прийняття рішень у стресових і небезпечних ситуаціях. Нестійкість емоційного стану може зумовлювати імпульсивність, дратівливість, схильність до афективних реакцій, що негативно позначається на взаємодії в колективі та порушує злагодженість підрозділу. У таких військових частіше спостерігаються ознаки психічного виснаження, порушення сну, концентрації уваги, а також підвищена вразливість до тривожних і депресивних станів. Це, у свою чергу, збільшує ризик розвитку посттравматичних стресових розладів і ускладнює процес адаптації після бойових дій. Таким чином, низька емоційна стабільність є чинником, що знижує стресостійкість військовослужбовця, ускладнює підтримання внутрішньої рівноваги та може негативно впливати як на особистісне благополуччя, так і на ефективність виконання бойових завдань.

Наукові дослідження показують, що низька емоційна стабільність (високий рівень невротизму) є одним із провідних особистісних предикторів ПТСР. Такі особи частіше:

- гостро реагують на травматичні події;
- мають схильність до нав'язливих спогадів, снів, підвищеної тривожності;
- відчують труднощі з емоційною регуляцією;
- довше переживають наслідки стресу після бойових дій.

Через це вони потребують поглибленого психодіагностичного обстеження для своєчасного виявлення симптомів емоційного виснаження, тривожних або депресивних проявів. Важливо також залучати таких військових до психологічної реабілітації, яка може включати:

- індивідуальне та групове консультування;
- програми з розвитку навичок емоційної саморегуляції;
- тренінги стресостійкості та підтримки адаптивних копінг-стратегій;
- медико-психологічний супровід після повернення із зони бойових дій.

Отримані результати вказують на сформований, адаптивний і загалом функціонально збалансований особистісний профіль комбатантів. Поєднання високої усвідомленості, достатнього рівня доброзичливості та помірної екстраверсії створює передумови для ефективної командної взаємодії. Водночас підвищені показники невротизму відображають інтенсивність та тривалість бойового стресу, що є природним компонентом психологічного стану військовослужбовців у умовах повномасштабного вторгнення. Проте комбатанти з низькою емоційною стабільністю належать до групи підвищеного ризику щодо виникнення ПТСР, тому їхній психологічний стан потребує систематичного моніторингу, профілактики та комплексної реабілітації для збереження психічного здоров'я й забезпечення ефективної соціальної адаптації після служби.

Розглянемо унікальні особливості одного з комбатантів на прикладі Моделі Великої п'ятірки особистісних рис.

Досліджуємий N. Лікар, що працює у зоні бойових дій.

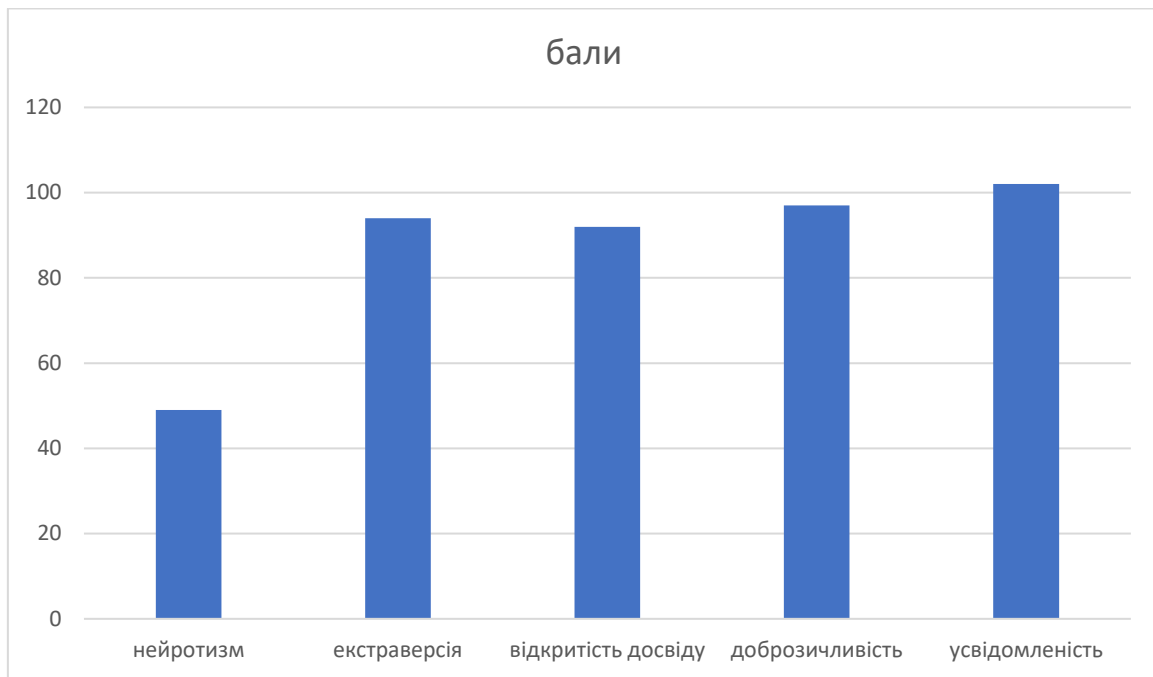


Рис.3.1. Індивідуальні портрет лікаря, що працює в зоні бойових дій

Надамо інтерпретацію результатів досліджуємого за тестом «Велика п'ятірка» (Big Five / Five-Factor Model) з урахуванням наведених показників: Нейротизм. Такий показник свідчить про високу емоційну стабільність. Людина, ймовірно, врівноважена, спокійна, стійка до стресу, рідко піддається паніці чи надмірним емоційним реакціям. Вона здатна контролювати свої почуття, зберігати ясність мислення навіть у складних або конфліктних ситуаціях. Такий тип особистості зазвичай має оптимістичний погляд на життя та швидко відновлюється після неприємних подій. Висока екстраверсія вказує на соціальну активність, життєрадісність і потребу у взаємодії з іншими. Такі люди відкриті, комунікабельні, ініціативні, часто стають центром уваги. Їм властива енергійність, ентузіазм, виражена потреба у враженнях і динамічному способі життя. У професійній діяльності вони добре проявляють себе в командній роботі, керівництві, комунікаціях і ситуаціях, де потрібен швидкий контакт з людьми. Відкритість досвіду Цей результат характеризує особистість як творчу, інтелектуально допитливу й відкриную до нового досвіду. Такі люди мають широкий кругозір, цінують нові ідеї, мистецтво, оригінальні підходи, прагнуть до саморозвитку та самовираження. Їм властива

гнучкість мислення, здатність бачити нестандартні рішення й інтерес до інновацій. Високі показники доброзичливості свідчать про емпатійність, альтруїзм, терпимість і готовність до співпраці. Такі люди схильні до компромісів, підтримки інших, мають розвинене почуття справедливості й довіри. Вони цінують гармонійні стосунки, уникають конфліктів і прагнуть допомагати оточенню. Іноді можуть ставити інтереси інших вище власних. Надзвичайно високий рівень сумлінності вказує на відповідальність, дисциплінованість, самоконтроль і орієнтацію на досягнення. Людина з такими показниками схильна ретельно планувати свої дії, доводити справи до кінця, підтримувати порядок і стабільність. Вона працьовита, наполеглива, з високими моральними принципами. У деяких випадках надмірна сумлінність може призводити до перфекціонізму чи жорстких вимог до себе та інших. Висновок: особа з таким поєднанням рис — емоційно врівноважена, активна, доброзичлива, відповідальна й відкрита до нового. Вона поєднує стійкість і впевненість із творчістю, енергійністю та високою моральною спрямованістю. Такий тип особистості зазвичай ефективний у лідерських, соціально орієнтованих або творчих видах діяльності, добре адаптується до змін і підтримує позитивний психологічний клімат у колективі.

Таким чином, сформований психологічний портрет комбатантів на основі поданих середніх показників за моделлю Big Five (екстраверсія, доброзичливість, невротизм, усвідомленість, відкритість досвіду).

3.2 Особистісні властивості комбатантів

Відомо, що особистісні риси, безсумнівно, мають значення для прогнозування ефективності роботи в багатьох професіях. Комбатанти стикаються з непередбачуваними, складними та стресовими ситуаціями на війні. Їх особистісні риси можуть впливати на їх стійкість у стресових ситуаціях. На наступному етапі дослідження встановлювали особистісні

властивості комбатантів й їх типи у процесі міжособистісного спілкування (рис.3.2.)

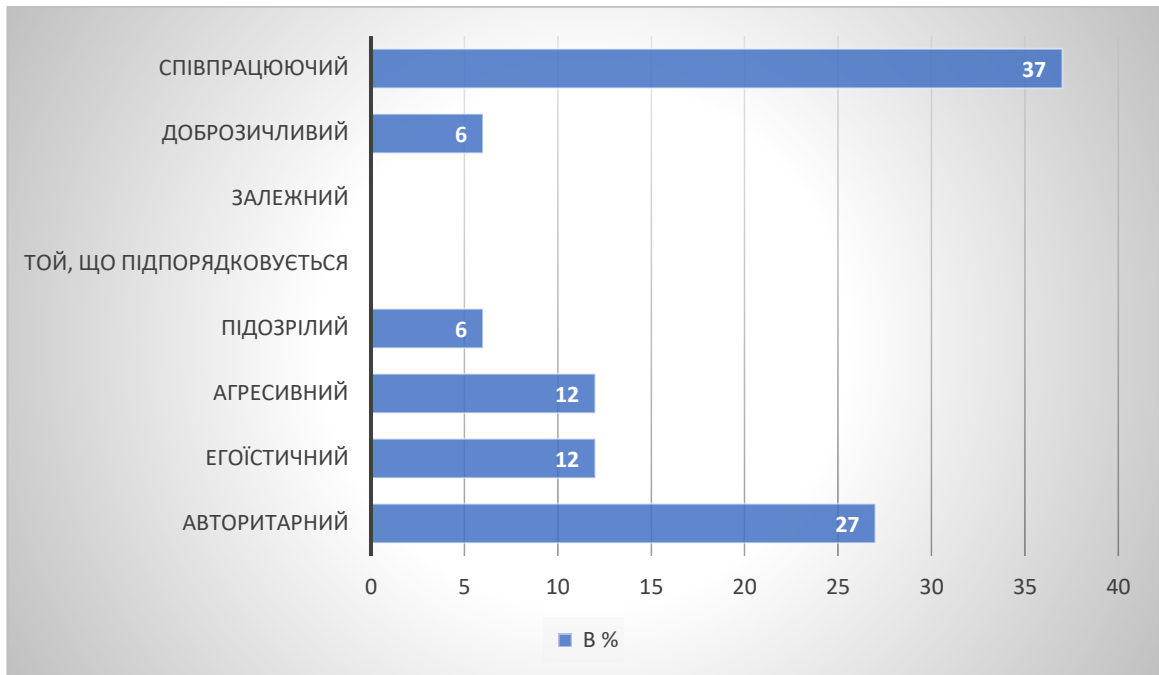


Рис.3.2. Тип комбатанта у процесі міжособистісного спілкування

Як видно з рис.3.1. у 27% комбатантів переважає «владний-лідерський»/авторитарний тип міжособистісних відносин. Комбатанти, у яких виражений цей тип, характеризуються високою активністю; лідерськими якостями; швидкістю у прийнятті рішень з орієнтацією на власну думку; високим рівнем домагань; екстравертованістю, вони є хорошими керівниками, радниками, організаторами. Однак до негативних характеристик цього типу можна віднести підвищену імпульсивність, при якій вчинки і висловлювання випереджають їх продуманість. Комбатантів цього типу можна охарактеризувати як осіб із гіпертимними рисами, що відповідають сильному типу вищої нервової діяльності. Приблизно 7,2 % респондентів за рівнем вираженості індивідуально-особистісних характеристик належать до так званого «екстремального типу» — це сильні, вольові особистості з виразними лідерськими якостями, іноді схильні до авторитарності. Частина учасників дослідження демонструє високі показники домінантності, енергійності та

цілеспрямованості; вони прагнуть успіху, виявляють ініціативу, люблять давати поради й очікують поваги до себе. Разом із тим для них може бути властива певна нетерпимість до критики та тенденція до переоцінки власних можливостей.

У 12% комбатантів переважає егоїстичний/«незалежний - домінуючий» тип міжособистісних відносин. Комбатанти з переважанням цього типу характеризуються вираженою впевненістю в собі, схильністю до самозадоволення, сильним почуттям суперництва та егоцентричністю. Для них притаманні завищений рівень домагань, низька схильність до підпорядкування та орієнтація насамперед на власні інтереси. Їхня домінантність меншою мірою спрямована на колективні цілі й рідко поєднується з прагненням вести за собою інших або надихати їх власними ідеями. У більшості досліджуваних комбатантів цей показник виявлено на помірному рівні, що свідчить про відносно адаптивну модель поведінки

У 12% комбатантів відзначається переважання типу міжособистісних відносин «прямолінійний - агресивний»/агресивний. Для таких осіб властиві енергійність, ригідність установок у поєднанні зі спонтанністю, безпосередність і наполегливість у досягненні цілей. Вони мають розвинене почуття справедливості, практичний підхід до справ, проте в емоційно напружених ситуаціях часто покладаються не на досвід, а на власні переконання. Їм притаманна впевненість у своїй правоті, схильність до різких висловлювань і вчинків, а також швидке виникнення почуття ворожості у відповідь на критику чи опір. Характерною є підвищена образливість, яка зазвичай швидко зникає в комфортних умовах, що не зачіпають їхню гідність або авторитет. У 9% комбатантів цей міжособистісний стиль поведінки виявляється на екстремальному рівні. Такі особи демонструють надмірну наполегливість, жорсткість, недружелюбність і ворожість до оточення, схильні до нестриманості, запальності та відкритої агресії, що в окремих випадках може набувати рис асоціальної поведінки.

У 6% комбатантів переважає «недовірливий - скептичний»/підозрілий тип міжособистісних відносин, який проявляється такими особистісними характеристиками, як системність й реалістичність мислення, що спирається на конкретний досвід, практичність, схильність до іронії; ригідність установок, неконформність суджень, критичний настрій до будь-яких думок, крім власних, підозрілість, відокремленість, замкнутість, надчутливість до критичних зауважень на свою адресу, підозрілість, висока конфліктність, випереджаюча ворожість у висловлюваннях і поведінці, яка виправдовується апріорною впевненістю в людській недоброті.

У 37% комбатантів домінує «співпрацюючий – конвенційний» тип міжособистісних відносин. Цьому типу властиві такі індивідуально-особистісні характеристики: схильність до співпраці, ініціативність, товарицькість, гнучкість і компромісність; прагнення бути в згоді з думкою оточуючих; конформність у конфліктних ситуаціях; дотримання правил і принципів «доброго тону» у відносинах з людьми; прагнення допомагати, відчувати себе в центрі уваги; прояв теплоти і дружності у відносинах. Проте за 16-факторним аналізом особистості Кеттелла було виявлено кореляцію VII октанта з факторами: тривожність, невротичний надконтроль, слабке «Я», залежність від думки групи, чутливість. Позитивний зв'язок виявлено з факторами доброзичливість, демонстративність, теплота почуттів за Сонді, а негативний з каїновими тенденціями.

У 6% - домінує «відповідально-великодушний»/доброзичливий тип. Комбатанти з переважанням цього типу відповідальні по відношенню до людей, делікатні, м'які, добрі, вміють співчувати, піклуватися і заспокоювати оточуючих, безкорисливі і чуйні. Однак емоційна залученість може мати поверхневий характер. Стиль мислення — цілісний, образний. Виявляють гнучкість у контактах, комунікабельність, доброзичливість, жертвність, прагнуть до діяльності, корисної для всіх людей, виявляють милосердя, мають місіонерський склад особистості, артистичні. Характеризуються вираженою потребою справляти приємне враження, подобатися оточуючим. Вони мають

проблему пригніченої (або витісненої) ворожості, що викликає підвищену напруженість, схильність до психосоматичних захворювань, вегетативний дисбаланс як результат блокування поведінкових реакцій.

Типи «покірний - сором'язливий»/той що, підпорядковується і «залежний - слухняний»/залежний у вибірці комбатантів не виявлено.

Все вище зазначене може викласти у таблиці

Таблиця 3.2

Узагальнений психологічний портрет комбатантів

Назва	Характеристики	Кількість у %
Домінантні характеристики		
владний-лідерський (авторитарний)	схильність до прийняття рішень і взяття відповідальності, прагнення контролю над ситуацією, орієнтація на чітку ієрархію, здатність діяти рішуче в стресових умовах.	27
Помірні домінантні стилі		
егоїстичний («незалежний-домінуючий»)	підвищеною автономністю, орієнтацією на особисту ефективність, меншою потребою у груповій підтримці, прагненням до самостійного визначення способів дії.	12
прямолінійний-агресивний	схильність відкрито відстоювати позицію, імпульсивні або різкі реакції у конфліктах, швидка мобілізація в умовах загрози, чітке розмежування «свій — чужий».	12
Менш поширені, але психологічно значущі типи		
недовірливо-скептичний (підозрілий)	підвищена настороженість, схильність до аналізу прихованих мотивів, чутливість до потенційних ризиків та небезпеки	6

Соціально спрямовані та кооперативні стилі		
співпрацюючий- конвенційний	орієнтація на групові цінності, готовність дотримуватися правил, прагнення до командної взаємодії, конструктивний стиль комунікації.	37
відповідально- великодушний (доброзичливий)	емпатійність, готовність підтримати товаришів, висока моральна включеність, націленість на згуртування.	6

Отже, структура типів в виявляє значну різноманітність, що відображає багатовимірність адаптивних стратегій та способів взаємодії в умовах війни. До доміантних характеристик відноситься тип владний-лідерський (авторитарний) тип, такі риси є адаптивними у структурованих бойових середовищах, де потрібні швидкі та однозначні рішення. До помірно-доміантних егоїстичний («незалежний-домінуючий») та прямолінійний-агресивний. Ці характеристики можуть сприяти ефективній поведінці в умовах бойового стресу, але потребують збалансування для оптимальної командної взаємодії. Менш поширені, але психологічно значущі типи - недовірливо-скептичний (підозрілий), який у бойових умовах це може мати адаптивний характер, особливо в ситуаціях постійної загрози й що може відігравати роль «психологічного радару» групи, але вимагає належної підтримки, щоб уникати надмірного недовіри чи внутрішнього напруження. Соціально спрямовані та кооперативні стилі: демонструє співпрацюючий-конвенційний тип та відповідально-великодушний (доброзичливий) які забезпечують згуртованість та стабільність.

Наводимо індивідуальний приклад комбатанта К., який вийшов до «екстремального» типу, що описаний вище. Диктаторський, доволі владний характер. Лідерські якості виражені досить яскраво. Постійно прагне повчати інших. Його владність визнається оточенням. Егоїстичні риси виражені помірно, у межах норми. Вимогливий до оточуючих, дратівливий, малокомунікабельний і критичний. Замкнений і потайний, водночас прагне

соціального схвалення та досягнення поставлених цілей. Надмірно відповідальний.

Таким чином, у аналіз розподілу домінуючих типів міжособистісних відносин серед комбатантів засвідчує наявність різноспрямованих, але функціонально взаємодоповнювальних типів соціально-психологічної взаємодії, що формують комплексний профіль в умовах повномасштабного збройного конфлікту. В комбатантів представлені домінантно-лідерські та контрольні орієнтації: владно-лідерського (авторитарного) типу, що, вказує на високу представленість рис, пов'язаних із прагненням до контролю, прийняттям рішень та відповідальністю за групові процеси. Такі характеристики сприяють стабілізації групової динаміки в умовах невизначеності та загрози. Такі риси також сприяють ефективній поведінці у бойових ситуаціях: рішучість, готовність до дії, впевненість, здатність брати на себе відповідальність і швидко приймати рішення є важливими для виживання та керівництва в екстремальних умовах. Авторитарність допомагає підтримувати дисципліну. З іншого боку, надмірна вираженість авторитарності може мати деструктивний вплив на психіку. Надмірна вираженість авторитарності часто супроводжується високою емоційною напруженістю, ригідністю мислення, зниженням емпатії та схильністю до імпульсивних реакцій. Автономно-домінуючі та агресивно-прямолинійні стилі (егоїстичний/«незалежний-домінуючий» 12%; «прямолинійний-агресивний» 12%). Ці стилі можуть відображати адаптивні форми реагування на бойовий стрес, які забезпечують швидку мобілізацію ресурсів, однак потребують певної регуляції для підтримання оптимального рівня групової взаємодії. Проте, у комбатантів прямолинійно-агресивного типу спостерігається висока ймовірність розвитку ПТСР, оскільки агресивність може стати способом несвідомої компенсації внутрішнього напруження. Насторожено-захисні орієнтації (недовірливо-скептичний тип), що характеризується схильністю до підвищеної оцінки потенційних ризиків, загостреною уважністю до зовнішніх загроз та критичним аналізом поведінки інших. У воєнних умовах це може

виконувати функцію психологічної безпеки, хоча й супроводжується підвищеною емоційною напругою. Просоціальні та кооперативні орієнтації, найчисельнішою є група комбатантів із співпрацюючим-конвенційним типом взаємодії (37%). Для них характерні орієнтація на групові норми, готовність дотримуватися структурованих правил та сприяння підтриманню внутрішньої згуртованості. Додатково 6% військовослужбовців демонструють відповідально-великодушний (доброзичливий) стиль, який характеризується емпатійністю, прагненням до підтримки товаришів та моральною включеністю у групові процеси.

Відомо, що особистісні риси, безсумнівно, мають значення для прогнозування ефективності роботи в багатьох професіях. Комбатанти це представники професії з високим рівнем ризику, тобто вони стикаються з непередбачуваними, складними та стресовими ситуаціями на війні. Вони повинні бути здатними справлятися з ситуаціями, що виникають раптово і несподівано, з невідомим змістом, де результати дій характеризуються низьким ступенем передбачуваності (тобто непередбачуваністю). Сильні сторони характеру сприятимуть формуванню цієї стійкості.

Резильєнтність як багатовимірне психологічне утворення може розглядатися через призму індивідуально-психологічних властивостей особистості. Вона охоплює психофізіологічні, соціально-психологічні та особистісно-сміслові компоненти, які у взаємодії утворюють цілісну систему адаптивних механізмів. У конкретних життєвих ситуаціях ця система проявляється як єдність психічних процесів і поведінкових реакцій, що забезпечує ефективне подолання стресу, саморегуляцію емоційних станів та успішну реалізацію життєвого потенціалу людини. Нами вивчено рівень резильєнтності, дані представлені в таблиці 3.3.

Таблиця 3.3.

Рівень резильєнтності у комбатантів

Кількість	Рівень резильєнтності		
	високий	середній	низький
В %	44	56	-

За результатами методики встановлено що у більшості комбатантів середньо-високий рівень резильєнтності. Вони орієнтовані на потенційні рішення, беруть на себе відповідальність, вміють використовувати й розподіляти ресурси.

Проведено кореляційний аналіз. Кореляційна матриця відображена в таблиці 3.4.

Таблиця 3.4.

Значущі кореляції взаємозв'язку індивідуальних особливостей й резильєнтності у комбатантів

№	Змінні	1	2	3	4	5	6	7	8
1	Екстраверсія		0,05						
2	Доброзичливість	0,05			0,05	0,05			
3	Невротизм								-0,05
4	Співпрацюючий-конвенційний тип		*0,05					-0,05	
5	Доброзичливий тип		0,05						
6	Агресивний тип							0,05	0,05
7	Авторитарний тип				-0,05		0,05		0,05
8	Резильєнтність						0,05	0,05	

Примітка. 1 - Екстраверсія, 2 - Доброзичливість, 3 - Невротизм, 4 - Співпрацюючий-конвенційний тип, 5 – Доброзичливий тип, 6 – Агресивний тип, 7 – Авторитарний тип 8 – Резильєнтність.

Як бачимо з таблиці 3.4. встановлено, що резильєнтність позитивно корелює з наступними змінними: позитивно з «авторитарний» ($p < 0,05$),

агресивний ($p < 0,05$), негативно з невротизм ($p < 0,05$), екстраверсія корелює позитивно з доброзичливістю ($p < 0,05$), доброзичливість корелює позитивно з доброзичливим типом ($p < 0,05$) й з альтруїстичним типом ($p < 0,05$), змінна «авторитарний» утворює позитивні кореляційні зв'язки зі змінними: «агресивний» ($p < 0,01$), й негативні з «альтруїстичним» ($p < 0,05$).

Отримані результати свідчать про наявність низки значущих кореляційних зв'язків між досліджуваними змінними. Резильєнтність позитивно корелює з такими характеристиками, як авторитарність ($p < 0,05$) та агресивність ($p < 0,05$), що може вказувати на взаємозв'язок між стресостійкістю, рішучістю й наполегливістю особистості у досягненні цілей. Водночас резильєнтність має негативний зв'язок із невротизмом ($p < 0,05$), тобто більш емоційно стабільні особи виявляють вищу здатність до психологічного відновлення та подолання труднощів. Показник екстраверсії позитивно корелює з доброзичливістю ($p < 0,05$), що свідчить про взаємозалежність соціальної активності, відкритості у спілкуванні та готовності до співпраці. Крім того, доброзичливість виявляє позитивні кореляції з доброзичливим типом ($p < 0,05$) та альтруїстичним типом ($p < 0,05$), що підтверджує узгодженість між особистісними рисами й міжособистісними орієнтаціями. Змінна «авторитарність» формує позитивні кореляційні зв'язки з агресивністю ($p < 0,01$) і негативні — з альтруїстичним типом ($p < 0,05$), що свідчить про поєднання владних і жорстких установок із менш вираженою схильністю до співчуття та безкорисливої допомоги іншим.

Таким чином, узагальнено результати показують, що резильєнтність комбатантів пов'язана з емоційною стабільністю (чим вище невротизм тим нище резильєнтність), рішучістю та лідерськими якостями, а також супроводжується помірною авторитарністю й агресивністю.

ВИСНОВКИ ДО ТРЕТЬОГО РОЗДІЛУ

1. Сформовано психологічний портрет комбатантів на основі поданих середніх показників за моделлю Big Five (екстраверсія, доброзичливість, невротизм, усвідомленість, відкритість досвіду). Отримані результати вказують на сформований, адаптивний і загалом функціонально збалансований особистісний профіль комбатантів. Поєднання високої усвідомленості, достатнього рівня доброзичливості та помірної екстраверсії створює передумови для ефективної командної взаємодії. Водночас підвищені показники невротизму відображають інтенсивність та тривалість бойового стресу, що є природним компонентом психологічного стану військовослужбовців у умовах повномасштабного вторгнення. Проте комбатанти з низькою емоційною стабільністю належать до групи підвищеного ризику щодо виникнення ПТСР, тому їхній психологічний стан потребує систематичного моніторингу, профілактики та комплексної реабілітації для збереження психічного здоров'я й забезпечення ефективної соціальної адаптації після служби.

2. Вивчено особистісні властивості комбатантів. Зазначено, що особистісні риси, безсумнівно, мають значення для прогнозування ефективності роботи в багатьох професіях. Комбатанти стикаються з непередбачуваними, складними та стресовими ситуаціями на війні. Їх особистісні риси можуть впливати на їх стійкість у стресових ситуаціях. На наступному етапі дослідження встановлювали особистісні властивості комбатантів й їх типи у процесі міжособистісного спілкування. Встановлено, що у 27% комбатантів переважає «владний-лідерський» або авторитарний тип міжособистісних відносин. У 12% комбатантів переважає егоїстичний /«незалежний - домінуючий» тип міжособистісних відносин. У 12% комбатантів відзначається переважання типу міжособистісних відносин «прямолінійний - агресивний». У 6% комбатантів переважає «недовірливий - скептичний»/підозрілий тип міжособистісних відносин, у 37% комбатантів

домінує «співпрацюючий – конвенційний» тип міжособистісних відносин. У 6% - домінує «відповідально-великодушний»/доброзичливий тип.

3. Продемонстровано, що структура типів в виявляє значну різноманітність, що відображає багатовимірність адаптивних стратегій та способів взаємодії в умовах війни. До доміантних характеристик відноситься тип владний-лідерський (авторитарний) тип, такі риси є адаптивними у структурованих бойових середовищах, де потрібні швидкі та однозначні рішення. До помірно-доміантних егоїстичний («незалежний-домінуючий») та прямолінійний-агресивний. Ці характеристики можуть сприяти ефективній поведінці в умовах бойового стресу, але потребують збалансування для оптимальної командної взаємодії. Менш поширені, але психологічно значущі типи - недовірливо-скептичний (підозрілий), який у бойових умовах це може мати адаптивний характер, особливо в ситуаціях постійної загрози й що може відігравати роль «психологічного радару» групи, але вимагає належної підтримки, щоб уникати надмірного недовіри чи внутрішнього напруження. Соціально спрямовані та кооперативні стилі: демонструє співпрацюючий-конвенційний тип та відповідально-великодушний (доброзичливий) які забезпечують згуртованість та стабільність.

4. Вивчено резильєнтність комбатантів. За результатами методики встановлено що у більшості комбатантів середньо-високий рівень резильєнтності. Вони орієнтовані на потенційні рішення, беруть на себе відповідальність, вміють використовувати й розподіляти ресурси.

5. За допомогою кореляційного аналізу встановлено наявність низки значущих кореляційних зв'язків між досліджуваними змінними. Резильєнтність позитивно корелює з такими характеристиками, як авторитарність ($p < 0,05$) та агресивність ($p < 0,05$), що може вказувати на взаємозв'язок між стресостійкістю, рішучістю й наполегливістю особистості у досягненні цілей. Водночас резильєнтність має негативний зв'язок із нейротизмом ($p < 0,05$), тобто більш емоційно стабільні особи виявляють вищу здатність до психологічного відновлення та подолання труднощів. Показник

екстраверсії позитивно корелює з доброзичливістю ($p < 0,05$), що свідчить про взаємозалежність соціальної активності, відкритості у спілкуванні та готовності до співпраці. Крім того, доброзичливість виявляє позитивні кореляції з доброзичливим типом ($p < 0,05$) та альтруїстичним типом ($p < 0,05$), що підтверджує узгодженість між особистісними рисами й міжособистісними орієнтаціями. Змінна «авторитарність» формує позитивні кореляційні зв'язки з агресивністю ($p < 0,01$) і негативні — з альтруїстичним типом ($p < 0,05$), що свідчить про поєднання владних і жорстких установок із менш вираженою схильністю до співчуття та безкорисливої допомоги іншим.

б. Узагальнено, що резильєнтність комбатантів пов'язана з емоційною стабільністю (чим вище нейротизм тим нище резильєнтність), рішучістю та лідерськими якостями, а також супроводжується помірною авторитарністю й агресивністю.

ВИСНОВКИ

1. В результаті теоретичного аналізу показано, що формування особистості є результатом взаємодії біологічних і психологічних чинників, де природні задатки набувають соціального змісту. Біологічні особливості не визначають особистість безпосередньо, а лише створюють передумови для її розвитку в соціальному середовищі. Повне розуміння природи особистості можливе лише за умови інтеграції біологічного, когнітивного та соціального підходів. Надано історія розвитку теорій особистості, яка засвідчує важливість їх вивчення, оскільки поєднання різних підходів і концепцій дає змогу глибше зрозуміти багатоманітність людської поведінки та створює підґрунтя для більш змістовних і переконливих наукових досліджень.

2. Резильєнтність розглядується як внутрішні ресурси людини та її загальна здатність адаптуватися до змін у навколишньому середовищі. Вона діє як внутрішній захисний фактор, що позитивно впливає на життя людей. Резильєнтність виступає також здатністю військовослужбовця швидко відновлюватися, протистояти і, можливо, навіть процвітати в умовах прямих і непрямих травматичних подій та несприятливих ситуацій у гарнізоні, під час навчання та в оперативних умовах. Зазначено, що останній час зростає увага у військовому середовищі до таких пов'язаних з результативністю концепцій, як витривалість і резильєнтність. Дослідження показали, що резильєнтність негативно пов'язана з посттравматичним стресом і відіграє пом'якшувальну роль між стресовими факторами після розгортання та розвитком симптомів посттравматичного стресу серед солдатів

3. Узагальнено методики, що спрямовані на дослідження військовослужбовців. Показано, що в науковій літературі їх можна розподілити на декілька напрямів: дослідження бойового духу або «бойовій витривалості», дослідження щодо адаптації призовників, категорія досліджень екстремальних бойових стресових реакцій, дослідження резильєнтності. Показано, що зростання уваги у військовому середовищі до таких пов'язаних з результативністю концепцій, як витривалість і резильєнтність, підкреслює

важливість інструменту оцінки, який є актуальним для використання у військовій сфері. Забезпечення найвищого рівня бойової готовності власних сил залежить від валідних і надійних оцінок, що забезпечують точні вимірювання аспектів, пов'язаних з результативністю.

4. Вивчено взаємозв'язок індивідуально - особистісних особливостей й резильєнтності у комбатантів. Встановлено наявність низки значущих кореляційних зв'язків між досліджуваними змінними. Резильєнтність позитивно корелює з такими характеристиками, як авторитарність ($p < 0,05$) та агресивність ($p < 0,05$), що може вказувати на взаємозв'язок між стресостійкістю, рішучістю й наполегливістю особистості у досягненні цілей. Водночас резильєнтність має негативний зв'язок із нейротизмом ($p < 0,05$), тобто більш емоційно стабільні особи виявляють вищу здатність до психологічного відновлення та подолання труднощів. Показник екстраверсії позитивно корелює з доброзичливістю ($p < 0,05$), що свідчить про взаємозалежність соціальної активності, відкритості у спілкуванні та готовності до співпраці. Крім того, доброзичливість виявляє позитивні кореляції з доброзичливим типом ($p < 0,05$) та альтруїстичним типом ($p < 0,05$), що підтверджує узгодженість між особистісними рисами й міжособистісними орієнтаціями. Змінна «авторитарність» формує позитивні кореляційні зв'язки з агресивністю ($p < 0,01$) і негативні — з альтруїстичним типом ($p < 0,05$), що свідчить про поєднання владних і жорстких установок із менш вираженою схильністю до співчуття та безкорисливої допомоги іншим.

Надано індивідуальні портрети комбатантів

СПИСОК ВИКОРСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Барко В. І. Адаптація опитувальника "Великої п'ятірки" для використання психологами Національної поліції України / В. І. Барко, Л. А. Кирієнко, В. В. Барко *Наука і правоохорона.* - 2018. - № 3. - С. 229-237. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nip_2018_3_30
2. Коқун О.М., Агаев Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Основи психологічних знань про психічні розлади для військового психолога. Методичний посібник. — К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2018. — 310 с.
3. Кіреєва З. О. Предиктори резильєнтності та оптимізму у осіб різного віку під час проживання пандемії Sars-cov-2. Вісник ХДУ Серія Психологічні науки - №. 1 - том 1. - 2022. - С. 5-11.
4. З. О. Кіреєва. Становлення, розвиток та сучасність наукової школи «психології часу» Ел.Ресурс. Режим доступу: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://dspace.onu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/76969149-e2b7-4aa8-a71d-248cdf06140a/content>
5. Лазос Г.П., Резильєнтність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень. Режим доступу: <http://appsychology.org.ua/data/jrn/v3/i14/4.pdf>
6. Односталко О. С., Кіреєва З. О., Бірон Б. В. Психометричний аналіз адаптованої версії Шкали резильєнтності (cd-risc-10). Габітус. 2020. № 14. С. 110–117.
7. Орловська, О. А. Емпіричне вивчення психологічних особливостей учасників бойових дій та членів їх сімей, які зазнали впливу травмуючої події / О. А. Орловська // Науковий вісник Ужгородського національного університету: Серія: Психологія / редкол.: У. Б. Михайлишин (голов. ред.), О. Т. Смуқ, В. М. Корольчук та ін. – Ужгород : Видавничий дім «Гельветика», 2024. – Вип. 3. – С. 39–43. – Рез.– укр., англ. – Бібліогр.: с. 43 URL <http://psy-visnyk.uzhnu.uz.ua/index.php/psy/article/view/335/407>

8. Особистісні ресурси людини на різних етапах життя: колективна монографія / заг. ред. З. О. Кіреєва – Одеса : Одес. нац. ун-т ім. І. І. Мечникова, 2023. – 256 с.
9. Теорії особистості : навчально-методичний посібник / Укладачі Руслан Теодорович Сімко, Алла Володимирівна Сімко. Кам'янець-Подільський : Видавець Ковальчук О.В., 2021. 162 с.
10. Савчин М. В. Вікова психологія: навч. посіб. / М. В. Савчин, Л. П. Василенко. – Київ. : Академвидав, 2006.
11. Титаренко Т. М. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека / Т. М. Титаренко, Т. О. Ларіна. – К. : Марич, 2009. – 76 с. (Серія «Бібліотечка соціального працівника»).
12. Allport, G. W. (1937). *Personality: A psychological interpretation*
13. Bandura, A. (1998). Health promotion from the perspective of social cognitive theory. *Psychology and Health*, 13(4), 623-649.
14. Bartone, P.T., McDonald, K., Hansma, B.J., Stermac-Stein, J., Escobar, E.M.R., Stein, S.J., & Ryznar, R. (2022). Development and validation of an improved hardiness measure: The hardiness resilience gauge. *European Journal of Psychological Assessment*.
15. Bartone, P., Ursano, R., Wright, K., & Ingraham, L. (1989). The impact of a military air disaster on the health of assistance workers. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 177(6), 317–328.
16. Beckner, M.E., Main, L., Tait, J.L., Martin, B.J., Conkright, W.R., & Nindl, B.C. (2021). Circulating biomarkers associated with performance and resilience during military operational stress. *European Journal of Sport Science*, 22(1), 72–86
17. Bentler, P.M., & Bonett, D.G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*, 88(3), 588–606.
18. Britt, T. W., & Dickinson, J. M. (2006). Morale during military operations: a positive psychology approach. In T. W. Britt, C. A. Castro, & A. B.

Adler (Eds.), *Military life: The psychology of serving in peace and combat*. Volume 1: Military performance (pp. 157–184). Praeger Security International. 10.5860/choice.44-4531

19. Bowen, G.L., Jensen, T.M., & Martin, J.A. (2016). A measure of comprehensive airman fitness: Construct validation and invariance across air force service components. *Military Behavioral Health*, 4(2), 149–158

20. Cattell, R. B. (1978). *Use of Factor Analysis in Behavioral and Life Sciences*. New York: Plenum.

21. Cattell, R. B. (1995). The fallacy of five factors in the personality sphere. *The Psychologist*.

22. Cattell, R. B.; Krug, Samuel E. (September 1986). The Number of Factors in the 16PF: A Review of the Evidence with Special Emphasis on Methodological Problems. *Educational and Psychological Measurement*. 46 (3). doi:10.1177/0013164486463002. S2CID 143507573.

23. Connor, K.M., & Davidson, J.R.T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82

24. Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1990). Personality disorders and the five-factor model of personality. *Journal of Personality Disorders*, 4(4), 362–371.

25. Daphne, P. (2020). Positive affect and mindfulness as predictors of resilience amongst women leaders in higher education institutions. *South African Journal of Human Resource Management*, 18, 10

26. Delahaij, R., Gaillard, A., & Van Dam, K. (2010). Hardiness and the response to stressful situations: Investigating mediating processes. *Personality and Individual Differences*, 49(5), 386–390.

27. De Visser, E.J., Dorfman, A., Chartrand, D., Lamon, J., Freedy, E., & Weltman, G. (2016). Building resilience with the stress resilience training system: Design validation and applications. *Work*, 54(2), 351–366

28. Doody, C.B., Robertson, L., Uphoff, N., Bogue, J., Egan, J., & Sarma, K.M. (2019). Pre-deployment programmes for building resilience in military and

frontline emergency service personnel. *The Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2019(1), CD013242.

29. Field, A.P. (2005). *Discovering statistics using IBM SPSS Statistics* (2nd edn.). Sage Publications.

30. Freud, S., Strachey, J., & Strachey, A. (1977). *Inhibitions, symptoms, and anxiety*. New York: Norton.

31. Fromm, Erich, *Man For Himself*. New York: Rinehart and Co., 1947

32. Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience a review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist*, 18(1), 12–23.

33. John O.P., Naumann L.P., Soto C.J. Paradigm Shift to the Integrative Big-Five Trait Taxonomy:History, Measurement, and Conceptual Issues / O.P. John, R.W. Robins, L.A. Pervin (Eds.). *Handbook of personality: Theory and research*. New York: Guilford Press, 2008. P. 114–158.

34. Georgoulas-Sherry, V., & Kelly, D.R. (2019). Resilience, grit, and hardiness: Determining the relationships amongst these constructs through structural equation modeling techniques. *Journal of Positive Psychology & Wellbeing*, 3(2), 165–178. Retrieved from

35. Gilmore, P.W. (2016). *Leading a resilient force: Insights of an Australian General*. Army Research Paper, p. 11. Retrieved from

36. Ginton, L.M., Vuong, E., Lake, M.T., Nhapi, R.T., Zar, H.J., Yrttiaho, S., & Stein, D.J. (2022). Investigating pupillometry to detect emotional regulation difficulties in post-traumatic stress disorder. *The World Journal of Biological Psychiatry: The Official Journal of the World Federation of Societies of Biological Psychiatry*, 23(2), 127–135.

37. Gross, J.J., & John, O.P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362.

38. Hardiness Institute. (1985). *Personal views survey*. The Hardiness Institute.

39. Hellewell, S.C., & Cernak, I. (2018). Measuring resilience to operational stress in Canadian armed forces personnel. *Journal of Traumatic Stress*, 31(1), 89–101.
40. Hooper, D., Coughlan, J., & Mullen, M. (2008). Structural equation modelling: Guidelines for determining model fit. *Electronic Journal of Business Research Methods*, 6(1), 53–60. Retrieved from
41. Howard P.J., Medina P.L., Howard J.M. The Big Five locator: A quick assessment tool for consultants and trainers. The 1996 Annual. V. 1. San Diego: Preiffer & Company, 1996.
42. Hu, L., & Bentler, P.M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1–55.
43. Hystad, S.W., Eid, J., Laberg, J.C., & Bartone, P.T. (2011). Psychological hardiness predicts admission into Norwegian military officer schools. *Military Psychology*, 23(4), 381–389.
44. Institute for Maritime Medicine. (2018). *Usefulness of the BRUMS for mobilisation/demobilisation of ship-based maritime operations*. Technical report 14 December 2018. Institute for Maritime Medicine.
45. Ikeda M, Tanaka S, Saito T, Ozaki N, Kamatani Y, Iwata N. Re-evaluating classical body type theories: genetic correlation between psychiatric disorders and body mass index. *Psychol Med*. 2018 Jul;48(10):1745-1748. doi: 10.1017/S0033291718000685
46. Ivey, G. (2014). How's morale? What is morale? In G. Ivey, K. Sudom, W. H. Dean, & M. Tremblay (Eds.), *The human dimensions of operations: a personnel research perspective* (pp. 1–24). Canadian Defence Academy Press
47. Kabat-Zinn J. Mindfulness-based interventions in context: Past, present, and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*. 2003;10:144–156.
48. Kamphuis, W., Venrooij, W., & Van Den Berg, C. (2012). *A model of psychological resilience for the Netherlands armed forces*.

49. Kline, R.B. (2011). Principles and practice of structural equation modeling (5th edn.). The Guilford Press.
50. Kasemaa A, Säälik Ü. Personality predicting military morale and the role of positive and negative affectivity. *Curr Issues Personal Psychol*. 2023 Jan 5;11(4):269-282. doi: 10.5114/CIPP/156046. PMID: 38075467; PMCID: PMC10699293.
51. Kokun O., Agayev N., Pischko I. and Stasiuk V. (2020) ‘Characteristic impacts of combat stressors on posttraumatic stress disorder in Ukrainian military personnel who participated in the armed conflict in eastern Ukraine’, *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 20(3), pp. 315–326. Available at: <https://www.ijpsy.com/volumen20/num3/554/characteristic-impacts-of-combat-stressors-EN.pdf> (Accessed: 9 June 2023)
52. Koopman, R., & Van Dyk, G.A.J. (2012). Peacekeeping operations and adjustment of soldiers in Sudan: Peace in the minds and hearts of soldiers? *African Journal on Conflict Resolution*, 12(3), 53–76.
53. Krueckel, O., Heidler, A., Von Luedinghausen, N., Auschek, M., & Soet, M. (2020). Building resilience and hardiness in military leaders – Robustness training programs of the German army. In U. Khumar (Ed.), *The Routledge International handbook of military psychology and mental health* (pp. 151–163). Routledge.
54. McCrae, R. R., & Costa, P. T., Jr. (2008). The five-factor theory of personality. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 159–181). The Guilford Press.
55. Maddi, S.R., Harvey, R.H., Khoshaba, D.M., Fazel, M., & Resurreccion, N. (2009). The personality construct of hardiness, IV. *Journal of Humanistic Psychology*, 49(3), 292–305.
56. Madrigal, L., Hamill, S., & Gill, D. (2013). Mind over matter: The development of the mental toughness scale (mts). *The Sport Psychologist*, 27(1), 62–77.

57. Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370–396. <https://doi.org/10.1037/h0054346>
58. Maslach, C., & Leiter, M. P. (1997). *The truth about burnout: How organizations cause personal stress and what to do about it*. Jossey-Bass
59. Masten A. S. Ordinary magic: Resilience in development. New York: Guilford Press; 2014b
60. Markova MV, Aliieva TA, Markov AR, Korop OA, Lisovaya EV, Babych VV, Vyazmitinova SO. Disorders of adaptation of combatants and their medical and psychological rehabilitation at the sanatorium stage of treatment. *Wiad Lek.* 2022;75(2):444-450. PMID: 35307674
61. McNair, D.M., Lorr, M., & Droppleman, L.F. (1971). *Manual for the profile of mood states*. Educational and Industrial Testing Services.
62. Min, J.A., Yu, J.J., Lee, C.U., & Chae, J.H. (2013). Cognitive emotion regulation strategies contributing to resilience in patients with depression and/or anxiety disorders. *Comprehensive Psychiatry*, 54(8), 1190–1197
63. Nicholson, L.R., Lewis, R., Thomas, K.G.F., & Lipinska, G. (2021). Influence of poor emotion regulation on disrupted sleep and subsequent psychiatric symptoms in university students. *South African Journal of Psychology*, 51(1), 6–20.
64. Nindl, B.C., Billing, D.C., Drain, J.R., Beckner, M.E., Greeves, J., Groeller, H., Teien, H.K., Marcora, S., Moffitt, A., Reilly, T., Taylor, N.A.S., Young, A.J., & Friedl, K.E. (2018). Perspectives on resilience for military readiness and preparedness: Report of an international military physiology roundtable. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 21(11), 1116–1124.
65. Platania, S., Castellano, S., Petralia, M.C., Digrandi, F., Coco, M., Pizzo, M., & Di Nuovo, S. (2020). The moderating effect of the dispositional resilience on the relationship between post-traumatic stress disorder and the professional quality of life of the military returning from the peacekeeping operations. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 8(3), 1–21.
66. Rogers Carl R.: Distinguished Professional Contribution Award (1973). *American Psychologist*, 28(1), 71–74. <https://doi.org/10.1037/h0020368>

67. Ryan, R. M. et Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory. Basic psychological needs in motivation, development and wellness*. New York, NY : Guilford Press
68. Semmelink, D.S., Matebula, T.T., & Ngwenya, M. (2020). *A post deployment investigation into the experiences of soldiers in the DRC*. Unpublished research report. Human Factor Combat Readiness Department, Military Psychological Institute.
69. Shinga, D.N. (2016). Factors involved in combat readiness in Africa. In G. Van Dyk (Ed.), *Military psychology for Africa* (pp. 261–287). African Sun Press. Retrieved
70. Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B. (2004). *Utrecht Work Engagement Scale: Preliminary manual*. Occupational Health Psychology Unit, Utrecht University.
71. Sinclair, R.R., & Oliver, C.M., Ippolito, J., & Ascalon, E. (2003). *Development and validation of a short measure of hardiness*. Portland State University. Retrieved from
72. Smith, B.W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15, 194–200.
73. Stoppelbein, L., McRae, E., & Greening, L. (2017). A longitudinal study of hardiness as a buffer for posttraumatic stress symptoms in mothers of children with cancer. *Clinical Practice in Pediatric Psychology*, 5(2), 149–160.
74. Terry, P.C., Lane, A.M., Lane, H.J., & Keohane, L. (1999). Development and validation of a mood measure for adolescents. *Journal of Sports Sciences*, 17(11), 861–872.
75. Troy, A.S., & Mauss, I. (2011). Resilience in the face of stress: Emotion regulation as a protective factor. In S.M. Southwick, B.T. Litz, D. Charney & M.J. Friedman (Eds.). *Resilience and mental health: Challenges across the lifespan* (pp. 30–34). Cambridge University Press.

76. Tugade, M.M., & Fredrickson, B.L. (2007). Regulation of positive emotions: Emotion regulation strategies that promote resilience. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 8(3), 311–333
77. Van Wijk, C.H. (2011). The Brunel mood scale: A South African norm study. *South African Journal of Psychiatry*, 17(2), 44–54
78. Van Wijk, C.H., & Martin, J.H. (2019). A brief sailor resilience scale for the South African Navy. *African Journal of Psychological Assessment*, 1(1), 1–8.
79. Van Wijk, C.H., Martin, J.H., & Hans-Arendse, C. (2013). Clinical utility of the Brunel mood scale in screening for post-traumatic stress risk in a military population. *Military Medicine*, 178(4), 372–376
80. Wooten, N. (2012). Deployment cycle stressors and post-traumatic stress symptoms in Army National Guard women: The mediating effect of resilience. *Social Work in Health Care*, 51(9), 828–849.
81. Wu, G., Feder, A., Cohen, H., Kim, J.J., Calderon, S., Charney, D.S., & Mathé, A.A. (2013). Understanding resilience. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 7, 10.