

негативних психічних станів військовослужбовців: Методичний посібник.
Київ: НДЦ ГП ЗСУ [українською мовою]

2. Кокурн, О.М., Пішко, І.О., Лозінська, Н.С. (2016) Особливості вияву негативних психічних станів у військовослужбовців, які отримали бойові фізичні та психічні травми. *Проблеми екстремальної та кризової психології, збірник наукових праць, 19*, Харків: НУЦЗУ, 146 – 152. [українською мовою]

3. Коренєва, Ю.П. (2019) *Тривожність і фрустрованість як чинники невротизації вагітних жінок різного віку.* (Дис. канд. психол. наук), Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк [українською мовою]

4. Кузнецов, М., Фоменко, К., Кузнецов, О. (2015) *Психічні стани студентів у процесі навчально-пізнавальної діяльності.* Харків: ХНПУ імені Г.С. Сковороди [українською мовою]

5. Томчук, С.М. (2006) *Генеza негативних психічних станів молодших школярів та їх корекція.* (Автореф. на здоб. ступ. канд. психол. наук), Інститут історії та філософії педагогічної освіти Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, Київ. [українською мовою]

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ЕМОЦІЙНИХ ПЕРЕЖИВАНЬ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

УДК 159.942.31

Сухобрус Тетяна Вікторівна,
*Студентка спеціальності 053 «Психологія»
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»*

Анотація. У статті проаналізовано та визначено психологічні чинники емоційних переживань військовослужбовців та розглянуто психологічні особливості. З'ясовано, що військовослужбовці, які

перебувають у зоні бойових дій, як правило, відчувають безнадійність, низький рівень самореалізації, гнів на оточуючих, почуття провини, відчуття тривоги, відчуження та весь спектр негативних емоцій.

Ключові слова: військовослужбовці, емоції, емоційні переживання, поведінка, чинники.

Актуальність дослідження. Професія військового належить до найбільш екстремальних видів професійної діяльності. У зв'язку з подіями, які пов'язані із загрозою територіальної цілісності України, наша держава захищає її кордони, у якій задіяні десятки тисяч осіб, зокрема професійних та непрофесійних військовослужбовців. Безпосередня участь у бойових діях вимагає від них високої психологічної витривалості, стресостійкості в умовах постійної загрози. Події, які відбуваються в зоні проведення боїв, характеризуються високою інтенсивністю, напруженістю, швидкоплинністю. За цих умов психіка військовослужбовців функціонує на межі допустимих навантажень. Виснаження призводить до емоційних переживань, психічних травм, психічних розладів короткочасного чи довготривалого характеру.

Короткий аналіз останніх досліджень і публікацій з проблеми.

Особлива увага на емоційні аспекти діяльності воїнів була зазначена у наукових працях О. Бойка, М. Корольчука, В. Лефтерова, Г. Ложкіна, С. Миронця, В. Моляко, Є. Потапчука, І. Приходько, В. Осьодло, Н. Оніщенко, А. Романишина, О. Сафіна, О. Тімченка, М. Томчука, С. Яковенка та ін.

Мета наукової публікації. Визначення та аналіз психологічних чинників емоційних переживань військовослужбовцями

Завдання статті.

- 1) Провести аналіз емоційних переживань військовослужбовців
- 2) Уточнити її структурні складові

Виклад основного матеріалу дослідження.

Емоції і почуття військовослужбовця є тими своєрідними станами його психіки, які накладають відбиток на його життя, діяльність, поведінку. Психофізіологічним наслідком виникнення емоцій, перетікання їх у почуття постають емоційні стани військовослужбовця.

Під час військового конфлікту негативний вплив на емоційну сферу учасників бойових дій підвищується. Своєчасне виявлення цього факту дає змогу більш дієво вносити корективи у психоемоційні стани та запобігати впливові стрес-чинників на емоційну сферу військовослужбовців. Високоемоційний характер бойової підготовки супроводжує військовослужбовця протягом військової служби. Наслідком психотравмуючих факторів є чисельні психогенні втрати (Будницька, О. А., 2001), формування в особистості астенічних станів: тривоги, депресії, апатії (Стасюк, В. В., 2012).

Особистість військовослужбовця розглядається як певний соціально-професійний тип особистості, який володіє сукупністю специфічних властивостей, особливостей (виховання високих особистісних якостей; емоційна стійкість, наполегливість, рішучість, впевненості у своїх силах; формування вмінь, що дозволяють успішно досягти свідомо поставленої мети), що виражають належність індивіда до військово-професійної соціальної групи.

Спостерігаючи за діяльністю військовослужбовців, помітно, що вони різні не лише зовнішньо, а й за діями. Одні з них завжди спокійні, неговіркі, мляві, інші дуже рухливі, говіркі тощо. При цьому слова в них супроводжуються активною жестикуляцією та відповідною мімікою. Все це зумовлено темпераментом.

Наступна психічна властивість особистості воїна — характер, що визначає його поведінку і ставлення до навколишнього середовища, праці, інших людей і самого себе. Якщо в темпераменті виявляється ставлення

воїна до подій, які відбуваються навколо нього, то характер — у ставленні до власної діяльності

Психічні якості особистості, які дають змогу з певною імовірністю передбачати поведінку воїна в конкретних умовах, називаються рисами характеру. При цьому маємо на увазі, що рисами характеру називаємо лише ті чи інші особливості поведінки воїна, які систематично виявляються в різних видах його діяльності. Вони поділяються на позитивні (мужність, сумлінність, дисциплінованість, ініціативність тощо) і негативні (боягузтво, безпринципність, недбальство тощо).

Розглядаючи психологічні особливості емоційних переживань військовослужбовців, необхідно враховувати й гендерні особливості. У багатьох дослідженнях вже неодноразово підіймалось питання гендерних відносин і тому часто є присутнім порівняльний аналіз особистісних характеристик військовослужбовців чоловіків і жінок.

Розуміння емоцій в осіб чоловічої та жіночої статі обслуговується різними системами психічних процесів, при цьому менш виражені у чоловіків розпізнавання емоцій інших людей і емпатія компенсуються вищим рівнем розвитку інших складових розуміння емоцій.

Усвідомлена регуляція емоцій пов'язана в основному з їх придушенням. Чоловіки в цілому більш стримані в прояві симпатії, печалі, жінки – в проявах сексуальності, гніву і агресії.

У жінок в порівнянні з чоловіками переважає розуміння емоцій. В іншому відмінності носять скоріше якісний, ніж кількісний характер. Чоловіки і жінки в рівній мірі переживають ті чи інші події, демонструють ідентичні фізіологічні реакції. Однак вони по-різному, у відповідності зі своєю гендерної роллю, пояснюють причини емоцій (Андрощук, О. Ю., Луцький О.Л., 2011). Жінці досить складно адаптуватися у військовому середовищі, як у соціально-психологічному, так і в професійному плані, необхідно враховувати позитивні та негативні моменти у військовій службі пов'язані з емоційною сферою. В іншому випадку жінки-

військовослужбовці будуть відчувати на службі почуття тривоги і дискомфорту.

Найбільш виразні психічні порушення спостерігають у осіб, які знаходилися в зоні бойових дій більше за три місяці. Ці зміни проявляються передусім реакціями на емоційний і фізичний стрес: від відносно короткотривалого відчуття дискомфорту з різними симптомами емоційної напруги до психічних розладів невротичного та психотичного регістрів (Стасюк, В. В. (2012).

Військовослужбовець у процесі військово-професійної діяльності постійно відчуває широкий спектр емоцій, на ґрунті якого, природно, формуються почуття та, відповідно, емоційні стани.

Висновки Отже, в умовах війни військовослужбовці піддаються постійному впливу негативних факторів, які призводить до розвитку тривожності, запальності, апатії, дратівливості.

Перспективи подальших досліджень. Перспектива подальших досліджень полягає у пошуку найбільш ефективних методів психологічної реабілітації військовослужбовців.

Список використаної літератури

1. Андрощук, О. Ю., Луцький О.Л. (2011). *Гендерний аспект у військовій сфері*. Вісник НАДПСУ. Хмельницький. №1. 7 с. [українською мовою]
2. Будницька, О. А. (2001). [Індивідуально-особистісні детермінанти емоційних переживань у психотравмуючій ситуації](#): автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.01— «Загальна психологія, історія психології» / Київ. С.17 [українською мовою]
3. Напрєєнко, О. К., Сиропятов, О.Г. (2014). *Психолого-психіатрична допомога постраждалим при збройних конфліктах*: методичні рекомендації. Київ. 26 с. [українською мовою]

4. Стасюк, В. В. (2012). *Основні негативні емоційні стани військовослужбовця у процесі військово-професійної діяльності*. Вісник КНУ ім. Т. Шевченка. Військово-спеціальні науки. №27. С. 23 – 25. [українською мовою]

ДО ПИТАННЯ ПРО ЧИННИКИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКЛАСНИКІВ

УДК 373.5:316.6

Трофімова Таїсія Анатоліївна,
студентка спеціальності 053 «Психологія»
КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти»

Анотація. У статті досліджується проблема соціальної адаптації дітей шестирічного віку. Учні, батьки і вчителі зустрічаються з проблемами, пов'язаними з адаптацією дітей до нового середовища навчання в школі. Раннє виявлення і попередження дезадаптації – важлива психологічна проблема.

Ключові слова: адаптація, шкільна адаптація, дезадаптація, соціальна адаптація, шкільна дезадаптація.

Актуальність дослідження. За останні кілька років в умовах самоізоляції через COVID-19, а зараз в умовах російсько-української війни ми спостерігаємо загострення дезадаптації окремих першокласників.

На сьогодні проблема шкільної адаптації є однією з найбільш гострих та актуальних, що потребує поглибленого вивчення.

Навчання у першому класі починають переважно діти 6-річного віку, які перебувають у кризовому періоді, тому школяреві іноді буває важко адаптуватися до нових умов. Адже цей період пов'язаний зі зміною ціннісних орієнтацій дитини, зміною світогляду та стереотипних