

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В.Н.КАРАЗІНА

ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ

КАФЕДРА ПРИКЛАДНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему: «Особливості емоційної сфери учасників бойових дій та
військовослужбовців, що проходять навчальну військову підготовку перед
відправкою на передову»

Студентки 2 курсу групи ЗПС-51 другого
(магістерського) рівня вищої освіти освітньо-
професійної програми «Психологія» за спеціальністю
053 – ПСИХОЛОГІЯ
Мостової В.В.

Керівник: к. психол. н., доцент Гуляєва О.В.

Чотирьохрівнева шкала оцінювання _____
Кількість балів: _____

Члени комісії _____	_____
(підпис)	(прізвище та ініціали)
_____	_____
(підпис)	(прізвище та ініціали)
_____	_____
(підпис)	(прізвище та ініціали)

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ ТА ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЩО ПРОХОДЯТЬ НАВЧАЛЬНУ ВІЙСЬКОВУ ПІДГОТОВКУ ПЕРЕД ВІДПРАВКОЮ НА ПЕРЕДОВУ	7
1.1. Особливості структурної організації емоційної сфери особистості	7
1.2. Психологічні аспекти впливу ситуації бойових дій на емоційну сферу особистості	13
1.3. Сучасні дослідження емоційної сфери військовослужбовців	17
Висновки до розділу I	20
РОЗДІЛ II. МЕТОДОЛОГІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ ТА ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЩО ПРОХОДЯТЬ НАВЧАЛЬНУ ВІЙСЬКОВУ ПІДГОТОВКУ ПЕРЕД ВІДПРАВКОЮ НА ПЕРЕДОВУ	22
2.1. Мета і завдання дослідження	22
2.2. Опис вибірки	22
2.3. Опис методів і процедури дослідження	24
Висновки до розділу II	28
РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ ТА ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЩО ПРОХОДЯТЬ НАВЧАЛЬНУ ВІЙСЬКОВУ ПІДГОТОВКУ ПЕРЕД ВІДПРАВКОЮ НА ПЕРЕДОВУ	29
3.1. Дослідження особливостей емоційного вигоряння учасників бойових дій та військовослужбовців, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову	29
3.2. Дослідження особливостей емоційних та психічних станів учасників бойових дій та військовослужбовців, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову	39

3.3. Дослідження особливостей алекситимії учасників бойових дій та військовослужбовців, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову	54
3.4. Дослідження особливостей взаємозв'язку емоційного вигоряння, емоційних і психічних станів, та алекситимії учасників бойових дій та військовослужбовців, які проходять військову підготовку	56
Висновки до розділу III	62
ВИСНОВКИ	64
Література	66

ВСТУП

Актуальність проблеми. Сплеск наукового інтересу до психологічного потенціалу особистості військовослужбовців серед вітчизняних дослідників розпочався ще до повномасштабного вторгнення російських військ в Україну у лютому 2022 року. Очевидно, поштовхом для нього слід вважати початок загострення військово-політичної ситуації на сході держави у 2014 році. З тих пір у дослідницькому просторі навіть при поверхневому погляді відчутно збільшилася кількість робіт, присвячених зазначеній тематиці. Зокрема, було досліджено загальний потенціал особистості військовослужбовців (Алещенко В. І.); динаміку ціннісно-сміслових особливостей військових в залежності від досвіду участі у бойових діях (Журавльова Л.П., Кротюк К.М.); стильову специфіку їхньої поведінкової регуляції (Іванова О. А.); морально-психологічний стан військовослужбовців (Мась Н. М.). Вивчалася психологічна готовність мобілізованих в контексті досвіду військової служби (Нікітенко Г. О.); аналізувалися особливості психологічної роботи з військовими, що мають посттравматичний стресовий розлад (Ніколаєнко С. О.); психофізіологічні особливості військовослужбовців (Пашковський С. М.); їхні емоційні особливості при постстресовій психологічній дезадаптації (Харченко А.О.) тощо.

З огляду на це, цілком закономірним є набуття проблемою дослідження психологічних особливостей військових ще більшої актуальності після початку повномасштабної війни. Але ж те становище, у якому наше суспільство зустріло події лютого 2022 року, ще довгий час ускладнювало і навіть унеможливлювало не те що зростання кількості досліджень у відповідності до прикладних військових потреб, а й їхнє ведення хоча б на колишньому рівні. Невизначеність, страх, евакуаційні заходи, вторгнення, що на перших порах розповсюджувалося з неабиякою динамікою, - все це лише частина чинників, які вплинули на повноцінність функціонування нашої держави в усіх сферах, зокрема, у науці.

Хоча, не дивлячись на вказані обставини, у вітчизняних дослідженнях, вже починаючи з 2022 року почали з'являтися поодинокі психологічні роботи, спрямовані на вивчення психологічних особливостей військових. Так, було досліджено психологічні аспекти управлінських навичок бойових офіцерів в умовах військових дій (Балабушка Є.О.); специфіку формування стресостійкості військових (Тютюнник

Л.Л.); обумовлення психологічного стану військовослужбовців наслідками бойового стресу (Шиделко А.В.) та деякі інші.

Проте, очевидно, що зміна характеру ведення війни вимагає збільшення пильності по відношенню до всіх аспектів, пов'язаних з нею, зокрема, і до науково-дослідного. Тим більше, що сьогодні у психологічних роботах достатньо мало висвітлюються поточні проблеми, пов'язані з емоційною сферою військових, яка, між іншим, великою кількістю як вітчизняних, так і зарубіжних науковців визнається чи не найбільш вразливою в умовах ведення бойових дій (Агаєв Н.А., Кокун О.М., Лозінська Н.С., Остапчук В.В., Пішко І.О., Терещук А.Д., Baele S., Harms P. D., Khashman A., Meur E., Sterck O., Zilincik S. та багато інших).

Отже, в даній роботі ми здійснимо спробу руху у напрямку поступового заповнення вказаного пробілу, зосередившись на вивченні емоційної сфери військових. Зробити це ми плануємо із прицілом на відстеження низки емоційних процесів даної категорії осіб, які готуються до ведення бойових дій або вже беруть в них участь.

Об'єкт дослідження – емоційна сфера особистості.

Предмет – особливості емоційної сфери учасників бойових дій та військовослужбовців, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову.

Метою роботи є дослідження особливостей емоційної сфери учасників бойових дій та військовослужбовців, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову.

Завдання: 1) Провести теоретичний аналіз питання щодо вивчення особливостей емоційної сфери учасників бойових дій та військовослужбовців.

2) Дослідити особливості емоційного вигоряння учасників бойових дій та військовослужбовців, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову.

3) Вивчити особливості емоційних та психічних станів досліджуваних.

4) Визначити особливості алекситимії учасників бойових дій та військовослужбовців, які проходять військову підготовку.

5) Визначити особливості взаємозв'язку емоційного вигоряння, емоційних та психічних станів та алекситимії учасників бойових дій та військовослужбовців, які проходять військову підготовку.

Гіпотеза: учасники бойових дій мають вирізнятися значним емоційним вигорянням та високим рівнем алекситимії; військовослужбовці, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову, - вищим емоційним напруженням, у порівнянні з тими, хто проходить службу у тиллових частинах.

Для вирішення наведених завдань у дослідження було залучено наступні психодіагностичні методики:

- 1) Методика діагностики рівня емоційного вигоряння В.В. Бойка.
- 2) Шкала диференційних емоцій К. Ізарда.
- 3) Тест самооцінки психічних станів (за Г. Айзенком).
- 4) Методика «Домінуючий стан» Л. Кулікова.
- 5) Торонтська шкала алекситимії.

Методи статистичної обробки даних В ході опрацювання даних були використані описові статистики, метод Манна-Уїтні для порівняння незалежних вибірок та кореляційний аналіз Спірмена. Обчислення проводилися за допомогою ПЗ SPSS 23 версії.

Вибірка. У дослідженні взяли участь 119 військовослужбовців чоловічої статі. Серед них - 32 особи, що на момент проведення дослідження брали безпосередню участь у бойових зіткненнях на передовій. Це бійці 57-ї, 63-ї та 92-ї бригад у віці від 24 до 42 років. 41 особа – військовослужбовці, що проходили військово-навчальну підготовку у складі тих самих бригад перед першою відправкою до зони бойових дій (у віці 25-40 років). 46 досліджуваних були представлені військовими 127-ї окремої бригади територіальної оборони, а також, 57-ї та 63-ї бригад, що проходили службу у тиллових частинах і не мали досвіду участі у прямих бойових зіткненнях (у віці 27-42 років).

Практична значущість роботи. Отримані за підсумком дослідження результати можуть бути застосовані з метою розробки рекомендацій для військових психологів при профілактичній роботі з військовослужбовцями, а також – для фахівців, що займаються психологічною реабілітацією військових.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ ТА ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЩО ПРОХОДЯТЬ НАВЧАЛЬНУ ВІЙСЬКОВУ ПІДГОТОВКУ ПЕРЕД ВІДПРАВКОЮ НА ПЕРЕДОВУ

1.1. Особливості структурної організації емоційної сфери особистості

Мабуть, емоції є феноменом, який має одну з найдавніших історію прояву до себе наукового інтересу з-поміж всіх психологічних особливостей людини. Так, ще у період існування античної Греції в рамках дуалізму західної філософської думки вчені почали замислюватися стосовно того, що можна протиставити тілу; що – розуму; що – когніціям. І відповідями на дані питання були відповідно: душа, пристрасті та емоції [10].

Розглядаючи зазначені протиставлення, Сократ і Платон визначали емоції як руйнівний елемент, а просвітлений розум – як феномен, що домінує над емоціями, приборкує їх. На думку вчених, бурхливі емоції слід відкидати, тримаючись подалі від людей, які їх виявляють, оскільки, опинившись під впливом емоцій, людина втрачає самовладання і може діяти нерозумно, висловлюючи щось абсолютно безглузде. Іноді в розгубленості така людина здатна замкнутися на самоті, тому що не в змозі відповідним чином реагувати та захищатися. Отже, і Сократ, і Платон підкреслювали, що в ході емоційної детермінації люди найчастіше ухвалюють нерозумні рішення [33].

Аристотель же говорив про емоції як про пов'язані з когніціями цілком припустимі і нормальні речі, - за умови, якщо вони є адекватно виразними і проявляють себе в межах посередньої міри, яку згодом його учні назвуть «золотою серединою» [10].

Згодом в рамках римського стоїцизму Хризипп та Сенека продовжували розвивати ідеї про єдність когніцій та емоцій, але, їхні погляди на останні були ближчими до думок Сократа і Платона: емоції сприймалися Хризиппом та Сенекою як джерело негативного досвіду [33].

Безумовно, означені вище ранні уявлення про емоції не відрізнялися наявністю емпірично-доказової бази, яка вимагається наукою сьогодні. Проте, з плином часу вивчення емоційної сфери все більше вдосконалювалося.

При цьому варто сказати, що окремо емоції у психології майже не розглядалися з прицілом на чітку періодизацію їхнього вивчення. На сьогоднішній день серед прийнятно окреслених спроб щодо цього слід виділити хіба що розробки Б. Розенвайна та Р. Крістіані, які, узагальнивши розробку питання емоцій в ході історії психології, говорили про три основні етапи історії емоцій: конструктивістські дослідження «емоційних ідеалів» у дусі П. Стернса, постструктуралістський аналіз відмінностей між індивідуальним емоційним досвідом та соціальними конвенціями «емоційних режимів» у прихильників У. Редді і, нарешті, дослідження співіснування різних емоційних спільнот у роботах, які запропонували самі Б. Розенвайн та Р. Крістіані [62].

Але ж, очевидно, з огляду на врахування лише найбільш ґрунтовних досліджень з проблематики емоційної сфери, дані автори у виділенні основних етапів її дослідження охопили достатньо незначний часовий період, - хоча, можна з легкістю відшукати більш ранні роботи про емоції, які однозначно варті уваги.

Так, Декарт, звернувшись до більш ранніх ідей Аристотеля, зробив в них акцент на когнітивно-оцінювальній складовій і визначив емоції як специфічний тип пристрасті, що взаємодіє з душею, тобто, з вищими розумовими процесами. Згодом Руссо ще більше звеличив емоційну сферу людини, що ознаменувало початок ери романтизму у психології [10].

Значний внесок у розвиток різноманіття уявлень про емоційну сферу у науці було здійснено з появою еволюційної теорії Ч. Дарвіна, в рамках якої стверджувалося, що емоції виступають в якості проявів фізіологічної складової людини, а їхня природа – тваринна, як і вся людська сутність в цілому [42].

Так само у фізіологічному ключі інтерпретується емоційна сфера в рамках теорії Джеймса та Кеннона, де констатується, що емоції мають вираз завдяки гіпоталамічним структурам; а емоційне переживання зумовлюються стимулюванням таламусу [48].

У периферичній теорії Джеймса-Ланге також робиться наголос на первинності фізіологічних змін, зокрема, у судинній системі і м'язах, вже на основі яких формуються емоції [49].

Із оформленням психології у самостійну науку нового поштовху зазнала і галузь вивчення емоційної сфери. Зокрема, В. Вундт запропонував тривимірну концепцію емоцій, і зазначені автором виміри є наступними: 1) розслаблення-напруження; 2) задоволення-незадоволення; 3) спокій-збудження [65].

У психоаналітичному підході Фрейда емоційна сфера трактувалася з огляду на те, що рушійною силою розвитку особистості є інстинкти, і що емоції утворюються внаслідок намагання такої особистісної структури, як «Его», тобто, «Я», віднайти баланс у боротьбі між інстинктами, що надходять з «Ід» («Воно»), та соціальною сутністю, яка контролюється «Супер-Его» («Над-Я»). Дослідник говорив про те, що всі інстинкти характеризуються певним енергетичним зарядом, і що потужність цього заряду потім відображується у силі емоцій, спричинених тим чи іншим інстинктом. Але характер емоцій при цьому визначається особливостями віднаходження балансу у боротьбі між інстинктами та соціальною сутністю людини. Наприклад, провини, сором і відраза можуть з'являтися у людини, коли її сексуальні потяги починають обмежуватися вимогами і нормами соціуму. При цьому Фрейд відводив емоціям одне з найбільш вагомих місць у детермінації психічного здоров'я та мотивації людини [43].

У першій половині двадцятого століття з'являється теорія диференціації емоцій К. Бріджес, в якій емоції розглядаються в двох вимірах: диференційованому, - коли емоція має чітко окреслений зміст; і недиференційованому, - коли емоція має певний заряд, але не має визначеної спрямованості. Особливої уваги в даному випадку отримало питання розвитку емоцій, в ході вивчення якого К. Бріджес було виявлено, що збудження як недиференційована емоція є притаманною людині вже від самого народження; але згодом вона набуває диференційованості, трансформуючись у специфічні емоції з плином життя. Звідси випливає, що для кожного життєвого етапу людини характерний свій емоційний профіль, який залежить від характеру

формування умовних зв'язків між стимулами і реакціями, які є найбільш типовими для певного віку [41].

Паралельно з теорією диференціації емоцій К. Бріджес розвитку набували концепції емоційної прив'язаності. Зокрема, мова йде про погляди К. Лоренца, згідно з якими емоційну прив'язаність слід диференціювати на дитячу, батьківську, сексуальну та родинну [55]. Пізніше така думка була дещо видозмінена Г. Харлоу, який емоційну прив'язаність трактував як любов: немовляцьку, материнську, батьківську, гетеросексуальну та любов до свого покоління [44].

У другій половині двадцятого століття виникають все більш складні концепції, що намагаються пояснити природу емоційної сфери особистості. Так, Р. Холт розробив теорію афекту і мотивації, в якій він підкреслював вагомість переживання емоцій у розумінні спрямованості особистості, хоча й визнавав, що емоції, передусім, детермінуються зовнішньою стимуляцією та перцептивно-когнітивними феноменами [46].

До слова, цей період знаменується ще цілою низкою когнітивно-орієнтовних наукових поглядів на емоції. Зокрема, Кляйн [54], Арнольд, Лазарус [40], Прібрам [61], Шахтер [63] та інші стверджували, що емоції є результатом когнітивно-афективного оцінювання ступеня узгодженості спрямованості особистості і результатів, досягнутих за даною спрямованістю.

Мабуть, однією з найбільш популярних та поширених на сьогоднішній день концепцій щодо емоційної сфери є теорія диференційних емоцій, яка була сформована С. Томкінсом [64] та згодом вдосконалена К. Ізардом [52]. В даному випадку мова йде про кожен емоцію як про окремий емоційно-мотиваційний процес, який у специфічній для кожної емоції формі детермінує внутрішню і зовнішню активність людини.

К. Ізард наполягав на тому, що всього можливо виділити десять типів унікального і неповторного коригування поведінки людини емоціями, - відповідно, мають розрізнятися і десять типів базових емоцій: здивування, інтерес, нехтування, радість, горе, гнів, вина, сором, огида та страх [52].

Варто сказати, що сьогодні ця теорія є вкрай затребуваною у наукових дослідженнях, пов'язаних з вивченням емоційної сфери особистості. По-перше, вона максимально широко охоплює всю особистість, і не прив'язується окремо або до психофізіологічного, або до когнітивно-афективного, або до інших компонентів, на яких робився виключний акцент в рамках розглянутих вище концепцій. По-друге, у теорії К. Ізарда представлена найбільш ретельна і різноманітна диференціація емоцій, яка має під собою вкрай чіткі та визначені критерії цієї диференціації.

Отже, в рамках нашої кваліфікаційної роботи теорія Ізарда буде виступати в якості однієї з головних, на яку ми спиратимемося в ході дослідження емоційної сфери учасників бойових дій та військовослужбовців, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову.

Варто додати, що, не дивлячись на розбіжність поглядів щодо природи емоцій у наведених вище концепціях, більшість з них визнають, що емоційна сфера є багаторівневим утворенням, яке, окрім самих емоцій, включає емоційні властивості особистості, її емоційні відношення, тобто, почуття, емоційні стани та емоційний тон [5].

Було б також неправомірним не розглянути те, яким чином вивчалася емоційна сфера в українській науковій психології. Звісно, остання не має такої довгої дослідницької традиції, як розглянута вище зарубіжна, але, тим не менш, на сьогодні і у вітчизняних науковців є думки, які неодмінно варті уваги.

Зокрема, великий внесок в дослідження даного питання вніс М.А. Кузнєцов, який розробляв проблему емоційної пам'яті [16] та загалом структури емоційного ставлення [17; 18]. О.П. Саннікова досліджувала місце емоційності в структурі особистості [30].

Але, нажаль, у вітчизняній психології поки замало опрацьована проблема вивчення емоційної сфери як фундаментально психологічного феномену, і більшість робіт спрямовані здебільшого на прикладні дослідження, що спираються на вже до цього сформовані моделі емоційної сфери. Так, на факультеті психології Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна Н.П. Крейдун з колегами досліджували особливості емоційної сфери особистості, які формуються під

час тривалого перебування в умовах бойових дій [14]; О.В. Гуляєва та Ю.О. Гуляєва вивчали емоційну складову у структурі психологічного благополуччя осіб з обмеженими можливостями здоров'я [4]; І.В. Кряж та Н.В. Левенець також у значній мірі пов'язували емоційні феномени з благополуччям, але при цьому роблячи наголос на емоційному інтелекті [15] тощо.

Проте, з іншого боку, не можна впускати з виду значної теоретико-аналітичної роботи, яка сьогодні здійснюється вітчизняними психологами навколо проблеми емоційної сфери особистості. Так, Т. Кириленко на основі узагальнення цілої низки досліджень дійшла висновку про необхідність розподілення емоційної сфери на п'ять вимірів [11].

В першу чергу, дослідниця говорить про «вчинковий» (тобто, такий, що виражається через дії індивіда) компонент емоційної сфери. До нього Т. Кириленко відносить емоції як більш-менш цілісний феномен, що проявляє себе безпосередньо у поведінці.

Наступний вимір – емоційні переживання, - феномен, що виникає внаслідок емоційного відображення об'єктивної дійсності. На відміну від «вчинкового», даний компонент безпосередньо не прив'язується до поведінки, і може проявляти себе автономно по відношенню до активної діяльності. Тут авторка говорить про переживання констатуючі (переживання, спричинені поточною ситуацією) та розвивальні (такі, що формуються на глибинному зверненні особистості до власного досвіду).

Ще один вимір, який виділяється Т. Кириленко, - стан емоційної готовності. На думку дослідниці емоційна готовність визначається на основі співвідношення емоційного стану та емоційного переживання, і вона спрямована на визначення особливостей емоційного реагування на події, що передують.

Четвертий вимір – емоційне самопізнання, - тобто, феномен, що спрямований на саморозкриття особистості та самоусвідомлення в ході емоційного реагування.

Нарешті, останній вимір – емоційно-духовний. Тут, на думку дослідниці, мають проявлятися моральні почуття, почуття спокути, милосердя тощо.

Всі ці виміри були розподілені дослідницею у три вектори (1. Вертикальний – взаємозв’язок емоційно-духовного компоненту та самопізнання; 2. Горизонтальний – взаємозв’язок переживань та емоційної готовності до змін; та 3. Наскрізний – вектор, що вказує на самостворення емоцій в ході поведінки), які, в свою чергу, утворюють трьохплощинну модель емоційної сфери [11].

Таким чином, враховуючи відсутність єдиної лінії у вивченні емоційної сфери в історії психології, яка була виявлена нами в поточному підрозділі кваліфікаційної роботи, ми можемо сказати, що ця сфера має вкрай складну організацію, - і саме тому вона вимагає неодмінно високої пильності при врахуванні різного роду впливів на неї, зокрема, впливу ситуації бойових дій. Тому до початку емпіричного дослідження ми маємо ретельно розглянути на теоретичному рівні психологічні аспекти впливу ситуації бойових дій на особистість і безпосередньо емоційну сферу військовослужбовців, - що і буде зроблено у наступних підрозділах.

1.2. Психологічні аспекти впливу ситуації бойових дій на емоційну сферу особистості

З підрозділу 1.1 стає зрозумілим, що емоційна сфера особистості знаходиться в процесі постійного коригування в залежності від зовнішніх обставин, в яких знаходиться людина. Це беззаперечно стверджується в рамках всіх концепцій, а їхня відмінність з цієї точки зору полягає лише в тому, що опосередковує зв'язок емоцій і зовнішнього середовища: фізіологічні процеси, когнітивні, комплексно-особистісні і т.д.

Але ще раз підкреслимо, що в жодному випадку цей зв'язок не заперечується, - отже, цілком логічно говорити про те, що в умовах бойових дій мають формуватися свої, унікальні особливості емоційної сфери.

Змістовні підстави говорити про це можуть виникати вже на етапі первинного аналізу сутності бойових дій, який, безумовно, слід розпочати з визначення даного феномену. О. Семененко зі співавторами визначають бойові дії як форму військової діяльності, метою якої є знищення живої сили і техніки супротивника, а також, -

руйнація матеріальних об'єктів, що ідентифікуються як значущі для ведення зворотних бойових дій з боку ворожої сторони [31].

Аналізуючи це визначення, в першу чергу, можна із впевненістю сказати, що умови бойових дій дуже значною мірою відрізняються від звичного укладу життя людини за відсутності військових конфліктів. Отже, тут відразу постає питання необхідності перебудови всіх психічних процесів індивіда, яка надходить із його потраплянням в умови бойових дій, і яка віддзеркалюється і на емоційних переживаннях в тому числі.

Крім того, різка неочікувана зміна звичного способу життя спричиняє коригування сприйняття людиною визначеності щодо майбутнього, її життєвих перспектив, - що, безумовно, також викликає цілу низку емоційних переживань, які не були широко розповсюдженими у позавоєнній ситуації.

Також варто звернути увагу і на такі складові поняття бойових дій, як знищення і руйнація, - очевидно, що дані деструктивні чинники є вкрай вагомим підґрунтям для виникнення відповідних емоцій. Навіть поки не вдаючись до наявних емпіричних досліджень з даної тематики, ми з великою долею впевненості можемо припускати зростання страху, тривоги, горя тощо.

Отже, підстави для того, щоб говорити про особливості емоційної сфери особистості в умовах бойових дій, є більш ніж достатніми. То ж, поглянемо, що на сьогоднішній день можуть запропонувати щодо визначення цих особливостей наявні наукові дослідження.

Поверхнево згадане у розділі 1.1 дослідження Н.П. Крейдун з колегами, присвячене вивченню особливостей емоційної сфери, які формуються під час тривалого перебування особистості в умовах бойових дій, емпірично довели, що у зазначених обставинах людина владна відчувати у високій ступені горе, відразу та гнів. При цьому на тлі інших дещо занепадає рівень виразності такої емоції, як презирство. Крім того, дослідниками виявлено поступове зниження емоцій позитивного спектру із плином перебування в зоні бойових дій.

Також важливим висновком з дослідження авторів є те, що особи, які довго перебувають в зоні бойових дій, мають вищу тривожність, ніж ті, хто знаходиться у

відносній безпеці; і ця тривожність зростає тим більше, чим довше здійснюється знаходження у небезпечних умовах.

Нарешті, слід додати ще одну виявлену дослідниками особливість: тенденцію до високого прояву вербальної та непрямой агресії, що перебувають в зоні бойових дій [14]. Отже, тут цілком очевидно є коректність наших припущень, коли ми розглядали можливий вплив умов бойових дій на особистість, спираючись на зміст визначення бойових дій.

А.С. Гуляєва встановила, що особи, які пережили бойові дії в ході проведення антитерористичної операції на сході України, починаючи з 2014 року, демонстрували наявність розвинених фобій; ознаки психотравматизації та депресії; суїцидальні думки і вкрай високу тривожність, яка в багатьох випадках призводила до проявів дезадаптивності у поведінці і до розладів сну [3].

Шестопалова Л.Ф., Кожевнікова В.А. та Бородавко О.О. вивчали вплив перебування в ситуації бойових дій на особистість, досліджуючи осіб, що вже покинули небезпечні умови [37]; тобто, дослідники зосередилися на вивченні психологічного «відбитку» на психіці по завершенню безпосереднього впливу бойових дій. Ними було встановлено, що зазначені особи мали виразні ознаки соматизації, депресивних переживань, міжособистісної сензитивності; і в них відчутно проявлялася емоційна ригідність.

Крім того, дослідники достатньо ретельно вивчили постстресові прояви зазначених осіб і дійшли висновку, що ці розлади значущо пов'язані з емоційними порушеннями у широкому сенсі, а також – з відчуттям психологічного благополуччя.

О.А. Невоєнна та Н.С. Ярош встановили, що особи, які проживають в «гарячих точках», мають настільки високий рівень тривожності, що він призводить до «емоціоналізації» раціональних копінг-стратегій, призводячи у підсумку до значного зниження адаптивності поведінки [23].

Джоші та О'Доннелл відзначили, що емоційні переживання людини під час перебування в умовах бойових дій є настільки інтенсивними, що вони можуть спричиняти виразну дезадаптацію, - і це стосується психологічного, соціального, і навіть фізичного планів [51].

Мурті Р.С. і Лакшмінараяна Р. Провели комплексний аналіз емпіричного вивчення психологічних особливостей осіб, що перебували в умовах бойових дій під час війн в Афганістані, Іраку, Ізраїлі і на Балканах. Дослідниками також була доведена закономірність, згідно з якою чим довшим є перебування людини у небезпечних умовах, тим серйознішими виявляються негативні наслідки для її емоційної сфери. Крім того, автори довели, що ці наслідки диференціюються, в залежності від віку людини: у дітей відзначалося більше емоційне застрягання на переживаннях [57].

Х. Джавіді та М. Ядоллахі встановили, що найбільш руйнівні наслідки для ментального здоров'я людини, що перебуває в умовах бойових дій, виникають при активізації таких емоційних процесів, як тривога, відчуття небезпеки та безпорадності, мимовільне збудження [50].

Досліджуючи осіб, що пережили війну в Югославії 1991-2001 років, С. Прібе та Дж. Гаврилович з колегами довели наявність в них виразної тривожності та параноїдальних проявів. Крім того, дані особи демонстрували міцність і непорушність зв'язку травматичності подій та інтенсивності тривалих емоційних розладів [60].

У багатьох наукових дослідженнях дуже стійко пов'язуються переживання бойових дій та посттравматичні розлади. Але здебільшого в таких роботах акцент робиться на вивченні безпосередніх учасників військового конфлікту, оскільки зазначені розлади в них мають більш яскравий прояв. То ж, даний феномен ми розглянемо у наступному підрозділі.

Таким чином, емоційна сфера особистості, що знаходиться в умовах бойових дій, має свою унікальність, яка проявляє себе у високій тривожності; виразності таких базових емоцій, як горе, відраза та гнів; пропорційності зростання негативних переживань із тривалістю перебування у небезпеці; виразних ознаках соматизації, депресивних та параноїдальних переживань, суїцидальних спрямувань, міжособистісної сензитивності; емоційній ригідності та ще цілій низці наслідків негативного спектру.

1.3. Сучасні дослідження емоційної сфери військовослужбовців

Щодо досліджень емоційної сфери військовослужбовців, - з певною умовністю їх усіх можна називати сучасними, оскільки наукова історія вивчення даної проблематики не є значною.

Окремі моменти досліджень емоційної сфери військових вперше зустрічаються наприкінці дев'ятого століття, коли Г. Оппенгейм, спостерігаючи за учасниками бойових дій, запропонував поняття травматичного неврозу [59].

Значна активізація наукового інтересу до зазначеної проблематики відбулася із настанням Першої світової війни, коли військові медики все частіше почали відзначати порушення в бійців, які не мали фізичних ушкоджень: безпричинний тремор, значні проблеми зі сном, судом тощо. Зацікавившись такими особливостями, К. С. Майерс ретельно дослідив їх, окресливши розлади поняттями «Військового неврозу» та «Снарядного шоку» [56]. Варто сказати, що від початку науковець припускав, що розлади можуть бути спричинені тиском, що утворюється від розривів боєприпасів, - тобто, міркував над проблемою виключно у фізіологічному вимірі. Проте згодом дослідник переглянув цю концепцію, визнавши що психологічний чинник тут є первинним; і К. С. Майерс запропонував дві гіпотези, які б могли пояснити це: 1) військові, які отримали зазначені розлади, можливо, мали їх до бойових дій; або ж вони мали певну схильність до них, - а небезпека війни виступила як чинник, що дозволив цьому «розкритися»; 2) самі по собі бойові дії є феноменом, що спричиняє травматизацію ментального здоров'я військових, і лише його інтенсивність, а не психологічні особливості бійців, є визначальними у набутті розладів. Остаточно визначитися з тим, яка з гіпотез має більше шансів на підтвердження, на той час дослідникові не вдалося.

Далі, вже в ході Другої світової війни, А. Кардінер ще більш окреслено узагальнив і вегетативні, і психологічні прояви внаслідок впливу бойових дій на військовослужбовців, поєднавши їх у поняття «хронічним військовим неврозом» [53].

Як ми можемо бачити, значні війни щоразу дозволяли науці збільшувати кількість напрацювань щодо емоційної сфери військовослужбовців. Не стала

виключенням і війна у В'єтнамі 1955-1975 років. За результатами даного конфлікту М. Горовіц дійшов висновку про існування у багатьох його учасників так званого посттравматичного стресового розладу, який проявлявся не безпосередньо в умовах впливу ситуації небезпеки, а через певний відтермінований час. Ці прояви полягали, насамперед, у періодичних мимовільних негативних спогадах про бойові дії, порушеннях сну, стресі, тривозі, прагненні уникати будь-яких згадувань про військову діяльність, самодеструктивна поведінка тощо [47].

Аналізуючи найбільш сучасні дослідження, з огляду на той контингент військових, який досліджуватиметься в рамках нашої роботи, далі ми зосередимо увагу на розробках вітчизняних науковців.

Так, А.О. Харченко, досліджуючи учасників АТО, особливу увагу звернув на відмінності в їхній емоційній сфері, в залежності від наявності посттравматичного стресу. І, хоча дослідником було встановлено, що, незалежно від наявності ПТСР, у всіх військових, хто брав участь у бойових діях однаково яскраво проявляє себе домінування симптомокомплексу негативної емоційності над симптомокомплексом емоційності позитивної, зміст цього співвідношення, в залежності від наявності посттравматичного стресу, розрізняється. Зокрема, за наявності ПТСР у військових відзначається деструктивна конатованість радості (горем) та здивування (страхом та презирством); недиференційованістю стеничної та астеничної негативної емоційності; домінуванні таких базових емоцій, як гнів, сором, горе та страх. Крім того, дослідник показав, що емоційна сфера учасників бойових дій має свою унікальну структуру, що проявляється у відносній автономності таких складових, як астеничні емоції негативного плану; емоції позитивного плану; моральність емоцій та структура, утворена внаслідок «злипання» негативних емоцій [38].

А.В. Шиделко говорить про те, що взагалі стрес, спричинений участю військових у бойових діях, є абсолютною нормою, хоча й він може мати вкрай негативні наслідки: емоційне вигорання, погіршення емоційного стану, емоційна замкненість, виразна травматизація емоційної сфери [38].

Л. Журавльова та К. Кротюк акцентували увагу на динамічних змінах психологічних особливостей військових в залежності від досвіду участі у бойових

діях. На основі досліджень авторки дійшли висновку, що з плином часу, впродовж якого бійці знаходяться у небезпечних умовах, в них відзначається все більше зниження такої складової емоційної сфери, як інтерес, - зокрема, до осмисленості життя; хоча змістовно цей інтерес є більш диференційованим ніж в тих військових, що не перебували в умовах бойових дій [8].

Дуже цінним з позиції задач нашого дослідження є те, що емоційна сфера військових досліджувалася не тільки в контексті безпосередньої участі у бойових діях. Зокрема, Т. В. Макота емпірично вивела два можливих емоційних профілі, що можуть бути притаманні військовослужбовцям: емоційно стійкий (врівноваженість, стабільність, помірність в емоційному реагуванні) та емоційно нестійкий (виразна емоційна лабільність, тривожність, чутливість). При цьому дослідницею було встановлено, що носіїв стабільного профілю серед військових виявляється лише одна третина. Також авторка довела, що приналежність до носія певного профілю військовому визначає його психологічні особливості і поза емоційною сферою, - зокрема, саморозкриття, соціальну взаємодію, схильність до соматичних порушень тощо [20].

Н.М. Мась визначає емоційний компонент особистості військових як вкрай важливу складову військово-професійних характеристик, що разом з характеристиками мотиваційними при супроводі об'єктивних факторів зовнішніх умов утворює розроблену дослідницею двовимірну модель морально-психологічного стану військовослужбовців [22].

Г. Нікітенко, досліджуючи мобілізованих військовослужбовців, дійшла висновку, що дана категорія осіб, не маючи досвіду воєнної служби, відрізняється чергуванням інертності і нестабільності емоційних станів (аж до мимовільної імпульсивності), збудливості, емоційною виснаженістю. Проте, із набуттям досвіду, згідно з даними Г. Нікітенко, в умовах контрактної служби без участі у бойових зіткненнях зазначені прояви нестабільності поступово зникають [24]. Тобто, від початку сама по собі військова служба може вносити дисбаланс в емоційну сферу особистості, але поступово за умови відсутності реальної небезпеки зазначена особистість здатна емоційно адаптуватися до умов цієї діяльності.

В.І. Алещенко звертає увагу на те, що емоційний компонент є одним з визначальних у кожній складовій психологічного потенціалу особистості військовослужбовця: в індивідуально-особистісній це – емоційно-мотиваційна установка на військову діяльність; в міжперсональній це – емоційна спрямованість; у надперсональній – груповий настрій; і в психоергономічній – сталі емоційні характеристики [1].

Отже, зазначимо, що специфіка військової діяльності проявляється на всьому спектрі емоційної сфери особистості, - і даний факт є справедливим, незалежно від участі у бойових діях та строку військової служби (хоча, останні фактори є визначальними з позиції змістовної специфіки емоційної сфери військових). То ж, при плануванні нашого подальшого дослідження, враховуючи даний факти і результати проведеного теоретичного аналізу, обов'язково мають бути враховані такі емоційні феномени, як: диференційні емоції, психічні та емоційні стани, емоційне вигорання та здатність рефлексувати емоції.

Висновки до розділу I

1. Емоційна сфера є феноменом, що характеризується вкрай складною організацією. До неї, окрім самих емоцій, включаються почуття як емоційні відношення особистості, емоційні властивості, тон, стани, готовність емоційного характеру, емоційне самопізнання та духовні переживання. З огляду на це, емоційна сфера вимагає чіткого врахування впливів різної природи на неї, зокрема, тих, що зумовлюються ситуацією військової діяльності і бойових дій.

2. Емоційна сфера особистості, що знаходиться в умовах бойових дій, має свою специфіку, яка проявляється у високій тривожності; виразності таких базових емоцій, як горе, відраза та гнів; пропорційності зростання негативних переживань із тривалістю перебування у небезпеці; виразних ознаках соматизації, депресивних та параноїдальних переживань, суїцидальних спрямувань, міжособистісної сензитивності; емоційній ригідності та ще цілій низці негативних наслідків.

3. Особливості реалізації військової діяльності мають вплив на всі аспекти емоційної сфери особистості. Від самого початку військової служби, навіть в умовах

відсутності бойових дій, на особистісному рівні проявляється певний емоційний дисбаланс, який, втім, поступово нівелюється з набуттям професійного досвіду. Проте, потрапляння в ситуацію бойових дій може призводити до погіршення здатності рефлексувати емоції, деструктивізації психічного та емоційного стану, домінування негативних базових емоцій та до формування емоційного вигоряння.

РОЗДІЛ II. МЕТОДОЛОГІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ ТА ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЩО ПРОХОДЯТЬ НАВЧАЛЬНУ ВІЙСЬКОВУ ПІДГОТОВКУ ПЕРЕД ВІДПРАВКОЮ НА ПЕРЕДОВУ

2.1. Мета і завдання дослідження

Метою роботи є дослідження особливостей емоційної сфери учасників бойових дій та військовослужбовців, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову.

Завдання:

1) Дослідити особливості емоційного вигорання учасників бойових дій та військовослужбовців, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову.

2) Вивчити особливості емоційних та психічних станів досліджуваних.

3) Визначити особливості алекситимії учасників бойових дій та військовослужбовців, які проходять військову підготовку.

4) Визначити особливості взаємозв'язку емоційного вигорання, емоційних та психічних станів та алекситимії учасників бойових дій та військовослужбовців, які проходять військову підготовку.

2.2. Опис вибірки

При формуванні вибірки досліджуваних було дотримано низки принципів, що максимально сприяють досягненню поставленої мети та виконанню визначених у роботі завдань.

Одним з таких принципів є врахування ступеня залученості досліджуваних у бойові дії. Для реалізації даного принципу до вибірки було включено три категорії досліджуваних. Перша – особи, які безпосередньо беруть участь у бойових діях. В даному випадку було зроблено акцент на визначенні чинника максимальної залученості у воєнну екстремальну ситуацію, яка характеризується відчуттям

постійної небезпеки для життя, частим переживанням психотравмуючих подій та ще цілим комплексом розглянутих у попередньому розділі негативних особливостей.

Друга категорія – особи, що проходять підготовку до відправки на передову. При виділенні цієї групи осіб акцент робився на врахуванні чинника очікування потрапляння до екстремальних умов. На наш погляд, аналіз даного фактору через вивчення особливостей емоційного реагування на нього дозволить ретельно дослідити процес мобілізації психологічних ресурсів в умовах невідворотного наближення кризової ситуації.

Нарешті, з метою забезпечення визначення точки відліку у врахуванні чинників участі в бойових діях та очікування даної участі було ухвалене рішення про формування третьої, контрольної групи, - осіб, що не беруть безпосередню участь у військових зіткненнях та у найближчій перспективі така участь для них не передбачається. При цьому, на наш погляд, для більшої надійності результатів дослідження представники контрольної групи мають складатися також з військових. Отже, для формування даної категорії досліджуваних були залучені особи, які на момент проведення психодіагностики перебували на військовій службі, але специфіка цієї служби не передбачала участі у бойових діях або підготовки до неї.

Ще одним принципом формування вибірки, дотримання якого мало б максимально сприяти досягненню поставленої мети та виконанню визначених у роботі завдань, є принцип репрезентативності. Для його виконання передбачався такий підбір респондентів, при якому вибіркова сукупність мала характеризуватися належністю військових до різних військових бригад, достатньо широким віковим діапазоном досліджуваних і доцільним охопленням їхніх військових звань. При цьому останні параметри визначалися наданою керівництвом військових частин, зі згоди якого проводилася психодіагностика, інформацією про ступінь розповсюдженості вікової представленості військових та поширеності звань на військовій службі.

Оскільки досліджувана вибірка мала на увазі розподіл за описаними вище категоріями, її формування вимагало дотримання ще одного принципу – принципу еквівалентності груп. Для цього підбір досліджуваних здійснювався з урахуванням

якомога більш рівної включеності до кожної з трьох груп досліджуваних, відповідних за віком, званням, статтю і родом військ, в яких вони проходять службу.

Отже, у дослідженні взяли участь 119 військовослужбовців чоловічої статі.

Першу групу досліджуваних становили 32 бійця 57-ї, 63-ї та 92-ї бригад у віці від 24 до 42 років. Серед них у дослідженні взяли участь 20 осіб, які входять до рядового складу (солдат і старший солдат), 4 особи, які входять до сержантського складу (сержант і старший сержант) і 8 бійців, які входять до складу молодшого офіцерського складу (молодший лейтенант, лейтенант і старший лейтенант). 91% респондентів мали досвід участі у бойових діях більше двох місяців, інші 9% - від одного до двох місяців.

Другу групу досліджуваних склали 41 військовослужбовець у віці 25-40 років, які проходили польову військово-навчальну підготовку у складі тих самих бригад перед відправкою до зони бойових дій. Серед них – 19 осіб відносяться до рядового складу (солдат і старший солдат), 12 осіб, які входять до сержантського складу (молодший сержант, сержант і старший сержант) і 10 бійців, які входять до складу молодшого офіцерського складу (молодший лейтенант, лейтенант і старший лейтенант). Досвіду бойових дій не мали.

Третю групу досліджуваних (контрольна група) становили 46 досліджуваних, військові 127-ї окремої бригади територіальної оборони, а також, 57-ї та 63-ї бригад, що проходили службу у тилкових частинах і не мали досвіду участі у прямих бойових зіткненнях у віці 27-42 років. Дану вибірку становили 26 осіб рядового складу (солдат і старший солдат), 12 осіб сержантського складу (молодший сержант, сержант і старший сержант) і 8 представників молодшого офіцерського складу (молодший лейтенант, лейтенант і старший лейтенант).

2.3. Опис методів і процедури дослідження

В ході здійснення теоретичного аналізу було встановлено, що при дослідженні емоційної сфери військових обов'язково мають бути враховані такі емоційні феномени, як: диференційні емоції, психічні та емоційні стани, емоційне вигорання та здатність рефлексувати емоції.

Отже, методичний інструментарій дослідження підбирався з урахуванням зазначеного факту. Так, з метою вивчення емоційного вигоряння була залучена «Методика діагностики рівня емоційного вигоряння» В.В. Бойка; для дослідження диференційних емоцій – «Шкала базових емоцій» К. Ізарда; психічних та емоційних станів – «Тест самооцінки психічних станів» (за Г. Айзенком) та «Методика «Домінуючий стан» Л. Кулікова»; здатності рефлексувати емоції – «Торонтська шкала алекситимії» (адаптація НДІ ім. Бехтерева).

Методика діагностики рівня емоційного вигоряння В.В. Бойка являє собою особистісний опитувальник, що складається 84 тверджень, з якими досліджуваний має або погодитися, або не погодитися. Методика дозволяє дослідити три фази емоційного вигоряння: напруги (тобто, того, в якій мірі емоційні процеси тиснуть на самопочуття людини); резистенції (ступені неусвідомлюваного прагнення до комфорту, що здійснюється за рахунок механізмів емоційного захисту) та виснаження (міри зниження або ослаблення емоційного тону). Результат до 36 балів свідчить про несформованість фази; 37-60 – про її перебування у стадії формування; 61 і більше – про сформованість.

При цьому в межах кожної із зазначених фаз виокремлюються по чотири симптоми емоційного вигоряння. Так, до фази напруги входять: переживання психотравмуючих обставин, незадоволеність собою, синдром «загнаності у клітину» (відчуття безвихідності через неможливість розв'язати обставини, що здійснюють психічну травматизацію), та тривожні (депресивні) переживання. Симптоми неадекватного вибіркового емоційного реагування, емоційно-моральної дезорієнтації, редукції професійних обов'язків та розширення сфери економії емоцій складають основу фази резистенції. Нарешті, до фази виснаження відносять: емоційний дефіцит, емоційну відстороненість, деперсоналізацію та психосоматичні прояви. Результат до 9 балів вказує на те, що симптом не склався; 10-15 – на те, що симптом в процесі становлення; 16 та більше – що симптом є оформленим; симптом з результатом у понад 20 балів слід відносити до домінуючого у фазі.

Шкала базових (диференційних) емоцій К. Ізарда – це особистісний опитувальник, представлений у формі тесту суб'єктивного типу. При його

проходженні досліджуваним пропонується тридцять прикметників, що описують емоції. В залежності від оцінки респондентом ступеня відповідності власному самопочуттю кожного з прикметників, він має визначитися з оцінкою від 1 (зовсім не підходить) до 4 (абсолютно правильно).

У підсумку методика дозволяє визначити міру виразності кожної з десяти базових емоцій: інтересу, радості, подиву, страху, горя, гніву, відрази, презирства, сорому та провини.

Діапазон підсумкової оцінки по кожній емоції може визначатися в межах 3-12 балів. При цьому методикою не передбачений рівневий розподіл виразності емоцій. Процедура опрацювання результатів будується на співставленні результатів по кожній з емоцій з метою визначення таких, що проявляють себе найбільшою/найменшою мірою.

Тест самооцінки психічних станів (за Г. Айзенком) являє собою так само особистісний опитувальний, що включає до себе 40 тверджень, згоду з якими досліджуваний має виразити за шкалою від 0 (не підходить) до 2 (підходить).

Тест спрямований на визначення виразності чотирьох психічних станів: тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності.

Результат в межах 0-7 балів вказує на низький рівень виразності стану, відображеного у кожній шкалі; 8-14 – на помірний; 15-20 – на сильну виразність.

Методика «Домінуючий стан» Л. Кулікова, будучи представленою, знову-таки, у формі особистісного опитувальника, складається з 57 пунктів, кожен з яких досліджуваний має оцінити за шкалою від 1 (повністю не згоден) до 7 (повністю згоден) балів.

Методика містить 8 дихотомічних шкал: 1) активне/пасивне відношення до життєвої ситуації; 2) бадьорість/смуток; 3) високий/низький тонус; 4) розкутість/напруженість; 5) спокій/тривога; 6) стійкість/нестійкість емоційного тону; 7) задоволеність/незадоволеність життям в цілому; 8) позитивний/негативний емоційний образ самого себе.

Результати, отримані за показниками методики, репрезентуються у стандартизованих Т-балах ($M=50$; $\sigma=10$). Відповідно, підвищені оцінки за певною

шкалою – 55 Т-балів та більше; знижені – 45 і менше. Високі оцінки – 60 Т-балів і більше; низькі – 40 і менше.

«Торонтська шкала алекситимії», являючи собою гомогенний тест, дозволяє виміряти єдиний інтегральний показник, що визначає нездатність досліджуваного визначати, формулювати та вербалізувати власні емоції (тобто, алекситимію).

В ході застосування даної методики респондент має визначити ступінь власної згоди з кожним з 26 тверджень, представлених у тесті, використовуючи шкалу від 1 (зовсім не згоден) до 5 (цілком згоден).

Результат у 74 бали та вище вказує на виразність алекситимії; 62-73 – на ризик виникнення алекситимії; 61 та нижче – на відсутність проблем у визначенні, формулюванні та вербалізації емоцій.

Для обробки емпіричного масиву даних використовувалися наступні методи:

1) Описові статистики. Основне призначення аналізу описових статистик – пошук тенденцій у зміщенні емпірично отриманих результатів відносно тестових норм. При цьому використовувалися наступні параметри: діапазон даних (мінімальний та максимальний результат по виборці), середнє значення та стандартне відхилення.

2) Манна-Уїтні. Необхідність використовувати непараметричний метод Манна-Уїтні з метою порівняння досліджуваних груп витікає з аналізу якості отриманих даних. Так, в ході перевірки результатів психодіагностики на предмет відповідності закону нормального розподілу за допомогою критерію Колмогорова-Смирнова (додаток А) було встановлено, що нормальний розподіл не є притаманним жодній з аналізованих шкал. - отже, використання параметричних методів в даному випадку є неприпустимим. Метод Манна-Уїтні базується на співвіднесенні рангової виразності параметрів ознак у двох групах, на основі якого робиться висновок про те, чи є відмінність надкритичною.

3) Кореляційний аналіз Спірмена. З огляду на вказану вище невідповідність емпіричних даних закону нормального розподілу, пошук взаємозв'язків між досліджуваними ознаками здійснювався так само за допомогою непараметричного методу – кореляційного аналізу Спірмена. Дана процедура побудована на врахуванні

різниці між рангами параметрів двох досліджуваних ознак в рамках відповідей одного й того самого респондента, на основі якого робиться висновок про достовірність зв'язку.

Висновки до розділу II

1. Для досягнення поставленої мети дослідження та виконання визначених у роботі завдань при формуванні вибірки було дотримано принципів дискримінативності, репрезентативності та еквівалентності. Як наслідок, до вибірки було включено три категорії досліджуваних: бійці, які безпосередньо беруть участь у бойових діях; особи, що проходять військово-навчальну підготовку до відправки на передову; та військові, що не беруть безпосередню участь у військових зіткненнях та у найближчій перспективі така участь для них не передбачається.

2. Обраний для дослідження методичний інструментарій є відповідним завданням роботи. З метою вивчення емоційного вигоряння була залучена «Методика діагностики рівня емоційного вигоряння» В.В. Бойка; для дослідження диференційних емоцій – Шкала базових емоцій К. Ізарда; психічних та емоційних станів – «Тест самооцінки психічних станів» (за Г. Айзенком) та «Методика «Домінуючий стан» Л. Кулікова»; здатності рефлексувати емоції – «Торонтська шкала алекситимії».

3. Для обробки емпіричного масиву даних використовувався ряд математико-статистичних методів. Так, для виявлення рівня виразності досліджуваних ознак, а також – пошуку тенденцій у зміщенні емпірично отриманих результатів відносно тестових норм у процедуру обробки даних було залучено описові статистики; з метою порівняння досліджуваних груп – метод Манна-Уїтні; для пошуку взаємозв'язків між змінними – кореляційний аналіз Спірмена.

РОЗДІЛ III. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ ТА ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЩО ПРОХОДЯТЬ НАВЧАЛЬНУ ВІЙСЬКОВУ ПІДГОТОВКУ ПЕРЕД ВІДПРАВКОЮ НА ПЕРЕДОВУ

3.1. Дослідження особливостей емоційного вигорання учасників бойових дій та військовослужбовців, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову

Результати психодіагностики емоційного вигорання по групі бійців з передової представлено у таблиці 3.1.

Таблиця 3.1.

Описові статистики показників емоційного вигорання по групі бійців з передової

	Показник	Мінімум	Максимум	Середнє	Ст. відх.
Симптоми	Переживання психотравмуючих обставин	2	30	20,03	9,44
	Невдоволеність собою	0	30	20,94	8,04
	Загнаність у клітину	5	30	21,13	8,02
	Тривога, депресія	0	30	18,94	8,36
	Неадекватне вибіркове емоційне реагування	7	25	16,75	4,93
	Емоційно-моральна дезорієнтація	3	30	17,31	6,65
	Розширення економії емоцій	7	30	17,38	6,28
	Редукція професійних обов'язків	2	30	19,88	8,67
	Емоційний дефіцит	2	30	18,63	7,62
	Емоційна відстороненість	7	30	18,84	6,85
	Деперсоналізація	5	28	17,31	5,83
	Психосоматичні прояви	8	30	19,03	5,95
Фази	Напруга	12	115	81,03	28,74
	Резистенція	32	92	71,31	15,90
	Виснаження	49	102	73,81	15,34

Як можна бачити з результатів, представлених у таблиці 3.1, фазу напруги у бійців з передової слід визначати як сформовану ($81,03 \pm 28,74$); і дана констатація є актуальною також для всіх чотирьох симптомів, що складають зазначену фазу – переживання психотравмуючих обставин ($20,03 \pm 9,44$), невдоволеності собою ($20,94 \pm 8,04$), «загнаності у клітину» ($21,13 \pm 8,02$) та тривоги, депресії ($18,94 \pm 8,36$).

Для бійців з передової є характерним відчуття значної психоемоційної напруженості, що проявляється у визнанні неможливості усунути обставини, що спричиняють дискомфорт; перенесення невдоволеності поточною діяльністю на

власну особистість, яка виливається у негативному ставленні до себе; відчуття безвихідності; та виразні тривожні переживання.

Враховуючи специфіку впливу бойових дій на особистість, отриманий результат є цілком очікуваним. Якщо звернутися до визначення фази напруги як теоретичного конструкту, слід говорити про те, що зазвичай її спричиняють такі фактори, як підвищена відповідальність, негативна психоемоційна атмосфера, дестабілізуюча обстановка та складність оточуючого контингенту. В умовах бойових дій підвищена відповідальність може проявлятися через ризик втратити життя або здоров'я; негативна психоемоційна атмосфера – через щоденне невідворотне сприйняття деструктиву, притаманного передовій (смерті та поранення товаришів по службі, важкі умови існування, відсутність можливостей щодо задоволення багатьох потреб тощо); дестабілізуюча обстановка – через артилерійські обстріли та часову ненормованість діяльності військових; складність оточуючого контингенту – через особливості взаємодії з іншими у надскладних, екстремальних, стресогенних умовах, за яких ризик вираження негативних емоцій в ході цієї взаємодії значно збільшується.

Відповідно до результатів з таблиці 3.1, і фаза резистенції є сформованою ($71,31 \pm 15,90$), а всі її симптоми (неадекватного вибіркового емоційного реагування ($16,75 \pm 4,93$), емоційно-моральної дезорієнтації ($17,31 \pm 6,65$), розширення економії емоцій ($17,38 \pm 6,28$) та редукції професійних обов'язків ($19,88 \pm 8,67$)) слід визначати як оформлені.

Для військових на передовій притаманне вкрай виразне прагнення відгородитися від оточуючих неприємних вражень. Таке відгородження проявляється у неадекватному обмеженні діапазону та інтенсивності включення емоцій у спілкування; викривленні морального регулювання емоцій; закритті емоційної зверненості по відношенню до небойової активності та формалізації дій, що регламентуються обов'язком служби.

Фазу виснаження ($73,81 \pm 15,34$), як і симптоми, що до неї входять (емоційний дефіцит ($18,63 \pm 7,62$), емоційна відстороненість ($18,84 \pm 6,85$), деперсоналізація ($17,31 \pm 5,83$) та психосоматичні прояви ($19,03 \pm 5,95$)), слід також визначати категорією

завершеної сформованості. Для військових на передовій характерне відчутне падіння емоційного тону, що проявляється у нестачі емоційних ресурсів, які зазвичай супроводжували їхню діяльність; виключення емоцій із взаємодії з товаришами по службі; втрата інтересу до оточуючих; та порушення на психосоматичному рівні.

Отже, загалом для військових, що беруть безпосередню участь у бойових діях, характерна сформованість емоційного вигоряння – як в цілому, так і кожної його фази та кожного симптому зокрема. Враховуючи термін перебування досліджуваних на передовій, можна констатувати, що під час активних бойових дій емоційне вигоряння формується за достатньо короткий строк – 2 місяці.

Проаналізуємо результати діагностики емоційного вигоряння по групі військових, що проходять навчальну підготовку перед відправкою на передову (таблиця 3.2).

Таблиця 3.2.

Описові статистики показників емоційного вигоряння по групі військових, що проходять навчально-бойову підготовку перед відправкою на передову

	Показник	Мінімум	Максимум	Середнє	Ст. відх.
Симптоми	Переживання психотравмуючих обставин	1	30	14,56	10,20
	Невдоволеність собою	3	30	15,34	11,61
	Загнаність у клітину	2	30	16,05	9,64
	Тривога, депресія	1	30	14,10	10,06
	Неадекватне вибіркове емоційне реагування	3	30	15,37	10,34
	Емоційно-моральна дезорієнтація	1	30	14,83	10,34
	Розширення економії емоцій	1	30	14,73	11,02
	Редукція професійних обов'язків	1	30	14,90	10,58
	Емоційний дефіцит	0	30	14,00	9,75
	Емоційна відстороненість	0	30	13,54	10,24
	Деперсоналізація	1	30	14,54	9,20
	Психосоматичні прояви	0	30	13,85	10,29
Фази	Напруга	8	117	60,05	37,21
	Резистенція	6	118	59,83	38,13
	Виснаження	4	107	55,93	34,57

З результатів, представлених у таблиці 3.2, бачимо, що в середньому по вибірці військових, що проходять навчально-бойову підготовку перед відправкою на передову, стадія напруги не є сформованою ($60,05 \pm 37,21$); проте є виразні ознаки того, що вона знаходиться в процесі активного формування (особливо якщо взяти до

уваги знаходження отриманого показника вкрай близько до критичного, за якого сформованість зазначеної стадії вже можна було б констатувати).

При цьому симптом фази «загнаність у клітину», слід визначати як оформлений ($16,05 \pm 9,64$); в той час як решту (переживання психотравмуючих обставин ($14,56 \pm 10,20$), невдоволеності собою ($15,34 \pm 11,61$), та тривоги, депресії ($14,10 \pm 10,06$)) – такими, що знаходяться в стадії формування.

Отже ми можемо підкреслювати певну тенденцію до усвідомлення військовими, що готуються до відправки на передову, психотравмуючих факторів їхньої служби як таких, що доволі складно усунути; до перенесення невдоволеності поточною діяльністю на власну особистість, яка виливається у негативне ставлення до себе; та до виразних тривожних переживань.

При цьому відчуття безвихідності даних військових вже має розглядатися в даному випадку не як тенденція, а як більш-менш стійка особливість.

Щодо решти симптомів емоційного вигорання військових цієї групи, вони не є цілком сформованими, оскільки ситуація навчальної бойової підготовки не характеризується такою ж стресогенністю, як реальні бойові умови. В цілому фаза напруги у досліджуваних цієї групи є сформованою.

Фази резистенції ($59,83 \pm 38,13$) і виснаження ($55,93 \pm 34,57$), як і всі симптоми, що входять до даних фаз, у бійців, що проходять навчальну бойову підготовку перед відправкою на передову, не є сформованими; проте отримані результати вказують на те, що вони знаходяться у стадії формування.

Отже, на даному етапі ми можемо припускати, що умови бойової підготовки, для яких характерне тривожне очікування участі у бойових зіткненнях та ще низка особливостей, що можуть здійснювати тиск на емоційну сферу (наприклад, проживання у казармах або польових таборах; великі фізичні навантаження; відсутність близьких поруч тощо), сприяють формуванню фаз резистенції та виснаження та симптомів, що до них входять; проте даних чинників недостатньо для повного їхнього оформлення, - оскільки вони безпосередньо не несуть прямої загрози життю та здоров'ю даних військових.

Розглянемо результати діагностики емоційного вигорання по групі військових, що проходять службу у тилових частинах (таблиця 3.3).

Таблиця 3.3.

Описові статистики показників емоційного вигорання по групі військових, що проходять службу у тилових частинах

	Показник	Мінімум	Максимум	Середнє	Ст. відх.
Симптоми	Переживання психотравмуючих обставин	0	25	9,26	7,07
	Невдоволеність собою	2	30	14,57	10,22
	Загнаність у клітину	0	25	11,70	7,35
	Тривога, депресія	0	30	8,89	7,52
	Неадекватне вибіркове емоційне реагування	3	30	14,17	8,34
	Емоційно-моральна дезорієнтація	2	30	12,93	8,09
	Розширення економії емоцій	0	30	15,61	10,45
	Редукція професійних обов'язків	0	30	13,89	8,21
	Емоційний дефіцит	0	30	13,70	8,45
	Емоційна відстороненість	0	28	12,70	8,50
	Деперсоналізація	0	27	13,59	8,07
	Психосоматичні прояви	0	30	13,17	8,96
Фази	Напруга	12	100	44,41	25,02
	Резистенція	16	112	56,61	29,10
	Виснаження	16	103	53,15	27,44

З таблиці 3.3 бачимо, що по вибірці військових, які проходять службу у тилових частинах, сформованості жодної з трьох фаз не виявлено; отримані показники вказують на те, що вони знаходяться у стадії формування.

Більш того, якщо по фазах резистенції ($56,61 \pm 29,1$) та виснаження ($53,15 \pm 27,44$) всі симптоми перебувають у процесі становлення, то у фазі напруги ($44,41 \pm 25,02$) лише симптоми невдоволеності собою ($14,57 \pm 10,22$) та «загнаності у клітину» ($11,70 \pm 7,35$) характеризуються подібною виразністю; в той час як у переживання психотравмуючих обставин ($9,26 \pm 7,07$) та депресії, тривоги ($8,89 \pm 7,52$) – ознаки формування відсутні.

Отже, військові з тилових частин найменше підвладні емоційному вигоранню. Такий результат є цілком очікуваним, оскільки служба у тилах, як правило, не пов'язана з надмірним емоційним навантаженням, відчуттям небезпеки для життя і здоров'я, екстремальними умовами діяльності тощо.

Проте, слід відзначити, що ми не можемо говорити і про повну відсутність ознак формування емоційного вигорання у військових цієї категорії. Визначений рівень вигорання може бути пов'язаний не обов'язково з військовою складовою служби, а й з її загальноорганізаційним чинником (велике службове навантаження, спілкування з різним, іноді зовсім непередбачуваним контингентом (особливо актуально для служби на блок-постах), жорсткість підпорядкованості в армійській системі тощо).

З метою виявити особливості емоційного вигорання учасників бойових дій та військовослужбовців, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову, проведемо порівняльний аналіз зазначених груп з контрольною – особами, що проходять службу у тилі частин.

У таблиці 3.4 представлено результати порівняльного аналізу показників емоційного вигорання по вибірках військових, що знаходяться на передовій, та осіб, що проходять службу у тилі частин.

Таблиця 3.4

Результати порівняльного аналізу показників емоційного вигорання по вибірках військових, що знаходяться на передовій (ВП), та військових, що проходять службу у тилі частин (ВТ)

Показник	Група	Сер. ранг	U	W	Z	p (2-ст.)
Переживання психотравмуючих обставин	ВП	53,81	278,0	1359,0	-4,664	,000
	ВТ	29,54				
Невдоволеність собою	ВП	46,63	508,0	1589,0	-2,324	,020
	ВТ	34,54				
Загнаність у клітину	ВП	54,03	271,0	1352,0	-4,738	,000
	ВТ	29,39				
Тривога, депресія	ВП	53,36	292,5	1373,5	-4,519	,000
	ВТ	29,86				
Неадекватне вибіркове емоційне реагування	ВП	44,31	582,0	1663,0	-1,569	,117
	ВТ	36,15				
Емоційно-моральна дезорієнтація	ВП	47,25	488,0	1569,0	-2,529	,011
	ВТ	34,11				
Розширення економії емоцій	ВП	42,23	648,5	1729,5	-,890	,373
	ВТ	37,60				
Редукція професійних обов'язків	ВП	48,95	433,5	1514,5	-3,080	,002
	ВТ	32,92				

Таблиця 3.4 (продовження)

Результати порівняльного аналізу показників емоційного вигорання по вибірках військових, що знаходяться на передовій (ВП), та військових, що проходять службу у тилу частин (ВТ)

Показник	Група	Сер. ранг	U	W	Z	p (2-ст.)
Емоційний дефіцит	ВП	47,64	475,5	1556,5	-2,654	,008
	ВТ	33,84				
Емоційна відстороненість	ВП	49,28	423,0	1504,0	-3,190	,001
	ВТ	32,70				
Деперсоналізація	ВП	46,09	525,0	1606,0	-2,150	,032
	ВТ	34,91				
Психосоматичні прояви	ВП	48,16	459,0	1540,0	-2,822	,005
	ВТ	33,48				
Напруга	ВП	54,38	260,0	1341,0	-4,836	,000
	ВТ	29,15				
Резистенція	ВП	46,36	516,5	1597,5	-2,231	,026
	ВТ	34,73				
Виснаження	ВП	49,78	407,0	1488,0	-3,344	,001
	ВТ	32,35				

Як можна бачити з таблиці 3.4, за всіма трьома фазами емоційного вигорання виявлено достовірні відмінності, за яких емоційне вигорання у бійців з передової є значущо вищим.

При цьому лише два симптоми (з фази резистенції – неадекватного вибіркового емоційного реагування та розширення сфери економії емоцій) не виявили статистично підтверджених відмінностей.

Бійці з передової порівняно з військовими, які проходять службу у тилу частин, характеризуються більш виразним емоційним напруженням, прагненням відгородитися від неприємних вражень, низьким емоційним тонусом, виключенням емоцій із взаємодії з товаришами по службі та порушеннях на психосоматичному рівні.

Розглянемо результати порівняльного аналізу показників емоційного вигорання по вибірках військових, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову, та осіб, що проходять службу у тилу частин (таблиця 3.5).

Таблиця 3.5

Результати порівняльного аналізу показників емоційного вигорання по вибірках військових, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову (ПП), та військових, що проходять службу у тилі (ВТ)

Показник	Група	Сер. ранг	U	W	Z	p (2-ст.)
Переживання психотравмуючих обставин	ПП	50,60	672,5	1753,5	-2,307	,021
	ВТ	38,12				
Невдоволеність собою	ПП	44,74	912,5	1993,5	-,260	,795
	ВТ	43,34				
Загнаність у клітину	ПП	50,27	686,0	1767,0	-2,193	,028
	ВТ	38,41				
Тривога, депресія	ПП	50,50	676,5	1757,5	-2,275	,023
	ВТ	38,21				
Неадекватне вибіркве емоційне реагування	ПП	45,66	875,0	1956,0	-,580	,562
	ВТ	42,52				
Емоційно-моральна дезорієнтація	ПП	46,22	852,0	1933,0	-,777	,437
	ВТ	42,02				
Розширення економії емоцій	ПП	42,70	889,5	1750,5	-,456	,648
	ВТ	45,16				
Редукція професійних обов'язків	ПП	45,28	890,5	1971,5	-,448	,654
	ВТ	42,86				
Емоційний дефіцит	ПП	44,27	932,0	2013,0	-,094	,925
	ВТ	43,76				
Емоційна відстороненість	ПП	45,05	900,0	1981,0	-,367	,713
	ВТ	43,07				
Деперсоналізація	ПП	45,51	881,0	1962,0	-,530	,596
	ВТ	42,65				
Психосоматичні прояви	ПП	45,00	902,0	1983,0	-,350	,726
	ВТ	43,11				
Напруга	ПП	49,70	709,5	1790,5	-1,986	,047
	ВТ	38,92				
Резистенція	ПП	45,07	899,0	1980,0	-,375	,708
	ВТ	43,04				
Виснаження	ПП	44,71	914,0	1995,0	-,247	,805
	ВТ	43,37				

Як можна бачити з таблиці 3.5, в ході порівняльного аналізу з трьох фаз емоційного вигорання достовірні відмінності виявлено лише за фазою напруги ($p \leq 0,05$), яка є значущо більш виразною у бійців, що готуються до відправки на передову. При цьому в межах даної фази достовірно більш виразними в даних осіб слід вважати симптоми, що пов'язані з очікуванням негативних подій у майбутньому: переживання психотравмуючих обставин ($p \leq 0,05$) та «загнаність у клітину» ($p \leq 0,05$);

тривога та депресія ($p \leq 0,05$). За симптомом незадоволеності собою відмінностей не виявлено.

Отже, факт очікування негативних подій, що несуть тривогу та страх, не є настільки ж визначальним для формування емоційного вигорання, як безпосереднє перебування всередині цих подій, - підтвердженням чого є менша кількість симптомів, за рівнем виразності яких військові, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову, відрізняються від осіб, що проходять службу у тилу частин, ніж у випадку порівняння з останніми бійців з передової.

Для визначення особливостей досліджуваних феноменів в учасників бойових дій та військовослужбовців, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову, проведемо порівняльний аналіз показників емоційного вигорання (таблиця 3.6).

Таблиця 3.6

Результати порівняльного аналізу показників емоційного вигорання по вибірках військових, що знаходяться на передовій (ВП), та військових, які проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову (ПП)

Показник	Група	Сер. ранг	U	W	Z	p (2-ст.)
Переживання психотравмуючих обставин	ВП	43,61	444,5	1305,5	-2,357	,018
	ПП	31,84				
Невдоволеність собою	ВП	41,06	526,0	1387,0	-1,450	,147
	ПП	33,83				
Загнаність у клітину	ВП	43,53	447,0	1308,0	-2,335	,020
	ПП	31,90				
Тривога, депресія	ВП	42,52	479,5	1340,5	-1,968	,049
	ПП	32,70				
Неадекватне вибіркве емоційне реагування	ВП	38,38	612,0	1473,0	-,490	,624
	ПП	35,93				
Емоційно-моральна дезорієнтація	ВП	40,08	557,5	1418,5	-1,098	,272
	ПП	34,60				
Розширення економії емоцій	ВП	40,06	558,0	1419,0	-1,092	,275
	ПП	34,61				
Редукція професійних обов'язків	ВП	42,27	487,5	1348,5	-1,878	,060
	ПП	32,89				
Емоційний дефіцит	ВП	43,02	463,5	1324,5	-2,144	,032
	ПП	32,30				

Таблиця 3.6 (продовження)

Результати порівняльного аналізу показників емоційного вигорання по вибірках військових, що знаходяться на передовій (ВП), та військових, які проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову (ПП)

Показник	Група	Сер. ранг	U	W	Z	p (2-ст.)
Емоційна відстороненість	ВП	43,22	457,0	1318,0	-2,217	,027
	ПП	32,15				
Деперсоналізація	ВП	40,38	548,0	1409,0	-1,203	,229
	ПП	34,37				
Психосоматичні прояви	ВП	42,58	477,5	1338,5	-1,988	,047
	ПП	32,65				
Напруга	ВП	43,66	443,0	1304,0	-2,369	,018
	ПП	31,80				
Резистенція	ВП	39,41	579,0	1440,0	-,856	,392
	ПП	35,12				
Виснаження	ВП	42,67	474,5	1335,5	-2,018	,044
	ПП	32,57				

З результатів, представлених у таблиці 3.6, бачимо, що у бійців з передової достовірно більш виразними є такі фази, як напруга (зокрема, її симптоми переживання психотравмуючих обставин, «загнаності у клітину» і тривоги, депресії) ($p \leq 0,05$) та виснаження (зокрема, її симптомів емоційного дефіциту, емоційної відстороненості та психосоматичних проявів) ($p \leq 0,05$).

Ситуація перебування на передовій більшою мірою сприяє психоемоційній напрузі та емоційному виснаженню, ніж очікування подій, що викликають страх та тривогу. Зауважимо, що не виявлено відмінності у фазі «резистенції» між двома групами досліджуваних. Рівень супротиву обставинам, що викликають стрес, є більш-менш однаковим в умовах бойових дій і очікування потрапляння в ці умови.

Таким чином, для бійців з передової характерна сформованість всіх фаз емоційного вигорання; і їхній рівень виразності є достовірно вищим, ніж в осіб, що проходять службу у тилкових частинах. Емоційне вигорання досліджуваних першої групи характеризуються домінуванням фаз напруження та виснаження, з яких у фазі напруження обтяжувальним симптомом виступають переживання психотравмуючих обставин, загнаність у клітину, тривога та депресія, а в фазі виснаження – емоційний дефіцит, емоційна відстороненість і психосоматичні порушення.

Достовірно значущі відмінності за показниками емоційного вигорання трьох груп досліджуваних свідчать про те, що, по-перше, емоційна напруга військовослужбовців, що проходять підготовку викликається самою ситуацією очікування відправлення на передову, а емоційна напруга військовослужбовців, які вже знаходяться на передовій викликана безпосередньо активними бойовими діями. По-друге, термін перебування в зоні активних бойових дій сприяє швидкому формуванню всіх фаз емоційного вигорання. По-третє, високий рівень тривоги та страху в учасників бойових дій і помірний рівень тривоги та страху у тих, хто готується до відправки на передову, вказує на включення захисних механізмів, що дозволяють зберегти життя в умовах війни.

3.2. Дослідження особливостей емоційних та психічних станів учасників бойових дій та військовослужбовців, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову

Поглянемо на результати психодіагностики виразності базових емоцій по групі бійців з передової (таблиця 3.7).

Таблиця 3.7

Описові статистики показників базових емоцій по групі бійців з передової

Показник	Мінімум	Максимум	Середнє	Ст. відх.
Інтерес	3	11	6,91	2,01
Радість	3	12	6,34	2,48
Подив	3	11	7,38	1,86
Горе	4	11	8,25	1,68
Гнів	3	11	6,84	1,92
Відраза	3	10	7,50	1,83
Презирство	3	11	7,31	1,75
Страх	6	12	9,75	1,76
Сором	4	9	7,06	1,32
Провина	4	10	6,53	1,41

Нагадаємо, що методика К. Ізарда не передбачає зосередження на абсолютному рівні виразності окремо взятої емоції, а ґрунтується на їхньому співвіднесенні між собою. То ж, відштовхуючись від отриманої ієрархії показників,

відзначаємо, що для військових з передової найбільш виразними емоціями слід визнавати страх ($9,75 \pm 1,76$), горе ($8,25 \pm 1,68$) та відразу ($7,5 \pm 1,83$); найменш – радість ($6,34 \pm 2,48$), провину ($6,53 \pm 1,41$) та гнів ($6,84 \pm 1,92$).

Стосовно виявленої найвищої виразності страху, - очевидно, що такий результат є цілком закономірним, з огляду на відчуття небезпеки, яке бійці постійно відчують на передовій в умовах регулярної участі у бойових зіткненнях.

Вагома виразність базових емоцій горя та відрази в даній категорії осіб пояснюється частим свідомством смертей та поранень бойових товаришів, яке є неодмінною складовою перебування в зоні бойових зіткнень. З цієї самої позиції можна інтерпретувати і відносно низьку виразність емоції радості.

Звертаючи увагу на низьку виразність емоції гніву, ми визнаємо, що до отримання результатів психодіагностики такого результату нами не очікувалося: суто в якості проміжного припущення ми вбачали, що гнів як реакція на ворога мав би проявити себе доволі сильно. Проте, результат виявився зворотнім, і, розмірковуючи, як це пояснити, ми дійшли висновку, що гнів є однією з найбільш ресурсоємних емоцій; а, нагадаємо, що у бійців з передової було виявлено описане вище значне емоційне виснаження, - отже, в такому випадку гнів може просто не мати достатньої валентності для прояву у різних ситуаціях передової.

Низька виразність емоції провини говорить про усвідомлення бійцями їхньої ролі, значущості та можливостей у ході виконання бойових завдань, що потенційно пов'язані із самопожертвою.

Розглянемо результати психодіагностики базових емоцій по виборці військових, що готуються до відправки на передову (таблиця 3.8).

Таблиця 3.8

Описові статистики показників базових емоцій по групі військових, що проходять навчально-бойову підготовку перед відправкою на передову

Показник	Мінімум	Максимум	Середнє	Ст. відх.
Інтерес	3	11	7,56	1,96
Радість	3	12	7,02	2,20
Подив	3	12	7,20	1,96
Горе	4	9	7,37	1,39
Гнів	5	11	7,66	1,65
Відраза	4	10	7,24	1,56
Презирство	4	10	7,61	1,63
Страх	4	12	8,54	2,20
Сором	3	11	7,54	1,69
Провина	4	11	7,27	1,78

Як стає зрозумілим з таблиці 3.8, найбільш виразними емоціями для бійців, що готуються до відправки на передову, є страх ($8,54 \pm 2,20$), гнів ($7,66 \pm 1,65$) та презирство ($7,61 \pm 1,63$); найменш – радість ($7,02 \pm 2,20$), подив ($7,2 \pm 1,96$) та відраза ($7,24 \pm 1,56$).

Очевидно, що переважання страху є цілком природним в умовах тривожного очікування невідворотного потрапляння в ситуацію, що несе загрозу для життя і здоров'я.

Висока виразність емоцій гніву та презирства насамперед обумовлена об'єктивними чинниками, а саме – ситуацією мобілізації. Відповідно на тлі високого рівня негативних емоцій знижується рівень позитивних емоцій, зокрема, емоції радості.

Достатньо неоднозначними з позиції можливостей інтерпретації виявилися низькі показники базових емоцій подиву та відрази в досліджуваних цієї групи. Припускаємо пояснення цього факту специфікою військової підготовки. З огляду на свою чіткість і логічну побудову (підпорядкованість уставу та заздалегідь створеним інструкціям) військова підготовка не сприяє частому виникненню моментів, що б викликали подив. Відносно низька виразність емоції відрази обумовлюється домінуванням іншої базової емоції – тривоги, що пов'язана з очікуванням негативних подій (відправки на передову), а тривожне переживання не дозволяє бійцям зосереджуватися на речах, які б могли зазвичай викликати в них відразу.

Тепер поглянемо на результати психодіагностики базових емоцій по виборці військових, що проходять службу у тилі частин (таблиця 3.9).

Таблиця 3.9

Описові статистики показників базових емоцій по групі військових, що проходять службу у тилових частинах

Показник	Мінімум	Максимум	Середнє	Ст. відх.
Інтерес	4	11	7,57	1,80
Радість	4	11	8,76	1,30
Подив	3	11	7,30	1,87
Горе	3	10	7,28	1,52
Гнів	3	12	7,26	1,58
Відраза	4	11	7,48	1,72
Презирство	3	10	7,41	1,77
Страх	3	12	6,67	2,00
Сором	3	11	6,89	1,79
Провина	3	10	7,35	1,66

Як ми можемо бачити з отриманих результатів, найбільш виразними емоціями у військових, що проходять службу у тилових частинах, є радість ($8,76 \pm 1,3$), інтерес ($7,57 \pm 1,8$) та відраза ($7,48 \pm 1,72$); найменш – страх ($6,67 \pm 2$), сором ($6,89 \pm 1,79$) і гнів ($7,26 \pm 1,58$).

В контексті акцентів, розставлених у нашій роботі, ми цілком можемо припустити, що відносно домінування радості і інтересу може спричинятися тим, що військові цієї групи, проходячи службу та маючи статус діючих військовослужбовців, мають більше можливостей бачити родини, контактувати з близькими та друзями, відпочивати в затишних місцях, а це в свою чергу сприяє позитивним емоціям. Відсутність відчуття прямої небезпеки для життя і здоров'я обумовлює відносно низьку виразність страху та гніву.

Ми припускаємо, що, не дивлячись на відсутність участі у бойових діях, але з огляду на наявність статусу діючих військовослужбовців, ці особи можуть цілком відносити себе до категорії людей, що ведуть боротьбу з ворогом, - через що в них дещо знижується виразність емоції сорому (механізм витіснення сорому за рахунок здійснення суспільно значущих дій по аналогії з емоцією провини у досліджуваних з передової).

З метою виявлення особливостей базових емоцій учасників бойових дій та військовослужбовців, що проходять навчальну військову підготовку перед

відправкою на передову, проведемо порівняльний аналіз зазначених груп з контрольною – особами, що проходять службу у тилі частин.

У таблиці 3.10 представлено результати порівняльного аналізу показників базових емоцій по вибірках військових, що знаходяться на передовій, та осіб, що проходять службу у тилі частин.

Таблиця 3.10

Результати порівняльного аналізу показників базових емоцій по вибірках військових, що знаходяться на передовій (ВП), та осіб, що проходять службу у тилі частин (ВТ)

Показник	Група	Сер. ранг	U	W	Z	p (2-ст.)
Інтерес	ВП	35,11	595,5	1123,5	-1,460	,144
	ВТ	42,55				
Радість	ВП	25,50	288,0	816,0	-4,636	,000
	ВТ	49,24				
Подив	ВП	40,02	719,5	1800,5	-,171	,865
	ВТ	39,14				
Горе	ВП	47,84	469,0	1550,0	-2,787	,005
	ВТ	33,70				
Гнів	ВП	36,67	645,5	1173,5	-,944	,345
	ВТ	41,47				
Відраза	ВП	40,48	704,5	1785,5	-,325	,745
	ВТ	38,82				
Презирство	ВП	38,78	713,0	1241,0	-,238	,812
	ВТ	40,00				
Страх	ВП	56,45	193,5	1274,5	-5,556	,000
	ВТ	27,71				
Сором	ВП	40,28	711,0	1792,0	-,260	,795
	ВТ	38,96				
Провина	ВП	31,20	470,5	998,5	-2,769	,006
	ВТ	45,27				

З результатів, наведених у таблиці 3.10, ми бачимо, що у порівнянні з військовими, які проходять службу у тилі частин, бійці з передової характеризуються достовірно менш виразним рівнем прояву емоцій радості ($p \leq 0,01$) та провини ($p \leq 0,01$); і більш виразним – горя ($p \leq 0,01$) та страху ($p \leq 0,01$).

Очевидно, що в даному випадку проявили себе найбільш виразні тенденції, що були виявлені нами в ході аналізу описових статистик. Зокрема, ми можемо

констатувати у досліджуваних першої групи значуще зростання емоції горя та страху в умовах передової у порівнянні з контрольною групою.

Безпосередня залученість досліджених перших групи до активних бойових дій, втрати побратимів, робота за межами людських здібностей і на межі неможливого обмежує позитивні емоції та знижує рівень провини.

Розглянемо результати порівняльного аналізу показників базових емоцій по вибірках військових, що проходять навчально-бойову підготовку перед відправкою на передову, та осіб, що проходять службу у тилі частин (таблиця 3.11).

Таблиця 3.11

Результати порівняльного аналізу показників базових емоцій по вибірках військових, що проходять навчально-бойову підготовку перед відправкою на передову (ПП), та осіб, що проходять службу у тилі частин (ВТ)

Показник	Група	Сер. ранг	U	W	Z	p (2-ст.)
Інтерес	ПП	44,48	923,5	2004,5	-,169	,866
	ВТ	43,58				
Радість	ПП	32,57	474,5	1335,5	-4,104	,000
	ВТ	54,18				
Подив	ПП	43,29	914,0	1775,0	-,252	,801
	ВТ	44,63				
Горе	ПП	44,73	913,0	1994,0	-,263	,793
	ВТ	43,35				
Гнів	ПП	46,22	852,0	1933,0	-,792	,428
	ВТ	42,02				
Відраза	ПП	42,62	886,5	1747,5	-,490	,624
	ВТ	45,23				
Презирство	ПП	45,88	866,0	1947,0	-,672	,502
	ВТ	42,33				
Страх	ПП	54,70	504,5	1585,5	-3,768	,000
	ВТ	34,47				
Сором	ПП	48,28	767,5	1848,5	-1,516	,130
	ВТ	40,18				
Провина	ПП	42,28	872,5	1733,5	-,613	,540
	ВТ	45,53				

Як можна бачити з таблиці 3.11, у порівнянні з особами, які проходять службу у тилі частин, військові, що проходять навчально-бойову підготовку перед відправкою на передову, характеризуються меншою виразністю емоції радості ($p \leq 0,01$), та більшої – страху ($p \leq 0,01$).

На наш погляд, значущими виявилися саме ті показники, що мають відношення до тривожного очікування негативних подій у майбутньому, до яких слід відносити і неминучу відправку на передову. Очевидно, таке очікування не має сприяти прояву позитивних емоцій, що позначається шляхом зниження радості; а страх в даному випадку цілком може визначатися з позиції його безпосередньої природи, - тобто, як природна реакція занепокоєння на явища, що викликають відчуття загрози, навіть якщо ця остання є відтермінованою у часі.

Проведемо порівняльний аналіз показників базових емоцій по вибіркам бійців з передової, та тих, хто готується до відправки в зону бойових дій (таблиця 3.12).

Таблиця 3.12

Результати порівняльного аналізу показників базових емоцій по вибірках військових, що знаходяться на передовій (ВП), та військових, які проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову (ПП)

Показник	Група	Сер. ранг	U	W	Z	p (2-ст.)
Інтерес	ВП	32,73	519,5	1047,5	-1,550	,121
	ПП	40,33				
Радість	ВП	33,00	528,0	1056,0	-1,436	,151
	ПП	40,12				
Подив	ВП	37,98	624,5	1485,5	-,360	,719
	ПП	36,23				
Горе	ВП	44,13	428,0	1289,0	-2,600	,009
	ПП	31,44				
Гнів	ВП	32,59	515,0	1043,0	-1,592	,111
	ПП	40,44				
Відраза	ВП	39,08	589,5	1450,5	-,759	,448
	ПП	35,38				
Презирство	ВП	34,83	586,5	1114,5	-,792	,429
	ПП	38,70				
Страх	ВП	43,59	445,0	1306,0	-2,374	,018
	ПП	31,85				
Сором	ВП	33,86	555,5	1083,5	-1,143	,253
	ПП	39,45				
Провина	ВП	31,81	490,0	1018,0	-1,890	,059
	ПП	41,05				

З наведених у таблиці 3.12 результатів можна зробити висновок, що у порівнянні з військовими, які проходять навчальну військову підготовку перед відправкою в зону бойових дій, бійці з передової характеризуються достовірно більш виразними емоціями горя ($p \leq 0,01$) та страху ($p \leq 0,05$).

Результати визначення психічних станів по виборці військових з передової представлено у таблиці 3.13.

Таблиця 3.13

Описові статистики показників психічних станів по групі бійців з передової

Показник	Мінімум	Максимум	Середнє	Ст. відх.
Тривожність	1	14	9,16	3,26
Фрустрація	4	16	11,66	2,66
Агресивність	6	20	12,41	3,06
Ригідність	5	19	12,09	3,60

За результатами діагностики психічних станів досліджуваних першої групи встановлене, що в бійців, які знаходяться на передовій вираженість тривожності ($9,16 \pm 3,26$), фрустрації ($11,66 \pm 2,66$), агресивності ($12,41 \pm 3,06$) та ригідності ($12,09 \pm 3,6$) знаходиться на помірному рівні. Слід сказати, що в ході проміжних припущень, що робилися нами до проведення психодіагностики, ми очікували високих показників принаймні за шкалами тривожності та фрустрації (особливо щодо тривожності, - враховуючи виявлений раніше сформований симптом тривоги, депресії).

Психічний стан є доволі тривалим феноменом, а отже він має визначатися не тільки впливом певного поточного моменту. При цьому, очевидно, навіть в умовах передової військові знаходять моменти, які б допомагали їм відволіктися від негативу (позаслужбові спілкування з товаришами, дзвінки до рідних в моменти виведення на відпочинок на другу лінію, домашні тварини, які нерідко заводяться у частинах тощо); і ці моменти можуть дещо вирівнювати негативний вплив бойових дій на формування психічних станів.

Аналогічним чином ми схильні пояснювати так само помірний рівень виразності психічних процесів по вибірці військових, що готуються до відправки на передову (таблиця 3.14).

Таблиця 3.14

Описові статистики показників психічних станів по групі військових, що готуються до відправки на передову

Показник	Мінімум	Максимум	Середнє	Ст. відх.
----------	---------	----------	---------	-----------

Тривожність	2	13	7,85	3,22
Фрустрація	2	16	10,32	3,28
Агресивність	5	20	11,10	3,06
Ригідність	5	18	12,15	2,54

То ж, і в даному випадку ми не можемо стверджувати, що чинник очікування відправки на передову спричиняє надмірне зростання таких стійких психічних станів, як тривожність ($7,85 \pm 3,22$), фрустрація ($10,32 \pm 3,28$), агресивність ($11,10 \pm 3,06$) та ригідність ($12,15 \pm 2,54$).

Розглянемо результати психодіагностики психічних станів по виборці осіб, що проходять службу у тилових частинах (таблиця 3.15).

Таблиця 3.15

Описові статистики показників психічних станів по групі осіб, що проходять службу у тилових частинах

Показник	Мінімум	Максимум	Середнє	Ст. відх.
Тривожність	1	13	6,13	3,32
Фрустрація	1	15	8,61	3,96
Агресивність	7	19	11,87	2,77
Ригідність	6	18	12,11	2,29

Як можна бачити з таблиці 3.15, для військових, що проходять службу у тилових частинах, є характерним помірний рівень фрустрації ($8,61 \pm 3,96$), агресивності ($11,87 \pm 2,77$), ригідності ($12,11 \pm 2,29$); а також, - низький рівень тривожності ($6,13 \pm 3,32$).

Особливості існування, навіть в умовах, що не пов'язані безпосередньо з веденням бойових дій, передбачають цілу низку чинників, що можуть фруструвати і провокувати агресивність та ригідність (службові доручення, конфліктні ситуації на службі тощо) військовослужбовців. Відносно стабільна, зрозуміла та контрольована ситуація, в якій знаходяться військовослужбовці цієї групи досліджуваних обумовлює зниження тривожного стану.

Тепер перейдемо до порівняльного аналізу показників психічних станів. Проаналізуємо відмінності за даними параметрами між бійцями з передової та тими, хто проходить службу у тилових частинах (таблиця 3.16).

Таблиця 3.16

Результати порівняльного аналізу показників психічних станів по вибірках військових, що знаходяться на передовій (ВП), та осіб, що проходять службу у тилу (ВТ)

Показник	Група	Сер. ранг	U	W	Z	P (2-ст.)
Тривожність	ВП	50,81	374,0	1455,0	-3,694	,000
	ВТ	31,63				
Фрустрація	ВП	49,48	416,5	1497,5	-3,265	,001
	ВТ	32,55				
Агресивність	ВП	44,23	584,5	1665,5	-1,570	,116
	ВТ	36,21				
Ригідність	ВП	37,41	669,0	1197,0	-,704	,482
	ВТ	40,96				

Як витікає з результатів, представлених у таблиці 3.16, у порівнянні з військовими з тилу, бійці на передовій характеризуються більш тривожним ($p \leq 0,01$) та більш фрустрованим станом ($p \leq 0,01$).

Побут, характерний для умов на передовій, є таким, що значно ускладнює задоволення багатьох потреб бійців (достатнє спілкування з рідними та близькими, гігієнічні необхідності; потреби у прийнятному відпочинку тощо), - і це все значною мірою сприяє виникненню стану фрустрованості.

Результати порівняльного аналізу показників психічних станів військових, що проходять навчальну бойову підготовку перед відправкою на передову, та осіб, що служать у тилу, представлено у таблиці 3.17.

Таблиця 3.17

Результати порівняльного аналізу показників психічних станів по вибірках військових, що проходять навчально-бойову підготовку перед відправкою на передову (ПП), та осіб, що проходять службу у тилу (ВТ)

Показник	Група	Сер. ранг	U	W	Z	P (2-ст.)
Тривожність	ПП	50,57	673,5	1754,5	-2,301	,021

	ВТ	38,14				
Фрустрація	ПП	48,83	745,0	1826,0	-1,692	,091
	ВТ	39,70				
Агресивність	ПП	41,94	858,5	1719,5	-,729	,466
	ВТ	45,84				
Ригідність	ПП	42,41	878,0	1739,0	-,577	,564
	ВТ	45,41				

З таблиці 3.17 бачимо, що в даному випадку виявлено лише один значущий показник, який вказує на те, що тривожний психічний стан ($p \leq 0,01$) є більш виразним у бійців, що проходять навчально-бойову підготовку перед відправкою на передову.

Нарешті розглянемо порівняльний аналіз показників психічних станів бійців, що знаходяться на передовій, та військових, що проходять навчально-бойову підготовку перед відправкою на передову (таблиця 3.18).

Таблиця 3.18

Результати порівняльного аналізу показників психічних станів по вибірках військових, що знаходяться на передовій (ВП), та військових, що проходять навчально-бойову підготовку перед відправкою на передову (ПП)

Показник	Група	Сер. ранг	U	W	Z	P (2-ст.)
Тривожність	ВП	42,14	491,5	1352,5	-1,838	,066
	ПП	32,99				
Фрустрація	ВП	42,75	472,0	1333,0	-2,061	,039
	ПП	32,51				
Агресивність	ВП	42,39	483,5	1344,5	-1,963	,050
	ПП	32,79				
Ригідність	ВП	36,31	634,0	1162,0	-,249	,803
	ПП	37,54				

Як ми бачимо з таблиці 3.18, у порівнянні з військовими, що проходять навчально-бойову підготовку перед відправкою на передову, бійці з передової характеризуються достовірно більш виразним станом фрустрації ($p \leq 0,05$) та агресивності ($p \leq 0,05$).

Щодо фрустрації, - очевидно, що умови навчального полігону є менш жорсткими, ніж реальні бойові умови. Зазвичай військові навчання відбуваються за певним графіком; вони є відносно нормованими в плані дозування; у міжнавчальні періоди військові мають достатньо можливостей для задоволення низки власних

потреб. Натомість у реальній бойовій ситуації всі зазначені аспекти можуть бути вкрай невизначеними, що значно ускладнює планування і здійснення задоволення власних потреб.

Агресивність у військових-учасників бойових дій, слід розглядати як необхідну реакцію на ворога.

Нарешті перейдемо до визначення домінуючих емоційних станів досліджуваних (таблиця 3.19).

Таблиця 3.19

Описові статистики показників домінуючих психічних станів по групі бійців з передової

Показник	Мінімум	Максимум	Середнє	Ст. відх.
Активне/пасивне відношення	25	70	46,25	10,43
Бадьорість/смуток	30	60	48,13	6,05
Високий/низький тонус	23	66	51,06	13,38
Розкутість/напруженість	25	68	51,25	10,18
Спокій/тривога	24	56	35,47	10,08
Стійкість/нестійкість	27	55	38,50	8,33
Задоволеність/незадоволеність	23	73	46,50	15,47
Позитивний/негативний образ	23	70	48,09	14,57

Як можна бачити з таблиці 3.19, найбільш представленими особливостями в домінуючих емоційних станах бійців з передової є тривога ($\bar{x} = Me_{\text{тн}} - 14,53$)¹ та емоційна нестійкість ($\bar{x} = Me_{\text{тн}} - 11,5$) при помірній виразності решти станів.

Виявлене наразі домінування тривоги ми, знову-таки, пов'язуємо з небезпекою, яку бійці з передової відчують, перебуваючи в осередку бойових зіткнень.

Щодо емоційної нестійкості, - отриманий результат може бути наслідком надмірного психоемоційного напруження, спричиненого перебуванням в екстремальній ситуації, яке, перевантажуючи нервову систему, значно знижує пороги емоційного реагування і, відповідно, призводить до підвищення її нестабільності.

¹ Міра відхилення емпіричного середнього від медіани тестової норми, де $\bar{x}$ – середнє; $Me_{\text{тн}}$ – медіана тестової норми

Розглянемо результати дослідження емоційних станів по виборці військових, що проходять навчально-бойову підготовку перед відправкою на передову (таблиця 3.20).

Таблиця 3.20

Описові статистики показників психічних станів по групі військових, що проходять навчально-бойову підготовку перед відправкою на передову

Показник	Мінімум	Максимум	Середнє	Ст. відх.
Активне/пасивне відношення	26	69	47,85	11,45
Бадьорість/смуток	36	58	47,02	5,51
Високий/низький тонус	23	66	49,37	13,40
Розкутість/напруженість	26	67	48,73	12,40
Спокій/тривога	12	55	38,54	12,23
Стійкість/нестійкість	24	57	43,49	10,54
Задоволеність/незадоволеність	23	70	52,22	13,10
Позитивний/негативний образ	23	70	48,71	15,87

З результатів, представлених у таблиці 3.20, можна побачити, що найбільш виразним емоційним станом по групі військових, що проходять навчально-бойову підготовку перед відправкою на передову, слід вважати тривогу ($M=11,46$); також відзначаємо тенденцію до підвищеної виразності емоційної нестійкості ($M=6,51$); решту показників слід вважати помірними.

Поглянемо на результати діагностики емоційних станів по виборці військових з тилкових частин (таблиця 3.21).

Таблиця 3.21

Описові статистики показників психічних станів по групі військових, що проходять службу у тилкових частинах

Показник	Мінімум	Максимум	Середнє	Ст. відх.
Активне/пасивне відношення	26	69	49,48	10,90
Бадьорість/смуток	33	61	49,87	6,12
Високий/низький тонус	23	66	46,52	14,06

Таблиця 3.21 (продовження)

Описові статистики показників психічних станів по групі військових, що проходять службу у тилкових частинах

Показник	Мінімум	Максимум	Середнє	Ст. відх.
Розкутість/напруженість	29	66	50,74	10,23
Спокій/тривога	10	64	48,52	15,15
Стійкість/нестійкість	24	65	50,89	14,84

Задоволеність/незадоволеність	23	71	50,28	15,43
Позитивний/негативний образ	23	70	50,80	13,26

Як можна бачити з таблиці 3.21, по виборці військових, що проходять службу у тилі частин, всі показники емоційних станів виразні на помірному рівні. В умовах відносно стабільного середовища, відсутності прямої небезпеки чи очікування негативних подій у майбутньому емоційні стани військових проявляються у відносно рівній різноманітності, і характеризуються емоційною збалансованістю.

Проведемо порівняльний аналіз показників виразності емоційних станів по вибіркам військових з передової та тих, що проходять службу у тилі частин (таблиця 3.22).

Таблиця 3.22

Результати порівняльного аналізу показників емоційних станів по вибірках військових, що знаходяться на передовій (ВП), та осіб, що проходять службу у тилі частин (ВТ)

Показник	Група	Сер. ранг	U	W	Z	P (2-ст.)
Активне/пасивне відношення	ВП	37,42	669,5	1197,5	-,677	,499
	ВТ	40,95				
Бадьорість/смуток	ВП	35,50	608,0	1136,0	-1,306	,192
	ВТ	42,28				
Високий/низький тонус	ВП	44,23	584,5	1665,5	-1,542	,123
	ВТ	36,21				
Розкутість/напруженість	ВП	40,20	713,5	1794,5	-,229	,819
	ВТ	39,01				
Спокій/тривога	ВП	24,67	261,5	789,5	-4,829	,000
	ВТ	49,82				
Стійкість/нестійкість	ВП	27,63	356,0	884,0	-3,867	,000
	ВТ	47,76				
Задоволеність/незадоволеність	ВП	36,95	654,5	1182,5	-,829	,407
	ВТ	41,27				
Позитивний/негативний образ	ВП	37,11	659,5	1187,5	-,779	,436
	ВТ	41,16				

З результатів, представлених у таблиці 3.22, ми бачимо, що, у порівнянні з досліджуваними третьої групи, досліджувані першої групи демонструють достовірно вищу тривогу ($p \leq 0,01$) та емоційну нестійкість ($p \leq 0,01$).

Проаналізуємо результати порівняння показників виразності емоційних станів по вибіркам військових, що проходять навчально-бойову підготовку перед

відправкою на передову, та тих, що проходять службу у тилкових частинах (таблиця 3.23).

Таблиця 3.23

Результати порівняльного аналізу показників емоційних станів по вибірках військових, що проходять навчально-бойову підготовку перед відправкою на передову (ПП), та осіб, що проходять службу у тилкових частинах (ВТ)

Показник	Група	Сер. ранг	U	W	Z	P (2-ст.)
Активне/пасивне відношення	ПП	43,04	903,5	1764,5	-,336	,737
	ВТ	44,86				
Бадьорість/смуток	ПП	37,28	667,5	1528,5	-2,352	,019
	ВТ	49,99				
Високий/низький тонус	ПП	46,15	855,0	1936,0	-,750	,453
	ВТ	42,09				
Розкутість/напруженість	ПП	42,54	883,0	1744,0	-,511	,609
	ВТ	45,30				
Спокій/тривога	ПП	31,01	410,5	1271,5	-4,536	,000
	ВТ	55,58				
Стійкість/нестійкість	ПП	33,68	520,0	1381,0	-3,602	,000
	ВТ	53,20				
Задоволеність/незадоволеність	ПП	45,44	884,0	1965,0	-,503	,615
	ВТ	42,72				
Позитивний/негативний образ	ПП	42,27	872,0	1733,0	-,605	,545
	ВТ	45,54				

Як можна бачити з результатів, представлених у таблиці 3.23, у порівнянні з досліджуваними третьої групи, досліджувані другої групи характеризуються виразнішими – смутком ($p \leq 0,05$), тривогою ($p \leq 0,01$) та емоційною нестійкістю ($p \leq 0,01$).

Тривожне очікування негативної події, якою є потрапляння в зону бойових зіткнень, спричиняє наростання тривоги і смутку та здійснює певний тиск на емоційну сферу військових, який призводить до дестабілізації емоційних процесів.

Розглянемо результати порівняльного аналізу показників виразності емоційних станів по вибіркам військових з передової та тих, що проходять навчально-бойову підготовку перед відправкою на передову (таблиця 3.24).

Таблиця 3.24

Результати порівняльного аналізу показників емоційних станів по вибірках військових, що знаходяться на передовій (ВП), та тих, що проходять навчально-бойову підготовку перед відправкою на передову (ПП)

Показник	Група	Сер. ранг	U	W	Z	P (2-ст.)
Активне/пасивне відношення	ВП	35,92	621,5	1149,5	-,385	,700
	ПП	37,84				
Бадьорість/смуток	ВП	39,72	569,0	1430,0	-,972	,331
	ПП	34,88				
Високий/низький тонус	ВП	39,28	583,0	1444,0	-,813	,416
	ПП	35,22				
Розкутість/напруженість	ВП	38,34	613,0	1474,0	-,479	,632
	ПП	35,95				
Спокій/тривога	ВП	31,81	490,0	1018,0	-1,849	,064
	ПП	41,05				
Стійкість/нестійкість	ВП	31,34	475,0	1003,0	-2,021	,043
	ПП	41,41				
Задоволеність/незадоволеність	ВП	33,20	534,5	1062,5	-1,353	,176
	ПП	39,96				
Позитивний/негативний образ	ВП	36,16	629,0	1157,0	-,301	,763
	ПП	37,66				

Отримані результати порівняльного аналізу вказують на те, що у військових, що знаходяться на передовій, більш виразно проявляє себе емоційна нестійкість ($p \leq 0,05$). З огляду на наведені вище припущення щодо спричинення емоційної нестійкості надмірним психоемоційним тиском, в даному випадку ми вправі припускати, що такий тиск є значущо більш відчутним для військових в умовах реальної загрози, ніж в ситуації очікування потрапляння у середовище, що несе небезпеку.

Таким чином, знаходження в осередку бойових дій призводить до нарощування виразності емоцій горя та страху; до зростання тривожності як стійкого психічного стану; до інтенсифікації таких емоційних станів, як фрустрація та тривога. При цьому відзначається придушення провини і радості, а також – зниження емоційної стійкості. Ситуація очікування відправки на передову сприяє зниженню рівня виразності радості та зростанню емоції страху, тривожності, тривоги та емоційної нестійкості.

3.3. Дослідження особливостей алекситимії учасників бойових дій та

військовослужбовців, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову

Результати психодіагностики алекситимії по досліджуваних групах представлено на рисунку 3.1.

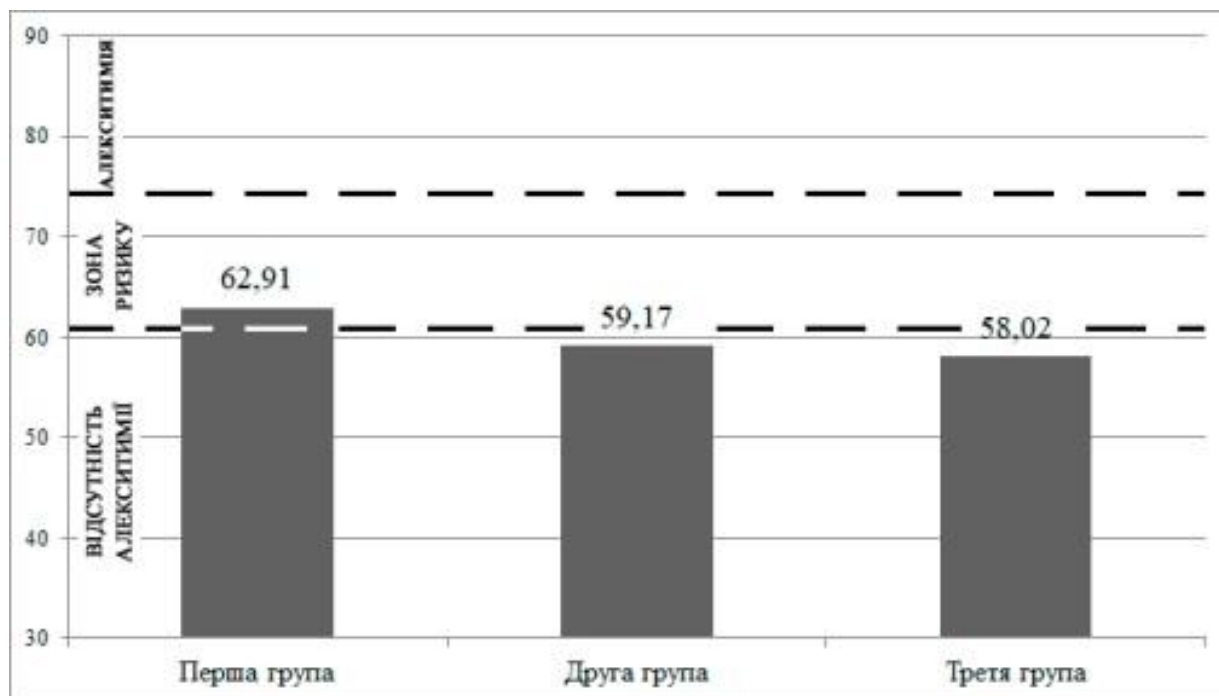


Рис. 3.1. Результати психодіагностики алекситимії по досліджуваних групах

Отримані результати вказують на те, що загалом по вибірці військових з передової виникає ризик формування проблем з визначенням, формулюванням та вербалізацією власних емоцій та емоцій партнерів по спілкуванню. Мова наразі не йде про формування виразного алекситимічного типу, але тенденція до цього простежується.

По групі військових, що проходять навчально-бойову підготовку перед відправкою на передову, та тих, хто проходить службу у тилу частин, показник алекситимії знаходиться в межах норми, і ознак формування проблем у визначенні та вербалізації емоцій не спостерігається.

Проведемо порівняльний аналіз показників алекситимії у досліджуваних групах (таблиця 3.25).

Таблиця 3.25

Результати порівняльного аналізу показників алекситимії по вибірках військових, що знаходяться на передовій (ВП), осіб, що проходять навчально-бойову підготовку

перед відправкою на передову (ПП), та тих, що проходять службу у тиліових частинах (ВТ)

Порівняння №	Група	Сер. ранг	U	W	Z	P (2-ст.)
1	ВП	52,00	336,0	1417,0	-4,071	,000
	ВТ	30,80				
2	ПП	47,29	808,0	1889,0	-1,151	,250
	ВТ	41,07				
3	ВП	46,06	366,0	1227,0	-3,231	,001
	ПП	29,93				

Результати проведеного порівняльного аналізу (таблиця 3.25) вказують на те, що, у порівнянні з військовими з тиліових частин, бійці з передової характеризуються достовірно вищим рівнем алекситимії ($p \leq 0,01$).

В даному випадку, на наш погляд, підтверджується наведене вище припущення про дію низки захисних механізмів, які в умовах передової блокують занадто виразні (особливо негативні) переживання, що знижує здатність бійців з передової визначати, формулювати та вербалізувати власні емоції.

Достовірних відмінностей в алекситимії досліджуваних другої та третьої груп не виявлено. Тривожне очікування потрапляння в екстремальні умови передової не являє собою потенційного фактору формування алекситимії.

Нарешті, слід вказати на достовірно вищий рівень алекситимії у бійців з передової порівняно з бійцями, що проходять навчально-бойову підготовку ($p \leq 0,01$).

Таким чином, фактор очікування відправки на передову не визначає появу алекситимії. Натомість, перебування в осередку бойових дій може спричиняти певні проблеми у визначенні та вербалізації військовими власних емоцій. Ці проблеми не можна назвати надмірно виразними, але заперечувати їхній тенденційний прояв неможливо.

3.4. Дослідження особливостей взаємозв'язку емоційного вигорання, емоційних і психічних станів, та алекситимії учасників бойових дій та військовослужбовців, які проходять військову підготовку

В результаті кореляційного аналізу було встановлено, що *в 1 групі досліджуваних* (додаток Б-1) емоційне вигорання має зворотній взаємозв'язок з

базовою емоцією радості ($-0,672$ при $p \leq 0,01$). Це означає, що збільшення позитивних емоцій сприятиме зменшенню рівня емоційного вигоряння у військових, що знаходяться на передовій. У практичному значенні даний факт означає, що позитивні події, які викликають або спричиняють емоцію радості можуть уповільнювати розвиток високого рівня емоційного вигоряння.

Встановлено, що емоційне вигоряння досліджуваних цієї групи має прямий кореляційний зв'язок з емоційними станами: тривожність ($0,526$ при $p \leq 0,01$), фрустрація ($0,39$ при $p \leq 0,05$), ригідність ($0,378$ при $p \leq 0,05$). Це означає, що негативні психологічні та емоційні стани, які пов'язані з гнітючим емоційним станом нервозності, з неможливістю досягнути бажаної мети, з незмінністю емоційних реакцій на об'єкти, що їх викликають, з афективним заціпенінням підвищують рівень емоційного вигоряння у бійців на передовій. Зазначимо, що тривожність має зв'язок з фазами напруги ($0,493$ при $p \leq 0,01$) і резистенції ($0,424$ при $p \leq 0,05$) емоційного вигоряння, а ригідність з фазою виснаження ($0,428$ при $p \leq 0,05$). Тривожність і фрустрація є дещо синонімічними поняттями. В умовах активних воєнних дій прояв тривожності і фрустрації у військових є закономірним і спричинений: особистісною фрустрацією (особисті проблеми, проблеми зі здоров'ям, брак знань), фрустрацією через оточення (негативне середовище), фрустрацією ресурсів (фінансові, технічні, матеріальні). Визначений помірний рівень емоційного стану ригідності у військових на передовій у психологічному плані має двояке значення. По-перше, емоційна ригідність допомагає опиратися стресу, уповільнює мінливість афективних станів у несприятливих умовах. По-друге, емоційна ригідність – це часова характеристика тривалої дії емоційного стану, а в даному випадку, негативного емоційного стану. В практичному значенні, враховуючи швидкість формування фаз (напруги, резистенції, виснаження) емоційного вигоряння у бійців на передовій і неможливість запобігання виникнення у них негативних емоційних станів, звертаємо увагу фахівців на необхідність заходів щодо зменшення негативних емоційних станів, підвищення навичок придбання нових поведінкових патернів.

Встановлено зворотній кореляційний зв'язок між рівнем емоційного вигоряння у досліджуваних з передовій і домінуючим емоційним станом спокою ($-$

0,599 при $p \leq 0,01$) і стійкістю (-0,383 $p \leq 0,05$). Зауважимо, що респонденти 1 групи досліджуваних виявили високий рівень тривоги (відповідно, низький рівень емоційного спокою) і нестійкість емоційних переживань (відповідно, низький рівень емоційної стабільності). Отриманий результат свідчить про те, що домінуючи емоційні стани, у нашому випадку негативні емоційні стани, підвищують рівень емоційного вигорання у бійців, що знаходяться на передовій.

Отже, рівень емоційного вигорання у військових, які знаходяться на передовій, детермінується базовими емоціями радості, емоційними станами тривожності, фрустрації та ригідності. І навпаки, високий рівень емоційного вигорання досліджуваних обумовлює переживання ними переважно негативних емоцій і емоційних станів, зацикленість на таких станах, зубожіння емоційних психічних ресурсів.

Встановлено зворотній кореляційний зв'язок рівня алекситимії та фази резистенції (-0,352 при $p \leq 0,05$), а також рівня алекситимії та базової емоції горя (-0,38 при $p \leq 0,05$). Зауважимо, що досліджувані цієї групи характеризуються лише ризиком формування алекситимії – труднощами вербалізації пережитих емоцій, які виявляються в проблематичності описати (висловити, передати) власні емоційні переживання та труднощами у зрозумінні почуттів інших людей. На психічному рівні це виражається в тому, що бійці з передової мають схильність до плутанини між почуттями та тілесними відчуттями, до зневажання свого внутрішнього психічного та фізичного благополуччя, до обмеженої здатності регуляції емоційних станів. Внутрішні відчуття описуються як тривожність, фрустрація, нудьга, напруга. Аналіз кореляційних зв'язків вказує на те, що алекситимія в досліджуваних є пристосувальною реакцією на високу тривогу, дозволяє глобальне гальмувати негативні емоції та зберігати навички психогігієни емоційного життя, що в свою чергу, дозволяє військовим успішно виконувати свою професійну діяльність.

У *2 групі досліджуваних* встановлено, що для них також характерний значущий зворотній зв'язок емоційного вигорання та емоції радості (-0,73 при $p \leq 0,01$). Це означає, що зростання позитивних емоцій достовірно блокує розвиток емоційного

вигоряння в умовах підготовки до відправки на передову, - тобто, здатність до прояву радості у зазначеній ситуації сприяє збереженню прийняттого емоційного тону.

Доволі показовим виявився той факт, що, на відміну від бійців з передової, військові, що проходять підготовку, демонструють значущій прямий зв'язок емоційного вигоряння та емоції страху (0,775 при $p \leq 0,01$). Отже, чим більше військові, що готуються до відправки на передову, відчувають страх, тим більшим є ризик формування в них емоційного вигоряння.

Очевидно, що, з одного боку, тривале переживання страху є пов'язаним із вкрай негативними та інтенсивними відчуттями, які значною мірою виснажують емоційні ресурси та призводять до емоційного вигоряння. З іншого, - безпосередньо в бойових умовах страх навпаки здатен спричиняти активізацію емоційних ресурсів [29]. Такий баланс сприяє утриманню відносно оптимального емоційного тону бійців з передової, проте, у військових, що проходять підготовку, з огляду на наявність лише перспективної але не прямої небезпеки, прояви страху носять переважно деструктивний характер, який у підсумку призводить до формування вигоряння.

Встановлено, що емоційне вигоряння досліджуваних цієї групи має прямий кореляційний зв'язок з емоційними станами, як тривожність (0,664 при $p \leq 0,01$) та фрустрація (0,563 при $p \leq 0,01$). З цього може слідувати, що надмірна занепокоєність як наслідок очікування небезпечної ситуації бойових дій та переживання незадоволеності щодо неможливості досягнення поставлених цілей у важких умовах польових зборів значною мірою виснажують психологічні ресурси військовослужбовців.

Встановлено, що емоційне вигоряння військових, що проходять навчальну підготовку перед відправкою на передову, має зворотній кореляційний зв'язок з такими домінуючими емоційними станами: спокій (-0,707 при $p \leq 0,01$); стійкість (-0,735 при $p \leq 0,01$). В ситуації очікування негативних подій у перспективі відсутність інтенсивного варіювання переживань дозволяє військовим, з одного боку, більш ефективно налаштовуватися на ці події, що знижує рівень їхньої тривоги, а з іншого, - значною мірою економити емоційні ресурси. В обох цих випадках мова йде про

пом'якшення негативного впливу очікування потрапляння до передової на емоційну складову особистості. Отже, це, сприяє запобіганню емоційного вигорання.

Доволі показовим виявився той факт, що у військових, які проходять підготовку, не виявлено зв'язків алекситимії ані з жодною зі складових емоційного вигорання, ані з жодною з базових емоцій. Проте для них притаманний зворотній зв'язок алекситимії з таким домінуючим емоційним станом, як задоволеність власним емоційним образом та життям в цілому ($-0,332$ при $p \leq 0,05$). Чим більші труднощі у визначенні та ідентифікації власних емоцій відчують військові в умовах підготовки до передової, тим меншу загальну задоволеність щодо всього, що відбувається з ними, відчують вони на емоційному рівні, і навпаки. Це означає, що нездатність розібратися у власних переживаннях в умовах очікування негативних подій спричиняє у даних осіб занепокоєння та відчуття неспроможності опанувати об'єктивно складну ситуацію, що у підсумку призводить до невдоволення щодо даної ситуації.

Отже, рівень емоційного вигорання у військових, що готуються до відправки на передову, пов'язаний з базовими емоціями радості та страху, а також, - з емоційними станами тривожності, фрустрації та стійкості емоційного тону. При цьому чим більше дані особи проявляють алекситимію, тим менше вони відчують емоційну задоволеність відносно ситуації, що складається навколо них; і навпаки: чим більш негативним є сприйняття даними військовими навколишньої дійсності, тим складніше їм визначати та ідентифікувати власні емоції.

Також з метою виявлення специфічних механізмів функціонування емоційних процесів бійців на передовій та військових, що проходять навчальну підготовку, була розглянута уся сукупність кореляційних зв'язків по кожній з груп, і по кожній з категорій досліджуваних були виділені ті значущі кореляції, які є притаманними лише певній з категорій (тобто, виділені ті достовірні зв'язки, які не є спільними для двох або трьох груп).

Бійці з передової демонструють відмінності від військових, що проходять підготовку перед відправкою на передову, в тому, що у перших – значущий зв'язок виявлено за наступним змінними: інтерес – з бадьорістю ($0,56$ при $p \leq 0,01$); подив – з

деперсоналізацією (0,509 при $p \leq 0,01$) та напруженням як емоційним станом (0,513 при $p \leq 0,01$); горе – з редукцією професійних обов’язків (0,35 при $p \leq 0,05$) та смутком (0,361 при $p \leq 0,05$); гнів – з напруженістю (0,443 при $p \leq 0,05$); сором – з неадекватним вибірковим емоційним реагуванням (0,464 при $p \leq 0,01$); депресивно-тривожні прояви – з ригідністю (0,38 при $p \leq 0,05$) та пасивним ставленням до оточуючої ситуації (0,402 при $p \leq 0,05$); алекситимія – з емоційно-моральною дезорієнтацією (зворотний, -0,506 при $p \leq 0,01$), фазою резистенції (зворотний, -0,352 при $p \leq 0,05$) та емоцією горя (зворотний, -0,38 при $p \leq 0,05$).

В свою чергу, у бійців, що проходять військову підготовку, значущий зв’язок виявлено за наступним змінними: інтерес – зі станом задоволеності (0,308 при $p \leq 0,05$); радість – з неадекватним вибірковим емоційним реагуванням (зворотний, -0,695 при $p \leq 0,01$), емоційно-моральною дезорієнтацією (зворотний, -0,643 при $p \leq 0,01$), емоційною відстороненістю (зворотний, -0,637 при $p \leq 0,01$) та психосоматичними проявами вигорання (зворотний, -0,622 при $p \leq 0,01$); горе – ригідністю (зворотний, -0,498 при $p \leq 0,01$); страх виявився прямо пов’язаним з усіма показниками емоційного вигорання; емоційна нестійкість – з синдромом «загнаності у клітину» (0,578 при $p \leq 0,01$) та невдоволеністю собою (0,643 при $p \leq 0,01$); алекситимія – з негативним власним емоційним образом (0,332 при $p \leq 0,05$).

Отже, бійці з передової демонструють найбільшу кількість значущих зворотних кореляцій алекситимії: з емоцією горя, емоційно-моральною дезорієнтацією та фазою резистенції, - що може спричинятися тим, що в екстремальних умовах бойових дій супротив чинникам, що призводять до емоційного дискомфорту, дозволяє більш свідомо і менш гірко сприймати ситуацію навколо. І саме завдяки цьому вивільняються психологічні ресурси для кращого розуміння власних емоційних станів і емоцій оточуючих.

Виразна особливість кореляційних зв’язків по групі бійців, що проходять військову підготовку, проявляється у повному включенні емоцій радості (зворотно) та страху (прямо) в усі без виключення параметри емоційного вигорання. Вказані емоції в умовах очікування потрапляння до екстремальної ситуації можуть виступати в якості основних регулятивних чинників, що варіюють вигорання: радість дозволяє

отримувати певні позитивні відчуття в процесі бойової підготовки, що дозволяє відновлюватися після дії чинників, що призводять до виснаження емоцій; натомість, страх, навпаки, - може виступати в якості одного з додаткових таких чинників.

Щодо військових з тилкових частин, то відмінності організації їхньої емоційної сфери проявляються, передусім, у зворотнопропорційній пов'язаності емоцій провини ($-0,359$ при $p \leq 0,05$) та відрази ($-0,338$ при $p \leq 0,05$) з емоційним вигорянням; а також – у зворотному зв'язку алекситимії та емоції гніву ($-0,39$ при $p \leq 0,05$). У відносно стабільних та безпечних умовах дані особи мають достатньо змоги для уникнення факторів, що можуть їх емоційно виснажувати. Емоція відрази в такому випадку може слугувати в якості показника ідентифікації таких факторів, - отже, чим більше буде проявлятися ця емоція, тим меншою буде вірогідність формування у даних військових емоційного вигоряння.

Емоція провини у відносно безпечних умовах може сприяти зниженню ризику емоційного вигоряння, оскільки досліджувані третьої групи, які відчують провину, прагнуть якнайшвидше виправити причини, що призвели до неї, щоб не відчувати дискомфорт в ході міжособистісної взаємодії з оточуючим. З цією метою в них мобілізується низка прихованих емоційних ресурсів, що значно заважає формуванню вигоряння.

Прояв гніву у відносно стабільному суспільстві не є схвалюваним, - що створює передумови для спроб його придушення в ході повсякденної міжособистісної взаємодії. Проте таке придушення може ставати більш складним, якщо гнів носить обґрунтований характер; і таке обґрунтування є більш імовірним у випадку, коли людина здатна більш точно визначати власні емоції. Отже, саме через такий механізм можна пояснити виявлений зворотній зв'язок алекситимії та емоції гніву по групі військових з тилкових частин.

Висновки до розділу III

1. У військовослужбовців, що проходять підготовку, емоційна напруга зумовлюється безпосередньо ситуацією очікування відправлення на передову; щодо бійців, які знаходяться в осередку бойових дій, - у них даний параметр детермінується

екстремальними умовами передової. Крім того, термін перебування в зоні активних бойових дій сприяє швидкому формуванню всіх фаз емоційного вигорання. Високий рівень тривоги та страху в учасників бойових дій і помірний рівень тривоги та страху у тих, хто готується до відправки на передову, вказує на включення захисних механізмів, що дозволяють зберегти життя в умовах війни.

2. Знаходження в осередку бойових дій пов'язане з інтенсифікацією емоцій горя та страху; зі зростанням фрустрації, тривоги як емоційного та тривожності як психічного станів. Також перебування в ситуації бойових дій спричиняє зниження виразності емоційної стійкості, радості, та провини. При очікуванні відправки на передову відбувається зростання страху, емоційної нестійкості, тривоги, тривожності, а також, зниження емоції радості.

3. Військові, що безпосередньо перебувають в зоні бойових зіткнень, відчують низку помірно виразних проблем щодо визначення та вербалізації власних станів та емоцій.

4. У військових, які знаходяться на передовій, емоційне вигорання визначається емоційними станами тривожності, фрустрації та ригідності, а також, - такою базовою емоцією, як радість. Значна виразність емоційного вигорання в даних військовослужбовців визначає домінування негативу в емоціях та станах, що ними переживаються. При цьому, у них достатньо виразно проявляє себе пов'язаність алекситимії з низкою емоційних особливостей – переживанням горя, емоційним образом себе, емоційно-моральною-дезорієнтацією та прагненням до супротиву чинникам, що створюють емоційний дискомфорт. Рівень емоційного вигорання у військових, що готуються до відправки на передову, обумовлюється базовими емоціями радості та страху, а також, емоційними станами тривожності, фрустрацією та стійкістю емоційного тону. При цьому чим більше дані військові проявляють алекситимію, тим менше вони відчують емоційну задоволеність відносно ситуації, що складається навколо них; і навпаки: чим більш негативним є сприйняття даними військовими навколишньої дійсності, тим складніше їм визначати та ідентифікувати власні емоції.

ВИСНОВКИ

1. Емоційна сфера має вкрай складну організацію, і, окрім самих емоцій, включає емоційні властивості особистості, її емоційні відношення, тобто, почуття, емоційні стани та емоційний тон, емоційну готовність, емоційне самопізнання, духовні переживання - отже, вона вимагає неодмінно високої пильності при врахуванні різного роду впливів на неї. Специфіка військової діяльності проявляється на всьому спектрі емоційної сфери особистості. В умовах відсутності бойових дій початок служби знаменується внесенням певного дисбалансу, який з набуттям професійного досвіду нівелюється. Проте, участь у бойових діях призводить до домінування негативних базових емоцій, погіршення психічного та емоційного стану, емоційного вигорання та здатності рефлексувати емоції.

2. Емоційна напруга військовослужбовців, що проходять підготовку викликається самою ситуацією очікування відправлення на передову, а емоційна напруга військовослужбовців, які вже знаходяться на передовій викликана безпосередньо активними бойовими діями. Крім того, термін перебування в зоні активних бойових дій сприяє швидкому формуванню всіх фаз емоційного вигорання. Високий рівень тривоги та страху в учасників бойових дій і помірний рівень тривоги та страху у тих, хто готується до відправки на передову, вказує на включення захисних механізмів, що дозволяють зберегти життя в умовах війни.

3. Перебування в ситуації бойових дій спричиняє зростання емоцій страху, горя, тривожності як стійкого психічного стану, фрустрації та тривоги як домінуючих емоційних станів. При цьому знижується виразність емоції радості, провини та емоційної стійкості. В ситуації очікування відправки на передову спостерігається зростання емоції страху, тривожності, тривоги та емоційної нестійкості при зниженні рівня виразності радості.

4. Перебування в осередку бойових дій спричиняє певні проблеми у визначенні та вербалізації військовими власних емоцій. Ці проблеми не можна назвати надмірно виразними, але заперечувати їхній тенденційний прояв неможливо.

5. У військових на передовій рівень емоційного вигорання детермінується базовими емоціями радості, емоційними станами тривожності, фрустрацією та ригідністю емоційних станів. І навпаки, високий рівень їхнього емоційного вигорання обумовлює переживання ними переважно негативних емоцій, зацикленість на них, виснаження емоційних ресурсів. Даних військових відрізняє організація емоційної сфери, за якої проявляється пов'язаність алекситимії з переживанням горя, емоційним образом себе, емоційно-моральною-дезорієнтацією та прагненням до супротиву факторам, що викликають емоційний дискомфорт. У військових, що готуються до відправки на передову, рівень емоційного вигорання визначається емоціями радості та страху, тривожністю, фрустрацією та стійкістю емоційного тону. Чим більше дані військові проявляють алекситимію, тим менше вони відчують емоційну задоволеність відносно ситуації, що складається навколо них; і чим більш негативним є сприйняття даними військовими навколишньої дійсності, тим складніше їм визначати та ідентифікувати власні емоції.

Таким чином, гіпотеза нашого дослідження була підтверджена частково. Однозначно було доведено, що військові на передовій відрізняються від інших категорій досліджуваних найбільшим рівнем емоційного вигорання та алекситимії. З іншого боку, щодо початкового припущення про можливе виявлення найвищого емоційного напруження у військових, що готуються до відправки на передову, - даний параметр хоч і виявився у них більш виразним, ніж у тих осіб, що несуть службу у тилкових частинах, проте він не продемонстрував відмінностей у порівнянні з бійцями з передової.

Перспектива подальших досліджень полягає у вивченні мотиваційних особливостей учасників бойових дій та військовослужбовців, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову.

Література

1. Алещенко В. І. Психологічний потенціал особистості у військовій сфері: структура і зміст. *Вісник Одеського національного університету. Серія : Психологія*. 2015. Т. 20, Вип. 4. С. 7-17.
2. Балабушка Є.В, Зик Г.С. Психологічні особливості управлінських навичок офіцерів у бойовій обстановці. *Вісник Національного університету оборони України*. 2023. т. 72, вип. 2. С. 5-11.
3. Гуляєва А. С. Психологічні особливості вимушеного переселення. *Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Кам'янець-Подільський*, 2017. 37. С. 66-75.
4. Гуляєва О.В., Гуляєва Ю.О. Особливості емоційного компоненту психологічного благополуччя у студентів з обмеженими можливостями здоров'я. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія Психологія*. 2018. № 63. С. 39-42.
5. Гончар Ю. О. Різні підходи до вивчення емоційної сфери та особливості емоційного розвитку дітей. *Український вісник медико-соціальної експертизи*. 2015. № 4. С. 51-56.
6. Гошовська Д. Т. Гошовський Я. О. Емоційне вигорання особистості в контексті депривованої психогенези. *Психологічні перспективи*. 2016. Вип. 28. С. 70-82.
7. Джеджера О. В. Емоції та емоційні переживання як предмет наукового дослідження: історичний аспект. *Психологія: реальність і перспективи*. 2013. 2. С. 63-67.
8. Журавльова Л.П., Кротюк К.М. Особливості ціннісно-смислової сфери військовослужбовців з різним досвідом участі в бойових діях. *Науковий часопис національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. 2020. Вип. 10. С. 26-36.
9. Іванова О. А. Стильові особливості механізмів регуляції поведінки жінок-військовослужбовців. *Вісник Одеського національного університету. Серія: Психологія*. 2016. Т. 21, Вип. 1. С. 83-90.

10. Історія психології : від античності до початку XX століття : навч. посібник / Авт.-уклад. О. П. Коханова, 2016. НВП «Інтерсервіс». 235 с.
11. Кириленко Т.С. Емоційна сфера особистості: вектори вивчення. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*. 2018. Вип. 1 №8. С. 26-30.
12. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Остапчук В.В. Психологічна робота з військовослужбовцями - учасниками АТО на етапі відновлення: Методичний посібник. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 282 с.
13. Кочарян О. С., Півень М. А. Особливості організації емоційної сфери особистості з різним рівнем емоційної зрілості. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Психологія*. 2014. № 1110, Вип. 55. С. 27-31.
14. Крейдун Н.П., Харченко А.О., Наливайко О.О., Севост'янов П.О., Зотова Л.М, Невоєнна О.А, Яворовська Л.М., Лук'янова В.В. Емоційна сфера жінок, які тривалий час перебувають в зоні проведення антитерористичної операції. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія Психологія*. 2022. № 72. С. 52-58.
15. Кряж І.В., Левенець Н.В. Довіра й емоційний інтелект як предиктори суб'єктивного благополуччя у студентів. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія Психологія*. 2018. № 64. С. 26-32.
16. Кузнецов М. А. Емоційна пам'ять людини. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія : Психологія*. 2010. № 913, Вип. 44. С. 93-98.
17. Кузнецов М. А. Козуб Я. В. Прокрастинація як чинник емоційного ставлення студентів до навчальної діяльності. *Вісник Дніпропетровського університету. Серія : Психологія*. 2016. Вип. 22. С. 61-70.
18. Кузнецов М.А. Роль цінностей особистості у виникненні почуття заздрості. *Вісник Харківського національного педагогічного університету ім. Г.С. Сковороди. Психологія*. Вип. 19. Харків: ХНПУ, 2006. С. 62-77.

19. Лазуренко О. О. Психологічний аналіз основних напрямків дослідження емоційної сфери. *Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка Національної АПН України. Проблеми загальної та педагогічної психології*. 2012. Т. 24, ч. 5. С. 83-93.
20. Макота Т. В. Емоційне вигорання як наслідок емоційної нестійкості особового складу підрозділів спеціального призначення. *Вісник Національного університету оборони України*. 2012. Вип. 3. С. 216-220.
21. Маляр-Газда Н. М. Емоційне вигорання - актуальна проблема медицини сьогодення. *Проблеми клінічної педіатрії*. 2015. № 3. С. 27-31.
22. Мась Н. М. Показники морально-психологічного стану особового складу військових підрозділів. *Системи обробки інформації*. 2017. Вип. 3. С. 143-145.
23. Невоєнна О. А., Ярош Н. С. Особливості емоційної сфери осіб, що проживають у "гарячих точках світу". *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Психологія*. 2014. № 1110, Вип. 55. С. 37-42.
24. Нікітенко Г. О. Особливості структури психологічної готовності в мобілізованих осіб із різним досвідом військової служби. *Психологічні перспективи*. 2018. Вип. 32. С. 217-231.
25. Ніколаєнко С. О. Особливості психологічної допомоги учасникам військових дій при посттравматичному стресовому розладі. *Світогляд - Філософія - Релігія*. 2014. Вип. 7. С. 51-61.
26. Пашковський С. М. Особливості змін психофізіологічних якостей у військових льотчиків. *Український журнал з проблем медицини праці*. 2017. № 2. С. 12-21.
27. Погрібна А. О. До питання про емоційне вигорання в професіях суб'єкт-суб'єктного типу. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки*. 2016. Вип. 1(1). С. 76-80.
28. Пріб Г.А., Раєвська Я.М., Бегеза Л.Є. Соціально-психологічні особливості адаптації особистості в умовах бойових дій. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. Том 33 (72) № 2. С. 104-108.

29. Психологічна підготовка : Довідковий матеріал командирам підрозділів (військовослужбовцям). Головне управління морально-психологічного забезпечення Збройних сил України, 2019. 30 с.
30. Саннікова О. П. Емоційність у структурі особистості. Одеса: Хорс, 1995. 334 с.
31. Семененко О., Дейнега О., Воронченко І., Борисюк С., Митченко С., Таран О. Щодо трансформації форм та способів воєнних дій в умовах ведення гібридних війн. *Journal of Scientific Papers "Social development and Security"*. 2021. Т. 11 (2). С. 256-271.
32. Терещук А.Д. Психоемоційний стан і поведінка військовослужбовців, що повернулися із зони АТО. *Актуальні проблеми психології*. 2017. 11(15). С. 526–534.
33. Токарева Н. М. Історія психології: від витоків до епохи Просвітництва : підручник для здобувачів освіти ступеня бакалавра освітньо-професійної програми 053 Психологія. Кривий Ріг : Вид. Р. А. Козлов, 2022. Частина I. 384 с.
34. Тютюнник Л.Л. Способи формування стресостійкості особистості. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. Т. 70, вип. 6. С. 182-189.
35. Харченко А. О. Структурні особливості емоційної сфери учасників бойових дій з постстресовою психологічною дезадаптацією. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2018. Вип. 58. С. 67-79.
36. Чорна Т. С. Порушення емоційної сфери у хворих на тривожні розлади і принципи їх психотерапевтичної корекції. *Український вісник психоневрології*. 2016. Т. 24, вип. 2. С. 93-95.
37. Шестопалова Л.Ф., Кожевнікова В.А., Бородавко О.О., Особливості психологічної адаптації цивільних осіб, тимчасово переміщених із зони бойових дій. Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя: матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції (22-23 лютого 2018 року, м. Суми). Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2018. С. 426-427.

38. Шиделко А.В. Наслідки впливу бойового стресу на психологічний стан особистості військовослужбовця. *Перспективи та інновації науки. - Серія «Педагогіка», «Психологія», «Медицина»*. 2022. № 1 (6). С. 476-486.
39. Ярощук М. В. Релігійність та емоційно-почуттєва сфера особистості: теоретико-емпіричне дослідження. *Психологічні перспективи*. 2017. Вип. 29. С. 360-369.
40. Arnold M. B. Emotion and personality. Vol. II. Neurological and physiological aspects. New York, Columbia University Press, 1960. 467 p.
41. Bridges K.M.B. A genetic theory of the emotions. *The Pedagogical Seminary and Journal of Genetic Psychology*. Vol. 37. 1930. P. 514-527.
42. Darwin C. R. The expression of the emotions in man and animals. London: John Murray. 1st edition, 1872. 321 p.
43. Freud S. The Ego and the Id. In J. Strachey et al. (Trans.). *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud*, Volume XIX. London: Hogarth Press. 1923. P. 12-66.
44. Harlow H. F., Stagner R. Psychology of feelings and emotions. Theory of emotions. *Psychological Review*. 40(2). 1933. P. 184-195.
45. Harms P.D., Krasikova D.V., Vanhove A.J., Herian M.N., Lester P.B. Stress and Emotional Well-Being in Military Organizations. *Research in Occupational Stress and Well Being*. 2013. Volume 11. P. 103-132.
46. Holt R. R. On the interpersonal and intrapersonal consequences of expressing or not expressing anger. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1970. 35(1). P. 8-12.
47. Horowitz M. J., Wilner N., Kaltreider N., Alvarez, W. Signs and symptoms of posttraumatic stress disorder. *Archives of general psychiatry*. 1980. 37(1). P. 85-92.
48. James W. The principles of psychology, Vol. 1. Henry Holt and Co, 1890. 1393 p.
49. James W. What Is an Emotion? *Mind*. Vol. 9, №34. 1884. P. 188-205.
50. Javidi H., Yadollahie M. Post-traumatic Stress Disorder. *The international journal of occupational and environmental medicine*. 2012. 3(1). P. 2-9.

51. Joshi P.T., O'Donnell D. Consequences of child exposure to war and terrorism. *Clinical Child and Family Psychology Review*. 2003. 6(4). P. 279-291.
52. Izard C. E. The face of emotion (Century psychology series). Irvington Pub, 1993. 468 p.
53. Kardiner A. The Traumatic Neuroses of War. Martino Fine Books, 2012. 270 p.
54. Klein G. S. Freud's two theories of sexuality. In: M. M. Gill, P. S. Holzman (Eds.). *Psychology versus metapsychology: Psychoanalytic essays in memory of George S. Klein*. New York, International Universities Press. 1976. P. 14-70.
55. Lorenz K. Die acht Todsünden der zivilisierten Menschheit. R.Piper & Co, 1970. 112 p.
56. Mayers C. S. A contribution to the study of shell shock. *Lancet*. 1915. 1. P. 316-320.
57. Murthy R.S., Lakshminarayana R. Mental health consequences of war: a brief review of research findings. *World Psychiatry*. 2006. 5(1). P. 25-30.
58. Oden K.B., Lohani M., McCoy M., Crutchfield J., Rivers S.E. Embedding Emotional Intelligence into Military Training Contexts. *Procedia Manufacturing*. 2015. 3. P. 4052-4059.
59. Oppenheim H. Lehrbuch der nervenkrankheiten. *The Journal of Nervous and Mental Disease*: November, 1923. Volume 58, Issue 5. P 505-521.
60. Priebe S., Jankovic Gavrilovic J., Bremner S., Ajdukovic D., Franciskovic T., Galeazzi G. M., Kucukalic A., Lecic-Tosevski D., Morina N., Popovski M., Schützwohl M., Bogic M. Psychological symptoms as long-term consequences of war experiences. *Psychopathology*. 2013. 46(1). P. 45-54.
61. Pribram K. H. Feelings as monitors. In: M. B. Arnold (Ed.). *Feelings and emotions*. New York, Academic Press. 1970. P. 41-53.
62. Rosenwein B., Cristiani R. What is the History of Emotions? Cambridge: Polity, 2018. 163 p.
63. Schachter S., Singer J. E. Cognitive, social and physiological determinants of emotional states. *Psychological Review*. 1962. 69(5). P. 379-399.
64. Tomkins S. S., McCarter R. What and where are the primary affects? Some evidence for a theory. *Perceptual and Motor Skills*. 1964. 18. P. 119-158.

65. Wundt W. Grundriss der Psychologie. *Philosophical Review*. 1896. 5 (3). P. 331-332.

АНОТАЦІЯ

Мостова В. Особливості емоційної сфери учасників бойових дій та військовослужбовців, що проходять навчальну військову підготовку перед відправкою на передову

У роботі розглянуто особливості структурної організації емоційної сфери особистості; проведено аналіз психологічних аспектів впливу ситуації бойових дій на емоційну сферу особистості; вивчено сучасні дослідження емоційної сфери військовослужбовців.

Проведено емпіричне дослідження, в якому взяли участь 119 військовослужбовців: 32 особи, що на момент проведення дослідження брали безпосередню участь у бойових зіткненнях на передовій; 41 особа – військовослужбовці, що проходили військово-навчальну підготовку перед першою відправкою до зони бойових дій; 46 досліджуваних були представлені військовими, що проходили службу у тилкових частинах і не мали досвіду участі у прямих бойових зіткненнях.

Визначено показники емоційного вигорання військовослужбовців, виразності базових емоцій, алекситимії, самооцінки психічних та домінуючих емоційних станів. Проведено порівняльний аналіз досліджуваних груп за вказаними параметрами; здійснено пошук кореляційних зв'язків показників емоційної сфери по кожній з категорій вибірки.

Ключові слова: емоційна сфера, емоційне вигорання, військовослужбовці, бойові дії, емоційні стани, психічні стани, базові емоції, алекситимія, домінуючий стан, військово-навчальна підготовка, бойові зіткнення.

SUMMARY

Mostova V. The features of the emotional sphere of combatants and military personnel undergoing military training before deployment to the frontline

The work examines the peculiarities of the structural organization of the personality emotional sphere; an analysis of the psychological aspects of the influence of the combat situation on the personality emotional sphere was carried out; modern studies of the emotional sphere of military personnel are studied.

An empirical study was conducted, in which 119 military personnel took part: 32 persons who, at the time of the study, took direct part in combat clashes on the front line; 41 persons - servicemen who underwent military training before the first deployment to the combat zone; 46 subjects were represented by military personnel who served in the rear areas and did not have the experience of participating in direct combat clashes.

Indicators of emotional burnout of servicemen, expressiveness of basic emotions, alexithymia, self-assessment of mental and dominant emotional states were determined. A comparative analysis of the studied groups was carried out according to the specified parameters; a search was made for correlations of indicators of the emotional sphere for each of the categories of the sample.

Key words: emotional sphere, emotional burnout, military personnel, combat operations, emotional states, mental states, basic emotions, alexithymia, dominant state, military training, combat encounters.