

Висновки. Отже, у контексті того, що велика частина населення України уже потребує і надалі потребуватиме психологічної допомоги, організація першої психологічної допомоги людям, які пережили психотравмуючі події, є вкрай важливою. Суть її полягає в тому, щоб якомога швидше послабити дію стресового чинника та надати психологічну підтримку потерпілій особі. Перша психологічна допомога дає потерпілому змогу осмислити та прийняти власні реакції. Водночас одним із компонентів програми є піклування про власний психічний стан тих, хто таку допомогу надає.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Перша психологічна допомога. Львів: Друкарські куншти, 2015. 184 с.
2. Перша психологічна допомога: посіб. для працівників на місцях / International Medical Corps. Київ: Пульсари, 2017. 64 с.
3. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій: практичний посібник / [Т.М. Титаренко, М.С. Дворник, В.О. Климчук та ін.]; за наук. ред. Т.М. Титаренко / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.
4. Snider L., Schafer A., Ommeren M. Psychological First Aid: Guide for Field Workers (English). World Health Organization, 2011. 88 p.

## СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК ЗНАЧУЩА ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНА ЯКІСТЬ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

**Рейзман І. І., Коротя В. В., Совгіря Т. М.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка*

*Національний авіаційний університет*

*innareizman@gmail.com, vvkorotyia@gmail.com, tetiana.sovhiria@npp.nau.edu.ua*

До сьогодні суспільство неодноразово стикалося з численною кількістю загроз, тож питання стресостійкості як життєво важливої якості особистості завжди актуальне. Тенденція до зростання екологічних проблем у вигляді глобального потепління, повеней, тектонічних зрушень, вулканічної активності, а також соціально-економічні та політичні негаразди країни, що впливають на життя кожного окремого громадянина, збройні конфлікти та війни стимулюють дослідників та науковців до посиленого пошуку шляхів формування психологічної готовності та стійкості особистості. Вирішення цього питання найбільш значуще для професійної діяльності військово-службовців, оскільки лише певний рівень теоретичної та практичної під-

готовки без вміння опанувати себе в життєво загрозовій і критичній ситуації не призводять до успішного результату під час виконання непередбачуваних бойових чи інших службових завдань, де нерідко виявляється подвійна відповідальність військовослужбовця: і за себе, і за побратимів чи цивільних, яких захищають, тощо.

Безумовно, стресогенний характер професійної діяльності військовослужбовців обумовлює високий рівень нервово-психічної напруги, тож психологічна стійкість є значущою особистісно-професійною якістю, що допомагає переживати стресову ситуацію (небезпека, раптовість, нещасні випадки, новизна бойових дій, втрата товаришів, дефіцит часу та інформації, тривалий фізичний чи психологічний дискомфорт тощо), зберігати внутрішню збалансованість, не знижуючи при цьому успішність професійної діяльності [5].

Проблематика стресостійкості, адаптивності до бойового стресу, копінг-механізмів та особистісних характеристик військовослужбовців, що сприяють стійкості до стресу, розробляється багатьма науковцями, психологами в різних куточках світу, а в Україні її розкривають такі вчені, як: В. Афанасенко, О. Блінов, А. Боднар, З. Кісарчук, О. Кокун, В. Корольчук, М. Корольчук, В. Крайнюк, К. Кравченко, Н. Кучеренко, Н. Лозінська, В. Маслюк, О. Недвига, К. Островська, Я. Омельченко, В. Осьодл, І. Пішко, І. Приходько, О. Пустовий, В. Стасюк, І. Сулятицький, В. Скиданович, О. Тімченко, Т. Титаренко, Ю. Ширококов, Ю. Щербатих, Н. Юр'єва та ін.

Нам імпонує визначення В. Корольчук, у якому стресостійкість визначається як структурно-функціональна, динамічна, інтегративна властивість особистості, результат трансактного процесу зіткнення індивіда зі стресогенним фактором, що включає процес саморегуляції, когнітивну репрезентацію, об'єктивну характеристику ситуації та вимоги до особистості [2, с. 218].

В. Крайнюк та М. Корольчук у дослідженнях стресостійкості військовослужбовців використовують поняття «нервово-психічна нестійкість», під яким розуміють схильність до зривів нервової системи людини при значних фізичних і психічних навантаженнях, що може піддаватися динаміці та змінюватися під впливом різних чинників [3, с. 204-211].

Аналіз наукових джерел дозволяє зробити висновок [1; 3; 4; 5; 6], що стресостійкість особистості військовослужбовця, як і будь-якого іншого спеціаліста, який у своїй професійній діяльності стикається із надмірним впливом стресогенних, психогенних чи фізичних факторів, що перевищують його адаптаційні можливості, містить такі компоненти: психофізіологічний (тип, властивості нервової системи); мотиваційний (потреби і мотиви людини); емоційний (досвід негативних переживань); вольовий (свідома регуляція власної поведінки відповідно до ситуації, яка виникла); професійної підготовленості й готовності особистості вирішувати ті чи ті завдання);

інтелектуальний (логічна оцінка ситуації, прогнозування варіантів її розвитку та вирішення) [7].

Самоефективність у професійній діяльності військовослужбовця виступає як система суб'єктивних уявлень про здатність успішно діяти в ситуаціях, пов'язаних з військовою діяльністю, яка супроводжується значними стресовими ситуаціями та з іншими професійними контекстами, що мають оцінюючий характер і забезпечують регуляцію дій, спрямованих на досягнення професійних цілей, за рахунок формування суджень про здатність успішно вирішити поставлені робочі завдання [1].

Спостереження психологів показують, що в бойовій обстановці стресостійкий військовослужбовець швидше орієнтується в непередбачуваних умовах, виявляється захищеним від особистісної дезінтеграції, проявляє навички самоконтролю емоційно-вольової сфери (почуття страху, безпорадності, тривоги), тим самим оптимально адаптуючись до напруженої ситуації, залишається здатним конструктивно мислити, що дозволяє прогнозувати свої дії, надавати допомогу товаришам по службі, є мотивованим щодо успішного виконання завдань [6].

Однак військовослужбовець ЗСУ, особливо без бойового досвіду, не завжди виявляється психологічно готовим до професійно обумовлених викликів. Причину цьому вбачаємо у факторах, які впливають на психіку воїна: порушення ритмів життєдіяльності (звичного чергування активної діяльності, сну, відпочинку, харчування), погані погодні умови; тривога; період очікування бою; неоперативність та нерішучість командування, необдумані дії, хаотичні розпорядження тощо; прояв панічних настроїв через раптові, несподівані дії противника, відсутність важливої офіційної інформації, погрози родичам тощо; психічне виснаження [4].

Тривалий вплив екстремальних умов і факторів, на думку дослідників, негативно позначається на поведінковій, пізнавальній та емоційній сферах особистості, що працює в екстремальних умовах [5].

Отже, стресостійкість військовослужбовця Збройних Сил України – професійно значуща якість, яка визначає готовність до участі в бойових діях з противником, до захисту життя інших, вміння вдало аналізувати і оцінювати свої бойові можливості, йти на виправдані ризики, визначаючи наслідки своїх дій. Актуальність цієї проблематики в умовах повномасштабної війни в Україні потребує нових підходів до визначення сутності цього феномена, його структурних елементів та потенційних ресурсів, а також підходів до формування у процесі професійної підготовки.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Кононова М.М., Жорник Є. Копінг-стратегія як чинник професійної самоефективності військовослужбовця. Синергетичний підхід до проектування життє-

- тевого простору особистості : збірник матеріалів II Міжнародної науково-практичної конференції (м. Полтава, 28–29 квітня 2022). Полтава, 2022. С.102–106.
2. Корольчук В. М. Обґрунтування організаційної моделі дослідження стресостійкості особистості. Проблеми екстремальної та кризової психології. 2010. Вип. 7. С. 210–218. URL: <https://nuczu.edu.ua/sciencearchive/ProblemsOfExtremeAndCrisisPsychology/vol7/025.pdf>
  3. Корольчук М. С., Крайнюк В. М. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: навчальний посібник для студентів ВНЗ. Київ : Ніка-Центр, 2009. 580 с.
  4. Романишин А. М., Грицевич Т. Л., Капінус О. С., Мацевко Т. М. Психологія бою: посібник за ред. А. М. Романишина. Львів: Видавництво «Астролябія», 2017. С. 352.
  5. Софіян Д. В. Розвиток в офіцерів-кінологів психологічної готовності до професійної діяльності у процесі підвищення кваліфікації : дис. канд. психологічних наук : 19.00.07. Тернопільський нац. пед. ун-т імені В. Гнатюка. Тернопіль, 2019. 213 с.
  6. Тютюнник Л. Л. Бойовий стрес та шляхи подолання його психотравмуючих наслідків. Питання психології. Вісник Національного університету оборони України. № 2 (55). 2020. С. 106-115. URL: <http://visnyk.nuou.org.ua/article/view/214207/214292>
  7. Тютюнник Л. Л. Поняття стресостійкості особистості в сучасному науковому дискурсі. Габітус. 2020. № 13. Т. 2. С. 158-163.

## **СПІВВІДНОШЕННЯ РІВНЯ НАВЧАЛЬНИХ ДОСЯГНЕНЬ І СТИЛЮ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ**

**Ситник В. А.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка  
ка sutnik1999@gmail.com*

**Актуальність дослідження.** Сімейне виховання впливає на формування особистості дитини. Різні стилі виховання можуть мати різний вплив на навчальні досягнення дітей молодшого шкільного віку. Тому, метою цієї наукової статті є вивчення співвідношення між рівнем навчальних досягнень та стилями сімейного виховання дітей молодшого шкільного віку.

Дослідження, проведені у Північній Америці, показали, що діти, які виховуються в сім'ях з демократичним стилем виховання, мають більший рівень навчальних досягнень та вищий рівень розвитку соціальних навичок, порівняно з дітьми, які виховуються в сім'ях з авторитарним та безучасним стилями виховання.

Визнання важливості взаємодії та співпраці між батьками та дітьми у