

extracurricular education. It was determined that the basic part of the educational programs of music clubs includes general educational components: solfeggio, vocal and choral work, playing a musical instrument, concert activity, which are responsible for the development of musical abilities in children regardless of the chosen direction of musical activity.

Conclusions: *the development of musical abilities in children depends on the peculiarities of the organization of the educational process, which has its own specificity in the conditions of out-of-school education. The process of communication between teachers and students is more formal and performs not only an educational, but also a significant educational function. The specifics of children's motivation to learn music in groups is based on their interest in performing musical activities, positive relationships with peers and teachers, and is positively reinforced by the flexibility of the educational process in the conditions of extracurricular education.*

Keywords: *musical group; motivation to learn music; musical abilities; educational institutions of extracurricular education; development of musical abilities.*

DOI
УДК 159.9

Ю. Олефіренко, Н. Проскурка

ЦІННІСНІ ОРІЄНТАЦІЇ ТА СТРАТЕГІЇ ПОВЕДІНКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

Резюме

У статті представлено результати дослідження зв'язку ціннісних орієнтацій військовослужбовців з їх копінг-стратегіями. **Мета** дослідження полягає в теоретичному аналізі та експериментальному дослідженні особливостей поведінки військових в умовах війни та впливу ціннісних орієнтацій на вибір їх копінг-стратегій.

В процесі дослідження були використанні наступні **методи**: теоретичні (аналіз літератури, класифікація, систематизація, узагальнення отриманих результатів), емпіричних (опитування, тестування) та методів статистично-математичної обробки даних (SPSS 19.0). Під час проведення емпіричного дослідження були використанні психодіагностичні **методики**: «Ціннісні орієнтації» М. Рокича, «Способи копінг-поведінки» Р. Лазаруса.

Результати. В ході експериментального дослідження було виявлено що для військовослужбовців значимими термінальними цінностями є «щасливе сімейне життя», «кохання», «здоров'я», «активне життя» та «добрі, вірні друзі». Ці цінності допомагають військовослужбовцям виконувати поставлені завдання. В той же час, інструментальні провідні цінності «акуратність», «чесність», «вихованість», «тверда воля» та «самоконтроль» допомагають військовослужбовцям адаптуватися до умов бойових дій. За результатами дослідження копінг-поведінки було виявлено, що адаптивним копінгом для більшості військовослужбовців є прийняття відповідальності (59,2%). Найбільш дезадаптивним – самоконтроль (37,0%).

За результатами кореляційного аналізу виявлено зв'язки між копінг-стратегіями «самоконтроль», «прийняття відповідальності», «уникнення» та інструментальними цінностями «високі запити», «непримиримість до недоліків» та «терпимість». А також, між копінг-стратегіями «конфронтація», «дистанціонування», «планове розв'язання проблеми», «позитивна переоцінка» та термінальними цінностями: «активне діяльне життя», «продуктивне життя», «свобода», «суспільне покликання».

Висновки. За результатами дослідження було визначено, що ціннісні орієнтації військовослужбовців мають зв'язок з вибором адаптивно-конструктивних копінг-стратегій та впливають на психологічний стан військових і їх загальну бойову готовність.

Ключові слова: військовослужбовці; копінг-стратегії; умови війни; ціннісні орієнтації.

ПСИХОЛОГІЯ

Вступ. Станом на сьогодні, підтримання психологічного здоров'я військовослужбовців є одним із найважливіших питань, яке стоїть перед психологами та нашою державою в цілому. В умовах війни, поза межами людських можливостей, вони продовжують виконувати свої обов'язки та захищати власну країну. Від їх психологічної готовності йти в бій, витримувати великі фізичні навантаження та здатності справлятися з травматичними ситуаціями залежить можливість виконання ними службових обов'язків, а отже і доля всієї країни.

Навіть у мирний час специфіка військової служби включає себе велику відповідальність та соціальну значимість, значне психологічне навантаження, обмеження у поведінці та велику ймовірність емоційного вигорання. Наразі, коли в Україні йде війна, діяльність кожного військового проходить в надскладних та екстремальних умовах, що значно впливає на їх психологічний стан. Военно-травматичний стрес та бойові травми не просто виснажують фізичні та психологічні ресурси людини, а й повністю змінюють її систему цінностей, ведуть до радикальних особистісних змін, «примушують» військового шукати нові стратегії оволодіння стресом.

Дослідженням учасників бойових дій, їх індивідуально-психологічних характеристик, стресостійкості, психологічної готовності до військової служби, адаптації до умов бойових дій займалися різні вітчизняні науковці, а саме: Кокун О.М., Лозінська Н.С., Мороз В.М., Пішко І.О. (Кокун, Лозінська, Мороз, Пішко & Лозінська, 2021), Ковальчук О.П. (Ковальчук, 2015), Мушкевич В., Пасічник, Л. (Мушкевич & Пасічник, 2022), Ярмольчик М.О. (Ярмольчик, 2021) та інші.

Тому перед нами постало питання, що допомагає військовому підтримувати психологічне здоров'я, долаючи стресові ситуації, в умовах довготривалої травматизації. Нашою гіпотезою стало те, що вибір копінг-стратегій пов'язаний з ціннісними орієнтаціями військового, оскільки будучи «внутрішнім компасом» вони не тільки мають мотивуючий вплив, а й допомагають військовим під час оволодіння стресом.

Метою статті є висвітлення результатів дослідження зв'язку ціннісних орієнтацій з копінг-стратегіями військовослужбовців в умовах війни.

Об'єктом нашого дослідження є копінг-стратегії військовослужбовців в умовах війни.

Для вирішення поставлених завдань використовувалися наступні психодіагностичні методики: тест «Ціннісні орієнтації» М. Рокича та опитувальник «Способи копінг-поведінки» Р. Лазаруса.

Результати. Військова діяльність в умовах війни є однією із найскладніших психологічно та фізично для людини. При постійному зіткненні зі стресом та ризиком для життя, психіка військових створює спеціальні механізми адаптації. На місце «старої картини світу» з'являється нова реальність, без якої військовий не міг би нормально функціонувати в екстремальних умовах. Нові стратегії оволодіння стресом допомагають адаптуватися до відповідних змін. Цінності, які відігравали провідну роль у цивільному житті втрачають актуальність, а на перший план виходять нові, значимі та важливі у відповідних умовах.

Дослідження ціннісних орієнтацій дає нам розуміння глибинних основ психологічної структури військовослужбовців. Також ціннісні орієнтації значно впливають на стратегії поведінки та дають інструментальні орієнтації на конкретну діяльність чи предмети, тому дослідивши їх ми можемо визначити їх зв'язок зі стратегіями поведінки військовослужбовців у стресових ситуаціях, копінг-стратегіями.

Успішність оволодіння стресовими ситуаціями впливає на психологічний стан військового та виконання ним службових завдань, а цілісна та злагоджена система ціннісних орієнтацій надає військовому опору та внутрішню стійкість, що дозволяє долати стрес та знаходити все нові сили та ресурси для виживання та особистісного зростання.

Так, Л. Фолькман зазначає, що копінг-поведінка – це змінні когнітивні і поведінкові спроби справитися із специфічними зовнішніми і/або внутрішніми вимогами, які оцінюються як надмірні або такі, що перевищують ресурси людини» (Похлестова, 2019).

Оцінка критичної події залежить від рівня стресостійкості людини, досвіду вирішення подібних ситуацій і об'єму наявних у неї ресурсів, які дозволяють справитися з цією подією (Похлестова, 2019).

Отже, нові вимоги ситуації створюють напруження та стрес у військового. Ефективна адаптація до таких вимог можлива за допомогою використання копінг-стратегії, яка буде найбільш оптимальною в умовах конкретної ситуації та за наявності відповідних індивідуальних ресурсів. Тому копінг має важливу адаптаційну функцію. Він сприяє пристосуванню людини до різних змін

навколишнього середовища шляхом опанування стресом та зниженням його негативних впливів на особистість.

Василенко С.В. зазначає, що якість професійної діяльності військовослужбовця залежить від рівня його активності, спрямованої на протидію негативному впливу стрес-факторів бойової обстановки; характеру застосовуваних ним способів подолання дестабілізуючого впливу бойових стресорів на психіку, поведінку і життєдіяльність в цілому; наявності у військовослужбовця досвіду копіг-поведінки в бойовій обстановці і його змісту (Мушкевич & Пасічник, 2022:109).

Шайгородський Ю. Ж. зазначає, що система ціннісних орієнтацій являє собою сукупність найважливіших якостей внутрішньої структури особистості, що є для неї особливо значущими. Крім того, ціннісні орієнтації утворюють певну вісь свідомості і поведінки особистості та безпосередньо впливають на її розвиток. Система ціннісних орієнтацій виступає регулятором особистісного становлення, слугує критерієм норм і правил поведінки особистості (Шайгородський, 2009: 65).

Отже, цінність – це щось особливе для людини, те що важливе та має певний сенс. Цінність отримує свою вагу за допомогою оцінювання людиною її значущості. Так, особистість сприймає об'єктивну реальність (певні предмети, явища, відносини) та оцінює її, відносячи до певної категорії (хороше-погане, корисне-шкідливе, важливе та значиме, ін.). Ціннісні орієнтації складають певну ієрархію, яка є індивідуальною для кожної людини та може зазнавати змін.

Ціннісні орієнтації є внутрішньою «опорою» та «компасом» людини в оцінці навколишньої реальності. Особливе значення вони посідають у підтриманні психологічної рівноваги військовослужбовців у бойових умовах. Часто «перебудова» ціннісної системи захищає військового від внутрішніх конфліктів під час прийняття надскладних виборів та загалом слугує мотивацією йти далі та продовжувати бій.

В нашому дослідженні брали участь 27 військовослужбовців Збройних Сил України, віком від 21 до 56 років. Для реалізації поставлених завдань було використано такі методики: тест «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча та опитувальник «Способи копіг-поведінки» Р. Лазаруса.

Результати дослідження ціннісних орієнтацій військовослужбовців представлені в таблиці 1 (термінальні цінності) та таблиці 2 (інструментальні цінності). Розглянемо спочатку термінальні цінності. Термінальні цінності – це основа ціннісних орієнтацій людини.

Таблиця 1

Результати дослідження термінальних цінностей військовослужбовців за методикою «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча

Термінальні цінності	Бали у середньому	Ранг
Щасливе сімейне життя	5,78	1
Кохання	5,89	2
Здоров'я	7,0	3
Активне життя	7,59	4
Добрі, вірні друзі	7,67	5
Матеріальна забезпеченість життя	8,59	6
Життєва мудрість	9,0	7
Цікава робота	9,33	8
Впевненість у собі	9,37	9
Продуктивне життя	9,59	10
Свобода	10,11	11
Пізнання	10,22	12
Розвиток	10,78	13
Щастя інших	11,4	14
Розваги	11,52	15
Суспільне покликання	12,07	16
Творчість	12,15	17
Краса природи і мистецтво	12,18	18

ПСИХОЛОГІЯ

Як видно із табл.1, більшість військовослужбовців найважливішою для себе цінністю обрали «щасливе сімейне життя». Сім'я та підтримка близьких станом на сьогодні є надважливою для військових, які довгий час знаходяться далеко від рідних, в складних умовах з ризиком для життя. Сім'я це не просто опора для військового, це про його «майбутнє» та його «сенса» заради якого він проводить боротьбу та несе віддану службу. Другий ранг зайняла цінність «кохання» (духовна і фізична близькість з коханою людиною). Емоційна близькість та прив'язаність до іншої людини, її підтримка – надає сили та ресурсу військовослужбовцю, тому її місце значиме серед інших цінностей. Наступними цінностями, за рангом, йдуть такі – «здоров'я» (фізичне і психічне), «активне діяльне життя» (повнота та емоційна насиченість життя), «добрі, вірні друзі», «матеріально забезпечене життя» (відсутність матеріальних проблем). Цінність «здоров'я» має 3-й ранг, оскільки під час умов війни ризик втрати здоров'я та життя загалом є високим. Тому військові, об'єктивно розуміючи ситуацію, починають надавати великої значимості та важливості цьому аспекту власного життя, оскільки добре здоров'я збільшує шанси на успішне виконання бойового завдання та виживання в умовах війни. Те, що цінність «активне, діяльне життя» зайняла 4-й ранг свідчить про те, що у більшості військовослужбовців є бажання активних дій, які змогли б урізноманітнити та наповнити їх життя новими позитивними емоціями та враженнями. Це пояснюється тим, що протягом довгого часу вони знаходяться в умовах обмежень щодо ряду можливостей, які раніше були доступні їм до війни або в цивільному житті. Але, на сьогоднішній день, це скоріше за все, активна позиція щодо нових форм та методів боротьби із ворогом. 5-й ранг у нашому дослідженні посідає цінність «добрі та вірні друзі». І на сьогоднішній день, це важлива цінність для кожного військового, оскільки довіра до побратимів, їх підтримка на полі бою, є важливою цінністю для виживання та виконання бойових завдань. Наступними за рангами є цінності «матеріальне забезпечення життя», «життєва мудрість» - ці цінності теж є актуальними для військовослужбовців, оскільки вони, хоча і опосередковано, але все одно, допомагають у боротьбі із ворогом. В той же час, зрозуміло, що під час військових дій цінності «розваги», «творчість», «краса природи і мистецтво» виходять на останні позиції за значимістю на даному етапі життєдіяльності.

Таблиця 2

Результати дослідження інструментальних цінностей військовослужбовців за методикою «Ціннісні орієнтації» М. Рокича

Інструментальні цінності	Середній бал	Ранг
Акуратність	7,15	1
Чесність	7,63	2
Вихованість	7,85	3
Тверда воля	8,30	4
Самоконтроль	8,74	5
Чуйність	8,78	6
Терпимість	9,0	7
Відповідальність	9,08	8
Життєрадісність	9,26	9
Освіченість	9,30	10
Незалежність	9,85	11
Ефективність у справах	9,89	12
Сміливість у відстоюванні думки	10,44	13
Старанність	10,48	14
Широта поглядів	10,52	15
Раціоналізм	10,78	16
Непримиренність до недоліків	11,26	17
Високі запити	12,26	18

За результатами дослідження інструментальних цінностей (табл.2) було виявлено, що важливими для військовослужбовців є наступні цінності: «аккуратність» (1-й ранг), «чесність» (2-й ранг), «вихованість» (3-й ранг), «тверда воля» (4-й ранг), «самоконтроль» (5-й ранг), «чуйність» (6-й ранг).

«Акуратність» – є вкрай важливою під час бойових дій для військовослужбовця, адже будь-який необачний рух може призвести до фатальних наслідків. 2-й ранг наданий цінності «чесність», що може бути пояснено тим, що довірливі відносини між військовими та командиром, неможливі без чесності та повної відкритості. Інформація на війні – це теж зброя, тому відкритість один з одним надає відчуття безпеки, що є важливим під час проведення бойових операцій та загалом кожного дня несення служби. 3-й ранг отримала така цінність як «вихованість». Можемо припустити, що вихованість – це не тільки про відповідність поведінці загальноприйнятими нормам, для військових це ще й про передбачуваність ситуації, коли ти розумієш, що саме очікувати від інших у певних ситуаціях. Така передбачуваність поведінки надає відчуття стабільності, що сприяє становленню військового підрозділу. Цінності «тверда воля», «самоконтроль» зайняли 4-те та 5-те місця у нашому дослідженні. Це говорить про те, що в умовах війни, дуже важливо мати тверду волю та контролювати себе, адже кожний «невірний крок» може коштувати здоров'я або навіть життя свого або побратимів.

На останніх позиціях виявилися такі цінності: «раціоналізм», «непримиримість до недоліків» та «високі запити». Це можемо пояснити тим, що високі запити та непримиримість до недоліків є цінностями, які в умовах військової служби не допомагають людині. Оскільки військовий не може успішно виконувати завдання самостійно, важливе місце посідає його взаємодія у підрозділі, команді. В такій команді всі дуже різні, кожен зі своїми «особливостями», але іншого виходу як приймати один одного та йти пліч о пліч у військових немає. Тому цінність «непримиримість до недоліків» відходить на останній план, а «високі запити» несумісні з тією реальністю яка є або може бути завтра. «Раціоналізм» зайняв один з останніх рангів тому, що людина яка занадто раціоналізує все та сидить постійно «в голові» часто не звертає уваги на власні відчуття та тіло. Уміння чути власні відчуття для військового є життєво необхідним в бойовій обстановці.

Отже, можливо зробити висновок, що кожний військовослужбовець розуміє, що для щасливого сімейного життя їм потрібно мати тверду волю, акуратно та чесно виконати поставлені перед ними завдання та звільнити нашу країну від загарбників.

На наступному етапі нашого дослідження ми визначили рівні вираженості копінг-стратегій військовослужбовців за методикою «Способи копінг-поведінки» Р. Лазаруса.

Таблиця 3

Рівні вираженості копінг-стратегій військовослужбовців за методикою «Способи копінг-поведінки» Р. Лазаруса

Назва шкали	Високий рівень (дезадаптація), у %	Середній рівень (граничний стан), у %	Низький рівень (адаптивний копінг), у %
Конфронтація	7,4%	70,4%	22,2%
Дистанціювання	11,1%	63,0 %	25,9%
Самоконтроль	37,0%	51,9%	11,1%
Пошук соціальної підтримки	18,5%	74,1%	7,4%
Прийняття відповідальності	0,0%	40,8%	59,2%
Втеча-уникнення	22,2%	66,7%	11,1%
Планування вирішення проблеми	22,2%	74,1%	3,7%
Позитивна переоцінка	22,2%	59,3%	18,5%

ПСИХОЛОГІЯ

Як видно з табл.3, більше половини (59,2%) військовослужбовців використовують стратегію «прийняття відповідальності», як адаптивну стратегію. Що свідчить про те, що дані військовослужбовці беруть на себе відповідальність за свій стан, адекватно оцінюють свою роль у виникненні та вирішенні проблем, знаходять зв'язок між власними діями та їх наслідками. В той же час, високого, дезадаптованого рівня прояву цього копіngu не виявлено. Також, адаптивними стратегіями подолання стресу під час війни для 25,9 % військових є стратегія дистанціювання – це переосмислення ситуації та зниження її значимості, 22,2% військовослужбовців використовують конфронтацію, а для 18,5 % військових адаптивною стратегією є позитивна переоцінка. Отже, вони намагаються впоратися із стресовою ситуацією за рахунок цілеспрямованої розумової активності та активної поведінки. Як зазначає Ярмольчик М.О., «такі військовослужбовці мають перевагу, оскільки вони вміють відстоювати власні інтереси і справляються з тривогою самостійно, не придушуючи її, а відпрацьовуючи» (Ярмольчик, 2021:114).

Відповідно до таблиці 3, ми бачимо що більшість військовослужбовців мають середній (граничний) рівень прояву копінг-поведінки. Тож 74,1 % респондентів використовують стратегію «пошук соціальної підтримки» на середньому рівні. Середній рівень прояву копіngu говорить про адаптаційний потенціал особистості у граничному стані. Для них звернення за допомогою та підтримкою до оточуючих може призвести до залежності від інших людей, їх дій та думок. Високий рівень дезадаптації, за даною стратегією, виявлено у 18,5 % респондентів, для них характерними є завищені очікування допомоги від оточення, тому невідповідність реальних зусиль їх очікуванням, може призвести до ряду розчарувань та, як наслідок, емоційного виснаження, прояву депресивних станів.

74,1 % респондентів використовують стратегію «планування вирішення проблеми» в граничному стані. Під час стресової ситуації надважливим для них є створення плану дій на основі аналізу наявних даних та досвіду у подібних ситуаціях. Проте реалії війни вимагають від військового бути «гнучким» в мисленні та інколи ухвалювати «швидкі рішення» без достатнього обсягу інформації та довірячись власним відчуттям. В той же час, ми бачимо, що у 22,2% військових даний копінг має дезадаптований (високий) рівень прояву, така ригідність щодо обов'язкового плану може стати перешкодою виконання ними власних обов'язків.

Виявлено значний показник використання військовими стратегії «конфронтації» в граничному стані (70,4%). При зіткненні зі стресовою ситуацією їм притаманні імпульсивні, активні дії, без передбачення майбутніх наслідків. Така поведінка часто може приймати агресивну форму з потужним викидом емоцій, без знаходження конструктивного рішення ситуації. Конфлікти у військовому колективі можуть призводити до зниження його згуртованості та впливу на загальний бойовий дух.

Також в граничному стані військовими використовується стратегія «втеча-уникнення» (66,7%). Ухилення від проблеми або її ігнорування дає короткостроковий ефект – зниження емоційної напруги (шляхом заїдання, вживання алкоголю чи наркотиків, втечі у світ фантазій), проте проблема так і не вирішується. Цей копінг в адаптивному варіанті є важливим для військових (адже часом це єдиний можливий варіант подолання стресу), проте в граничному стані, він може призводити до накопичення внутрішнього напруження та негативних переживань. У зв'язку зі складністю службових завдань та бойовим стресом психофізіологічна система військових є перенавантаженою, тому стратегія «втеча-уникнення» на перший погляд є найменш ресурсно-затратною та «найлегшою» у використанні. Проте напруження від обставин стресової ситуації все-рівно залишається (хоча на час воно і є витісненим), що призводить до ще більшого виснаження психічних ресурсів військовослужбовця.

В той же час, як видно з табл.3, високий рівень використання копіngu «самоконтроль» характерно для 37,0 % військовослужбовців. Це свідчить про складнощі вираження ними власних емоцій та почуттів, постійну потребу в повному контролі своєї поведінки, що є проявом високого рівня дезадаптації. Зниження сензитивності емоційної сфери є вкрай важливим для військового під час виконання бойових обов'язків, проте повне подавлення цієї сфери може призвести до психологічного перенавантаження та подальших розладів, наприклад ПТСР. Також можливі складнощі у спілкуванні з рідними, військовими побратимами та психологом, адже людина здається «закритою та без емоційною», що може викликати почуття недовіри до неї.

Для встановлення кореляційних зв'язків між копінг-стратегіями військових та ціннісними орієнтаціями було обрано критерій Пірсона, адже всі змінні відповідають нормальному розподілу.

В таблиці кореляційних зв'язків між копінг-стратегіями військовослужбовців та інструментальними цінностями (табл. 4) є 2 обернених кореляційних взаємозв'язків. Така

обернена кореляція в цьому випадку вказує на прямий взаємозв'язок між показниками, оскільки бали по методиці М. Рокича є ранговими, і найменший бал вказує на найбільше значення. Отже, пряму кореляцію ми трактуємо як обернену, а обернену як пряму.

Таблиця 4

Значимі кореляційні зв'язки між копінг-стратегіями військовослужбовців та інструментальними ціннісними орієнтаціями

	Високі запити	Непримиримість до недоліків	Терпимість
Самоконтроль	0.391* 0,048		
Прийняття відповідальності		-0,468* 0,016	0,524** 0,006
Уникнення		-0,449* 0,021	0,436* 0,026

* Кореляція є значущою на рівні 0.05

** Кореляція є значущою на рівні 0.01

Якщо проаналізувати кореляційний зв'язок між копінг-стратегіями та інструментальними цінностями військовослужбовців (табл. 4), то цінність «високі запити» мають обернену кореляцію (на рівні $p \leq 0,05$) зі стратегією «самоконтроль». Тобто, високі вимоги до життя та високі домагання зменшують ймовірність подавлення власних емоцій, контролю власної поведінки та самовладання. Це може бути пов'язано з тим, що часто високі вимоги та домагання є головними цінностями людей-перфекціоністів, які в свою чергу складно переносять власні помилки та загалом не контролюваність ситуації. І коли ситуація є проблемною і непередбачуваною для них, їм складно контролювати себе та власні емоції, оскільки рівень напруження занадто великий.

Стратегія «прийняття відповідальності» прямо пов'язана із цінністю «непримиримість до недоліків». Тобто чим більше людина виявляє свою роль в стресовій ситуації, чим більше вона здійснює самокритику та самозвинувачення, тим більше вона є непримиримою до недоліків інших та себе. Відбувається така собі проекція власного незадоволення собою на зовнішній світ, тобто якщо «Я винний у цій ситуації і маю недоліки», то «Я не буду миритися із твоїми недоліками також».

Стратегія «прийняття відповідальності» обернено корелює із цінністю «терпимість». Тобто чим більше людина прощає іншим їх помилки та омани, чим більше вона терпима до поглядів інших, тим менше вона визнає власну відповідальність у стресовій ситуації. І чим більше вона визнає власну роль та відповідальність у ситуації, тим менш вона терпима до недоліків інших. Скоріше всього, це пов'язано з очікуванням того, що інші теж будуть такі ж відповідальні як і я, а стикаючись з об'єктивною реальністю вчинків інших, людина починає бути нетерпимою до їх думок та поглядів, а особливо до їх помилок.

Копінг-стратегія «уникнення» тісно пов'язана із цінністю «нетерпимість до недоліків» (-,449*) та обернено пов'язана із цінністю «терпимість» (0,436*). Висока важливість, яка надана такій цінності як «нетерпимість до недоліків своїх та інших» військовослужбовцем означає підвищену ймовірність використання стратегії «втечі» від складної ситуації чи проблеми (у мрії, або шляхом вживання алкоголю, наркотиків, їжі). Оскільки змінити іншого без його бажання неможливо, а змінити себе чи своє ставлення до власних недоліків складно – найлегшим вирішенням стресових ситуацій, які прямо чи опосередковано, в будь-якому випадку з цим пов'язані, є уникнення такої ситуації та тимчасове зняття емоційної напруги. Проте зниження використання стратегії уникнення прямо корелює з підвищенням терпимості до думки та поглядів інших. Тому, можемо зробити висновок, чим лояльніше військовослужбовець відноситься до недоліків інших, чим більше він приймає їх думки та погляди, прощає їм їх помилки тим менш ймовірна його втеча (уникнення) вимог проблемної ситуації.

Значимі кореляційні зв'язки між копінг-стратегіями військовослужбовців та ціннісними орієнтаціями (термінальні цінності)

* Кореляція є значущою на рівні 0.05

	Активне діяльне життя	Продуктивне життя	Свобода	Суспільне покликання
Конфронтація	-0,438* 0,022			
Дистанціонування		0,387* 0,046		
Планове розв'язання проблеми			-0,494** 0,009	
Позитивна переоцінка				-0,433* 0,024

* Кореляція є значущою на рівні 0.05

** Кореляція є значущою на рівні 0.01

Відповідно до табл.5 бачимо кореляцію на рівні тенденцій ($p \leq 0,05$) між цінністю «активне діяльне життя» та стратегією «конфронтація». Це можливо пояснити тим, що для військовослужбовця, який схильний до активного життя та його максимального насичення різною діяльністю важливе місце посідають його емоції та почуття, які він отримує під час різних дій. Тому емоційність та імпульсивність переважає в стратегіях копінгу також, що часто заважає вирішенню проблеми через швидке та некоординоване перемикавання уваги з одного об'єкта на інший.

Також взаємозв'язок встановлено між цінністю «суспільне покликання» (повага оточення) та копінгом «позитивна переоцінка» (-0,433*). Тобто, чим більшу повагу оточення через суспільне покликання військовослужбовець отримує, тим більше він буде шукати позитивні сторони у складній ситуації та переосмислювати її для себе з точки зору можливого зростання та «загартування» характеру. «Повага оточення» та «суспільне покликання» дають особливі трансцендентні сенси людині, що підштовхують її до переосмислення ситуації та розширюють її бачення світу загалом.

Цінність «продуктивне життя» обернено корелює зі стратегією «дистанціонування». Максимально повне використання своїх можливостей, сил та здібностей не є сумісним з відстороненням від проблем та зниженням їх значимості. Можемо припустити, що військовослужбовець який живе продуктивно та «на повну» вирішує проблемні ситуації, а не відсторонюється від них.

Цінність «свобода» корелює (на рівні $p \leq 0,01$) зі стратегією «планове розв'язання проблеми». Тільки коли у людини є свобода дій, вона може вільно та впевнено може приймати рішення та планувати власні дії, в том числі і дії направлені на розв'язання проблеми. Ця цінність, на нашу думку, є провідною у системі цінностей військовослужбовців, оскільки саме за свободу, незалежність нашого народу вони вступили до Збройних Сил України та стали на захист нашої держави.

Дискусія. В результаті проведеного експериментального було визначено, що найбільш адаптивними копінг-стратегіями для військових будуть ті, які направлені на активне вирішення проблемної ситуації (активні дії з усунення стрес-факторів) та пошук активної соціальної підтримки (спілкування з психологом, пошук поради у оточення, підтримка сім'ї). Неадаптивними є копінг-стратегії уникнення у формі заперечення, поведінкового та ментального відчуження, уникнення реальності за допомогою наркотичних чи алкогольних засобів та ін. Також неадаптивними під час військових дій будуть емоційні копінг-стратегії – фокусування на власних емоціях та їх переживаннях може позбавити військового можливості «здорової» когнітивної оцінки ситуації та загострених тілесних відчуттів (що є необхідним для виживання у відповідних умовах). В той же час, наше дослідження акцентує увагу на зазначеній проблемі яка потребує активного вирішення та розробки програми розвитку адаптивно-конструктивних копінг-стратегій у військовослужбовців.

Висновки. Діяльність військовослужбовців в бойових умовах пов'язана з постійною загрозою для життя, великою відповідальністю та надскладними психофізіологічними навантаженнями. По суті, вони живуть «у стресі» на грані людських можливостей і для адаптації до таких умов їх психіка починає напрацьовувати нові стратегії поведінки (можливо нетипові для них у мирний час), а їх структура ціннісних орієнтацій зазнає значних змін. Оскільки психологічний стан військових значно впливає на їх загальну бойову готовність, важливим є їх звернення під час стресу саме до адаптивно-конструктивних копінг-стратегій. В умовах повної невизначеності та екстремальної ситуації навіть етап оцінювання для подальшого вибору копіngu є ускладненим. Інтенсивні емоційні реакції на вимоги такої ситуації мають бути під контролем військового для когнітивної оцінки та вибору відповідної стратегії.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

Ковальчук, О. П. (2015). Динамічні особливості психологічної адаптації військовослужбовців – учасників антитерористичної операції до наслідків поранень. *Вісник Національного університету оборони України*, 2, 106-109. Доступно за URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnaou_2015_2_20.

Кокун, О.М., Лозінська, Н.С., Мороз, В.М., Пішко, І.О. & Лозінська, Н.С. (2021). *Формування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до виконання завдань за призначенням під час бойового злагодження*. ТБЦ.

Мусаелян, О.М. (2016). Смысловиттєві орієнтації та особливості їх впливу на схильність до аутоагресивної поведінки студентської молоді. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Психологічні науки*, 3(2), 68–75. Доступно за URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2016_3\(2\)_14](http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2016_3(2)_14).

Мушкевич, В. & Пасічник, Л. (2022). Психологічні особливості копінг-поведінки військовослужбовців та цивільного населення в умовах бойових дій. *Психологічні перспективи*, 40, 104–120. Доступно за URL: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2022-40-mus>.

Похлєстова, О. Ю. (2019). Копінг як функція стресостійкості особистості. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*, 9, 291–299.

Шайгородський, Ю. (2009). Ціннісні орієнтації в психологічній структурі особистості. *Соціальна психологія*, 4, 65–73.

Ярмольчик, М.О. (2021). Особливості копінг-стратегій у військовослужбовців збройних сил України під час заходів декомпресії. *Габітус*, 22, 111–115.

REFERENCES

Kovalchuk, O. P. (2015). Dynamichni osoblyvosti psykhologichnoi adaptatsii viiskovosluzhbovtiv – uchasnykiv antyterorystychnoi operatsii do naslidkiv poranen [Dynamic features of psychological adaptation of military personnel - participants of the anti-terrorist operation to the consequences of injuries]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, 2, 106-109. Dostupno za URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnaou_2015_2_20.

Kokun, O.M., Lozinska, N.S., Moroz, V.M., Pishko, I.O. & Lozinska, N.S. (2021). *Formuvannia psykhologichnoi hotovnosti viiskovosluzhbovtiv viiskovoi sluzhby za kontraktom do vykonannia zavdan za pryznachenniam pid chas boiovoho zlahodzhennia* [Formation of psychological readiness of contract servicemen to perform assigned tasks during combat coordination]. ТБЦs.

Musaelian, O.M. (2016). Smyslozhyttevi oriientatsii ta osoblyvosti yikh vplyvu na skhynist do autoahresyvnoi povedinky studentskoi molodi [Meaningful life orientations and peculiarities of their influence on the tendency to auto-aggressive behavior of students]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Psykhologichni nauky*, 3(2), 68–75. Dostupno za URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2016_3\(2\)_14](http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2016_3(2)_14).

Mushkevych, V. & Pasichnyk, L. (2022). Psykhologichni osoblyvosti kopinh-povedinky viiskovosluzhbovtiv ta tsvilnoho naseleennia v umovakh boiovykh dii [Psychological features of the coping behavior of military personnel and civilians in combat conditions]. *Psykhologichni perspektyvy*, 40, 104–120. Dostupno za URL: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2022-40-mus>.

Pokhlietova, O. Yu. (2019). Kopinh yak funktsiia stresostiikosti osobystosti [Coping as a function of personality stress resistance]. *Aktualni problemy psykhologii v zakladakh osvity*, 9, 291–299.

Shaihorodskiy, Yu. (2009). Tsinnisni oriientatsii v psykhologichnii strukturi osobystosti [Value orientations in the psychological structure of personality]. *Sotsialna psykhologhiia*, 4, 65–73.

ПСИХОЛОГІЯ

Yarmolchyk, M.O. (2021). Osoblyvosti kopynh-stratehii u viiskovosluzhbovtziv zbroinykh syl Ukrainy pid chas zakhodiv dekompresii [Peculiarities of Coping Strategies in the Military of the Armed Forces of Ukraine during Decompression Measures]. *Habitus*, 22, 111–115.

Y. Olefirenko, N. Proskurka

VALUE ORIENTATIONS AND BEHAVIORAL STRATEGIES OF MILITARY PERSONNEL IN WAR CONDITIONS

Abstract

*The article presents the results of a study of the relationship between military personnel's value orientations and their coping strategies. The **purpose** of the study is to theoretically analyze and experimentally investigate the peculiarities of military behavior in war and the influence of value orientations on the choice of their coping strategies.*

*The following **methods** were used in the study: theoretical (literature analysis, classification, systematization, generalization of the results), empirical (survey, testing) and methods of statistical and mathematical data processing (SPSS 19.0). Psychodiagnostic techniques were used in the empirical study: "Value Orientations" by M. Rokic, "Ways of Coping Behavior" by R. Lazarus.*

***Results.** In the course of the experimental study, it was found that for servicemen, the significant terminal values are "happy family life", "love", "health", "active life" and "good, loyal friends". These values help servicemen to fulfill their tasks. At the same time, the instrumental leading values of "accuracy", "honesty", "good manners", "strong will" and "self-control" help servicemen adapt to the conditions of combat operations. The results of the study of coping behaviors revealed that the most adaptive coping for most servicemen is acceptance of responsibility (59.2%). The most maladaptive is self-control (37.0%).*

The results of the correlation analysis revealed connections between the coping strategies "self-control", "acceptance of responsibility", "avoidance" and instrumental values "high demands", "intransigence to shortcomings" and "tolerance". And also, between the coping strategies "confrontation", "distancing", "planned problem solving", "positive reassessment" and terminal values: "active life", "productive life", "freedom", "social vocation".

***Conclusions.** The results of the study have shown that the value orientations of military personnel are related to the choice of adaptive and constructive coping strategies and affect the psychological state of the military and their overall combat readiness.*

***Keywords:** value orientations; coping strategies; military personnel; war conditions.*

DOI

УДК 159.922

Т. Павленко

РОЗУМІННЯ КОНСТРУКТУ «ВОЛОДІННЯ» В СТРУКТУРІ ОСОБИСТОСТІ ВІДПОВІДНО МЕТОДУ ПСИХОТЕРАПІЇ «Я-РЕКОНСТРУКЦІЯ»

Резюме

*У статті проаналізовано поняття структури особистості в методі психотерапія «Я-реконструкція», та обґрунтовано визначення поняття «володіння» як однієї з основних її складових. Розроблено авторське визначення цього конструкту. Теоретичні матеріали проілюстровано відповідними таблицями. **Мета** дослідження полягає у висвітленні поглядів на роль конструкту «володіння» в формуванні травм особистості, та їх впливові на життя. **Методи дослідження:** теоретичний аналіз, наукових праць у галузі психології, медицини; систематизація та логічне узагальнення отриманого матеріалу. Процедура дослідження передбачала залучення бібліографічного, поетапно-проблемного та порівняльного методів з метою розуміння конструкту «володіння» в структурі особистості відповідно методу психотерапії «Я-реконструкція» (Павленко, 2022). Визначено, що для розробки структури особистості, потрібно враховувати низку критеріїв відповідності, які дозволять в повній мірі відобразити внутрішні процеси. В нашому випадку основними конструктами є бажання,*