

ОСОБЛИВОСТІ ВОЛЬОВОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ У ВІЙСЬКОВИХ ІЗ РІЗНОЮ СТРЕСОСТІЙКІСТЮ

©С. Н. Вадзюк, В. В. Сас

Тернопільський національний медичний університет імені І. Я. Горбачевського МОЗ України

РЕЗЮМЕ. Професійна діяльність військовослужбовців у зоні проведення бойових дій пов'язана з психоемоційним перенавантаженням, що сприяє розвитку хронічного стресу та негативно впливає на стан здоров'я, сприяє розвитку та прогресуванню захворювань. Стресостійкість характеризує ступінь здатності людини впоратися із конфліктною ситуацією, зберігаючи внутрішню рівновагу, не зменшуючи успіху професійної діяльності. Високий рівень стресостійкості забезпечує виконання професійних обов'язків у нормальних, складних та екстремальних умовах, збереження працездатності та здоров'я після вирішення складної ситуації.

Мета роботи – визначити особливості вольової саморегуляції у військових з різною стресостійкістю.

Було проведено тестування 637 військовослужбовців, які повернулися із зони бойових дій в час повномасштабного вторгнення. Стресостійкість ми визначали із використанням тестової методики «Стреси і стресостійкість», а для визначення рівня розвитку вольової саморегуляції використали тест-опитувальник А. В. Зверькова і Е. В. Ейдмана. Оцінку інтенсивності бойового досвіду здійснювали з використанням Шкали оцінки інтенсивності бойового досвіду (Combat Exposure Scale).

Установлено залежність вольової саморегуляції від стресостійкості у військовослужбовців. Відмічена позитивна динаміка відновлення рівня вольової саморегуляції в осіб із різною стресостійкістю. Виходячи із отриманих результатів, можна говорити про позитивну динаміку у відновленні рівня вольової саморегуляції в осіб із різною стресостійкістю, проте у осіб із доброю стресостійкістю відбулось швидше і якісніше її відновлення, порівняно із військовими з середньою стресостійкістю. В обстежуваних із доброю стресостійкістю одразу після повернення з фронту вольова саморегуляція становила (15,26±0,31) балів, через місяць – (16,99±0,31) балів, а через три місяці – (19,33±0,31) балів. У осіб із середньою стресостійкістю одразу після повернення з фронту вольова саморегуляція становила (9,43±0,33) балів, через місяць – (11,16±0,36) балів, а через три місяці – (13,69±0,39) балів.

Вивчення цієї проблеми дозволить прогнозувати відновлення стану здоров'я і професійну успішність в умовах підвищених стресових чинників, окреслювати шляхи адаптації та реабілітації військовослужбовців у даних умовах.

Висновки. У військовослужбовців з доброю стресостійкістю у перший тиждень після повернення з місць бойових дій переважав високий рівень вольової саморегуляції, а при середній стресостійкості домінував низький рівень вольової саморегуляції. Через 3 місяці після повернення з місць бойових дій у військовослужбовців з доброю стресостійкістю кількість осіб з вольовою саморегуляцією високого рівня зросла, а низького – зменшилася на 84 %. У військовослужбовців з середньою стресостійкістю за цей час високий рівень вольової саморегуляції наростає, а низький – зменшувався до близько 33 %. Встановлено середні негативні кореляційні зв'язки в осіб із доброю та середньою стресостійкістю та вольовою саморегуляцією у військових. Між інтенсивністю бойового досвіду та середньою стресостійкістю військовослужбовців виявлено середні кореляційні зв'язки.

КЛЮЧОВІ СЛОВА: вольова саморегуляція; емоційна стійкість; військовослужбовці; стресостійкість.

Вступ. На сьогодні Україна перебуває у стані війни з російською федерацією. Військовим для успішного ведення бойових дій потрібні такі якості як психічна стійкість, стресостійкість, упевненість у своїх діях та фізична витривалість. Головною характеристикою, що визначає швидкість дій, адекватну поведінку в суперечливих та складних ситуаціях, є емоційно-вольова стійкість військового. Під час виконання бойових завдань низький рівень емоційно-вольової стійкості супроводжується суттєвим психічним та емоційним напруженням, що може призводити до прийняття помилкових рішень, неадекватної реалізації поставлених завдань, або, взагалі, відмови від їхнього виконання [1].

Професійна діяльність військовослужбовців у зоні проведення бойових дій пов'язана з психо-

емоційним перенавантаженням, що сприяє розвитку хронічного стресу та негативно впливає на стан здоров'я [2, 3]. Все це в комплексі обумовлює розвиток посттравматичного стресового розладу (ПТСР).

Проблема стійкості військовослужбовців до стресу розглядалась низкою науковців [1, 4–16]. Відомо, що дія психотравмуючих факторів бойової обстановки впливає на емоційну сферу воїнів, що потім проявляється у змінах поведінки, когнітивної та ціннісно-смыслові сфер.

Стресостійкість – це якість особистості, окремими аспектами якої є психоемоційна стійкість, врівноваженість. Вона дозволяє особистості протистояти різного роду труднощам, несприятливому тиску обставин, зберігати працездатність у різних випробуваннях [17–25].

Огляди літератури, **оригінальні дослідження**, погляд на проблему, випадок з практики, короткі повідомлення

Стресостійкість оберігає військовослужбовця від особистісної дезінтеграції, визначає його життєздатність і передбачає низький рівень особистісної тривожності, самоконтроль емоційно-вольової сфери, розвинену мотиваційну сферу задля успішного виконання завдань за призначенням [26]. Проте, наявність значної кількості інформації про емоційну стійкість та стресостійкість у сучасних умовах не дає відповіді на цілий ряд питань, тому їх вивчення дозволить прогнозувати відновлення стану здоров'я, а відповідно, і професійну успішність в умовах підвищених стресових чинників, окреслювати шляхи реабілітації військовослужбовців у даних умовах.

Мета нашої роботи – визначити особливості вольової саморегуляції у військових із різною стресостійкістю.

Нами було проведено тестування 637 військовослужбовців, які повернулися із зони бойових дій.

Стресостійкість ми визначали із використанням тестової методики «Стреси і стресостійкість» [27], згідно з якою обстежуваним пропонували відповіді на двадцять три запитання, до кожного із яких було запропоновано чотири варіанти відповідей. З них потрібно було обрати лише один варіант. За кожну відповідь варіанту «а» нараховувалось 4 бали, за відповіді «б» – по 1 балу, «в» – 2 бали і «г» – 5 балів. Відповідно, якщо сума балів за пройдений тест становила від 23 до 33 балів, то це свідчило про високу стресостійкість, від 34 до 50 балів – добру, від 51 до 80 балів – середню, від 81 до 95 балів – нижче середньої і від 96 балів і вище – низьку стресостійкість.

Для визначення рівня розвитку вольової саморегуляції використали тест-опитувальник А. В. Зверькова і Е. В. Ейдмана [28], який складався із 30 тверджень. Високий бал за шкалою «В» (вольової саморегуляції), що дорівнював 12 і більше, притаманний особам емоційно зрілим, активним, незалежним, самостійним. Для них характерний спокій, впевненість у собі, стійкість намірів, реалістичність поглядів, розвинене почуття власного обов'язку. Як правило, вони добре рефлексують особисті мотиви, планомірно реалізують наміри, вміють розподіляти зусилля і здатні контролювати свої вчинки; їм властива виражена соціально-позитивна спрямованість. Іноді можливе зростання внутрішньої напруженості, пов'язаної із прагненням проконтролювати кожен нюанс власної поведінки і тривогою з приводу її спонтанності. Низький бал (менше 12 балів) спостерігається у людей чуттєвих, емоційно нестійких, ранимих, невпевнених у собі. Рефлексивність у них невисока, а загальний фон активності, як правило, знижений, їм властива імпульсивність і не-

стійкість намірів. Це може бути пов'язано як із незрілістю, так і з вираженою витонченістю натури, яка не підкріплена здатністю до рефлексії і самоконтролю.

Оцінку інтенсивності бойового досвіду здійснювали з використанням Шкали оцінки інтенсивності бойового досвіду (Combat Exposure Scale), що складається із 10 запитань, які стосуються характеру кількісних параметрів частоти і тривалості участі військовослужбовців у різних умовах бойових дій [29].

Комісія з питань біоетики та біобезпеки Тернопільського національного медичного університету імені І. Я. Горбачевського МОЗ України розглянула матеріали дослідження і встановила, що ці методики не містять підвищеного ризику для суб'єктів дослідження та виконані з урахуванням існуючих етичних норм та стандартів, протокол № 65 від 01.09.2021 р. Також усі обстежені дали інформативну згоду на участь у дослідженні та використанні отриманих даних для наукової роботи.

Статистичну обробку отриманих результатів здійснювали методами варіаційного аналізу із використанням ліцензійного програмного статистичного пакету «Analyst Soft Stat Plus 6» (№ ліцензії 11895400) та програмного забезпечення «Microsoft Excel».

На першому етапі нашої роботи з визначення стресостійкості у 637 військових, які повернулися із зони бойових дій, було встановлено добру стресостійкість у 61 % і середню – у 39 % військовослужбовців.

Відомо, що стрес є невід'ємною частиною життя військовослужбовців на фронті. Саме внаслідок стресу відбувається пристосування людини до умов навколишнього середовища, що супроводжується за рахунок комплексу нейрогуморальних реакцій [30].

Аналіз вольової саморегуляції в осіб із різною стресостійкістю (табл. 1) свідчить про зниження емоційної стійкості із погіршенням стресостійкості одразу після повернення з фронту: у 92 % осіб із доброю стресостійкістю був високий рівень вольової саморегуляції, а лише у 8 % – низький, а серед обстежуваних із середньою стресостійкістю у 83 % рівень вольової саморегуляції був низьким та лише у 18 % – високим. Через місяць після повернення з місць бойових дій спостерігалось достовірне покращення рівня вольової саморегуляції у військових: у 95 % осіб із доброю стресостійкістю був високий рівень вольової саморегуляції, а лише у 5 % – низький, а серед обстежуваних із середньою стресостійкістю у 69 % рівень вольової саморегуляції був низьким та у 31 % – високим. Також вірогідно покращувався рівень вольової саморегуляції у військових через три місяці після повер-

Огляди літератури, **оригінальні дослідження**, погляд на проблему, випадок з практики, короткі повідомлення
 нення з місць бойових дій: у 98 % осіб із доброю стресостійкістю був високий рівень вольової саморегуляції, а лише у 2 % – низький, а серед обстежуваних із середньою стресостійкістю у 72 % рівень вольової саморегуляції був низьким та у 28 % – високим.

Таблиця 1. Динаміка вольової саморегуляції у військових із різною стресостійкістю

Стресостійкість	Вольова саморегуляція					
	високий рівень			низький рівень		
	I	II	III	I	II	III
Добра (n=386)	356	366	381	30	20	5
Середня (n=251)	44	77	181	207	174	70

Примітки:

I – вимірювання проводилось у перший тиждень після повернення з місць бойових дій;

II – вимірювання проводилось через місяць після повернення з місць бойових дій;

III – вимірювання проводилось через три місяці після повернення з місць бойових дій.

Виходячи із отриманих результатів можна говорити про позитивну динаміку у відновленні рівня вольової саморегуляції в осіб із різною стресостійкістю, проте в осіб із доброю стресостійкістю відбулось швидше і якісніше її відновлення, порівняно із військовими із середньою стресостійкістю. В обстежуваних із доброю стресостійкістю одразу після повернення з фронту вольова саморегуляція становила (15,26±0,31) балів, через місяць – (16,99±0,31) балів, а через три місяці – (19,33±0,31) балів. У осіб із середньою стресостійкістю одразу після повернення з фронту вольова саморегуляція становила (9,43±0,33) балів, через місяць – (11,16±0,36) балів, а через три місяці – (13,69±0,39) балів.

Установлено кореляційні зв'язки в осіб із доброю стресостійкістю та вольовою саморегуляцією ($p < 0,001$ між показниками за критерієм лінійної кореляції Пірсона): середні негативні зв'язки ($R = -0,3673$) в перший тиждень після повернення з фронту, через місяць ($R = -0,3551$) та через три місяці ($R = -0,2701$). А в осіб із середньою стресостійкістю та вольовою саморегуляцією виявлено: середні негативні кореляційні зв'язки ($R = -0,3615$) в перший тиждень після повернення з фронту, через місяць ($R = -0,3418$) та через три місяці ($R = -0,3186$).

Ми встановили кореляційні зв'язки між інтенсивністю бойового досвіду та стресостійкістю ($p < 0,001$ між показниками за r -критерієм Манна – Уїтні). Так, у військових спостерігались середні кореляційні зв'язки між інтенсивністю бойового до-

свіду та середньою стресостійкістю, проте, були відсутні кореляційні зв'язки між доброю стресостійкістю та інтенсивністю бойового досвіду.

Результати наших досліджень оцінки психоемоційного стану у військових слід враховувати при проведенні реабілітаційних заходів. Знання фізіологічних особливостей у військових дозволять регулювати навантаження і види робіт, які будуть притаманні для осіб з різним психоемоційним станом. Це дозволить запобігти негативним відчуттям та наслідкам і покращить виконання професійних обов'язків.

Висновки. 1. У військовослужбовців із доброю стресостійкістю у перший тиждень після повернення з місць бойових дій переважав високий рівень вольової саморегуляції, а при середній стресостійкості домінував низький рівень вольової саморегуляції.

2. Через 3 місяці після повернення з місць бойових дій у військовослужбовців з доброю стресостійкістю кількість осіб з вольовою саморегуляцією високого рівня зросла, а низького – зменшилася на 84 %. У військовослужбовців з середньою стресостійкістю за цей час високий рівень вольової саморегуляції наростав, а низький – зменшувався близько до 33 %.

3. Встановлено середні негативні кореляційні зв'язки в осіб із доброю та середньою стресостійкістю та вольовою саморегуляцією у військових.

4. Між інтенсивністю бойового досвіду та середньою стресостійкістю військовослужбовців виявлено середні кореляційні зв'язки.

ЛІТЕРАТУРА

1. Березовська Л. І. Емоційна стійкість військовослужбовців: емпіричний ракурс / Л. І. Березовська, В. Ж. Богайчук // Вісник Національного університету оборони України. – 2022. – №3(67). – С. 19–25.
2. Ткачук І. М. Поширеність тривожних та депресивних розладів у військовослужбовців-учасників антитерористичної операції / І. М. Ткачук // Вісник наукових досліджень. – 2018. – № 1. – С. 64–66. DOI 10.11603/2415-8798.2018.1.8456
3. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл / О. Л. Туриніна. – К. : ДП "Вид. дім "Персонал", 2017. – 160 с.
4. Сергієнко Н. П. Особливості психологічної стійкості особистості під час подолання критичних ситуацій / Н. П. Сергієнко // Науково-практична конференція "Сучасна війна: гуманітарний аспект". Харківський національний університет Повітряних Сил імені Івана Кожедуба, (чер. 2017, м. Харків) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/handle/123456789/4065>
5. Терещук А. Д. Психоемоційний стан і поведінка військовослужбовців, що повернулися із зони АТО / А. Д. Терещук [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://lib.iitta.gov.ua/712659/1/%D0%A1%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F%20%D0%A2%D0%B5%D1%80%D0%B5%D1%89%D1%83%D0%BA.pdf>
6. Пустовий О. М. Дослідження емоційного стану учасників бойових дій на сході України / О. М. Пустовий // Організаційна психологія. Економічна психологія. – 2017. – № 4 (11). – С. 86–92.
7. Окаєвич А. В. Формування емоційно-вольової стійкості майбутніх офіцерів Збройних сил України як актуальна психолого-педагогічна проблема / А. В. Окаєвич // Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. – 2020. – № 71(2). – С. 173–176.
8. Юр'єва Н. В. Вплив психологічних особливостей військовослужбовців-жінок на результат виконання службово-бойової діяльності / Н. В. Юр'єва // Честь і закон. – 2019. – № 3(70). – С. 123–130. DOI: <https://doi.org/10.33405/2078-7480/2019/3/70/190053>.
9. Рижкова Н. Психопрофілактика емоційного вигорання військовослужбовців інженерних військ Збройних сил України / Н. Рижкова // Knowledge, Education, Law, Management. – 2020. – № 7 (35), Т. 2. – С. 106–111.
10. Демидюк В. М. Психологічні чинники запобігання емоційному вигоранню військовослужбовців в умовах довготривалих збройних конфліктів / В. М. Демидюк, М. С. Пілат // Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»: науковий журнал. – 2021. – № 12. – С. 102–106.
11. Андрух І. В. Психологічні умови запобігання емоційного вигорання оперативними співробітниками Служби безпеки України : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.06 ; Національна академія державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького / І. В. Андрух. – Хмельницький, 2016. – 196 с.
12. П'янківська Л. В. Психологічна профілактика синдрому «емоційного вигорання» у курсантів вищих навчальних закладів МВС України : дис. на здобуття наукового ступеня канд. психол. наук : 19.00.09 ; Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського / Л. В. П'янківська. – Київ, 2019. – 196 с.
13. Колесник О. І. Особливості емоційного вигорання у військовослужбовців-контрактників. Спеціальність 053 «Психологія», Освітня програма «Психологічна реабілітація» / О. І. Колесник. – Донецький національний університет імені Василя Стуса, Вінниця, 2021. – 134 с.
14. Соколовський В. В. Методологія формування складових емоційно-вольової культури військовослужбовців / В. В. Соколовський, С. В. Бородин, Ю. В. Самсонов // Молодий вчений. – 2018. – № 4 (56). – С. 197–200.
15. Психологічні наслідки перебування рятувальників у зоні проведення антитерористичної операції : монографія / С. Ю. Лебедева, О. О. Назаров, Я. О. Овсянківа [та ін.] / за заг. ред. Н. В. Оніщенко, О. В. Тімченка. – Х. : НУЦЗУ, 2019. – 174 с.
16. Алгоритм роботи військового психолога щодо психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України (методичні рекомендації) / Міністерство оборони України, Наук.-дослід. центр гуманітар. проблем Збройних Сил України: Н. А. Агаєв, О. Г. Скрипкін, А. Б. Дейко [та ін.] – К. : НДЦ ГП ЗС України, 2016. – 147 с.
17. Кокун О. М. Практикум з формування стресостійкості військовослужбовців до раптових змін бойової обстановки: Методичний посібник / О. М. Кокун, Н. С. Лозінська, І. О. Пішко ; за ред. В. М. Мороза. – К. : НДЦ ГП ЗС України, 2020. – 70 с.
18. Красковський Є. М. Особливості боротьби з негативним впливом на поведінку співробітників підрозділів, що здійснюють конвоювання та охорону підсудних і засуджених, як елемент індивідуального запобігання / Є. М. Красковський, Д. С. Дробот, К. Є. Шевелєв // Вісник Кримінологічної асоціації України. – 2021. – № 1(24). – С. 168–173.
19. Бурбан Н. Особливості стресостійкості й адаптивних здібностей до стресу майбутніх військовослужбовців / Н. Бурбан, І. Гузенко // Педагогіка і психологія професійної освіти. – 2019. – № 1. – С. 105–116. DOI: 22185186.2019.1.11.
20. Партико Т. Б. Емоційно-вольові ресурси стресостійкості у військовослужбовців / Т. Б. Партико, О. І. Скальська // Psychological journal. – 2020. – Т. 6, Вип. 4. – С. 53–59. DOI (Issue): <https://doi.org/10.31108/1.2020.6.4>.
21. Юр'єва Н. В. Мотиваційні ресурси стресостійкості військовослужбовців підрозділів Національної гвардії України з конвоювання, екстрадиції та охорони підсудних : монографія / Н. В. Юр'єва, В. І. Пасічник. – Х. : Національна академія НГУ, 2017. – 226 с.
22. Кравченко К. О. Особливості стресостійкості військовослужбовців строкової служби / К. О. Кравченко, Р. Ю. Ковальчук // Матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції «Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи». – К. : КНУ імені Тараса Шевченка, 2019. – 242 с.
23. Блінов О. А. Організаційно-методичні рекомендації управління бойовим стресом військовослужбовців / О. А. Блінов // Інтеграційний розвиток особистості та суспільства: психологічний і соціологічний виміри: матеріали міжнарод. наук.-практ. конф. (31 травня – 1 червня 2018 р., м. Одеса). – Одеса : Національний уні-

Огляди літератури, **оригінальні дослідження**, погляд на проблему, випадок з практики, короткі повідомлення
верситет «Одеська юридична академія», Фенікс, 2018. – С. 37–41.

24. Ходос О. С. Визначення ефективності коригуючих впливів дезадаптивних чинників на особистість військовослужбовця / О. С. Ходос // Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості. – 2017. – № 13. – С. 286–293.

25. Корекція стресостійкості засобами спортивних ігор у військовослужбовців із наслідками бойової травми / О. Юденко, В. Білошицький, С. Бойченко, Г. Галашевський // Військова освіта. – 2021. – №1(43). – С. 381–392. DOI:10.33099/2617-1783/2021-43/381-392

26. Шестопалова М. Ю. Аналіз наукових підходів дослідження природи розвитку стресостійкості військовослужбовців-зв'язківців / М. Ю. Шестопалова // Науковий вісник Херсонського державного університету. – 2017. – № 4, Т. 1. – С. 113–117.

27. <https://vseosvita.ua/library/rozvitok-stresostijkosti-pedagogicnih-pracivnikiv-127375.html>

28. http://ni.biz.ua/11/11_12/11_126856_test-oprosnik-av-zverkova-i-ev-eydmana.html

29. Зубовський Д. С. Особистісне зростання учасників АТО у посттравматичний період. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису. Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук (доктора філософії) за спеціальністю 19.00.09 «Психологія діяльності в особливих умовах» / Д. С. Зубовський. – Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського, Київ, 2019.

30. Психосоціальний стрес: прояви та техніки його подолання : Харків. нац. пед. ун-т імені Г. С. Сковороди, наук. б-ка ; уклад. Т. І. Неудачина ; відп. ред. О. Г. Коробкіна. – Харків : ХНПУ, 2020. – 49 с.

REFERENCES

1. Berezovska, L.I., & Boghaichuk, V.Zh. (2022). Emotsiyna stiykist viyskovosluzhbovtziv: empirychnyy rakurs [Emotional resilience of military personnel: an empirical perspective]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy – Bulletin of the National Defense University of Ukraine*, 3(67), 19-25 [in Ukrainian].

2. Tkachuk, I.M. (2018). Poshyrenist tryvozhykh ta depresyvykh rozladiv u viyskovosluzhbovtziv-uchasnykiv antyterrorystychnoi operatsii [Prevalence of anxiety and depressive disorders among servicemen participating in anti-terrorist operations]. *Visnyk naukovykh doslidzhen – Herald of Scientific Research*, 1, 64-66 [in Ukrainian].

3. Turinina, O.L. (2017). *Psykhohohiia travmuiuchykh sytuatsii [Psychology of traumatic situations]*. Kyiv: DP «Vyd. dim "Personal» [in Ukrainian].

4. Sergienko, N.P. (2017). Osoblyvosti psykhohohichnoi stiiikosti osobystosti pid chas podolannia krytychnykh sytuatsii. Naukovo-praktychna konferentsiia "Suchasna viina: humanitarnyi aspekt" [Peculiarities of psychological stability of the individual during overcoming critical situations. Scientific and practical conference "Modern war: humanitarian aspect"]. *Kharkivskiy natsionalnyi universytet Povitrianykh Syl imeni Ivana Kozheduba – Kharkiv National University of the Air Force named after Ivan Kozhedub* [in Ukrainian]. [Electronic resource]. Retrieved from: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/handle/123456789/4065>.

5. Tereshchuk, A.D. Psykhoemotsiinyi stan i povedinka viyskovosluzhbovtziv, shcho povernulysia iz zony ATO [Psychoemotional state and behavior of servicemen who returned from the ATO zone] [in Ukrainian]. [Electronic resource]. Retrieved from: <https://lib.iitta.gov.ua/712659/1/%D0%A1%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F%20%D0%A2%D0%B5D1%80%D0%B5%D1%89%D1%83%D0%BA.pdf>.

6. Pustovy, O.M. (2017). Doslidzhennia emotsiinoho stanu uchasykiv boiovykh dii na skhodi Ukrainy [A study of the emotional state of the participants in the hostilities in eastern Ukraine]. *Orhanizatsiyna psykhohohiia. Ekonomich-*

na psykhohohiia – Organizational psychology. Economic psychology, 4(11), 86-92 [in Ukrainian].

7. Okaevich, A.V. (2020). Formuvannia emotsiinovolovoi stiiikosti maibutnikh ofitseriv Zbroinykh syl Ukrainy yak aktualna psykhohoho-pedahohichna problema. [Formation of emotional and volitional stability of future officers of the Armed Forces of Ukraine as an actual psychological and pedagogical problem]. *Pedahohika formuvannia tvorchoi osobystosti u vyshchii i zahalnoosvitnii shkolkakh – Pedagogy of Creative Personality Formation in Higher and Secondary Schools*, 71(2), 173-176 [in Ukrainian].

8. Yuryeva, N.V. (2019). Vplyv psykhohohichnykh osoblyvostei viyskovosluzhbovtziv-zhinok na rezultat vykonannia sluzhbovo-boiovoi diialnosti. [The influence of psychological characteristics of female servicemen on the result of military service]. *Chest i zakon – Honor and Law*, 3(70), 123-130 [in Ukrainian]. DOI: 10.33405/2078-7480/2019/3/70/190053.

9. Ryzhkova, N. (2020). Psykhoprofilaktyka emotsiinoho vyrianniia viyskovosluzhbovtziv inzhenernykh viisk Zbroinykh syl Ukrainy [Psychoprophylaxis of emotional burnout of servicemen of engineering troops of the Armed Forces of Ukraine]. *Knowledge, Education, Law, Management*, 7 (35), 2, 106-111 [in Ukrainian].

10. Demidyuk, V.M. (2021). Psykhohohichni chynnyky zapobihannia emotsiinomu vyhoranniui viyskovosluzhbovtziv v umovakh dovhotryvalykh zbroinykh konfliktiv [Psychological factors of preventing emotional burnout of servicemen in the conditions of long-term armed conflicts]. *Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu «Ostrozka akademiia». Serii «Psykhohohiia»: naukovyi zhurnal – Scientific notes of the National University "Ostroh Academy". Series "Psychology": a Scientific Journal*, 12, 102–106 [in Ukrainian].

11. Andruk, I.V. (2016). Psykhohohichni umovy zapobihannia emotsiinoho vyhoranniui operatyvnymy spivrobotnykamy Sluzhby bezpeky Ukrainy. [Psychological conditions for the prevention of emotional burnout by operatives of the Security Service of Ukraine]. *Candidates thesis*.

- Огляди літератури, **оригінальні дослідження**, погляд на проблему, випадок з практики, короткі повідомлення
- Natsionalna akademiia Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy imeni Bohdana Khmelnytskoho – National Academy of the State Border Service of Ukraine named after Bohdan Khmelnytskyi. Khmelnytskyi [in Ukrainian].
12. Piankivska, L.V. (2019). Psykholohichna profilaktyka syndromu «emotsiinoho vyhorannia» u kursantiv vyshchykh navchalnykh zakladiv MVS Ukrainy [Psychological prevention of the syndrome of "emotional burnout" in cadets of higher educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine]. *Candidates thesis*. Natsionalnyi universytet obrony Ukrainy imeni Ivana Cherniakhovskoho – National University of Defense of Ukraine named after Ivan Cherniakhovskyi. Kyiv [in Ukrainian].
 13. Kolesnyk, O.I. (2021). *Osoblyvosti emotsiinoho vyhorannia u viiskovosluzhbovtziv-kontraktnykh. Spetsialnist 053 «Psykhohiia», Osvitnia prohrama «Psykhohichna rehabilitatsiia» [Peculiarities of emotional burnout in contract servicemen. Specialty 053 "Psychology", Educational program "Psychological rehabilitation"]*. Donetskyyi natsionalnyi universytet imeni Vasylia Stusa, Vinnytsia – Vasyl Stus Donetsk National University, Vinnytsia [in Ukrainian].
 14. Sokolovsky, V.V., Borodin, S.V., & Samsonov, Yu. (2018). Metodolohiia formuvannia skladovykh emotsiinovolovoi kultury viiskovosluzhbovtziv [Methodology of formation of components of emotional and volitional culture of military personnel]. *Molodyi vchenyi – A Young Scientist*, 4(56) 197-200 [in Ukrainian].
 15. Onishchenko, N.V., & Timchenko, O.V. (Eds.) (2019). Psykholohichni naslidky перебування рятувальників у зоні проведення антитерористичної операції : монографія [Psychological consequences of rescuers staying in the area of anti-terrorist operation: monograph]. Kh.: NUTZU, 174 [in Ukrainian].
 16. Agae, N.A., Skrypkin, O.G., Deyko, A.B., Polivanyuk, V.V., Evert, O.V., & Ministry of Defense of Ukraine, Scientific research. Humanitarian center. Problems of the Armed Forces of Ukraine (2016). *Alhorytm roboty viiskovoho psykholoha shchodo psykholohichnoho zabezpechennia profesiinoi diialnosti osobovoho skladu Zbroinykh Syl Ukrainy [Algorithm of the work of a military psychologist regarding the psychological support of the professional activity of the personnel of the Armed Forces of Ukraine]*. Kyiv: NDTs HP ZS Ukrayiny [in Ukrainian].
 17. Kokun, O.M., Lozinska, N.S., & Pishko, I.O. (2020). *Praktykum z formuvannia stresostiikosti viiskovosluzhbovtziv do raptovykh zmin boiovoi obstanovky [Workshop on the formation of stress resistance of military personnel to sudden changes in the combat situation]*. Kyiv: NDTs HP ZS Ukrayiny [in Ukrainian].
 18. Kraskovskyi, E.M., Drobot, D.S., & Shevelev, K.E. (2021). Osoblyvosti borotby z nehatyvnym vplyvom na povedinku spivrobotnykiv pidrozdiliv, shcho zdiisniuiut konvoiuvannia ta okhoronu pidsudnykh i zasudzhennykh, yak element indyvidualnoho zapobihannia [Peculiarities of combating the negative impact on the behavior of employees of units that escort and guard defendants and convicts, as an element of individual prevention]. *Visnyk Kryminolohichnoi asotsiatsii Ukrainy – Bulletin of the Criminology Association of Ukraine*, 1(24), 168-173 [in Ukrainian].
 19. Burban, N., & Guzenko, I. (2019). Osoblyvosti stresostiikosti y adaptivnykh zdiibnostei do stresu maibutnikh viiskovosluzhbovtziv [Peculiarities of stress resistance and adaptive abilities to stress of future military personnel]. *Pedahohika i psykholohiia profesiinoi osvity – Pedagogy and Psychology of Professional Education*, 1, 105-116. DOI: 22185186.1.11 [in Ukrainian].
 20. Partyko, T.B., & Skalska, O.I. (2020). Emotsiino-volovi resursy stresostiikosti u viiskovosluzhbovtziv [Emotional and volitional resources of stress resistance in military personnel]. *Psykholohichni zhurnal – Psychological Journal*, 53-59. DOI: 10.31108/1.2020.6.4 [in Ukrainian].
 21. Yuryeva, N.V., & Pasichnyk, V.I. (2017). *Motyvatytsiini resursy stresostiikosti viiskovosluzhbovtziv pidrozdiliv Natsionalnoi hvardii Ukrainy z konvoiuvannia, ekstradytsii ta okhorony pidsudnykh: monohrafiia [Motivational resources of stress resistance of servicemen of the units of the National Guard of Ukraine for conveying, extradition and protection of defendants: monograph]*. Kh.: Natsionalna akademiia NHU [in Ukrainian].
 22. Kravchenko, K.O., & Kovalchuk, R.Yu. (2019). Osoblyvosti stresostiikosti viiskovosluzhbovtziv strokovoi sluzhby [Peculiarities of stress resistance of conscript soldiers]. *Proceedings of the 4th International Scientific and Practical Conference "Military Psychology in the Dimensions of War and Peace: Problems, Experience, Prospects"*. Kyiv: KNU imeni Tarasa Shevchenka [in Ukrainian].
 23. Blinov, O.A. (2018). *Orhanizatsiino-metodychni rekomendatsii upravlinnia boiovyim stresom viiskovosluzhbovtziv. Intehratsiinyi rozvytok osobystosti ta suspilstva: psykholohichni i sotsiolohichni vymiry [Organizational and methodological recommendations for combat stress management of servicemen. Integrative development of personality and society: psychological and sociological dimensions]*. Odesa: Natsionalnyi universytet «Odeska yurydychna akademiia» Odesa: Feniks [in Ukrainian].
 24. Khodos, O.S. (2017). Vyznachennia efektyvnosti koryhuiuchykh vplyviv dezadaptivnykh chynnykiv na osobystist viiskovosluzhbovtzia [Determining the effectiveness of the corrective effects of maladaptive factors on the personality of a serviceman]. *Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy. Aktualni problemy psykholohii. Psykhohiia obdarovanosti – Collection of scientific works of the Institute of Psychology named after H.S. Kostyuk of the National Academy of Sciences of Ukraine. Actual Problems of Psychology. Psychology of Giftedness*. 13, 286-293 [in Ukrainian].
 25. Yudenko, O., Biloshitskyi, V., Boychenko, S., & Galashevskyi, G. (2021). Korektsiia stresostiikosti zasobamy sportyvnykh ihor u viiskovosluzhbovtziv iz naslidkamy boiovoi travmy [Correction of stress resistance by means of sports games in servicemen with the consequences of combat trauma]. *Viyskova osvita – Military Education*. 1(43), 381-392. DOI: 10.33099/2617-1783/2021-43/381-392 [in Ukrainian].
 26. Shestopalova, M.Yu. (2017). Analiz naukovykh pidkhodiv doslidzhennia pryrody rozvytku stresostiikosti viiskovosluzhbovtziv-zviazkivtsiv [Analysis of scientific approaches to the study of the nature of the development of stress resistance of signalmen]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnogo universytetu – Scientific Bulletin of Kherson State University*, 4, 113-117 [in Ukrainian].
 27. Retrieved from: <https://vseosvita.ua/library/rozvytok-stresostijkosti-pedagogicnih-pracivnikiv-127375.html>.
 28. Retrieved from: http://ni.biz.ua/11/11_12/11_126856_test-oprosnik-av-zverkova-i-ev-eydmana.html.

Огляди літератури, **оригінальні дослідження**, погляд на проблему, випадок з практики, короткі повідомлення

29. Zubovsky, D.S. (2019). Osobystisne zrostannia uchashnykiv ATO u posttravmatychnyi period. – Kvalifika-tsiina naukova pratsia na pravakh rukopysu [Personal growth of ATO participants in the post-traumatic period. – Qualifying scientific work on manuscript rights]. *Natsio-nalnyi universytet oborony Ukrainy imeni Ivana Chernia-khovskoho, Kyiv – Ivan Chernyakhovsky National University of Defense of Ukraine, Kyiv* [in Ukrainian].

30. Neudachyna, T.I., & Korobkina, O.H. (Eds.) (2020). *Psykhosotsialnyi stres: proiavy ta tekhniky yoho podolannia* [Psychosocial stress: manifestations and techniques for overcoming it]. Kharkiv: KhNPU [in Ukrainian].

FEATURES OF VOLITIONAL SELF-REGULATION IN MILITARY PERSONNEL WITH DIFFERENT STRESS RESISTANCE

©S. N. Vadzyuk, V. V. Sas

I. Horbachevsky Ternopil National Medical University

SUMMARY. The professional activity of military personnel in the combat zone is associated with psycho-emotional overload, which contributes to the development of chronic stress and negatively affects the state of health, contributes to the development and progression of diseases. Stress resistance characterizes the degree of a person's ability to cope with a conflict situation, maintaining internal balance, without reducing the success of professional activity. A high level of stress resistance ensures the performance of professional duties in normal, difficult and extreme conditions, preservation of work capacity and health after resolving a difficult situation.

The aim – to determine the features of volitional self-regulation in military personnel with different stress resistance.

637 servicemen who returned from the combat zone during the full-scale invasion were tested. We determined stress resistance using the test method "Stresses and stress resistance", and to determine the level of volitional self-regulation, we used the test questionnaire of A. V. Zverkov and E. V. Eidman. The intensity of combat experience was assessed using the Combat Exposure Scale.

The dependence of volitional self-regulation on stress resistance in military personnel was established. The positive dynamics of restoration of the level of volitional self-regulation in persons with different stress resistance was noted. Based on the obtained results, we can talk about positive dynamics in restoring the level of volitional self-regulation in people with different stress resistance, but in people with good stress resistance, its recovery was faster and better, compared to military personnel with average stress resistance. In subjects with good stress resistance immediately after returning from the front, volitional self-regulation was 15.26 ± 0.31 points, after a month – 16.99 ± 0.31 points, and after three months – 19.33 ± 0.31 points. In persons with average stress resistance, immediately after returning from the front, volitional self-regulation was 9.43 ± 0.33 points, after a month – 11.16 ± 0.36 points, and after three months – 13.69 ± 0.39 points.

The study of this problem will make it possible to predict the restoration of health and professional success in conditions of increased stress factors, to outline the ways of adaptation and rehabilitation of military personnel in these conditions.

Conclusions. In servicemen with good stress resistance, a high level of volitional self-regulation prevailed in the first week after returning from combat, and a low level of volitional self-regulation prevailed in those with medium stress resistance. 3 months after returning from combat, among servicemen with good stress resistance, the number of persons with a high level of volitional self-regulation increased, and the number of persons with a low level decreased by 84 %. During this time, among servicemen with average stress resistance, the high level of volitional self-regulation increased, while the low level decreased by about 33 %. Average negative correlations were established in individuals with good and average stress resistance and volitional self-regulation in military personnel. Moderate correlations were found between the intensity of combat experience and the average stress resistance of servicemen.

KEY WORDS: volitional self-regulation; emotional stability; military personnel; stress resistance.

Отримано 12.03.2023

Електронна адреса для листування: vadzyuk@tdmu.edu.ua