

**ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ДО СТРЕСОВИХ УМОВ ВИКОНАННЯ
СЛУЖБОВО-БОЙОВИХ ЗАВДАНЬ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМИ
НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ**

*Колесніченко О.С., кандидат психологічних наук, старший науковий
співробітник*

*Мацегора Я.В., кандидат психологічних наук, провідний науковий співробітник
Національна академія Національної гвардії України*

Проблема впливу бойових умов служби та виконання службово-бойових завдань в рамках проведення антитерористичної операції на території України на психологічне самопочуття військовослужбовців Національної гвардії України (далі НГУ) є високо актуальним.

Вплив несприятливих факторів бойової обстановки, фізичного і морально-психологічної перенапруги може призводити до формування станів психічної дезадаптації, негативних особистісних змін, посттравматичних стресових розладів (ПТСР) та ін. Наявність у військовослужбовців НГУ в результаті участі в антитерористичній операції психологічних проблем, психічних розладів і особистісних змін, призводить до зниження їх морально-психологічної стійкості, працездатності та бойової готовності, а також до часткової або повної професійної непридатності.

Підтримка оптимального рівня адаптації та соціально-психологічного статусу військовослужбовців НГУ, які виконують службово-бойові завдання, а також відновлення та підвищення їх працездатності в екстремальних умовах є провідними завданнями надання психологічної допомоги.

Саме, з метою вивчення особливостей адаптації до бойових умов виконання службово-бойових завдання військовослужбовцями НГУ співробітниками науково-дослідної лабораторії морально-психологічного супроводження службово-бойової діяльності НГУ було проведено дослідження, результати якого викладені нижче.

Для визначення особливостей адаптації до перебування в стресових умовах було використано комплекс психодіагностичних методик: «Шкала реактивної та особистісної тривоги Ч. Спілберга-Ю. Ханіна» (ШРОТ), «Опитувальник оцінки стану адаптації «ОСАДА» С. І. Яковенка, «Опитувальник травматичного стресу» (ОТС) І. О. Котенева, який дозволяє визначити ознаки ГСР та ПТСР.

Для узагальнення даних було використано процедуру кластерного аналізу. В дослідженні взяли участь 117 військовослужбовців НГУ, з військових частин (офіцери, військовослужбовці військової служби за контрактом, військовослужбовці строкової служби), які приймали участь в АТО.

Кластерний аналіз дозволив виділити 4 групи, які відрізняються поміж собою за показниками адаптації до перебування у стресових умовах. Так, 1-3 групи відрізняються поміж собою за показниками вираженості ознак напруження та травматичного стресу. Ці показники збільшуються від першої до третьої групи. Логіка змін особистісної і реактивної тривожності дещо інша.

Так, у першій групі (68,38%) майже за усі показниками адаптивності діагностовано «нормальне» напруження без загрози особистості, але при хронічному перебігу може мати негативні наслідки для психіки військовослужбовців. Про високу вірогідність такого сценарію розвитку свідчить діагностований в цій групі низький рівень задоволеності життям.

Майже всі показники травматичного стресу у цій групі знаходяться у межах норми. Виключення становлять показники за шкалою «С – симптоми уникнення» та «F – дистресу і дезадаптація», які можна позначити, як середньо високі.

Звертає увагу на себе і те, що в цій групі найвищі показники

особистісної тривоги ($34,25 \pm 4,93$) і досить високі, порівняно з іншими групами оцінки «А – подія травми» ($9,70 \pm 1,44$). Можна припустити, що саме висока здатність до передбачення негативних наслідків подій і критичне ставлення до своїх можливостей (які і відбиваються на збільшенні показників особистої тривожності, дистресу та оцінки небезпечності ситуації) помножені на стратегію уникнення прогнозованої небезпеки забезпечують меншу травматизацію особистості в актуальній ситуації, зменшують вірогідність розвитку ПТСР. Таким чином, даний тип адаптації можна позначити, як «тривожний, прогнозуючий небезпеку».

Для другої групи (21,37%) характерним є деяке «недооцінювання» небезпеки подій, які вони переживають. Так, в цій групі діагностовано одні з найменших показників реактивної тривожності ($33,44 \pm 5,33$) і оцінки «Подія травми» ($8,80 \pm 2,53$). Крім того, в цій групі менш вираженими є показники ГСР («b», «c», «e» – середньо-високі значення (60 – 70 Т), «d», «f» – середні (близько 50Т)), порівняно з показниками ПТСР (усі показники середньо високі, знаходяться у діапазоні 60 – 70 Т).

Така «непідготовленість» призводить до субекстремального рівня напруженості адаптаційних здібностей в актуальній стресовій ситуації, деякої незадоволеності собою, своєю здатністю контролювати конкретну ситуацію, її динаміку і свою життєдіяльність у цілому.

Проте, попри набуті ознаки ПТСР, пережиті події не змінили їх загальної установки щодо оточуючого світу, який вони і надалі не сприймають, як небезпечний і загрозовий (одні з найменших показників «особистої тривожності» ($29,96 \pm 5,73$)), не змінили їх відвертості, відкритості зовнішньому світу (найменші показники за шкалою «L – брехня» ($10,56 \pm 0,51$)). Таким чином, цей тип адаптації можна позначити, як «відвертий, відкритий зовнішньому світу (і небезпечі)».

Представники третьої групи (6,84%) демонструють усі ознаки гострого стресового розладу та ПТСР, критичне напруження адаптаційних здібностей. Проте, ці показники поєднуються з найменшими з поміж перших трьох груп показниками особистісної тривожності і досить високим (на загальному фоні показників методики ОСАДА цієї групи) рівнем задоволеності своїм функціональним станом ($8,00 \pm 0,00$). В цій групі також діагностовано найвищі показники за шкалою «L – брехня» ($19,00 \pm 0,00$), «Ag – агравація» ($12,00 \pm 0,00$) та «Di – дисимуляція» ($11,00 \pm 0,00$). Ці данні дозволяють припустити, що мова можливо йде не тільки про ГСР та ПТСР як вони є, а й про прагнення викликати співчуття, виправдати свою поведінку відомими (поширеними серед військовослужбовців на психологічних лекторіях) даними про стрес та ПТСР. На користь цього говорить і те, що попри те, що представники цієї групи належали до різних військових частин, і серед них були як військовослужбовці військової служби за контрактом, так і військовослужбовці строкової служби, їх показники тотожні (стандартне відхилення за усіма шкалами методик ОТС та ОСАДА дорівнює нулю) – тобто відбивають не індивідуальні переживання, а узагальнене на основі типового

психологічного лекторію уявлення військовослужбовців про особливості переживання бойового стресу і його наслідки. Виходячи з цього даний тип було позначено, як «віктимний, приймаючий роль постраждалого (жертви)».

Дещо протилежні тенденції діагностовано у четвертій групі (3,42%). Для її представників характерним є демонстрація повної відсутності ознак ГСР та ПТСР, підкреслення високого рівня власних адаптаційних здібностей. При цьому вони мають найвищі показники реактивної тривожності ($40,50 \pm 3,87$), які іррадіюють і на особистісну тривожність ($34,25 \pm 5,32$). Можна припустити, що представники цієї групи усвідомлюючи власну тривогу, намагаються її приховати від оточуючих (а можливо і від самих себе), компенсувати зайвою бравадою. Таким чином, цей тип було позначено, як «витісняючий, приховуючий свій страх», (не виключено, що наднизькі показники ГСР та ПТСР у деяких випадках є наслідком свідомого контролю відповідей, при роботі з методикою ОТС та ОСАДА).

Таким чином, ми можемо припустити, що справжні показники переживання стресової ситуації у представників третьої і четвертої групи є дещо зміненими показниками ставлення до ситуації і себе в ній. Так, представники третьої групи підкреслюють наявність ознак гострого стресу і його негативних наслідків, а четвертої – навпаки, їх маскують.

Це пілотне дослідження дозволило зробити наступні висновки:

– серед військовослужбовців Національної гвардії України поширеними є чотири типи адаптації до перебування в стресових умовах: «прогнозуючий небезпеку» (68,38%), «відкритий небезпеці» (21,37), «приймаючий роль жертви» (6,84%), «приховуючий свій страх» (3,42%);

– реальні показники ГСР, ПТСР можуть бути зміненими ставленням до ситуації та ставленням до себе в ній (наприклад, невідповідністю переживання страху власному «образу Я» чи відсутністю в «образі Я» рис борця тощо).