

КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ТАРАСА  
ШЕВЧЕНКА

Факультет психології

Кафедра соціальної психології

**Психологічна готовність курсантів ЗВО до військово-професійної  
діяльності**

*Дипломна робота*

Студента 4 курсу 6 групи  
Спеціальність 053 «Психологія»  
Мацаєнка Дмитра Руслановича  
Науковий керівник:  
Доцент кафедри соціальної психології,  
кандидат психологічних наук,  
Дубровинський Георгій Ревмирович

Допустити до захисту в ЕК № \_\_\_\_  
протокол № \_\_\_\_\_ від \_\_\_\_\_  
завідувач кафедри кафедри соціальної психології,  
доктор психологічних наук,  
професор Траверсе Тетяна Михайлівна  
\_\_\_\_\_ ( підпис)

Київ-2025

## Зміст

Вступ .....	4
<b>РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ КУРСАНТІВ ДО ВІЙСЬКОВО-ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....</b>	<b>7</b>
1.1. Поняття психологічної готовності особистості: визначення, сутність та основні підходи у психологічній науці .....	7
1.2. Структура та компоненти психологічної готовності до військово-професійної діяльності .....	18
1.3. Психологічні особливості військово-професійної діяльності: стресові чинники, психологічні виклики, адаптація та стресостійкість військовослужбовців .....	23
Висновки до розділу 1 .....	28
<b>РОЗДІЛ 2. Методологічні основи дослідження психологічної готовності курсантів .....</b>	<b>29</b>
2.1. Методологічні принципи організації та проведення емпіричного дослідження .....	29
2.2. Психодіагностичні методики, що використовувалися в дослідженні... 33	33
2.3. Організація і процедура проведення емпіричного дослідження .....	38
2.4. Методи обробки та аналізу отриманих емпіричних даних.....	42
Висновок до розділу 2 .....	45
<b>РОЗДІЛ 3. Емпіричне дослідження психологічної готовності курсантів до військово-професійної діяльності .....</b>	<b>46</b>
3.1. Вступ до емпіричного дослідження.....	46
3.2. Характеристика вибірки дослідження.....	47
3.3. Презентація та аналіз результатів емпіричного дослідження .....	48

<b>Висновок до розділу 3 .....</b>	<b>59</b>
<b>Висновок.....</b>	<b>64</b>
<b>Список використаних джерел.....</b>	<b>69</b>
<b>Додатки.....</b>	<b>77</b>

## Вступ

**Актуальність дослідження:** В умовах сучасної України питання підготовки курсантів закладів вищої освіти до військово-професійної діяльності набуває особливої актуальності. З огляду на повномасштабну війну, розпочату Російською Федерацією, потреба в добре підготовлених, психологічно стійких та мотивованих кадрах для Збройних сил України стає ключовою умовою ефективного протистояння зовнішнім загрозам та збереження суверенітету держави.

Сучасна військова професія є надзвичайно багатогранною та вимагає від військових не лише фізичної витривалості, а й високого рівня психологічної підготовки. Курсанти військових навчальних закладів опиняються у складних умовах: вони повинні одночасно адаптуватися до суворої дисципліни, засвоювати професійні навички й розвивати стійкість до значного стресового навантаження. Особливого значення набуває здатність зберігати емоційну стабільність, оперативно приймати рішення в кризових ситуаціях і злагоджено працювати в команді.

Повномасштабна війна суттєво змінила умови підготовки військових кадрів. Військові дії не лише визначили нові вимоги до особистісних і професійних якостей майбутніх офіцерів, але й поставили акцент на психологічній стійкості як базовій характеристиці військовослужбовця. Актуальним є вивчення того, як сучасні курсанти справляються з цими викликами, які психологічні стратегії використовують для подолання стресу та наскільки ефективно існуюча система підготовки сприяє формуванню їхньої готовності до реальної військово-професійної діяльності.

Значний вплив на психологічну готовність курсантів мають і зовнішні фактори, такі як соціальна підтримка, сімейні обставини та загальна напруженість у суспільстві. Сучасне українське суспільство переживає

трансформаційний період, у якому війна стала не лише військовою, а й соціально-психологічною проблемою.

Таким чином, дослідження психологічної готовності курсантів ЗВО до військово-професійної діяльності сприятиме вдосконаленню системи військової освіти та створенню умов для формування професійно компетентних і психологічно підготовлених офіцерів.

**Мета дослідження** – Теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості психологічної готовності курсантів закладів вищої освіти до військово-професійної діяльності порівняно зі студентами аналогічних цивільних спеціальностей, визначити основні компоненти, чинники та умови її формування.

**Завдання дослідження:**

1. Здійснити теоретичний аналіз наукової літератури з проблеми психологічної готовності курсантів ЗВО та визначити її структурні компоненти.
2. Розробити та обґрунтувати методичний інструментарій для емпіричного дослідження рівня психологічної готовності курсантів.
3. Провести емпіричне дослідження рівня психологічної готовності курсантів ЗВО та здійснити порівняльний аналіз із показниками студентів ЗВО.
4. Проаналізувати отримані результати та визначити особливості формування психологічної готовності курсантів до військово-професійної діяльності.

**Об'єкт дослідження:** Професійна діяльність військовослужбовців.

**Предмет дослідження:** Особливості формування «психологічної готовності» курсантів ЗВО до військово-професійної діяльності.

**Методи дослідження:** аналіз, синтез, узагальнення та систематизація наукової літератури з проблеми психологічної готовності до військово-професійної діяльності для визначення теоретичних основ і підходів до дослідження.

Порівняльний аналіз психологічних досліджень щодо підготовки курсантів і студентів інших спеціальностей. Емпіричні методи: Анкетування для збору даних про особливості та рівні психологічної готовності курсантів і студентів. Використання стандартизованих психологічних методик для оцінки компонентів психологічної готовності. Обробка та аналіз отриманих емпіричних даних із використанням методів описової статистики, кореляційного аналізу та порівняння груп.

## **РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ КУРСАНТІВ ДО ВІЙСЬКОВО-ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

### **1.1. Поняття психологічної готовності особистості: визначення, сутність та основні підходи у психологічній науці**

Психологічна готовність особистості є однією з базових категорій сучасної психологічної науки, що має принципове значення для розуміння процесів адаптації, результативності діяльності та особистісного розвитку в різних сферах життєдіяльності людини. Це поняття охоплює широкий спектр психологічних явищ — від готовності до професійної діяльності та навчання до здатності долати стресові ситуації і приймати життєві зміни.

Складність і багатшаровість феномену психологічної готовності обумовлюють його тривале дослідження та постійний розвиток наукових підходів до його вивчення. Відсутність усталеного універсального визначення поняття «психологічна готовність» у провідних психологічних словниках у період з 1983 по 2008 роки свідчить про постійний рух і зміну наукового бачення цього явища. Така різноманітність підходів не є свідченням недоліків, а, навпаки, підкреслює складність феномену та його специфічні вияви в різних умовах людського існування. Розвиток окремих галузей психології — зокрема педагогічної, військової та організаційної — сприяв формуванню вузькоспеціалізованих підходів до розуміння готовності, що істотно збагачують загальне уявлення про це явище.

Метою цього дослідження є систематизований аналіз визначень, сутності, складових компонентів та провідних теоретичних моделей психологічної готовності особистості, здійснений на основі узагальнення наукових джерел. Осмислення цього феномену має не лише теоретичну, але й значну практичну цінність: воно слугує основою для створення ефективних моделей професійної

підготовки, оптимізації освітнього процесу, підвищення рівня стресостійкості та сприяння особистісному розвитку.

У сучасній психологічній науці поняття «психологічна готовність» трактується по-різному, що свідчить про його складність і багатовимірність. Вивчення наукових джерел дозволяє виокремити кілька провідних підходів до розуміння цього феномена.

Різні аспекти психологічної готовності такі як: установки, стану, властивості особистості, знаходили відображення у працях як зарубіжних, так і українських науковців. Перші наукові згадки про готовність людини до діяльності можна зустріти у ХІХ ст. в межах педагогічної думки, де розглядалася, по суті, «готовність до навчально-виховного процесу». На початку ХХ ст. термін «готовність» почала досліджуватися у контексті теорії установок, психофізіологічних рефлексів та феномену психологічного налаштування суб'єкта на певну дію.[31]

Упродовж 1960-х рр. у науковій літературі сформувалося кілька провідних напрямів дослідження готовності. З одного боку, військова і спортивна психологія трактували готовність переважно як короточасний чи відносно тривалий стан мобілізації перед виконанням завдання. У межах цього підходу використовувалися такі поняття, як «боеготовність», «передстартовий стан», «функціональна готовність». З іншого боку, низка вчених пропонували розглядати готовність як стійку особистісну характеристику, що має певну структуру та формується в процесі професійного становлення [31].

У другій половині ХХ ст. поширюється особистісно-діяльнісний підхід до дослідження готовності. Згідно з ним, готовність включає мотиваційні, когнітивні, вольові та інші компоненти, сукупність яких забезпечує здатність суб'єкта продуктивно діяти за різних умов [52].

Проте у 1970–1980-х рр. паралельно домінував і функціональний підхід, де готовність визначали як психофізіологічну «запрограмованість» людини. Одним із найпоширеніших є підхід, що визначає психологічну готовність як сукупність взаємопов'язаних і взаємозалежних психологічних характеристик, які забезпечують ефективність виконання певної діяльності. Така інтерпретація зосереджена на функціональному аспекті — здатності індивіда до досягнення бажаного результату завдяки наявності необхідного внутрішнього стану.

Фундаментальні дослідження М. І. Дьяченка та Л. О. Кандибович містять розгорнуте визначення, згідно з яким психологічна готовність виступає як інтегральна властивість особистості, що охоплює інтелектуальні, емоційні, вольові риси, професійно-моральні переконання, потреби, звички, знання, уміння, навички, а також індивідуальні здібності. Це визначення підкреслює стабільність і характерологічну глибину готовності, вказуючи на її глибоке вкорінення в особистісній структурі. Воно набуло формального визнання в 1976 році як «психологічна готовність до діяльності». [8]

Сутність психологічної готовності значно ширша за просту наявність знань чи сформованих навичок; вона являє собою динамічну систему взаємодії різноманітних особистісних характеристик, що забезпечують ефективну реалізацію діяльності. У цьому контексті готовність виступає як концентрований прояв внутрішньої активності особистості, що водночас є показником її професійної спроможності. Такий підхід наголошує на глибинному зв'язку готовності з центральними рисами особистості та її потенційними можливостями.

У її основі лежать моральні, психологічні та емоційно-вольові характеристики, що виходять за межі вузько когнітивного чи технічного розуміння феномена. Особливу увагу привертає взаємозв'язок між свідомістю та поведінкою, між суб'єктивними станами та їх об'єктивним вираженням, що вказує на значущість саморефлексії та здатності особистості перетворювати

внутрішні ресурси на результативну дію. Важливою функціональною ознакою є те, що психологічна готовність прямо впливає на успішність виконання діяльності, слугуючи центральною умовою досягнення мети.

Психологічна готовність, по суті, є «мостом» між внутрішнім станом людини та її зовнішньою активністю. Вона охоплює не лише володіння необхідними якостями, а й активний процес їх залучення, інтеграції та цілеспрямованого використання. Увага до зв'язку між свідомістю та поведінкою, а також до мобілізації усіх психофізіологічних систем, підкреслює її роль як механізму трансформації мотиваційних, емоційних і когнітивних ресурсів у конкретну дію. Присутність лише мотивації або знань не гарантує успішної діяльності; саме готовність виступає каталізатором, який спрямовує та координує ці елементи. Наприклад, навіть за високого рівня мотивації, але за умов недостатньої емоційної регуляції (що є компонентом готовності), діяльність може виявитися імпульсивною та малоефективною. Відповідно, розвиток психологічної готовності повинен включати не лише когнітивну підготовку, а й формування навичок саморегуляції, управління емоційними станами та здатності до цілісної мобілізації ресурсів. [3]

Ще однією ключовою характеристикою готовності є її проактивність і антиципаційна природа. Вона не зводиться до пасивного реагування на зовнішні подразники, а передбачає випереджувальне планування, прогнозування ситуацій та завчасну організацію внутрішніх ресурсів. Готовність ґрунтується на передбаченні майбутньої діяльності, зосередженні на очікуваних результатах і активній мобілізації психічних сил для подолання можливих труднощів. Здатність до прогнозування й передбачення подій дозволяє особистості не просто реагувати, а заздалегідь готуватися до можливих сценаріїв розвитку подій, формуючи набір стратегічних моделей поведінки. Це значно підвищує ефективність і продуктивність реагування, сприяє зниженню когнітивного навантаження та економії часу в стресових або

непередбачуваних умовах. З огляду на це, програми розвитку психологічної готовності, особливо в контексті складних і ризикованих професій, мають включати компоненти сценарного мислення, тренінги з розвитку антиципації та стратегічного планування. [42]

Основні теоретичні підходи до розуміння психологічної готовності:

Функціональний підхід трактує психологічну готовність переважно як психічний стан або як особливу умову функціонування психічних процесів, що є необхідними для досягнення високої ефективності в діяльності. У межах цього підходу акцент робиться на мобілізації психофізіологічних ресурсів людини, які забезпечують продуктивне виконання дій. Таким чином, цей підхід фокусує увагу на динамічних, станоподібних характеристиках готовності, які безпосередньо впливають на виконання завдань.

Особистісний або особистісно-орієнтований підхід розглядає психологічну готовність як інтегральну властивість особистості — стійке поєднання індивідуально-психологічних характеристик. А. А. Деркач визначає готовність як «цілісний прояв усіх аспектів особистості», до яких входять пізнавальні, емоційні та мотиваційні компоненти. Цей підхід підкреслює сталість, характерологічну глибину та розвиток готовності як складової особистісної структури.

Діяльнісний підхід трактує готовність у контексті цілеспрямованої активності. Тут вона розуміється як стан мобілізації психофізіологічних систем, який виникає та реалізується безпосередньо в діяльності. Підхід акцентує практичний вимір готовності, її формування через включення в активну діяльність і забезпечення досягнення цілей. Саме тому він широко застосовується при дослідженнях готовності в умовах підвищеної складності або екстремальних ситуаціях.

Системний підхід розглядає психологічну готовність як багатокомпонентну, динамічну і структуровану систему, елементи якої пов'язані між собою та вибудовані ієрархічно. У цьому підході вона постає як «структурне особистісне утворення», у якому ціле має якісно нові властивості, не зведені до суми частин. Цей підхід дає змогу простежити, як внутрішні та зовнішні чинники взаємодіють у формуванні готовності.

Варто підкреслити, що наведені підходи не протистоять один одному, а радше взаємодоповнюють, відображаючи різні виміри та рівні аналізу психологічної готовності. Функціональний підхід фокусує увагу на миттєвих психічних станах, особистісний — на сталих індивідуальних рисах, діяльнісний — на контексті активної дії, а системний — на інтеграції компонентів у цілісну структуру. Комплексне розуміння феномену вимагає інтеграції всіх цих ракурсів. Наприклад, особистісні характеристики зумовлюють типові функціональні стани, що проявляються в діяльності, у межах цілісної, системної організації.

Сьогодні більшість науковців схиляється до інтегрального підходу, згідно з яким психологічна готовність — це динамічна система, що містить у собі як стійкі особистісні якості, так і поточний психічний стан суб'єкта.

Найбільш узагальнено психологічна готовність визначається як інтегральна властивість людини, що виражається у її здатності своєчасно та ефективно виконувати діяльність на основі набутих знань, умінь, навичок і сформованих особистісних якостей, а також можливості швидкої мобілізації цих ресурсів під впливом ситуації. Отже, це одночасно і результат професійного розвитку, і оперативний стан, пов'язаний з вольовою та емоційною готовністю діяти.

У військовій сфері психологічна готовність зазвичай трактується як комплекс особистісно-професійних якостей і станів, що дають змогу

безвідмовно виконувати накази, діяти адекватно в екстремальних умовах, зберігати самоконтроль та ефективність попри стресові чинники.

Деякі дослідники виокремлюють у понятті готовності загальну та спеціальну складові. Для курсантів військового закладу важлива і загальна готовність, і спеціальна.

Таким чином, аналіз літератури свідчить про складний характер феномену психологічної готовності, який поєднує у собі глибокий рівень особистісних характеристик і поточний психофізіологічний стан. Надалі розглянемо, як саме «складається» це явище, тобто яку структуру й компоненти має психологічна готовність до військово-професійної діяльності.

Формування психологічної готовності є пріоритетом у професійній підготовці фахівців до діяльності в екстремальних умовах, забезпечуючи «особистісне зростання фахівця, формування психологічної стійкості до тривалого нервово-психічного та фізичного навантаження, здатності адаптуватися до екстремальних умов, ухвалювати рішення з мінімальним емоційним включенням». Психологічна готовність є невід'ємною складовою «забезпечення стійкої психологічної готовності військовослужбовців до захисту Батьківщини, до рішучих дій». Здатність підтримувати емоційну стабільність, залишатися зосередженим та приймати ефективні рішення попри тиск і стрес є прямим результатом психічної стійкості, що є ключовим аспектом психологічної готовності.[16]

Зосередження уваги на курсантах є критично важливим, оскільки вони є майбутніми військовими професіоналами, і ранній розвиток їхньої психологічної готовності безпосередньо впливає на їхню майбутню ефективність, стійкість до операційних стресорів та загальну дієздатність збройних сил. Якщо окремих військовослужбовець є фундаментальним будівельним блоком боєготовності сил, то недоліки у психологічній підготовці курсантів можуть мати каскадні негативні наслідки для згуртованості

підрозділів, оперативних можливостей та, зрештою, успіху місії. Це підносить важливість підготовки курсантів з рівня індивідуального розвитку до питання стратегічного значення, оскільки слабкість цих «блоків» ставить під загрозу всю структуру боєготовності.

Формування психологічної готовності курсантів є складним процесом, що зумовлюється взаємодією низки індивідуально-психологічних, соціально-психологічних та педагогічних чинників.

#### Індивідуально-психологічні фактори

Внутрішній психологічний ландшафт курсанта, включаючи його вроджені риси, набуті механізми подолання стресу, мотиваційні структури та навіть досвід до служби, суттєво впливає на його здатність розвивати психологічну готовність.

Стійкість, самоконтроль, адаптація: «Психологічна стійкість охоплює широкий спектр психологічних та емоційних характеристик, які дозволяють військовослужбовцям ефективно функціонувати... та долати виклики, з якими вони стикаються». Це включає емоційну стабільність, самоконтроль та адаптивність до мінливих умов. «Психологічна стабільність – це адекватне сприйняття та готовність військовослужбовця до виконання безпосереднього завдання в екстремальних ситуаціях». [49]

Характер та темперамент: «Характер – це унікальний вияв психічних пізнавальних процесів, почуттів, волювої спрямованості, темпераменту та здібностей». Важливими є такі фактори, як оптимізм, впевненість та ставлення до людей. Темперамент (сила, врівноваженість, динамізм нервових процесів) впливає на поведінку і повинен враховуватися при навчанні. [51]

Мотивація, потреби, інтереси, світогляд: «Спрямованість особистості, її заняття, інтереси, потреби, мотиви дій визначають зміст її характеру».

Моральні потреби, такі як оволодіння військовою професією, є вирішальними. Світогляд формує життєві цілі та військово-професійну спрямованість. [51]

Фактори, що призводять до неготовності: «Недостатня фізична підготовка, низька емоційна готовність (негативні установки), слабка підготовленість до виконання військових обов'язків, несприятливе соціальне середовище в цивільному житті, слабо розвинена позитивна мотивація». Також «відсутність патріотизму, низька професійна та психологічна готовність, низька нервово-психічна стійкість, шкідливі звички, слабка мотивація, схильність до депресій та негативізму». [16]

Формування психологічної готовності є складним взаємозв'язком між вродженими індивідуальними характеристиками (наприклад, темпераментом ) та факторами середовища/досвіду (педагогічні підходи, соціально-психологічний клімат ). Це означає, що хоча відбір може виявити схильності, розвиток значною мірою формується навчанням та досвідом. Таким чином, хоча деякі курсанти можуть мати вихідно вищий рівень природної стійкості, педагогічне та соціальне середовище відіграє критичну роль у розвитку або гальмуванні готовності у всіх курсантів. [51.]

Несприятливі умови до служби (наприклад, «цивільний період життя... у несприятливому соціальному середовищі», «шкідливі звички» ) можуть створювати значні початкові дефіцити психологічної готовності. Це означає, що військові заклади можуть потребувати впровадження програм раннього втручання або корекційних програм для курсантів групи ризику, щоб забезпечити їм можливість повноцінно скористатися стандартною підготовкою до готовності. Такий підхід визнає, що курсанти не починають з «чистого аркуша», і їхній минулий досвід створює певні схильності, що вимагає більш індивідуалізованої підтримки. [16]

Соціально-психологічні впливи

Психологічна готовність формується не у вакуумі. Соціальне середовище, включаючи стосунки з однокурсниками, якість керівництва, згуртованість команди та ширшу організаційну культуру, справляє потужний вплив на психологічний розвиток та підготовленість курсанта.

Динаміка військового колективу: Суворі дисципліна та казармене життя у військовому закладі створюють «особливі вимоги та напругу в міжособистісних стосунках». Однак ці виклики також «сприяють формуванню та розвитку психологічної стійкості» через навчання командній роботі та адаптації.

Соціальна підтримка та згуртованість: «Наявність підтримки на рівні команди вважається важливою потребою». «Соціальна підтримка відіграє значну роль у загальному здоров'ї та задоволеності роботою». Згуртованість підрозділу (вертикальна та горизонтальна) є вимірюваним аспектом психологічного здоров'я. Позитивний психологічний клімат та міжособистісні стосунки в підрозділі є вирішальними для «психоемоційного благополуччя».

Лідерство: Загальна підтримка з боку лідерів, наявність команди та добрі стосунки були вирішальними». Американська модель готовності включає відданість команді, вертикальну згуртованість та віру в лідерів.

Організаційна культура: Центральним компонентом, що пов'язує норми, мову та особливості природи у війську, є його організаційна культура.

Суворе, вимогливе військове середовище може бути джерелом стресу та напруги, потенційно перешкоджаючи готовності, якщо не управляти ним належним чином. Однак воно також створює ті самі виклики, необхідні для формування стійкості, командної роботи та дисципліни. Педагогічна майстерність командирів та інструкторів є вирішальною для навігації цим балансом. Якість лідерства та педагогічного підходу визначає, чи стане вимогливе середовище горнилом для позитивного розвитку, чи джерелом

негативного стресу та дезадаптації. Ефективне лідерство може перетворити стресори на можливості для зростання.

### Педагогічні фактори

Педагогічні фактори охоплюють цілеспрямовані зусилля в рамках військової освітньої системи для культивування психологічної готовності. Це включає методи відбору курсантів, зміст та методи їхнього навчання, характер навчального середовища та вплив викладачів та лідерів.

Професійний відбір та підготовка: «Психологічна готовність особового складу забезпечується професійним відбором, професійною підготовкою фахівців до ефективної та безпечної діяльності». [16]

Методології навчання: «Посилення психолого-педагогічного впливу на курсантів особистим прикладом є найефективнішим методом». Навчальний процес не повинен бути «рутинним, нецікавим, не дозволяти курсантам проявляти творчість, ініціативу та самостійність». «Моделювання в ході розв'язання навчально-бойових завдань зовнішньої картини бою (бойових умов)» є ключовим принципом. [51]

Освітнє середовище: Саме «військове суспільство» з його «суворою дисципліною та збереженням порядку» виховує стриманість, патріотизм та професіоналізм. Освітнє середовище повинно активізувати ціннісне ставлення. Військові школи створюють структуроване середовище для сприяння самодисципліні та відповідальності.

Роль інструкторів та командирів: Педагогічна майстерність викладачів є головним фактором пізнавальної активності. Офіцери-викладачі безпосередньо впливають на формування курсантів. Командири відповідають за організацію психологічної підготовки. [51]

Розвиток високих моральних та професійних цінностей та ідеалів та міцного світогляду, схоже, є передумовою або принаймні супутньою умовою

для надійної психологічної готовності. Вони забезпечують «чому», що лежить в основі «як» подолання військових викликів. Якщо курсантам бракує міцного морального компасу або віри в мету своєї служби, їхня мотивація витримувати труднощі та розвивати психологічну стійкість може бути скомпрометована. Це свідчить про те, що ціннісно-орієнтоване виховання є не окремим від психологічної підготовки, а її невід'ємною частиною. Успішне формування психологічної готовності не є виключною відповідальністю психологів, а вимагає системного підходу за участю командирів, викладачів та загального освітнього і військового середовища. Це вказує на необхідність глибоко інтегрованої стратегії, а не ізольованих психологічних втручань. Ефективні програми вимагають залучення та активної участі всіх рівнів керівництва та викладацького складу, а не лише спеціалізованого психологічного персоналу, що підкреслює важливість інституційної відповідальності за цей процес.[16]

## **1.2. Структура та компоненти психологічної готовності до військово-професійної діяльності**

Питання структури психологічної готовності — одне з центральних у дослідженнях професійної придатності, надійності фахівця. Залежно від теоретичної парадигми, автори виділяють від трьох до шести компонентів готовності: мотиваційна, когнітивна, емоційна, волева, діяльнісна, особистісна. У військовій психології найпоширеніша чотири- або п'ятикомпонентна модель.

Мотиваційний компонент. Виявляє ставлення людини до професійної діяльності, усвідомлення нею цілей і завдань, прийняття військових цінностей. Мотивація може охоплювати як зовнішні стимули (грошове забезпечення, престиж професії), так і внутрішні (патріотизм, покликання, прагнення самореалізації). У контексті військової служби мотиваційний блок тісно пов'язаний з морально-етичними переконаннями та розумінням обов'язку перед Батьківщиною.

Когнітивний компонент. Передбачає наявність системи знань: як спеціальних військово-тактичних, технічних, юридичних, так і загальних. Зокрема, курсант повинен засвоїти статuti, регламенти, специфіку застосування зброї та бойової техніки, принципи взаємодії в колективі, основи управління підрозділом тощо. Недостатність когнітивної складової підвищує рівень тривожності й невпевненості. Навпаки, усвідомлення власної компетентності зміцнює психологічну готовність.

Операційно-діяльнісний компонент. Містить сформовані уміння й навички: стрілецьку підготовку, вміння орієнтуватися на місцевості, взаємодіяти в складі групи, керувати підлеглими, виконувати певні оперативно-службові завдання. Якщо в когнітивному компоненті наголос робиться на “знання про діяльність”, то тут — на “уміння діяти”. У військовій практиці цей блок розвивається через тренування, польові виходи, імітацію бою, регулярні фізичні навантаження.

Емоційно-вольовий компонент. Характеризує рівень саморегуляції, здатність зберігати психологічну рівновагу, швидко відновлюватися після стресу, бути рішучим та наполегливим. Саме ця складова відповідає за ефективність дій у гострих чи неочікуваних ситуаціях (бій, пошуково-рятувальні операції тощо). Вона охоплює, зокрема, стресостійкість, самоконтроль, упевненість у собі.

Особистісний компонент. Охоплює риси характеру, світоглядні орієнтації, моральні й етичні принципи. У військовій сфері таким важливим аспектом є готовність до самопожертви, колективізм, ініціативність і водночас дисциплінованість, лідерські якості та емпатія до підлеглих. Дослідники наголошують, що для офіцера так само важливі лідерські риси, як і для воїна — мужність та витривалість.[11]

Регуляторний компонент: Передбачає здатність до саморегуляції та самоконтролю в процесі професійної діяльності та професіоналізації.

Оцінний компонент: Включає самооцінку власної підготовленості, співвіднесення своїх дій з оптимальними зразками, потребу в професійному самовдосконаленні.

Психофізіологічний компонент: Охоплює такі характеристики, як впевненість у своїх силах, рівень активності, працездатність, стресостійкість, врівноваженість нервових процесів.

Військово-професійна діяльність являє собою екстремальну форму професійної активності, тому кожен із вищезгаданих компонентів набуває тут особливої ваги. Наприклад, робота збоїв в одному блоці (скажімо, слабка стресостійкість) може знецінити або знизити ефективність уже наявних знань і вмінь. Отже, інтегральний рівень готовності визначається системною взаємодією цих компонентів.

Важливо, що у військово-професійному контексті додаткову увагу часто приділяють психофізіологічній готовності, маючи на увазі стан здоров'я, тип нервової системи, витривалість тощо. Однак більшість авторів включає цю складову або до особистісного, або до емоційно-вольового компонентів. [21].

Компоненти можна умовно згрупувати у тріаду «Знання-Діяння-Буття». «Знання» охоплює когнітивний та орієнтаційний компоненти. «Діяння» включає операційний та комунікативний компоненти. «Буття» стосується мотиваційного, емоційно-вольового, морального, типологічного та регуляторного компонентів. Ця тріада передбачає, що психологічна готовність охоплює не лише те, що курсанти знають або вміють робити, але й те, ким вони є як особистості та як вони керують собою. Таке концептуальне групування забезпечує вищий рівень абстракції численних компонентів, потенційно спрощуючи розуміння та застосування конструкту готовності при розробці тренувальних програм.

Деякі компоненти видаються більш загальними (наприклад, загальнопсихологічна готовність, тоді як інші є вузькоспеціалізованими для військового контексту (наприклад, мотивація обов'язку. Це розрізнення важливе для розробки навчальних програм, вказуючи на необхідність як розвитку фундаментальних психологічних навичок, так і контекстно-специфічної військової акультурації. Навчання повинно враховувати як загальні психологічні компетенції, так і специфічні вимоги та цінності військової служби.[17]

Як ілюстративні моделі можна навести наступні:

Модель М. І. Дьяченка та Л. О. Кандибовича: Часто включає мотиваційний, орієнтаційний, операційний та оцінний компоненти.<sup>9</sup> Деякі джерела також додають до їхньої моделі емоційний та вольовий компоненти.

Структура психологічної готовності до педагогічної діяльності: Є досить розширеною і включає мотиваційний, орієнтаційний, пізнавально-оперативний, емоційно-вольовий, психофізіологічний та оцінний компоненти.

Модель П. Горностая (для педагогічної діяльності): Виділяє професійну спрямованість, професійну самосвідомість, професійні знання, навички і вміння, професійно важливі особистісні якості. Зауважується, що ця модель може не враховувати стійку потребу у здійсненні діяльності.

Модель О. Колесніченка: Включає когнітивний, мотиваційний, вольовий, типологічний і регуляторний компоненти.

Модель В. Ягупова (для військовослужбовців): Складається з мотиваційного, пізнавального, емоційного і вольового компонентів.

Модель Н. Кузьміної та В. О. Моляко: Включає сенсорну організацію індивіда, показники, що відповідають різноманітним умовам виконання трудової діяльності, та набір психічних властивостей, станів і процесів.

Суттєво зазначити, що компоненти психологічної готовності не функціонують ізольовано, а перебувають у тісному взаємозв'язку й взаємовпливі, утворюючи ієрархічно впорядковану систему. Аналіз різних структурних моделей свідчить, що ключовими й найпоширенішими складовими виступають мотиваційний, когнітивний та операційний компоненти. Разом з тим, інші елементи — зокрема психофізіологічний або морально-орієнтаційний — мають специфічне значення залежно від характеру професійної діяльності, як-от педагогічної чи військової. Це вказує на те, що вимоги конкретної професії безпосередньо впливають на структуру моделі готовності та зумовлюють включення тих чи інших компонентів. Зокрема, в діяльності, що передбачає підвищене психоемоційне навантаження, наголошується на важливості емоційно-вольових і психофізіологічних складових, тоді як у професіях з вираженим етичним змістом — на морально-орієнтаційних аспектах. Це пояснює наявне різноманіття моделей та засвідчує, що універсальна структурна модель психологічної готовності малоімовірно буде придатною для всіх контекстів.

Компоненти готовності перебувають у динамічній взаємодії, де, зокрема, мотивація часто розглядається як центральний чинник, що впливає на формування й функціонування інших складових. Високий рівень мотивації здатен стимулювати пізнавальну активність (когнітивний компонент) і сприяти формуванню необхідних навичок (операційний компонент). Натомість знижена емоційна стійкість або невпевненість у собі (емоційно-вольовий компонент) можуть негативно позначитися на мотиваційній сфері. Такий взаємозв'язок вказує на ієрархічну залежність між компонентами: недостатній рівень мотивації може знижувати ефективність розвитку когнітивного й операційного потенціалу. Успішне ж виконання дій і застосування набутих умінь, навпаки, може підвищити впевненість у собі й посилити мотивацію. Подібна взаємозалежність демонструє системний характер психологічної готовності та актуалізує потребу в комплексному підході до її формування, який враховує динаміку зв'язків між окремими компонентами.

### **1.3. Психологічні особливості військово-професійної діяльності: стресові чинники, психологічні виклики, адаптація та стресостійкість військовослужбовців**

Військовослужбовці стикаються з широким спектром психологічних викликів, що зумовлені специфікою їхньої діяльності, особливо в умовах бойових дій. Ці виклики варіюють від нормативних стресових реакцій до розвитку клінічно значущих розладів. [40]

Страх є природною та очікуваною реакцією на ситуації, що загрожують життю, які є невід'ємною частиною бойового досвіду. Візуальні стресори, такі як споглядання смерті, поранень, руйнувань, та слухові стресори, як вибухи та стрільба, є потужними тригерами страху. Тривога може проявлятися як постійне занепокоєння, надмірна пильність та фізичні симптоми (наприклад, прискорене серцебиття, пітливість, нудота) навіть за відсутності безпосередньої загрози. Паніка ж являє собою екстремальний, неконтрольований страх, що призводить до дезорганізації поведінки, такої як заціпеніння або неадекватна втеча під вогнем.[1]

Неконтрольований страх та паніка можуть суттєво погіршити бойову ефективність, порушуючи когнітивні функції, здатність приймати рішення та виконувати накази, що ставить під загрозу як самого військовослужбовця, так і його підрозділ. Тривалі або інтенсивні переживання страху та тривоги є факторами ризику розвитку тривожних розладів та посттравматичного стресового розладу (ПТСР).

Це підкреслює критичну відмінність у військовій психології: нормальні реакції страху необхідно відрізнити від паніки або хронічної тривоги, що призводять до дезадаптації. Страх сам по собі може мати адаптивну функцію, сигналізуючи про небезпеку, однак його неконтрольована ескалація в паніку є вкрай небезпечною в бойових умовах. Відтак, психологічна підготовка має зосереджуватися не на повному усуненні страху, а на його ефективному

управлінні та запобіганні паніці. Це вимагає цілеспрямованого навчання методам саморегуляції, розуміння природи бойових стресових реакцій та формування емоційно-вольової стійкості. [10]

Втома у військовому контексті є багатофакторним явищем, що виникає внаслідок інтенсивних фізичних навантажень, тривалих операцій, хронічної нестачі сну, постійної психологічної напруги, необхідності підтримувати високий рівень пильності, а також монотонності деяких видів діяльності. Важливо розрізнити гостру бойову втому, яка є тимчасовою реакцією на інтенсивні навантаження, та хронічне виснаження або емоційне вигорання, що розвивається внаслідок тривалого стресу без належного відновлення.

Прояви втоми включають як фізичні симптоми (зниження енергії, уповільнення реакцій, м'язова слабкість), так і когнітивні (порушення концентрації уваги, труднощі з прийняттям рішень, погіршення пам'яті). Історично використовувався термін "бойова втома" для опису подібних станів. Втома суттєво знижує боєздатність, підвищує ризик помилок, нещасних випадків та знижує загальну ефективність виконання завдань. Крім того, стан виснаження робить військовослужбовця більш вразливим до інших стресорів та може сприяти розвитку психологічних розладів. Командири відіграють важливу роль у моніторингу стану підлеглих та організації можливостей для відпочинку.

Втома у військових умовах рідко буває суто фізичною чи суто психологічною; це, як правило, складний взаємозв'язок. Хронічний стрес виснажує фізичні ресурси організму, тоді як фізична втома знижує психологічну опірність та здатність долати стрес. Такий взаємозв'язок вказує на необхідність комплексного підходу до управління втомою. Цей підхід має поєднувати заходи оперативного планування (регулювання навантаження, забезпечення можливостей для сну та відпочинку) з психологічною підтримкою (навчання методам управління стресом, розвиток стійкості) та, можливо,

фізіологічними стратегіями відновлення. Ігнорування будь-якого з цих аспектів призведе до неефективних рішень.

Адаптація у військовому контексті – це багаторівневий та динамічний процес пристосування особистості до специфічних умов військової служби й бойових ситуацій. Цей процес є обов'язковою передумовою ефективного виконання завдань та виживання і включає психологічні, соціальні та фізіологічні трансформації. Зазвичай виокремлюють два основні етапи адаптації: первинну адаптацію до військового середовища та адаптацію до умов бойових дій.

Первинна адаптація: даний етап характеризується різкою зміною стилю життя, оскільки передбачає перехід від цивільного до чітко структурованого, ієрархічного способу життя із суворим режимом дня, визначеними правилами поведінки, суворою дисципліною та субординацією. Молоді військовослужбовці та офіцери стикаються з необхідністю жити в казармених умовах, виконувати службові обов'язки, що супроводжується значним обмеженням контактів із родиною та друзями.

Ключовим аспектом первинної адаптації є процес соціалізації у військовий колектив, який передбачає інтеграцію в нове соціальне середовище, засвоєння норм і цінностей групи, встановлення взаємодії з товаришами по службі й керівництвом, а також визначення свого місця у структурі підрозділу. Відзначається, що перші дні служби і спосіб прийому нових військовослужбовців мають значний та довготривалий вплив.

Крім соціальної та побутової адаптації, на цьому етапі необхідно швидко засвоїти великий обсяг нових знань, умінь і навичок, потрібних для ефективного виконання службових завдань.

Дослідження виокремлюють кілька ключових чинників успішної первинної адаптації, серед яких: підтримка з боку родини й друзів, позитивні

особистісні якості, підтримка з боку однолітків, позитивне ставлення й допомога з боку офіцерів і сержантів, а також чітко організована військова служба, особливо дотримання режиму дня. Особлива увага приділяється адаптації молодих офіцерів, для яких розроблені окремі методичні рекомендації.

Первинна адаптація є фундаментом для подальшої військової кар'єри і передбачає глибокі зміни у зовнішньому оточенні, соціальній структурі та повсякденних звичках. Її успішність значною мірою залежить від зовнішніх форм підтримки і внутрішніх ресурсів особистості. Можна припустити, що ефективно проходження первинного етапу адаптації створює передумови для розвитку психологічної стійкості та здатності адаптуватися до більш складних стресових ситуацій у майбутньому, зокрема, до бойових дій. Навпаки, труднощі на початковому етапі, такі як погана соціалізація, недостатність підтримки або негативний досвід взаємодії з керівниками, можуть підвищити вразливість особистості у майбутньому. Саме тому надзвичайно важливою є роль військових структур у забезпеченні оптимальних умов первинної адаптації через впровадження структурованих програм прийому, формування позитивного соціального клімату, чітке формулювання очікувань і розпорядку, а також раннє виявлення і підтримку осіб, які мають складнощі з пристосуванням. Цей період є критичним для реалізації профілактичних заходів та своєчасної допомоги.[25]

#### Адаптація до умов бойових дій

Цей етап розпочинається з безпосереднього зіткнення військовослужбовця з особливими стресовими факторами бойового середовища. До них відносяться пряма загроза життю та здоров'ю, спостереження за насильством, смертю та пораненнями, надмірна інформаційна завантаженість, ситуація невизначеності, швидкі зміни тактичної ситуації, фізичні труднощі, а також тривала розлука з близькими.

Адаптація до таких умов передбачає значні психологічні зміни. Військовослужбовці повинні навчитися управляти сильними реакціями страху та стресу, підтримувати концентрацію та швидко ухвалювати рішення в умовах підвищеного тиску, справлятися з втратами та ситуаціями моральної неоднозначності. Як захисні механізми можуть формуватися підвищена пильність, емоційна стриманість або навіть певний стан емоційного «оніміння». Деякі автори виділяють фази адаптації до бойового стресу: початкову мобілізацію та високу активність, період пристосування зі стабілізацією ефективності, а також фазу нестійкої адаптації чи виснаження, якщо вплив стресу є тривалим та інтенсивним. Американська модель контролю бойового стресу визначає чотири стадії: норма, реакція, травма та хвороба.

Важливо зазначити, що адаптація до бойових умов не завжди супроводжується лише негативними наслідками. Деякі дослідження підтверджують можливість позитивних змін, таких як зростання професійних компетенцій, переоцінка особистих цінностей і формування нових життєвих пріоритетів, а також зростання соціального статусу та визнання досягнень. Це явище описується концепцією посттравматичного зростання.

Адаптація до бойових умов є не одноразовою подією, а постійним і динамічним процесом, на який впливає інтенсивність і тривалість стресових факторів, доступність підтримки й індивідуальні особливості особистості. Цей процес може включати як негативні реакції на стрес, так і позитивні зміни. Динамічність процесу підтверджують моделі, що описують фази адаптації. Таким чином, потреби у підтримці змінюються протягом всього періоду розгортання: на початкових етапах більш актуальними є навички первинного управління стресом, тоді як на пізніших стадіях важливішими стають інтервенції щодо накопиченого стресу, професійного вигорання або симптомів посттравматичного стресового розладу чи моральних травм. Ключовими залишаються лідерство та підтримка з боку товаришів по службі на всіх етапах

адаптації. Тому психологічна підтримка військовослужбовців повинна бути гнучкою і змінюватися залежно від ситуації. Необхідним є постійний моніторинг психологічного стану особового складу, що дозволяє своєчасно адаптувати інтервенції наприклад, проведення стрес-дебрифінгів, тренінгів психологічної стійкості, забезпечення доступу до медичної допомоги відповідно до змінюваних потреб військовослужбовців та підрозділів у процесі адаптації до бойових реалій.

### **Висновки до розділу 1**

У цьому розділі було розкрито теоретичні засади психологічної готовності курсантів закладів вищої освіти до військово-професійної діяльності. Встановлено, що поняття психологічної готовності є складним та інтегральним, воно об'єднує стійкі особистісні характеристики та ситуативні психофізіологічні стани особистості. Розглянуто історичні підходи до вивчення цього феномена, які сформувалися в педагогічній, військовій і спортивній психології. Розуміння психологічної готовності значною мірою залежить від обраного теоретичного підґрунтя – будь то функціональний, особистісний, діяльнісний чи системний підхід. Кожен з них пропонує унікальну оптику для аналізу, акцентуючи увагу на різних детермінантах та проявах готовності. Їх не слід розглядати як взаємовиключні, а радше як взаємодоповнюючі перспективи, що разом формують більш повне уявлення про цей феномен.

Аналіз структури психологічної готовності вказує на її комплексний характер, який включає мотиваційний, когнітивний, операційно-діяльнісний, емоційно-вольовий та особистісний компоненти. Особлива увага приділяється ролі мотиваційної, когнітивної та емоційно-вольової складової, яка забезпечує психологічну стійкість, адаптацію до стресу та здатність ефективно діяти в екстремальних умовах.

Вивчення психологічних особливостей військово-професійної діяльності дозволило виокремити основні стресові чинники, такі як страх, паніка, втома та необхідність постійної адаптації до бойових умов. Було з'ясовано, що психологічна стійкість військовослужбовців формується як процес адаптації на різних етапах служби – від первинної адаптації до служби до адаптації до реальних бойових умов. Успішність адаптації визначається системною підтримкою з боку командування, соціальним оточенням та наявністю ефективних психологічних стратегій управління стресом.

Таким чином, теоретичний аналіз підкреслює важливість формування психологічної готовності курсантів як необхідної умови для їх ефективної військово-професійної діяльності. Подальше емпіричне дослідження дозволить поглибити розуміння цього феномену та розробити практичні рекомендації для системи військової освіти.

## **РОЗДІЛ 2. Методологічні основи дослідження психологічної готовності курсантів**

### **2.1. Методологічні принципи організації та проведення емпіричного дослідження**

Метою даного розділу є висвітлення та ґрунтовне обґрунтування методологічного апарату, що використовується в рамках емпіричного дослідження психологічної готовності курсантів. У розділі представлено основні методологічні принципи, на яких базується дослідження, детально охарактеризовано вибрані психодіагностичні методики з аналізом їхніх психометричних характеристик та обґрунтовано доцільність їх застосування. Окрему увагу приділено організації дослідження, процедурі збору емпіричних даних, а також методам статистичної обробки та інтерпретації результатів.

Наукова обґрунтованість і достовірність результатів психологічного дослідження, зокрема такого важливого, як вивчення психологічної готовності

курсантів до професійної діяльності у військовій сфері, значною мірою залежать від точності розробки та дотримання методологічних засад. Психологічна готовність — це складне, багатофакторне утворення, що потребує цілісного, надійного методологічного підходу для повноцінного дослідження. Це особливо важливо в умовах підготовки майбутніх офіцерів, де готовність до професійної діяльності є критичним чинником ефективного виконання службових завдань та підтримання психічної стійкості в умовах високих навантажень і стресових ситуацій.

Обґрунтована методологія не лише забезпечує наукову валідність отриманих результатів, але й підвищує прикладне значення сформульованих на їх основі рекомендацій. Проведене емпіричне дослідження спирається на комплекс загальнонаукових і спеціалізованих психологічних принципів, які визначають дослідницький підхід до об'єкта пізнання, сприяють досягненню об'єктивності та достовірності висновків.

#### Огляд фундаментальних принципів психологічного дослідження

Принцип детермінізму. Цей принцип передбачає, що психічні явища, які формують психологічну готовність курсантів, такі як резильєнтність, мотивація досягнення та вольовий самоконтроль, не є випадковими, а зумовлені комплексом взаємопов'язаних факторів. У науковому плані це розглядається як вторинність психіки, її зумовленість діяльністю мозку. В життєвому контексті психіка визначається стилем життя та змінюється зі зміною зовнішніх умов. Таким чином, дослідження спрямоване на виявлення чинників, що впливають на рівень та структуру психологічної готовності, серед яких можуть бути індивідуально-психологічні особливості курсантів, специфіка навчально-виховного процесу, умови проживання та служби, а також соціально-психологічний клімат у колективі.

Принцип розвитку. Психологічна готовність курсантів розглядається не як статичне утворення, а як динамічний процес, що перебуває у безперервному розвитку та змінах. Її формування відбувається під впливом вікових особливостей, етапів професійного становлення, специфіки навчальної та службової діяльності на різних курсах навчання, соціального оточення та, що важливо, особистої активності самого курсанта. Цей принцип орієнтує на вивчення психологічної готовності в динаміці, з урахуванням її трансформацій протягом періоду навчання у військовому закладі.

Окрім зазначених, дослідження також спирається на принцип науковості, що передбачає використання обґрунтованих методів та процедур, відповідних сучасним досягненням психологічної науки, та особистісний підхід, який визнає унікальність кожного індивіда та необхідність врахування його індивідуальних особливостей при аналізі та інтерпретації даних.

Організація даного емпіричного дослідження узгоджується з класичними етапами наукового пошуку в психології, які включають підготовчий етап (визначення проблеми, мети, завдань, об'єкта та предмета дослідження, аналіз літератури), методичний етап (вибір та обґрунтування методик, формування вибірки), власне емпіричний етап (збір даних) та інтерпретаційний етап (обробка, аналіз, узагальнення та інтерпретація результатів, формулювання висновків). Цей другий розділ, присвячений методологічним основам, є результатом завершення підготовчого та методичного етапів і створює необхідне підґрунтя для проведення емпіричного етапу та подальшого аналізу даних. Його ретельне опрацювання є запорукою валідності та надійності всього дослідження.

### Специфіка емпіричного дослідження у психології

Дане дослідження за своєю сутністю є емпіричним. На відміну від теоретичних досліджень, які базуються на теоретичних узагальненнях для формулювання нових теоретичних висновків, емпіричні дослідження

спрямовані на збір, аналіз та інтерпретацію конкретних фактів, отриманих шляхом взаємодії дослідника з об'єктом. У нашому випадку, це дані, отримані від курсантів за допомогою психодіагностичних методик. Емпіричне дослідження дозволяє накопичити наукові факти та перевірити правильність теоретичних положень щодо структури, чинників та динаміки психологічної готовності курсантів. Дослідження спирається на індуктивний метод, що передбачає рух від часткових емпіричних даних (результатів тестування конкретної вибірки курсантів) до формулювання більш загальних висновків та закономірностей. Важливим інструментом реалізації індуктивного підходу в сучасній психології є математична статистика, яка дозволяє об'єктивізувати та узагальнити отримані дані.[5]

#### Етичні принципи дослідження курсантів

Проведення психологічного дослідження з курсантами вимагає неухильного дотримання етичних норм та принципів, що забезпечують захист прав та гідності учасників, а також достовірність отриманих даних. Особлива увага до етичних аспектів зумовлена специфікою досліджуваної групи – курсантів військових навчальних закладів, які перебувають в умовах чіткої ієрархії та регламентованої діяльності.

Інформована згода: Перед початком дослідження кожен респондент отримує повну інформацію про мету, процедуру, можливі наслідки та особливості дослідження, а також про свої права, зокрема право відмовитися від участі або припинити її на будь-якому етапі без негативних наслідків. Згода на участь є добровільною та фіксується у встановленому порядку. Надзвичайно важливо забезпечити, щоб згода була справді добровільною, а не результатом прихованого чи явного тиску з боку командування або дослідників, враховуючи ієрархічну структуру військового закладу. Процедура отримання згоди має мінімізувати будь-який потенційний вплив владних відносин.

Конфіденційність: Усім учасникам гарантується повна анонімність та конфіденційність отриманих даних. Результати дослідження представляються лише в узагальненому вигляді, без ідентифікації конкретних осіб. Зберігання та обробка даних здійснюється з дотриманням вимог щодо захисту персональної інформації. Усвідомлення респондентами надійності гарантій конфіденційності є критичним для отримання щирих відповідей, особливо на питання, що стосуються їхніх особистісних якостей та переживань.

Відповідальність за використання результатів: я несу відповідальність за коректну інтерпретацію та використання отриманих даних, запобігаючи їхньому хибному тлумаченню або використанню на шкоду учасникам дослідження. Результати не повинні використовуватися для адміністративних рішень щодо курсантів без їхньої згоди та відповідних процедур.

Дотримання цих етичних принципів не є формальністю, а становить невід'ємну частину методологічного забезпечення дослідження. Нехтування етичними нормами, особливо в умовах військового навчального закладу, може призвести до отримання недостовірних даних через соціально бажані відповіді, викликані побоюваннями курсантів щодо можливих негативних наслідків. Таким чином, суворе дотримання етики є запорукою не лише моральної чистоти дослідження, але й наукової валідності його результатів. Інтеграція фундаментальних психологічних принципів, таких як детермінізм та системність, з неухильним дотриманням етичних стандартів формує міцний фундамент для отримання достовірних та науково значущих висновків щодо психологічної готовності курсантів.

## **2.2. Психодіагностичні методики, що використовувалися в дослідженні**

Вибір комплексу психодіагностичних методик для дослідження психологічної готовності курсантів зумовлений розумінням цього феномену як багатокомпонентного особистісного утворення. Психологічна готовність до діяльності в особливих, часто екстремальних, умовах передбачає не лише

наявність професійних знань та навичок, але й сформованість певних психологічних якостей, таких як здатність протистояти стресу та відновлюватися після труднощів (резильєнтність), спрямованість на досягнення високих результатів у професійній діяльності (мотивація досягнення) та здатність свідомо регулювати свою поведінку та психічні стани (вольовий самоконтроль). Обрані методики дозволяють комплексно оцінити ці ключові складові психологічної готовності.[34]

### Шкала резильєнтності Коннора-Девідсона-10 (CD-RISC-10)

Теоретичне обґрунтування та розробка: Шкала резильєнтності Коннора-Девідсона (CD-RISC) була розроблена Кетрін М. Коннор та Джонатаном Р.Т. Девідсоном у 2003 році з метою оцінки резильєнтності, яку автори визначали як здатність "процвітати перед лицем негараздів". Створення шкали було мотивоване необхідністю вдосконалення існуючих на той час вимірювальних інструментів, зокрема, підвищення їх генералізованості. Оригінальна шкала містила 25 пунктів. Скорочена 10-пунктова версія (CD-RISC-10) була розроблена Кемпбелл-Сіллс та Стейном у 2007 році шляхом факторного аналізу початкової шкали. Метою модифікації було покращення валідності шкали та усунення занепокоєння щодо п'ятифакторної структури оригіналу. Автори дійшли висновку, що 10 відібраних пунктів найкраще відображають єдиний латентний фактор "резильєнтності". Ці 10 тверджень оцінюють здатність особистості витримувати складні життєві випробування, включаючи зміни, особисті проблеми, хвороби, тиск, невдачі та болісні переживання. Резильєнтність є критично важливою характеристикою для курсантів, які проходять інтенсивну підготовку та готуються до професій, пов'язаних із високим рівнем стресу та потенційно травматичними подіями. Отже, концептуальна основа CD-RISC-10 безпосередньо відповідає потребам дослідження психологічної готовності цієї категорії осіб.[32]

Шкала CD-RISC успішно застосовувалася у дослідженнях військовослужбовців, а також підлітків та молоді, що робить її придатною для вивчення курсантів. Резильєнтність є ключовим фактором психологічної готовності до виконання завдань у складних та потенційно травматичних умовах, характерних для багатьох професій, до яких готуються курсанти. Здатність шкали фіксувати зміни в рівні резильєнтності також вказує на її потенційну корисність не лише для діагностики поточного стану, але й для оцінки ефективності програм психологічної підготовки, спрямованих на розвиток резильєнтності у курсантів. Таким чином, CD-RISC-10 може слугувати не тільки для констатації рівня резильєнтності, але й як інструмент для моніторингу динаміки цього важливого компонента психологічної готовності в процесі навчання та спеціальної підготовки. [53]

Наявність валідизованої україномовної версії шкали CD-RISC-10 з доведеними психометричними властивостями на українських вибірках робить її доцільним та надійним інструментом для оцінки рівня резильєнтності у курсантів в рамках даного дослідження. Наявність такої ретельно адаптованої методики є значною перевагою, оскільки забезпечує більшу впевненість у якості даних щодо цього конструкту порівняно з іншими інструментами, для яких подібні дані про локальну адаптацію можуть бути менш вичерпними. Інструкція та питання розміщені в додатку А. [47]

Тест-опитувальник вимірювання мотивації досягнення (модифікація А. Мехрабіана, М.Ш. Магомед-Еміновим)

Тест-опитувальник для вимірювання мотивації досягнення у модифікації М.Ш. Магомед-Емінова базується на теоретичних розробках А. Мехрабіана і призначений для діагностики двох узагальнених стійких мотивів особистості: мотиву прагнення до успіху та мотиву уникнення невдачі. Методика дозволяє оцінити, який з цих двох мотивів домінує у респондента. Теоретичною основою

для розробки опитувальника слугувала також теорія мотивації досягнення Дж. Аткинсона. Перші значні дослідження мотивації досягнення були проведені Д.С. Мак-Клелландом. Мотивація досягнення є надзвичайно важливою для курсантів, оскільки їхня навчальна та службова діяльність характеризується постійною оцінкою результатів, елементами змагальності та необхідністю відповідати високим професійним стандартам. Розуміння домінуючої мотиваційної спрямованості (прагнення до успіху чи уникнення невдачі) може мати суттєве значення для прогнозування успішності навчання, адаптації до умов служби та загального психологічного благополуччя курсантів.[2]

Мотивація досягнення є одним із провідних чинників психологічної готовності особистості до різних видів діяльності, зокрема навчальної та професійної. Для курсантів, які готуються до виконання складних і відповідальних завдань, рівень і спрямованість мотивації досягнення можуть істотно впливати на їхню ефективність, наполегливість і прагнення до саморозвитку. Наявність адаптованих україномовних версій опитувальника як для чоловіків, так і для жінок дозволяє його застосування в межах цього дослідження. Попри обмеженість опублікованих результатів формальної психометричної верифікації, зокрема на специфічній вибірці курсантів, теоретична обґрунтованість конструкта мотивації досягнення та його значущість у контексті оцінки психологічної готовності, а також тривалий досвід практичного використання методики, дозволяють застосовувати її у даному дослідженні. При цьому доцільно враховувати переважно експлораторний (розвідувальний) характер аналізу отриманих результатів. Таблиця та інструкція представлена в додатку Б.

Методика "Дослідження вольового самоконтролю" А.В. Зверкова й Е.В. Ейдмана (ВСК)

Методика "Дослідження вольового самоконтролю" (ВСК) розроблена А.Г. Зверковим та Е.В. Ейдманом і призначена для оцінки рівня розвитку вольової саморегуляції особистості. Опитувальник фокусується на таких компонентах вольового самоконтролю, як "наполегливість" (здатність долати перешкоди на шляху до мети, докладати зусиль) та "самовладання" (здатність контролювати свої емоції, поведінку, зберігати спокій у складних ситуаціях). Вольові якості, такі як наполегливість, самовладання, рішучість, відповідальність, мають фундаментальне значення для успішної професійної діяльності, особливо у сферах, що вимагають високого рівня самодисципліни, стресостійкості та здатності діяти в умовах невизначеності та ризику. Для курсантів, які готуються до служби в правоохоронних органах, збройних силах чи інших силових структурах, розвинений вольовий самоконтроль є однією з ключових професійно важливих якостей.[32]

Методика ВСК активно використовується у психологічних дослідженнях, зокрема при вивченні саморегуляції у студентів та інших вибірок. У доступних джерелах інформація щодо перевірки надійності (наприклад, внутрішньої узгодженості за альфа Кронбаха або тест-ретестової надійності) та проведення комплексної валідизації методики ВСК на українських вибірках курсантів є обмеженою. Дослідження, що використовували ВСК, хоча й підтверджували її валідність через кореляції з іншими методиками, не завжди звітували про показники надійності ВСК у власних вибірках. У роботі «Особливості саморегуляції майбутніх психологів як чинник їхнього професійного становлення» згадується використання методики, але не надає її психометричних характеристик.[6]

Вольовий самоконтроль є невід'ємною складовою психологічної готовності курсантів, оскільки саме ця властивість дозволяє їм долати труднощі навчально-службової діяльності, зберігати цілеспрямованість в умовах стресу та напруження, а також ефективно контролювати власну поведінку й емоції. Це

має особливе значення у контексті професійної підготовки майбутніх військовослужбовців.

Двофакторна структура методики ВСК, яка охоплює компоненти наполегливості та самоволодіння, забезпечує більш диференційовану оцінку вольової сфери курсантів. Зокрема, наполегливість може асоціюватися зі здатністю витримувати тривалі інтелектуальні та фізичні навантаження, а також з подоланням перешкод у процесі навчання. Натомість самоволодіння виступає критичним чинником ефективної емоційної регуляції в умовах тиску, а також у складних міжособистісних взаємодіях у військовому колективі.

Адаптована україномовна версія шкали, наявність змістово узгоджених тверджень та підтвержені кореляції з іншими релевантними психологічними конструкціями (зокрема імпульсивністю та самоволодінням, вимірюваним іншими інструментами), а також наявність цієї методики у методичному посібнику: «Діагностика психологічних змін у військовослужбовців в умовах війни» слугують вагомими аргументами на користь застосування методики у даному дослідженні. Попри те, що емпіричних даних щодо надійності ВСК саме на українських вибірках курсантів наразі бракує, непрямі свідчення її валідності, отримані через виявлення теоретично обґрунтованих зв'язків із суміжними психологічними конструкціями в межах номологічної мережі, дозволяють вважати методику релевантною дослідницьким цілям. Водночас, обмеження, пов'язані з відсутністю специфічних психометричних показників для цільової популяції, слід враховувати під час інтерпретації отриманих результатів. В додатку В надана детальна інструкція, питання та інтерпретація.[32]

### **2.3. Організація і процедура проведення емпіричного дослідження**

Проведення емпіричного дослідження психологічної готовності курсантів здійснювалося з урахуванням загальноприйнятої структури наукового дослідження в психології, яка включає три основні етапи: підготовчий,

емпіричний та аналітико-інтерпретаційний. Цей підрозділ присвячено детальному опису процедури реалізації емпіричного етапу дослідження.

Етапи дослідження: Після завершення підготовчого етапу, який охоплював аналіз наукової літератури, формулювання дослідницької проблеми, визначення мети й завдань дослідження, а також методичного етапу, що включав обґрунтування методологічних принципів і добір психодіагностичного інструментарію (описаних у попередніх розділах), дослідницький процес перейшов до емпіричного етапу — безпосереднього збору первинних даних. Заключним етапом виступає аналітико-інтерпретаційний, в межах якого здійснюється статистична обробка отриманих результатів, їх інтерпретація у контексті поставлених завдань і узагальнення у висновках.

Формування вибірки: Основні респонденти є курсанти закладу вищої освіти та студенти аналогічних цивільних спеціальностей. Для забезпечення валідності та надійності результатів, важливим етапом стала побудова вибірки з урахуванням її релевантності генеральній сукупності.

У дослідженні брали участь курсанти 1 та 2 курсу, спеціальності «Військова психологія» та «Соціальна робота у військах». А також студенти 1 та 2 курсу аналогічних цивільних спеціальностей «Психологія» та «соціальна робота». Загальна чисельність вибірки — 70 осіб. Вік учасників становив від 17 до 21 років. Метод формування вибірки — обґрунтовується відсутністю подібних досліджень саме серед курсантів. А також наукова цікавість до формування феномену психологічної стійкості та різниці між рівнем психологічної готовності за 3 компонентами у курсантів та студентів.

Збір емпіричних даних здійснювався шляхом онлайн-опитування. Для підвищення якості вибірки та забезпечення її максимальної репрезентативності щодо генеральної сукупності курсантів були вжиті організаційні заходи:

попереднє інформування щодо мети, завдань і значущості дослідження; надання учасникам гарантій добровільності участі, анонімності та конфіденційності.

З метою мінімізації зазначених викликів, у ході дослідження було передбачено низку заходів: максимально прозоре інформування курсантів про дослідження, підкреслення його наукової цінності, а також мотивація до участі через акцент на важливості їхньої думки для розуміння психологічних особливостей підготовки у складних умовах. За можливості, демографічні характеристики вибірки порівнювались з відомими параметрами генеральної сукупності з метою оцінки її репрезентативності. Усі потенційні обмеження, пов'язані з формуванням вибірки, будуть враховані та окремо зазначені при інтерпретації результатів дослідження.

Збір даних за допомогою Google Forms: Обґрунтування вибору Google Forms: Вибір платформи Google Forms для проведення онлайн-опитування зумовлений низкою її переваг: простота створення та адміністрування анкет, можливість охоплення великої кількості респондентів незалежно від їхнього місцезнаходження, автоматичний збір відповідей у структурованому вигляді, що полегшує подальшу обробку, доступність з різних пристроїв. Ці характеристики роблять Google Forms ефективним інструментом для збору вибірки.

Розробка онлайн-опитувальника: На платформі Google Forms буде створено єдиний онлайн-опитувальник, що послідовно включатиме три обрані психодіагностичні методики: Шкалу резильєнтності Коннора-Девідсона-10 (CD-RISC-10), Тест-опитувальник вимірювання мотивації досягнення (модифікація А. Мехрабіана, М.Ш. Магомед-Еміновим) та методику "Дослідження вольового самоконтролю" А.В. Зверкова й Е.В. Ейдмана.

Опитувальник матиме чітку структуру: Вступна частина: міститиме інформацію про організацію, що проводить дослідження, мету опитування, орієнтовний час його проходження та гарантії анонімності й конфіденційності.

Блок інформованої згоди: Опитування є анонімним, і всі отримані відповіді будуть використані в узагальненому вигляді виключно в наукових цілях. У формі немає «правильних» або «неправильних» відповідей — важлива лише ваша щирість і особисте бачення. Продовжуючи заповнення анкети, ви підтверджуєте свою згоду на участь у дослідженні.

Блок демографічних питань: стать, вік, курс, спеціальність. Також були представлені наступні питання для кращого розуміння респондентів. «Чи є або були Ви учасником/учасницею бойових дій?», «Ви з тимчасово окупованих територій чи з територій де ведуться активні бойові дії?», «Ваші рідні є чи були учасниками бойових дій?», «Ваше ставлення до обов'язкового проходження базової загальновійськової підготовки для студентів».

Послідовно розміщені блоки питань кожної з трьох методик з чіткими інструкціями щодо їх заповнення та формату відповідей. Дизайн опитувальника буде простим, з достатнім контрастом тексту та фону, читабельним шрифтом, щоб забезпечити комфортне заповнення та мінімізувати втому респондентів. Питання будуть згруповані за методиками, можливо, з використанням розділів Google Forms для кращої навігації.

Конфіденційність та анонімність З метою дотримання етичних принципів психологічного дослідження, всім учасникам було гарантовано повну конфіденційність та анонімність. Для цього в електронній формі опитування функцію автоматичного збору електронних адрес було деактивовано, що унеможливило встановлення особи респондента навіть на технічному рівні. Зібрані дані зберігаються у знеособленому, агрегованому форматі на захищеному цифровому носії, доступ до якого має виключно дослідник. Будь-яка інформація, що потенційно може ідентифікувати особу, не фіксується.

Результати дослідження будуть оприлюднені та інтерпретовані виключно в узагальненій формі. Такий підхід унеможлиблює ідентифікацію окремих учасників та забезпечує дотримання стандартів дослідницької етики відповідно до чинного законодавства України та загальноприйнятих міжнародних норм щодо захисту персональних даних у наукових дослідженнях.

#### **2.4. Методи обробки та аналізу отриманих емпіричних даних**

Обробка та аналіз емпіричних даних, отриманих у ході дослідження психологічної готовності курсантів, буде здійснюватися за допомогою сучасного статистичного програмного забезпечення Jamovi.

Обґрунтування вибору програми Jamovi: Програма Jamovi є безкоштовним статистичним пакетом з відкритим вихідним кодом, що надає широкий спектр аналітичних можливостей, необхідних для соціальних наук. Вона має інтуїтивно зрозумілий інтерфейс, подібний до електронних таблиць, і підтримує виконання таких процедур, як t-критерії, дисперсійний аналіз, кореляційний та регресійний аналіз, непараметричні тести, аналіз надійності шкал, факторний аналіз та побудову таблиць спряженості. Jamovi розглядається як потужна та доступна альтернатива комерційним статистичним пакетам, таким як SPSS. Її функціонал повністю відповідає завданням даного дослідження.[56]

Первинна обробка даних: Дані, зібрані за допомогою Google Forms, будуть експортовані у форматі CSV або іншому сумісному форматі для подальшого імпорту в Jamovi. Етап первинної обробки включатиме такі кроки:

Ретельна перевірка на повноту заповнення (наявність пропущених відповідей), виявлення можливих помилок введення (хоча онлайн-формат мінімізує такі помилки) та атипових значень (викидів).

Кодування даних: Відповіді на питання опитувальників будуть переведені у числові значення згідно з ключами до методик.

Створення бази даних: Формування структурованої бази даних у Jamovi, де кожному респонденту відповідатиме рядок, а кожній змінній (пункту опитувальника, демографічній характеристиці, підрахованому показнику за шкалою) – стовпець.

Визначення типів змінних: У Jamovi для кожної змінної буде коректно визначено її тип (наприклад, номінальна, порядкова, неперервна/кількісна), що є важливим для вибору адекватних методів статистичного аналізу.

Обчислення сумарних показників: Розрахунок загальних балів за кожною методикою та її субшкалами (резильєнтність, прагнення до успіху, уникнення невдачі, загальний вольовий самоконтроль, наполегливість, самовладання) для кожного респондента.

Заплановані статистичні методи в Jamovi: Для перевірки гіпотез дослідження та досягнення поставленої мети планується застосування таких статистичних методів: Описова статистика: Для всіх досліджуваних змінних (показники за психодіагностичними методиками, демографічні дані) будуть розраховані основні показники описової статистики: середнє значення ( $M$ ), стандартне відхилення ( $SD$ ), медіана ( $Md$ ), мінімальне та максимальне значення, діапазон, а також частоти та відсотки для категоріальних даних. Це дозволить отримати загальне уявлення про розподіл показників у вибірці курсантів.

Аналіз надійності шкал: За потреби, для оцінки внутрішньої узгодженості кожної з використаних психодіагностичних шкал та субшкал на актуальній вибірці курсантів буде розрахований коефіцієнт альфа Кронбаха ( $\alpha$ ). Також, за потреби, може бути розглянутий коефіцієнт омега МакДональда ( $\omega$ ). Проведення такого аналізу є важливою процедурою контролю якості вимірювального інструментарію. Якщо отримані показники надійності для даної вибірки будуть суттєво нижчими за ті, що наведені в літературі, це вимагатиме обережності при інтерпретації подальших результатів та може

вказувати на специфіку сприйняття тверджень опитувальників саме курсантами.

Кореляційний аналіз: Для вивчення взаємозв'язків між різними компонентами психологічної готовності буде застосовано кореляційний аналіз. Залежно від типу розподілу даних, буде використаний коефіцієнт кореляції Пірсона ( $r$ ) для нормально розподілених кількісних даних або коефіцієнт кореляції Спірмена ( $\rho$ ) для даних, що не відповідають нормальному розподілу, або для порядкових змінних.

Порівняльний аналіз груп: У випадку, якщо дизайн дослідження передбачатиме порівняння показників психологічної готовності між різними підгрупами курсантів (наприклад, за курсом навчання, статтю, спеціалізацією, якщо ці дані збираються та є відповідні гіпотези), будуть використані методи порівняльного аналізу. Для порівняння двох незалежних груп буде застосовано t-критерій Стьюдента для незалежних вибірок (або його непараметричний аналог – U-критерій Манна-Уїтні, якщо дані не відповідатимуть вимогам параметричного критерію). Для порівняння трьох і більше груп буде використано однофакторний дисперсійний аналіз ANOVA (або його непараметричний аналог – критерій Крускала-Уолліса).

Інші релевантні аналізи (за потреби): Залежно від специфіки дослідницьких питань та отриманих даних, можуть бути застосовані й інші статистичні методи. Наприклад, якщо однією з цілей буде виявлення предикторів загального рівня психологічної готовності або її окремих компонентів, може бути проведений регресійний аналіз.

Підхід до інтерпретації статистичних результатів: Інтерпретація отриманих статистичних результатів буде комплексною. Окрім фіксації рівня статистичної значущості ( $p$ -value), особлива увага приділятиметься аналізу величини ефекту, що дозволить оцінити практичну значущість виявлених відмінностей або зв'язків. Результати будуть осмислюватися у контексті

теоретичних положень про психологічну готовність, даних попередніх досліджень, а також специфіки навчально-професійної діяльності курсантів. Ключовим завданням на етапі інтерпретації буде синтез даних, отриманих за допомогою різних методик та статистичних процедур, для формування цілісного уявлення про структуру та особливості психологічної готовності курсантів. Це передбачає пошук закономірностей, конвергентних та дивергентних зв'язків у даних, що дозволить побудувати всебічний психологічний профіль досліджуваної групи та відповісти на поставлені дослідницькі питання, дотримуючись принципу системності.

### **Висновок до розділу 2**

У другому розділі дипломної роботи розроблено та обґрунтовано методичний інструментарій для емпіричного дослідження рівня психологічної готовності курсантів. Цей процес спирався на фундаментальні методологічні принципи, такі як детермінізм, розвиток, науковість та особистісний підхід, а також на суворе дотримання етичних норм, включаючи інформовану згоду, добровільність участі та конфіденційність даних, що є особливо важливим при роботі з курсантами.

Для комплексної оцінки ключових компонентів психологічної готовності – резильєнтності, мотивації досягнення та вольового самоконтролю – було обґрунтовано та дібрано відповідний психодіагностичний комплекс. Він включає Шкалу резильєнтності Коннора-Девідсона-10 (CD-RISC-10), Тест-опитувальник вимірювання мотивації досягнення (модифікація А. Мехрабіана, М.Ш. Магомед-Еміновим) та методика "Дослідження вольового самоконтролю" А.В. Зверкова й Е.В. Ейдмана (ВСК). Вибір цих методик ґрунтувався на їхній теоретичній відповідності досліджуваному конструкту, наявних даних щодо валідності, релевантності для досліджуваної групи курсантів та можливості всебічної оцінки.

Організація емпіричного дослідження передбачала чітке визначення його етапів, формування вибірки, що включає курсантів та студентів цивільних спеціальностей для проведення порівняльного аналізу, а також процедуру збору даних за допомогою онлайн-опитування на платформі Google Forms. Особливу увагу було приділено заходам для забезпечення якості вибірки та дотримання етичних стандартів під час збору інформації. Для обробки та аналізу отриманих емпіричних даних заплановано використання сучасного статистичного програмного забезпечення Jamovi. Передбачається застосування методів описової статистики, аналізу надійності шкал, кореляційного аналізу та методів порівняльного аналізу груп для перевірки дослідницьких гіпотез та досягнення поставленої мети.

Таким чином, у другому розділі було розроблено цілісний методичний інструментарій. Він поєднує обґрунтовані теоретико-методологічні засади, валідний та надійний психодіагностичний комплекс, чітко сплановану процедуру емпіричного етапу та адекватні методи статистичної обробки даних, що створює міцне підґрунтя для проведення емпіричного дослідження рівня психологічної готовності курсантів та отримання достовірних наукових результатів.

### **РОЗДІЛ 3. Емпіричне дослідження психологічної готовності курсантів до військово-професійної діяльності**

#### **3.1. Вступ до емпіричного дослідження**

Даний розділ присвячений детальному викладенню, аналізу та інтерпретації результатів емпіричного дослідження, метою якого було визначення особливостей психологічної готовності курсантів закладів вищої освіти до військово-професійної діяльності у порівнянні зі студентами аналогічних цивільних спеціальностей. Як було теоретично обґрунтовано у Розділі 1, психологічна готовність є багатоконпонентним утворенням, що включає мотиваційні, когнітивні, емоційно-вольові та особистісні аспекти. В

рамках даного емпіричного дослідження основний фокус було зосереджено на таких ключових складових, як вольовий самоконтроль (з його диференціацією на наполегливість та самовладання), резильєнтність як здатність долати стресові ситуації та відновлюватися, а також особливості мотиваційної сфери особистості.

Проведення дослідження спиралося на методологічні принципи та психодіагностичний інструментарій, детально описані у Розділі 2. Зокрема, для оцінки зазначених компонентів психологічної готовності використовувалися стандартизовані методики, що дозволили отримати кількісні дані для подальшого статистичного аналізу. Статистична обробка включала перевірку надійності методик (коефіцієнт альфа Кронбаха), описовий аналіз, порівняльний аналіз показників у різних групах досліджуваних (курсанти військових спеціальностей та студенти цивільних спеціальностей) за допомогою t-критерію Стьюдента та U-критерію Манна-Уїтні, а також кореляційний аналіз для виявлення взаємозв'язків між досліджуваними компонентами за допомогою коефіцієнтів Пірсона та Спірмена.

### **3.2. Характеристика вибірки дослідження**

Емпіричне дослідження охопило студентів перших та других курсів Військового інституту КНУ імені Тараса Шевченка, а також студентів факультету психології КНУ імені Тараса Шевченка, які навчаються за різними спеціальностями. Загальна кількість респондентів склала 70 осіб. Вибірка була структурована наступним чином:

Курсанти військових спеціальностей (48,6% від загальної вибірки, N=34): 1 курс, спеціальність «Військова психологія», 1 курс, спеціальність «Соціальна робота у військах», 2 курс, спеціальність «Військова психологія», 2 курс, спеціальність «Соціальна робота у військах», Серед курсантів військових спеціальностей: 21 чоловік та 13 жінок. Студенти цивільних спеціальностей (51,4% від загальної вибірки, N=36): 1 курс, спеціальність «Психологія», 1 курс,

спеціальність «Соціальна робота», 2 курс, спеціальність «Психологія», 2 курс, спеціальність «Соціальна робота»

Серед студентів цивільних спеціальностей: 8 чоловіків та 28 жінок.

Такий розподіл вибірки дозволив провести порівняльний аналіз між групами, що навчаються в умовах військового закладу та цивільного, а також врахувати потенційні відмінності між курсами навчання та гендерними групами в межах кожної категорії. Вік учасників становив від 17 до 21 років. Середній вік учасників склав 18.44 роки. Найбільше респондентів у віці 18 років і складає 37— 52.86%. Найменше з віком 21 рік, лише 1— 1.43%. 19 річних респондентів 27— 38.57%. Також 2 респонденти з віком 20 років та 3 респонденти з віком 17 років. Серед студентів військових спеціальностей переважає чоловіча вибірка, а серед студентів цивільних спеціальностей — жіноча. 2 респонденти є або був учасником бойових дій. 14 респондентів—20% з тимчасово окупованих територій чи з територій де ведуться активні бойові дії. У 41 особи—58.6% рідні є чи були учасниками бойових дій. Також було проведене опитування про ставлення до обов'язкового проходження базової загальновійськової підготовки для студентів. 46 респондентів— 65.7% виражають позитивне ставлення. 21 особа—30% виражують нейтральне ставлення. Тільки 3 людини—4.3% висловлюють негативне ставлення.

### **3.3. Презентація та аналіз результатів емпіричного дослідження**

Аналіз надійності психодіагностичних методик Перед тим, як перейти до аналізу основних результатів, було проведено оцінку внутрішньої узгодженості однієї з ключових використаних методик. Для методики "Дослідження вольового самоконтролю" А.В. Зверкова й Е.В. Ейдмана (ВСК) було розраховано коефіцієнт альфа Кронбаха. Отримане значення  $\alpha = 0.936$  свідчить про дуже високий рівень надійності та внутрішньої узгодженості даної методики на досліджуваній вибірці. Це означає, що пункти опитувальника, спрямовані на вимірювання вольового самоконтролю, дійсно вимірюють один і

той самий конструкт, що забезпечує достовірність отриманих за цією шкалою даних.

Описовий аналіз показників вольового самоконтролю, резильєнтності та мотивації у різних групах досліджуваних

Вольовий самоконтроль (Загальна шкала В, ВСК): Аналіз показників за загальною шкалою вольового самоконтролю (ВСК) виявив, що більшість груп демонструють високий рівень цього показника. Зокрема, респонденти 1 курсу військової психології (M=13.5), психології (M=14.6), соціальної роботи (M=12.8), соціальної роботи у військах (M=13.8), а також 2 курсу військової психології (M=13.9), соціальної роботи у військах (M=17.3) та соціальної роботи (M=13.5) показали високі результати. Виняток склали студенти 2 курсу психології, у яких показник вольового самоконтролю (M=11.7) відповідає середньому рівню. Найвищий середній бал за цією шкалою (M=17.3) зафіксовано у студентів 2 курсу спеціальності "Соціальна робота у військах".

Наполегливість (субшкала ВСК): Розподіл за субшкалою "Наполегливість" загалом повторює тенденцію загальної шкали вольового самоконтролю. Високий рівень наполегливості характерний для студентів 1 курсу військової психології (M=8.88), психології (M=9.40), соціальної роботи (M=8.82), соціальної роботи у військах (M=9.62), а також 2 курсу військової психології (M=8.71), соціальної роботи у військах (M=12.3) та соціальної роботи (M=10.0). Студенти 2 курсу психології (M=7.33) знову демонструють середній рівень. Найвищий показник наполегливості (M=12.3) також у студентів 2 курсу "Соціальна робота у військах".

Самовладання (субшкала ВСК): За субшкалою "Самовладання" високий рівень виявлено у студентів 1 курсу психології (M=8.10), військової психології (M=6.75), соціальної роботи (M=6.45), соціальної роботи у військах (M=6.85), а також 2 курсу психології (M=6.44), військової психології (M=7.71) та соціальної роботи у військах (M=8.33). Студенти 2 курсу соціальної роботи

( $M=5.83$ ) показали середній рівень самовладання. Найвищий показник ( $M=8.33$ ) у 2 курсу "Соціальна робота у військах".

Резильєнтність (Шкала Коннора-Девідсона CD-RISC-10): Аналіз показників резильєнтності показав, що студенти 1 курсу соціальної роботи ( $M=26.8$ ), 2 курсу психології ( $M=28.3$ ) та 2 курсу соціальної роботи ( $M=26.5$ ) мають рівень резильєнтності вищий за середній. Високий рівень цієї якості продемонстрували студенти 1 курсу психології ( $M=36.7$ ), військової психології ( $M=31.0$ ), соціальної роботи у військах ( $M=31.0$ ), а також 2 курсу військової психології ( $M=31.0$ ) та соціальної роботи у військах ( $M=30.2$ ). Найвищий середній бал зафіксовано у студентів 1 курсу психології ( $M=36.7$ ).

Мотивація (Тест-опитувальник А. Мехрабіана, модифікація М.Ш. Магомед-Емінова): Результати дослідження мотиваційної сфери вказують на те, що у всіх досліджуваних групах, як серед чоловіків, так і серед жінок, домінує прагнення до уникнення невдач. Це важливе спостереження, яке може свідчити про загальні тенденції в освітньому середовищі або про вплив ширших соціально-психологічних факторів. Середні значення за шкалою "Мотивація (чоловіки)": 1 курс військова психологія: 129, 1 курс психологія: 123, 1 курс соціальна робота: 125, 1 курс соц. робота у військах: 126, 2 курс військова психологія: 123, 2 курс психологія: 146 (найвищий показник), 2 курс соц. робота у військах: 127, 2 курс соціальна робота: 133.

Середні значення за шкалою "Мотивація (жінки)": 1 курс військова психологія: 112, 1 курс психологія: 115, 1 курс соціальна робота: 116, 1 курс соц. робота у військах: 121, 2 курс військова психологія: 143, 2 курс психологія: 109, 2 курс соц. робота у військах: 146 (найвищий показник), 2 курс соціальна робота: 129. Всі показники можна побачити в таблиці 3.1

Таблиця 3.1

Курс та спеціальність	Загальна шкала В	Наполегливість	Самовладання	Резильєнтність	Мотивація (ч)	Мотивація (ж)
1 курс військова психологія	13.5	8.88	6.75	31	129	112
1 курс психологія	14.6	9.40	8.10	36.7	123	115
1 курс соціальна робота	12.8	8.82	6.45	26.8	125	116
2 курс військова психологія	13.9	8.71	7.71	31	123	143
2 курс психологія	11.7	7.33	6.44	28.3	146	109
2 курс соц. робота у війська	17.3	12.3	8.33	30.2	127	146

х						
2 курс соціаль на робота	13.5	10	5.83	26.5	133	129
1 курс соц. робота у війська х	13.8	9.62	6.85	31	126	121

Порівняльний аналіз показників психологічної готовності у курсантів військових та студентів цивільних спеціальностей

Для виявлення статистично значущих відмінностей між групами курсантів військових спеціальностей та студентів цивільних спеціальностей було застосовано t-критерій Стюдента для шкал вольового самоконтролю, наполегливості, самовладання та резильєнтності, та U-критерій Манна-Уїтні для шкал мотивації (через відмінний від нормального розподіл даних за цими шкалами). Результати порівняльного аналізу представлені у Таблиці 2 додаток

Вольовий самоконтроль (Загальна шкала В): Середнє значення для цивільних студентів склало 13.14, для військових – 14.38. Відмінності не є статистично значущими ( $p=0.251$ ). Розмір ефекту ( $d$  Коена =  $-0.277$ ) вказує на малу величину відмінностей, з незначною перевагою у військових.

Наполегливість: Середнє значення для цивільних спеціальностей – 8.81, для військових спеціальностей – 9.74. Відмінності не є статистично значущими ( $p=0.271$ ). Розмір ефекту ( $d$  Коена =  $-0.265$ ) малий, з незначною перевагою у військових.

Самовладання: Середнє значення для цивільних спеціальностей – 6.81, для військових – 7.26. Відмінності не є статистично значущими ( $p=0.458$ ). Розмір ефекту ( $d$  Коена = -0.178) малий, з незначною перевагою у військових.

Резильєнтність: Середнє значення для цивільних – 27.11 і це є вищим за середній, для військових – 30.85 це високий показник. Виявлено статистично значущі відмінності ( $p=0.009$ ). Курсанти військових спеціальностей демонструють значно вищий рівень резильєнтності. Розмір ефекту ( $d$  Коена = -0.639) оцінюється як середній. Це свідчить про те, що здатність долати труднощі та адаптуватися до стресових умов є більш вираженою у студентів, які обрали військову кар'єру.

Мотивація (чоловіки): Середнє значення для цивільних чоловіків – 36.5, для військових чоловіків – 92.6. Виявлено статистично значущі відмінності ( $p=0.001$ , U-критерій Манна-Уїтні). Студенти-військові чоловічої статі мають значно вищий рівень загальної мотивації. Розмір ефекту ( $r = 0.425$ , розрахований як  $Z/\sqrt{N}$ ) є середнім.

Мотивація (жінки): Середнє значення для цивільних жінок – 92.9, для військових жінок – 62.4. Статистично значущих відмінностей не виявлено ( $p=0.201$ , U-критерій Манна-Уїтні). Розмір ефекту ( $r = 0.175$ ) малий.

Таким чином, найбільш виражені та статистично значущі відмінності на користь курсантів військових спеціальностей спостерігаються за показниками резильєнтності (для всієї групи військових) та рівня мотивації (для чоловіків). Це може вказувати на те, що або процес навчання на військових спеціальностях вже на ранніх етапах сприяє розвитку цих якостей, або ж на ці спеціальності йдуть особи, які вже мають вихідно вищі показники за цими параметрами. Всі показники можна побачити у таблиці 3.2.

Таблиця 3.2.

Шкали	p-значення	Розмір	Середнє	Середнє
-------	------------	--------	---------	---------

		ефекту	значення (цивільні)	значення (військові)
Вольовий самоконтроль	0.251	-0.277	13.14	14.38
Наполегливість	0.271	-0.265	8.81	9.74
Самовладання	0.458	-0.178	6.81	7.26
Резильєнтність	0.009	-0.639	27.11	30.85
Мотивація (ч)	0.001	0.425	36.5	92.6
Мотивація (ж)	0.201	0.175	92.9	62.4

Кореляційний аналіз взаємозв'язків між компонентами психологічної готовності.

Для вивчення взаємозв'язків між досліджуваними компонентами психологічної готовності було застосовано коефіцієнт кореляції Спірмена (для аналізу зв'язків зі шкалою резильєнтності) та коефіцієнт кореляції Пірсона (для інших шкал). Результати представлені у Таблиці 3.3. Прямий зв'язок означає, що зі збільшенням одного показника спостерігається тенденція до збільшення іншого.

Взаємозв'язки зі шкалою "Резильєнтність" (критерій Спірмена):

Резильєнтність – Вольовий самоконтроль: виявлено прямий слабкий статистично значущий зв'язок ( $\rho=0.379$ ,  $p=0.001$ ). Це вказує, що вищий рівень здатності долати труднощі пов'язаний з кращим вольовим контролем.

Резильєнтність – Наполегливість: встановлено прямий середній за силою статистично значущий зв'язок ( $\rho=0.458$ ,  $p=0.001$ ). Наполегливість є важливим чинником резильєнтності.

Резильєнтність – Самовладання: виявлено прямий дуже слабкий статистично значущий зв'язок ( $\rho=0.293$ ,  $p=0.014$ ). Здатність зберігати спокій також певною мірою пов'язана з резильєнтністю.

Резильєнтність – Мотивація (чоловіки): статистично значущого зв'язку не виявлено ( $\rho=0.230$ ,  $p=0.184$ ).

Резильєнтність – Мотивація (жінки): встановлено прямий слабкий статистично значущий зв'язок ( $\rho=0.350$ ,  $p=0.017$ ). У жінок вищий рівень мотивації пов'язаний з вищою резильєнтністю.

Взаємозв'язки зі шкалою "Мотивація (чоловіки)" (критерій Пірсона):

Мотивація (ч) – Вольовий самоконтроль: виявлено прямий середній за силою статистично значущий зв'язок ( $r=0.441$ ,  $p=0.008$ ).

Мотивація (ч) – Наполегливість: встановлено прямий слабкий статистично значущий зв'язок ( $r=0.358$ ,  $p=0.035$ ).

Мотивація (ч) – Самовладання: виявлено прямий слабкий статистично значущий зв'язок ( $r=0.375$ ,  $p=0.026$ ). Ці результати показують, що у чоловіків вищий рівень мотивації асоціюється з кращим вольовим самоконтролем та його компонентами.

Взаємозв'язки зі шкалою "Мотивація (жінки)" (критерій Пірсона):

Мотивація (ж) – Вольовий самоконтроль: встановлено прямий середній за силою статистично значущий зв'язок ( $r=0.546$ ,  $p=0.001$ ).

Мотивація (ж) – Наполегливість: виявлено прямий середній за силою статистично значущий зв'язок ( $r=0.615$ ,  $p=0.001$ ). Цей зв'язок є сильнішим, ніж аналогічний у чоловіків.

Мотивація (ж) – Самовладання: встановлено прямий слабкий статистично значущий зв'язок ( $r=0.363$ ,  $p=0.013$ ). У жінок, як і у чоловіків, мотивація

позитивно пов'язана з вольовим самоконтролем. Особливо виражений зв'язок спостерігається між мотивацією та наполегливістю.

Кореляційний аналіз підтверджує внутрішню узгодженість досліджуваних конструктів та вказує на те, що такі якості, як вольовий самоконтроль, наполегливість, самовладання, резильєнтність та мотивація, взаємопов'язані та формують комплекс психологічних характеристик, важливих для успішної діяльності та адаптації.

Таблиця 3.3

Шкали	Пірсон	Спір мен	р-значення
Резильєнтність – вольовий самоконтроль	-	0.379	0.001
Резильєнтність – наполегливість	-	0.458	0.001
Резильєнтність – самовладання	-	0.293	0.014
Резильєнтність – мотивація (ч)	-	0.230	0.184
Резильєнтність – мотивація (ж)	-	0.350	0.017
Мотивація (ч) – вольовий самоконтроль	0.441	-	0.008
Мотивація (ч) – наполегливість	0.358	-	0.035
Мотивація (ч) – самовладання	0.375	-	0.026
Мотивація (ж) – вольовий самоконтроль	0.546	-	0.001
Мотивація (ж) – наполегливість	0.615	-	0.001
Мотивація (ж) – самовладання	0.363	-	0.013

## Обговорення результатів емпіричного дослідження

Результати проведеного емпіричного дослідження надають цінну інформацію щодо особливостей формування компонентів психологічної готовності у студентів військових та цивільних спеціальностей на перших двох курсах навчання.

Високі показники вольового самоконтролю та його складових (наполегливості та самовладання) у більшості досліджуваних груп свідчать про достатній рівень розвитку цих якостей у молодих людей, які вступають до закладів вищої освіти. Певне зниження цих показників у студентів 2 курсу психології може бути пов'язане з кризовими явищами другого року навчання, переоцінкою професійного вибору або специфікою навчального навантаження. Найвищі показники вольового самоконтролю у студентів 2 курсу "Соціальна робота у військах" можуть вказувати на позитивний вплив специфіки навчання або на більш цілеспрямований відбір на цю спеціальність.

Домінування мотивації уникнення невдач у всіх групах є важливим сигналом. Це може відображати загальну тривожність у суспільстві, особливості сучасної системи освіти, яка часто акцентує увагу на помилках, або ж бути віковою особливістю. Така мотиваційна спрямованість може мати як негативні (зниження ініціативи, страх нового), так і позитивні (ретельність, відповідальність) наслідки для формування психологічної готовності.

Ключовим результатом є виявлення статистично значущо вищого рівня резильєнтності у курсантів військових спеціальностей порівняно зі студентами цивільних. Це узгоджується з теоретичними уявленнями про важливість цієї якості для подолання стресів та викликів військово-професійної діяльності (Розділ 1.3). Вищий рівень резильєнтності може бути як результатом початкового самовідбору осіб, більш стійких до труднощів, так і первинним ефектом адаптації до умов військового навчального закладу, які вимагають мобілізації внутрішніх ресурсів.

Вищий рівень загальної мотивації у курсантів-чоловіків порівняно з цивільними студентами-чоловіками також є показовим. Військова служба висуває чіткі вимоги та цілі, що може сприяти формуванню більш вираженої мотиваційної спрямованості. Відсутність таких відмінностей у жінок може бути пов'язана з меншою представленістю жінок у вибірці військових спеціальностей або іншими гендерними особливостями мотивації професійного вибору.

Відсутність значущих відмінностей за показниками вольового самоконтролю, наполегливості та самовладання між загальними групами військових та цивільних студентів на 1-2 курсах може свідчити про те, що ці фундаментальні вольові якості ще не зазнали суттєвої диференціації під впливом специфіки навчання на ранніх етапах. Їх розвиток може відбуватися поступово протягом усього періоду навчання.

Виявлені кореляційні зв'язки підтверджують системний характер психологічної готовності. Позитивний зв'язок резильєнтності з вольовим самоконтролем, особливо з наполегливістю, вказує на те, що здатність долати труднощі спирається на вміння докладати зусилля та контролювати свою поведінку. Зв'язок мотивації з вольовим самоконтролем та його компонентами є логічним: сильніша мотивація сприяє мобілізації вольових ресурсів. Гендерні відмінності у силі зв'язку між мотивацією та наполегливістю (сильніший у жінок) заслуговують на подальше вивчення.

Надійність методики ВСК ( $\alpha=0.936$ ) підвищує довіру до отриманих результатів щодо вольових якостей досліджуваних.

Загалом, емпіричні дані свідчать, що вже на початкових етапах навчання курсанти військових спеціальностей демонструють певні переваги у розвитку таких важливих для майбутньої професії якостей, як резильєнтність та (для чоловіків) загальний рівень мотивації. Це створює підґрунтя для подальшого

цілеспрямованого формування їхньої психологічної готовності до військово-професійної діяльності.

### **Висновок до розділу 3**

Проведене емпіричне дослідження, спрямоване на вивчення особливостей психологічної готовності курсантів закладів вищої освіти до військово-професійної діяльності у порівнянні зі студентами аналогічних цивільних спеціальностей, дозволило отримати низку вагомих результатів, які розкривають специфіку формування ключових компонентів цього інтегрального особистісного утворення на ранніх етапах професійного становлення. Аналіз даних, отриманих за допомогою валідизованого психодіагностичного інструментарію, що включав методики для оцінки вольового самоконтролю (з його складовими – наполегливістю та самовладанням), резильєнтності та мотиваційної сфери, дав змогу сформулювати наступні розгорнуті висновки.

Аналіз описових статистик засвідчив, що більшість досліджуваних студентів, як першого, так і другого курсів, незалежно від специфіки майбутньої професійної діяльності, демонструють достатньо високий або вищий за середній рівень розвитку вольового самоконтролю, наполегливості, самовладання та резильєнтності. Це свідчить про те, що молоді люди, які вступають до закладів вищої освіти, загалом володіють необхідним базовим потенціалом для вольової регуляції своєї поведінки та здатності долати життєві труднощі. Водночас, були виявлені певні варіації між окремими групами. Зокрема, студенти 2 курсу спеціальності "Психологія" показали дещо нижчі, середні показники вольового самоконтролю та наполегливості, а студенти 2 курсу спеціальності "Соціальна робота" – середній рівень самовладання. Ці спостереження можуть вказувати на динаміку адаптаційних процесів або на специфічні виклики, з якими стикаються студенти саме цих спеціальностей на другому році навчання, що може тимчасово впливати на їхні вольові ресурси. На противагу цьому, найвищі середні показники вольового самоконтролю та

його компонентів були зафіксовані у студентів 2 курсу спеціальності "Соціальна робота у військах", що може свідчити про ефективність спеціалізованої підготовки або про особливості особистісного профілю студентів, які обирають даний напрям.

Надзвичайно показовим результатом стало виявлення домінуючої мотиваційної спрямованості на уникнення невдач у всіх без винятку групах досліджуваних – як серед курсантів військових спеціальностей, так і серед студентів цивільних напрямків, а також незалежно від гендерної належності. Цей феномен може бути зумовлений комплексом факторів, включаючи загальний рівень соціальної напруженості, особливості сучасної системи освіти, яка часто робить акцент на оцінці та можливих помилках, або ж віковими особливостями досліджуваної вибірки. Переважання мотивації уникнення невдач може мати амбівалентний вплив на формування психологічної готовності: з одного боку, воно може стимулювати ретельність, відповідальність та прагнення уникнути помилок, що є важливим у багатьох професіях, особливо у військовій. З іншого боку, така мотиваційна спрямованість може обмежувати ініціативність, готовність до ризику та творчий підхід до вирішення завдань.

Порівняльний аналіз виявив статистично значущі відмінності між досліджуваними групами за двома ключовими компонентами:

**Резильєнтність:** Курсанти, що навчаються на військових спеціальностях, продемонстрували статистично значущо вищий рівень резильєнтності порівняно зі студентами цивільних спеціальностей. Це підтверджує теоретичні положення про критичну важливість даної якості для успішної адаптації та ефективного функціонування в умовах підвищених психологічних та фізичних навантажень, характерних для військово-професійної діяльності. Вищий рівень резильєнтності у курсантів може бути як результатом цілеспрямованого відбору осіб з відповідними особистісними характеристиками, так і початковим

ефектом впливу специфічного освітнього середовища військового закладу, яке вимагає мобілізації внутрішніх ресурсів та розвитку стресостійкості.

Мотивація (чоловіки): Було встановлено, що курсанти-чоловіки військових спеціальностей мають статистично значущо вищий загальний рівень мотивації порівняно зі студентами-чоловіками цивільних спеціальностей. Це може свідчити про більш усвідомлений професійний вибір, вищу внутрішню готовність до подолання труднощів, пов'язаних з обраною професією, або про більшу відповідність особистісних ціннісних орієнтацій вимогам військової служби.

За такими важливими компонентами, як загальний вольовий самоконтроль, наполегливість та самовладання, статистично значущих відмінностей між курсантами військових та студентами цивільних спеціальностей на перших двох курсах навчання виявлено не було. Це може вказувати на те, що ці фундаментальні вольові якості на даному етапі навчання ще не зазнали суттєвої диференціації під впливом специфіки обраної спеціальності і їх розвиток може бути більш поступовим та тривалим процесом, або ж вони є більш універсальними особистісними рисами, менш залежними від напрямку професійної підготовки на ранніх етапах.

Кореляційний аналіз підтвердив комплексний та системний характер психологічної готовності, виявивши низку значущих взаємозв'язків між її окремими компонентами:

Резильєнтність продемонструвала позитивні кореляції з вольовим самоконтролем, наполегливістю (середній за силою зв'язок) та самовладанням (дуже слабкий зв'язок). Це свідчить про те, що здатність особистості успішно долати стресові ситуації та відновлюватися після них тісно пов'язана з її вольовими ресурсами, зокрема зі здатністю докладати зусилля для досягнення мети та зберігати контроль над власною поведінкою та емоціями. Також було виявлено позитивний зв'язок між резильєнтністю та мотивацією у жінок, що

вказує на важливість мотиваційного чинника для розвитку стресостійкості у представниць жіночої статі.

Загальний рівень мотивації, як у чоловіків, так і у жінок, позитивно корелює з вольовим самоконтролем, наполегливістю та самовладанням. Це підкреслює роль мотивації як енергетичної основи вольової активності. Особливо варто відзначити сильніший зв'язок між мотивацією та наполегливістю у жінок порівняно з чоловіками, що може вказувати на певні гендерні відмінності у структурі мотиваційно-вольової сфери та механізмах досягнення цілей.

Проведена перевірка надійності методики "Дослідження вольового самоконтролю" (ВСК) за допомогою коефіцієнта альфа Кронбаха показала високий рівень її внутрішньої узгодженості ( $\alpha=0.936$ ). Це свідчить про те, що використаний інструмент є надійним та придатним для вимірювання відповідного конструкту на досліджуваній вибірці, що забезпечує достовірність отриманих за його допомогою даних.

Підсумовуючи результати емпіричного дослідження, можна констатувати, що процес формування психологічної готовності до військово-професійної діяльності є складним та багатоаспектним. Вже на початкових етапах навчання у курсантів військових спеціальностей спостерігаються певні переваги у розвитку таких критично важливих якостей, як резильєнтність та (для чоловіків) загальний рівень мотивації, порівняно зі студентами цивільних спеціальностей. Водночас, домінуюча мотиваційна спрямованість на уникнення невдач у всіх групах досліджуваних є важливим аспектом, що потребує уваги та, можливо, корекційних заходів в освітньому процесі. Виявлені взаємозв'язки між вольовими якостями, резильєнтністю та мотивацією підкреслюють необхідність комплексного підходу до формування психологічної готовності, який би враховував розвиток усіх її ключових компонентів та їхню взаємодію. Отримані дані створюють емпіричне підґрунтя для розробки науково

обґрунтованих рекомендацій щодо оптимізації системи психологічної підготовки майбутніх офіцерів та фахівців інших напрямків, діяльність яких пов'язана з високими психологічними навантаженнями.

### **Висновок**

Проведене дипломне дослідження було спрямоване на вирішення актуальної та суспільно значущої проблеми психологічної готовності курсантів закладів вищої освіти до військово-професійної діяльності, що набуває особливої гостроти в умовах сучасних викликів, перед якими постала Україна. Робота мала на меті теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості цього феномену, визначити його ключові компоненти, чинники та умови формування, а також провести порівняльний аналіз із показниками студентів цивільних спеціальностей.

У 1 розділі було здійснено глибокий та всебічний аналіз наукових джерел, що дозволило розкрити теоретичні засади досліджуваного феномену. Встановлено, що психологічна готовність є складним, інтегральним та динамічним особистісним утворенням, яке поєднує стійкі характерологічні риси та ситуативні психофізіологічні стани, забезпечуючи ефективність діяльності. Розглянуто еволюцію підходів до вивчення психологічної готовності (функціональний, особистісний, діяльнісний, системний), що дало змогу сформулювати цілісне уявлення про її багатогранність. Особливу увагу було приділено специфіці психологічної готовності саме до військово-професійної діяльності. На основі аналізу наукових праць було визначено та обґрунтовано ключові структурні компоненти психологічної готовності курсантів:

**Мотиваційний компонент:** охоплює ставлення до військової служби, усвідомлення її цілей та завдань, прийняття військових цінностей, патріотизм, покликання та прагнення до самореалізації у військовій сфері.

**Когнітивний компонент:** передбачає наявність системи спеціальних військово-тактичних, технічних, юридичних знань, а також загальноосвітніх знань, необхідних для розуміння специфіки військової діяльності та ефективного виконання завдань.

Операційно-діяльнісний компонент: включає сформовані практичні уміння та навички, необхідні для виконання службових обов'язків.

Емоційно-вольовий компонент: характеризує рівень саморегуляції, здатність зберігати психологічну рівновагу, стресостійкість, рішучість, наполегливість та здатність ефективно діяти в екстремальних та непередбачуваних ситуаціях.

Особистісний компонент: охоплює індивідуально-психологічні риси характеру, світоглядні орієнтації, морально-етичні принципи, такі як відповідальність, дисциплінованість, колективізм, лідерські якості та готовність до самопожертви.

Теоретичний аналіз також охопив психологічні особливості військово-професійної діяльності, включаючи основні стресові чинники, психологічні виклики та процеси адаптації військовослужбовців, що підкреслило важливість цілеспрямованого формування психологічної готовності у курсантів.

Організація дослідження базувалася на фундаментальних методологічних принципах психологічної науки, таких як детермінізм, розвиток, науковість та особистісний підхід, а також на неухильному дотриманні етичних норм.

Для комплексної оцінки ключових аспектів психологічної готовності, зокрема резильєнтності, мотивації досягнення та вольового самоконтролю, було дібрано та обґрунтовано валідний психодіагностичний комплекс, що включав: Шкалу резильєнтності Коннора-Девідсона-10 (CD-RISC-10) для оцінки здатності особистості долати стрес та відновлюватися після труднощів. Тест-опитувальник вимірювання мотивації досягнення (модифікація А. Мехрабіана, М.Ш. Магомед-Еміновим) для діагностики домінуючих мотивів прагнення до успіху або уникнення невдачі. Методику "Дослідження вольового самоконтролю" А.В. Зверкова й Е.В. Ейдмана (ВСК) для оцінки рівня розвитку вольової саморегуляції, зокрема наполегливості та самовладання.

Вибір цих методик ґрунтувався на їх теоретичній відповідності досліджуваним конструктам, наявних даних щодо їх психометричних властивостей, а також можливості отримання кількісних даних для подальшого статистичного аналізу. Було детально описано процедуру формування вибірки, організації онлайн-опитування та заплановані методи статистичної обробки даних.

Проведення емпіричного дослідження на вибірці, що складалася з 70 респондентів – курсантів 1-2 курсів військових спеціальностей та студентів аналогічних цивільних спеціальностей. Було зібрано дані щодо рівня вольового самоконтролю, резильєнтності та мотивації досягнення. Курсанти військових спеціальностей продемонстрували статистично значущо вищий рівень резильєнтності порівняно зі студентами цивільних спеціальностей. Це свідчить про кращу здатність майбутніх військовослужбовців долати труднощі та адаптуватися до стресових умов, що може бути результатом як початкового відбору, так і впливу специфіки навчання.

Курсанти-чоловіки військових спеціальностей показали статистично значущо вищий загальний рівень мотивації порівняно зі студентами-чоловіками цивільних спеціальностей. Це може вказувати на більш усвідомлений професійний вибір та вищу внутрішню готовність до викликів військової служби серед чоловіків, які обрали цей шлях. Водночас, аналогічних значущих відмінностей у рівні мотивації серед жінок військових та цивільних спеціальностей виявлено не було.

За показниками загального вольового самоконтролю, наполегливості та самовладання статистично значущих відмінностей між курсантами військових та студентами цивільних спеціальностей на досліджуваному етапі навчання виявлено не було. Це може свідчити про те, що ці фундаментальні вольові якості ще не зазнали суттєвої диференціації під впливом специфіки навчання на ранніх етапах або є більш універсальними рисами.

Аналіз отриманих емпіричних даних дозволив визначити низку важливих особливостей формування психологічної готовності курсантів:

Більшість досліджуваних, як курсантів, так і студентів, на 1-2 курсах демонструють достатньо високі показники вольового самоконтролю та резильєнтності, що свідчить про наявність у молоді певного адаптаційного потенціалу. Важливою особливістю, спільною для всіх досліджуваних груп, є переважання мотиваційної спрямованості на уникнення невдач. Це може бути пов'язано із загальною соціально-психологічною ситуацією, особливостями освітнього процесу або віковими характеристиками. Така мотиваційна тенденція потребує уваги, оскільки може обмежувати ініціативність та готовність до ризику, що є важливими для військово-професійної діяльності. Виявлені вищі показники резильєнтності у всіх курсантів та вищий рівень мотивації у курсантів-чоловіків свідчать про те, що вже на ранніх етапах навчання або внаслідок професійного самовідбору майбутні військовослужбовці мають певні психологічні переваги, важливі для їхньої майбутньої діяльності. Це створює сприятливе підґрунтя для подальшого цілеспрямованого розвитку їхньої психологічної готовності.

Системний характер психологічної готовності: Кореляційний аналіз підтвердив наявність значущих позитивних взаємозв'язків між досліджуваними компонентами: резильєнтність позитивно корелює з вольовим самоконтролем та його складовими, а також з мотивацією, особливо у жінок. Загальний рівень мотивації, як у чоловіків, так і у жінок, також позитивно пов'язаний з вольовим самоконтролем та його компонентами. Це підкреслює, що психологічна готовність є інтегральним утворенням, де різні компоненти взаємопов'язані та взаємозумовлюють один одного.

Надійність використаного інструментарію: Перевірка надійності методики "Дослідження вольового самоконтролю" (ВСК) за допомогою

коефіцієнта альфа Кронбаха ( $\alpha=0.936$ ) підтвердила її внутрішню узгодженість на досліджуваній вибірці.

Таким чином, було успішно вирішено всі поставлені завдання. Проведений теоретичний аналіз дозволив систематизувати наукові уявлення про психологічну готовність курсантів та визначити її структуру. Розроблений та обґрунтований методичний інструментарій забезпечив можливість проведення емпіричного дослідження на належному науковому рівні. Емпіричне дослідження виявило як спільні риси, так і специфічні відмінності у рівнях сформованості окремих компонентів психологічної готовності у курсантів військових спеціальностей порівняно зі студентами цивільних спеціальностей. Аналіз отриманих результатів дозволив визначити ключові особливості формування психологічної готовності курсантів, що має важливе теоретичне та практичне значення для вдосконалення системи їхньої професійної підготовки в сучасних умовах.

### Список використаних джерел

1. Вплив бойового стресу на психологічний стан учасників бойових дій І. Габітус: Науковий журнал з соціальних та гуманітарних наук. 2024. № 58. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2024/58-2024/42.pdf>.
2. Воронов О. І. Методика діагностування соціально-психологічних впливів на прийняття державно-управлінських рішень в індетермінованих умовах. Київ, 2017. 271 с.
3. Гаркуша І. В., Кайко В. І. Формування компонентів психологічної готовності кандидатів до служби в Збройних Силах України. Актуальні проблеми сучасної науки: теоретичні та прикладні аспекти : монографія / за ред. М. Є. Живолуп. Т. 1. Одеса : ФОП Гуляєв В. М., 2022. С. 81–97. DOI: 10.30525/978-9934-588-36-5/4.
4. Герасимчук О. П. Формування лідерських якостей у майбутніх офіцерів : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Харків, 2019. 24 с.
5. Горбунова В. В. Етичні та правові аспекти психологічних досліджень. Практична психологія та соціальна робота. 2005. № 3. С. 18–23.
6. Гринців М. В. Особливості саморегуляції майбутніх психологів як чинник їхнього професійного становлення : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2016. 262 с.
7. Гуркова Т. Дефініція поняття «готовність» у психолого-педагогічній літературі. Теоретичні питання культури, освіти та виховання. 2020. № 9. С. 317–329. DOI: 10.24139/2312-5993/2020.09/317-329.
8. Демченко А. В. Формування психологічної готовності курсанта Державної служби України з надзвичайних ситуацій до професійної діяльності в процесі навчання. URL: <https://journals.indexcopernicus.com/api/file/viewByFileId/504186>.
9. Добрянський О. А. Сутність та структура психологічної готовності слідчих до професійної діяльності в екстремальних умовах. Вісник

- Національної академії Державної прикордонної служби України. 2012. № 1. С. 28–39.
10. Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій : метод. посіб. / Гол. упр. морально-психол. забезпечення Збройних Сил України, Наук.-дослід. центр гуманіт. пробл. Збройних Сил України. Київ ; Одеса : Фенікс, 2022. 129 с.
  11. Збірник наукових праць Національної академії державної прикордонної служби України імені Б. Хмельницького. Серія: Психологічні науки. 2019. Т. 13.
  12. Клименко І. С., Деснова І. С., Карачинський О. А. Роль військової психології у формуванні психологічної готовності військовослужбовців до виконання завдань. Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія. 2024. Т. 35, № 2. DOI: 10.32782/2709-3093/2024.2/17.
  13. Коваль М., Козяр М., Литвин А. Педагогічна модель формування готовності фахівців цивільного захисту до професійної діяльності. Вісник Львівського державного університету безпеки життєдіяльності. 2018. № 18. С. 151–159.
  14. Кокун О. М. Зміст та структура психологічної готовності фахівців до екстремальних видів діяльності. Проблеми екстремальної та кризової психології: збірник наукових праць. Харків : УЦЗУ, 2010. Вип. 7. С. 182–190. URL: [https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/1728/1/\\_стаття\\_2010\\_1.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/1728/1/_стаття_2010_1.pdf).
  15. Кокун О. М. Психологія екстремальних та кризових станів : монографія. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка, 2010.
  16. Кокун О. М., Морозов В. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С. Формування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до використання завдань за призначенням під час бойового злагодження : метод. посіб. Київ : 7БЦ, 2021. 170 с.
  17. Кокун О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Копаниця О. В. Діагностування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за

- контрактом до діяльності у складі миротворчих підрозділів : методичний посібник. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2011. 153 с.
18. Коун О. М. та ін. Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій. Київ ; Одеса, 2022. 128 с. (Автори: Коун О. М., Ключков В. В., Морозов В. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С.).
19. Коун О. М. та ін. Психологічне вивчення особового складу Збройних Сил України : методичний посібник. Київ : ФОП Маслаков, 2019. 288 с. (Автори: Коун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Корня Л.В.).
20. Комар З. Психологічна стійкість воїна: підручник для військових психологів. Київ, 2017. 184 с.
21. Литвин А. В., Руденко Л. А. Формування психологічної готовності курсантів ЗВО ДСНС до діяльності в ризиконебезпечних обставинах. URL: <https://sci.ldubgd.edu.ua/handle/123456789/8435>.
22. Максименко С. Д. Психологія вчинку: методологія, теорія і практика. Київ : Наук. думка, 2012. 432 с.
23. Марущак М. Психологічні основи адаптації військовослужбовців Збройних Сил України до бойових умов. Психолого-педагогічні проблеми сучасної школи. 2023. № 2(10). С. 35–44. DOI: 10.31499/2706-6258.2(10).2023.290567.
24. Матохнюк Л. О. Формування психологічної готовності майбутніх інженерів-прикордонників до професійної діяльності : дис. ... канд. псих. наук : 19.00.07. Хмельницький, 2006. 219 с.
25. Методичні рекомендації щодо адаптації молодих офіцерів до службової діяльності у військах (силах) протягом перших трьох років / Міністерство оборони України. URL: [http://www.mil.gov.ua/content/files/kadr\\_pol/metod\\_recomend\\_adapt\\_mol\\_oficeriv.doc](http://www.mil.gov.ua/content/files/kadr_pol/metod_recomend_adapt_mol_oficeriv.doc).

- 26.Методичні рекомендації щодо формування психологічної готовності до дій у надзвичайних ситуаціях. URL: [http://www.donoenc.com.ua/wp-content/uploads/2022/03/psykholohichna\\_hotovnist\\_do\\_diy\\_v\\_nad](http://www.donoenc.com.ua/wp-content/uploads/2022/03/psykholohichna_hotovnist_do_diy_v_nad).
- 27.Мірошниченко О. А. Вікові особливості психологічної готовності українських зимівників до життєдіяльності в умовах Антарктики : монографія. Житомир : Вид-во «Рута», 2023. 272 с.
- 28.Мозговий В. І. Соціально-психологічні чинники, що впливають на адаптацію військовослужбовців строкової служби. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Психологія. URL: <https://periodicals.karazin.ua/psychology/article/download/9407/8932>.
- 29.Молотай В. А. Формування психологічної готовності військовослужбовців внутрішніх військ МВС України до діяльності по охороні громадського порядку : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.09. Хмельницький, 2006.
- 30.Моначин І. Л., Попик Т. В. Актуальні задачі сучасних технологій. Актуальні задачі сучасних технологій : матеріали V Міжнар. наук.-техн. конф. молодих учених та студентів (Тернопіль, 17-18 листопада 2016 р.). Тернопіль : Тернопільський національний технічний університет імені І. Пулюя, 2016. С. 351–352.
- 31.Мула С. А. Психологія готовності офіцера-прикордонника до професійної діяльності : дис. ... доктора психол. наук : 19.00.01. Київ, 2016. 353 с.
- 32.Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних сил України. Діагностика психологічних змін у військовослужбовців в умовах війни : методичний посібник. Київ, 2025. 165 с.
- 33.Окуленко І. М. Методичні рекомендації щодо організації вивчення рівня психологічної готовності льотних екіпажів до польотів в умовах тривалих перерв між ними. Вінниця, 2006. 125 с.
- 34.Пашковська М. В., Бутко В. В. Психологічне супроводження курсантів у процесі адаптації. Психологічні та педагогічні проблеми професійної

освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України. Харків, 2020.

35. Поканевич О. А. Формування психологічної готовності до професійної діяльності у майбутніх пожежних-рятувальників : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.09. Харків, 2019. 279 с. URL: <https://nuczu.edu.ua/images/topmenu/science/spetsializovani-vcheni-rady/2/disPokanevich.pdf>.
36. Полівко Л., Карамушка Т., Трофімов А., Вісіч О. Психологічний супровід незламних: підготовка рекрутів до військової служби : навч.-метод. посіб. Київ ; Львів : Вікторія Кундельська, 2023. 203 с.
37. Прудська О. Дослідження факторів психологічної адаптації студентів-першокурсників до навчально-професійної діяльності. Освіта регіону. 2011. № 3. С. 381.
38. Психологічна готовність до роботи в особливих умовах. Підтримання оптимального стану психічного здоров'я персоналу під час виконання завдань за призначенням / Національний університет цивільного захисту України. URL: <https://kyiv.dsns.gov.ua/upload/1/6/0/4/2/2/9/psixologicna-gotovnist-do-roboti-v-osoblivix->.
39. Психофізіологічне забезпечення готовності студентів до педагогічної діяльності : монографія / за ред. О. М. Кокуна. Київ : Педагогічна думка, 2008. 296 с.
40. Пузирьов Є. В., Ізвєков В. В. Бойовий стрес та його наслідки для військовослужбовців. DOI: 10.32782/2709-3093/2023.1/33.
41. Рекомендації командирам щодо психологічної підтримки особового складу під час перебування в районі ведення бойових дій : ВП 1-00(261)257, STANAG 2565 / Управління психологічного забезпечення Головного управління морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України. Вид. 1. Київ, 2023. URL: <https://sprotyvg7.com.ua/wp->

[content/uploads/2024/07/2\\_ВП-1-00261257-РЕК-КОМ-ЩОДО-ПСИХ-ПІДТР-ВІД-ЧАС.](https://content/uploads/2024/07/2_ВП-1-00261257-РЕК-КОМ-ЩОДО-ПСИХ-ПІДТР-ВІД-ЧАС.)

42. Федоренко С. А., Коваленко А. С. Особливості соціально-психологічної готовності призовників до військової служби. Наука і освіта. 2016. № 2–3. С. 174–179. URL: [https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2016/2-3\\_2016/31.pdf](https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2016/2-3_2016/31.pdf).
43. Формування психологічної готовності військовослужбовців до виконання завдань антитерористичної операції (порадник для офіцерів та сержантів) / Штаб АТО. 2014. URL: [www.mil.gov.ua/content/pdf/p\\_gotov\\_book/pdf](http://www.mil.gov.ua/content/pdf/p_gotov_book/pdf).
44. Хрущ-Ріпська О. В. Психологічні засади формування у студентів педвузу готовності до майбутньої професійної діяльності. Київ, 1999.
45. Черепехіна О. А. Рівні психологічної готовності психологів до професійної діяльності у спорті. Дні науки : Зб. тез доповідей. Запоріжжя : ГУ ЗІДМУ, 2005. Т. 2. С. 315–316.
46. Чудакова В. Психологічна готовність до інноваційної діяльності як чинник формування конкурентоздатності особистості в умовах швидкозмінного середовища. Проблеми сучасної психології. URL: [https://pi.iod.gov.ua/images/pdf/2014\\_1/25.pdf](https://pi.iod.gov.ua/images/pdf/2014_1/25.pdf).
47. Школіна Н. В. та ін. Адаптація та валідація україномовної версії Шкали стресостійкості Коннора — Девідсона-10 (CD-RISC-10): апробація у хворих на анкілозивний спондиліт. Український ревматологічний журнал. 2020. № 2 (80). С. 6–7. (Автори: Школіна Н. В., Шаповал І. І., Орлова І. В., Кедик І. О., Станіславчук М. А.).
48. Ягупов В. В. Військова педагогіка та психологія. Київ : НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2015. 418 с.
49. Abdurakhmanova R. I. Social psychological conditions for the development of psychological stability of military university cadets. Scholar's Digest: Journal of Multidisciplinary Studies. 2023. Vol. 2, No. 11. P. 15.

50. Atamanenko I., Kornosenko O., Danysko O., Serhiienko M. Cadets' Psychological Readiness Formation Program in the National Guard of Ukraine to Use Firearms in Professional Spheres. Proceedings of the 4th Int. Conference on History, Theory and Methodology of Learning (ICHTML). 2023. P. 31–40. DOI: 10.5220/0012646000003737.
51. Bashirova G. I. Psychological characteristics of cadets. Materials of the International Scientific and Practical Conference (19–20 December 2022). URL: [https://www.researchgate.net/publication/366978976\\_Psychological\\_characteristics\\_of\\_cadets](https://www.researchgate.net/publication/366978976_Psychological_characteristics_of_cadets).
52. Bondarev M. A. Military Leadership Under Stress: A Multinational Perspective. Journal of Military and Strategic Studies. 2020. Vol. 23(2). P. 13–29.
53. Davidson J. R. T. Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) Manual. URL: <https://www.connordavidson-resiliencescale.com/CD-RISC%20Manual%2008-19-18.pdf>.
54. Flood A., Keegan R. J. Cognitive Resilience to Psychological Stress in Military Personnel. Frontiers in Psychology. 2022. Vol. 13, Art. 826911. 13 p. DOI: 10.3389/fpsyg.2022.826911.
55. Howard M., Baron P. Military Stress and Coping Strategies: A Comprehensive Overview. International Journal of Military Psychology. 2019. Vol. 6(2). P. 56–68.
56. jamovi - open statistical software for the desktop and cloud. URL: <https://www.jamovi.org/>.
57. Kolditz T. In Extremis Leadership: Leading as If Your Life Depended on It. New Jersey : John Wiley & Sons, 2010. 272 p.
58. Marushchak M. Psychological bases of adaptation of servicemen of the armed forces of ukraine to combat conditions. Psychological and pedagogical

- problems of modern school. 2023. No. 2(10). P. 35–44. DOI: 10.31499/2706-6258.2(10).2023.290567.
59. Peterson A. L., Moore B. A., Evans W. R. Enhancing resiliency and optimizing readiness in military personnel through psychological flexibility training: a randomized controlled trial. *Frontiers in Psychiatry*. 2024. Vol. 14, Art. 1299532. DOI: 10.3389/fpsyt.2023.1299532.
60. Pokanevych O. Aspects of formation of fire-fighters-rescuers' psychological readiness for extreme activities. *Psychological Journal*. 2019. Vol. 5, No. 7. P. 50–63.
61. Prontenko K. V., Okhrimenko I. M., Yevdokimova O. O. et al. Peculiarities of formation of cadets' psychological resilience and physical readiness for combat stress. *Wiadomości Lekarskie*. 2023. Vol. 76, No. 6. P. 1450–1456.
62. Salmon P., Krsmanovic I. Human Performance in Extreme Environments: A Review. *Psychology and Health*. 2017. Vol. 32(6). P. 711–723.
63. Shymanskyi A. Psychological readiness for professional activity of future healthcare professionals: emotional, cognitive and social dimensions. *Personality and Environmental Issues*. 2024. (Note: Missing Vol., No., Pages).

## Додатки

### Додаток А

#### Шкала резильєнтності Коннора-Девідсона-10

Шкала резильєнтності Коннора-Девідсона-10 включає 10 найбільш інформативних пунктів повної шкали з 25 пунктів. Відповідно, вона складається з 10 тверджень, відповіді на які 17 даються за п'ятибальною шкалою Лайкерта (від «повністю невірно» = 0 до «вірно майже у всіх випадках» = 4).

Інструкція: «Вам пропонується оцінити себе за 10 твердженнями, окресливши відповідну цифру напроти кожного з них: 0 = повністю невірно; 1 = зрідка вірно; 2 = вірно час від часу; 3 = часто вірно; 4 = вірно майже у всіх випадках. Пам'ятайте, що в даному випадку правильних чи неправильних відповідей бути не може».

№	Твердження	Варіанти відповіді				
		0	1	2	3	4
1	Здатний адаптуватися до змін	0	1	2	3	4
2	Можу впоратися з усім, що трапиться	0	1	2	3	4
3	Дивлюся на речі з гумористичного боку	0	1	2	3	4
4	Впевнений, що подолання стресу зміцнює	0	1	2	3	4
5	Швидко відновлюююсь після хвороби або труднощів	0	1	2	3	4
6	Можу досягти своїх цілей, незважаючи на перепони	0	1	2	3	4
7	Під тиском зосереджуюсь і думаю ясно	0	1	2	3	4
8	Важко розчарувати невдачею	0	1	2	3	4
9	Думаю про себе, як про сильну людину	0	1	2	3	4
10	Можу впоратися з неприємними почуттями	0	1	2	3	4

### Нормативні показники рівня резильєнтності (у балах)

№	Рівень резильєнтності	Бали	Відповідний діапазон за відсотковим розподілом вибірки
1	Низький	0 – 15	0 – 20 %
2	Нижчий за середній	16 – 20	21 – 40 %
3	Середній	21 – 25	41 – 60 %
4	Вищий за середній	26 – 30	61 – 80 %
5	Високий	31 – 40	81 – 100 %

#### Додаток Б

Інструкція: Тест складається з ряду тверджень, що стосуються окремих сторін характеру, а також думок і почуттів з приводу деяких життєвих ситуацій. Щоб оцінити ступінь вашої згоди або незгоди з кожним із тверджень, використовуйте таку шкалу: +3 – повністю згоден; +2 – згоден; +1 – скоріше згоден, ніж не згоден; 0 – нейтральний; -1 – скоріше не згоден, ніж згоден; -2 – не згоден; -3 – повністю не згоден.

Прочитайте твердження тесту та оцініть ступінь своєї згоди або незгоди. При цьому на бланку для відповідей проти номера твердження поставте цифру, яка відповідає ступеню вашої згоди. Дайте ту відповідь, яка першою прийде вам в голову. Не витрачайте час на обмірковування.

**Тестовий матеріал**  
**Тест-форма А (для чоловіків)**

№	Твердження	+3	+2	+1	0	-1	-2	-3
1.	Я більше думаю про отримання гарної оцінки, ніж побоююся отримати погану							
2.	Якби я повинен був виконати складне, незнайоме мені завдання, то волів би зробити його разом з ким-небудь, ніж працювати самостійно							
3.	Я частіше беруся за важкі завдання, навіть якщо не впевнений, що зможу їх вирішити, ніж за легкі, які знаю, що вирішу							
4.	Мене більше приваблює справа, що не вимагає напруження і в успіху якої я впевнений, ніж важка справа, в якій можливі несподіванки							
5.	Якби у мене щось не виходило, я скоріше доклав би всіх зусиль, щоб з цим впоратися, ніж перейшов би до того, що у мене може добре вийти							
6.	Я вважаю кращею роботу, в якій мої функції добре визначені і зарплата вища за середню, ніж роботу з середньою зарплатнею, в якій я повинен сам визначити свою роль							
7.	Я витрачаю більше часу на читання спеціальної літератури, ніж художньої							
8.	Я б віддав перевагу важливій і важкій справі, хоча ймовірність невдачі в ній дорівнює 50%, справі досить важливій, але не важкій							
9.	Я швидше вивчу розважальні ігри, відомі більшості людей, ніж рідкісні ігри, які вимагають майстерності і відомі небагатьом							

<i>Продовження</i>							
10.	Для мене дуже важливо робити свою роботу якнайкраще, навіть якщо через це в мене виникають суперечки з товаришами						
11.	Якби я збирався грати в карти, то швидше б зіграв в розважальну гру, ніж у важку, що потребує міркувань						
12.	Я віддаю перевагу змагання, де я сильніший за інших, там, де всі учасники приблизно рівні за силою						
13.	У вільний від роботи час я опановую яку-небудь гру скоріше для розвитку умінь, ніж для відпочинку і розваг						
14.	Я швидше віддам перевагу зробити якусь справу так, як вважаю за потрібне, нехай навіть з 50%-ним ризиком помилитися, ніж робити її так, як мені радять інші						
15.	Якби мені довелося вибирати, то я швидше вибрав би роботу, в якій початкова зарплата буде 500 грн. і може залишитися на такому рівні невизначений час, ніж роботу, в якій початкова зарплата дорівнює 300 грн. і є гарантія, що не пізніше, ніж через півроку я буду отримувати 2000 грн.						
16.	Я швидше став би грати в команді, ніж змагатися один з секундоміром в руках						
17.	Я вважаю за краще працювати, не шкодуючи сил, поки повністю не задовольнюся отриманим результатом, ніж закінчити справу швидше і з меншою напругою						
18.	На іспиті я б віддав перевагу конкретним питанням з пройденого матеріалу питанням, що вимагають висловлення своєї думки						
19.	Я швидше вибрав би справу, в якій є певна ймовірність невдачі, але є і можливість досягти більшого, ніж таку, в якій моє становище не погіршиться, але й істотно не покращиться						
20.	Після успішної відповіді на іспиті я						

## Продовження

	швидше полегшено зітхну «пронесло», ніж порадію добрій оцінці						
21.	Якби я міг повернутися до однієї з незавершених справ, то я швидше повернувся б до важкої, ніж до легкої						
22.	При виконанні контрольного завдання я більше турбуюся про те, як би не допустити якоїсь помилки, ніж думаю про те, як правильно її вирішити						
23.	Якщо у мене щось не виходить, я краще звернуся до когось по допомогу, ніж стану сам продовжувати шукати вихід						
24.	Після невдачі я скоріше стаю ще більш зібраним і енергійним, ніж втрачаю бажання продовжувати справу						
25.	Якщо є сумніви в успіху будь-якого починання, то я швидше не стану ризикувати, ніж все-таки візьму в ньому активну участь						
26.	Коли я беруся за важку справу, то швидше побоююся, що не впораюся з нею, ніж сподіваюся, що вона вийде						
27.	Я працюю ефективніше під чийось керівництвом, ніж коли несу за свою роботу особисту відповідальність						
28.	Мені більше подобається виконувати складне незнайоме завдання, ніж знайоме завдання, в успіху якого я впевнений						
29.	Я працюю продуктивніше, коли мені конкретно вказують, що і як виконувати, ніж коли переді мною ставлять завдання лише в загальних рисах						
30.	Якби я успішно вирішив якесь завдання, то з великим задоволенням взявся б ще раз вирішувати аналогічне завдання, ніж перейшов би до задачі іншого типу						
31.	Коли потрібно змагатися, у мене швидше виникає інтерес і азарт, ніж тривога і занепокоєння						
32.	Мабуть, я більше мрію про свої плани на майбутнє, ніж намагаюся їх реально здійснити						

*Тест-форма Б (для жінок)*

№	Твердження	+3	+2	+1	0	-1	-2	-3
1.	Я більше думаю про отримання гарної оцінки, ніж побоююся отримати погану							
2.	Я частіше беруся за важкі завдання, навіть якщо не впевнена, що зможу їх вирішити, ніж за легкі, які знаю, що вирішу							
3.	Мене більше приваблює справа, що не вимагає напруження і в успіху якої я впевнена, ніж важка справа, в якій можливі несподіванки							
4.	Якби у мене щось не виходило, я скоріше доклала усіх зусиль, щоб з цим впоратися, ніж перейшла б до того, що у мене може добре вийти							
5.	Я вважала б за кращу роботу, в якій мої функції добре визначені і зарплатня вища за середню, ніж роботу з середньою зарплатнею, в якій я повинна сама визначати свою роль							
6.	Більш сильні переживання у мене викликає скоріше страх невдачі, ніж надія на успіх							
7.	Науково-популярній літературі я віддаю перевагу ніж літературі розважального жанру							
8.	Я б віддала перевагу важливій і важкій справі, хоча ймовірність невдачі в ній дорівнює 50%, справі досить важливій, але не важкій							
9.	Я швидше вивчу розважальні ігри, відомі більшості людей, ніж рідкісні ігри, які вимагають майстерності і відомі небагатьом							
10.	Для мене дуже важливо робити свою роботу якнайкраще, навіть якщо через це в мене виникають суперечки з товаришами							
11.	Після успішної відповіді на іспиті я швидше полегшено зітхну «пронесло», ніж порадію добрій оцінці							

## Продовження

12.	Якби я збиралася грати в карти, то швидше б зіграла в розважальну гру, ніж у важку, що потребує міркувань							
13.	Я віддаю перевагу змаганням, де я сильніша за інших, там, де всі учасники приблизно рівні за силою							
14.	Після невдачі я скоріше стаю більш зібраною та енергійною, ніж втрачаю бажання продовжувати справу							
15.	Невдачі отруюють моє життя більше, ніж приносять радість успіхи							
16.	У нових невідомих ситуаціях у мене швидше виникає хвилювання і занепокоєння, ніж інтерес і цікавість							
17.	Я швидше за все спробую приготувати нову цікаву страву, хоча вона може погано вийти, ніж стану готувати звичну страву, яка зазвичай добре виходила							
18.	Я швидше займуся чимось приємним і необтяжливим, ніж стану виконувати щось, як мені здається, варте уваги, але не дуже захоплююче							
19.	Я швидше витрачу весь свій час на здійснення однієї справи, ніж постараюся виконати за цей же час дві-три справи							
20.	Якщо я захворіла і змушена залишитися вдома, то я використовую час скоріше для того, щоб розслабитися і відпочити, ніж почитати і попрацювати							
21.	Якби я жила з кількома дівчатами в одній кімнаті і ми б вирішили влаштувати вечірку, я воліла б сама організувати її, ніж надати зробити це комусь іншому							
22.	Якщо у мене щось не виходить, я краще звернуся до когось за допомогою, ніж стану сама продовжувати шукати вихід							
23.	Коли потрібно змагатися, у мене швидше виникає інтерес і азарт, ніж тривога і занепокоєння							

*Продовження*

24.	Коли я беруся за важку справу, то швидше побоююся, що не впораюся з нею, ніж сподіваюся, що вона вийде						
25.	Я ефективніше працюю під чийось керівництвом, ніж коли несучу за свою роботу особисту відповідальність						
26.	Мені більше подобається виконувати складне незнайоме завдання, ніж знайоме завдання, в успіху якого я впевнена						
27.	Якби я успішно вирішила якусь завдання, то з великим задоволенням взялася б ще раз вирішувати аналогічне завдання, ніж перейшла б до задачі іншого типу						
28.	Я працюю продуктивніше над завданням, коли переді мною ставлять завдання в загальних рисах, ніж коли мені конкретно вказують на те, що і як виконувати						
29.	Якщо при виконанні важливої справи я допускаю помилку, то частіше гублюся і впадаю в розпач, ніж швидко беру себе в руки і намагаюся виправити становище						
30.	Мабуть, я більше мрію про свої плани на майбутнє, ніж намагаюся їх реально здійснити						

**Ключ до методики**

За кожен відповідь випробуваний отримує певну кількість балів. Підрахунок балів проводиться за допомогою ключів простим підсумовуванням. До кожної форми опитувальника додається власний ключ.

**Форма А**

№	+3	+2	+1	0	-1	-2	-3
1	7	6	5	4	3	2	1
2	1	2	3	4	5	6	7
3	7	6	5	4	3	2	1
4	1	2	3	4	5	6	7
5	7	6	5	4	3	2	1
6	1	2	3	4	5	6	7
7	7	6	5	4	3	2	1

*Продовження*

<b>8</b>	7	6	5	4	3	2	1
<b>9</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>10</b>	7	6	5	4	3	2	1
<b>11</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>12</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>13</b>	7	6	5	4	3	2	1
<b>14</b>	7	6	5	4	3	2	1
<b>15</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>16</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>17</b>	7	6	5	4	3	2	1
<b>18</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>19</b>	7	6	5	4	3	2	1
<b>20</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>21</b>	7	6	5	4	3	2	1
<b>22</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>23</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>24</b>	7	6	5	4	3	2	1
<b>25</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>26</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>27</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>28</b>	7	6	5	4	3	2	1
<b>29</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>30</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>31</b>	7	6	5	4	3	2	1
<b>32</b>	1	2	3	4	5	6	7

**Форма Б**

<b>№ п/п</b>	<b>+3</b>	<b>+2</b>	<b>+1</b>	<b>0</b>	<b>-1</b>	<b>-2</b>	<b>-3</b>
<b>1</b>	7	6	5	4	3	2	1
<b>2</b>	7	6	5	4	3	2	1
<b>3</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>4</b>	7	6	5	4	3	2	1
<b>5</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>6</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>7</b>	7	6	5	4	3	2	1
<b>8</b>	7	6	5	4	3	2	1
<b>9</b>	1	2	3	4	5	6	7
<b>10</b>	7	6	5	4	3	2	1

*Продовження*

11	1	2	3	4	5	6	7
12	1	2	3	4	5	6	7
13	1	2	3	4	5	6	7
14	7	6	5	4	3	2	1
15	1	2	3	4	5	6	7
16	1	2	3	4	5	6	7
17	7	6	5	4	3	2	1
18	1	2	3	4	5	6	7
19	7	6	5	4	3	2	1
20	1	2	3	4	5	6	7
21	7	6	5	4	3	2	1
22	1	2	3	4	5	6	7
23	7	6	5	4	3	2	1
24	1	2	3	4	5	6	7
25	1	2	3	4	5	6	7
26	7	6	5	4	3	2	1
27	1	2	3	4	5	6	7
28	7	6	5	4	3	2	1
29	1	2	3	4	5	6	7
30	1	2	3	4	5	6	7

**Інтерпретація**

На основі підрахунку сумарного балу визначається, яка мотиваційна тенденція домінує у людини, що заповнює тест. Бали всіх людей, що заповнюють тест вибірки ранжують і виділяють дві конкретні групи: верхні 27% вибірки характеризуються мотивом прагнення до успіху, а нижні 27% – мотивом уникнення невдачі.

Так само можна скористатися наступною сумарною шкалою:

Від 165 до 210 балів – домінування прагнення до успіху.

Від 76 до 164 – домінування прагнення уникати невдачі.

Від 30 до 75 – ніякого певного висновку про домінування один над одним мотивації досягнення успіхів або уникнення невдач зробити не можна.

## Додаток В

Дослідження вольового самоконтролю (А. Зверьков та Є. Ейдман)

Інструкція: «Вашій увазі пропонується перелік тверджень. Уважно прочитайте кожне з них і вирішіть, вірним або невірним це твердження є по відношенню до Вас. Якщо Ви згодні з твердженням, поставте в реєстраційному бланку під його номером знак «+», якщо незгодні – знак «-». Над питаннями довго не думайте, правильних або неправильних відповідей немає».

Текст опитувальника

1. Якщо щось «не клеїться», у мене нерідко з'являється бажання залишити цю справу.
2. Я не відмовляюся від своїх планів і справ, навіть якщо доводиться вибирати між ними і приємною компанією.
3. Мені неважко стримати спалах гніву, якщо це необхідно.
4. Зазвичай я зберігаю спокій в очікуванні приятеля, який запізнюється на призначений час.
5. Мене важко відволікти від розпочатої роботи.
6. Мене сильно «вибиває з колії» фізичний біль.
7. Я завжди прагну вислухати співбесідника, не перебиваючи, навіть якщо не терпиться йому заперечити.
8. Я завжди «гну» свою лінію.
9. Якщо треба, я можу не спати впродовж ночі (наприклад, робота, чергування) і весь наступний день бути в «хорошій формі».
10. Мої плани дуже часто перекреслюють зовнішні обставини.
11. Я вважаю себе терплячою людиною.
12. Мені не легко примусити себе холоднокрівно спостерігати хвилююче видовище.
13. Мені рідко вдається примусити себе продовжувати роботу після серії образливих невдач.
14. Якщо я ставлюся до когось погано, мені важко приховувати свою неприязнь до нього.
15. За необхідності я можу займатися своєю справою в незручній і невідповідній обстановці.
16. Мені сильно ускладнює роботу усвідомлення того, що її необхідно в будь-якому разі зробити за певний термін.
17. Вважаю себе рішучою людиною.
18. З фізичною

утомленістю я справляюся легше за інших. 19. Краще почекати ліфт, який щойно поїхав, ніж підійматися сходами. 20. Зіпсувати мені настрої не так-то просто. 21. Іноді якась дрібниця опановує мої думки, не даючи спокою, і я ніяк не можу від неї звільнитися. 22. Мені важче зосередитися на завданні або роботі, ніж іншим. 23. Переспорити мене важко. 24. Я завжди прагну довести розпочату справу до кінця. 25. Мене легко відволікти від справ. 26. Я помічаю іноді, що намагаюсь добитися свого наперекір об'єктивним обставинам. 27. Люди час від часу заздрять моєму терпінню і скрупульозності. 28. Мені важко зберегти спокій в стресовій ситуації. 29. Я помічаю, що під час монотонної роботи мимовільно починаю змінювати спосіб дії, навіть якщо це часом призводить до погіршення результатів. 30. Мене зазвичай сильно дратує, коли «перед носом» закриваються двері транспорту, що від'їжджає, або ліфта.

Обробка та інтерпретація результатів «Ключ» Загальна шкала (В): «Так» – 2, 3, 4, 5, 7, 9, 11, 17, 18, 20, 24, 27; «Ні» – 1, 6, 10, 13, 14, 16, 21, 22, 25, 28, 29, 30.

Субшкала «Наполегливість» (Н): «Так» – 2, 5, 9, 11, 17, 18, 20, 24, 27; 12 «Ні» – 1, 6, 10, 13, 16, 22, 25.

Субшкала «Самовладання (С)»: «Так» – 3, 4, 5, 7, 24, 27; «Ні» – 13, 14, 16, 21, 28, 29, 30.

Мета обробки результатів – визначення величин індексів вольового самоконтролю за пунктами загальної шкали (В) та індексів за субшкалами «наполегливість» (Н) і «самовладання» (С). Кожний індекс – це сума балів, отримана шляхом підрахунку збігів відповідей досліджуваного з ключем загальної шкали або субшкали. Опитувальник містить 6 маскувальних тверджень. Тому загальний сумарний бал за шкалою «В» повинен знаходитися в діапазоні від 0 до 24, за субшкалою «наполегливість» – від 0 до 16 і за субшкалою «самовладання» – від 0 до 13. Під рівнем вольового самоконтролю розуміється міра опанування людиною власною поведінкою в різних ситуаціях, її здатність свідомо управляти своїми діями, станами і спонуканими. Рівень розвитку вольового самоконтролю може бути охарактеризований в цілому і окремо за такими властивостями характеру, як наполегливість і самовладання. Рівні вольового самоконтролю визначаються в зіставленні з середніми

значеннями кожної зі шкал. Якщо вони складають більше половини максимально можливої суми збігів, то даний показник відображає високий рівень розвитку загального самоконтролю, наполегливості або самовладання. Для шкали «В» ця величина дорівнює 12, для шкали «Н» – 8, для шкали «С» – 6. Високий бал за шкалою «В» характерний для осіб емоційно зрілих, активних, незалежних, самостійних. Їх відрізняє спокій, упевненість в собі, стійкість намірів, реалістичність поглядів, розвинуте почуття власного обов'язку. Як правило, вони добре рефлексують особисті мотиви, планомірно реалізують виниклі наміри, уміють розподіляти зусилля і здатні контролювати свої вчинки, володіють вираженою соціально-позитивною спрямованістю. 13 У крайніх випадках у них можливе наростання внутрішньої напруженості, пов'язаної з прагненням проконтролювати кожний нюанс власної поведінки і тривогою з приводу щонайменшої її спонтанності. Низький бал спостерігається в людей чутливих, емоційно нестійких, вразливих, невпевнених у собі. Рефлексивність у них невисока, а загальний фон активності, як правило, знижений. Їм властива імпульсивність і нестійкість намірів. Це може бути пов'язано, як з незрілістю, так і з вираженою витонченістю натури, яка не підкріплена здатністю до рефлексії і самоконтролю. Субшкала «наполегливість» характеризує силу намірів людини – її прагнення до завершення розпочатої справи. На позитивному полюсі – діяльні, працездатні люди, які активно прагнуть до виконання наміченого, їх мобілізують перешкоди на шляху до мети, але відволікають альтернативи і спокуси, головна їх цінність – розпочата справа. Таким людям властива повага до соціальних норм, прагнення повністю підпорядкувати їм свою поведінку. Крайнім проявом може бути втрата гнучкості поведінки, поява маніакальних тенденцій. Низькі значення за даною шкалою свідчать про підвищену лабільність, невпевненість, імпульсивність, які можуть приводити до непослідовності і навіть розкиданості у поведінці. Понижений фон активності й працездатності, як правило, компенсується у таких осіб підвищеною чутливістю, гнучкістю, винахідливістю, а також

тенденцією до вільного трактування соціальних норм. Субшкала «самовладання» відображає рівень довільного контролю емоційних реакцій і станів. Високий бал за субшкалою набирають люди емоційно стійкі, які добре володіють собою в різних ситуаціях. Характерний для них внутрішній спокій, впевненість в собі звільняє від страху перед невідомістю, підвищує готовність до сприйняття нового, неочікуваного і, як правило, поєднується із свободою поглядів, тенденцією до новаторства і радикалізму. Разом з тим, прагнення до постійного самоконтролю, надмірне свідоме обмеження спонтанності може приводити до підвищення внутрішньої напруженості, переважання постійної занепокоєності і стомлюваності. На іншому полюсі даної субшкали – спонтанність та імпульсивність у поєднанні з образливістю і перевагою традиційних поглядів захищають людину від інтенсивних переживань і внутрішніх конфліктів, сприяють незворушному фону настрою. Соціальна бажаність високих показників за шкалою є неоднозначною. Високі рівні розвитку вольового самоконтролю можуть бути пов'язані з проблемами в організації життєдіяльності і відносинах з людьми. Часто вони відображають появу дезадаптивних рис і форм поведінки. На відміну від них низькі рівні наполегливості та самовладання в ряді випадків виконують компенсаторні функції, але також свідчать про порушення в розвитку властивостей особистості та її умінні створювати відносини з іншими людьми і адекватно реагувати на ті або інші ситуації.