

*Доценко Л.* кандидат психологічних наук,  
доцент, Національний авіаційний університет  
ORCID ID 0000-0001-5004-0471  
*Максименко Н.* магістрантка,  
Національний авіаційний університет.

## ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ АДАПТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ СТРОКОВОЇ СЛУЖБИ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВОЇ ЧАСТИНИ

*У статті описано психологічні чинники адаптації військовослужбовців строкової служби. Визначено основні компоненти успішної адаптації. Досліджено рівень адаптаційного потенціалу військовослужбовців та визначено рівень розвитку чинників адаптації. За отриманими даними експериментального дослідження надано практичні рекомендації військовослужбовцям щодо зниження рівня чинників, які негативно впливають на адаптації.*

*Ключові слова:* адаптація; військовослужбовці; психологічні чинники адаптації; психологічні стани; характерологічні особливості.

**Постановка проблеми та її актуальність.** В умовах сучасних змін українці є безпосередніми учасниками локального військового конфлікту. Тому наше суспільство потребує створення армії нового зразка. Армії, яка буде оптимальна за чисельністю, солдати котрої будуть професіоналами власної справи, володітимуть новою зброєю та зможуть критично мислити в екстремальних ситуаціях. Однією з ключових особливостей строкової служби є адаптація майбутніх військовослужбовців до умов військової частини, до обраної спеціалізації, до індивідуально-психологічних якостей товаришів по службі та офіцерів. Саме тому, успішна адаптація новобранця до умов військової частини забезпечить належне опанування знаннями та вміннями, котрі потребує спеціалізація, що в подальшому стане основою до становлення солдата, як професіонала.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Значну увагу адаптації приділяли, як зарубіжні так і вітчизняні психологи. Адаптацію особистості до військових умов досліджували ряд психологів, а саме: Ліпатов І. І. [5], Шестопалова Л.Ф. [1], Афанасенко В. С. [1] звернувши свою увагу на процеси психічної адаптації військовослужбовців до бойових умов. Науковцями з'ясовано, що на адаптацію особистості до нового середовища впливає багато чинників. Серед основних, можна виокремити: особистісні, виробничі, та чинники, що знаходяться поза межами

виробництва. Так, в сучасних умовах, армія – це команда, котра працює на досягнення спільного результату. Вивчення впливу психологічних чинників, дасть можливість більш глибокого розуміння процесу адаптації військовослужбовців, що в свою чергу суттєво вплине на її ефективність.

**Метою статті** є висвітлення результатів дослідження особливостей адаптації військовослужбовців строкової служби в умовах військової частини. Досягнення поставленої мети здійснювалось у декілька етапів, де спочатку необхідно було виділити психологічні чинники адаптації військовослужбовців, що сприятимуть перебігу її ефективності; метою другого завдання було здійснити експериментальне дослідження даної проблематики; третій етап спрямований розробку практичних рекомендацій щодо покращення адаптації військовослужбовців.

Для розв'язання поставлених завдань було використано наступний комплекс психодіагностичних методик: для виявлення рівня адаптаційного потенціалу особистості була використана методика «Багатофакторний особистісний опитувальник «Адаптивність - 200»; для виявлення рівня впливу психологічних станів була використана методика «Самооцінки психічних станів Г. Айзенка»; для виявлення рівня впливу акцентуаційних рис особистості була використана методика «Характерологічний опитувальник К. Леонгарда і Х. Шмішека; для визначення рівня впливу темпераменту особистості була

використана методика «Особистісний опитувальник (ЕРІ) Г. Айзенка» [3].

**Викладення основного матеріалу дослідження.** Особистості в процесі своєї діяльності не рідко доводиться пристосовуватись до нових умов існування, людей, котрі оточують її, нового виду діяльності, так як це все викликане задоволення потреб індивіда. Даний процес, називається адаптацією.

Сучасні наукові словники подають велику кількість визначень даного поняття, яке донині поглиблюється та доповнюється новими смисловими одиницями. В науковій літературі психологічна адаптація визначається як процес пристосування особистості до умов оточуючого середовища, інтеграція індивіда до соціальної групи, формування належної системи відносин з іншими особистостями, дії індивіда, спрямовані на засвоєння стабільних умов суспільства, усвідомлення цінностей та норм даного соціального середовища. Структурними компонентами вищезначеного психологічного феномену є:

- психофізіологічний компонент, що полягає у пристосуванні особистості до нових фізичних та психологічних навантажень, зумовлених умовами суспільства;

- когнітивний компонент, який відображає теоретичний рівень знань та забезпечує особистості подальше ефективне пристосування до умов навколишнього середовища;

- практичний компонент, що включає в себе можливість набувати особистістю необхідних вмінь та навичок, для досягнення цілей, яких вимагає соціум і власне задоволення потреб та інтересів;

- соціально-психологічний компонент, який зводиться до отримання особистістю нового соціального статусу та включення її в систему взаємовідносин нового колективу чи групи;

- соціально-побутовий компонент включає в себе засвоєння та пристосування до особливостей соціально-побутових умов, в яких має перебувати індивід, вирішення проблем, пов'язаних з благоустроєм житла, а також з проведенням вільного часу [6].

За результативністю психологічна

адаптація може бути успішною або неуспішною в залежності від рівня оволодіння спеціальністю, отримання певного статусу в колективі, ступеню задоволення власною позицією в групі та виконуваною роботою [2].

Відповідно до цього, можна сказати, що позитивними чинниками психологічної адаптації особистості є: виробничі (організація робочого процесу), особистісні (психологічні характеристики) та чинники, що впливають за межами робочого процесу (престижність професії).

Серед чинників, які ускладнюють процес адаптації особистості виділяють: нові умови проживання, відсутність знайомих та близьких, різка зміна роду діяльності особистості, незадовільні стосунки з іншими людьми та керівником, низький рівень можливості до самореалізації, тощо [4].

Виходячи з цього, на нашу думку, провідну роль у процесі адаптації військовослужбовців відіграють саме особистісні чинники, серед яких особливості функціонування емоційно-вольової сфери, тип темпераменту та акцентуації характеру.

З метою вивчення психологічних чинників, що впливають на адаптацію військовослужбовців строкової служби до умов військової частини було проведено експериментальне дослідження у якому брали участь 40 військових строкової служби (віком 20-26 років) військових частин міста Києва.

Аналіз результатів проведення діагностики адаптації військовослужбовців в умовах військової частини дає можливість зробити наступні узагальнення. Так, визначення рівня адаптації особистості було здійснено за допомогою шкали «Особистісний адаптаційний потенціал» з методики БОО «Адаптивність-200». Отримані результати вказують на те, що серед респондентів 20% мають низький рівень, 35% військовослужбовців - задовільний рівень, 23% серед усіх досліджуваних мають достатній рівень, та 22% новобранців високий рівень адаптаційного потенціалу. Узагальнені показники представлені на рис. 1.

## Питання психології



Рис.1. Рівень адаптаційних можливостей новобранців строкової служби

За отриманими результатами, ми можемо сказати, що у більшості новобранців процес адаптації пройде успішно, вони швидко налагодять міжособистісну взаємодію, групові інтереси у більшості з них стоять на порядок вище ніж особистісні.

Визначення типу темпераменту військовослужбовців було здійснено за допомогою методики ЕРІ Г. Айзенка. Ми

отримали наступні результати. У 37.5% респондентів сангвіністичний тип темпераменту. Для 22.5% досліджуваних характерний тип темпераменту – холерик. Для 30% військовослужбовців серед всі опитуваних характерний флегматичний тип темпераменту. 10% респондентів серед всі опитуваних складають меланхолічний тип. Графічне зображення показників дослідження відображене на рисунку 2.

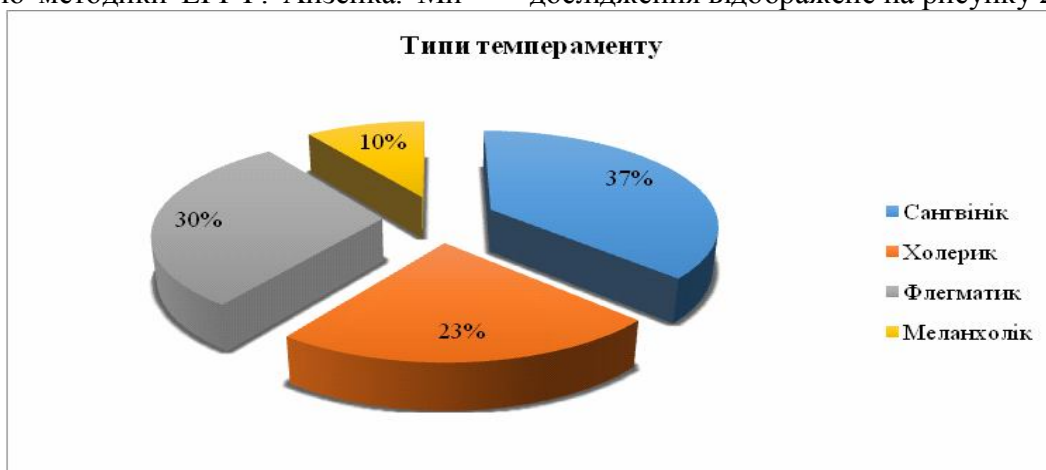


Рис. 2. Типи темпераменту новобранців строкової служби

За отриманими результатами, ми можемо сказати, що більшість респондентів екстравертовані. Таким новобранцям характерне: швидке пристосування до нових умов, комунікабельність, ініціативність, емоційність, відкритість, позитивізм, тощо. Всі ці характеристики сприяють успішній адаптації в умовах військової частини.

Застосування методики СПС (адаптована Айзенком) здійснювалась з метою діагностики психічних станів особистості. Результати діагностики тривожності, що відбувалася за шкалою «Тривожність» даної методики засвідчують той факт, що 10% досліджуваних мають

високий рівень її розвитку, 35% - середній, 55% - низький рівень тривожності. За шкалою «Фрустрації» 57,5% респондентів мають високий рівень фрустрації; 32,5% середній і 10% низький рівень фрустрації. За шкалою «Агресивність» 5% військовослужбовців мають високий рівень агресивності, 45% середній і 50% респондентів низький рівень агресивності. За результатами шкали «Ригідність» 2.5% новобранців мають високий рівень ригідності, 50% середній і 47.5% низький рівень ригідності. Кількісні показники прояву означених характеристик подано у таблиці 1.

Результати діагностики за методикою «Самооцінка психічних станів» Г.Айзенка

Критерії	Рівень прояву		
	Високий	Середній	Низький
Тривожність	10%	35%	55%
Фрустрація	57.5%	32.5%	10%
Агресивність	5%	45%	50%
Ригідність	2.5%	50%	47.5%

Показники даної таблиці засвідчують той факт, більшість досліджуваних мають низький рівень тривожності, що говорить про властиве їм адекватне сприйняття навколишньої діяльності, стресостійкість, впевненість у власних силах, відсутність відчуття тривоги за те, що може трапитись. В свою чергу, більшість досліджуваних, що мають високий рівень фрустрації є досить ініціативними, проявляють здатність до адекватного аналізу ситуації, постановки цілей, мають авторитет у колег, впевненість у власних силах та високий рівень працездатності. Також слід зазначити, що більшість військовослужбовців мають низький рівень агресивності, що проявляється в стриманості, комунікабельності, відвертості, відсутності високого рівня конфліктності, товариськості, повазі до колег, старших за званням, тощо. Окрім

цього, більшість новобранців, які мають середній рівень ригідності проявляють розпач при невиконанні завдань, впертість, лінь, швидку втомлюваність, важкість змінювати діяльність, необхідність в додатковому поясненні при виконанні завдання.

Діагностика наявності та ступеня розвитку акцентуації характеру особистості з'ясувала, що у 42.5 % досліджуваних відсутні акцентуовані риси характеру. Серед усіх досліджуваних у 15% присутня гіпертимна акцентуація, у 10% респондентів демонстративна, у 5% осіб збудливий тип, у 7.5% досліджуваних екзальтований тип акцентуації, у 12.5% військовослужбовців емотивний тип акцентуації, у 7.5 % особистостей циклотимний тип акцентуації. Кількісні показники представлені на рис.3.



Рис.3. Типи акцентуацій новобранців строкової служби

За результатами проведеного дослідження ми можемо сказати, що більшість респондентів комунікабельні, егоцентристи, намагаються привернути увагу до себе, будь яким шляхом, ініціативні, через бажання бути неформальними лідером. Деякі із респондентів схильні до конфліктної поведінки та агресивності. Частина досліджуваних емпатійні, схильні до

підтримки оточуючих, тощо.

Підсумувавши результати дослідження ми з'ясували, що для респондентів з високим рівнем розвитку адаптаційного потенціалу характерний низький рівень тривожності, високий рівень фрустрації, низький рівень агресивності, низький рівень ригідності, холеричний, або сангвіністичний тип темпераменту та відсутність акцентуованих рис характеру.

Новобранці даного рівня розвитку адаптаційного потенціалу та особливостей емоційно-вольової сфери, темпераменту та характеру вдало адаптуються до нових умов проживання, колективу, розпорядку дня та особливостей функціонування в професійних межах.

При достатньому рівні розвитку адаптаційного потенціалу наявні: низький, або середній рівень тривожності, високий, або середній рівень фрустрації, середній рівень агресивності та середній рівень ригідності, сангвіністичний, або флегматичний тип темпераменту, відсутність, або схильність до прояву акцентуацій характеру, або емотивний тип акцентуації. Військовослужбовці з такими результатами успішно адаптуються до оточення, сфери діяльності, умов проживання без суттєвих труднощів.

У особистостей із задовільним рівнем адаптації, наявний середній рівень тривожності, фрустрації агресивності та ригідності, холеричний, або флегматичний тип темпераменту, та гіпертимний / демонстративний тип акцентуацій. Під час адаптації, у даних респондентів можуть виникнути труднощі, через складнощі у налагодженні взаємодії, прагненні реалізувати себе через пригнічення бажань групи, егоцентризм, конфліктність, тощо.

У військовослужбовців з низьким рівнем адаптаційного потенціалу, визначений середній, високий рівень тривожності, низький, або середній рівень фрустрації, високий, або середній рівень агресивності та ригідності, меланхолічний, або флегматичний тип темпераменту, збудливий, екзальтований та циклотимний тип акцентуацій характеру. В процесі адаптації у військовослужбовців з низьким рівнем адаптаційного потенціалу, можуть виникнути суттєві труднощі. Через низький рівень стресостійкості, солдату важко пристосуватись до кардинальних змін у повсякденній діяльності, в результаті чого, може виникнути дезадаптація, депресія, суїцидальні наміри, тощо.

Задля встановлення зв'язків між вищезазначеними критеріями та перевірки достовірності отриманих результатів ми здійснили статистичну обробку даних за

допомогою застосування критерію рангової кореляції Спірмена. Тому, в процесі проведення кореляційного аналізу даних було виявлено зв'язки між емотивним критерієм адаптації та оцінкою адаптаційного потенціалу; за шкалою «Ригідність», за шкалою «Агресивність», за шкалою «Фрустрація», за шкалою «Тривожність» методики самооцінки психологічних станів Айзенка та Оцінкою адаптаційного потенціалу за методикою БОО «Адаптивність-200» при  $p \leq 0.01$ ;

Між критерієм акцентуації та оцінкою адаптаційного потенціалу за характерологічним опитувальником К. Леонгарда і Х. Шмішека по шкалах: «Гіпертимний тип», «Демонстративний тип», «Екзальтований тип», «Емотивний тип», «Циклотимний тип», «Збудливий тип» та оцінкою адаптаційного потенціалу за методикою БОО «Адаптивність-200». Між темпераментом та оцінкою адаптаційного потенціалу за шкалою «Інтроверсія-екстраверсія», за шкалою «Невротизм» за методикою визначення типу темпераменту Айзенка (EPI) при  $p \leq 0.05$ .

Відповідно до отриманих результатів, ми можемо сказати, що психологічні стани, а саме: ригідність, агресивність, фрустрація та тривожність в комплексі з темпераментальними та характерологічними особливостями особистості впливають на адаптацію військовослужбовців до нових умов несення строкової служби. При високому рівні фрустрації, низьких рівнях агресивності, ригідності та тривожності, за відсутності акцентуацій рис характеру та при екстравертованому типі темпераменту новобранець швидше та якісніше пристосується до нових умов перебування, нового колективу та до особливостей військової професії.

В іншому випадку можуть виникати труднощі в адаптації, в деяких випадках навіть при стресових ситуаціях, можливі нервові зриви, депресія, девіантна поведінка особистості, суїцидальні наміри та спроби. Для усунення можливих наслідків дезадаптації військовослужбовців строкової служби нами розроблено практичні рекомендації.

## Питання психології

Враховуючи результати отримані в ході дослідження, ми пропонуємо практичні рекомендації щодо поліпшення адаптації військовослужбовців в умовах військової частини. Для нормалізації психологічних станів військовослужбовців може бути запропоновано тренінг емоційної компетентності з використанням вправи на зниження рівня тривожності, агресивності, ригідності та фрустрації. Саме ці вправи сприятимуть нормалізувати самооцінку, знизити ризик виникнення депресії, підвищенню впевненості в собі, ініціативності, нормалізації критичності та налагодженні взаємозв'язку з іншими юнаками, а отже прискоренню адаптації.

Окрім цього, при виникненні стресових ситуацій у військовослужбовців, варто проводити дихальну терапію (холотропне дихання та вільне дихання), вправи на зняття напруги. Не завадить також проводити психологічні консультації військовослужбовців з товаришами по

службі та офіцерами з метою розв'язання проблем особистого характеру.

### **Висновки та перспективи подальших досліджень.**

Отож, ключовими чинниками адаптації військовослужбовців виступають психологічні стани, темпераментальні та характерологічні особливості особистості. З'ясовано, що наявність певного рівня прояву вищезазначених особливостей зумовлює наявність відповідного рівня адаптації особистості. Тобто, чим нижчий рівень акцентуацій характеру, психологічних станів та екстровеерованість особистості, тим вищий рівень адаптації військовослужбовців і навпаки.

Проведене нами експериментальне дослідження не вичерпує всіх аспектів свого вивчення. Перспективи подальших пошуків ми вбачаємо у вивченні мотиваційного аспекту військовослужбовців, як чинника адаптації.

### **Список використаних джерел**

1. Афанасенко В. С. Ліпатов І. І. Шестопалова Л. Ф. Психологічна адаптація військовослужбовців до бойової діяльності: Навчальний посібник. Х: ХВУ. 1999р.
2. Буряк О. О., Гіневський М. І. Соціальна адаптація армії України до нових умов існування. Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил. 2014. Випуск 4. С. 160-166 Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/ZKhUPS\\_2014\\_4\\_41](http://nbuv.gov.ua/UJRN/ZKhUPS_2014_4_41)
3. Діяльність психолога у ході психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України: (методичні рекомендації) / Міністерство оборони України, Наук.-дослід. центр гуманітар. проблем Збройних Сил України: О.Г. Скрипкін, А.Б. Дейко, О.В. Еверт. Київ: НДЦ ГП ЗС України. 2016, 110 с.
4. Каськов, І. В. Теоретичні аспекти адаптації молодих офіцерів до професійної діяльності. Психологія : збірник наукових праць НПУ імені М. П. Драгоманова. 2000. № 11. С. 439–442.
5. Ліпатов І. І. Психологічна адаптація військовослужбовців до бойової діяльності: навчальний посібник. Харків: ХВУ. 1999, 148 с.
6. Ягупов В. В. Військова психологія : Підручник. Київ: Тандем. 2004, 656 с.

### **References**

1. Afanasenko VS Lipatov II Shestopalova LF Psychological adaptation of servicemen to combat activity: Textbook. X: CVI. 1999
2. Buryak O. O, Ginevsky M. I Social adaptation of the Ukrainian army to new conditions of existence. Proceedings of Kharkiv University of the Air Force. 2014. Issue 4. P. 160-166 Access mode: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/ZKhUPS\\_2014\\_4\\_41](http://nbuv.gov.ua/UJRN/ZKhUPS_2014_4_41)
3. Activity of the psychologist in the course of psychological support of professional activity of the personnel of the Armed Forces of Ukraine: (methodical recommendations) / Ministry of Defense of Ukraine, Scientific research. center humanitarian. Problems of the Armed Forces of Ukraine: O.G. Skripkin, A.B. Deiko, OV Evert. Kiev: SIC of the Ukrainian Armed Forces. 2016, 110 pp.
4. Kaskov, IV Theoretical Aspects of Adaptation of Young Officers to Professional Activity. Psychology: a collection of scientific works of the NPU named after MP Drahomanov. 2000. № 11. S. 439–442.
5. Lipatov II Psychological adaptation of military personnel to combat activity: a textbook. Kharkiv: CVU. 1999, 148 pp.
6. Yagupov VV Military Psychology: A Textbook. Kiev: Tandem. 2004, 656 pp.

Резюме

*Доценко Л.* кандидат психологічних наук, доцент,  
Національний авіаційний Університет  
ORCID ID 0000-0001-5004-0471

*Максименко Н.* магістрантка,  
Національний авіаційний університет

**ПСИХОЛОГІЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ АДАПТАЦИИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ СРОЧНОЙ  
СЛУЖБЫ В УСЛОВИЯХ ВОИНСКОЙ ЧАСТИ**

*В статье описаны психологические факторы адаптации военнослужащих срочной службы. Определены основные компоненты успешной адаптации. Исследован уровень адаптационного потенциала военнослужащих и определен уровень развития факторов адаптации. По полученным данным экспериментального исследования даны практические рекомендации военнослужащим по снижению уровня факторов, которые негативно влияют на адаптацию.*

*Ключевые слова: адаптация, военнослужащие, психологические факторы адаптации, психологические состояния, характерологические особенности.*

Summary

*Dotsenko L.* doctor PhD (Candidate of Psychological Sciences)  
National Aviation University of Ukraine

*Maksimenko N.* magister National Aviation University of Ukraine

**PSYCHOLOGICAL FACTORS OF ADAPTATION OF CONSCRIPTS IN TERMS OF  
MILITARY UNIT**

***Introduction.** With today's changes, Ukrainians are directly involved in a local military conflict. That is why our society needs to create an army of a new model. An army that is optimal in numbers, soldiers who will be professionals in their own business, will own new weapons and will be able to think critically in extreme situations. One of the key features of conscript service is the adaptation of future servicemen to the conditions of the military unit, to their chosen specialization, to the individual and psychological qualities of their companions and officers. That is why the successful adaptation of the recruiter to the conditions of the military unit will ensure the proper acquisition of knowledge and skills that require specialization, which will subsequently become the basis for becoming a soldier as a professional.*

***The purpose** of the article is to elucidate the results of the study of the features of adaptation of conscripts in terms of military unit. Achieving this goal was carried out in several stages, where it was first necessary to identify the psychological factors of adaptation of servicemen, which will contribute to the flow of its effectiveness; the purpose of the second task was to carry out an experimental study of the study of this problem; The third stage is aimed at developing practical recommendations for improving the adaptation of military personnel.*

***Methods** The following set of psychodiagnostic techniques were used to solve the tasks: to identify the level of adaptive capacity of the individual, the "Multiple personal questionnaire" "Adaptability - 200" technique was used; to identify the level of influence of psychological states was used the method of "Self-assessment of mental states of G. Eysenck"; to identify the level of influence of accentuating personality traits was used the method of "Characteristic questionnaire of K. Leonhard and X. Shmishhek; to determine the level of influence of personality temperament was used the method of "Personal Questionnaire (ERI) G. Eysenck".*

***The originality** of the work is that they can be used to promote the level of adaptation of military personnel. The diploma materials are recommended to be used in the course of training sessions on the adaptation of conscripts, as well as to the psychologists of the military units in order to improve the process of adaptation and correction of psychological states that directly affect the adaptation.*

***Conclusions.** Thus, the key factors in the adaptation of military personnel are psychological states, temperamental and character traits of the individual. It has been found that the presence of a certain level of manifestation of the above-mentioned features causes an appropriate level of personality adaptation. That is, the lower the level of accentuation of character, psychological states and extraversion of personality, the higher the level of adaptation of servicemen and vice versa.*

*The experimental research we conducted does not exhaust all aspects of our study. We see the prospects for further searches in studying the motivational aspect of military personnel as a factor of adaptation.*

*Keywords: adaptation; servicemen; psychological factors of adaptation; psychological states; characterological features.*