

*Березовська Л. І.* кандидат психологічних наук, доцент,  
Національний університет «Львівська політехніка».  
<https://orcid.org/0000-0002-5972-7883>

*Богайчук В. Ж.* кандидат політичних наук, доцент,  
доцент кафедри суспільних наук Національний університет  
оборони України імені Івана Черняхівського  
<https://orcid.org/0000-0003-4977-5870>

## ЕМОЦІЙНА СТІЙКІСТЬ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ: ЕМПІРИЧНИЙ РАКУРС

*У статті представлено теоретичний аналіз феномену емоційної стійкості військовослужбовців. Проаналізовано прояв емоційно-вольової стійкості офіцерів. Розглянуто такі характеристики як вольова регуляція, самовладання, наполегливість, ригідність, агресивність, тривожність та фрустрація. А також прояв емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні.*

**Ключові слова:** емоційна стійкість; психічні стани; емоційні бар'єри; військовослужбовці.

**Вступ.** Сьогодні Україна перебуває у періоді війни з Російською Федерацією і військовослужбовці ведуть бойові дії з окупаційними військами. Військовим фахівцям для успішного ведення бойових дій потрібні такі якості, як психічна стійкість, впевненість у своїх діях та передбачає фізичну витривалість у них. Важливою характеристикою, яка визначає швидкість у діях, адекватну поведінку в суперечливих та складних ситуаціях, є емоційно-вольова стійкість військового. Під час виконання бойових завдань недостатній розвиток емоційно-вольової стійкості супроводжується суттєвим психічним та емоційним напруженням, що може призводити до помилкових рішень, або паніки, або неадекватної реалізації поставлених завдань, або взагалі відмови від їхнього виконання. Також діяльність в бойових умовах має обґрунтовані ризики для життя та здоров'я військовослужбовців, що може привести до дезадаптації, зниження стійкості організму, нервово-психічної напруги та розвитку стійких негативних психічних станів військових. А це зумовлює своєчасність та актуальність дослідження емоційної стійкості у військовослужбовців.

**Метою та завданнями статті** виступає теоретичний огляд наукових

розвідок та емпіричне дослідження емоційної стійкості військовослужбовців.

**Теоретичне підґрунтя.** Зараз все більше дослідників звертається до феномену емоційної стійкості як фактору, який впливає на діяльність людини у стресогенних умовах. В основному розвідки стосуються вивчення взаємозв'язків емоційної стійкості та різних особистісних характеристик (М. Грицієнко, О. Рева), аналізу особливостей формування емоційної стійкості у складних умовах професійної діяльності (О. Блінов, В. Подляшник, А. Черкашин, В. Хагай, З. Шайхласимов). Також значна кількість досліджень присвячена психолого-педагогічним умовам змісту та розвитку емоційної стійкості курсантів військових закладів освіти, викладачів, соціальних працівників (О. Аляб'єв, М. Буслаєва, К. Пилипенко, О. Савченков, А. Чернікова).

**Методи дослідження.** Для дослідження емоційної стійкості використано теоретико-прикладний аналіз-огляд літератури з метою з'ясування стану розробленості означеної проблеми на сучасному етапі. А також використано емпіричні методи дослідження: тест-опитувальник А. В. Зверькова і Е. В. Ейдмана для дослідження емоційно-вольової саморегуляції особистості [4]; методика

діагностики емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні (за В.В. Бойко) [4] та методика «Самооцінка психічних станів» (Айзенка) [4].

### **Результати і обговорення.**

Психологічні аспекти емоційної стійкості розглядаються в рамках різних підходів. Так, перший підхід розглядає емоційну стійкість залежно від сили, знаку, лабільності і змісту емоцій такими дослідниками, як А.Е. Ольшанніковою, С.М. Оя, О.А. Черніковою та іншими. Другий підхід емоційну стійкість описує як здатність долати зайве емоційне збудження при виконанні складної діяльності в працях В.Л. Маріщук, Е.А. Мілерян, К.К. Платонов та інших. Третій підхід розглядає емоційну стійкість як інтегративну властивість особистості, що об'єднує різні якості особистості (емоційні, вольові, інтелектуальні, перцептивні), які в сукупності своїй перешкоджають виникненню емоційної нестійкості, що дезорганізує діяльність. Останній підхід реалізується Л.М. Аболіним, М.І. Дьяченко, П.Б. Зільберманом, Д.В. Івановим, В.А. Пономаренко і іншими.

У своєму дослідженні ми спираємося на позицію, позначену в третьому підході, розуміючи емоційну стійкість як динамічну, інтегральну властивість особистості.

Оскільки науковцями часто емоційна стійкість, емоційно-вольова стійкість є взаємозамінними поняттями, то ми не будемо розділяти їх. Отже, емоційно-вольова стійкість часто розглядається в якості важливого показника психологічної підготовленості військовослужбовців до професійної діяльності. Дослідником Є. Потапчуком зазначається, емоційно-вольова стійкість це здатність протистояти реальній небезпеці, виявляти психічну витривалість і стійкість, вольовими зусиллями долати негативні почуття та психічні стани та виробляється у військовослужбовців у процесі психологічної підготовки [6].

Варто зауважити, що емоційно-вольова стійкість військовослужбовців є їхньою цілісною характеристикою як

військових фахівців, що характеризує готовність і здатність протистояти стресогенному впливу у складних для функціонування психіки ситуаціях. В цій характеристиці є практична здатність витримувати надзвичайне збудження та емоційне напруження під впливом несприятливих стресорів. А також є комплексною здатністю зберігати без перешкод високий рівень активності. Щодо емоційно-вольової стійкості офіцерів, то вона є цілісною характеристикою психічної складової їхньої цілеспрямованої управлінської діяльності в повсякденних та, особливо, екстремальних умовах. А також готовність протистояти стресогенному впливу стрес-чинників несприятливих ситуацій військово-професійної діяльності, що містить у собі системну практичну здатність витримувати надзвичайні збудження та емоційні напруження під впливом стресорів військової служби, зокрема стрес-чинників бойової обстановки [1].

Отже, емоційна стійкість офіцерів – це необхідна психологічна умова для формування власної індивідуальності як суб'єкта військового управління та саморозвитку як військового професіонала. Вона забезпечує сукупність адаптаційних процесів, інтегрованість у розумінні збереження рівноправності основних функцій управління як управлінця у військовій сфері, стабільності їх реалізації, особливо під впливом стрес-чинників військової діяльності. Її основний зміст складають стабільність, урівноваженість, емоційна лабільність, адекватність прояву емоцій та опірність психіки фахівців військового управління, інтегральним проявом яких є саморегуляція емоційних станів.

Як зазначають дослідники, у структуру емоційної стійкості як професійно важливої якості фахівця входять п'ять підструктур: психофізіологічної (врівноваженість, рухливість, нервових процесів тощо), емоційно-вольової (саморегуляція емоційних станів, емоційна лабільність, адекватність прояву емоцій тощо),

когнітивно-рефлексивної (самопізнання, самоусвідомлення), адаптивної (особистісний адаптаційний потенціал, нервово-психічна стійкість тощо), соціально-перцептивної (проникливість, емпатійність, ідентифікація тощо). У своєму дослідженні ми проаналізували емоційну стійкість за даними підструктурами [5].

Емпіричне дослідження емоційної стійкості здійснено на базі військових частин м. Київ, м. Вінниця. В опитуванні взяло участь 70 військовослужбовців (молодші та старші офіцери). Оскільки вибірку нашого дослідження становили досліджувані, що мають різні військові звання та стаж професійної військової діяльності, то всіх опитаних ми поділили на дві групи. Першу групу склали молодші офіцери (28 осіб), другу групу – старші офіцери (42 особи).

За тестом-опитувальником емоційно-вольової регуляції А.В. Зверькова і Е.В. Ейдмана [4] визначено, що показники середніх значень загальної вольової саморегуляції у групах молодших офіцерів та старших офіцерів не відрізняються істотно та містяться в межах високого рівня прояву (вище 12 б.). Не значно вищими є середні значення у групі старших офіцерів. Так, в групах вона має такі величини: у групі молодших офіцерів  $M = 17,07$  б., у групі старших офіцерів –  $M = 17,71$  б. Щодо самовладання, то тут так само: у групі молодших офіцерів середнє значення - 11,64 б. та у групі старших офіцерів –  $M = 12,43$  б. (більше 8 б. – високий рівень прояву). Так само наполегливість: у групі молодших офіцерів середнє значення - 8,00 б. та у групі старших офіцерів – 8,48 б. (більше 6 б. – високий рівень прояву). Величина відхилень свідчить про високий рівень прояву індивідуальних показників загальної вольової саморегуляції, самовладання та наполегливості у всіх опитаних. Результати представлено на рисунку 1.

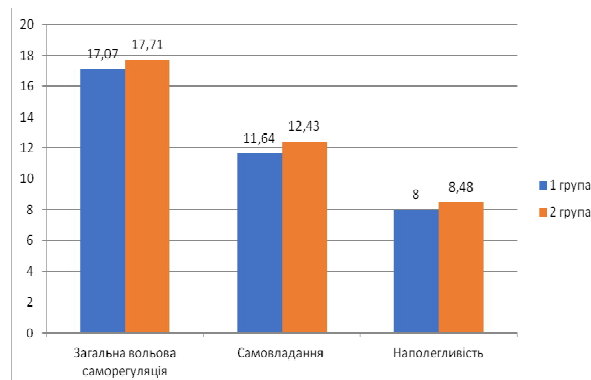


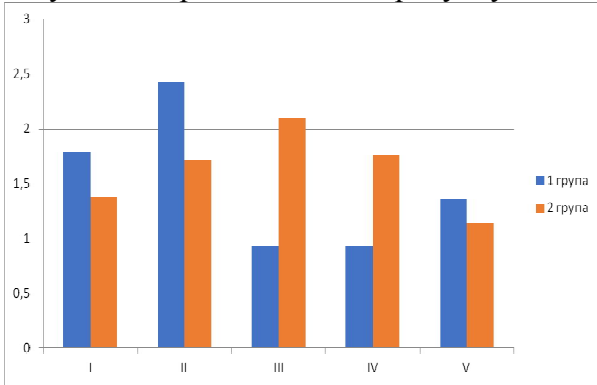
Рис. 1. Прояв вольової саморегуляції.

Отже, прояв загальної вольової саморегуляції, самовладання та наполегливості є високим та дає можливість військовослужбовцям виконувати якісно свої професійні обов'язки.

Емоційна стійкість військовослужбовців проявляється у здатності ними уникати або долати емоційні бар'єри під час спілкування з колегами, підлеглими, керівництвом. У психології бар'єр розглядається та трактується як психологічний стан напруги, важкості, незадоволеності у випадку відсутності умов для його подолання або, навпаки, вольової зібраності, мобілізаційної готовності, емоційного підйому, що забезпечують досконалість професійної майстерності, розвиток професійного мислення, умінь і навичок у випадку забезпечення умов для його подолання.

Виникнення та прояв бар'єрів у спілкуванні, що можуть виникати на основі емоційного сприйняття іншої сторони, прояву власних емоцій, вміння долати ці перешкоди є важливим питанням у визначенні емоційної стійкості у військових. За методикою діагностики емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні (за В.В. Бойко) [4] визначено, що у групі молодших офіцерів вищі показники прояву емоційних бар'єрів у спілкуванні за шкалами: невміння керувати емоціями ( $M = 1,79$  б.), неадекватний прояв емоцій ( $M = 2,43$  б.), небажання зближатися з людьми на емоційній основі ( $M = 1,36$ ); в той же час за шкалами «негнучкість та не виразність емоцій» ( $M = 2,10$ ), «домінування негативних емоцій» ( $M = 1,76$ ) вищі

середні у групі старших офіцерів. В той же час за шкалами «неадекватний прояв емоцій» «негнучкість та не виразність емоцій», «домінування негативних емоцій» відмінності на статистичному рівні (U-критерій Манна – Уїтні). Результати представлено на рисунку 2.



**Рис. 2. Прояв емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні.**

Примітка: I – невміння керувати емоціями, II – неадекватний прояв емоцій, III – негнучкість та не виразність емоцій, IV – домінування негативних емоцій, V – небажання зближатися з людьми на емоційній основі.

Очевидно молодші офіцери мають не достатньо розвинуту здатність керувати емоції, неадекватно проявляють їх та не бажають емоційно зближатися з людьми. Це може бути і як прояв психологічних захистів. А старші офіцери виявляють в більшій мірі негнучкість, виразність емоцій, у них домінують негативні емоції. Очевидно старші офіцери проявляють більшу стабільність, ригідність у вияві емоцій. Це може бути спричинено особливостями їхньої професійної діяльності, а також стажем роботи у військовій сфері. А невиразність емоцій може свідчити про їхні психологічні захисти, які дають їм можливість успішно працювати в екстремальних ситуаціях. Домінування негативних емоцій також може свідчити про застосування психологічних захистів старшими офіцерами.

Щодо молодших офіцерів, то значно вищий прояв у них, ніж в старших офіцерів, невміння керувати емоціями, неадекватний прояв емоцій та небажання зближатися з людьми на емоційній основі вказує на те, що вони активно набувають

професійних навичок управлінської діяльності. Однак, вони потребують надання психологічної допомоги щодо регулювання емоцій у процесі спілкування.

Емоційні бар'єри у спілкуванні можуть бути викликані різного виду труднощами, що мають зовнішню, внутрішню природу або ж їхнє поєднання. Наприклад, В. Осьодло виділяє три види психологічних труднощів: труднощі, викликані зовнішніми причинами (складні професійні ситуації та ін.), труднощі, викликані внутрішніми причинами (індивідуальні особливості особистості офіцера, мотивація, самооцінка та ін.), психологічні труднощі, обумовлені зовнішніми причинами, похідними від внутрішніх (виявляються у викривленні сприйняття та уявлень про професійні ситуації) [3].

Отже, емоційна стійкість в офіцерів виявляється через вміння долати емоційні бар'єри, які можуть виникати у процесі спілкування у процесі їхньої військової професійної діяльності.

Емоційна стійкість у військових залежить також і від тих психічних станів, в яких вони перебувають у процесі не професійної діяльності, а і поза нею. Психічний стан являє собою тимчасовий функціональний рівень психіки, що відображає взаємодію впливу внутрішнього середовища організму або зовнішніх чинників та визначає спрямованість перебігу психічних процесів у цей момент і вияв психічних властивостей людини. Це цілісна характеристика психічної діяльності, що фіксує момент стійкості та специфічності в перебігу психічних процесів.

Психічні стани є відносно стійкими психічними явищами та водночас мають певну динаміку. Вони можуть позитивно впливати на виконувану діяльність, процес спілкування, а можуть і дезорганізувати їх. Кожний психічний стан військовослужбовця є його переживанням і водночас діяльністю його різних систем, він має зовнішнє вираження та виявляється у зміні ефекту виконуваної діяльності. Істотною особливістю

негативних психічних станів є те, що при частому повторенні ситуацій чи впливів, що їх детермінують, вони мають здатність легко трансформуватись і закріплюватись у таких психічних властивостях, як тривожність, дратівливість, агресивність, конфліктність, невпевненість, пасивність тощо, що знижує ефективність діяльності військовослужбовців.

Емоційні стани у військовослужбовців досліджено за методикою «Самооцінка психічних станів» (Айзенка) [4]. Визначено, що середні значення тривожності (1 група -  $M=6,71$  б. та 2 група -  $M=6,52$  б.) та фрустрації (1 група -  $M=5,79$  б. та 2 група -  $M=4,67$  б.) в межах низького рівня, а середні значення агресивності (1 група -  $M=10,57$  б. та 2 група -  $M=8,95$  б.) та ригідності (1 група -  $M=8,21$  б. та 2 група -  $M=8,71$  б.) в межах середнього рівня. Відмінності агресивності між групами молодших та старших офіцерів визначаються на статистичному рівні. Індивідуальні показники свідчать про те, що в обох групах офіцерів є досліджувані з високим рівнем прояву агресивності, що в більшій мірі виявляються в групі молодших офіцерів.

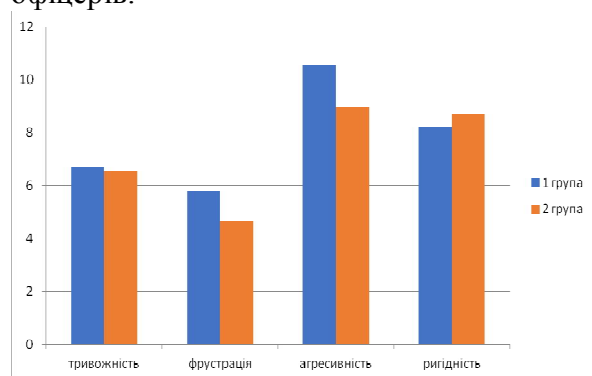


Рис. 3. Прояв психічних станів.

Щодо проявів тривожності, розгубленості, занепокоєння, то вони у військових можуть бути проявом страху. Людина у стані тривоги і сумніву втрачає здатність зосередитися на конкретному завданні, перестає бачити особливості бойової обстановки, діє імпульсивно, її охоплюють різні почуття. Багаторазове перебування воїна в небезпечній обстановці знімає пригнічуючий вплив напруженості на психіку людини. Схоже

положення доведено експериментальними дослідженнями [1].

Як зазначають дослідники, іноді зняття пригнічуючого впливу напруженості на психіку людини проходить повільно, воїн знаходиться як би в стані заціпенілості. Такий стан називається ригідністю. Для ригідності характерна інертність у переживаннях, невіддатливість до змін обстановки, трудність її переключення у відповідності зі сформованою бойовою обстановкою. Вона виникає лише в тих випадках, коли є необхідність у змінах і воїн не може змінитися.

Отже, всі опитані в меншій мірі переживають тривожні стани та стани фрустрації, в більшій мірі виявляють агресивність та ригідність. Щодо окремих груп, то тривожність, фрустрацію, агресивність в більшій мірі переживають молодші офіцери, а ригідність – група старших офіцерів.

**Висновки.** Результати дослідження свідчать, що у групах які досліджувались прояви загальної вольової саморегуляції, самовладання та наполегливості є високими та дають можливість їм виконувати якісно свої професійні обов'язки. У групі молодших офіцерів вищі показники прояву емоційних бар'єрів у спілкуванні за шкалами: невміння керувати емоціями, неадекватний прояв емоцій, небажання зближатися з людьми на емоційній основі; в той же час за шкалами «негнучкість та не виразність емоцій», «домінування негативних емоцій» вищі середні значення у групі старших офіцерів. Емоційна стійкість в офіцерів виявляється через вміння долати емоційні бар'єри, які можуть виникати у процесі спілкування. Не яскраво виражені тривожні стани та стани фрустрації, більше проявляються агресивність та ригідність.

Подальші дослідження будуть спрямовані на визначення особистісних характеристик, від яких залежить емоційно-вольова стійкість та розробку засобів підвищення емоційно-вольової стійкості.

## Питання психології

### Список використаних джерел

1. Блінов О.А. Формування емоційної стійкості у військовослужбовців аеромобільних військ під час повітряно-десантної підготовки : дис. ... канд. психол. наук : 20.02.02 / Блінов Олег Анатолійович. К., 1999. 275 с
2. Костів С. Емоційно-вольова стійкість майбутніх військових фахівців // Збірник наукових праць “Військова освіта” Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського. 2017. № 2 (36). с. 107-117
3. Осодло В. І. Психологія професійного становлення офіцера : монографія. К. : ПП “Золоті ворота”, 2012. 463 с.
4. Пашукова Т.І., Допіра А.І., Дьяконов Г.В. Практикум із загальної психології: за ред. Т.І. Пашукової. 2-ге вид., стер. К.: Т-во «Знання», КОО, 2006. 203 с.
5. Пилипенко К. В. Емоційна стійкість як професійно важлива якість майбутнього психолога-практика // Практична психологія в системі вищої освіти: теорія, результати досліджень, технології : колективна монографія / ред. проф. Н. І. Пов’якель. К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2009. С. 137–147.
6. Потапчук Є.М. Психологічна робота у Прикордонних військах України // Морально-психологічне забезпечення службової діяльності Прикордонних військ України : підручник ; за заг. ред. Максименка С.Д., Олексієнка Б.М. Хмельницький : Вид-во НАПВУ, 2001. С. 124-173.

### References

1. Blinov O.A. Formuvannia emotsiinoi stiiikosti u viiskovosluzhbovtsiv aeromobilnykh viisk pid chas povitriano-desantnoi pidhotovky [Formation of emotional stability in servicemen of airmobile troops during airborne training]: dys. ... kand. psykhol. nauk : 20.02.02 / Blinov Oleh Anatoliiovych. K., 1999. 275 s (in Ukrainian).
2. Kostiv S. Emotsiino-volova stiiikist maibutnykh viiskovykh fakhivtsiv [Emotional and volitional stability of future military specialists] // Zbirnyk naukovykh prats “Viiskova osvita“ Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy imeni Ivana Cherniakhovskoho. 2017. № 2 (36). s. 107-117
3. Ocodlo V. I. Psykholohiia profeciinoho ctanovlennia ofitsera [Emotive and Volitional stabilize off future military specialists] : monohrafiia. K. : PP “Zoloti vorota”, 2012. 463 s. (in Ukrainian).
4. Pashukova T.I., Dopira A.I., Diakonov H.V. Praktykum iz zahalnoi psykholohii [Workshop on general psychology] za red.. T.I. Pashukovoi. 2-he vyd., ster. K.: T-vo «Znannia», KOO, 2006. 203 s. (in Ukrainian).
5. Pylypenko K. V. Emotsiina stiiikist yak profesiino vazhlyva yakist maibutnoho psykholoha-praktyka [Emotional stability as a professionally important quality of the future psychologist-practitioner] // Praktychna psykholohiia v systemi vyshchoi osvity: teoriia, rezultaty doslidzhen, tekhnolohii : kolektyvna monohrafiia / red. prof. N. I. Poviakel. K. : NPU imeni M. P. Drahomanova, 2009. S. 137–147. (in Ukrainian).
6. Potapchuk Ye.M. Psykholohichna robota u Prykordonykh viiskakh Ukrainy [Psychological work in the Border Troops of Ukraine] // Moralno-psykholohichne zabezpechennia sluzhbovoi diialnosti Prykordonykh viisk Ukrainy : pidruchnyk ; za zah. red. Maksymenka S.D., Oleksiienka B.M. Khmelnytskyi : Vyd-vo NAPVU, 2001. S. 124-173. (in Ukrainian).

### Summary

**Berezovska L.** *Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Lviv Polytechnic National University*

**Bohaichuk V.** *Candidate of Political Science, Associate Professor, National Defence University of Ukraine named after Ivan Cherniakhovskiy*

### EMOTIONAL STABILITY OF MILITARY OFFICERS: EMPIRICAL PERSPECTIVE

*The article presents a theoretical analysis of the phenomenon of emotional stability of servicemen. The results of an empirical study of the manifestation of emotional and volitional resilience of military officers are analyzed.*

*The purpose of the article. Carry out a theoretical review of scientific research and an empirical study of the emotional resilience of servicemen.*

**Methods.** To study emotional stability, a theoretical and applied analysis-review of the literature was used in order to determine the state of development of this problem at the present stage. Empirical research methods were also used: a test questionnaire by AV Zverkov and E. W. Eidman for the study of emotional and volitional self-regulation of personality; methods of diagnosing emotional barriers in interpersonal communication (according to VV Boyko) and methods of "Self-assessment of mental states" (Eisenko).

**Results.** Characteristics such as volitional regulation, self-control, persistence were considered in military officers and it was determined that the manifestations of general volitional self-regulation, self-control and persistence are high and allow them to perform their professional duties qualitatively.

It was found that anxiety and frustration are not pronounced, more aggressive and rigid. As well as the manifestation of emotional barriers in interpersonal communication.

In the group of junior officers, the rates of emotional barriers in communication are higher on the scales: inability to manage emotions, inadequate expression of emotions, unwillingness to get close to people on an emotional basis; at the same time, on the scales "inflexibility and expression of emotions", "dominance of negative emotions" are the highest average values in the group of senior officers. Emotional resilience in officers is manifested because of the ability to overcome emotional barriers that may arise in the process of communication.

*Scientific novelty.* The manifestation of emotional resilience in servicemen is described.

**Practical significance.** The article can be useful for psychologists working with servicemen.

**Conclusions and prospects for further research.** Subsequent research will focus on determining the personal characteristics on which emotional and volitional resilience depends and the development of means to increase emotional and volitional resilience.

**Key words:** emotional resilience; mental states; emotional barriers; servicemen.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Received/Поступила: 28.05.22.