

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ДОБРОБУТ КУРСАНТІВ ВІЙСЬКОВИХ ПСИХОЛОГІВ: РІВНІ ТРАВМІВНОГО УРАЖЕННЯ ТА СТРАТЕГІЇ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ В УМОВАХ РОСІЙСЬКО УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ

Лазоренко Б. П. кандидат філософських наук,
доцент, провідний науковий співробітник
ІСПП НАПН України

<http://orcid.org/0000-0002-2113-0424>

Дубровинський Г. Р. кандидат психологічних
наук, доцент КНУ імені Тараса Шевченка
<http://orcid.org/0000-0001-6621-4229>

У статті з'ясовано співвідношення рівнів психологічного добробуту та симптомів травмівних стресових станів курсантів військових психологів чоловіків і жінок в умовах війни. Доведено можливість особистості зберегти високий рівень психологічного добробуту в стресогенному середовищі. Визначено провідну роль стратегії особистісного зростання в опануванні цих чинників і забезпеченні високих рівнів психологічного добробуту особистості в умовах війни.

Ключові слова: психологічний добробут; симптоми травмівних стресових станів; особистісне зростання; стратегії.

Вступ. В умовах масштабної російської агресії, що продовжується, зростають вимоги до базової професійної компетентності військових психологів, в тому числі курсантів як майбутніх фахівців. У зв'язку із цим дослідження стану їхнього психологічного добробуту (далі ПД) особливостей його травмівного ураження та стратегій забезпечення в умовах війни є важливою дослідницькою проблемою щодо з'ясування їх готовності до належного виконання своїх службових обов'язків та наданні, за необхідністю, їм відповідної допомоги у його відновленні і забезпеченні. Все це є важливим для набуття ними професійних компетентностей та готовності забезпечення боєздатності особового складу ЗСУ на своїх майбутніх посадах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема дослідження ПД особистості є актуальною як для зарубіжних, так і вітчизняних дослідників. Зарубіжні фахівці концептуалізували ПД, визначили його структуру, здійснили когнітивну та емоційну оцінку (Diener et al., 2003), зазначили базові психологічні потреби та мотивацію (Ryan & Deci, 2017), розробили низку опитувальників (Ruff & Keyes, 1995) Вітчизняні дослідники також вивчали різні аспекти концепту ПБ,

зокрема в контексті підвищення ПД особистості (Титаренко, 2018). Проблема ПБ в умовах війни також привертала увагу і зарубіжних фахівців (Freu, 2012; Shemyakina & Plagnol, 2013), і вітчизняних дослідників (Карамушка, 2022; Петухова et al., 2023; Кокун, 2022), у переході від війни до миру (Дворник, 2020). Карскановою С. В. (2011) було адаптовано опитувальник «Шкали ПБ» К. Ріффа, яким ми послуговувались у нашому дослідженні. Важливим також є дослідження ПД працівниць освіти прифронтових та деокупованих територій в умовах війни (Дорожкін & Лазоренко, 2024).

Проблемам психологічного та ментального добробуту кадетів також присвячені зарубіжні і вітчизняні дослідження. Колектив викладачів Військової академії США (Konheim-Kalkstein et al., 2022) розробив стратегію інтеграції структури «Healthy Minds», орієнтованої на формування поведінки військових, зокрема кадетів, спрямованої на пошук допомоги і розвиток необхідних базових навичок. Викладачі Військовій академії Сполучених Штатів у Вест-Пойнті (Dykhuys et al., 2023) запропонували пілотну програму навчання курсантів, фокусуючись на розвиток їхнього характеру. Китайські фахівці

відмічають значне зростання психологічного тиску на курсантів та суттєві конфлікти між високими вимогами щодо набуття ними знань та умінь і їх фізичними і психологічними спроможностями (Junjie, 2016). Українські дослідники з'ясували особливості ПД та соціальної адаптації курсантів в умовах війни (Stadnik et al., 2023), вивчили їх здатність визначати та опановувати емоції в умовах військового професійного стресу (Khraban & Silko, 2022). Проте психологічний добробут курсантів і курсанток військових психологів, його стресогенне ураження, стратегії забезпечення в умовах війни ще не стали предметом психологічного дослідження.

Метою дослідження є визначення рівнів психологічного добробуту курсантів та курсанток військових психологів та їх співвідношення з рівнями їхніх травмівних стресових уражень, з'ясування показників особистісного зростання та провідні стратегії забезпечення ПД в умовах війни.

Методологія та методи дослідження. Дослідження проводилось за сприяння начальника кафедри військової психології та педагогіки Військового інституту Київського національного університету імені Тараса Шевченка полковника Н. М. Мась під час проведення спецкурсу «Психологічні технології самопомоги та супроводу військовими психологами особового складу військових підрозділів у опрацюванні посттравматичних стресових станів» для курсантів-військових психологів у травні – червні 2023 р.

Методологічну основу дослідження становлять зарубіжні і вітчизняні концепції ПД, порівняльний аналіз та узагальнення теоретичних і емпіричних досліджень зазначених вище фахівців. Збір емпіричних даних здійснювався методом опитування за допомогою трьох дослідницьких інструментів. Для визначення рівнів і показників ПД та шкали особистісного зростання (далі ОЗ) курсантів і курсанток ми використали опитувальник «Шкали ПБ» К. Ріффа в українській адаптації С. В. Карсканової (Карсканова, 2011) та частково попередню

адаптацію Т. Д. Шевеленкова та П. П. Фесенка. Для визначення симптомів травмівних стресових станів (далі СТСС) та їх рівнів ми скористались адаптованими для української популяції В. Безшейком Шкалами клінічної діагностики ПТСР «The National Center for PTSD» та опитувальником "Перелік симптомів ПТСР" (Безшейко, 2016). Також ми взяли до уваги результати досліджень ПД працівниць освіти прифронтових та деокупованих територій (Дорожкін & Лазоренко 2024) в якому визначено стратегії забезпечення ПБ та зазначено гіпотезу про важливість для збереження загального ПД особистості та забезпечення посттравматичного зростання особи в умовах війни, його шкали «Особистісне зростання».

Адапований В. Безшейко опитувальник ми використали для скринінгу СТСС. Курсанти та курсантки військові психологи на час проведення дослідження перебували в м. Києві в умовах систематичних ракетних обстрілів, тому ми визначаємо виявлені симптоми як симптоми саме травмівних стресових станів, а не як симптоми ПТСР. У визначенні рівнів та показників проявів СТСС у відповідних балах ми спиралась на згаданий вище опитувальник В. Безшейко шляхом підрахунку загальної кількості балів позначених опитаним за всіма шкалами. Інтегральна оцінка показника СТСС 33 і вище балів може свідчити про схильність особи до розвитку ПТСР, але не є підставою для встановлення клінічного діагнозу. Опитувані, у яких інтегральна оцінка показника СТСС становила 33 і вище балів, ми віднесли до осіб з його високим рівнем. Інтегральну оцінку від 0 до 32 балів ми поділили на два рівні. Відповідно особи, у яких інтегральна оцінка показника СТСС знаходилась в інтервалі від 0 до 16 балів ми відносили до низького рівня, а осіб із цим показником у інтервалі від 17 до 32 балів – до середнього рівня.

У розрахунку показника ОЗ ми прийняли середнє нормативне значення (для умов мирного часу) у балах цієї

Питання психології

шкали згідно означених версій адаптації опитувальника К. Ріфф і фактичні крайні значення її рівнів, отримані у нашому дослідженні, і поділили їх на три рівні, відповідно визначили: низький рівень від 54 балів і нижче; середній рівень від 55 до 68 балів і високий рівень від 69 балів і вище. Такий же підхід ми також застосували до визначення показників рівнів інших шкал ПД. Оскільки у деяких досліджуваних спостерігались високі рівні ПД при середніх рівнях шкали ОЗ та високих і середніх значеннях СТСС ми взяли до уваги провідні стратегії забезпечення ПБ з найвищими показниками їх шкал, які ми зазначили як допоміжні до стратегії ОЗ щодо збереження ПД особистості в умовах її перебування у травмівному середовищі, оскільки ці шкали забезпечили високий рівень ПД в цілому. Також ці шкали і відповідні їм стратегії, на нашу думку, сприяють тенденції спонтанного динамічного відновлення ПД особи, чи її посттравматичному зростанню в умовах війни та у повоєнній час. Надалі ми провели порівняльний аналіз рівнів ПД, СТСС, показників ОЗ та інших шкал ПБ курсантів і курсанток для визначення

відповідних груп, для яких характерні їх певні співвідношення.

Вибірку нашого дослідження склали 40 курсантів другого курсу зазначеного вище Військового інституту: 23 чоловіка віком від 18 до 29 років та 17 жінок віком від 18 до 21 року. В оформленні матеріалів дослідження рівнів ПД, СТСС та показників ОЗ досліджуваних курсантів та курсанток (40 осіб) усі відсоткові значення ми подаємо відносно цієї їх загальної кількості.

Результати і обговорення. У дослідженні співвідношення ПД і СТСС курсантів та курсанток військових психологів ми взяли до уваги, що опитувальник ПД К. Ріфф має шість шкал, одна із яких фіксує саме особистісне зростання, тому ми поставили завдання з'ясувати співвідношення показників рівнів ПД, СТСС та ОЗ, а у випадку середніх та низьких показників рівня ПД і ОЗ визначити допоміжні шкали його забезпечення із відповідними цим шкалам стратегіями.

Спочатку ми розглянемо результати дослідження ПД, СТСС та ОЗ курсантів (Табл. №1 та № 3).

Таблиця №1

Рівні та показники ПД та ОЗ курсантів (23 особи) згідно Опитувальника «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф, адаптація С. В. Карсканової							
Рівні ПД	Показники ПД	Рівні ОЗ	Показники ОЗ	Кільк. осіб		Відсотки%	
Високі	354 і більше балів	високий	69 балів і вище	9	14	22,5%	42,5%
		середній	від 55 до 67 бал	4		10,0%	
		низький	54 бали і нижче	1		2,5%	
Низькі	Від 0 до 323 бали	високий	від 69 і вище		9		22,5%
		середній	від 55 до 68 бал	4		2,5%	
		низький	54 бали і нижче	5		20,0%	
						57,5%	

За цими загальними результатами серед курсантів виокремилось декілька груп зазначеного співвідношення. Зазначимо, що у нашому дослідженні курсантів із середнім рівнем ПД серед досліджуваних не виявлено. Проте більше

половини всіх курсантів (14 осіб), що становить 35% усіх досліджуваних, вдалося забезпечити високі показники ПД в умовах війни. З них високі і середні показники рівнів ОЗ виявили 32,5% курсантів і лише один курсант низький

Питання психології

показник ОЗ (53) при високому показнику рівня ПД. Проте, серед шкал його ПД провідними, з найвищими показниками були шкали «Управління середовищем» (73) та «Самоприйняття» (72) (Табл. № 3), які ми

визначили як допоміжні, щодо забезпечення загального його ПД.

Також ми з'ясували рівень симптоматики психотравмивного стресового ураження курсантів згідно опитувальника В. Безшейко (Табл. №2).

Таблиця № 2

Показники рівня СТСС курсантів (23 особи, 57,5%) згідно Шкали опитувальника "Перелік симптомів ПТСР, адапція В. Безшейко			
Рівні показників	Показники рівня СТСС	Кільк. осіб	Відсотки%
Високий	від 33 балів і вище	4	10,0%
Середній	від 17 до 32 балів	3	7,5%
Низький	від 0 до 16 балів	16	40,0 %

Маємо зазначити, що у більш ніж у половини курсантів, а саме 40% від загальної кількості досліджуваних з'ясовано низький рівень СТСС, а у двох із них були відсутні їх прояви, що може свідчити про значний рівень резильєнтності їхньої психіки.

Розглянемо результатів дослідження курсантів із показниками високих рівнів ПД, показниками низьких рівнів СТСС та відповідними показниками шкал ПД, перш за все ОЗ (Табл. №3).

Таблиця № 3

Показники шкал ПД курсантів з високим ПД і низькими СТСС (10 осіб, 25%)											Серед. значен. чолов.
Позитив. віднос.	61	78	79	74	72	77	67	79	72	74	63
Автономність	61	63	67	80	69	75	56	79	61	79	56
Управ. середов.	65	67	78	77	57	74	78	84	55	79	57
Особист. зрост.	66	83	84	79	63	63	69	84	60	79	65
Цілі життя	67	61	80	81	53	71	84	84	55	84	63
Самоприйняття.	64	76	80	75	57	78	84	79	64	79	59

Порівнюючи показники СТСС та ПБ зазначаємо, що наша гіпотеза про те, що курсанти із низькими показниками СТСС матимуть високі показники ПБ, набула певного підтвердження. Серед курсантів їх виявилось 10 осіб, 25% від загальної кількості досліджуваних. При цьому у шести з них були високі показники рівні ОЗ, а у чотирьох середні (для умов мирного життя), що на нашу думку, свідчить про підтвердження гіпотези про значну роль цієї шкали у

забезпеченні ПД особи в умовах війни. Допоміжними шкалами забезпечення високих рівнів ПБ у зазначених чотирьох курсантів були високі і середні показники шкали «Самоприйняття» (57, 78, 64) та «Автономність» (69, 75, 61) «Цілі життя» (67), «Управління середовищем» (65). (Табл. №3).

Розглянемо результати співвідношення показників рівнів ПБ, СТСС і ОЗ інших курсантів (Табл. № 4).

Таблиця № 4

Показники шкал курсантів з різними рівнями ПД і СТСС та ОЗ														
Назв. шкал	Високий ПД, серед. СТСС			Вис. ПБ, вис. СТСС	Низ ПД, вис. СТСС			Низький ПБ, низ. СТСС						Сер. зн. чол.
Позит. відн.	63	69	63	64	49	37	46	51	41	47	52	48	54	63
Автономія	69	60	59	60	45	48	50	48	57	49	54	50	51	56
Упр. серед.	63	73	60	52	51	54	52	43	52	52	51	41	53	57
Особ. зрост.	77	53	74	78	45	59	55	50	55	60	49	46	47	65
Цілі життя	59	55	59	63	47	44	47	50	60	53	58	52	46	63
Самоприй.	71	72	69	66	57	54	49	48	50	55	57	52	49	59

(Серед досліджуваних курсантів особи із середнім рівнем ПД відсутні)

Питання психології

Три курсанти мали високий рівень ПД при середньому рівні СТСС. При цьому у двох із них були високі показники ОЗ (77, 74), а у одного показник низького рівня ОЗ (53). Допоміжними визначено шкала «Самоприйняття» з високим показником (72) та шкала «Позитивні відносини» із середнім показником (69).

Важливо зазначити, що серед курсантів з високим ПД виявився один із високим рівнем СТСС, але його показник ОЗ був найвищим (78) серед інших шкал його ПД. Допоміжними шкалами забезпечення його ПД були шкали «Самоприйняття» (66) і «Позитивні відносини» (64) також із середніми показниками рівнів цих шкал. На нашу думку, стосовно цього курсанта маємо можливість спрогнозувати успішність процесу посттравматичного особистісного зростання, в тому числі завдяки високому показнику рівня шкали ОЗ та достатнім рівням зазначених допоміжних шкал. Привернув нашу увагу також курсант із високим ПБ на низьким показником рівня ОЗ (53). На нашу думку, щодо забезпечення високого рівня ПД в цьому випадку важливою є роль допоміжних шкал, перш за все із високими показниками їх рівнів

«Управління середовищем» (73) і «Самоприйняття» (72).

Також ми звернули увагу на курсантів із низькими показниками ПД і високими показниками СТСС. Це три особи, із яких два курсанти мають середні показники рівня шкали ОЗ (59, 55), хоча ці показники є найвищими серед інших шкал їхнього ПБ, при середніх рівнях показників допоміжних шкалах «Управління середовищем» (52, 54) та «Самоприйняття» (54). Ще у одного із курсантів з'ясовано показник низького рівня шкали ОЗ (45) із середнім показником допоміжної шкали «Самоприйняття» (57) та низькими показниками інших шкал ПД. На нашу думку, ці курсанти потребують психологічної допомоги у зміцненні свої резильєнтності та забезпечення належного рівня ПБ. Така ж рекомендація стосується курсантів із низьким ПБ та низьким СТСС (6 осіб, 15%) із загальної кількості досліджуваних.

Розглянемо результати дослідження ПД, СТСС і ОЗ курсанток. Перш за все звернемо увагу на показники рівнів ПД та ОЗ курсанток (17 осіб, 42,5%) отримані згідно Опитувальника «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф, адаптація С. В. Карсканової (Табл. № 5).

Таблиця № 5

Показники рівнів ПД та ОЗ курсанток (17 осіб, 42,5%) згідно Опитувальника «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф, адаптація С. В. Карсканової						
Рівень ПД	Показники рівнів ПД в балах	Рівень ОЗ	Кільк. осіб	%	Кільк. осіб	Відсотки %
Високий	354 і більше балів	високий	6	15,0%	10	25,0%
		середній	4	10,0%		
Середній	від 324 до 353 балів	середній	1	2,5%	1	2,5%
Низький	від 0 до 323 бали	середній	2	5,0%	6	15,0%
		низький	4	10,0%		

Маємо зазначити, що всупереч перебуванню у зоні високого рівня психотравмівного стресогенного середовища переважній кількості курсанток вдалося забезпечити високий та

середній рівні ПБ (11 осіб, 27,5%) при високих та середніх рівнях шкали ОЗ.

Розглянемо показники рівня СТСС курсанток (17 осіб, 42,5%) згідно опитувальника "Перелік симптомів ПТСР", адаптація В. Безшейко (Табл. № 6)

Таблиця № 6

Показники рівня СТСС курсанток (17 осіб, 42,5%) згідно опитувальника "Перелік симптомів ПТСР", адаптація В. Безшейко			
Рівні ПТСР	Показники в балах	Кількість осіб	Відсотки %
Високий	від 33 балів і вище	5	12,5%
Середній	від 17 до 32 балів	4	10,0%
Низький	від 0 до 16 балів	8	20,0 %

Питання психології

Маємо зазначити, що зважаючи на умови війни, більша частина курсанток (8 осіб, 20,0%) змогла протистояти стресогенним чинникам та забезпечити задовільний рівень резильєнтості.

Розглянемо показники шкал курсанток з різними рівнями ПД, СТСС та ОЗ (Табл. № 7) та порівняємо їх співвідношення.

Таблиця № 7

Назв. шкал	Високий ПД, низ. СТСС										Вис. ПБ, серед. СТСС	Сер. ПД, сер. СТСС С	Низ. ПД, низ. СТСС С	Низький ПД, вис. СТСС				
	73	79	69	71	69	62	57	68	76	61				45	45	56	59	59
Позит. віднос.	73	79	69	71	69	62	57	68	76	61	57	49	45	45	56	59	59	
Автоном.	79	67	63	74	68	60	65	65	61	59	52	48	48	54	72	56	56	
Управ. серед.	79	79	68	75	63	81	70	65	61	55	51	53	47	57	37	52	43	
Особ. зрост.	74	79	68	76	75	68	65	78	80	65	62	48	52	50	55	55	48	
Цілі життя.	84	80	66	71	73	59	61	70	77	56	58	49	50	55	57	43	42	
Самоп.	83	80	73	71	73	79	55	71	78	59	56	48	43	45	40	38	51	

Зазначаємо, що у семи курсанток (17,5%) з'ясовано високі рівні ПД при низькому рівні СТСС з відповідно високими (4 особи) та середніми (3 особи) показниками ОЗ. Також при середніх рівнях СТСС у трьох курсанток забезпечуються високі рівні ПД при відповідно високих та середніх показниках ОЗ за підтримки допоміжних високих та середніх показників шкал «Самоприйняття» (78, 71, 59), «Позитивні відносини» (61) та інші. Одна курсантка при середньому рівні СТСС змогла забезпечити середній рівень ПБ із середнім показником (62) рівня шкали ОЗ при середніх показниках допоміжних шкал «Цілі життя» (56) і «Позитивні відносини» (57).

Особливу увагу привернули курсантки із низьким рівнем ПД та високим рівнем СТСС (5 осіб 12,5%). У них спостерігається середні (2 особи) та низькі (3 особи) показники шкали ОЗ, при допоміжних шкалах «Позитивні відносини» (56, 59, 59), «Автономія» (72, 56, 56), «Цілі життя» (55, 57) з високим та середніми рівнями. На наш погляд вони потребують психологічної допомоги щодо зміцнення резильєнтності психіки та забезпечення належного рівня ПБ.

Порівняємо результати дослідження у курсантів та курсанток у загальному вигляді.

Згідно рівнів ПД курсантів та курсанток (40 осіб) в цілому (Табл. № 8)

Таблиця № 8

Рівні ПД	Стать	Кількість	Відсоток %	Загал. кількість	Відсоток %
Високий	Чол.	14	35,0%	24	60,0%
	Жін.	10	25,0%		
Середній	Жін.	1	2,5%	1	2,5%
Низький	Чол.	9	22,5%	15	37,5%
	Жін.	6	15,0%		

(Серед досліджуваних курсантів особи із середнім рівнем ПД відсутні)

За отриманими результатами маємо зазначити, що переважна більшість (62,5%) досліджуваних показали високі і середні (для умов мирного життя) рівні ПД, що свідчить про їх здатність забезпечити ПД в умовах війни. Разом з

тим, серед курсантів відсоток таких осіб (35,5%) дещо вище, ніж серед курсанток (27,5%).

Стосовно кількості курсантів і курсанток із відповідними рівнями СТСС маємо наступні результати (Табл. № 9).

Рівні СТСС	Стать	Кількість	Відсоток %	Загальна кількість	Відсоток %
Високий	Чол.	4	10,0%	9	22,5%
	Жін.	5	12,5%		
Середній	Чол.	3	7,5%	7	17,5%
	Жін.	4	10,0%		
Низький	Чол.	16	40,0%	24	60,0%
	Жін.	8	20,0%		

Відповідно кількість курсантів із високим і середнім рівнем СТСС (17,5%) дещо менше ніж у курсанток (22,5%), що може свідчити про дещо більший рівень резильєнтності психіки курсантів, порівняно з курсантками.

Також серед курсантів і курсанток виявлено групи осіб із високим ПД при низькому СТСС та низьким ПД при високому СТСС. При цьому підтвердилось гіпотеза про значущість стратегії шкали ОЗ «відкритості новому та особистісним змінам, самоздійснення в реалізації власного потенціалу» та високого показника її рівня у забезпечення високого та середнього рівнів ПД в умовах воєнного стану.

Також у групі курсантів (3 особи, 7,5%) і курсанток (5 осіб, 12,5%) із низькими рівнями ПД і високими рівнями СТСС спостерігаються низькі рівні ОЗ та інших шкал їхнього благополуччя. Ця група (8 осіб, 20,0%) знаходиться у зоні ризику подальшого негативного розвитку травмівних психоемоційних та психосоматичних процесів і потребує психологічної допомоги та супроводу щодо розвитку резильєнтності та забезпечення належного рівня свого ПД. Такої ж допомоги потребують усі курсанти і курсантки, які зазначили високі (22,5%) і середні (17,5%) рівні СТСС (16 осіб 40,0%). Серед досліджуваних також виявилася група – 6 курсантів і одна курсантка з низькими рівнями ПД та СТСС (17,7%), які на наш погляд, також потребують психологічної допомоги і супроводу, але з акцентом на підвищення рівнів їх ПД.

Стосовно шкали ОЗ та її стратегії у забезпеченні високих рівнів ПД в цілому можемо зазначити її значущість. Серед курсантів із загалу 23 осіб у 14 осіб із високим ПД 9 мали показник ОЗ значно

вищий за середній у мирний час, у 4 осіб показник ОЗ відповідав середньому значенню для умов мирного часу і один курсант мав значно низький показник ОЗ. Серед курсанток із загалу 17 осіб у 10 осіб із високим ПД 6 мали показник ОЗ значно вищий за середній у мирний час, у 4 осіб показник ОЗ відповідав середньому значенню для умов мирного часу. Із 7 курсанток із середнім і низьким ПБ 3 особи все ж таки мали середні показники ОЗ, 4 - низькі. Разом із тим у нашому дослідженні низькі показники ОЗ мали 10 осіб – шість курсантів та 4 курсантки – 25,0% від загальної кількості досліджуваних.

Зважаючи на отримані результати щодо місця і значення шкали ОЗ серед інших шкал ПД, ми звернули увагу на ті шкали і їх стратегії, які в умовах середніх та низьких показників шкали ОЗ мали найвищі показники. Такі шкали ми визначили як допоміжні стосовно забезпечення високих та середніх рівнів ПД досліджуваних в умовах воєнного стану.

Щодо курсантів з такими допоміжними шкалами та відповідними їм стратегіями, які ми розподілили по частоті їх проявів, виявились наступні: «Самоприйняття» - позитивне ставлення до себе, прийняття себе у різних своїх проявах - 9; «Управління середовищем» - впевненості і компетентності ефективно взаємодіяти із власним життєвим середовищем 5; «Автономність» - самоздійснення, самостійність у керуванні собою та реалізації власних життєвих рішень – 3; «Позитивні відносини» - довіри до себе і свого оточення, піклування про спільне благополуччя – 2; «Цілі життя» - цілеспрямованість та осмисленість власного життя у формуванні та реалізації життєвих цілей 1.

У курсанток, як допоміжні, визначились наступні шкали із відповідними стратегіями забезпечення ПД: «Позитивні відносини» - 5; «Самоприйняття» - 3; «Автономність» - 3; «Цілі життя» 3. У комплексі своєрідного поєднання ці та інші стратегії забезпечують збереження ПД курсантів і курсанток майбутніх військових психологів ВСУ та інших силових структур.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Стосовно співвідношення рівнів ПД, ОЗ, СТСС серед досліджуваних виокремлено декілька груп. На загал, переважній більшості курсантів і курсанток (62,5%) вдалося забезпечити високий і середній (для умов мирного часу) рівні ПД в умовах воєнного стану. Також більшість з них (60,0%) ефективно опанували стресогенні чинники цього стану.

Також серед курсантів і курсанток визначено групу з високими рівнями ПД, (з високими і середніми рівнями ОЗ та іншими допоміжних шкал), але з високими і середніми рівнями СТСС. За нашою гіпотезою ці досліджувані мають потенціал самостійного посттравматичного зростання, проте відповідна психологічна допомога полегшила б для них цей шлях.

Доведено значущість стратегії шкали ОЗ «відкритості новому та особистісним змінам, самоздійснення в реалізації власного потенціалу» з високими показниками її рівня (та інших допоміжних шкал) для забезпечення високого та середнього рівнів ПД в умовах війни.

Серед досліджуваних виокремлено групу (20,0%) із низькими рівнями ПД і високими рівнями СТСС за низьких рівнів ОЗ та інших шкал їхнього благополуччя, яка знаходиться у зоні ризику подальшого негативного розвитку травматичних психоемоційних та психосоматичних процесів в умовах воєнного стану і потребує психологічної допомоги та супроводу щодо розвитку резильєнтності та забезпечення належного рівня свого

ПД. Ще 40,0% досліджуваних, які зазначили високі і середні рівні СТСС, в тій чи іншій мірі потребують такої ж допомоги.

Також виокремилась ще одна група досліджуваних. Мова йде про 6 курсантів і одну курсантку з низькими рівнями ПД та СТСС (17,7%), які на наш погляд, потребують відповідної психологічної допомоги і супроводу щодо забезпечення належних рівнів їхнього ПД в умовах воєнного стану.

З'ясовано, що поряд із значущістю для забезпечення високих рівнів ПД досліджуваних відповідної стратегії шкали ОЗ, важливими також є інші стратегії його шкал, які ми визначили допоміжними за критерієм високих рівнів їх показників порівняно із середніми та низькими показниками шкали ОЗ досліджуваних. За частотою провів їх провідної ролі в загальній структурі ПД у чоловіків виокремлено стратегії шкал Самоприйняття», «Управління середовищем», «Автономність», а у жінок «Позитивні відносини», «Самоприйняття», «Автономність», «Цілі життя».

Щодо подальших досліджень уважаємо за доцільність розробку відповідних психокорекційних засобів опанування психотравматичних чинників, засобів забезпечення необхідних рівнів шкал ПД, їх гармонізації як у курсантів та курсанток, так і учасників і учасниць бойових дій, ветеранів і ветеранок в умовах війни та у повоєнний час.

Практичне значення проведеного дослідження полягає в розширенні можливостей ефективного застосування його інструментарію для визначення ПД курсантів ЗСУ, працівників інших силових структур, ветеранів і ветеранок, фахівців інших професій та установ, які працюють в умовах впливу стресогенних чинників війни, для надання фахових рекомендацій та практичної психологічної допомоги щодо відновлення і збереження ПД особистості в умовах війни та повоєнного часу.

Список використаних джерел

1. Безшейко В.Г. (2016) Адаптація Шкали для клінічної діагностики ПТСР та опитувальника "Перелік симптомів ПТСР" для української популяції. РМГР [інтернет]. 19, Вересень 2016 [цит. за 15, Квітень 2024];1(1): e010108. доступний у: <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/8>
2. Дворник М. С. (2020.) Психологічне благополуччя особистості під час переходу від війни до миру. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. - 2020. - Вип. 45. - С. 79-87. DOI:10.33120/ssj.vi45(48).144
3. Дорожкін В.Р., Лазоренко Б.П. (2024) Посттравматичні стресові стани та психологічне благополуччя працівниць освіти прифронтових та деокупованих територій в умовах війни. *Журнал сучасної психології*. 2024. С.62 – 69. DOI <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2024-1-7>
4. Карамушка Л.М. (2022). *Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати*: Метод. рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2022. <https://lib.iitta.gov.ua/730974/>
5. Карсканова С. В. (2011). Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К.Ріфф: процес та результати адаптації // *«Практична психологія та соціальна робота»* №1, 2011, С. 1-10.
6. Петухова, І., Заушнікова, М., & Каськов, І. (2023). Психологічне благополуччя особистості в умовах війни. *Вісник Національного університету оборони України*, 73 (3), 124–129. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-73-3-124-129>
7. Титаренко, Т. М. (2018) Способи підвищення психологічного благополуччя особистості, що пережила травму. *Психологія: теорія і практика*, 1, 2018. С. 112–119. [http://dx.doi.org/10.31339/2617-9598-2018-1\(1\)-112-119](http://dx.doi.org/10.31339/2617-9598-2018-1(1)-112-119)
8. Diener, E., Oishi, S., & Lucas, E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403–425.
9. Dykhuis E., Erbe R., Peterson J.D. (2023). How West Point Is Expanding Character Education. *Greater Good Magazyn*. 18.06.23. https://greatergood.berkeley.edu/article/item/how_west_point_is_expanding_character_education
10. Frey, B. S. (2012). Well-being and war. *International Review of Economics*, 59, 363–375. <https://doi.org/10.1007/s12232-012-0146-0>
11. Junjie Li. (2018). Strategy Research on Cadets' Psychology Intervention. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research. Proceedings of the 2018 International Conference on Advances in Social Sciences and Sustainable Development (ASSSD 2018)*. DOI [10.2991/asssd-18.2018.16](https://www.atlantis-press.com/proceedings/asssd-18/25894400). <https://www.atlantis-press.com/proceedings/asssd-18/25894400>
12. Khraban T. E., & Silko O. V. (2022). Combat and military-professional stress: the influence of emotions and emotional states on the choice of coping strategies. *Insight: The Psychological Dimensions of Society*, (8), 71-87. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2022-8-6>
13. Kokun O. (2022). The Ukrainian population's war losses and their psychological and physical health. *Journal of Loss and Trauma*. <https://doi.org/10.1080/15325024.2022.2136612>
14. Konheim-Kalkstein, YL, Strauchler, O., Erbe, RG, Gerardi, BC, & Peterson, JD (2022). Warrior Ethos versus Well-Being: Correcting a Cultural Dichotomy. *Journal of Character and Leadership Development*, 10 (1), 29–41. <https://doi.org/10.58315/jcld.v10.249>.
15. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). Self-determination theory. Basic psychological needs in motivation, development and wellness. New York, NY: Guilford Press.
16. Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4), 719–727.
17. Shemyakina, O. N., & Plagnol, A. C. (2013). *Subjective Well-Being and Armed Conflict: Evidence from Bosnia-Herzegovina*. Soc. Indic Res, 113, 1129-1152. <https://doi.org/10.1007/s11205-012-0131-8>
18. Stadnik A. V., Melnyk Yu. B., Mykhaylyshyn U. B., de Matos M. G. (2023). Peculiarities of the Psychological Well-Being and Social Adaptation of Young Students and Cadets in Wartime Conditions. *International Journal of Science Annals*, Vol. 6, No. 1, 2023. <https://doi.org/10.26697/ijsa.2023.1>

References

1. Bezsheiko V.H. (2016) *Adaptatsiia Shkaly dlia klinichnoi diahnostryky PTSR ta opytuvalnyka "Perelik symptomiv PTSR" dlia ukrainskoi populiatsii. PMGP.* [Adaptation of the scale for the clinical diagnosis of PTSD and the questionnaire "List of symptoms of PTSD" for the Ukrainian population.] (in Ukrainian)
2. Dvornyk M.S. (2020) Psykholohichne blahopoluchchia osobystosti pid chas perekhodu vid viiny do myru. [Psychological well-being of the individual during the transition from war to peace.] *Naukovi studii iz sotsialnoi ta politychnoi psykholohii.* – (45), 79-87 (in Ukrainian)
3. Dorozhkin V.R., Lazorenko B.P. (2024) Posttravmatychni stresovi stany ta psykholohichne blahopoluchchia pratsivnyts osvity pryfrontovyykh ta deokupovanykh terytorii v umovakh viiny. [Post-traumatic stress states and psychological well-being of female education workers in front-line and de-occupied territories in war conditions.] *Zhurnal suchasnoi psykholohii.*(1), 61-69 (in Ukrainian)
4. Karamushka L.M. (2022). Psykhichne zdorovia osobystosti pid chas viiny: yak yoho zberehy ta pidtrymaty: *Metod. rekomendatsii.* [Mental health of the individual during war: How to preserve and support it: Method. Recommendations] Kyiv: *Instytut psykholohii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy.* (in Ukrainian)
5. Karskanova S. V. (2011). Opytuvalnyk «Shkaly psykholohichnoho blahopoluchchia» K.Riff: protses ta rezultaty adaptatsii [Questionnaire "Scale of psychological well-being" K. Riff: process and results of adaptation] // «*Praktychna psykholohiia ta sotsialna robota*» (1), 1-10 (in Ukrainian)
6. Pietukhova, I., Zaushnikova, M., & Kaskov, I. (2023). Psykholohichne blahopoluchchia osobystosti v umovakh viiny. [Psychological well-being of the individual in the conditions of war.] *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy.*(73 (3), 124–129 (in Ukrainian)
7. Tytarenko, T. M. (2018) Sposoby pidvyshchennia psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti, shcho perezhyla travmu.[Ways to increase the psychological well-being of a person who has survived a trauma.] *Psykholohiia: teoriia i praktyka,* (1), 112–119 (in Ukrainian)
8. Diener, E., Oishi, S., & Lucas, E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology,* 54, 403–425.
9. Dykhuis E., Erbe R., Peterson J.D. (2023). How West Point Is Expanding Character Education. *Greater Good Magazyn.* 18.06.23. https://greatergood.berkeley.edu/article/item/how_west_point_is_expanding_character_education
10. Frey, B. S. (2012). Well-being and war. *International Review of Economics,* 59, 363-375. <https://doi.org/10.1007/s12232-012-0146-0>
11. Junjie Li. (2018). Strategy Research on Cadets' Psychology Intervention. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research. Proceedings of the 2018 International Conference on Advances in Social Sciences and Sustainable Development (ASSSD 2018).* DOI [10.2991/asssd-18.2018.16](https://doi.org/10.2991/asssd-18.2018.16). <https://www.atlantis-press.com/proceedings/asssd-18/25894400>
12. Khraban T. E., & Silko O. V. (2022). Combat and military-professional stress: the influence of emotions and emotional states on the choice of coping strategies. *Insight: The Psychological Dimensions of Society,* (8), 71-87. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2022-8-6>
13. Kokun O. (2022). The Ukrainian population's war losses and their psychological and physical health. *Journal of Loss and Trauma.* <https://doi.org/10.1080/15325024.2022.2136612>
14. Konheim-Kalkstein, YL, Strauchler, O., Erbe, RG, Gerardi, BC, & Peterson, JD (2022). Warrior Ethos versus Well-Being: Correcting a Cultural Dichotomy. *Journal of Character and Leadership Development,* 10 (1), 29–41. <https://doi.org/10.58315/jcld.v10.249>.
15. Shemyakina, O. N., & Plagnol, A. C. (2013). *Subjective Well-Being and Armed Conflict: Evidence from Bosnia-Herzegovina.* Soc. Indic Res, 113, 1129-1152. <https://doi.org/10.1007/s11205-012-0131-8>
16. Stadnik A. V., Melnyk Yu. B., Mykhaylyshyn U. B., de Matos M. G. (2023). Peculiarities of the Psychological Well-Being and Social Adaptation of Young Students and Cadets in Wartime Conditions. *International Journal of Science Annals,* Vol. 6, No. 1, 2023. <https://doi.org/10.26697/ijasa.2023.1>
17. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). Self-determination theory. Basic psychological needs in motivation, development and wellness. New York, NY: Guilford Press.
18. Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology,* 69 (4), 719–727.

Summary

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF MILITARY PSYCHOLOGIST CADETS: LEVELS OF TRAUMA INJURY AND PROTECTION STRATEGIES IN THE CONDITIONS OF THE RUSSIAN-UKRAINIAN WAR

Lazorenko B. P. Ph.D. in Philosophy, associate professor, leading researcher Institute of Social and Political Psychology NAPN of Ukraine

Dubrovynsky G. R. Ph.D. in Psychology, associate professor Taras Shevchenko National University of Kyiv

Introduction. In the conditions of large-scale Russian aggression, which continues, the requirements for the basic professional competence of military psychologists, including cadets as future specialists, are increasing. In this regard, the study of the state of their psychological well-being (hereinafter PWB), the specifics of its traumatic damage and strategies of support in war conditions is an important research problem

The article's purpose is to determine the ratio of levels of PWB, symptoms of traumatic stress states (hereinafter – STSS) of cadets men and women, of military psychologists, to find out the leading strategies for ensuring PWB in conditions of war.

Methods: adapted for the Ukrainian population by S. V. Karaskanova, the questionnaire "Psychological Wellbeing (64 items)" by C. Riff, the questionnaire "List of symptoms of PTSD" adapted by V. Bezsheyka, a comparative analysis of the levels and indicators of STSS and PWB, in particular The Personal Growth subscale (hereinafter - PGS). The study sample: 40 cadets, 23 men and 17 women aged 18 to 29, military psychologists of the second year of the Military Institute of Taras Shevchenko Kyiv National University.

Originality. For the first time, the correlation between the levels of PWB and STSS of male and female military psychologist cadets in war conditions was investigated, and the significance of the PGS strategy for ensuring high levels of personal PWB in the conditions of the action of stressful war factors was proven.

Conclusion. It was found that the main group (62.5%) of 40 subjects provided high and medium (for peacetime conditions) levels of PWB in wartime conditions and generally mastered the STSS stressors in wartime conditions. A group of subjects (20.0%) with low levels of PWB and high levels of STSS with low indicators of PGS and other scales of their well-being was identified. They are at risk of further negative development of traumatic psycho-emotional and psychosomatic processes and needs psychological help to ensure proper level of your PWB. Another 40.0% of respondents who indicated high and medium levels of STSS, to one degree or another, also need the same help. The significance of the PGS strategy "openness to new and personal changes, self-actualization in the realization of one's own potential" with high indicators of its level (and other auxiliary scales) for ensuring high and medium levels of PWB in war conditions has been proven. It was found that along with the importance of the PGS strategy for ensuring high levels of PWB of the studied subjects, other strategies of its scales are also important, which we determined to be auxiliary based on the criterion of high levels of their indicators compared to the average and low PGS indicators of the studied subjects. According to the frequency of their leading role in the overall structure of PWB the strategies of "The Self-Acceptance subscale", "The Environmental Mastery subscale", "The Autonomy subscale", were singled out for men and the strategies "The Positive Relations with Others subscale", "The Self-Acceptance subscale", "The Autonomy subscale", "The Purpose in Life subscale" were singled out for women.

Key words: the psychological well-being; the symptoms of traumatic stress states; the personal growth; the psychological wellbeing strategy.

Концептуалізація – Лазоренко Б. П.

Методика – Дубровинський Г. Р.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 16.04.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 01.06.24.

© 2024. This work is under an open license [CC BY-NC 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).