

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ
кафедра педагогічної та вікової психології**

На правах рукопису

УСІК МИРОСЛАВА

**ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ
АДАПТАЦІЇ ДО ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ
(НА ПРИКЛАДІ КУРСАНТІВ ВОЛИНСЬКОГО
ВІЙСЬКОВОГО ЛІЦЕЮ ІМЕНІ ГЕРОЇВ НЕБЕСНОЇ СОТНІ)**

Спеціальність: **053 «ПСИХОЛОГІЯ»**

Освітньо-професійна програма **ПСИХОЛОГІЯ**

Робота на здобуття освітнього ступеня «**БАКАЛАВР**»

Науковий керівник:
ІВАНАШКО
ОКСАНА ЄВГЕНІВНА,
кандидат психологічних наук, доцент

РЕКОМЕНДОВАНО ДО ЗАХИСТУ

Протокол № 6

засідання кафедри педагогічної та вікової
психології, від 5 червня 2024 р.

Завідувач кафедри
проф. Гошовський Я.О. _____

ЛУЦЬК – 2024

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1. ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ДО ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ З ПОЗИЦІЇ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ	
1.1. Процес адаптації як психологічна проблема	5
1.2. Проблема адаптації до військової служби	8
1.3. Адаптивні можливості чоловіків і жінок	12
1.4. Важливість гендерної інтеграції у військові сили.....	15
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ АДАПТАЦІЇ ДО ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ	
2.1. Процедура дослідження адаптації до військової служби.....	22
2.2. Аналіз результатів дослідження.....	26
ВИСНОВКИ	35
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	37
ДОДАТКИ	43

ВСТУП

Актуальність дослідження. У сучасному світі проблема адаптації займає центральне місце в таких фундаментальних предметних полях, як загальна психологія і психологія особистості, соціальна психологія і психологія розвитку, диференціальна та військова психологія.

Актуальними є дослідження в межах військової психології, а саме адаптації особового складу до військової служби. Не в останню чергу це пов'язано з розширенням доступу до лав збройних сил жінок, їх мотивацією служити. Як доводить світова практика, присутність значної кількості жінок у складі збройних сил вимагає здійснення певних заходів щодо їх успішної адаптації. Для реалізації потенціалу військовослужбовців жіночої статі необхідна розробка у Збройних Силах України стратегії, що забезпечує підвищення ролі та місця жінок у армії.

Українська армія, як і вся держава, останнє десятиліття переживає серйозні зміни. Активні військові дії в Україні зумовили долучення значної кількості жінок до захисту Батьківщини на різних посадах і у різних військових сферах разом із чоловіками. Саме цей період сприяє вивченню особливостей і розробці системи гендерно-орієнтованих заходів щодо адаптації комбатантів до служби, яку, на нашу думку, слід розпочинати ще в умовах навчання ліцеїстів.

Об'єктом дослідження є особистість військовослужбовців різної статі.

Предмет дослідження – процес адаптації до військової служби та його гендерні особливості.

Метою дослідження є визначення гендерних відмінностей адаптації до військової служби.

Завданнями пропонованого дослідження є:

- ознайомитись і проаналізувати наукову літературу з проблеми адаптації до військової служби та гендерних особливостей зазначеного процесу;
- виявити розбіжності в адаптації чоловіків і жінок до військової служби;

- узагальнити гендерні відмінності адаптації до військової служби.

Теоретико-методологічна основа дослідження. Дослідженню особливостей адаптації до військової служби присвятили праці Кокун О.М., Осьодло, В.І. Кіщук Л., Павлюк М., Овдій І., Афанасенко В. С., Ліпатов І. І., Шестопалова Л. І., Васильєв В.В., Доценко Л., Максименко Н.; вивченням проблема гендеру в національних збройних силах займались науковці – Грицай І. О., Олійник О. М., Івашковський В. В., Калагін Ю. А., Ткач П. Б., Бойчук Х. І., Шьолсет А.

База дослідження. До складу вибірки увійшли ліцеїсти Волинського військового ліцею імені Героїв Небесної Сотні, м. Луцьк, у кількості 56 осіб, з них 28 осіб експериментальної групи (16 юнаків та 12 дівчат), віком від 16 до 18 років. Діагностика здійснювалась протягом жовтня-листопада 2023 року.

Методи дослідження. Для досягнення мети використані загальнонаукові методи теоретичного дослідження (аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, систематизація) та методи емпіричного дослідження (спостереження, бесіда, аналіз тестових методик), методи обробки (кількісні та якісні) – порівняльний аналіз емпіричного матеріалу, математичні методи обробки статистичних даних.

Наукова новизна одержаних результатів полягає у ґрунтовному аналізі та систематизації існуючих наукових підходів до дослідження феномену адаптації військовослужбовців, описі зазначених психологічних явищ з огляду на гендер.

Практичне значення одержаних результатів роботи полягає в тому, що матеріали дослідження можуть використовуватись військовими та медичними психологами для ефективної роботи з курсантами (в перспективі – військовослужбовцями) під час їхньої адаптації до служби, а також для написання наукових тез і доповідей.

Структура дослідження. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ 1

ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ДО ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ З ПОЗИЦІЇ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ

1.1. Процес адаптації як психологічна проблема

Приступаючи до висвітлення проблеми особливостей гендерної адаптації до військової служби, доречно порушити питання адаптації з погляду традиційних психологічних підходів.

У руслі психоаналітичного підходу проблему адаптації розробляли такі науковці: З. Фрейд, А. Адлер, Г. Гартман. Розуміння адаптації з психоаналітичної позиції ґрунтується на концепціях З. Фрейда, який визначив основи цієї теорії, описуючи структуру психічної сфери особистості через три складові: інстинкти «Ід», систему внутрішньої моралі «Супереґо» та раціональні пізнавальні процеси «Еґо». Фрейд розглядав адаптацію як процес встановлення гомеостатичної рівноваги між особистістю та вимогами зовнішнього середовища. Для відновлення цієї рівноваги, що підвищує задоволення і знижує невдоволення, використовується енергія, яка виникає в «Ід» [6]. «Еґо» раціонально керує основними спонуканнями «Ід» і виступає посередником між силами «Ід» і «Супереґо», а також потребами зовнішнього реального середовища. «Супереґо» діє як моральне обмеження, протидіючи практичним потребам «Еґо» та встановлюючи межі його дій. Процес адаптації в психоаналітичній концепції слід уявляти як узагальнену формулу: конфлікт – тривога – захисні реакції. Процес соціалізації індивіда визначає витіснення потягів і перенаправлення енергії на суспільно санкціоновані об'єкти (З. Фрейд).

Психоаналітичну концепцію адаптації розвивав представник німецької психоаналітичної теорії Г. Гартман, який визнавав значення конфліктів для розвитку особистості, але зазначав, що не всі процеси адаптації до середовища, навчання та дозрівання вибудовуються в просторі конфлікту. Процеси

мислення, пам'яті, сприймання, мовлення, моторного розвитку, творчості дитини та багато інших можуть бути вільні від конфліктів. Гартман ввів термін «вільна від конфлікту сфера Я» для позначення тих функцій, які в кожному моменті впливають на сферу психічних конфліктів. За Гартманом, адаптація включає як процеси, пов'язані з конфліктними ситуаціями, так і ті, що входять у вільну від конфліктів сферу Я [6].

У межах гуманістичного підходу критично оцінювалося розуміння адаптації в рамках гомеостатичної моделі, пропонуючи натомість концепцію оптимальної взаємодії людини й середовища. Ступінь інтеграції особистості з середовищем приймається за основний критерій адаптованості, який визначається досягненням позитивного духовного здоров'я та гармонії між цінностями особистості та суспільства і є метою адаптації. При цьому адаптація не є процесом досягнення рівноваги між організмом та середовищем [9].

Концепції цього напрямку базуються на ідеї здорової, самоактуалізованої особистості, яка, розвиваючи і використовуючи свій творчий потенціал, намагається досягнути свої життєві цілі. Урівноваженість та стабільність у середовищі знижують або повністю пригнічують намагання самоактуалізуватися, що забезпечує особистісне самоздійснення. Лише прагнення до розвитку та особистісного зростання, тобто самоактуалізації, є основою розвитку як людини так і суспільства.

Біхевіористи розглядали адаптацію як процес змін (фізичних, соціально-економічних чи організаційних) у поведінці, соціальних відносинах чи культурі загалом. Метою цих змін є поліпшення здатності до виживання груп або індивідів. Це визначення має біологічний відтінок, що вказує на зв'язок з теорією еволюції та привертає увагу переважно до адаптації груп, а не індивідів, не враховуючи особистісні зміни під час адаптації індивіда [31].

У руслі необіхевіористського підходу значного поширення набуло визначення адаптації, яке використовувалося в роботах Г. Айзенка та його послідовників Е.Ч. Толмена, Я.Л. Холлі. Адаптацію можна розглядати у двох аспектах: а) як стан, коли потреби індивіда і вимоги середовища повністю

задовольняються, виникає гармонія між ним і природним або соціальним оточенням; б) як процес досягнення цього гармонійного стану [32].

Аналіз визначень поняття «адаптація», Афанасенко В. С., Ліпатов І. І., Шестопалова Л. І. [2], дозволив з'ясувати, що адаптація розглядається з акцентом на такі сутнісні характеристики:

1. У процесуальному плані адаптація визначається як процес розвитку в часі, при якому організм, поступово накопичуючи його елементи, пристосовується до нового середовища.

2. У змістовному плані адаптація визначається як відношення рівноваги (відносної гармонії), яке встановлюється між організмом та середовищем.

3. У результативному плані адаптація визначається як результат розвитку пристосувального процесу, якісний його етап, що має спостерігаються ознаки, що називається адаптованістю.

При вивченні видів адаптації виділяють такі види як: біологічний, фізіологічний, психофізіологічний, психологічний, соціально-психологічний, соціальний, біосоціальний, професійний тощо. Соціально-психологічна адаптація розглядається як цілеспрямована діяльність з освоєння норм, цінностей, установок і правил соціальної групи і нових соціальних ролей, а особистісно-професійна як процес пристосування людини, яка отримала будь-яку кваліфікацію або спеціальність, до специфічних норм, умов, вимог даної професії. У зв'язку з метою нашого дослідження ми зупинимося на розгляді професійної адаптації військовослужбовців.

Вивчаючи професійну адаптацію, багато вчених пропонують своє бачення цього визначення.

Ющенко, І. М., & Панченко, Т. С. (2024) зазначають, що професійна адаптація означає активне освоєння професійних навичок, тонкощів і особливостей, необхідних для виконання роботи, а також прийомів та методів прийняття рішень. Відповідно до позиції авторів, складність професійної адаптації залежить від широти та різноманітності видів діяльності,

зацікавленості у них, характеру роботи, впливу професійного оточення та індивідуально-психологічних особливостей особистості. [45].

Розширюючи розуміння психічної адаптації, ми можемо приділити увагу її виявам у професійній сфері. Психологічна професійна адаптація описує процес становлення та підтримки динамічної рівноваги між людиною та її професійним оточенням. Професійне оточення охоплює об'єкт та предмет роботи, інструменти, цілі та завдання, умови праці і соціальне середовище [43].

Також, професійну адаптацію визнають (Агаєв Н.А., Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Остапчук В.В., Ткаченко В.В.) як здатність людини адаптуватися до нових умов праці. Одним із варіантів такої адаптації є виробнича адаптація, що означає здатність адаптуватися до специфічних умов конкретної праці у певній виробничій групі [1].

Під професійною адаптацією (Васильєв В.В.) розуміється процес встановлення динамічної рівноваги між людиною та її професією (включаючи її окремі сторони) за допомогою індивідуально своєрідних для людини стратегій [5].

На основі зазначених вище визначень, під професійною адаптацією ми розуміємо динамічну рівновагу між суб'єктом та його професією, яка дозволяє досягати результатів діяльності, діючи з найменшими витратами та взаємодіючи із соціальним середовищем без зайвої напруги.

1.2. Проблема адаптації до військової служби

Проблема адаптації до військової служби є одним з важливих завдань, досліджуваних нині у військовій педагогіці та психології. Ця обставина пов'язана з тим, що вирішення зазначеної проблеми може суттєво спростити проходження військової служби, а також вплинути на її якість.

Адаптація військовослужбовців до військової діяльності впливає на успішність даної діяльності, психологічний комфорт військовослужбовців,

адекватну та доречну поведінку, оптимальну взаємодію з військовим колективом, тобто є гарантією успішного проходження військової служби.

Аналіз робіт із військової психології дозволяє виокремити основні підходи до вивчення особливостей професійної адаптації військовослужбовців (Афанасенко В. С., Ліпатов І. І., Шестопалова Л. І., Васильєв В.В., Доценко Л., Максименко Н., Калагін Ю. А., Кокун О.М., Мельничук, М., Рева, М., Ніколаєнко С.І., Ніколаєнко О.С., Павлюк М., Овдій І., Шиделко А.В., Ягупов В.)[2; 5; 11; 15; 19; 25; 31; 34; 43; 46].

Особистісний підхід з адаптації особистості дозволяє виокремити специфічні предмети досліджень, а саме:

- прояв рис характеру в екстремальних умовах здійснення служби;
- способи поведінки та форми спілкування суб'єкта діяльності;
- вимоги, установки та очікування учасників адаптивної ситуації в умовах, що відповідають або не відповідають базовим цінностям особи та групи;
- оцінний аспект потенціалу військовослужбовців у процесі адаптації;
- оцінка рівня розвитку особистості;
- формування особистісних смислів у службово-бойовій діяльності.

Особистісний підхід передбачає розгляд зміни особистості під впливом адаптації.

Процесуальний підхід дозволяє розкрити такі закономірності професійної адаптації:

- процес психологічної адаптації військовослужбовців до служби (психологічна та психофізична готовність);
- гостра психотравматизація у процесі бойових дій;
- становлення та розвиток особистості після виходу на пенсію;
- освоєння всього різноманіття соціальних відносин, пов'язаних із військовою службою;
- фактори, що забезпечують пристосування за умов навчальної діяльності;

- динаміка змін психічного стану військовослужбовця після звільнення. Процесуальний підхід дозволяє розкрити особливості адаптації процесу виконання діяльності.

Соціокультурний підхід дозволяє розкрити такі предмети досліджень:

- особливості, протиріччя соціокультурного середовища, що впливають на адаптаційний потенціал звільнених у запас;
- фактори, що визначають взаємодію статі в армії;
- нові умови життя після виходу на пенсію;
- морально-патріотичне виховання курсантів військових училищ;
- вплив культурних норм офіцерів в армійському середовищі;
- вплив гендерних особливостей на службу в армії.

Соціокультурний підхід дозволяє вивчити взаємодію членів військового колективу, культурні норми, фактори, особливості морально-патріотичного виховання військовослужбовців.

Мотиваційний підхід розкрити такі предмети досліджень:

- потреба у кризових соціально-економічних та політичних умовах життя;
- мотиви, що спонукають до служби в армії;
- потреба у професійному зростанні;
- потреба у покликанні, пов'язана з виходом на пенсію.

У роботах військових психологів мотиваційний підхід розкриває специфіку спонукань суб'єкта до певних форм активності.

Аналіз теоретичного матеріалу уможлиблює встановлення психологічних підходів до вивчення особливостей професійної адаптації військовослужбовців [17]. Кіщук Л., у межах пропонованої наукової розвідки використовує соціокультурний підхід для порівняння характеристик адаптації військовослужбовців чоловіків та жінок, що дозволяє здійснити подальше емпіричне дослідження.

Адаптація особистості до служби в армії представляє собою складний, динамічний процес, що охоплює кілька рівнів та аспектів. Це перебудова потреб та мотивацій, а також розвиток комплексу наявних навичок, вмій і

здібностей у відповідності до нових завдань, цілей, перспектив і умов їх реалізації. [34]. Дослідники виділяють у процесі ряд послідовних етапів, фаз, періодів. Розглядаючи процес адаптації до служби в армії, дослідники виокремлюють кілька етапів: пізнавальний, який передбачає засвоєння нових знань та способів дії; етап вивчення нових методів дії та поведінки; психологічної переорієнтації, коли особа адаптується до нового психологічного середовища; формування нових звичок; внутрішнє сприйняття нових умов діяльності й, відповідно, нових завдань [46].

Як стверджують Доценко Л., Максименко Н., професійна адаптація військового спеціаліста обумовлена унікальними обставинами, які включають як зовнішні, так і внутрішні аспекти [11].

Зовнішні обставини та фактори, які впливають на процес професійної адаптації спеціаліста, включають особливості цілей, організації, змісту, технологій та засобів військової професійної діяльності, а також своєрідність соціальних та інших умов, у яких відбувається військова професійна діяльність. Внутрішні обставини та фактори професійної адаптації спеціаліста охоплюють рівень його адаптаційного потенціалу, ступінь розвиненості та адаптивності як якостей особистості та організму, а також адекватність мотивації військової професійної адаптації до її вимог [11].

У процесі професійної адаптації військового спеціаліста важливу роль відіграють зовнішні обставини, предметні галузі та сфери професійної адаптації людини, оскільки саме вони створюють професійне середовище, в яке потрапляє фахівець [25].

Професійна адаптація військового спеціаліста відбувається у різних сферах його професійної взаємодії з оточуючим середовищем. Ці сфери включають:

1. Професійно-діяльнісна галузь, яка передбачає адаптацію до цілі, змістовного наповнення, технологій, та режиму військової діяльності.
2. Організаційно-нормативна галузь, де спеціаліст адаптується до вимог військової дисципліни, організаційних норм та правил.

3. Соціально-професійна галузь, де здійснюється адаптація до ролей та статусу військового спеціаліста.

4. Соціально-психологічна галузь, яка включає адаптацію до соціально-психологічних рольових функцій, норм, та цінностей у трудовому колективі.

5. Соціальна галузь, де відбувається адаптація до соціальних обставин, у яких працює військовий спеціаліст [14].

У кожній з цих галузей важливий рівень підготовленості та адаптаційний потенціал. Процес адаптації до професійно-діяльнісних та організаційно-нормативних аспектів полягає в оволодінні їхніми вимогами, оскільки ці аспекти не піддаються корекції [37]. Успішність адаптації у військовій сфері залежить від рівня успішності соціально-психологічної адаптації, яка має значний вплив на професійну діяльність та загалом професійної адаптації спеціаліста [22; 28].

Основою адаптивності особистості є інтегрованість та скомпенсованість особистісних властивостей, об'єднаних в єдину структуру. Науковцями виділені основні складові структури особистості, що утворюють її адаптаційний потенціал: стресостійкість, адекватні тривожність та переживання, емоційний інтелект, рефлексивність та окремі її показники, метакогнітивна включеність у діяльність, а також такі індивідуальні характеристики особистості, як темперамент, екстравертованість та функціональність.

1.3. Адаптивні можливості чоловіків і жінок

Психологічні студії містять порівняння виразності адаптивних якостей особистості, а також структур, створених особистісними показниками чоловіків і жінок.

На підставі результатів, отриманих шляхом кількісного аналізу, можна було б говорити про нижчі значення адаптаційного потенціалу особистості жінок, так як середні значення показників адаптивних властивостей чоловіків відрізняються на краще, а це може розглядатися на користь кращої

адаптивності представників чоловічої статі. Однак такий висновок передчасний, він не враховує положення принципу системності, згідно з яким сумарний ефект адаптивних якостей може змінюватись у будь-який бік завдяки взаємозв'язкам, або таким, що забезпечує взаємну підтримку і тим самим посилює взаємовплив, або, навпаки, нівелює вплив і тим самим знижує рівень значущості показника в структурі.

Отримані результати дозволили зробити висновок, що недостатня сформованість необхідних якостей особистості у жінок компенсується напругою та активною інтеграцією адаптаційної структури, що забезпечує адаптивність. Виявлена закономірність неспроможна трактуватися на користь «гіршої» чи «кращої» адаптованості особи чоловіків чи жінок, оскільки показує, що актуалізація особистісного адаптаційного потенціалу виходить з них з різних підставах [41; 20].

Для нашої наукової розвідки [7; 8; 27; 42] інтерес представляє порівняльний аналіз адаптаційних структур, утворених показниками адаптивних якостей особистості чоловіків та жінок. Науковцями розглядалися основні теоретичні конструкти, виділені дослідниками раніше як складові адаптаційної структури особистості: значення параметрів стресостійкості, тривожності, переживань, емоційного інтелекту, рефлексивності та окремих її показників, метакогнітивної включеності в діяльність, а також таких індивідних характеристик, як темперамент, півкуля. Особливості адаптаційних структур особистості визначалися в ході аналізу 50 показників, виділених шляхом застосування 12 стандартизованих діагностичних методик, апробованих у раніше проведених дослідженнях.

Результати досліджень засвідчують, що в жінок нижче, ніж у чоловіків, середні значення показників психологічної стійкості до ряду стресорів. Вони гірше переносять розумові та фізичні навантаження. У жінок нижча стійкість до ситуацій конкретної загрози, до екстремальних умов діяльності, пов'язаних із потенційно високим ступенем ризику. Вони гірше переносять повсякденні стресори, тобто труднощі, перешкоди та обмеження, що виникають у

повсякденних життєвих ситуаціях, а також довготривалі та постійно повторювані стресори. Справедливо відзначити, що за загальним показником стресостійкості різницю між чоловіками і жінками менш категоричні, про них можна говорити лише як про тенденції. Це пояснюється тим, що до дії деяких стресорів, хоч і незначно, стійкіші жінки. Так, у них трохи вища, ніж у чоловіків, стійкість до конфліктних ситуацій у міжособистісній взаємодії та до несподіваних та непередбачуваних подій. За рахунок цього різницю між статями в загальній оцінці стресостійкості злегка згладжується.

Загалом за результатами кількісного аналізу можна говорити про нижчі значення адаптаційного потенціалу особистості жінок. Середні значення показників адаптивних властивостей чоловіків відрізняються на краще, що може розглядатися на користь кращої адаптивності представників чоловічої статі. Оскільки середні значення показників адаптивних властивостей чоловіків відрізняються на краще, здавалося б, це може свідчити на користь кращої адаптивності представників чоловічої статі. Однак такий висновок, зроблений на основі лише кількісного аналізу, без залучення результатів аналізу структур, є неповним. Порівняння структур показників адаптивності чоловіків і жінок дозволяє говорити, що висока вираженість адаптивних якостей особистості забезпечує чоловікам достатній рівень адаптивності, тому не потрібно напруги структури з посиленням інтеграції показників. Навпаки, саме це відбувається у структурі жіночої вибірки: недостатня сформованість необхідних якостей особистості, що забезпечують адаптивність, у структурі жіночої вибірки компенсується їх «взаємопідтримкою», що помітно підвищує напругу та інтеграцію структури. Загалом слідує висновок у тому, що не можна говорити про «гіршої» чи «кращої» адаптованості особи чоловіків чи жінок, оскільки її актуалізація базується в них на різних підставах.

Проведені дослідження та вивчення особливостей професійної адаптації чоловіків та жінок науковцями засвідчують, що у жінок на перший план виступає соціально-психологічний аспект, а у чоловіків – професійно-діяльнісний [7; 8; 27; 42]. Емпірично доведено, що чоловік і жінка, які

виконують однакову професійну діяльність, мають не однаковий погляд на роботу та на її виконання. Зокрема в дослідженнях вказано, що є відмінності у чоловіків та жінок в оцінці ними професійних якостей. Також, різняться у чоловіків та жінок стилі здійснення однієї й тієї ж діяльності [8]. За даними інших досліджень встановлено, що Жінки, на відміну від чоловіків, проявляють більше зацікавлення у забезпеченні санітарно-гігієнічних умов праці та в покращенні організації роботи. Вони частіше оцінюють свою працю через призму реакцій інших учасників колективу, тому позитивна чи негативна оцінка від колег стає для них основним регулятором трудової активності [42]. Жінки проявляють особливу чутливість до міжособистісних відносин на робочому місці, тому вони частіше віддають перевагу роботі, де склалися хороші стосунки, навіть якщо це може вплинути на їхню заробітну плату негативно. Орієнтація на особисті, гармонійні відносини може стати компенсацією для їхнього незадоволення у сімейному житті.

Отже, гендерний аналіз різних аспектів військової діяльності та адаптивних можливостей військовослужбовців сприятимуть військовослужбовцям жіночої статі у вирішенні особистих і професійних проблем, адаптуванню до умов військової служби, у найбільш повній реалізації своїх професійних здібностей.

1.4. Важливість гендерної інтеграції у військові сили

Зростаюча складність військових операцій вимагає, щоб персонал мав спеціальні навички в багатьох областях, таких як мови, психологія, інформаційні технології та інженерія. Залучення персоналу з різноманітними навичками стає важливим завданням, оскільки вимагає приваблення кандидатів на ринку праці, які раніше не розглядали військову кар'єру. У сучасних умовах оборонний сектор конкурує з іншими державними службами та приватним сектором. Навіть у традиційних військових ролях, з поступом у технологіях, відбуваються зміни, що означають меншу потребу у солдатах піхоти, а фізична

сила втрачає свою підтримуючу роль у бойовій ефективності [29]. Важливою є командна робота, спілкування та здатність здійснювати професійну діяльність в інкультурних умовах. Ці нові стратегічні та оперативні потреби, а також зміни в суспільстві загалом, змушують багато військових формувань переглянути свої критерії найму та відбору. Цей перехід включає визнання тим, що в армії надто мало жінок, а також усвідомлення історичних обмежень у рекрутингу, коли було залучено лише обмежений прошарок суспільства [27]. Проте, деякі оборонні установи уже вживають інноваційних заходів, спрямованих на просування гендерної рівності та інтеграцію гендерної перспективи – що десять-двадцять років тому було неможливо уявити, зокрема в Україні.

Крім того, важливим принципом є те, що збройні сили повинні відображати суспільство, якому вони служать. Право на службу у збройних силах є аспектом прав людини на повну участь у громадському житті та інших прав людини. Різноманітний оборонний сектор, який відображає демографічний склад країни, користується більшою довірою громадськості.

Однак, жінки як завжди були так і нині мало представлені у збройних силах. У сучасному суспільстві панує чоловіча модель економічної, політичної, соціальної та духовної діяльності, яка недооцінює потенціал жінок. У більшості країн на вищих посадах у збройних силах працює відносно невелика кількість жінок, і вони переважно зосереджені у сферах бойової підтримки, логістики, адмініструванні та медичних послугах [44]. Недавні дослідження вказують на те, що команди, які мають різноманітний та збалансований гендерний склад, досягають кращих результатів, особливо в сферах, де ключовими є інновації та вирішення проблем [29].

Цей процес не оминув і Збройні Сили України. Події, що сталися в 2014 році й поточна політична і військова ситуація від 2022 року у нашій державі та поза нею зумовила приплив жінок до армії, жінок освічених, професійно підготовлених, що змінює стереотипи чоловічої моделі.

У чинному Законі України «Про військовий обов'язок і військову службу» у статті 1, параграфах 11 і 12 зазначено:

11. Жінки, які мають спеціальність та/або професію, споріднену з відповідною військово-обліковою спеціальністю, визначеною в переліку, затвердженому Міністерством оборони України, та придатні до проходження військової служби за станом здоров'я та віком, беруться на військовий облік військовозобов'язаних.

12. Жінки, які перебувають на військовому обліку, можуть бути призвані на військову службу чи залучені для виконання робіт із забезпечення оборони держави у воєнний час. У мирний час жінки можуть бути прийняті на військову службу та службу у військовому резерві тільки в добровільному порядку (за контрактом).

Жінки виконують військовий обов'язок на рівних засадах із чоловіками (за винятком випадків, передбачених законодавством з питань охорони материнства та дитинства, а також заборони дискримінації за ознакою статі), що включає прийняття в добровільному порядку (за контрактом) та призов на військову службу, проходження військової служби, проходження служби у військовому резерві, виконання військового обов'язку в запасі та дотримання правил військового обліку.

Ці положення підкреслюють важливість гендерної рівності в питаннях військової служби та визнають право жінок брати участь у військових обов'язках на рівних умовах із чоловіками [12].

У грудні 2021 року в Укрінформі відбувся круглий стіл на тему «Впровадження гендерної рівності у секторі безпеки і оборони України: досягнення та виклики» за участі представників Міністерства соціальної політики України, Міністерства оборони України, Національної гвардії України, Представництва НАТО в Україні, Урядової уповноваженої з питань гендерної політики, Служби безпеки України, які розглянули низку питань щодо впровадження гендерної рівності у складових сектору безпеки та оборони України відповідно до стандартів та рекомендацій НАТО [44]. Особлива увага приділялась забезпеченню можливостей проходження служби жінками, їхньому навчанню, підвищенню кваліфікації особового складу та

інформуванню суспільства про особливості гендерних процесів у військовому відомстві. За даними, які були наведені, у Збройних Силах України наразі складає 23% жінок, з яких 11% є жінками-військовослужбовцями. Участь жінок у військових операціях складає 10% від загальної чисельності залучених військових. Міністерство оборони України забезпечує однакові можливості для доступу щодо військової посади і отримання військового звання, забезпечуючи однакову відповідальність для проходження служби. Проте існують певні обмеження, які стосуються доступу до окремих можливостей займати офіцерські посади, що пов'язані з використанням вибухових, отруйних речовин, водолазними роботами, гасінням пожеж, а також на підводних і надводних кораблях. Однак робиться робота над розширенням можливостей для жінок-військовослужбовців у цих підрозділах [7].

До того ж, у грудні 2021 року Міністерство оборони України підписало наказ «Про затвердження переліку спеціальностей та/або професій, споріднених з відповідними військово-обліковими спеціальностями, після одержання яких жінки беруться на військовий облік військовозобов'язаних, та Переліку спеціальностей та/або професій, споріднених з відповідними військово-обліковими спеціальностями». У цьому наказі визначено 14 спеціальностей та 6 професій, здобуття яких передбачає постановку на військовий облік. Вказані спеціальності та професії пов'язані з близько 100 військово-обліковими спеціальностями [30]. Це підкреслює важливість участі жінок у військовій службі та забезпечує відповідність їхньої підготовки потребам військових структур. Зміни, які було запропоновано в згаданому законі, спрямовані на поліпшення організаційно-правових засад комплектування Збройних Сил України та інших військових формувань кваліфікованим особовим складом як у мирний час, так і у випадку особливих обставин. Це має допомогти збільшити кількість висококваліфікованих військовозобов'язаних, які навчені за відповідними спеціальностями та володіють потрібними професійними навичками.

Так, дійсно, військова служба для жінок може бути пов'язана з різними труднощами і проблемами, що виникають через низку факторів, таких як нестабільність і нетрадиційність цієї професії для жінок. Ось кілька основних аспектів, що варто враховувати:

1. Проблеми організації військової служби: Жінки можуть стикатися з викликами, пов'язаними з фізичними вимогами військової служби, а також з недостатньою адаптацією військових структур до потреб та особливостей жіночого складу. Наприклад, необхідність забезпечення військових одиниць установами з позиції гендерного складу.

2. Проблеми службового зростання: Відсутність рівних можливостей у кар'єрному рості, стереотипи щодо ролі жінок у військових структурах, а також складність збалансування військової служби з сімейними обов'язками можуть ускладнити професійне зростання жінок-військовослужбовців.

3. Проблеми гендерних взаємин: Наявність стереотипів та уявлень про те, які ролі повинні виконувати чоловіки та жінки у військових колективах, може спричиняти виникнення конфліктів та неприйняття. Необхідність створення сприятливого гендерного середовища в армії для сприяння професійній адаптації та успішної військової кар'єри для жінок.

Ці проблеми вимагають комплексного підходу та системних змін у військових структурах для створення сприятливих умов для жінок, що бажають служити у Збройних Силах [10].

Критерієм виокремлення соціальної групи жінок-військовослужбовців серед соціальної групи військовослужбовців загалом є насамперед гендерна ознака. Гендер є однією з базових характеристик особистості (Ш. Берн, 2001; Е. Гофман, 1977), що впливає на інші її характеристики, у тому числі на професійну адаптацію та професійне становлення особистості. Гендерний підхід є результатом соціалізації особистості у соціумі за статевою приналежністю. Тобто, у психологічних дослідженнях розмежовують конституційні та соціокультурні аспекти у розрізненні чоловічого та жіночого, пов'язуючи їх з поняттями статі та гендеру. Так, гендерна теорія дійсно

наголошує, що значення статевих відмінностей формується не самими відмінностями, а соціокультурними стереотипами та уявленнями, які суспільство накладає як на жінок так і чоловіків. Цей підхід показує, що різниці між статями виникають з соціальних та культурних контекстів, а не з об'єктивних біологічних чи фізичних факторів. З цієї точки зору, важливо не лише визнавати наявність статевих відмінностей, але й розуміти, як ці відмінності впливають на соціальне життя та взаємодію осіб у суспільстві. Гендерний підхід спрямований на те, щоб розкрити та розібратися в ролі статі як соціальної конструкції, яка формується та змінюється впродовж життя людини під впливом культурних, історичних та інших чинників [31; 40].

Таким чином, гендерний підхід сприяє побудові справедливішого та рівноправного суспільства, де різниці у статі не ставляться на заваді для реалізації потенціалу кожної особи незалежно від її статі. Саме тому виникають проблеми, пов'язані з адаптацією жінок-військовослужбовців до нового їм виду діяльності – військової служби. Усі вони пов'язані з визначенням професійної ідентичності, обов'язків та здатностей військовослужбовців-чоловіків та військовослужбовців-жінок.

Нагальною є проблема гендерної адаптації в ЗСУ. Загалом гендерна адаптація – це соціально-психологічне пристосування до існуючих у суспільстві гендерних відносин, норм та ролей. У процесі гендерної адаптації розвиваються вміння та навички співвіднесення своєї психічної реальності та поведінки з характером взаємовідносин між статями, що склалися в даному суспільстві [18].

Успіх професійної діяльності військовослужбовця-жінки та ступінь реалізації її здібностей багато в чому залежить від процесу її первинної адаптації до умов військової служби, від відносин у конкретному військовому колективі [28]. Разом з вивченням посадових обов'язків, засвоєнням та вдосконаленням військово-професійних знань і умінь процес адаптації передбачає також пізнання специфіки військової служби, принципів та особливостей взаємовідносин у військових колективах, вибір та освоєння

відповідної для конкретного військово-професійного середовища моделі поведінки. Іншими словами, зорієнтуватися в нових умовах.

Найважливішим компонентом адаптації є узгодження реальності соціального середовища з самооцінкою та домаганнями суб'єкта та його можливостями. У такому широкому розумінні адаптація проявляється через певну активність особистості, яка не тільки засвоює норми соціального середовища, а й сама впливає на неї, займаючи певне становище у суспільстві та формуючи відносини з оточуючими.

Результатом сприятливої адаптації на різних стадіях є стан адаптованості особистості до військової служби зокрема, який можна характеризувати як:

- задоволеність місцем у системі взаємовідносин;
- позитивно забарвлене емоційне ставлення до колективу;
- позитивна установка на продовження роботи в даному колективі;
- позитивна оцінка керівником діяльності спеціаліста у колективі;
- висока активність участі у колективній діяльності;
- авторитет у колективі [15].

Пропонована наукова розвідка має на меті визначення гендерних відмінностей адаптації до військової служби. Це стосується як її структурних та особистісних характеристик, так і вибору стратегії здійснення самого процесу адаптації.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ВІДМІННОСТЕЙ АДАПТАЦІЇ ДО ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ

2.1. Процедура дослідження адаптації до військової служби

Специфіка проходження військової служби традиційно зорієнтована на військовослужбовців-чоловіків. Сучасна українська армія характеризується гендерним паритетом, тому спостерігається вступ до її лав жінок-військовослужбовців [27; 29]. Соціально-психологічний аналіз статусу та спрямованості професійної діяльності дівчат-військовослужбовців у військовому середовищі передбачає розуміння особистості жінки як індивіда, її систему життєвих пріоритетів, спрямованість ціннісно-мотиваційної сфери, професійної свідомості та моделі взаємодії. Світовий досвід свідчить, що присутність жінок у військовому середовищі певною мірою соціокультурно покращує взаємини у військовому колективі, стимулює соціальну та службову активність чоловіків у потрібному напрямку.

Проте потрібна нова технологія процесу адаптації жінок-військовослужбовців до умов професійної діяльності, як показує практика, особливості психіки жінок має вплив на взаємини у колективах з вираженою фемінізованістю. Так, підвищена емоційна чутливість дівчат може впливати на їхню взаємодію у військовому середовищі та викликати конфлікти, особливо у сферах, де вони стикаються з проблемами, що стосуються гендерної рівності або справедливості. Наприклад, прагнення до справедливого розподілу службового навантаження може виникнути у зв'язку з відчуттям нерівності у розподілі обов'язків або можливими дискримінаційними практиками.

Боротьба з фаворитизмом або непрозорими практиками також може викликати конфлікти, оскільки вона ставить під сумнів об'єктивність та справедливість в організації. У ситуаціях, де жінки виступають за захист своїх

прав або протистоять несправедливості, можуть виникати напруження та конфлікти з іншими членами колективу чи керівництвом.

Важливо розуміти, що такі конфлікти часто виникають не через особистісні риси жінок, а через системні проблеми в організації та культурні стереотипи, які можуть бути вкорінені в військовому середовищі. Тому важливо працювати над створенням відкритої, справедливої та рівноправної атмосфери, де кожен член колективу має можливість висловити свої думки та допомогти у вирішенні проблем..

Так, сімейні проблеми можуть значно впливати на ефективність службової діяльності жінок-військовослужбовців. Жінки, які стикаються з проблемами в сім'ї, такими як конфлікти, розлучення, проблеми з дітьми або інші труднощі, можуть мати складнощі зі зосередженням уваги на службі та виконанням своїх обов'язків.

Оскільки жінки частіше виступають у ролі основних доглядачів за дітьми та сім'єю, вони можуть відчувати більший тиск у зв'язку з потребами своїх родинних членів. Це може спричиняти стрес, провокувати втому та вплинути на їхню психічну та фізичну готовність до виконання службових обов'язків. Отже, врахування сімейних проблем і забезпечення відповідної підтримки та допомоги для жінок-військовослужбовців може бути важливим аспектом забезпечення їхньої успішної адаптації та ефективності в службі. Адаптація та психологічна готовність до професійної діяльності є результатом професійної підготовки та має складну структуру: когнітивні, емоційно-вольові, мотиваційні процеси, властивості та стани психіки, впевненість у собі, готовність до досягнення цілей, висока стійкість нервових процесів, оптимальне збудження, саморегуляція [10].

Щоб розуміти процеси психологічної адаптації до військової діяльності, необхідно звернути увагу на характерні риси військового середовища, в якому знаходиться індивід не залежно від статі, а також особливості його соціально-психологічного статусу. Під час військової служби у лавах ЗСУ, особа змушена відмовитися від звичного цивільного життя, відкласти на певний час реалізацію

своїх життєвих планів або по можливості змінити її тактику [24]. Не можна залишати без уваги той факт, що в армії одночасно існують два види традицій: офіційні (статутні) та альтернативні (нестатутні). В військовому середовищі дуже швидко протікає процес соціально-психологічних змін особистості, що зумовлено актуальними задачами. Також військове середовище – це закрита організація, що ускладнює процес її взаємодії із соціальним оточенням.

До складу вибірки увійшли курсанти Волинського військового ліцею імені Героїв Небесної Сотні, м. Луцьк, у кількості 56 осіб, з них 28 осіб експериментальної групи (16 юнаків та 12 дівчат), віком від 16 до 18 років. Діагностика здійснювалась протягом жовтня-листопада 2023 року. Для вивчення психологічної адаптації курсантів нами було використано наступні методики:

1. «Діагностика соціально-психологічної адаптації» К. Роджерса та Р. Даймонда [1]. Ця методика, призначена для оцінки адаптованості особистості у соціальній сфері та виявлення можливих причин її дезадаптації. Дезадаптація може виникати з різних причин, і ця методика дозволяє виявити деякі з них, такі як низький рівень самоприйняття та низький рівень прийняття інших.

Низький рівень самоприйняття може вказувати на те, що особистість має негативне ставлення до себе, не вірить у свої можливості та цінності, що може здійснювати вплив на можливість адаптації у розгортанні соціальної ситуації та у взаємодії зі значущими іншими. Низький рівень прийняття інших може означати, що особистість має проблеми у встановленні позитивних відносин з іншими людьми. Вона може бути закритою, ворожо налаштованою або неспроможною виявити емпатію та розуміння до потреб та почуттів інших. Ці показники можуть бути корисними для розуміння причин соціальної дезадаптації та розробки стратегій для поліпшення соціальної взаємодії та адаптації особистості., конфронтація; емоційний дискомфорт; сильну залежність з інших; прагнення домінування.

Опитувальник має 101 твердження та 7 варіантів відповіді. Тестованому необхідно вибрати один варіант, що найбільше характеризує його стан. Також

має значення стать досліджуваного, вік, оскільки шкали для чоловіків та жінок, дорослих та підлітків різні. Для отримання достовірних результатів слід відповідати гранично об'єктивно.

Опитувальник оцінює тестованого за 6 факторами: адаптація (процес взаємодії особистості із соціумом, її пристосованість до життя у суспільстві); прийняття інших (сприйняття оточуючих відповідно до їх характеристик та прийняття інших особистостей у свій простір); інтернальність (рівень суб'єктивного контролю, тобто, чим вище показник, тим більше людина сприймає себе, як причину того, що відбувається з нею); самосприйняття (орієнтування у своєму внутрішньому світі); комфортність у емоційному плані; прагнення до лідерства та домінування.

Оцінка кожної шкали провадиться за допомогою застосування певних формул, отримані результати порівнюють із показниками норми для дорослих та підлітків, а також окремо для жіночої та чоловічої статей. Після проходження тесту виводяться інтегральні показники кожного з чинників за спеціальними формулами. Отримані результати порівнюють із нормою: якщо показник перебуває у межах норми, він вважається невизначеним (46-60 балів); якщо показник менший за норму, то він є надмірно низьким (0-39 балів); якщо показник більший за норму, то він буде надмірно високим (61-100). Процедура обчислення результатів є досить складною, тому для спрощення тестування рекомендується пройти його онлайн, ми використовували сайт <https://psytests.org/personal/rogersA.html>.

2. Методика оцінки адаптаційних здібностей особистості (опитувальник «Адаптивність-200») [21] дозволяє визначити адаптаційні можливості курсантів і військовослужбовців. Опитувальник містить 200 запитань, результати інтерпретуються за наступними традиційними шкалами: психічна регуляція, комунікативний потенціал і моральна нормативність. Нами взято до уваги саме шкали: поведінкової регуляції (виявляється рівень нервово-психічної стійкості курсанта і його толерантності до несприятливих дій професійної діяльності), комунікативного потенціалу (комунікативні можливостей курсанта і вміння

побудувати міжособистісні відносини у колективі) та моральної нормативності (здатності дотримуватись моральних норм поведінки, конформність та уміння підкорятися груповим і корпоративним вимогам).

2.2. Аналіз результатів дослідження

За результатами, отриманими під час проведення методики на діагностику соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда [1] було визначено, що досліджувані характеризується:

- середнім та високим інтегративним показником адаптивності (середнє значення 59 та 63 відповідно до гендерних груп),
- середнім інтегративним показником самоприйняття (середнє значення 49 та 51 відповідно до гендерних груп),
- низьким та середнім інтегративним показником прийняття інших (середнє значення 36 та 45 відповідно до гендерних груп),
- середнім та низьким інтегративним показником комфортності (середнє значення 43 та 39 відповідно до гендерних груп),
- середнім інтегративним показником інтернальності (середнє значення 50 та 52 відповідно до гендерних груп),
- середнім інтегративним показником прагнення до домінування (середнє значення 57 та 49 відповідно до гендерних груп) (див. табл. 2.1).

Результати за шкалами «адаптивність», «самоприйняття», «прийняття інших» та «інтернальність» є вищими у групі досліджуваних жінок, результати за шкалами «комфортність» та «прагнення до домінування» є вищі у чоловіків.

Таблиця 2.1

Результати діагностики юнаків та дівчат за методикою діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда

Гендерна група	Інтегративні показники (середній бал)					
	адаптивності	самоприйняття	прийняття інших	комфортності	інтернальності	прагнення до домінування
чоловіча	59	49	36	43	50	57
жіноча	63	51	45	39	52	49
<i>різниця</i>	<i>4</i>	<i>2</i>	<i>9</i>	<i>4</i>	<i>2</i>	<i>8</i>

Представимо наглядно у форму графіку (рис. 2.1).

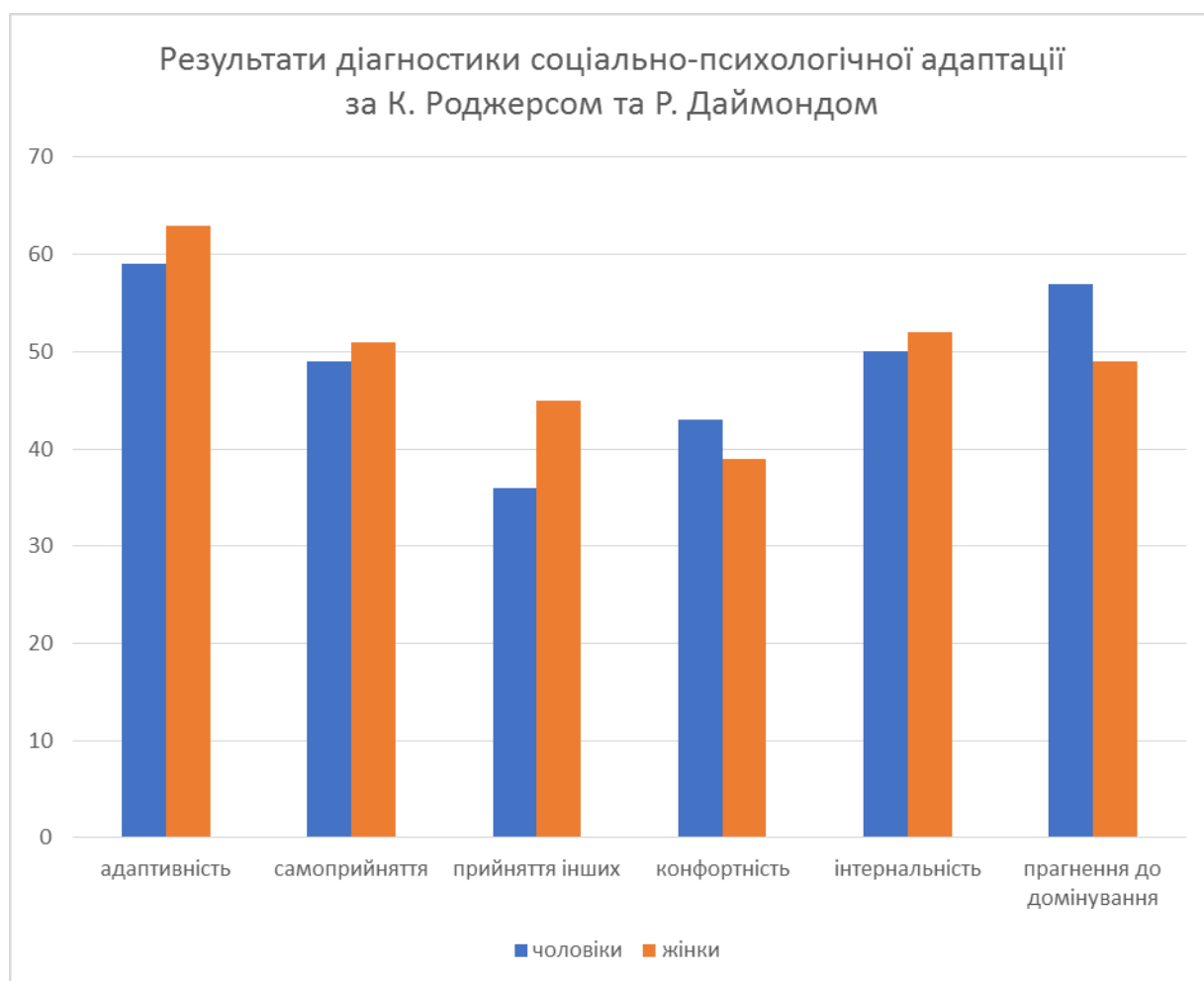


Рис. 2.1. Результати методики діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда

Отже, суттєвої гендерної різниці у отриманих даних виявлено не було за шкалами «самоприйняття» та «інтернальність» - 2 бали, не значна різниця за шкалами «адаптивність» та «комфортність» - 4 бали, виражена різниця між шкалами «прийняття інших» та «прагнення до домінування». У відчутті комфортності дівчата відчують себе менш комфортно у військовому середовищі, ніж юнаки, їх результати нижчі, також дівчата не мають вираженого прагнення до домінування, чоловіча група виявила високі результати у порівнянні із жінками.

Так, емоційний комфорт відображає стан психологічного благополуччя, коли особистість відчуває впевненість, спокій та зручність у власних емоціях і почуттях. В цьому стані вона не боїться висловлювати свої емоції, є вільною у вираженні власних почуттів, проявляє оптимізм і в цілому задоволена життям і собою.

Емоційний комфорт є важливим елементом психічного здоров'я та сприяє загальному відчуттю щастя та добробуту. Емоційний дискомфорт, який частково зафіксований у жіночій групі, порушує нормальну діяльність, може викликати страх, пригніченість, похмурі думки, надмірне занепокоєння, відчуття неспокою та невпевненості в своїх можливостях. Прагнення до домінування також не властиве дівчатам, на відміну від чоловічої групи, що прагнуть впливати на оточення, наказувати, забороняти. Дівчатам комфортно покладається на чужу думку, слідувати вказівкам офіцерів без жодних заперечень.

Представимо результати статистичної обробки емпіричних результатів досліджуваних за допомогою критерію Q Розенбаума [4] – статистичного критерію, що придатний для застосування оцінювання відмінностей між двома незалежними вибірками за рівнем ознаки, що виміряна кількісно, саме цей критерій дозволяє виявляти різницю емпіричних результатів між вибірками, кількість досліджуваних яких не менша за 11 осіб.

Критичні значення Q критерія дорівнюють 7 ($p \leq 0,05$) та 9 ($p \leq 0,01$) для вибірок 16 та 12 осіб [38], емпіричні значення Q критерія за шкалами наступні:

за показником адаптивності $Q_{\text{емп}}=4$, що свідчить про відсутність різниці між групами, емпірична гіпотеза відкидається;

за показником самоприйняття $Q_{\text{емп}}=2$, що свідчить про відсутність різниці між групами, емпірична гіпотеза відкидається;

за показником прийняття інших $Q_{\text{емп}}=8$ що свідчить про наявність різниці між групами ($p \leq 0,05$), емпірична гіпотеза приймається на рівні 5% похибки;

за показником комфортності $Q_{\text{емп}}=3$, що свідчить про відсутність різниці між групами, емпірична гіпотеза відкидається;

за показником інтернальності $Q_{\text{емп}}=2$, що свідчить про відсутність різниці між групами, емпірична гіпотеза відкидається,

за показником прагнення до домінування $Q_{\text{емп}}=9$, що свідчить про наявність різниці між групами ($p \leq 0,01$), емпірична гіпотеза приймається. Отже, можемо констатувати наявність відмінностей між групами досліджуваних юнаків та дівчат за шкалами прийняття інших та прагненням до домінування.

Подальша діагностика адаптації була здійснена за допомогою методики «Адаптивність-200» [41], що дозволило виявити наступні показники шкал:

психічна або поведінкова регуляція (ПР), що дозволяє вивчити особливості нервово-психічної стійкості досліджуваних, її толерантності до несприятливих впливів військової діяльності;

комунікативний потенціал (КП), шкала призначена для діагностики комунікативних можливостей тестованих, вміння побудувати міжособистісні відносини у колективі військових;

моральна нормативність (МН), що визначає здатність юнаків та дівчат соціалізуватися, дотримуватись моральних норм поведінки, уміння підкорятися військовим вимогам.

Представимо емпіричні результати досліджуваних груп у вигляді таблиці та графіку (див. табл. 2.2 та рис. 2.2.).

Таблиця 2.2

Результати діагностики юнаків та дівчат за методикою «Адаптивність-200»

Рівень	Психічна регуляція		Комунікативний потенціал		Моральна нормативність	
	Групи досліджуваних					
	юнаки	дівчата	юнаки	дівчата	юнаки	дівчата
Високий	1	1	-	1	-	-
Достатньо високий	2	2	1	2	1	1
Достатній	2	2	2	3	2	2
В цілому достатній	4	3	3	2	3	3
Нижчий за середній	3	3	4	2	4	2
Задовільний	2	1	3	1	3	2
Низький	2	-	2	1	2	2
Вкрай низький	-	-	1	-	1	-
Кількість досліджуваних	16	12	16	12	16	12

Кількісно-якісну інтерпретацію результатів адаптації досліджуваних груп зазначимо таким чином:

1. *Високий та достатньо високий результат* за шкалою психічної регуляції отримали по 3 досліджуваних юнаків і дівчат, що про незначні відмінності у групах тестованих курсантів. Зважаючи на меншу кількість досліджуваних дівчат, можемо припустити, що психічна регуляція у дівчат має перевагу;
 - за шкалою комунікативний потенціал – 1 юнак та 3 дівчини із досліджуваних, також жіноча аудиторія має переваги;
 - за шкалою моральної нормативності по 1 особі із чоловічої та жіночої групи досліджуваних, суттєвих відмінностей не виявлено.
2. Результати за рівнями «достатній», «в цілому достатній» та «нижчий за середній» за шкалою психічної регуляції отримали 9 юнаків та 8 дівчат, різниця у кількості осіб несуттєва;
 - за шкалою комунікативний потенціал – 9 юнаків та 7 дівчат, тобто більше половини досліджуваних у групі відповідно статі, відмінності не суттєві;

- за шкалою моральної нормативності – 11 юнаків та 7 дівчат, відмінність наявна.

3. Результати за рівнями «задовільний», «низький» та «вкрай низький» за шкалою психічної регуляції мають 4 юнаки та 1 дівчина, відмінність суттєва;

- за шкалою комунікативний потенціал – 6 юнаків та 2 дівчини, відмінність суттєва;

- за шкалою моральної нормативності – 6 юнаків та 4 дівчини, відмінність не суттєва. Представимо графічно отримані результати за шкалами та приналежності до статі (рис. 2.2-2.4).

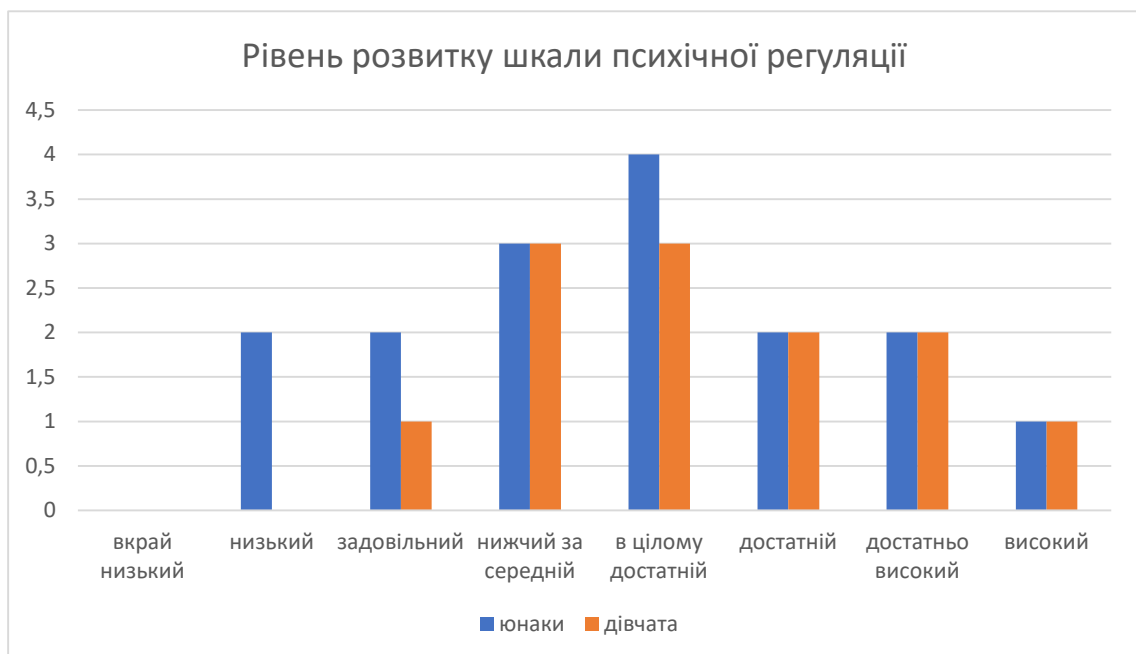


Рис. 2.2. Результати діагностики юнаків та дівчат за шкалою психічної регуляції («Адаптивність-200»)

На рисунку помітна суттєва різниця в емпіричних даних досліджуваних груп, зокрема більшу кількість юнаків, у яких діагностовано низький рівень психічної регуляції, середні та достатні рівні виявлено майже на однаковому рівні незалежно від статі тестованих.

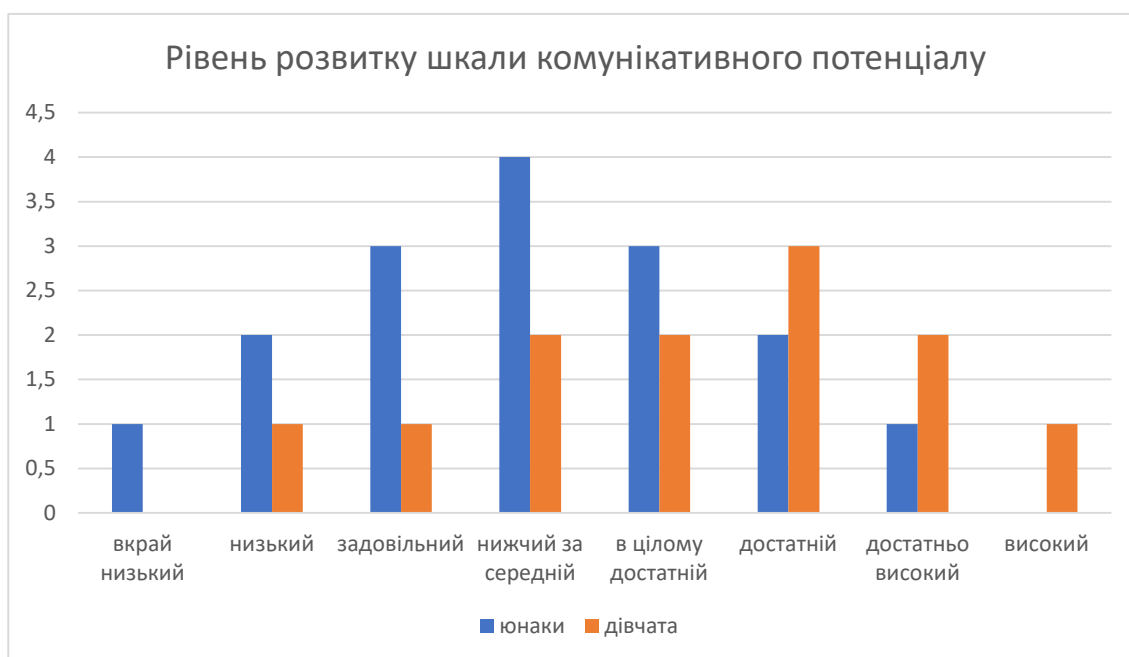


Рис. 2.3. Результати діагностики юнаків та дівчат за шкалою комунікативного потенціалу («Адаптивність-200»)

Візуально помітна суттєва різниця між групами юнаків та дівчат, не зважаючи на різницю у кількості досліджуваних. Комунікативний потенціал в жіночій групі розвинутий краще: на достатньому та достатньо високому рівні, ніж у групі курсантів-юнаків.

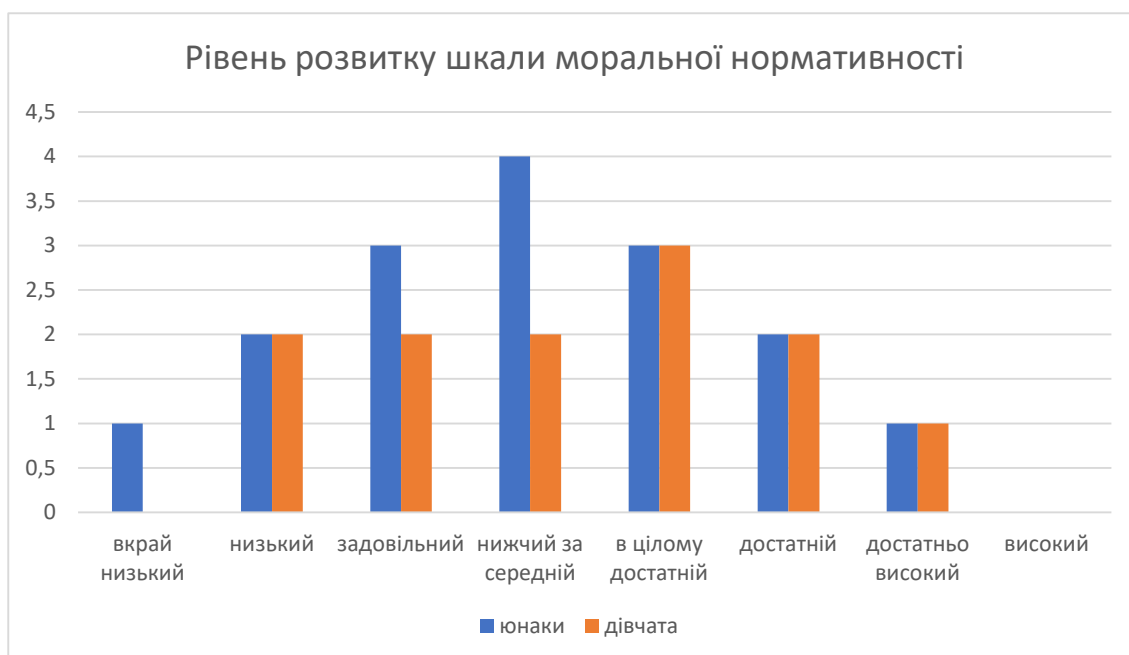


Рис. 2.4. Результати діагностики юнаків та дівчат за шкалою моральної нормативності («Адаптивність-200»)

Рисунок дає можливість виявити різницю між отриманими результатами юнаків та дівчат на рівнях «нижчий за середній», «задовільний» - юнаки-курсанти значно переважають у кількості дівчат.

Кількісно-якісний аналіз емпіричних даних свідчить, що жіноча аудиторія має переваги у комунікативному компоненту адаптивності та незначні відмінності у компонентах психічної регуляції і моральної нормативності. Проте, дослідження потребує більш детальної діагностики із більшою вибіркою тестованих.

Емпіричні значення Q критерія за шкалами методики «Адаптивність-200» наступні:

за шкалою психічної регуляції $Q_{\text{емп}}=5$, що свідчить про відсутність різниці між групами, емпірична гіпотеза відкидається;

за шкалою комунікативного потенціалу $Q_{\text{емп}}=8$, що свідчить про наявність різниці між групами ($p \leq 0,05$), емпірична гіпотеза приймається на рівні 5% похибки;

за шкалою моральної нормативності $Q_{\text{емп}}=7$, що свідчить про наявність різниці між групами ($p \leq 0,05$), емпірична гіпотеза приймається на рівні 5% похибки.

Отже, можемо констатувати наявність відмінностей між групами досліджуваних юнаків та дівчат за шкалами комунікативного потенціалу та моральної нормативності.

Дані результати дозволили нам визначити наявні відмінності психологічних показників між групами курсантів. Так, в ході обробки даних тесту діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда виражена різниця між шкалами «прийняття інших» та «прагнення до домінування» у юнаків та дівчат (різниця середніх арифметичних – 8-9 балів, статистична значимість на рівні $p \leq 0,05$ та $p \leq 0,01$ відповідно).

За результатами методики «Адаптивність-200» наявні відмінності у комунікативному компоненту адаптивності на користь дівчат-курсантів

(статистична значимість $p \leq 0,05$) та незначні відмінності у компонентах психічної регуляції і моральної нормативності ($p \leq 0,05$).

Дівчата-курсанти у порівнянні з юнаками відрізняються підвищеною рефлексією, інтернальністю, підвищеною чутливістю та емоційністю, розвиненими комунікативними здібностями. Все разом це створює так звану «жіночу» поведінку під час вирішення військових завдань, що може становити одне із пріоритетних наукових завдань у перспективі.

Отже, за допомогою діагностики ступеня психологічної адаптації курсантів ми змогли не тільки виявити рівні адаптованості даних юнаків та дівчат і розбити їх на відповідні групи, а й дати докладну психологічну характеристику кожної гендерної групи. Також ґрунтуючись на результатах даної психологічної діагностики, ми змогли провести порівняльний аналіз особистісних якостей курсантів, адаптованих та неадапованих до військової служби.

Наприкінці слід зазначити, що психологічна адаптація військовослужбовців – це складне, комплексне явище, яке є безперервним, індивідуальним процесом інтеграції у військовий колектив та навчально-бойову діяльність, а також вироблення нових форм поведінки для досягнення певних цілей та особистісної самореалізації.

Таким чином, рівень адаптивних здібностей і у юнаків і дівчат-курсантів є досить високий, а різниця показників становить лише 5 %. Більшість курсантів не залежно від статі, які навчаються, мають намір йти на контрактну службу, впевнені в собі, своїх силах. Можливо, це пояснюється якісним проведенням професійного психологічного відбору на первинній стадії зарахування та відсіювання кандидатів з нестійкою психікою. Але є й інші причини високої адаптації дівчат-курсантів. Зокрема, жінки йдуть до армії зі специфічною особистісною спрямованістю і, отже, із глибинною внутрішньою мотивацією. Це зумовлює психологічну готовність до майбутньої військової діяльності та особливим умовам життя, отже це полегшує та оптимізує процес адаптації.

ВИСНОВКИ

Здійснене теоретичне та проведене емпіричне дослідження дозволяє зробити низку висновків.

1. Проблема адаптації особистості ґрунтовно досліджена фахівцями різних наукових підходів, що відображується на потрактуванні зазначеного феномену. У зв'язку з метою нашого дослідження розглядаємо професійну адаптацію військовослужбовців. Під професійною адаптацією ми розуміємо динамічну рівновагу між суб'єктом та його професією, яка дозволяє досягати результатів діяльності, діючи з найменшими витратами та взаємодіючи із соціальним середовищем без зайвої напруги. Аналіз робіт із військової психології дозволяє виокремити основні підходи до вивчення особливостей професійної адаптації військовослужбовців, а саме: особистісний, процесуальний, соціокультурний, мотиваційний. Професійна адаптація військового спеціаліста обумовлена особливими обставинами зовнішнього та внутрішнього характеру та здійснюється в основних предметних галузях його професійної взаємодії із середовищем.

2. Успішність чи неуспішність адаптації спеціаліста у військовій сфері має відносно автономний характер. Однак ці процеси взаємопов'язані особливо у професійно-діяльній, соціально-психологічній та інших сферах. Основою адаптивності особистості є інтегрованість та скомпенсованість особистісних властивостей, об'єднаних в єдину структуру. Психологічні студії містять порівняння виразності адаптивних якостей особистості, а також структур, створених особистісними показниками чоловіків і жінок. Наукові дослідження засвідчують, що недостатня сформованість необхідних якостей особистості у жінок компенсується напругою та активною інтеграцією адаптаційної структури, що забезпечує адаптивність. В оборонному відомстві України, на зразок світових тенденцій, відбуваються гендерні процеси. Нагальною є проблема гендерної адаптації в ЗСУ. Загалом гендерна адаптація – це

соціально-психологічне пристосування до існуючих у суспільстві гендерних відносин, норм та ролей.

3. Вибірку емпіричного дослідження склали 28 курсантів (16 юнаків та 12 дівчат). Діагностика психологічних компонентів адаптації до військової служби здійснювалась за допомогою тесту «Діагностика соціально-психологічної адаптації» К. Роджерса та Р. Даймонда та опитувальника «Адаптивність-200». Кількісний та якісний аналіз проведеного кваліфікаційного дослідження дозволяє констатувати, що більшість досліджуваних юнаків і дівчат мають середні показники адаптивності за шкалами «Психічна регуляція», «Комунікативний потенціал» та «Моральна нормативність». Виявлена наступна гендерна різниця за шкалами «самоприйняття» та «інтернальність» - не значна різниця у межах 2 балів, помірною різницею за шкалами «адаптивність» та «комфортність» - 4 бали, виражена різниця між шкалами «прийняття інших» та «прагнення до домінування».

4. Кількісно-якісна інтерпретація результатів дозволила визначити наявні відмінності психологічних показників між групами курсантів за статтю. Так, в ході обробки даних тесту діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда виражена різниця між шкалами «прийняття інших» та «прагнення до домінування» у юнаків та дівчат (різниця середніх арифметичних – 8-9 балів, статистична значимість за критерієм Q Розенбаума на рівні $p \leq 0,05$ та $p \leq 0,01$ відповідно). За результатами методики «Адаптивність-200» наявні відмінності у комунікативному компоненту адаптивності на користь дівчат-курсантів (статистична значимість $p \leq 0,05$) та незначні відмінності у компонентах психічної регуляції і моральної нормативності ($p \leq 0,05$). Дівчата-курсанти у порівнянні з юнаками відрізняються підвищеною рефлексією, інтернальністю, підвищеною чутливістю та емоційністю, розвиненими комунікативними здібностями.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агаєв Н.А., Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Остапчук В.В., Ткаченко В.В. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: методичний посібник. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2016. 234 с.
2. Афанасенко В. С., Ліпатов І. І., Шестопалова Л. І. Психологічна адаптація військовослужбовців до бойової діяльності: Навчальний посібник. Харків ХВУ, 1999. 152 с
3. Богданюк О. Д. Формування готовності до професійної діяльності у майбутніх офіцерів-кінологів Державної прикордонної служби: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04. Хмельницьк, 2007. 20 с.
4. Боснюк В. Ф. Математичні методи в психології: курс лекцій. Мультимедійне навчальне видання. Харків: НУЦЗУ, 2020. 141 с.
5. Васильєв В.В. Соціальна адаптація особистості до професійної діяльності. *Вісник Дніпропетровського університету*. 2006. Вип. 14. С. 215-221.
6. Вертель А. В. Філософія психоаналізу : навч. посіб. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2015. 208 с.
7. Впровадження гендерної рівності у секторі безпеки і оборони України: досягнення та виклики. Укрінформ від 17 грудня 2021 р. <https://www.ukrinform.ua/rubric-presshall/2837474-vprovadzenna-gendernoi-rivnosti-u-sektori-bezpeki-i-oboroni-ukraini-dosagnenna-ta-vikliki.html>
8. Грицай І. О. Проблема гендерного балансу в національних збройних силах: теоретико-прикладний аспект. *Науковий вісник публічного та приватного права*. 2016. Вип. 5. С. 3–8.
9. Гуманістичні підходи в західній психології ХХ ст. Гуманістична психологія ; упорядники і наукові редактори Р. Трач (США) і Г. Балл (Україна). Київ: Пульсари, 2001. 252 с.

10. Гендерна політика у Збройних Силах України: проблеми теорії та практики: монографія ; за заг. ред. О. М. Олійника. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2012. 334 с
11. Доценко Л., Максименко Н. Психологічні чинники адаптації військовослужбовців строкової служби в умовах військової частини. Вісник Національного університету оборони України. 2019. № 2 (52). С. 49 – 55.
12. Закон України «Про військовий обов'язок і військову службу» від 25.03.1992 № 2232-ХІІ (Документ 2232-ХІІ, чинний, поточна редакція - Редакція від 19.05.2024, підстава - [3687-ІХ](#)) URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2232-12#Text>
13. Івашковський В. В. Педагогічні умови формування готовності старшокласників до служби в Збройних Силах України. Автореф. дис. канд. пед. наук. Київ, 2002. 22 с.
14. Казміренко В. П. Програма дослідження психосоціальних чинників адаптації молодшої людини до навчання у ВНЗ та майбутньої професії. Практична психологія та соціальна робота. 2016. № 3. С. 17–24.
15. Калагін Ю. А. Мотивація військової служби військовослужбовців-жінок. *Грані*. 2013. № 9. С. 103-108. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Grani_2013_9_19
16. Кириченко О.В. Допризовна підготовка молоді. Харків: Вид. група «Основа», 2008. 224 с.
17. Кіщук Л. Модель професійної адаптації молодших офіцерів збройних сил України до військово-професійної діяльності з урахуванням психофізіологічних чинників. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Сер. 12. Психологічні науки*. Вип. 17 (62). 2022. С. 47-59.
18. Кокурн О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Корня Л.В. Психологічне вивчення особового складу Збройних Сил України. Методичний посібник. Київ: ФОП Маслаков, 2019. 288 с.

19. Кокун О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: монографія. Київ: Міленіум, 2004. 265 с.
20. Кокун О.М., Мороз В.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Формування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до виконання завдань за призначенням під час бойового злагодження : метод. посіб. Київ : 7БЦ, 2021. 170 с.
21. Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Копаниця О.В. Діагностування психологічної готовності військовослужбовців до військової служби за контрактом до діяльності у складі миротворчих підрозділів: Методичний посібник. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2011. 153 с.
22. Костюкова В. Теоретичне обґрунтування психологічної готовності до професійної діяльності майбутніх військовослужбовців. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія.* 2022. 3(56). С. 19-25. URL:<https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.3>
23. Кубицький С.О. Система оцінювання готовності майбутніх офіцерів до професійної діяльності: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04. Київ, 2001. 20 с.
24. Матохнюк Л.О. Формування психологічної готовності майбутніх інженерів-прикордонників до професійної діяльності: автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07. Хмельницьк, 2006. 20 с.
25. Мельничук, М., Рева, М. Адаптація до умов професійної діяльності військово-службовців із різним типом акцентуацій характеру. *Молодий вчений.* 2022. 5 (105). С. 65-67. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2022-5-105-12>
26. Методики психологічної діагностики індивідуально-психологічних особливостей працівників Національної поліції України: методичні рекомендації ; В.О. Криволапчук, А.С. Сизоненко, В.П. Остапович, В.І. Барко. Київ: Видавництво Людмила, 2019. 78 с.
URL:https://ndi.mvs.gov.ua/files/pdf/metodychni_rekomendacii2019.pdf

- 27.Миртінен Г. Управління сектором безпеки, реформа сектору безпеки та гендерні питання. *Збірник інформаційно-методичних матеріалів «Гендерні питання в секторі безпеки»*. Посібник 1. Женева, 2019. URL:<https://www.dcaf.ch/sites/default/files/publications/documents/Tool%201%20UA.pdf>
- 28.Мозговий В. І. Дослідження поняття психологічного супроводу військовослужбовців на різних етапах службової діяльності. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н.Каразіна. Серія «Психологія»*, 2018. № 63. С. 58–63.
- 29.Москаленко М. В., Откидач В. С., Корчагін М. В., Балдецький А. А. Формування психофізичної готовності військовослужбовців засобами спеціальної фізичної підготовки. *Науковий часопис НПДУ. Фізична культура і спорт*. 2022. № 9(154). С. 63-67. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.9\(154\).15](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2022.9(154).15)
- 30.Наказ МОУ № 313 «Про затвердження переліку спеціальностей та /або професій, споріднених з відповідними військово-обліковими спеціальностями, після одержання яких жінки беруться на військовий облік військовозобов'язаних, та Переліку спеціальностей та/або професій, споріднених з відповідними військово-обліковими спеціальностями» від 11.10.2021. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1566-21#top>
- 31.Ніколаєнко С.І., Ніколаєнко О.С. Поняття адаптації в різних напрямках психології. *Світогляд - Філософія - Релігія : збірник наукових праць*. Суми : УАБС НБУ, 2012. Вип. 2. С. 68-77.
- 32.Носенко Е. Л., Аршава І. Ф. Сучасні напрями зарубіжної психології: психологія особистості: підручник. Дніпропетровськ : Вид-во Дніпропетр. нац. ун-ту, 2010. 261 с.
- 33.Осьодло В. І. Вплив індивідуально-психологічних властивостей особистості на подолання стресових ситуацій. *Психологічний журнал*. 2019. Вип. 3. С. 71-83. http://nbuv.gov.ua/UJRN/psj_2019_3_9

- 34.Павлюк М., Овдій І. Психологічна адаптація військовослужбовців збройних сил України . *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. 70(6). С. 134–141. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-70-6-134-141>
- 35.Пивовар О. Адаптація курсантів до фізичних навантажень на початковому етапі навчання у ВВНЗ. *Матеріали відкритої наук.-метод. конф. «Фізична підготовка військовослужбовців», 29-30 квітня*. Київ, 2003. С. 163 – 165.
- 36.Платонов І.В. Динаміка психологічної готовності майбутніх офіцерів внутрішніх військ до правоохоронної діяльності: автореф. дис... канд. психол. наук: 20.02.02. Хмельницький, 2001. 17 с.
- 37.Попович О.І., Романчук С.В. Заняття фізичною підготовкою як засіб формування індивідуальних і групових психологічних характеристик курсантів. *Молода спортивна наука України*. Львів: НВФ «Українські технології», 2009. Вип. 14. Т.2. С. 201-205.
- 38.Рибчинська, Т. Складові психологічної готовності молоді до військової служби. *Scientific Collection «InterConf»*. 2022. Вип. 126. С. 124–130. URL: <https://archive.interconf.center/index.php/conference-proceeding/article/view/1360>
39. Романчук С.В. Заняття фізичною підготовкою як засіб формування індивідуальних і групових психологічних характеристик курсантів. *Молода спортивна наука України*. Львів: НВФ «Українські технології», 2009. Вип. 14. Т.2. С. 201-205.
- 40.Словник Європейського інституту з гендерної рівності ; пер. М. Бабак, О. Давліканової, М. Дмитрієвої, М. Козир, Л. Компанцевої, К. Левченко, М. Скорик, О. Сулової. Київ : «Вістка», 2021. 170 с. URL: <https://fspo.udpu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/04/Словник-Європейського-інституту-з-гендерної-рівності-1.pdf>

- 41.Тарасюк І. В. Психологічні механізми адаптації особистості. Наукові записки. Серія «Психологія і педагогіка». Острог: Вид-во Національного університету Острозька академія. 2011. Вип. 17. С. 342–349.
- 42.Ткач П. Б., Бойчук Х. І. Розвиток лідерського потенціалу та гендерної обізнаності як напрям стратегічних комунікацій Національної академії Національної гвардії України. *Збірник наукових праць Національної академії Національної гвардії України*. 2020. Вип. 2(36). С. 15–20.
- 43.Шиделко А.В. Психологічні чинники професійної адаптації особистості. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. 2016. Вип. 2. С. 151-159.
- 44.Шьолсет А. Дані про участь жінок у силах та операціях НАТО. *Міжнародні взаємодії: емпіричні та теоретичні дослідження в міжнародних відносинах*. 2010. 39 (4), с. 577.
- 45.Ющенко І. М., Панченко Т. С. Професійна ідентичність як чинник життєстійкості особистості. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2024. (1). С. 17-20.
<https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2024.1.3>
- 46.Ягупов В. Військова психологія : підручник. Київ: Тандем, 2004. 656 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика оцінки адаптаційних здібностей особистості (багаторівневий особовий опитувальник «Адаптивність-200»)

Опитувальник призначений для вивчення адаптаційних можливостей військовослужбовців на основі оцінки деяких соціально-психологічних і психологічних характеристик особистості, що відображають інтегральні особливості психічного і соціального розвитку. БОО «Адаптивність» використовується для вирішення задач визначення рівня стійкості до бойового стресу.

У даному додатку використовується нова версія БОО «Адаптивність-200», що містить 200 питань. Крім традиційних шкал: ПР (психічна регуляція), КП (комунікативний потенціал) і МН (моральна нормативність) до даної версії опитувальника увійшли додаткові шкали ВПС (військово-професійна спрямованість), ДАП (схильність до девіантних форм поведінки) і СР (суїцидальний ризик).

Безпосередньо перед проведенням обстеження дається коротка інструкція:

«Зараз досліджуватимуться деякі Ваші особистісні особливості. Опитувальник містить 200 тверджень (питань) про життя, роботу, відносини у сім'ї, інтереси і схильності. Ваше завдання полягає у тому, щоб визначити своє відношення до кожного ствердження, тобто погодитися або не погодитися з ним. Якщо Ви погоджуєтеся з ствердженням, то у клітці з номером даного питання ставиться „+”. Якщо Ви не згодні – ставиться „-”.

Правильних або неправильних відповідей тут бути не може, тому довго не замислюйтеся над питанням – давайте відповідь, виходячи з того, що більше відповідає Вашому характеру або уявленню про самого себе».

Текст опитувальника боо («Адаптивість-200»)

№	Питання
1	Буває, що я серджуся
2	Зазвичай вранці я прокидаюся свіжим і відпочилим
3	Зараз я приблизно так само працездатний, як і завжди
4	Доля безумовно несправедлива до мене
5	Запори у мене бувають дуже рідко
6	Часом мені дуже хотілося покинути свій дім
7	Часом у мене бувають напади сміху або плачу, з якими я ніяк не можу справитися
8	Мені здається, що мене ніхто не розуміє
9	Вважаю, що якщо хтось заподіяв мені зло, я повинен йому відповісти тим же
10	Іноді мені в голову приходять такі нехороші думки, що краще про них нікому не розказувати
11	Мені важко зосередитися на якому-небудь завданні або роботі
12	У мене бувають дуже дивні і незвичайні переживання
13	У мене були відсутні неприємності через мою поведінку
14	В дитинстві я у свій час скоював дрібні крадіжки
15	Буває, у мене з'являється бажання ламати або крушити все навколо
16	Бувало, що я цілими днями або навіть тижнями нічого не міг робити, тому що ніяк не міг примусити себе взятися до роботи
17	Сон у мене переривистий і неспокійний
18	Моя сім'я відноситься з несхваленням до тієї роботи, яку я обрав
19	Бували випадки, що я не виконував своїх обіцянок
20	Голова у мене болить часто
21	Раз на тиждень або частіше я без жодної видимої причини раптово відчуваю жар у всьому тілі
22	Було б добре, якби майже всі закони відмінили
23	Стан мого здоров'я майже такий же, як у більшості моїх знайомих (не гірше)
24	Зустрічаючи на вулиці своїх знайомих або шкільних друзів, з якими я давно не бачився, я вважаю за краще проходити мимо, якщо вони зі мною не заговорюють першими
25	Більшості людей, які мене знають, я подобаюся
26	Я людина товариська

27	Іноді я так наполягаю на своєму, що люди втрачають терпіння
28	Значну частину часу настрій у мене пригнічений
29	Тепер мені важко сподіватися на те, що я чого-небудь досягну у житті
30	У мене мало впевненості в собі
31	Іноді я кажу неправду
32	Зазвичай я вважаю, що життя – гарна річ
33	Я вважаю, що більшість людей здатна збрехати, щоб просунутися по службі
34	Я охоче беру участь у зібраннях, зборах і інших суспільних заходах
35	Я сварюся з членами моєї сім'ї дуже рідко
36	Іноді у мене виникає сильне бажання порушити правила пристойності або кому-небудь нашкодити
37	Найважча боротьба для мене - це боротьба з самим собою
38	М'язові судоми або сіпання у мене бувають у край рідко (або майже не бувають)
39	Я досить байдужий до того, що зі мною буде
40	Іноді, коли я себе недобре відчуваю я буваю дратівливим,
41	Значну частину часу у мене таке відчуття, що я зробив щось не те або навіть щось погане
42	Деякі люди до того полюбляють командувати, що мені так і кортить робити все наперекір, навіть якщо я знаю, що вони мають рацію
43	Я часто вважаю себе зобов'язаним відстоювати те, що вважаю справедливим
44	Моя мова зараз така ж як завжди (ні швидше і ні повільніше, немає ні хрипоті, ні невиразності)
45	Я вважаю, що моє сімейне життя таке ж добре, як у більшості моїх знайомих
46	Мене в край зачіпає, коли мене критикують або лають
47	Іноді у мене буває таке відчуття, що я просто повинен нанести ушкодження собі або кому-небудь іншому
48	Моя поведінка значною мірою визначається звичаями тих, хто мене оточує
49	В дитинстві у мене була така компанія, де всі прагнули стояти один за одного
50	Іноді мені так і кортить з ким-небудь затіяти бійку
51	Бувало, що я казав про речі, в яких не розбираюся
52	Зазвичай я засинаю спокійно і мене не турбують ніякі думки
53	Останні декілька років я відчуваю себе добре

54	У мене ніколи не було ні випадків, ні судом
55	Зараз моя вага постійна (я не худну і не повнішаю)
56	Я вважаю, що мене часто карали нізащо
57	Я легко плачу
58	Я мало втомлююся
59	Я був би досить спокійний, якби у кого-небудь з моєї сім'ї були неприємності через порушення закону
60	З моїм розумом творитися щось недобре
61	Щоб приховати свою сором'язливість мені доводиться докладати великі зусилля.
62	Напади запаморочення у мене бувають дуже рідко (або майже не бувають)
63	Мене турбують сексуальні (статеві) питання
64	Мені важко підтримувати розмову з людьми, з якими я тільки що познайомився
65	Коли я намагаюся щось зробити, то часто помічаю, що у мене тремтять руки
66	Руки у мене такі ж спритні і моторні, як і раніше
67	Велику частину часу я відчуваю загальну слабкість
68	Іноді, коли я збентежений я сильно вкриваюся потом і мене це дратує
69	Буває, що я відкладаю на завтра те, що повинен зробити сьогодні
70	Думаю, що я людина приречена
71	Бували випадки, що мені було важке утриматися від того, щоб що-небудь не поцупити в кого-небудь або де-небудь, наприклад у магазині
72	Я зловживав спиртними напоями
73	Я часто про що-небудь турбуюся
74	Мені б хотілося бути членом декількох кружків або зборів
75	Я рідко задихаюся, і у мене не буває сильного серцебиття
76	Все своє життя я суворо дотримуюсь принципів, заснованих на почутті обов'язку
77	Траплялося, що я перешкоджав або поступав наперекір людям просто із принципу, а не тому, що справа була дійсно важливою
78	Якщо мені не загрожує штраф і машин поблизу немає, я можу перейти вулицю там, де бажаю, а не там де потрібно
79	Я завжди був незалежним і вільним від контролю з боку сім'ї

80	У мене бували періоди такої сильної стурбованості, що я навіть не міг всидіти на місці
81	Часто мої вчинки тлумачилися не вірно
82	Мої батьки і (або) інші члени моєї сім'ї прискіплюються до мене більше, ніж треба
83	Хтось керує моїми думками
84	Люди байдужі до того, що з тобою трапиться
85	Мені подобається бути в компанії, де всі жартують один над одним
86	В школі я засвоював матеріал повільніше, аніж інші
87	Я цілком впевнений у собі
88	Нікому не довіряти – найбезпечніше
89	Раз на тиждень або частіше я буваю дуже збудженим і схвильованим
90	Коли я знаходжуся в компанії, мені важко знайти відповідну тему для розмови
91	Мені легко примусити інших людей боятися мене, і іноді я це роблю ради забави
92	У грі я вважаю за краще вигравати
93	Безглуздо засуджувати людину, яка обдурила того, хто сам дозволяє себе обдурювати
94	Хтось намагається впливати на мої думки
95	Я щодня випиваю багато води
96	Щасливіше всього я буваю наодинці
97	Я обурююся кожного разу, коли дізнаюся, що злочинець з якої-небудь причини залишився безкарним
98	У моєму житті був один або декілька випадків, коли я відчував, що хтось за допомогою гіпнозу примушує мене скоювати ті або інші вчинки
99	Я дуже рідко заговорюю з людьми першим
100	У мене ніколи не було зіткнень із законом
101	Мені приємно мати серед своїх знайомих значних людей, це як би додає мені вагу у власних очах
102	Іноді без жодної причини у мене раптом наступають періоди незвичайної веселості
103	Життя для мене майже завжди пов'язано з напругою
104	У школі мені було дуже важко виступати перед класом
105	Люди проявляють по відношенні до мене стільки співчуття і симпатії, наскільки я заслуговую
106	Я відмовляюся грати в деякі ігри, тому що це у мене погано виходить

107	Мені здається, що я знаходжу друзів з такою ж легкістю, як і інші
108	Мені неприємно, коли навколо мене є люди
109	Як правило, мені не везе
110	Мене легко збити з пантелику
111	Деякі з членів моєї сім'ї скоювали вчинки, які мене лякали
112	Іноді у мене бувають напади сміху або плачу, з якими я ніяк не можу справитися
113	Мені важко приступити до виконання нового завдання або розпочати нову справу
114	Якби люди не були налаштовані проти мене, я досягнув би у житті набагато більшого
115	Мені здається, що мене ніхто не розуміє
116	Серед моїх знайомих є люди, які мені не подобаються
117	Я легко втрачаю терпіння з людьми
118	Часто у новій обстановці я переживаю почуття тривоги
119	Часто мені хочеться померти
120	Іноді я такий збуджений, що мені важко заснути
121	Часто я переходжу на іншу сторону вулиці, щоб уникнути зустрічі з тим, кого я побачив
122	Бувало, що я кидав почату справу, оскільки боявся, що я не справлюся з нею
123	Майже щодня трапляється що-небудь, що лякає мене
124	Навіть серед людей я зазвичай відчуваю себе самотнім
125	Я переконаний, що існує лише одне єдине правильне розуміння значення життя
126	В гостях я частіше сиджу де-небудь осторонь або розмовляю з ким-небудь одним, ніж беру участь у загальних розвагах
127	Мені часто кажуть, що я запальний
128	Буває, що я з ким-небудь пліткую
129	Часто мені неприємно, коли я намагаюся застерегти кого-небудь від помилок, а мене розуміють неправильно
130	Я часто звертаюся до людей за порадою
131	Часто, навіть тоді, коли усе для мене складається добре, я відчуваю що мені усе байдуже
132	Мене досить важко вивести з себе
133	Коли я намагаюся вказати людям на їх помилки або допомогти вони часто розуміють мене неправильно

134	Зазвичай я спокійний, і мене нелегко вивести з душевної рівноваги
135	Я заслуговую суворого покарання за свою провину
136	Мені притаманно так сильно переживати свої розчарування, що я не можу примусити себе не думати про них
137	Часом мені здається, що я ні на що не здатний
138	Бувало, що під час обговорення деяких питань я, особливо не замислюючись, погоджувався з думкою інших
139	Мене дуже турбують різного роду нещастя
140	Мої переконання і погляди непохитні
141	Я вважаю, що можна не порушуючи закон спробувати знайти в ньому лазівку
142	Є люди, які мені настільки неприємні, що я в глибині душі радію, коли вони одержують прочухан за що-небудь
143	У мене бували періоди, коли через хвилювання я втрачав сон
144	Я відвідую різні суспільні заходи, тому що це дозволяє бути мені серед людей
145	Можна пробачити людям порушення тих правил, які вони вважають нерозсудливими
146	У мене є погані звички, які є настільки сильними, що боротися з ними просто марно
147	Я охоче знайомлюся з новими людьми
148	Буває, що непристойний жарт у мене викликає сміх
149	Якщо справа йде у мене погано, то мені відразу хочеться все кинути
150	Я вважаю за краще діяти відповідно до власних планів, а не слідувати вказівкам інших
151	Мені подобається, коли оточуючі знають мою точку зору.
152	Якщо я погані думки про людину або навіть зневажаю його, я мало прагну приховати це від нього
153	Я людина нервова і легко збудлива
154	Все у мене виходить погано, не так як треба
155	Майбутнє здається мені безнадійним
156	Люди досить легко можуть змінити мою думку, навіть якщо до цього вона здавалася мені остаточною
157	Кілька разів на тиждень у мене буває таке відчуття, що повинно трапитися щось жахливе
158	Значну частину часу я відчуваю себе втомленим
159	Я люблю бути на вечорах і просто в компаніях

160	Я прагну відхилитися від конфліктів і скрутних положень
161	Мене дуже дратує те, що я забуваю, куди кладу речі
162	Пригодницькі розповіді мені подобаються більше, ніж розповіді про любов
163	Якщо я схочу зробити щось, але оточуючі вважають, що цього робити не варто, я можу легко відмовитися від своїх намірів
164	Безглуздо засуджувати людей, які прагнуть урвати від життя все, що можуть
165	Мені байдуже, що про мене думають інші
166	Я абсолютно не пристосований до військової служби і це мене дуже лякає
167	Я переконаний, що чоловіки повинні служити у Збройних Силах тільки за власним бажанням
168	Останнім часом у мене все частіше і частіше трапляються „промахи” і невдачі по службі.
169	Найбільші труднощі для мене під час служби – це необхідність підкорятися командирам і начальникам
170	Тим правилами, які, на мій погляд, несправедливі, я завжди прагну протидіяти
171	Мені хотілося б випробувати себе серйозною і небезпечною справою
172	Мене довго не залишає відчуття образи, заподіяне товаришами
173	Жити за військовим розпорядком для мене просто нестерпно
174	Я сумніваюся, чи зможу я зі своїм здоров'ям витримати всі навантаження військової служби
175	Я заздрю тим, хто зміг ухилитися від військової служби
176	Я відчуваю все більше і більше розчарувань по відношенню до моєї військової спеціальності
177	Я часто розгублююся у складних і небезпечних ситуаціях
178	Мені хотілося б служити у ПДВ або частинах спецназу
179	Із службою у мене ніщо не виходить (не „клеїться”). Часто думаю: „не моя це справа”
180	Коли мною хтось командує, це викликає у мене відчуття протесту
181	Мені завжди було важко пристосовуватися до нового колективу
182	Під час подальшої служби я був би не проти послужити там, де небезпечно і де ведуться бойові дії
183	Присяга на вірність Вітчизні у сучасних умовах втратила свою актуальність
184	Мені завжди було нелегко пристосовуватися до нових умов життя
185	У складних ситуаціях я не можу швидко приймати правильні рішення
186	Я упевнений, що в майбутньому не стану укладати або продовжувати контракт на продовження військової служби

187	У мене бувають періоди похмурої дратівливості, під час яких я „зриваю зло” на оточуючих
188	Я насилу витримую фізичні навантаження, пов’язані з моєю професійною діяльністю
189	Я достатньо спокійно відношуся до необхідності брати участь в тривалих і небезпечних відрядженнях
190	Навряд чи я схочу присвятити все своє життя військовій професії (залишитися на службу за контрактом, поступити у військове училище)
191	„За компанію” з товаришами я можу прийняти неабияку кількість алкоголю (перевищити свою звичайну „норму”)
192	У компаніях, де я часто буваю, друзі іноді палять „травичку”. Я їх за це не засуджую
193	Останнім часом, щоб не „зірватися”, я був вимушений приймати заспокійливі ліки
194	Мої батьки (родичі) часто виказували побоювання у зв’язку з моїми випивками
195	Немає нічого поганого, коли люди намагаються випробувати на собі незвичайні стани, приймаючи деякі речовини
196	У стані агресії я здатний багато на що
197	Я крутий і жорстокий з оточуючими
198	Якщо хтось заподіяв мені зло, я вважаю зобов’язаним відплатити йому тим же („око за око, зуб за зуб”)
199	Можна погодитися з тим, що я не дуже-то схильний виконувати багато наказів, вважаючи їх безрозсудними
200	Я думаю, що будь-яке положення законів і військових статутів можна тлумачити двоюко

Обробка результатів обстеження БОО «АДАПТИВНІСТЬ-200».

Обробку отриманих даних необхідно починати з 4 і 3-го рівнів.

3-й рівень представлений основними шкалами: достовірність (Д), поведінкова регуляція (ПР), комунікативний потенціал (КП), моральна нормативність (МН), а також 3 додатковими шкалами: військово-професійна спрямованість (ВПС), схильність до девіантних форм поведінки (ДАП), суїцидальний ризик (СР).

Шкала достовірності призначена для оцінки щирості відповідей військовослужбовців на питання БОО «Адаптивність-200» (і тим самим надійності отриманих даних).

Шкала поведінкової регуляції призначена для вивчення рівня нервово-психічної стійкості військовослужбовця і його толерантності до несприятливих дій професійної діяльності.

Шкала комунікативного потенціалу призначена для вивчення комунікативних можливостей військовослужбовця і вміння побудувати міжособистісні відносини у колективі.

Шкала моральної нормативності призначена для вивчення здатності військовослужбовця дотримувати моральні норми поведінки, уміння підкорятися груповим і корпоративним вимогам.

Шкала військово-професійної спрямованості призначена для вивчення рівня професійної мотивації і спрямованості обстежуваного на продовження професійної діяльності.

Шкала схильності до девіантних форм поведінки направлена на виявлення ознак аддитивної і делінквентної поведінки.

Шкала суїцидального ризику призначена для виявлення осіб, схильних до здійснення суїцидальних дій.

На кожне питання тесту обстежуваний кандидат може відповідати або «Так» або «Ні». Ухильних відповідей в БОО-200 не передбачено.

Для обробки отриманих даних необхідно мати набір ключів, які відповідають основним і додатковим шкалам БОО «Адаптивність-200» (таблиця 5). При обробці результатів враховується кількість відповідей, що співпали з ключем. Кожний збіг відповіді з ключем оцінюється в один бал.

Обробку отриманих даних необхідно починати з шкали достовірності.

У випадку якщо загальна кількість балів дорівнює або перевищує 10, то отримані результати слід вважати необ'єктивними внаслідок прагнення випробовуваного якомога більше відповідати соціально бажаному типу особистості. У цьому випадку значення усіх основних і додаткових шкал при роздрукуванні не приводяться.

Аналогічно за допомогою спеціальних ключів здійснюється обробка даних за основними шкалами ПР, КП і МН, а також за додатковими шкалами ВПС, ДАП і СР.

+Для отримання інтегральної оцінки за результатами блоку методів вивчення індивідуально-психологічних якостей (4-й рівень БОО «Адаптивність») сирі бали шкал поведінкової регуляції (ПР), комунікативного потенціалу (КП) і моральної нормативності (МН) підсумовуються і отримане значення переводиться за таблицею 6 у 10-бальну шкалу нормального розподілу (стени), а потім у рівень стійкості до бойового стресу.

Таблиця А.1

Правильні відповіді багаторівневого особистісного опитувальника
«Адаптивність – 200» (шкали 3-го рівня)

	ТАК	НІ
Достовірність		1,10,19,31,51,69,78,92,101, 116,128,138,148.
Поведінкова регуляція (ПР)	4, 6, 7, 8, 11, 12, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 28, 29, 30, 36, 37, 39, 40, 41, 47, 57, 60, 63, 65, 67, 68, 70, 73, 80, 82, 83, 84, 86, 89, 94, 95, 96, 98, 102, 103, 108, 109, 110, 111, 112, 113, 115, 117, 118, 119, 120, 122, 123, 124, 125, 127, 129, 131, 135, 136, 137, 139, 143, 146, 149, 153, 154, 155, 156, 157, 158, 161, 162	2, 3, 5, 23, 25, 32, 38, 44, 45, 52, 53, 54, 55, 58, 62, 66, 75, 87, 105, 132,134, 140
Комунікативний потенціал (КП)	9, 24, 27, 43, 46, 61, 64, 81, 88, 90, 99, 104, 106, 114, 121, 126, 133, 142, 151, 152	26, 34, 35, 48, 49, 74, 85, 107, 130, 144, 147, 159

Морально-етична нормативність (МН)	14, 22, 33, 42, 50, 56, 59, 71, 72, 77, 79, 91, 93, 141, 145, 150, 164, 165	13, 76, 97, 100, 160, 163
Військово-професійна спрямованість (ВПС)	166, 167, 168, 169, 170, 172, 173, 174, 175, 176, 177, 179, 180, 181, 183, 184, 185, 186, 187, 188, 190	171, 178, 182, 189
Схильність до девіантних форм поведінки (ДАП)	6, 9, 14, 15, 22, 36, 39, 42, 47, 50, 56, 59, 71, 72, 91, 93, 117, 127, 141, 145, 151, 152, 164, 191, 192, 193, 194, 195, 196, 197, 198, 199, 200	13, 100, 163.
Суїцидальний ризик	4, 8, 10, 28, 29, 39, 41, 47, 70, 84, 115, 119, 124, 136, 137, 149, 154, 155	32, 105

Слід зазначити, що даний інтегральний показник 4-го рівня БОО «Адаптивність» у літературі часто позначається як «Особистісний потенціал соціально-психологічної адаптації» (ОАП).

ОАП = ПР (сирі бали) + КП (сирі бали) + МН (сирі бали)

Показники додаткових шкал: ВПС, ДАП і СР не враховуються при загальному підрахунку особистісного адаптаційного потенціалу (ОАП), а є самостійними показниками.

При визначенні інтегральної оцінки особистісного адаптаційного потенціалу (ОАП) підсумовуються тільки сирі значення шкал ПР + КП + МН. Рівень військово-професійної спрямованості (ВПС), схильність до девіантних форм поведінки (ДАП) і суїцидального ризику (СР) визначаються окремо за спеціальними «ключами», з подальшим переведенням у стени.

Таблиця А.2

Переведення значень 4-го рівня БОО «Адаптивність-200»
(особистісний адаптаційний потенціал) у шкалу нормального розподілу

Найменування показника	С т е н и									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Сирі значення 4-го рівня «Адаптивність»	≥ 87	75-86	63-74	51-62	40-50	31-39	25-30	21-24	18-20	≤ 17

Таблиця А.3

Інтерпретація значень ОАП (4-й рівень БОО) при визначенні рівня стійкості до бойового стресу.

БОО	Стени	Рівень стійкості до бойового стресу
ОАП		
≥ 87	1	4 – низька стійкість до бойового стресу
75-86	2	
63-74	3	3 – задовільна стійкість до бойового стресу
51-62	4	
40-50	5	2 – достатня стійкість до бойового стресу

31-39	6	1 – висока стійкість до бойового стресу
25-30	7	
21-24	8	
18-20	9	
≤17	10	

1-Й РІВЕНЬ СТІЙКОСТІ ДО БОЙОВОГО СТРЕСУ. Високий рівень розвитку адаптаційних можливостей особистості. Повністю відповідає вимогам, що пред'являються до військовослужбовців в умовах бойової діяльності.

2-Й РІВЕНЬ СТІЙКОСТІ ДО БОЙОВОГО СТРЕСУ. Достатній рівень розвитку адаптаційних можливостей особистості. В основному відповідає вимогам, що пред'являються до військовослужбовців в умовах бойової діяльності.

3-Й РІВЕНЬ СТІЙКОСТІ ДО БОЙОВОГО СТРЕСУ. Задовільний рівень розвитку адаптаційних можливостей особистості. Мінімально відповідає вимогам, що пред'являються до військовослужбовців в умовах бойової діяльності.

4-Й РІВЕНЬ СТІЙКОСТІ ДО БОЙОВОГО СТРЕСУ. Недостатній рівень розвитку адаптаційних можливостей особистості. Не відповідає вимогам, що пред'являються до військовослужбовців в умовах бойової діяльності.

Таблиця А.4

Переведення у стандартні бали результатів, отриманих за шкалами 3-го рівня БОО «Адаптивність-200»

Стени	Основні шкали БОО			Додаткові шкали БОО		
	ПР	КП	МН	ВПС	ДАП	СР
1	≥ 57	≥ 23	≥ 17	18 - 25	≥ 25	≥ 15
2	56-46	22-20	16	16-17	21-24	14-10
3	45-35	19-18	15-14	14-15	18-20	9-7
4	34-27	17-15	13-12	11-13	15-17	6-5
5	26-19	14-13	11-10	8-10	12-14	4
6	18-13	12-11	9-8	5-7	10-11	3
7	12-9	10-9	7	4	8-9	2
8	8-6	8-7	6-5	2-3	6-7	1
9	5	6	4	1	4-5	0
10	0-4	0-5	0-3	0	0-3	0

Коротка інтерпретація результатів індивідуально-психологічного вивчення (третій рівень боо)

При значеннях шкали (Д = 0 - 5 балів) – ВИСОКА достовірність результатів обстеження.

При значеннях шкали (Д = 6 - 9 балів) – ДОСТАТНЯ достовірність результатів обстеження.

Окремі ознаки соціальної бажаності.

При значеннях шкали (Д ≥ 10 балів) – результати обстеження НЕДОСТОВІРНІ.

Формулювання висновку не уявляється можливим. Потрібне додаткове поглиблене обстеження. У даному випадку дані решти шкал не обраховувати.

Основні шкали методики БОО

1. Шкала поведінкової регуляції

Стени	Інтерпретація значень шкали ПР
10-8 стенив	Високий рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції. Високий рівень працездатності, у тому числі і в умовах вираженого стресу. Висока толерантність до несприятливих психічних і фізичних навантажень
7 стенив	Достатньо високий рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції. Достатньо високий рівень працездатності, у тому числі і в ускладнених умовах діяльності. Достатньо висока толерантність до психічних і фізичних навантажень. Достатньо висока стійкість до дії стрес-чинників
6 стенив	Достатній рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції. Достатній рівень працездатності, у тому числі і в ускладнених умовах діяльності. Достатня толерантність до психічних і фізичних навантажень. Достатня стійкість до дії стрес-чинників
5 стенив	В цілому достатній рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції. Стійкий рівень працездатності у звичних умовах життєдіяльності. При тривалій дії явних психічних навантажень можливо тимчасове погіршення якості діяльності
4 стени	Деяко понижений рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції. Нестабільний рівень працездатності, що особливо проявляється в ускладнених умовах діяльності. Адаптація до нових і незвичайних умов життєдіяльності ускладнена і може супроводжуватися тимчасовим погіршенням функціонального стану організму
3 стени	Окремі ознаки нервово-психічної нестійкості і порушення поведінкової регуляції. Недостатня толерантність до психічних і фізичних навантажень. Адаптація до нових умов життєдіяльності, як правило, ускладнена і може супроводжуватися тривалим погіршенням функціонального стану організму і професійної працездатності. При надзвичайно високих психічних навантаженнях можливий зрив професійної діяльності
2 стени	Виражені ознаки нервово-психічної нестійкості і порушення поведінкової регуляції. Низька толерантність до психічних і фізичних навантажень. Адаптація до нових умов життєдіяльності протікає хворобливо. Можливе тривале і виражене погіршення функціонального стану організму. Рівень професійної працездатності у даний період часу низький. При посиленні психічних навантажень достатньо вірогідний зрив професійної діяльності
1 стени	Вкрай високий рівень нервово-психічної нестійкості. Ознаки граничних нервово-психічних розладів. Вкрай низька толерантність до психічних і фізичних навантажень.

	Адаптація до нових умов життєдіяльності протікає дуже хворобливо з тривалим і вираженим погіршенням функціонального стану організму. Працездатність у даний період часу різко знижена. Посилення психічних навантажень приводить до зриву професійної діяльності
--	--

2. Шкала комунікативного потенціалу

Стени	Інтерпретація значень шкали КП
10-8 стенів	Високий рівень комунікативних здібностей. Швидко адаптується у новому колективі. Легко встановлює контакти з оточуючими. У міжособистісному спілкуванні неконфліктний. Завжди адекватно оцінює свою роль і правильно будує міжперсональні взаємостосунки у колективі
7 стенів	Достатньо високий рівень комунікативних здібностей. Достатньо швидко адаптується у новому колективі. При встановленні міжособистісних контактів з оточуючими, як правило, не зазнає труднощів. У спілкуванні не конфліктний. У більшості випадків адекватно оцінює свою роль в колективі. На критику реагує адекватно. Достатня здатність до корекції поведінки
6 стенів	Достатній рівень комунікативних здібностей. Достатньо швидко адаптується у новому колективі. При встановленні міжособистісних контактів з оточуючими, як правило, не зазнає труднощів. У спілкуванні не конфліктний. У більшості випадків адекватно оцінює свою роль в колективі. На критику реагує адекватно. Достатня здатність до корекції поведінки
5 стенів	Рівень комунікативних здібностей середній. У цілому без особливих ускладнень адаптується до нового колективу. При встановленні міжособистісних контактів з оточуючими іноді може неправильно будувати стратегію своєї поведінки. Разом з тим, до критичних зауважень відноситься адекватно, здатний коригувати свою поведінку. У спілкуванні не конфліктний. Достатньо адекватно оцінює свою роль у колективі
4 стени	Задовільний рівень комунікативних здібностей. На початковому етапі адаптації до нового колективу можуть виникати ускладнення. Не завжди правильно будує міжперсональні взаємостосунки, зважаючи на деяку неадекватність самооцінки. На критичні зауваження на свою адресу в основному реагує адекватно, хоча і дещо хворобливо. В цілому здатний до корекції своєї поведінки
3 стени	Понижений рівень комунікативних здібностей. Наявність окремих ознак акцентуації характеру. На початковому етапі адаптації до нового колективу виникають значні ускладнення. Міжперсональні взаємостосунки (як по горизонталі, так і по вертикалі) часто будує неправильно. Хворобливо реагує на критику. Недостатньо розвинута здатність до корекції своєї поведінки
2 стени	Рівень комунікативних здібностей низький. Наявність ознак акцентуації характеру. Початковий етап адаптації до нового колективу розтягнутий у часі і, як правило, протікає вельми хворобливо. Часто виникають ускладнення в побудові міжособистісних контактів з оточуючими, зважаючи на наявність неадекватної самооцінки. Схильність до підвищеної конфліктності. Хворобливо реагує на критику. Фіксований на образах, що заподіяні йому оточуючими. Недостатньо розвинута здатність до корекції поведінки
1 стени	Вкрай низький рівень комунікативних здібностей. Наявність виражених ознак акцентуації характеру. Адаптація до нового колективу протікає тривало і у край

	хворобливо. Постійно випробовує утруднення в побудові міжособистісних контактів з оточуючими. Високий рівень конфліктності. Колективом, як правило, відкидаємо. Фіксований на образах, заподіяних оточуючими, унаслідок чого схилений до ірраціональних вчинків. Вкрай низька здатність до корекції поведінки
--	---

3. Шкала морально-етичної нормативності

Стени	Інтерпретація значень шкали МН
10-9 стенів	Дуже високий рівень соціалізації. Суворо орієнтований на загальноприйняті і соціально схвалювані норми поведінки. Суворо дотримується корпоративних вимог. У повсякденній діяльності групові інтереси ставить вище особистісних. Виражені альтруїстські якості
8 стенів	Високий рівень соціалізації. Суворо орієнтований на загальноприйняті і соціально ухвалені норми поведінки. Схильний дотримуватися корпоративних вимог. У повсякденній діяльності групові інтереси ставить вище особистісних
7 стенів	Достатньо високий рівень соціалізації. Орієнтований на дотримання загальноприйнятих і соціально ухвалених норм поведінки. Дотримується корпоративних вимог. У повсякденній життєдіяльності групові інтереси, як правило, переважають над особистісними інтересами
6 стенів	Достатній рівень соціалізації. У цілому орієнтований на дотримання загальноприйнятих і соціально ухвалених норм поведінки. У цілому дотримується корпоративних вимог. В повсякденній життєдіяльності групові інтереси, як правило, переважають над особистісними інтересами
5 стенів	В цілому достатній рівень соціалізації. Прагне дотримуватися загальноприйнятих і соціально ухвалених норм поведінки. У повсякденній життєдіяльності групові інтереси, як правило, переважають над особистісними інтересами
4 стени	Задовільний рівень соціалізації. Не завжди орієнтований на дотримання загальноприйнятих і соціально ухвалених норм поведінки. У повсякденній життєдіяльності особистісні інтереси, як правило, переважають над груповими
3 стени	Недостатній рівень соціалізації. В цілому не прагне дотримуватися загальноприйнятих норм поведінки і соціально ухвалених вимог. В повсякденній життєдіяльності особистісні інтереси переважають над груповими
2 стени	Низький рівень соціалізації. Не прагне дотримуватися загальноприйнятих норм поведінки. В основному вважає за краще діяти згідно власних планів, не орієнтуючись на думку оточуючих. В повсякденній життєдіяльності переважають егоцентричні тенденції. Особистісні інтереси переважають над інтересами групи. Досягнення особистісних інтересів може здійснювати в обхід існуючих заборон і правил
1 стени	Вкрай низький рівень соціалізації (значно відмінний від номінальних значень для даної вікової групи). Вважає за краще діяти згідно власних планів, не рахуючись з думкою оточуючих. Особистісні інтереси домінують над груповими. Для досягнення особистісних інтересів ігноруються загальноприйняті норми і правила поведінки

Додаткові шкали БОО «Адаптивність-200»

1. Шкала військово-професійної спрямованості

Стени	Інтерпретація значень шкали ВПС
-------	---------------------------------

10-8 стенів	Високий рівень військово-професійної спрямованості. Виражене бажання продовжувати професійну діяльність, у тому числі і в особливих умовах
7-6 стенів	Достатній рівень військово-професійної спрямованості. Стійка орієнтація на продовження професійної діяльності, у тому числі і в особливих умовах
5 стенів	В цілому достатній рівень військово-професійної спрямованості. Орієнтований на продовження професійної діяльності, у тому числі і в особливих умовах
4 стени	Недостатній рівень військово-професійної спрямованості. Не повною мірою задоволений своєю військовою професійною діяльністю і службовим призначенням. Орієнтація на продовження професійної діяльності сумнівна
3-1 стени	Низький рівень військово-професійної спрямованості. Не задоволений своєю військовою професійною діяльністю і службовим призначенням

2. Шкала схильності до девіантних форм поведінки

Стени	Інтерпретація значень шкали ДАП
10-6 стенів	Відсутність ознак девіантних (аддиктивної і делинквентної) форм поведінки. Відсутність ознак агресивної поведінки відносно оточуючих. Орієнтація на дотримання соціально ухвалених норм поведінки і раціональну побудову міжперсональних взаємостосунків з ровесниками і із старшими за віком
5 стенів	В цілому виражені ознаки девіантних (аддиктивної і делинквентної) форм поведінки відсутні. Відмічається наявність окремих ознак нераціональної побудови міжперсональних взаємостосунків з ровесниками і із старшими за віком. Іноді допускає порушення соціально ухвалених норм поведінки
4-3 стени	Відзначено наявність деяких ознак девіантних (аддиктивної і делинквентної) форм поведінки. Наявність агресивних реакцій відносно оточуючих. Схильність до нераціональної побудови міжперсональних взаємостосунків з ровесниками і із старшими за віком. Схильний допускати порушення соціально ухвалених норм поведінки
2-1 стени	Наявність виразних ознак девіантних (аддиктивної і делинквентної) форм поведінки. Наявність виражених агресивних реакцій відносно оточуючих. Як правило, міжперсональні взаємостосунки з ровесниками і із старшими за віком буде нераціонально. Не орієнтований на дотримання соціально ухвалених норм поведінки.

3. Шкала суїцидального ризику

Стени	Інтерпретація значень шкали СР
10-6 стенів	Відсутність ознак суїцидального ризику.
5 стенів	В цілому виразних ознак суїцидальної схильності не виявлено. Наголошується наявність окремих ознак, що свідчать про певні труднощі в міжперсональних взаємостосунках з ровесниками і (або) із старшими по віку
4-3 стени	Відзначена наявність окремих ознак суїцидальної схильності. За наявності затяжної військово-професійної адаптації або труднощів у міжперсональних взаємостосунках з ровесниками і із старшими за віком можуть виникнути думки суїцидальної спрямованості.
2-1 стени	Відзначена наявність виразних ознак суїцидальної схильності. За наявності затяжної військово-професійної адаптації або труднощів в міжперсональних взаємостосунках з ровесниками і із старшими по віку можуть виникнути думки про суїцидальний шантаж або закінчені суїцидальні дії.

Додаєлк Б

Опитувальник К. Роджерса для визначення адаптованості

/ незадапованості особистості

Наведений варіант діагностичного питальника К. Роджерса призначений для виявлення рівня успішності соціально-психологічної адаптації.

У запропонованому для роботи переліку частина тверджень характеризує особистість як адаптовану, тобто достатньо успішно пристосовану до умов навколишнього соціального середовища. Природно, що це постійний процес, оскільки соціальне середовище весь час змінюється. Тому ознакою адаптації вважають збереження людиною здатності до подальшого розвитку і змін: змінювати звички, формувати нові навички, розвивати вміння, які б могли допомогти в нових умовах.

Така сама кількість тверджень характеризує неадапованість людини, тобто відсутність певної соціально-психологічної гнучкості при зміні ситуації, в якій вона перебуває. Така людина продовжує жити так, як жила раніше, незважаючи на те що життя істотно змінилося. Тому природно, що, не змінюючись і не бажаючи змінюватись, вона відстає від соціального оточення, відчуває чимало труднощів.

Інструкція

На всі запропоновані в основному варіанті питальника твердження слід відповісти «так» чи «ні» залежно від того, наскільки ці твердження стосуються вас. Слід прочитати всі твердження і дати відповіді. Тільки тоді результат буде об'єктивним.

Я висуваю до себе підвищені вимоги. В мене великі і серйозні життєві плани. Я прагну постійно вдосконалювати свої знання, формувати якості і вміння, необхідні для досягнення цих цілей.

Я часто сам картаю себе за те, що роблю.

1. Перед людьми, які мене оточують, я ховаю своє обличчя під маскою, щоб приховати те, що в мене на душі.

2. Я часто відчуваю свою меншовартість серед моїх однолітків, у спілкуванні з педагогами, колегами, іншими людьми. Мені здається, що до мене ставляться дещо зневажливо, недостатньо поважають мене, не бачать у мені особистості.

3. У мене теплі, хороші стосунки з однокурсниками, педагогами, з людьми взагалі. Я майже ніколи не конфлікую з ними. Я доброзичлива і рівна в спілкуванні людина.

4. У всіх невдачах, які переслідують мене в житті, я звинувачую тільки себе.

5. Я сумніваюся в тому, що можу сподобатись кому-небудь з дівчат (юнаків).

6. Я відчуваю, що мої зусилля у навчанні, роботі, спілкуванні марні. Я не можу здійснити тих планів, яких прагну.

7. Я відповідальна людина. На мене можна в усьому покластися.

8. Я можу прийняти більшу частину правил і вимог, яких мають дотримуватися люди.

9. Мені бракує власних переконань і правил.

10. У мене часто виникає почуття, нібито я злий на весь світ, усім незадоволений, до всіх чіпляюся, постійно дратуюся, можу зіпсувати настрій тим, хто мене оточує. Важко стримуватися в таких випадках.

11. Я вмю керувати собою і своїми вчинками, наприклад, цілковито відключатися від багатьох розваг, цікавих і привабливих справ у той час, коли потрібно напружено працювати (наприклад, готуватися до контрольної роботи, іспиту або звіту). Самоконтроль для мене не проблема.

12. Усі люди, з якими мені доводилося зустрічатися в житті, як правило, подобаються мені.

13. Мені зараз, у цю хвилину, дуже не по собі. Хочеться все кинути, куди-небудь заховатися.

14. Я схильний бути насторожі з тими людьми, хто чомусь поводить ся зі мною більш по-приятельському, ніж я очікую.
15. Я завжди дотримуюся своїх обіцянок, навіть якщо це мені не вигідно.
16. Я завжди кажу тільки правду.
17. Я ніколи не запізнююся.
18. Усі свої звички я вважаю хорошими.
19. Я завжди легко, вільно і невимушено висловлюю свої почуття в спілкуванні з дорослими, однолітками, маленькими дітьми. Я розкутий, незалежний. Спілкування для мене - задоволення; в ньому я можу розкрити себе, цілковито виявити свою індивідуальність.
20. Найчастіше я легко знаходжу спільну мову з тими, хто мене оточує.
21. Найчастіше в житті я відчуваю себе не ведучим, а веденим: мені не завжди вдається думати і діяти самостійно. Є такі люди, які своєю волею здатні підкорити мене собі.
22. Я відчуваю якусь безпорадність, невпевненість. Мені потрібно, щоб хто-небудь був поряд зі мною, постійно підказував, радив, контролював і підтримував мене.
23. Мені найважче боротися із самим собою.
24. У душі я оптиміст і вірю в краще в усіх сферах життя - в навчанні, в стосунках у колективі, в особистому житті.
25. Навіть тоді, коли мені здається, що мої рішення самостійні, вони все-таки прийняті під впливом інших людей.
26. Я відчуваю неприязнь, антипатію до того, що оточує мене.
27. Більшість людей, які мене знають, добре до мене ставляться, люблять і поважають мене.
28. У мене гарна фігура.
29. Я вибитий з колії. Не можу зібратися, взяти себе в руки, зосередитися, організувати себе для того, щоб моя праця стала ефективнішою, давала мені справжнє задоволення.
30. Я відчуваю млявість, апатію на заняттях (на роботі). Спочатку мені було на них цікаво, а тепер я до них збайдужів. Я не відчуваю піднесення, натхнення і радості від своєї роботи.
31. Найчастіше я можу прийняти рішення і твердо слідувати йому.
32. Я всім задоволений: собою, стосунками з людьми, успіхами в навчанні.
33. Я не дуже довіряю своїм відчуттям, інколи вони мене зраджують.
34. У колі незнайомих людей мені досить важко бути самим собою.
35. Я врівноважений, спокійний, у мене завжди рівний настрій.
36. Я імпульсивний: поривчастий, нетерплячий, запальний.
37. Мені здається, що я бачу те, що відбувається зі мною, не зовсім так, як воно є насправді. Замість того щоб розважливо глянути фактам в обличчя, тлумачу їх на свій лад, вигадую зайве, тобто моє сприйняття не можна назвати реалістичним.
38. Я намагаюся ніколи не замислюватися над своїми проблемами.
39. Я розважлива, послідовна людина. Мені здається, що здебільшого я поведжуся розумно.
40. Я терплячий у своєму ставленні до людей і приймаю кожного таким, який він є.
41. Я сором'язливий, легко знічуюся.
42. Мені обов'язково потрібні нагадування, підштовхування, щоб довести справу до кінця.
43. Я вважаю себе цікавою, ерудованою людиною, помітною, привабливою як особистість.
44. Я честолюбний. Небайдужий до успіхів, похвали. У тому, що я вважаю важливим, мені треба бути серед найкращих.
45. У процесі навчання, роботи я ні в чому не можу виявити себе, продемонструвати свої здібності, свою індивідуальність, своє «Я».

46. Я відчуваю зневагу до себе зараз.
47. Буває, що я поширюю плітки.
48. Буває, що я говорю про речі, на яких зовсім не розуміюся.
49. Інколи я люблю вихвалитися.
50. У мене бувають такі думки, якими я ні з ким не хотів би поділитися.
51. Я діяльний, енергійний, ініціативний.
52. Загалом я ставлюся до себе добре, яким би я не був.
53. Коли у мене псуються стосунки з кимось із однолітків, мені неприємно, що про це стане відомо всім.
54. Я довго не можу прийняти рішення, а потім сумніваюсь у його правильності.
55. Я наполегливий, напористий. Мені завжди важливо наполягти на своєму.
56. Я незадоволений собою.
57. Я в якійсь розгубленості, все переплелось, змішалось в мене.
58. Я невдаха. Мені просто в усьому не щастить.
59. Я приємна, симпатична, приваблива людина.
60. Я, може, й не дуже гарний (-а) собою, але подобаюся дівчатам (хлопцям) як людина і як особистість.
61. Я зневажливо ставлюся до будь-якого спілкування з дівчатами (жінками).
62. Я зневажливо ставлюся до будь-якого спілкування з хлопцями (чоловіками).
63. У мене легко і спокійно на душі, немає нічого, що сильно хвилювало б мене.
64. Я вмю наполегливо працювати, якщо це потрібно.
65. Я часто буваю стривожений, стурбований, напружений і на заняттях (на роботі), і в спілкуванні.
66. Щоб змусити мене щось зробити, треба як слід наполягти - і я поступлюся, зламаюся.
67. Я відчуваю, що змінююсь, расту, дорослішаю. Мої відчуття стають більш зрілими.
68. Я вважаю себе розумним, таким, що вмє розважливо аналізувати й оцінювати себе та інших.
69. Я відчуваю невпевненість у собі майже завжди і в усьому.
70. Я часто змушений захищати себе, шукати виправдання і обґрунтування своїх вчинків.
71. Я прагну покладатися на власні сили, не розраховуючи на чийсь допомогу завжди і в усьому.
72. Я відрізняюся від інших людей.
73. Я не поважаю себе.
74. Я безнадійний. Приймаю рішення і тут же їх порушую. Зневажаю своє безсилля, а вдіяти із собою нічого не можу. В мене немає волі і немає бажання її виробити.
75. Мені все зрозуміло в собі. Я добре себе розумію.
76. Я товариська і відверта людина, легко сходжуся з навколишніми.
77. Я не дуже надійний. На мене не в усьому можна покластися.
78. Мені здається, що в колективі мене недостатньо поважають.
79. Мої сили і здібності цілком відповідають тим цілям, які я ставлю перед собою.
80. Мої думки занадто займає особиста сфера, яка може серйозно вплинути на мої успіхи у навчанні, роботі.

«Ключ»

Шкала об'єктивності (відвертості відповідей): відповіді «так» на твердження 17, 18, 19, 20, відповіді «ні» на твердження 49, 50, 51, 52. Якщо збіглося більше половини відповідей, то всі інші результати потребують певного коригування щодо відвертості відповідей з боку тестованого.

Шкала адаптованості: ствердні відповіді на запитання

1, 2, 5, 6, 9, 10, 13, 14, 21, 22, 25, 26, 29, 30, 33, 34, 37, 38, 41, 42, 45, 46, 53, 54, 57, 58, 61, 62, 65, 66, 69, 70, 73, 74, 77, 78, 81.

Шкала дезадаптованості: ствердні відповіді на запитання

3, 4, 7, 8, 11, 12, 15, 16, 23, 24, 27, 28, 31, 32, 35, 36, 39, 40, 43, 44, 47, 48, 55, 56, 59, 60, 63, 64, 67, 68, 71, 72, 75, 76, 79, 80, 82.

Загальний показник адаптованості визначається відношенням суми ствердних відповідей за шкалою адаптованості до суми ствердних відповідей за шкалою дезадаптованості. Що вище отриманий коефіцієнт, то вище рівень соціально-психологічної адаптованості індивіда.

Визначити особливості соціально-психологічної дезадаптованості (причини, що зумовлюють найгостріші форми переживання) можна за допомогою додаткової шкали, побудованої за принципом незакінчених речень. Отримані в результаті матеріали здебільшого дають якісну інформацію, опрацювання якої досить складне. Тому використовувати її доцільно насамперед для самоаналізу.

Додаткова шкала питальника К. Роджерса

Інструкція

Вам треба, прочитавши уважно запропоновані речення, закінчити їх таким чином, щоб вони були логічно завершеними. Безумовно, закінчення має стосуватися вас, ваших типових проявів і звичок.

1. Я відчуваю внутрішню незручність і ніяковість, коли спілкуюся з людьми, у тому числі з однокурсниками (колегами по роботі). Це відбувається тому, що...
2. Я люблю змагання: дух суперництва, боротьби. Прагну бути одним з найкращих у...
3. Я багато в чому живу поглядами, правилами і переконаннями моїх однолітків (людей мого покоління). Проте не поділяю поглядів і переконань щодо...
4. Я люблю мріяти - іноді навіть удень. Це може бути безпосередньо на заняттях (під час праці): я відволікаюся, і мені важко повернутися від мрії до реальності. Найчастіше я мрію...
5. У мене часто псується настрій: раптом охоплює глибокий смуток, нудьга. Найчастіше це буває...
6. Мене не дуже хвилює все, що стосується інших. Я занурений у свої інтереси, турботи. Мені нецікаво брати участь у колективних заходах, тому що...
7. Якщо я перебуваю серед великої кількості людей, мені буває самотньо, тому що...
8. Я непоступливий і неподатливий. Таких, як я, називають упертими людьми. Проте я можу бути поступливим, якщо...
9. Я критичний до всіх, хто мене оточує, - до однокурсників, педагогів, людей взагалі - і засуджую їх переважно за ...
10. Я часто відчуваю провину перед людьми, з якими спілкуюся вдома, у школі, в інституті, на роботі. Найчастіше це буває після...
11. Розізлившись, я нерідко втрачаю самовладання. Тоді я, як правило, ...
12. Я часто відчуваю себе ображеним. Головна причина ...
13. Я відчуваю внутрішню перевагу перед іншими людьми в ...
14. Мене постійно цікавить і непокоїть, що думають про мене ті, хто мене оточує, передусім...
15. У мене завжди вистачає сил зустрітися в обличчя з труднощами чи складними ситуаціями. Найчастіше я...
16. Я за вдачею ватажок і вмію впливати на інших. Особливо мені подобається...
17. Я м'який, поступливий у стосунках з іншими. Особливо легко мені...
18. Відчуття скутості, власної несвободи виникають у мене, коли...

Результати роботи над додатковою шкалою можна використати для організації колективного обговорення. З цією метою всі члени групи пишуть свої варіанти відповідей (кожну на окремому аркуші) і потім, не підписуючись, складають разом з іншими відповідно до номера. Отримані матеріали дають достатню інформацію для групової дискусії. Можна обговорити такі аспекти, як домінуючі тенденції в групі та їх вплив на самосприйняття осіб з різними проявами дезадаптації. Успіх обговорення залежатиме від гнучкості викладача, його вміння орієнтуватися в ситуації. Наприклад, може виявитися, що на твердження 16 не отримано жодної ствердної відповіді. Тоді аналіз здійснюється у такому напрямі: життя групи, в якій ніхто не вважає себе лідером, причини такого становища, що заважає визначенню лідерів тощо. Якщо «ватажком» відчуває себе більшість, аналіз слід спрямувати на те, як це впливає на стан тих членів групи, які недостатньо адаптовані до соціального середовища. Доцільно обговорити співвідношення зовнішніх і внутрішніх чинників, які зумовлюють адаптованість і неадаптованість окремих індивідів, способи подолання неадаптованості або пов'язаних з нею переживань.