

ЩОДО ПИТАННЯ ПРО КОПІНГ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІД ЧАС ВЕДЕННЯ БОЙОВИХ ДІЙ

Мельник Олександр Миколайович

науковий співробітник

*Український науково-дослідний інститут спеціальної техніки та судових експертиз
Служби безпеки України, Україна*

Сучасні студії, присвячені дослідженню стрес-факторів військовослужбовців та профілактиці їх психологічної травматизації під час службово-бойової діяльності, вимагають новітніх підходів до уточнення та тлумачення природи копіngu, яке раніше вже аналізувалося. Незважаючи на той факт, що дослідники (Т. Є. Храбан, І. Клінгенберг, Ш. Зюсс та інші) неодноразово присвячували свої наукові розвідки копінгстратегіям, сучасній науці бракує робіт, в яких висвітлювалось питання генези цього явища.

Дослідження зорієнтовано на розгляд особливостей копіngu військовослужбовців під час ведення бойових дій. Метою представленого дослідження є критичний аналіз підходів до інтерпретації природи копіngu. Наукова новизна полягає у спробі узагальнення та унормування різноманітних поглядів на копінг військовослужбовців.

Ведення на теренах сучасної України бойових дій характеризується надекстремальним впливом на психіку військовослужбовців, які зазнають психологічної травматизації після потужного психоемоційного потрясіння, що може у майбутньому спричинити комплекс посттравматичних стресових розладів. Когнітивні процеси та дії, які спрямовані на подолання труднощів, таких як подолання стресу, німецькі дослідники І. Клінгенберг І. та Ш. Зюсс [4.] називають «копіngом», у той час як учені О. Войцеховська та Г. Закалик [1, с. 101] у своїй науковій праці, присвяченій вивченню сучасних напрямів психологічних досліджень копінгстратегій особистості, вкладають у це поняття «когнітивні, емоційні та поведінкові зусилля, спрямовані на подолання труднощів у процесі взаємодії людини з довкіллям», причому зауважують, що «когнітивні зусилля особи скеровано на аналіз проблеми, складання можливого плану дій, пошук альтернативних варіантів виходу із ситуації тощо. За допомогою емоційних зусиль людина контролюватиме свої переживання, шукатиме емоційну підтримку в оточення. Поведінкові зусилля дають змогу особі досягти бажаного результату». Таким чином, копінг — це процес, за допомогою якого люди намагаються впоратися з викликами, стресом або конфліктами. Це може включати різні методи адаптації, такі як: зміна свого способу мислення про проблему, активне вирішення проблем, використання соціальної підтримки або навіть використання відволікання або відмови від проблеми.

Оскільки «в умовах перманентних криз, вікових, деприваційних, екзистенційних, деструкцій та загроз на національному й глобальному рівнях, фрустрацій і перешкод у реалізації важливих життєвих цілей, емоційного напруження і стресів ментальний стан людей не є стабільним» [2, с. 141], вважаємо за необхідне зазначити, що «майбутні дослідження в галузі використання копінг-стратегій мають бути спрямовані на вивчення культурно прийнятних методів та прийомів надання психологічної допомоги цивільному населенню, яке постраждало від військових конфліктів» [3, с. 72].

Список використаних джерел:

1. Войцеховська О. Сучасні напрями психологічних досліджень копінг-стратегій особистості / О. Войцеховська, Г. Закалик // *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2016. № 2. С. 95-104.
2. Лазебна О. А. Каламбур як засіб реалізації гумору (на матеріалі німецької мови). *Актуальні питання гуманітарних наук: міжвузівський збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка*. Вип. 69. Дрогобич, 2023. С. 140-143. DOI: <https://doi.org/10.24919/2308-4863/69-2-22>.
3. Khraban T. E. Adoption of coping strategies by Ukrainian civilians in the first fifteen days after the outbreak of military conflict in 2022. *Insight: the psychological dimensions of society*. 2022. 7. 59-74. DOI: 10.32999/2663-970X/2022-7-5
4. Klingenberg I., Süß S. Coping und Resilienz. Individuelle Handlungen und persönliche Eigenschaften zur Stressbewältigung. in: *Wirtschaftswissenschaftliches Studium*. 49 (4/2020). S. 18-22.