

References:

1. Albanese O., Pepe A., Fiorilli C., Gabola P. Emozioni, supporto sociale ed esaurimento emotivo negli insegnanti: una relazione complessa. *Psicologia e Scuola*, 2014. Vol. 31, pp. 15-21.
2. Alhija F. N. A., Fresko B. Socialization of new teachers: does induction matter? *Teach. Teach. Educ.*, 2010. Vol. 26, pp. 1592-1597.
3. Argyle A. M. *The Psychology of Happiness*. London: Methuen, 1997.
4. Andrews F. M., Withey S. B. *Social Indicators of Well-Being: America's Perception of Life Quality*. New York: Plenum Press, 1986.
5. Beck A. T. *Depression: Clinical, Experimental and Theoretical Aspects*. New York: Harper and Row, 1967.
6. Bem D. J., Allen A. On predicting some of the people some of the time: The search for cross-situational consistencies in behaviour. *Psychological Review*, 1974. Vol. 81, pp. 506-512.
7. Duan J. H. Trial results and analysis of total happiness scale in Chinese college students. *Clinic Psychology*. 1996. Vol. 4, pp. 56-57.

Павлова Ю. О.,
професор кафедри теорії і методики фізичної культури
Львівського державного університету
фізичної культури імені Івана Боберського,
доктор наук, професор (м. Львів)

Боднар І. Р.,
завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури
Львівського державного університету
фізичної культури імені Івана Боберського,
доктор наук, професор (м. Львів)

Крижановський В. О.,
аспірант кафедри теорії і методики фізичної культури
Львівського державного університету
фізичної культури імені Івана Боберського (м. Львів)

Швець В. В.,
аспірант кафедри теорії і методики фізичної культури
Львівського державного університету
фізичної культури імені Івана Боберського (м. Львів)

ПСИХОФІЗИЧНИЙ СТАН КУРСАНТІВ МАЙБУТНІХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ-ПРАВООХОРОНЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

Pavlova Yu. O., Bodnar I. R., Kryzhanovkyi V. O., Shvets V. V. Psycho-physical condition of future military officers-law enforcement cadets in the conditions of war
Keywords: *physical fitness, psychophysical fitness, cadets, profile*

Типові умови професійної діяльності військовослужбовців- правоохоронців вимагають особливої психофізичної підготовленості [1]. Складовими психофізичної готовності військовослужбовців-правоохоронців є фізична підготовленість,

когнітивні функції, адаптаційні можливості [2-3]. Необхідним аспектом їхньої готовності є психологічна стійкість. Взаємодія цих чинників забезпечує високоефективне здійснення військовими правоохоронцями професійної діяльності.

Війна – одна з найважчих травматичних подій, які може пережити людина. Розуміння прийомів, копінг-стратегій, які використовують курсанти, тобто майбутні військовослужбовці-правоохоронці щоб справитися зі складними, часом травматичними життєвими обставинами, відображає їх рівень адаптивності, дозволяє краще прогнозувати використання таких адаптивних стратегій у складних і непередбачуваних умовах, зокрема службово-професійних. Водночас це цінна інформація для подальшого удосконалення процесу професійної підготовки у закладах вищої освіти.

Проведено оцінювання фізичної підготовленості, ментального стану та психологічної стійкості курсантів закладів вищої освіти Національної гвардії України (n = 282, вік – 18-37 років). Серед проаналізованих показників – соціально-демографічні дані (вік, стаж військової служби, тривалість занять спортом), параметри ментального стану (особистісна і ситуативна тривожність, копінг-стратегії), суб’єктивне благополуччя. У цій роботі для вивчення мотиваційних профілів було використано особистісно-орієнтований підхід відповідно до якого індивіда розглядаємо як єдине ціле, а окремі ознаки/інтерактивні елементи функціонують разом та утворюють динамічні моделі [4]. Для отримання окремих профілів за використовували кластерний аналіз.

На основі даних фізичної підготовленості курсантів виокремлено 5 окремих профілів, їх характеристики подані у табл. 1.

До першого профіля (18 % осіб від загальної вибірки) належать курсанти, які мають найдовшу тривалість військової служби та є спортсменами-початківцями. Рівень їх фізичної підготовленості найнижчий, за результатами 4-х вправ вони показали найгірші результати. Ця група респондентів відрізняється найсильнішою афективною реакцією на ситуацію (війну) і найнижчим рівнем опірності до стресу.

Таблиця 1

Фізична підготовленість, ментальний стан та благополуччя курсантів

Показники	Загальні дані	Перший профіль	Другий профіль	Третій профіль	Четвертий профіль	П'ятий профіль
<i>Дані використані для утворення профілів за допомогою кластерного аналізу</i>						
Стаж занять спортом, років	3,65	1,55	3,38	4,15	4,37	3,20
Тривалість військової служби, років	3,81	4,67	4,11	3,70	4,01	4,13
Підйом переворотом, разів	7,71	56,71	31,99	28,54	33,28	26,17
Підтягування на перекладині, разів	14,71	6,37	8,07	10,75	5,61	12,92
Метання гранати, м	36,67	13,98	15,42	16,97	12,55	17,75
Комплексна силова вправа, разів	51,10	36,95	36,13	35,68	33,34	55,08

Показники	Загальні дані	Перший профіль	Другий профіль	Третій профіль	Четвертий профіль	П'ятий профіль
Стрільба з пістолета, очок	2,72	52,4	51,58	50,57	48,5	56,92
Смуга перешкод (200 м), с	127,42	2,73	2,75	2,82	2,59	2,92
Човниковий біг 10x10 м, с	36,20	112,38	102,25	163,4	127,53	111,92
<i>Дані використані для додаткового аналізу результатів кластеризації</i>						
Суб'єктивне благополуччя	С	С	С-ВС	С-НС	С	С
Реактивна тривожність	В	В	В	В	В	В
Особистісна тривожність	В	В	В	В	В	В
Злість	С	С	С	С	С	С
Депресія	С	С	С	С	С-Н	С
Тривожність	С-Н	С	С	С	С-Н	С
Конфронтаційний копінг	С-Н	Н	Н-С	С-Н	Н	С-Н
Дистанціювання	Н	Н	С-Н	С	Н	Н-С
Самоконтроль	С	С	С	С	С-Н	С
Пошук підтримки	С	Н	С-Н	С	Н-С	С-Н
Прийняття відповідальності	Н	Н	Н	Н	Н	Н
Втеча уникнення	С-Н	С-Н	С-Н	С	Н	С
Планування вирішення проблеми	С	С	С	С	С	С
Позитивна переоцінка	С	С-Н	С	С	С-Н	С

Примітки: 1. - найнижчі - середні - найвищі показники стосовно інших кластерів;
2. В – високий, ВС – вищий середнього, С – середній, НС – нижчий середнього, Н – низький рівень показників.

Вони найгостріше сприймають ситуацію як небезпечну, гірше долають труднощі та відстоюють власні інтереси, неготові до ризику, їм бракує сили волі, для подолання негативних переживань схильні застосовувати тактику знецінювання проблеми. Ці курсанти докладають відносно найменше зусиль у пошуку фізичної, інформаційної чи емоційної підтримки соціуму. Вони не сформували у себе стереотипу прийняття рішень у стресовій ситуації, не схильні аналізувати свою поведінку і неготові шукати причини проблем у власних вадах і упущеннях.

Другий профіль (33 % осіб від загальної вибірки) охоплює курсантів із найвищим рівнем суб'єктивного благополуччя. Вищим від середнього був рівень фізичної підготовленості, зокрема результат долання смуги перешкод був найкращим. Контроль емоцій у них – відносно найвищий, що характеризує цих осіб як найбільш стресостійких. Для цього профіля характерне високе усвідомлення своєї ролі у виникненні проблеми та відповідальності за її вирішення.

Третій профіль (13 % осіб від загальної вибірки) охоплює осіб з найменшим терміном військової служби. Показник суб'єктивного благополуччя є нижче від середнього рівня, характеризує цю групу, як найменш задоволену

життям. Фізична підготовленість в загальному можна охарактеризувати як нижчу середньої, особливо низьким є результат долання смуги перешкод. Курсанти, які належать до цього профілю здатні справлятися з тривогою, виявляти активність і заповзятливість, опиратися труднощам, ризикувати, відстоювати власні інтереси, зокрема і у агресивний спосіб, схильні недооцінювати асертивні можливості подолання проблемних ситуацій. У зв'язку із проблемами з плануванням та прогнозуванням результатів вони відрізняються відносно найменшою раціональністю поведінки. Під час вибору стратегій дій посилено шукають можливості використання інформаційної, емоційної та фізичної підтримки; здатні стримувати емоції, надмірно контролювати поведінку (через надмірну вимогливість до себе).

Четвертий профіль (30 % осіб від загальної вибірки) утворюють курсанти, які мають найдовший стаж занять спортом (4-6 років). Проте рівень їхньої фізичної підготовленості – середній, а, наприклад, результат метання гранати – найслабший. Рівень реактивної тривожності у них був найнижчим, чим можна пояснити низькі показники різних копінг-стратегій. Водночас, це може також свідчити і про недостатність активного протистояння, залежну позицію та/або надмірні очікування від оточення. Частина копінг-стратегій – середнього рівня, що свідчить про ефективний контроль емоцій та поведінки, можливість цілеспрямованого та планомірного вирішення проблемної ситуації, прагнення до особистісного розвитку.

П'ятий профіль (6 % осіб від загальної вибірки) характеризується середніми показниками за параметрами ментального стану. Проте практично усі показники фізичної підготовленості курсантів цієї групи найвищі, за винятком результатів долання смуги перешкод.

З урахуванням характерних для кожного профіля особливостей вважаємо перспективним розроблення програми тренувальних занять і інших заходів для оптимізації фізичної підготовленості курсантів.

Список використаних джерел:

1. Кудар К. В. Психологічні особливості професійного здоров'я правоохоронців після несення служби в нетипових умовах: дис. ... канд. психол. наук за спец. 19.00.06. Харків: ХНУВС, 2018.
2. Пічурін В. В. Теоретико-методологічні основи психофізичної підготовки студентів інженерних спеціальностей в процесі фізичного виховання: монографія. Дніпро: Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, 2017. 293 с. URL: <http://eadnurt.diit.edu.ua/jspui/handle/123456789/10517>.
3. Pierce R. Ultimate officer candidate school guidebook: What You Need to Know to Succeed at Federal and State OCS Paperback. Savas Beatie, 2011. 192 p.
4. Pavlova I., Zikrach D., Shvets V., Petrytsa P., Ortenburger D., Langfort J. Profiles of academic motivation and wellbeing of physical education and sports instructors of internal affairs establishments: a person-centered approach based on self-determination theory. *Phys Act Rev*, 2022. Vol. 10 (2), pp. 1-11.