

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ЛІНГВІСТИКИ ТА СОЦІАЛЬНИХ КОМУНІКАЦІЙ  
КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ

Завідувач випускової кафедри

\_\_\_\_\_ Ельвіра ЛУЗІК

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2022 р.

## **ДИПЛОМНА РОБОТА**

**(ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА)**

ЗДОБУВАЧА ОСВІТНЬОГО СТУПЕНЯ «БАКАЛАВР»

Галузь знань: 05 Соціальні та поведінкові науки

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Практична психологія»

**Тема: «Профілактика дезадаптації новобранців до умов військової служби»**

Виконавець: студентка групи ПП-426 Лобзова Марина Юріївна

Керівник: старший викладач Дацун Олена Вікторівна

Нормоконтролер: \_\_\_\_\_ Тамара МИХЕСВА  
(підпис)

КИЇВ 2022

НАЦІОНАЛЬНИЙ АВІАЦІЙНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
Факультет лінгвістики та соціальних комунікацій  
Кафедра педагогіки та психології професійної освіти  
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки  
Спеціальність 053 «Психологія»  
ОПП «Практична психологія»

ЗАТВЕРДЖУЮ  
Завідувач кафедри  
\_\_\_\_\_ Е. Лузік  
«\_\_»\_\_\_\_\_2022 р.

## **ЗАВДАННЯ**

### **на виконання дипломної роботи**

Лобзової Марини Юріївни

1. Тема дипломної роботи «Профілактика дезадаптації новобранців до умов військової служби» затверджена наказом ректора від 10.05.2022 року № 487ст.
2. Термін виконання роботи: з 07.02.2022 до 17.06.2022 р.
3. Вихідні дані до роботи: робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до першого та другого розділу, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків загальним обсягом 50 сторінок, з них обсяг основного тексту 36 сторінки, список використаних джерел нараховує 25 позицій.
4. Зміст пояснювальної записки: Вступ; Розділ 1. Теоретичний аналіз дослідження дезадаптації новобранців до умов військової служби; Висновки до першого розділу; Розділ 2. Емпіричне дослідження вивчення психологічних чинників дезадаптації новобранців; Висновки до другого розділу; Висновки; Список використаних джерел та літератури; Додатки.
5. Перелік обов'язкового графічного (ілюстративного матеріалу): таблиці.

6. Календарний план-графік

№ з/п.	Завдання	Термін виконання	Відмітка про виконання
1.	Опрацювання та реферування літератури з теми дослідження. Визначення об'єкта і предмета дослідження	07.02.2022	
2.	Формулювання теми, мети, завдання дослідження. Написання вступу. Складання попереднього плану роботи. Узгодження з керівником	21.02.2022	
3.	Написання першого розділу. Подання керівникові на перевірку	04.04.2022	
4.	Написання другого розділу. Подання керівникові на перевірку	16.05.2022	
5.	Оформлення роботи. Подання керівникові на перевірку	20.05.2022	
6.	Попередній захист дипломної роботи	26.05.2022	
7.	Опрацювання зауважень і виправлення недоліків	01.06.2022	
8.	Подання остаточного варіанта на кафедру для перевірки на академічну доброчесність	06.06.2022	
9.	Подання дипломної роботи на рецензування	07.06.2022	
10.	Захист роботи	15-17.06.2022	

Дата видачі завдання: «22» лютого 2022 р.

Керівник дипломної роботи \_\_\_\_\_ Дацун О.В.  
(підпис керівника) (П.І.Б.)

Завдання прийняв до виконання \_\_\_\_\_ Лобзова М.Ю.  
(підпис випускника) (П.І.Б.)

## Реферат

Пояснювальна записка до дипломної роботи «Профілактика дезадаптації новобранців до умов військової служби»: 53 сторінок, 30 використаних джерел та літератури, 6 додатків.

Об'єкт дослідження – дезадаптація новобранців.

Предмет – психологічні чинники особливостей профілактики дезадаптації новобранців до військової служби в мирний час.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному дослідженні чинників особливостей профілактики дезадаптації новобранців до військової служби в мирний час.

У дипломній роботі розкрито поняття дезадаптації до умов військової служби, а також розглянуто поняття адаптація, адаптивність. Досліджено взаємозв'язок фрустрації, комунікативності, організованості, управління власними емоціями, емоційної обізнаності, військово-професійної спрямованості, поведінкової регуляції та девіантної поведінки.

Практичне значення роботи полягає в розробці профілактичної роботи з профілактики дезадаптації новобранців до військової служби в мирний час. Результати дослідження можуть бути використані практичними психологами під час роботи з новобранцями.

АДАПТАЦІЯ, ДЕЗАДАПТАЦІЯ, ПРОФІЛАКТИКА, НОВОБРАНЦІ.

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП.....</b>	<b>6</b>
<b>РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ ДЕЗАДАПТАЦІЇ НОВОБРАНЦІВ ДО УМОВ ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ.....</b>	<b>9</b>
1.1. Деадаптація як психологічний чинник особистості до умов військової служби.....	9
1.2 Особливості прояву соціальної дезадаптації особистості до умов військової служби .....	12
Висновки до першого розділу.....	13
<b>РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИВЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ДЕЗАДАПТАЦІЇ НОВОБРАНЦІВ.....</b>	<b>15</b>
2.1 Організація експериментального дослідження та обґрунтування вибору діагностичних методик.....	15
2.2 Обґрунтування програми емпіричного дослідження дезадаптації новобранців до умов військової служби.....	23
2.3 Практичні рекомендації щодо зниження рівня дезадаптації новобранців до умов військової служби.....	29
Висновки до другого розділу.....	31
<b>ВИСНОВКИ.....</b>	<b>33</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ.....</b>	<b>35</b>
<b>ДОДАТКИ.....</b>	<b>38</b>

## ВСТУП

**Актуальність теми.** Проблема адаптації новобранців до військової служби є актуальним питанням для багатьох груп населення та сфер діяльності.

В умовах сучасних змін українці є безпосередніми учасниками військового конфлікту. Тому наше суспільство потребує створення армії нового зразка. Однією з ключових особливостей призиву є адаптація майбутніх служб до умов військової частини, до обраної спеціалізації, до індивідуально-психологічних якостей. Тому успішна адаптація призовника до умов військової частини забезпечити належне оволодіння знаннями та навичками, необхідними для спеціалізації, які згодом стануть основою для становлення військовослужбовця як професіонала.

Проблеми визначення психологічних чинників, критеріїв та показників адаптивності-дезадаптивності висвітлені у наукових працях В.В. Абраменкової, Г.О.Балла, М.Р. Бітянової, Л.Ф. Бурлачука, І.В. Дубровіної, В.В. Ковальова, Г.С.Костюка, І.В. Крук, Н.Ю. Максимової, С.Д. Максименка, А.А. Налчаджяна, О.М. Прихожан, Г.М. Федоришин та інших. Серед досліджень, спрямованих на розкриття детермінант та вивчення процесу становлення соціально дезадаптованої поведінки, значне місце посідають праці українських вчених В.С. Бітенського, В.А.Глушкова, С.В. Дворяка, Н.Ю. Максимової, Е.Б. Первомайського, В.М. Синицького, Б. Г. Херсонського.

Так, в педагогіці Л.А. Кандибович та М.І. Дяченко, прийшли до висновку про те, що адаптація характеризується не лише пристосуванням людини до нових умов, але виражається «головним чином у виробленні фіксованих способів поведінки, що дозволяють справлятися з труднощами».

Щодо вікової психології, то можна сказати, що дезадаптованість – це не процес, а стан, що виникає від незадоволення основних потреб у результаті використання неадекватних способів поведінки.

У психіатрії психосоціальна дезадаптація розглядається як збій у механізмах психічного пристосування при гострому або хронічному емоційному стресі, внаслідок чого виникає часткова або повна нездатність пристосовуватись до умов соціального оточення і виконувати звичайну для власного статусу роль у суспільстві

через обмеження функціональності психіки.

Проведений аналіз свідчить про різносторонність вивчення означеної проблематики, проте, ряд питань щодо її впливу на дезадаптацію залишається значною мірою відкритою, чим що і обумовлюється вибір теми дипломної роботи: «Профілактика дезадаптації новобранців до умов військової служби».

Об'єкт дослідження – дезадаптація новобранців.

Предмет – психологічні чинники особливостей профілактики дезадаптації новобранців до військової служби в мирний час.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному дослідженні чинників особливостей профілактики дезадаптації новобранців до військової служби в мирний час.

Реалізація поставленої мети дослідження передбачає розв'язання таких завдань:

1. Здійснити теоретичний аналіз джерел з проблеми дезадаптації новобранців.
2. Визначити методичну базу дослідження.
3. Провести експериментальне дослідження та здійснити аналіз, інтерпретацію отриманих даних з означеної проблематики.
4. Розробити та надати практичні рекомендації щодо зниження рівня дезадаптації серед новобранців.

**Методи дослідження.** Використано такі теоретичні методи: аналіз літератури, синтез, узагальнення та систематизація наукових знань; емпіричні методи: психодіагностичне тестування, анкетування; інтерпретаційні методи: аналіз та тлумачення отриманих результатів, зіставлення отриманих результатів з попередніми даними, наявними в психологічній літературі; математичні методи: кореляційний аналіз; методи статистично-математичної обробки даних: виявлення ступеня узгодженості змінних за допомогою критерію  $\rho$ -Спірмена.

Для розв'язання поставлених завдань щодо виявлення психологічних чинників соціальної дезадаптації було використано ряд психодіагностичних методик: а) для виявлення індивідуальних особливостей було використано методику

«Адаптивність-200», яка містить 200 тверджень (запитань) про життя, роботу, відносини у сім'ї, інтереси і схильності. б) з метою виявлення ставлення до себе і до інших, здатності до спілкування; ставлення до життя і пошуки гармонії нами було застосовано методику «Тест на емоційний інтелект IQ». в) на виявлення комунікаційних особливостей я використовувала методику «Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2)». г) була використана «Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості Л.І. Васермана» на визначення ступеня незадоволеності соціальними досягненнями в основних аспектах життєдіяльності.

Практичне значення: матеріали даного дослідження можуть бути використані при викладанні таких навчальних курсів як: «Військова психологія», «Соціальна психологія», «Психологія особистості», «Вікова психологія», а також спецкурсів та спецсемініарів, що пов'язані як з психологією, військовою справою і т.п. Результати дослідження можуть бути застосовані в діяльності практичних психологів, військових психологів, працівників в просвітницькій та освітній діяльності, а також для розробки тренінгових програм. Застосування на практиці даного дослідження сприятиме формуванню адекватної соціальної адаптації для військовослужбовців, як в учбовій, так і в особистісній сферах.

**Структура роботи.** Дипломна робота складається зі вступу, двох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел, що налічує 30 найменувань, додатків на 16 сторінках. Основний зміст роботи викладений на 34 сторінках і містить 4 таблиць. Загальний обсяг роботи – 53 сторін.



# РОЗДІЛ 1

## ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ ДЕЗАДАПТАЦІЇ НОВОБРАНЦІВ ДО УМОВ ВІЙСЬКОВОЇ

### 1.1. Деадаптація як психологічний чинник особистості

Проблема дезадаптації особистості була предметом чисельних досліджень у психології, педагогіки, соціології і т.п.

Адаптація визначається як процес пристосування особистості до умов оточуючого середовища, інтеграція індивіда до соціальної групи, формування належної системи відносин з іншими особистостями, дії індивіда, спрямовані на засвоєння стабільних умов суспільства, усвідомлення цінностей та норм даного соціального середовища. Структурними компонентами вищезначеного психологічного феномену є:

1. Психофізіологічний компонент, що полягає у пристосуванні особистості до нових фізичних та психологічних навантажень, зумовлених умовами суспільства;
2. Когнітивний компонент, який відображає теоретичний рівень знань та забезпечує особистості подальше ефективне пристосування до умов навколишнього середовища;
3. Практичний компонент, що включає в себе можливість набувати особистістю необхідних вмінь та навичок для досягнення цілей, який вимагає соціум і власне задоволення потреб та інтересів;
4. Соціально-психологічний компонент, який зводиться до отримання особистістю нового соціального статусу та включення її в систему взаємовідносин нового колективу чи групи;
5. Соціально-побутовий компонент включає в себе засвоєння та пристосування до особливостей соціально-побутових умов, в яких має перебувати індивід, вирішення проблем, пов'язаних з благоустроєм житла, а також з проведенням вільного часу [26]

Очевидним є факт, що явище адаптації стосується психіки, її можна вважати психологічним поняттям і навіть категорією, яку можна використовувати як для пояснення походження і функціонування свідомості, так і для розпізнання причин тих чи інших вчинків.

Л.А. Кандибович і М.І. Дяченко, дійшли висновку, що адаптація характеризується не тільки пристосуванням людини до нових умов, а виражається «переважно у розвитку фіксованих форм поведінки, які дозволяють справлятися з труднощами». Заслуговує на увагу висновок вчених про те, що успішна адаптація зумовлена вміннями військовослужбовця досягати балансу внутрішнього стану та вимог навколишнього середовища. [7]

Ефективність адаптації людини пов'язана з такими поняттями, як адаптивність та адаптаційні можливості. Загалом зв'язок між цими поняттями виглядає наступним чином: адаптивність – це спроможність людини до адаптації, адаптаційні можливості – це риси, які забезпечують цю спроможність.

Адаптивність – це вроджена і набута пристосованість, тобто пристосування до всього різноманіття життя в будь-яких умовах.

Адаптаційні можливості – це стійкі характеристики індивідуально-типологічного та особистісного рівня людської індивідуальності, які дають змогу успішно адаптуватися до різних життєвих вимог і виявляються як у фізіологічному, так і у психологічному плані, спрямовуючи поведінку особистості. [10]

Рівень адаптивності підвищується під впливом освіти, навчання, умов життя, які занадто згубні або перешкоджають адаптації людини в реальному житті, особистісних особливостей, орієнтацій, рішень, ієрархії цінностей, цілей і потреб вербальних кордонів і міжособистісних стосунків.

Як невід'ємну частину адаптивності людини можна розглядати поняття адаптивного потенціалу особистості, що впливає на рівень розвитку найважливіших психологічних характеристик для регуляції психічної діяльності та процесу адаптації, і визначати діапазон адаптаційного потенціалу особистості, фактори зовнішнього середовища, до яких організм може пристосуватися.

Деадаптація – це формування неадекватних механізмів пристосування

людини до умов навколишнього середовища, порушень в поведінці, конфліктних відносин, психогенних захворювань і реакцій, підвищеного рівня тривожності, негармонійний розвиток особистості.

Деадаптація як прояв — це зовнішня характеристика людського нещастя, що виражається в його нетиповій поведінці, установках і діяльності в цьому середовищі. Відбулися демонстрації недоліків. Само собою зрозуміло, що виявляють помилку. Необхідно добре знає людину та її типові прояви в різних ситуаціях.

Деадаптація як результат свідчить про якісне оцінювання нового, яке не про умови навколишнього середовища, що свідчить про відповідальність та наміри людини щодо навколишнього середовища та діяльності.

Деадаптація пов'язана з відхиленнями у поведінковій та пізнавальній сферах особистості, іншими словами є відхиленнями від норми. А.Й. Капська такі відхилення від норми визначає як девіантну поведінку та називає формою соціальної деадаптації. А.Й. Капська звертає увагу на нормальну та гармонічну поведінку та характеризує їх трьома складовими: збалансованістю психічних процесів, адаптивністю та самоактуалізацією, духовністю. Порушення та відхилення від цих характеристик призводить до аномалій та девіацій. [8]

Таким чином, деадаптація може бути результатом стресу, фізичного та психічного захворювання, емоційного стресу, конфлікту тощо. Це викликає невдачі в процесі оволодіння особистістю відповідно до ролі у вході в нову соціальну форму, навичок спілкування та взаємодії.

Немає підстав вважати деадаптацію хворобою, хоча вона проявляється в патологічних і непатологічних формах, які істотно відрізняються за структурою і механізмами. При непатологічній деадаптації зниження загального рівня адаптації відбувається за рахунок звуження сфери діяльності та спілкування та ослаблення їх інтенсивності. Проявами непатологічної деадаптації є, наприклад, відхилення в поведінці та переживання суб'єкта, пов'язані з його недостатньою соціалізацією, соціально неприйнятні орієнтири, різка зміна умов життя розрив значущих соціальних відносин тощо.

Сучасні військові психологи І.І. Ліпатов, Л.Ф. Шестопалова, В.С. Афанасенко звернули увагу на процеси психологічної адаптації військовослужбовців до бойової діяльності. Об'єктом досліджень психологів стала проблема адаптації різних категорій військовослужбовців: військовослужбовців строкової служби, миротворчого контингенту, офіцерів-випускників. На жаль, проблема адаптації новобранців вищих військових навчальних закладів залишається малодослідженою психологічною наукою. У той же час військові психологи звертають увагу на процеси адаптації особистості до умов військової діяльності виходячи з психолого-педагогічних аспектів. [12]

## **1.2. Особливості прояву дезадаптації військовослужбовців**

Дезадаптація як прояв – це характеристика нетипової поведінки особистості та його емоційно-психологічного стану в соціальній установі та поза нею. [17]

Зазвичай дезадаптація простежується у людей, які часто перебувають у стані стресу, психічних і фізичних захворювань, конфліктів, емоційних переживань тощо. Частіше за все вона зумовлює збої у процесі оволодіння особистістю відповідної ролі під час входу у новий соціальний простір чи середовище, а також при контакті з соціумом.

Частіше, проявом дезадаптації є невдоволення своїм становищем в групі, соціальним положенням взагалі, низькою самооцінкою, низьким рівнем комунікативних здібностей тощо.

Ознаками дезадаптації є:

1. Відхилення у поведінці
2. Емоційна нестабільність
3. Недостатня соціалізація
4. Соціально неприйнятні установки
5. Різка зміна умов існування
6. Розрив значущих емоційно-соціальних відносин

Подальша експериментальна робота з дослідження дезадаптації новобранців

буде стосуватися саме даних ознак.

Можна виділити три ступені прояву дезадаптації:

- 1 рівень – характеризується порушенням процесу адаптації тільки в момент впливу стрес фактора;
- 2 рівень – характеризується порушенням адаптаційних здібностей після впливу стрес фактора;
- 3 рівень – характеризується порушенням адаптаційних функцій організму в стану спокою без впливу дезадаптаційних факторів. (Ю.В. Ільченко).

Серед ознак дезадаптації людини виділяють об'єктивні і суб'єктивні. До об'єктивних відносять: зміну поведінки людини в соціальній сфері, її невідповідність своїм соціальним функціям, патологічну трансформації поведінки. До суб'єктивних відносять: психоемоційні зрушення в особистості – від негативного забарвлених переживань до клінічно виражених психопатологічних синдромів. До суб'єктивних ознак можна віднести і стан психологічного ступору. Це стан, що виникає унаслідок тривалого перебування особистості в конфлікті (зовнішньому або внутрішньому) і відсутності необхідних адаптаційних механізмів для виходу із цього стану.

Отже, на нашу думку є доцільним дослідити проблему дезадаптації новобранців до умов військової служби в мирний час, провести емпіричне дослідження психологічних чинників дезадаптації новобранців на основі запропонованих психодіагностичних методик.

### **Висновки до першого розділу**

Адаптація визначається як процес пристосування особистості до умов оточуючого середовища, інтеграція індивіда до соціальної групи, формування належної системи відносин з іншими особистостями, дії індивіда, спрямовані на засвоєння стабільних умов суспільства, усвідомлення цінностей та норм даного соціального середовища.

Адаптивність – це вроджена і набута пристосованість, тобто пристосування до

всього різноманіття життя в будь-яких умовах.

Адаптаційні можливості – це стійкі характеристики індивідуально-типологічного та особистісного рівня людської індивідуальності, які дають змогу успішно адаптуватися до різних життєвих вимог і виявляються як у фізіологічному, так і у психологічному плані, спрямовуючи поведінку особистості.

Деадаптація – це формування неадекватних механізмів пристосування людини до умов навколишнього середовища, порушень в поведінці, конфліктних відносин, психогенних захворювань і реакцій, підвищеного рівня тривожності, негармонійний розвиток особистості.

Серед ознак деадаптації людини виділяють об'єктивні і суб'єктивні. До об'єктивних відносять: зміну поведінки людини в соціальній сфері, її невідповідність своїм соціальним функціям, патологічну трансформації поведінки. До суб'єктивних відносять: психоемоційні зрушення в особистості – від негативного забарвлених переживань до клінічно виражених психопатологічних синдромів. До суб'єктивних ознак можна віднести і стан психологічного ступору. Це стан, що виникає унаслідок тривалого перебування особистості в конфлікті (зовнішньому або внутрішньому) і відсутності необхідних адаптаційних механізмів для виходу із цього стану.

Ознаками деадаптації є:

1. Відхилення у поведінці
2. Емоційна нестабільність
3. Недостатня соціалізація
4. Соціально неприйнятні установки
5. Різка зміна умов існування
6. Розрив значущих емоційно-соціальних відносин

Наведені ознаки деадаптації ми розглянемо в подальшому експериментальному дослідженні

## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИВЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ДЕЗАДАПТАЦІЇ НОВОБРАНЦІВ

#### **2.1 Обґрунтування програми емпіричного дослідження дезадаптації новобранців до умов військової служби**

З метою вивчення психологічних чинників соціальної дезадаптації військовослужбовців було проведено констатувальний експеримент у якому взяли участь респонденти чоловічої статі віком від 19-ти до 22-х років. Вибірку становило 35 респондентів чоловічої статі. Експеримент проводився, на базі практики у військовій частині в мирний час.

Проведення констатувального експерименту передбачало вирішення наступних завдань:

1. Здійснити обґрунтування вибору методичного інструментарію дослідження
2. Провести експериментальне дослідження психологічних чинників соціальної дезадаптації.
3. Здійснити аналіз та інтерпретацію отриманих результатів дослідження
4. Розробити практичні рекомендації щодо покращення соціальної адаптації.

Відповідно до мети та окреслених завдань емпіричного дослідження було підібрано інструментарій задля вивчення дезадаптації новобранців до умов військової служби.

Учасниками експерименту стали новобранці зброєних сил України які прибули на курс молодого бійця до військової частини міста Києва.

Тестування відбувалося декількома етапами. Під час навчальної практики у військовій частині, було проведено дослідження для дипломної роботи. Для дослідження я підготувала стимульні запитання та бланки для отримання результатів. Інтерпретувати та робити кореляційний аналіз було почато після проведення з новобранцями додаткових тестувань обраних для дослідження дезадаптації.

За результатами кількісних показників можна зробити висновок про те, наскільки кожна шкала була сформована, яка фаза сформувалася більшою або меншою мірою.

Методика «Адаптивність-200» призначена 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.

Інтерпретація шкал:

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

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

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

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



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

6) Шкала схильності до девіантних форм поведінки направлена на виявлення ознак адиктивної і делінквентної поведінки.

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

Досліджуванним пропонується відповісти на 200 тверджень (питань) про життя, роботу, відносини у сім'ї, інтереси і схильності. Їх завдання полягає у тому, щоб визначити своє відношення до кожного твердження, тобто погодитися або не погодитися з ним. Якщо досліджуваний погоджується з твердженням, то у клітці з номером даного питання ставиться «+». Якщо не погоджується – 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.

При проходженні методики «Адаптивність-200» респондент витрачає приблизно 35-40 хвилин, методика складається з 200 тверджень, на кожне із запропонованих тверджень треба було дати відповідь «так» чи «ні». Дана методика дає детальний опис адаптаційних можливостей військовослужбовців на основі оцінки деяких соціально-психологічних і психологічних характеристик особистості, що відображають інтегральні особливості психічного і соціального розвитку.

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).

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». 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 (Д).

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. Основні шкали методики БОО «Адаптивність-200» представлені в додатку Б.

Тест на емоційний інтелект (методика Н. Холла на емоційний інтелект) показує, як ви використовуєте емоції в своєму житті, і враховує різні сторони емоційного інтелекту: ставлення до себе і до інших, здатності до спілкування; ставлення до життя і пошуки гармонії. Вже є незаперечним фактом те, що емоційний інтелект не менш, і навіть більш ніж класичний IQ сприяє успіху і психічному і фізичному благополуччю людини. Радує те, що EQ піддається розвитку на відміну від IQ. Пройшовши тест EQ, ви дізнаєтеся про себе багато цікавого, зможете ефективніше домагатися своїх цілей і при цьому жити в мирі з самим собою і оточуючими.

Методика складається з 30 тверджень і містить 5 шкал:

1. Емоційна обізнаність – це усвідомлення і розуміння своїх емоцій, а для цього постійне поповнення власного словника емоцій. Люди з високою емоційною обізнаністю в більшій мірі, ніж у інші обізнані про свій внутрішній стан.
2. Управління своїми емоціями – це емоційна відхідливість, емоційна гнучкість і т.д., іншими словами, довільне керування своїми емоціями.
3. Самомотивація – управління своєю поведінкою, за рахунок керування емоціями.

4. Емпатія – це розуміння емоцій інших людей, вміння співпереживати поточного емоційного стану іншої людини, а так само готовність надати підтримку. Це вміння зрозуміти стан людини по міміці, жестах, відтінкам мови, позі.

5. Розпізнавання емоцій інших людей – уміння впливати на емоційний стан інших людей.

По кожній шкалою вираховується сума балів з урахуванням знака відповіді (+ або -). Чим більше плюсова сума балів, тим більше виражено дане емоційний прояв. Рівні парціального (окремо за кожною шкалою) емоційного інтелекту у відповідності зі знаком результатів:

- 14 і більше – високий;
- 8-13 – середній;
- 7 і менше – низький.

Інтегративний (сума за всіма шкалами) рівень емоційного інтелекту з урахуванням домінуючого знака визначається за такими кількісними показниками:

- 70 і більше – високий;
- 40-69 – середній;
- 39 і менше – низький.

Опис методики, а також ключі до неї подано у Додатку В.

Для оцінювання рівня розвитку комунікативних та організаторських здібностей користуються методикою «КОС-2» (Б. Федоришин). Вона допомагає виявити вміння чітко і швидко налагоджувати ділові та товариські контакти, бажання розширити їх, впливати на людей, проявляти ініціативу.

На проходження методики респондент витрачає приблизно 10-15 хвилин, методика складається з 40 запитань, на кожне з яких треба дати відповідь «так» або «ні». Дана методика дає детальний опис емоціональної сфери особистості. Максимальна кількість балів окремо по кожному параметру – 20. Підраховуються бали окремо за комунікативними та окремо за організаторськими схильностям за допомогою ключа для обробки даних «КОС-2». На кожне питання слід відповісти «так» (+) або «ні» (-). Якщо вам важко у виборі відповіді, необхідно все-таки обрати між двома альтернативами. Час на виконання: 10-15 хвилин.

Максимальна кількість балів окремо по кожному параметру – 20. Підраховуються бали окремо за комунікативними та окремо за організаторськими схильностям за допомогою ключа для обробки даних «КОС-2».

Експериментально встановлено п'ять рівнів комунікативних і організаторських схильностей. Зразок розподілу балів за цими рівнями показано нижче. Наступний крок – це інтерпретація результатів показників рівня комунікативних і організаторських здібностей. У кожній з них оцінка можлива в межах від 0 до 20 балів. Однак співставлення балів, отриманих для рівнів, не є правомірним. За результатами кількісних показників можна зробити висновок про те, наскільки виражається кожний рівень. Чим більше балів – тим більше виражений рівень комунікації або організації.

Відповідно до ключа підраховується сума балів за кожною субшкалою.

Рівні комунікативних і організаторських схильностей

Сума балів 1-4 – рівень дуже низький. Означає низький рівень прояву комунікативних і організаторських схильностей.

Сума балів 5-8 – рівень низький. Означає комунікативні та організаторські схильності на рівні нижче середнього. Такі люди не прагнуть до спілкування, вважають за краще проводити час наодинці з собою. У новій компанії або колективі відчують себе скуто. Зазнають труднощів у встановленні контактів з людьми.

Сума балів 9-12 – рівень середній. Характеризує середній рівень прояву комунікативних та організаторських схильностей. Такі особистості прагнуть до контактів з людьми, відстоюють своє, однак потенціал їх схильностей не відрізняється високою стійкістю.

Сума балів 13-16 – рівень високий. Показує високий рівень прояву комунікативних та організаторських схильностей піддослідних. Люди не губляться у нових обставинах, швидко знаходять друзів, прагнуть розширити коло своїх знайомих, допомагають близьким і друзям, проявляють ініціативу в спілкуванні, здатні приймати рішення в складних, нестандартних ситуаціях.

Сума балів 17-20 – рівень найвищий. Свідчить про те, що у таких людей сформована потреба в комунікативній і організаторській діяльності. Вони швидко

орієнтуються у важких ситуаціях. Невимушено поводять себе у новому колективі. Ініціативні. Приймають самостійні рішення. Відстоюють свою думку і домагаються прийняття своїх рішень. Люблять організовувати ігри, різні заходи.

Рівень розвитку комунікативних та організаторських схильностей характеризується за допомогою оцінок за шкалою наступним чином. Досліджувані, що отримали оцінку 1, – це люди з низьким рівнем прояву комунікативних та організаторських схильностей.

Досліджувані, що отримали оцінку 2, мають комунікативні та організаційні схильності нижче середнього рівня. Вони не прагнуть до спілкування, почувають себе скуто у новій компанії, колективі, надають перевагу проводити час наодинці, обмежують свої знайомства, відчують труднощі у встановленні контактів з людьми і у виступах перед аудиторією, погано орієнтуються у незнайомій ситуації, не відстоюють свою думку, важко переживають образи. У багатьох справах вони намагаються уникати прояву самостійних рішень та ініціативи.

Для досліджуваних з оцінкою 3 характерний середній рівень прояву комунікативних та організаторських схильностей. Вони прагнуть до контактів з людьми, не обмежують коло своїх знайомств, відстоюють свою думку, планують свою роботу, однак потенціал їх схильностей не відрізняється високою стійкістю. Ця група досліджуваних потребує подальшої серйозної та планомірної виховної роботи по формуванню та розвитку комунікативних та організаторських схильностей.

Досліджувані, що отримали оцінку 4, відносяться до групи з високим рівнем прояву комунікативних та організаторських схильностей. Вони не губляться у новій обстановці, швидко знаходять друзів, постійно прагнуть розширити коло знайомих, займаються громадською діяльністю, допомагають близьким, друзям, проявляють ініціативу у спілкуванні, з задоволенням беруть участь у організації громадських заходів, здатні приймати самостійні рішення у важкій ситуації. Все це вони роблять не за примусом, а згідно внутрішнім прагненням.

Досліджуваним, що отримали вищу оцінку 5, притаманний дуже високий рівень прояву комунікативних та організаторських схильностей. Вони відчують

потребу у комунікативній та організаторській діяльності і активно прагнуть до неї, швидко орієнтуються у складних ситуаціях, невимушено поводять себе у новому колективі, це ініціативні люди, які віддають перевагу у важливих справах або у складній ситуації приймати самостійні рішення, відстоюють свою думку та досягають, щоб її сприймали інші. Вони можуть внести позитивні зміни у незнайому компанію, люблять організовувати різні ігри, заходи, настійливі у діяльності, яка їх приваблює, і самі шукають такі справи, які б задовольняли їх потребу у комунікації та організаційній діяльності.

Комунікативні та організаторські схильності являють собою важливий компонент та передумови розвитку здібностей у тих видах діяльності, які пов'язані зі спілкуванням з людьми, з організацією колективної роботи. Вони є важливою ланкою у розвитку педагогічних здібностей.

Опис методики, а також ключі до неї подано у Додатку Д

Методика «Діагностика рівня соціальної фрустрованості» спрямована на оцінку ступеня незадоволеності та задоволеності соціальними досягненнями в різних сферах життєдіяльності. Розроблена Л.І. Васерманом і модифікована В.В. Бойком. Соціальна фрустрація передає емоційне відношення людини до позицій, які вона зуміла зайняти в суспільстві на даний момент свого життя.

Піддослідним пропонується оцінити тестовий матеріал в відповідності з наступною шкалою: 0 - повністю задоволений; 1 – скоріше задоволений; 2 – важко відповісти; 3 – скоріше не задоволений; 4 – повністю не задоволений. Ці оцінки відповідають кількості нараховуються за кожну відповідь балів.

По кожному пункту обчислювався показник рівня фрустрованості, який може варіюватись від 0 до 4 балів. Кожному варіанту відповіді присвоюються бали: повністю задоволений – 0, скоріше задоволений – 1, важко відповісти – 2, скоріше незадоволений – 3, повністю не задоволений – 4. Висновки про рівні соціальної фрустрованості виводяться з урахуванням середнього балу за кожним з пунктів. Чим вищим є бал, тим вищим є й рівень соціальної фрустрованості особи.

- 3,5-4 бали – дуже високий рівень соціальної фрустрованості;
- 3,0-3,4 – підвищений рівень фрустрованості;

- 2,5-2,9 – помірний рівень фрустрованості;
- 2,0-2,4 – невизначений рівень фрустрованості;
- 1,5-1,9 – знижений рівень фрустрованості;
- 0,5-1,4 – дуже низький рівень;
- 0-0,5 – відсутність (майже відсутність) фрустрованості.

Чим більше бал, тим вище рівень соціальної фрустрації.

Опис методики, а також ключі до неї подано у Додатку Ж.

Означений нами психодіагностичний інструментарій дозволив провести експериментальне дослідження, у визначений час, та отримати відповідні результати. Обрані методики відповідають досліджуваним якостям та існуючим вимогам.

За допомогою обраного психодіагностичного інструментарію, а саме: «Адаптивність-200», «Тест на емоційний інтелект IQ», «Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2)», «Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості Л.І. Васермана» ми провели констатуючий експеримент. Результати та аналіз отриманих даних представлено у наступному розділі.

## **2.2 Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження дезадаптації новобранців до умов військової служби**

Аналіз результатів проведення емпіричного дослідження, засвідчує той факт, що за допомогою методики «Адаптивність-200» на виявлення індивідуальних адаптаційних можливостей було виявлено, що з усієї кількості опитуваних: 5,7% мають низький рівень стресостійкості, 80% мають достатній рівень; у 11,4% – низький рівень поведінкової регуляції; у 17,1% – низький рівень комунікативного потенціалу, 62,8% опитуваних високий рівень; 0% опитуваних мають низький рівень морально-етичні нормативності і 71,5% високий рівень; 2,8% опитуваних мають низький рівень військово-професійної спрямованості і 80% достатній рівень; 80% – низький рівень девіантної поведінки, 0% високий рівень; 74,2% – низький рівень

суїцидального ризику, 0% високий рівень.

1. Високий рівень розвитку адаптаційних можливостей особистості. Повністю відповідає вимогам, що пред'являються до військовослужбовців в умовах бойової діяльності.

2. Достатній рівень розвитку адаптаційних можливостей особистості. В основному відповідає вимогам, що пред'являються до військовослужбовців в умовах бойової діяльності.

3. Задовільний рівень розвитку адаптаційних можливостей особистості. Мінімально відповідає вимогам, що пред'являються до військовослужбовців в умовах бойової діяльності.

4. Недостатній рівень розвитку адаптаційних можливостей особистості. Не відповідає вимогам, що пред'являються до військовослужбовців в умовах бойової діяльності.

Загальний відсоток за кожною шкалою представлені в таблиці 2.2.1.

*Таблиця. 2.2.1.*

**Розподіл респондентів за проявом компонентів адаптивності**

<b>Субшкала</b>	<b>Високий</b>	<b>Достатній</b>	<b>Середній</b>	<b>Низький</b>
Рівень стресостійкості	0%	80%	14,3%	5,7%
Поведінкова регуляція	48,5%	25,7%	14,2%	11,4%
Коміункативного потенціалу	62,8%	8,6%	11,4%	17,1%
Морально-етичної нормальтивності	71,5%	28,5%	0%	0%
Військово-професійної спрямованості	5,7%	80%	11,4%	2,8%
Девіантна поведінка	0%	5,7%	14,3%	80%
Суїцидального ризику	0%	7%	5,7%	74,2%



Гарним плюсом я можу зарахувати те, що в опитуваних не виявлено високого рівня девіантної поведінки та суїцидального ризику. Є звичайно маленький відсоток, але відсутність цих категорій переважає набагато більше, що говорить про відсутність ознак агресивної поведінки відносно оточуючих, орієнтація на дотримання соціально ухвалених норм поведінки і раціональну побудову міжперсональних взаєностосунків з ровесниками і із старшими за віком.

Аналіз результатів проведення експерименту з метою визначення рівня емоційного інтелекту мною було застосовано методику «Емоційний інтелект» Н.Холла, за якою було виявлено, що з усієї кількості респондентів у

За результатами маємо зробити висновок, що з усієї кількості опитуваних 57,1% мають середній рівень емоційної обізнаності, 54,2% – середній рівень управління власними емоціями, 45,7% – високий рівень само мотивації, 62,9% – середній рівень емпатії, 54,2% – середній рівень розпізнавання емоцій інших.

Кількісні показники отриманих результатів подано в таблиці 2.2.2.

*Таблиця 2.2.2.*

#### **Розподіл респондентів за рівнем емоційного інтелекту**

<b>Субшкала</b>	<b>Високий рівень</b>	<b>Середній рівень</b>	<b>Низький рівень</b>
Емоційна обізнаність	14,2%	57,1%	28,7%
Управління власними емоціями	20%	54,2%	25,8%
Самомотивація	45,7%	40%	14,3%
Емпатія	20%	62,9%	17,1%
Розпізнавання емоцій інших	14,3%	54,2%	31,5%

За допомогою методики «Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2)» на виявлення комунікативних особливостей виявлено, що більшість опитуваних мають високі бали по кожній шкалі, що являє собою позитивний результат.

Кількісні показники отриманих результатів подано в таблиці 2.2.3.

**Розподіл респондентів за рівнем комунікативних особливостей**

Субшкала	Найвищий рівень	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень	Дуже низький
Комунікативність	45,9%	37,1%	5,7%	8,5%	2,8%
Організованість	22,8%	48,7%	20%	8,5%	0%

В ході діагностичного дослідження було виявлено, що всі опитувані мають перевагу у вищому на найвищому рівнях, що такі люди відчують потребу у комунікативній та організаторській діяльності і активно прагнуть до неї, швидко орієнтуються у складних ситуаціях, невимушено поведуть себе у новому колективі, це ініціативні люди, які віддають перевагу у важливих справах або у складній ситуації приймати самостійні рішення, відстоюють свою думку та досягають, щоб її сприймали інші. Вони можуть внести пожвавлення у незнайому компанію, люблять організовувати різні ігри, заходи, настійливі у діяльності, яка їх приваблює, і самі шукають такі справи, які б задовольняли їх потребу у комунікації та організаційній діяльності. Вони не губляться у новій обстановці, швидко знаходять друзів, постійно прагнуть розширити коло знайомих, займаються громадською діяльністю, допомагають близьким, друзям, проявляють ініціативу у спілкуванні, з задоволенням беруть участь у організації громадських заходів, здатні приймати самостійні рішення у важкій ситуації. Все це вони роблять не за примусом, а згідно внутрішнім прагненням.

Низький рівень мають менший відсотковий показник, але це все одно говорить що такі люди є. Вони не прагнуть до спілкування, почувають себе скуто у новій компанії, колективі, надають перевагу проводити час наодинці, обмежують свої знайомства, відчують труднощі у встановленні контактів з людьми і у виступах перед аудиторією, погано орієнтуються у незнайомій ситуації, не відстоюють свою думку, важко переживають образи. У багатьох справах вони намагаються уникати прояву самостійних рішень та ініціативи.

Досліджувані з середнім рівнем прояву комунікативних та організаторських

схильностей більше. Вони прагнуть до контактів з людьми, не обмежують коло своїх знайомств, відстоюють свою думку, планують свою роботу, однак потенціал їх схильностей не відрізняється високою стійкістю. Ця група досліджуваних потребує подальшої серйозної та планомірної виховної роботи по формуванню та розвитку комунікативних та організаторських схильностей. Це як початок до негативного результату.

«Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості Л.І. Васермана» на визначення ступеня незадоволеності соціальними досягненнями в основних аспектах життєдіяльності дала результати подані в таблиці 2.2.4.

*Таблиця 2.2.4.*

**Розподіл респондентів за рівнем незадоволеності соціальними досягненнями в основних аспектах життєдіяльності**

<b>Фрустрованість</b>	
<b>Дуже високий рівень</b>	0%
<b>Підвищений рівень</b>	0%
<b>Помірний рівень</b>	2,85%
<b>Невизначений рівень</b>	0%
<b>Знижений рівень</b>	11,4%
<b>Дуже низький рівень</b>	40%
<b>Відсутність</b>	45,5%

За поданими результатами, ми можемо спостерігати гарну картину, у більшості опитуваних низький рівень фрустрованості, тільки 2,85% мають помірний рівень, що свідчить про задоволеність соціальними досягненнями в основних аспектах життєдіяльності, та ніяк не впливає на рівень соціальної адаптації. Але є % помірною та зниженого рівня, що може призвести або до відсутності фрустрації або до високого рівня. За такою групою людей треба поспостерігати та потім виявити в яку сторону змінились показання.

З метою якісної інтерпретації отриманих результатів нами було зроблено статистичну обробку даних за кожним критерієм. Для цього ми застосовували

критерій рангової кореляції Спірмена (додаток К).

Так, в процесі проведення кореляційного аналізу даних було виявлено, зв'язки між наступними показниками:

- між рівнем фрустрації та рівнем організованості було виявлено обернений кореляційний зв'язок на рівні значимості на рівні 0,05 (двухстороння);
- між рівнем фрустрації та рівнем комунікативності було виявлено обернений кореляційний зв'язок на рівні значимості на рівні 0,01 (двухстороння);
- між рівнем фрустрації та рівнем управління власними емоціями було виявлено обернений кореляційний зв'язок на рівні значимості на рівні 0,01 (двухстороння);
- між рівнем фрустрації та рівнем емоційної обізнаності було виявлено обернений кореляційний зв'язок на рівні значимості на рівні 0,01 (двухстороння);
- між рівнем фрустрації та рівнем військово-професійної спрямованості було виявлено обернений кореляційний зв'язок на рівні значимості на рівні 0,05 (двухстороння);
- між рівнем фрустрації та рівнем поведінкової регуляції було виявлено обернений кореляційний зв'язок на рівні значимості на рівні 0,01 (двухстороння);
- між рівнем фрустрації та рівнем девіантної поведінки було виявлено обернений кореляційний зв'язок на рівні значимості на рівні 0,01 (двухстороння).

Для профілактики процесу дезадаптації новобранців нами розроблені практичні рекомендації, що представлені в наступному розділі.

## **2.3 Практичні рекомендації щодо зниження рівня дезадаптації новобранців до умов військової служби**

З метою профілактики психологічних чинників соціальної дезадаптації військовослужбовців нами було розроблено практичні рекомендації, які допоможуть зменшити дію основних факторів, що спричиняють дезадаптацію особистості.

Нижче додаю вправи для розвитку адаптивних здібностей.

### **Вправа №1 «Резервуар»**

При розмові зі співрозмовником зіграйте роль «порожньої форми», резервуара, в які ваш співрозмовник «впливає», «закладає» свої слова, стану, думки, почуття.

Постарайся досягти внутрішнього стану «резервуара»: ви – форма, ви не реагуєте на зовнішні впливи, а тільки приймаєте їх у своє внутрішнє простір. Відкиньте свої особисті оцінки – вас як би немає в реальності, є тільки порожня форма!

Важко? Потренуйтеся перед початком бесіди 2-3 рази, і у вас буде легко виходити. Потім, коли ви будете впевнені, що сформували внутрішній стан «Резервуара», вступайте в діалог і постарайтеся неупереджено і нетенденційно поставитися до свого співрозмовника. Це допоможе вам краще зрозуміти його.

### **Вправа № 2 «Ритм»**

Ця вправа допоможе вам сформувати відкритість до співрозмовника, виконувати його необхідно в парі з одним із близьких вам людей.

Двоє людей встають обличчям один до одного і домовляються про свої ролі один – провідний, другий – «дзеркало». Руки учасників підняті на рівень грудей і повернені долонями назустріч одна одній. Ведучій починає здійснювати довільні рухи руками, а грає роль «дзеркала» намагається відобразити їх у тому ж ритмі. Ролі кілька раз змінюються

Психологічний зміст вправи полягає в тому, щоб відчути внутрішній «Ритм» іншу людину і як можна повніше відобразити його. При цьому корисно подумати про те, що кожна людина (учень, колега по роботі, член вашої родини) – індивідуальність, що володіє унікальним психологічним «ритмом», і щоб правильно

зрозуміти людину, необхідно перш за все відчутти його енергетику, темперамент, спрямованість, динаміку, внутрішню експресію.

### **Вправа №3 «Прислів'я»**

Пропонована вправа «знімає» внутрішню депресію і поганий настрій, а також допомагає вирішенню складної проблеми, яка у вас виникла. Ця проблема може бути пов'язана з професією, сімейним життям, взаємовідносинами з друзями.

Візьміть будь-яку з книг: «Українські прислів'я», «думки великих людей», або «Афоризми». Практично в кожній бібліотеці такі книги є. Погортайте книгу, читаючи фрази прислів'їв або афоризмів протягом 25-30 хвилин, поки не відчуєте внутрішнє полегшення.

Можливо, крім психічної релаксації те чи інше прислів'я наштовхне вас на правильне рішення. Можливо також, вас заспокоїть той факт, що не тільки у вас виникла проблема, над способом її вирішення міркували багато людей, в тому числі і історичні особистості.

#### Техніка дихання 4-7-8

Ця модель дихання, розроблена Ендрю Вейлом. Вона базується на старовинній логічній техніці, яка називається пранаяма.

Виконання:

1. Розслабте губи.
2. Повністю видихніть зі звуком, як ви звичайно видихаєте, коли робите глибокий вдих.
3. Стисніть губи та повільно вдихайте через ніс протягом 4 секунд.
4. Затримайте дихання та порахуйте до 7.
5. Знову повільно видихайте протягом 8 секунд, видаючи звук.
6. Повторіть 4 рази, згодом доведіть до восьми повторень.

#### Дихальна Вправа Бхрамарі

Виконання:

1. Закрийте очі, зробіть глибокий вдих та видих.
2. Закрийте вуха руками.
3. Покладіть вказівні пальці по одному над бровами, а решту пальців – над

очима.

4. Далі, м'яко натискайте на боки носа і зосередьтеся на області брів.
5. Тримайте рот закритим ' після глибокого вдиху повільно видихайте носом, видаючи гучний звук «Ом».
6. Повторіть 5 разів.

Почергове носове дихання

Виконання:

1. Сядьте, схрестивши ноги.
2. Покладіть ліву руку на коліно, а правий великий палець – на праву ніздрю.
3. Вдихніть через ліву ніздрю.
4. Розкрийте праву ніздрю і видихніть крізь неї, закриваючи при цьому ліву.
5. Продовжуйте чергування ніздрі протягом 5 хвилин, закінчуючи видихом через ліву ніздрю.

Якщо підсумувати, головний рецепт від дезадаптації військовослужбовців в мирний час – це вміння відкриватися однодумцю, бути щирим, підтримувати комунікацію між усіма сферами свого життя, людей, груп та ін.

### **Висновки до другого розділу**

Організація та проведення констатувального експерименту обумовлюють висновки другого розділу даного дослідження.

1. Було виявлено, що симптом соціальної дезадаптації спостерігається у меншій кількості досліджуваних, психологічні чинники, які було вибрано в даному дослідженні не впливають на рівень адаптованості більшості військовослужбовців.

2. Враховуючи психологічні чинники соціальної дезадаптації військових нами було обрано наступні напрями дослідження: виявлення наявності та ступені прояву психологічних чинників соціальної дезадаптації військовослужбовців. Для реалізації даного завдання, методиками, що використовувалися під час проведення експерименту були: методика «Адаптивність-200», методика «Емоційний інтелект

IQ» Н. Холла, методика «Рівні комунікативних та організаторських здібностей КОС-2» та методика «Діагностика рівнів соціальної фрустрації Л.И. Васермана (модифікація В.В. Бойко)»

3. За результатами дослідження було виявлено, що у багатьох респондентів високий рівень адаптаційних можливостей в соціумі, що говорить про відповідає вимогам, що пред'являються до військовослужбовців в умовах бойової діяльності. Проте мала група досліджуваних все ж таки має проблеми з адаптивними можливостями, що говорить про невідповідність вимогам які потребують військовослужбовці. Це, в свою чергу, обмежує його професійні здібності.

Результати статистичного аналізу за кожним критерієм, підтвердили їх статистичну значущість.



## ВИСНОВКИ

Метою нашого дослідження було теоретично обґрунтувати та експериментально дослідити психологічні чинники дезадаптації новобранців.

Ретельно дослідивши це питання ми виявили результат та проблеми в даній темі.

Вирішуючи дані завдання ми зробили наступні висновки:

Виявлено, що загальними ознаками дезадаптації є стрес, психічні і фізичні захворювання, конфлікти, емоційні переживання тощо.

Розкрито сутність понять:

Дезадаптація – це формування неадекватних механізмів пристосування людини до умов навколишнього середовища, порушень в поведінці, конфліктних відносин, психогенних захворювань і реакцій, підвищеного рівня тривожності, негармонійний розвиток особистості.

Дезадаптація як прояв — це зовнішня характеристика людського нещастя, що виражається в його нетиповій поведінці, установках і діяльності в цьому середовищі. Відбулися демонстрації недоліків. Само собою зрозуміло, що виявляють помилку. Необхідно добре знає людину та її типові прояви в різних ситуаціях.

Адаптація визначається як процес пристосування особистості до умов оточуючого середовища, інтеграція індивіда до соціальної групи, формування належної системи відносин з іншими особистостями, дії індивіда, спрямовані на засвоєння стабільних умов суспільства, усвідомлення цінностей та норм даного соціального середовища.

Адаптивність – це вроджена і набута пристосованість, тобто пристосування до всього різноманіття життя в будь-яких умовах.

Адаптаційні можливості – це стійкі характеристики індивідуально-типологічного та особистісного рівня людської індивідуальності, які дають змогу успішно адаптуватися до різних життєвих вимог і виявляються як у фізіологічному, так і у психологічному плані, спрямовуючи поведінку особистості. [10]

Серед ознак дезадаптації людини виділяють об'єктивні і суб'єктивні. До об'єктивних відносять: зміну поведінки людини в соціальній сфері, її невідповідність своїм соціальним функціям, патологічну трансформації поведінки. До суб'єктивних відносять: психоемоційні зрушення в особистості – від негативного забарвлених переживань до клінічно виражених психопатологічних синдромів. До суб'єктивних ознак можна віднести і стан психологічного ступору. Це стан, що виникає унаслідок тривалого перебування особистості в конфлікті (зовнішньому або внутрішньому) і відсутності необхідних адаптаційних механізмів для виходу із цього стану.

Визначені критерії обумовили вибір діагностичного інструментарію дослідження. Так, для виявлення індивідуальних особливостей було використано методичку «Адаптивність-200», яка містить 200 тверджень (запитань) про життя, роботу, відносини у сім'ї, інтереси і схильності. б) з метою виявлення ставлення до себе і до інших, здатності до спілкування; ставлення до життя і пошуки гармонії нами було застосовано методичку «Тест на емоційний інтелект IQ». в) на виявлення комунікаційних особливостей я використовувала методичку «Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2)». г) була використана «Методика діагностики рівня соціальної фрустрованості Л.І. Васермана» на визначення ступеня незадоволеності соціальними досягненнями в основних аспектах життєдіяльності.

Отримані результати засвідчують, що серед багатьох опитуваних симптом соціальної дезадаптації є не поширеним, оскільки чинники соціальної адаптації сформовані на високому рівні, що є показником гарних адаптаційних можливостей. Такі результати ми можемо спостерігати у шкалах: «самотивація», «управління своїми емоціями», «фрустрованість», «поведінкова регуляція», «стресостійкість», комунікативний потенціал», «організованість», «комунікативність» та ін.

Результати статистичного аналізу за кожним критерієм підтвердили їх достатню вірогідність і статистичну значущість.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ

1. Безпалько О.В. Соціальна педагогіка в схемах і таблицях: навч. посіб. / О.В. Безпалько – К.: Центр навчальної літератури, 2003. – 134 с.
2. Бохонкова Ю. Можливості корекції особистісних чинників соціально-психологічної адаптації. Соціальна психологія. 2005. № 2.
3. Бурлачук Л.Ф. Словарь-справочник по психодиагностике / Бурлачук Л.Ф.– СПб.: Питер, 1999. – 518 с.
4. Вельчинская Т.П. Подходы к проблеме дезадаптации: медицинский, социально-психологический и онтогенетический / Вельчинская Т.П. – М.: ТЦ Сфера, 2001. – 160 с.
5. Горліченко М. Г. Педагогічні умови адаптації курсантів до навчання у вищих військових навчальних закладах: дис. ...канд. пед. наук: 13.00.04 / Горліченко Марина Григорівна. — О.: Південноукраїнський держ. педагогічний ун-т ім. К.Д.Ушинського, 2004. — 210 с.
6. Кандибович М.І. Военная психология и педагогика / Современная военная психология: хрестоматия / М.І. Кандибович, Л.А. Дяченко; сост. А.А. Урбанович. – Мн.: Харвест, 2003. – 576 с.
7. Дьяченко М.И., Кандибович Л.А. Психологические проблемы готовности к деятельности. Минск, 1976. 176 с.
8. Капська А. Й. Соціально-педагогічна робота з проблемними сім'ями : посібник / А. Й. Капська, Н. С. Олексюк, С. М. Калаур, З. З. Фалинська. – Тернопіль : Астон, 2010. – 304 с.
9. Ковальова А. І. Соціалізація: норма і відхилення. - К.: Ін-т Молоді, 1996.
10. Кокун О. М. Психофізіологія / О.М. Кокун // Навч посіб. - К.: Центр навчальної літератури, 2006. - 184 с.
11. Кузьменко Т. Соціологія : навчальний посібник. Київ : Центр учбової літератури, 2010. 320 с.

12. Ліпатов І.І. Психологічна адаптація військовослужбовців до бойової діяльності: навч. посіб. / І.І. Ліпатов, Л.Ф. Шестопалова, В.С. Афанасенко – Х.: ХВУ, 1999. – 148 с.
13. Мардахаев Л.В. Социальная педагогика: учебник / Л. В. Мардахаев. М.: Гардарики, 2005. — 269 с.
14. Морозов А. Деловая психология. Курс лекций : учебник для высших и средних специальных учебных заведений. Санкт-Петербург : Союз, 2000. 576 с
15. Мустаева Ф.А. Основы социальной педагогики: учебник для студентов высших педагогических учебных заведений / Ф.А.Мустаева. – М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2002. – 416 с.
16. Налчяджан А. Психологическая адаптация. Механизмы и стратегии. 2 изд., перераб. и доп. Москва : Эксмо, 2010.
17. Нікітіна Н.І. Методика і технологія роботи соціального педагога. - М.: ВЛАДОС, 2005
18. Невмержицький В.М. Психологічні детермінанти адаптації військовослужбовців строкової служби до особливих умов діяльності: дис. ...канд. псих. наук: 19.00.07 / Невмержицький Володимир Максимович. – К.: Військовий гуманітарний ін-т Національної Академії оборони України, 2002. – 231 с.
19. Пашукова Т. И., Допира А. И., Дьяконов Г. В. Психологические исследования: Практикум по общей психологии для студентов педагогических вузов. Учеб.пособие. — М.: Изд-во «Институт практической психологии», 1996.
20. Рютін В.В. Педагогічні умови соціалізації військовослужбовців строкової служби: дис. ...канд. пед. наук: 13.00.05 / Рютін Віталій Васильович. – Луганськ: Луганський національний педагогічний ун-т ім. Т.Г. Шевченка, 2006. – 216 с.
21. Семиченко В. Психология деятельности. Киев, 2002. 248 с. 8. Столяренко Л. Основы психологии. 5 изд., перераб и доп. Ростов-на-Дону : Феникс, 2002. 672 с.
22. Соціальна педагогіка: підручник / за редакцією А.Й. Капської – 2-е вид., перероб. та доп. – К.: Центр навчальної літератури, 2003. – 256

23. Соціально-психологічні складові соціальної роботи з учасниками бойових дій: (методичний посібник) / Г. І. Ломакін. – Х. : Оберіг, 2014. – 168 с.
24. Филатова О. А. Деадаптація личности в условиях чрезвычайных ситуаций // Таврический журнал психиатрии. – 2011. – № 4(57). – с. 128-133.
25. Штефан Л. В. Соціальна адаптація курсантів з мовними труднощами в умовах модульної технології навчання: дис. ...канд. пед. наук: 13.00.05 / Штефан Людмила Володимирівна. – Х.: Харківський військовий ун-т, 1999. – 175 с.
26. Ягупов В. В. Військова психологія: Підручник. Київ: Тандем. 2004, 656 с.
27. <https://psycabi.net/testy/21-emotsionalnyj-intellekt-eq>
28. [http://ininv.vntu.edu.ua/ukr/index.php?option=com\\_content&view=article&id=736:test-otsinka-komunikabelnosti-ta-orhanizatorskykh-zdibnostei-z-kliuchem&catid=41&Itemid=967](http://ininv.vntu.edu.ua/ukr/index.php?option=com_content&view=article&id=736:test-otsinka-komunikabelnosti-ta-orhanizatorskykh-zdibnostei-z-kliuchem&catid=41&Itemid=967)
29. <http://test-metod.ru/index.php/metodiki-i-testy/1/50-metodika-diaagnostiki-urovnya-sotsialnoj-frustratsii-l-i-vassermana-modifikatsiya-v-v-bojko>
30. <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:KSsmhoZCnvyMJ:mirrvopsi.at.ua/Instrumentariy/test-adaptivnist-200.doc+&cd=3&hl=ru&ct=clnk&gl=ua>

## ДОДАТКИ

### ДОДАТОК А

#### Основні шкали методики БОО «Адаптивність-200»

##### 1. Шкала поведінкової регуляції

Стени	Інтерпретація значень шкали ПР
10-8 стенів	<b>Високий рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції.</b> Високий рівень працездатності, у тому числі і в умовах вираженого стресу. Висока толерантність до несприятливих психічних і фізичних навантажень
7 стенів	<b>Достатньо високий рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції.</b> 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 стенів	<b>Достатній рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції.</b> 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 стенів	<b>В цілому достатній рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції.</b> Стійкий рівень працездатності у звичних умовах життєдіяльності. При тривалій дії явних психічних навантажень можливо тимчасове погіршення якості діяльності
4 стени	<b>Дещо понижений рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції.</b> 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	<b>Окремі ознаки нервово-психічної нестійкості і порушення поведінкової регуляції.</b> 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	<b>Виражені ознаки нервово-психічної нестійкості і порушення поведінкової регуляції.</b> 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	<b>Вкрай високий рівень нервово-психічної нестійкості.</b> 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	<b>Високий рівень комунікативних здібностей.</b> Швидко адаптується у новому колективі. Легко встановлює контакти з оточуючими. У

	міжособистісному спілкуванні неконфліктний. Завжди адекватно оцінює свою роль і правильно будує міжособистісні взаєностосунки у колективі
7 стенів	<b>Достатньо високий рівень комунікативних здібностей.</b> 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	<b>Достатній рівень комунікативних здібностей.</b> 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	<b>Рівень комунікативних здібностей середній.</b> 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	<b>Задовільний рівень комунікативних здібностей.</b> На початковому етапі адаптації до нового колективу можуть виникати ускладнення. Не завжди правильно будує міжособистісні взаєностосунки, 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	<b>Понижений рівень комунікативних здібностей.</b> Наявність окремих ознак акцентуації характеру. На початковому етапі адаптації до нового колективу виникають значні ускладнення. Міжособистісні взаєностосунки (як по горизонталі, так і по вертикалі) часто будує неправильно. Хворобливо реагує на критику. Недостатньо розвинута здатність до корекції своєї поведінки
2 стени	<b>Рівень комунікативних здібностей низький.</b> 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	<b>Вкрай низький рівень комунікативних здібностей.</b> Наявність виражених ознак акцентуації характеру. Адаптація до нового колективу протікає тривало і вкрай 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	<b>Дуже високий рівень соціалізації.</b> Суворо орієнтований на загальноприйняті і соціально схвалювані норми поведінки. Суворо дотримується корпоративних вимог. У повсякденній діяльності групі

	інтереси ставить вище особистісних. Виражені альтруїстські якості
8 стенів	<b>Високий рівень соціалізації.</b> Суворо орієнтований на загальноприйнятті і соціально ухвалені норми поведінки. Схильний дотримуватися корпоративних вимог. У повсякденній діяльності групові інтереси ставить вище особистісних
7 стенів	<b>Достатньо високий рівень соціалізації.</b> 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	<b>Достатній рівень соціалізації.</b> 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	<b>В цілому достатній рівень соціалізації.</b> Прагне дотримуватися загальноприйнятих і соціально ухвалених норм поведінки. У повсякденній життєдіяльності групові інтереси, як правило, переважають над особистісними інтересами
4 стени	<b>Задовільний рівень соціалізації.</b> Не завжди орієнтований на дотримання загальноприйнятих і соціально ухвалених норм поведінки. У повсякденній життєдіяльності особистісні інтереси, як правило, переважають над груповими
3 стени	<b>Недостатній рівень соціалізації.</b> В цілому не прагне дотримуватися загальноприйнятих норм поведінки і соціально ухвалених вимог. В повсякденній життєдіяльності особистісні інтереси переважають над груповими
2 стени	<b>Низький рівень соціалізації.</b> 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	<b>Вкрай низький рівень соціалізації</b> (значно відмінний від номінальних значень для даної вікової групи). Вважає за краще діяти згідно власних планів, не враховуючи думку оточуючих. Особистісні інтереси домінують над груповими. Для досягнення особистісних інтересів ігноруються загальноприйнятті норми і правила поведінки

#### Додаткові шкали БОО «Адаптивність-200»

#### 4. Шкала військово-професійної спрямованості

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



### 5. Шкала схильності до девіантних форм поведінки

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

### 6. Шкала суїцидального ризику

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

## «АДАПТИВІСТЬ-200»

«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 погоджуєтесь 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 украй 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 хрипоти, ні невиразності)
45	Я вважаю, що моє сімейне життя таке ж добре, як у більшості моїх знайомих
46	Мене вкрай 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	Граплялося, 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 перехожу 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 поганій 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 двояко

## Методика «Эмоциональный интеллект» Н. Холла

**Инструкция**

Ниже Вам будут предложены высказывания, которые, так или иначе, отражают различные стороны Вашей жизни. Пожалуйста, отметьте звёздочкой или любым другим знаком тот столбец с соответствующим баллом справа, который больше всего отражает степень Вашего согласия с высказыванием.

**Обозначение баллов:**

- Полностью не согласен (–3 балла).
- В основном не согласен (–2 балла).
- Отчасти не согласен (–1 балл).
- Отчасти согласен (+1 балл).
- В основном согласен (+2 балла).
- Полностью согласен (+3 балла).

№	Высказывание	Балл(степень согласия)					
		–3	–2	–1	+1	+2	+3
1	Для меня как отрицательные, так и положительные эмоции служат источником знания о том, как поступать в жизни.						
2	Отрицательные эмоции помогают мне понять, что я должен изменить в моей жизни.						
3	Я спокоен, когда испытываю давление со стороны.						
4	Я способен наблюдать изменение своих чувств.						
5	Когда необходимо, я могу быть спокойным и сосредоточенным, чтобы действовать в соответствии с запросами жизни.						
6	Когда необходимо, я могу вызвать у себя широкий спектр положительных эмоций, такие, как веселье, радость, внутренний подъем и юмор.						
7	Я слежу за тем, как я себя чувствую.						
8	После того как что-то расстроило меня, я могу легко совладать со своими чувствами.						
9	Я способен выслушивать проблемы других людей.						
10	Я не закликаюсь на отрицательных эмоциях.						
11	Я чувствителен к эмоциональным потребностям других.						
12	Я могу действовать успокаивающе на других людей.						
13	Я могу заставить себя снова и снова встать перед лицом препятствия.						
14	Я стараюсь подходить творчески к жизненным проблемам.						
15	Я адекватно реагирую на настроения, побуждения и желания других людей.						
16	Я могу легко входить в состояние спокойствия, готовности и сосредоточенности.						
17	Когда позволяет время, я обращаюсь к своим негативным						

	чувствам и разбираюсь, в чем проблема.								
18	Я способен быстро успокоиться после неожиданного огорчения.								
19	Знание моих истинных чувств важно для поддержания «хорошей формы».								
20	Я хорошо понимаю эмоции других людей, даже если они не выражены открыто.								
21	Я хорошо могу распознавать эмоции по выражению лица.								
22	Я могу легко отбросить негативные чувства, когда необходимо действовать.								
23	Я хорошо улавливаю знаки в общении, которые указывают на то, в чем другие нуждаются.								
24	Люди считают меня хорошим знатоком переживаний других людей.								
25	Люди, осознающие свои истинные чувства, лучше управляют своей жизнью.								
26	Я способен улучшить настроение других людей.								
27	Со мной можно посоветоваться по вопросам отношений между людьми.								
28	Я хорошо настраиваюсь на эмоции других людей.								
29	Я помогаю другим использовать их побуждения для достижения личных целей.								
30	Я могу легко отключиться от переживания неприятностей.								



**Питання тесту «Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2)»**

Методика визначення комунікативних і організаторських схильностей містить 40 питань. На кожне питання слід відповісти «так» (+) або «ні» (-). Якщо вам важко у виборі відповіді, необхідно все-таки обрати між двома альтернативами. Час на виконання: 10-15 хвилин

1. Чи є у вас прагнення до вивчення людей і знайомств з різними людьми?
2. Чи подобається вам займатися громадською роботою?
3. Чи довго вас турбує почуття образи, завданої вам ким-небудь з ваших товаришів?
4. Чи завжди вам важко орієнтуватися в критичній ситуації?
5. Чи багато у вас друзів, з якими ви постійно спілкуєтеся?
6. Чи часто вам вдається схилити більшість своїх товаришів до прийняття ними вашої думки?
7. Чи вірно, що вам приємніше і простіше проводити час за книгами або за яким-небудь іншим заняттям, ніж з людьми?
8. Якщо виникли перешкоди у здійсненні ваших намірів, чи легко вам відмовитися від них?
9. Чи легко ви встановлюєте контакти з людьми, які старші за вас за віком?
10. Чи любите ви придумувати або організовувати зі своїми товаришами різні ігри та розваги?
11. Чи важко вам включатися в нові для вас компанії (колективи)?
12. Чи часто ви відкладаєте на потім справи, які потрібно виконати сьогодні?
13. Чи легко вам вдається встановлювати контакти та спілкуватися з незнайомими людьми?
14. Чи прагнете ви домогтися того, щоб ваші товариші діяли відповідно до вашої думки?
15. Чи важко ви освоюєтеся в новому колективі?
16. Чи правда, що у вас не буває конфліктів з товаришами через невиконання ними своїх обіцянок.
17. Чи прагнете ви при нагоді познайомитися і поговорити з новою людиною?
18. Чи часто при вирішенні важливих справ ви приймаєте ініціативу на себе?
19. Чи дратують вас навколишні люди та чи хочеться вам побути на самоті?
20. Чи правда, що ви погано орієнтуєтеся в незнайомій для вас обстановці?
21. Чи подобається вам постійно знаходитися серед людей?
22. Чи виникає у вас роздратування, якщо вам не вдається закінчити розпочату справу?
23. Чи відчуваєте ви незадоволення, якщо доводиться проявити ініціативу, щоб познайомитися з новою людиною?
24. Чи правда, що ви втомлюєтеся від частого спілкування з товаришами?
25. Чи любите ви брати участь у колективних іграх?
26. Чи часто ви проявляєте ініціативу при вирішенні питань, які зачіпають інтереси ваших товаришів?
27. Чи правда, що ви відчуваєте себе невпевнено серед незнайомих людей?
28. Чи правда, що ви рідко прагнете довести свою правоту?
29. Чи вважаєте ви, що вам не становить особливих труднощів внести пожвавлення в малознайому групу?
30. Чи приймаєте ви участь у громадській роботі в школі (у навчальному закладі, на виробництві)?
31. Чи прагнете ви обмежити коло своїх знайомих?
32. Чи вірно, що ви не прагнете відстоювати свою думку або рішення, якщо воно не відразу було прийнято товаришами?
33. Чи відчуваєте ви себе невимушено, потрапивши в незнайомий колектив?
34. Чи охоче ви приступаєте до організації різних заходів для своїх товаришів?
35. Чи правда, що ви не відчуваєте себе досить упевненим і спокійним, коли доводиться говорити що-небудь великій групі людей?
36. Чи часто ви спізнюєтеся на ділові зустрічі, побачення?
37. Чи правда, що у вас багато друзів?
38. Чи часто ви опиняєтеся в центрі уваги своїх товаришів?
39. Чи часто ви стривожені і відчуваєте незручність при спілкуванні з малознайомими людьми?
40. Чи правда, що ви не дуже впевнено почуваєте себе в оточенні великої групи своїх товаришів?

## Методика діагностики рівня соціальної фрустрації Л.І. Васермана (модифікація В.В. Бойка)

Нижче пропонується опитувальник, який фіксує ступінь незадоволеності соціальними досягненнями в основних аспектах життєдіяльності.

Прочитайте кожен запитання і вкажіть найбільш підходящий відповідь.

0 – повністю задоволені;

1 – скоріше задоволені;

2 – заважає відповісти;

3 – скоріше не задоволені;

4 – повністю не задоволені.

№ П/П	Задоволені чи ви?	0	1	2	3	4
1	Своєю освітою					
2	Взаємини з колегами по роботі					
3	Взаємини з адміністрацією ВУЗа					
4	Взаємини з суб'єктами своєї професійної діяльності (студентами, викладачами, кураторами)					
5	Змістом своєї роботи в цілому					
6	Умовами професійної діяльності (навчання)					
7	Своєю ситуацією в суспільстві					
8	Матеріальним становищем					
9	Життєво-бутовими умовами					
10	Відносинами з дружиною (ом), подругою (другом)					
11	Відносинами з дитиною (дети)					
12	Відносинами з батьками					
13	Ситуацією в суспільстві (державі)					
14	Відносинами з друзями, найближчими знайомими					
15	Сферою послуг і побутового обслуговування					
16	Сферою медичного обслуговування					
17	Проведенням вільного часу					
18	Можливістю проводити відпочинок					
19	Можливістю вибору місця роботи					
20	Своєю ситуацією життя в цілому					

## Критерій рангової кореляції Спірмена.

## Корреляції

		Фрустрація	Організованість
Спірмена Фрустрація	Коефіцієнт кореляції	1,000	,370*
	знач. (двухстороння)	.	,028
	N	35	35
Організованість	Коефіцієнт кореляції	,370*	1,000
	знач. (двухстороння)	,028	.
	N	35	35

\*. Корреляція значима на уровне 0,05 (двухстороння).

## Корреляції

		Фрустрація	Комунікативність
Спірмена Фрустрація	Коефіцієнт кореляції	1,000	,502**
	знач. (двухстороння)	.	,002
	N	35	35
Комунікативність	Коефіцієнт кореляції	,502**	1,000
	знач. (двухстороння)	,002	.
	N	35	35

\*\* . Корреляція значима на уровне 0,01 (двухстороння).

## Корреляції

		Фрустрація	Девіантна поведінка
Спірмена Фрустрація	Коефіцієнт кореляції	1,000	,716**
	знач. (двухстороння)	.	<,001
	N	35	35
Девіантна поведінка	Коефіцієнт кореляції	,716**	1,000
	знач. (двухстороння)	<,001	.
	N	35	35

\*\* . Корреляція значима на уровне 0,01 (двухстороння).

### Корреляції

			Фрустрація	Військово-професійна спрямованість
Спирмена	Фрустрація	Коефіцієнт корреляції	1,000	,428*
		знач. (двухстороння)	.	,010
		N	35	35
	Військово-професійна спрямованість	Коефіцієнт корреляції	,428*	1,000
		знач. (двухстороння)	,010	.
		N	35	35

\*. Корреляція значима на рівні 0,05 (двухстороння).

### Корреляції

			Фрустрація	Поведінкова регуляція
Спирмена	Фрустрація	Коефіцієнт корреляції	1,000	,485**
		знач. (двухстороння)	.	,003
		N	35	35
	Поведінкова регуляція	Коефіцієнт корреляції	,485**	1,000
		знач. (двухстороння)	,003	.
		N	35	35

\*\* . Корреляція значима на рівні 0,01 (двухстороння).

### Корреляції

			Фрустрація	Управління власними емоціями
Спирмена	Фрустрація	Коефіцієнт корреляції	1,000	,554**
		знач. (двухстороння)	.	<,001
		N	35	35
	Управління власними емоціями	Коефіцієнт корреляції	,554**	1,000
		знач. (двухстороння)	<,001	.
		N	35	35

\*\* . Корреляція значима на рівні 0,01 (двухстороння).

## Корреляции

		Фрустрація	Емоційна обізнаність
Спирмена	Фрустрація	Коэффициент корреляции	1,000
		знач. (двухсторонняя)	,944**
		N	<,001
Емоційна обізнаність	Фрустрація	Коэффициент корреляции	1,000
		знач. (двухсторонняя)	,944**
		N	<,001

\*\* . Корреляция значима на уровне 0,01 (двухсторонняя).