

4. Navickienė, O and Vasilis. Vasiliauskas A (2024) The effect of cadet resilience on self-efficacy and professional achievement: verification of the moderated mediating effect of vocational calling. *Frontiers in Psychology*. 14:1330969. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1330969>
5. Paunonen, Sampo V., Lönnqvist, Jan-Erik, Verkasalo, Markku, Nissinen, Vesa (2006). Narcissism and emergent leadership in military cadets. *The Leadership Quarterly*. Volume 17, Issue 5, October, Pp. 475-486.
6. Wrzesniewski, A., Schwartz, B., Cong, X., Kane, M., Omar, A., & Kolditz, T. (2014). Multiple types of motives don't multiply the motivation of West Point cadets. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 111(30), 10990–10995. <https://doi.org/10.1073/pnas.1405298111>.
7. Yevchenko, I. M., Masliuk, A. M., Podolyak, N. M., & Girchenko, O. L. (2021). Students' orientation to the past, present, future and its dependence on their way of self affirmation. *Linguistics and Culture Review*, 5(S4), 454-468. <https://doi.org/10.21744/lingcure.v5nS4.1586>

УДК 159.9

*Ортікова Наталія Володимирівна,  
доктор філософії (PhD) з психології,  
доцент кафедри психології,  
Державний торговельно-економічний університет  
<https://orcid.org/0000-0001-5138-2342>*

## РЕСУРСНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ПІД ЧАС ВІЙНИ

Психологічна травматизація, що несе в собі війна, вичерпує особистісні, внутрішні ресурси людини, а саме: знижує рівень активної мотивації чинення опору стресовим ситуаціям; сили Я-концепції, самоповаги, самооцінки, відчуття самоцінності, самодостатності; оптимістичної життєвої позиції; позитивності, раціональності; уміння створювати собі настрій, самопослідовності тощо. Тому відновлення, збагачення, поповнення особистісних ресурсів для значної частини українців в умовах війни, на нашу думку, є важливим і актуальним питанням.

Перш ніж розглядати особливості відновлення та поповнення особистісних ресурсів, вважаємо за потрібне звернутися до тлумачення змісту таких понять, як «ресурси особистості», «ресурсність особистості», «ресурсний стан».

Так, ресурси, за визначенням С. Хобфолла, це особистісні властивості й здібності, що є для людини цінними та допомагають адаптуватися до стресових ситуацій й долати їх. А ресурсність цей автор визначає як співвідношення внутрішніх, соціальних, матеріальних втрат та здобутків [4].

На підтримку зазначеного вище тлумачення, вітчизняна авторка І. Бринза говорить про те, що ресурси це внутрішні і зовнішні змінні, які сприяють психологічній стійкості особистості в стресогенних ситуаціях; це емоційні, мотиваційно-вольові, когнітивні та поведінкові можливості, які людина актуалізує для адаптації до екстремальних або стресових ситуацій і життєвих подій.

Інша вітчизняна авторка О. Рязанцева визначає ресурси як засіб, умови перетворення, знаходження і розкриття яких приводить до доступу і максимальної реалізації потенціалу особистості, повноцінному і автентичному її існуванню [1].

Отже, коли ми говоримо про ресурси особистості, то в першу чергу розуміємо це як те, на що ми можемо спиратися (внутрішні особистісні якості та зовнішнє оточення), використовувати, покращуючи якість нашого життя і долаючи різні труднощі. Стан вичерпаності ресурсів проявляється як в'ялість, апатія, безактивність, безрадісність, втомленість.

Таке поняття як «ресурсність особистості» українська дослідниця О. Штепа визначає як здатність особистості актуалізовувати власні ресурси з метою саморозвитку й надання підтримки іншим, оперувати власними ресурсами, а саме: вичерпувати їх, поповнювати, відновлювати, використовувати, приймати, вкладати, накопичувати, зберігати тощо [2].

Війна – це екстремальна ситуація, яка ставить під загрозу усі сфери життя. У таких умовах саме ресурсність дозволяє людям виживати, адаптовуватися, зберігати психічне здоров'я, будувати нові відносини, відновлюватись після травми та продовжувати виборювати свої цінності.

«Ресурсний стан» визначається науковцями як мотиваційний стан переживання, як здатність знаходити психологічну опору у самому собі, як стан, в якому людина відчуває, що володіє власними ресурсами, де у неї найбільше свободи і максимальна кількість виборів [3]. Ресурсна особистість може працювати в режимі багатозадачності, такі люди все встигають робити, в них є бажання, прилив енергії, впевненість.

Таким чином аналіз наукових джерел дозволив нам визначити, що поняття «ресурсність особистості», «ресурсний стан» пов'язані із

різними внутрішніми категоріями особистості, які дозволяють їй в цілому бути життєздатною, дієвою, активною, спроможною виконувати як буденні справи, так і успішно реалізовуватися в інших аспектах життя.

Як же поповнювати, відновлювати внутрішні ресурси? Даючи відповідь на це питання, ми, в межах викладання психологічних дисциплін студентам першого курсу Державного торговельно-економічного університету, поставили завдання: описати, як вони справляються зі своїм психологічним станом в умовах війни. Що або хто є для них джерелом для відновлення, поповнення особистісних ресурсів? Більша частина студентів зазначили, що їм допомагає спілкування з близькими, друзями, підтримка рідних, волонтерська діяльність, фізична активність, навчання і саморозвиток, а також хобі. Менша частина першокурсників дали відповідь типу: «якось справляюсь самотійно, якось «беру себе в руки», якось себе примушую щось робити, бо треба якось продовжувати жити...». Як бачимо з відповідей першокурсників, більшості з них вдається поповнювати внутрішні ресурси через соціальну активність та соціальне оточення. В той же час зауважимо, що окрім соціальних чинників відновлення, поповнення внутрішніх ресурсів, доцільно згадати про важливість внутрішньої роботи на собою. А саме: визначення своїх цінностей та цілей; розвиток своїх талантів та інтересів; пошук нових смислів у житті; позитивне мислення. Ще не менш важливими факторами є генетичні особливості: деякі люди від природи більш стійкі до стресів; особливості виховання: цінності, які прищеплюються у дитинстві, впливають на формування особистості; особистий досвід: пережиті проблеми можуть як загартувати характер так і травмувати психіку.

Подальші наукові розвідки планується робити в напрямі вивчення особливостей впливу різноманітних зовнішніх та внутрішніх чинників на ресурсний стан особистості в умовах війни.

### Список використаних джерел

1. Рязанцева О. Ю., Бринза І. В. До проблеми діагностики екзистенціальних ресурсів особистості. *Актуальні проблеми психології. Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка*. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2010. Т. 7. Вип. 23. С. 201–209.
2. Штепа О. Теоретичний аналіз ресурсного стану особистості. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна*. Серія : Психологія. 2014. № 1121, Вип. 56. С. 51–56.

3. Штепа О. Ресурсний стан: психологічний аналіз та інтерпретація. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки.* 2017. Вип. 1. С. 142–149.
4. Hobfoll S. E., Lilly R. S. Resource conservation as a strategy for community psychology. *Journal of Community Psychology.* № 21. 1993. P. 128–148.

УДК 159.9

**Осьодло Василь Ілліч,**  
начальник інституту воєнної історії,  
доктор психологічних наук, професор

**Тютюнник Лілія Леонтіївна,**  
старший науковий співробітник  
інституту стратегічних комунікацій,  
доктор філософії (С4 психологія),  
Національний університет оборони України

## **ФУНКЦІОНУВАННЯ КОГНІТИВНОЇ СФЕРИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІД ВПЛИВОМ БОЙОВОГО СТРЕСУ**

Участь у бойових діях стала суворим випробуванням психічних та психологічних спроможностей людини. Вплив бойового стресу на психіку військовослужбовця здатен спричинити зміну рис його характеру, а також прояв до цього невластивих акцентуацій; загострювати (у межах норми) особистісні властивості; спричинити виникнення стрес-асоційованих розладів і ризик проявів суїцидального характеру тощо. Стресори війни можуть зумовлювати когнітивні дисфункції, зокрема, впливати на пам'ять, мислення, уяву, сприйняття, увагу тощо.

У боротьбі з психотравмуючим впливом залежно від сили і терміну дії стресорів у бойовій обстановці у бійця спочатку порушується функціонування інтелектуальної, а потім соціальної й емоційної особистісних складових [1; 2, с. 107–108]. Це, зі свого боку, призводить до часткової або повної втрати військовослужбовцем його функціональних спроможностей і негативно впливає на успішність виконання ним поставлених завдань.