

Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г.Шевченка
ННІ психології та соціальної роботи
Кафедра загальної, вікової та соціальної психології

Кваліфікаційна робота

освітнього ступеня «магістр»

на тему

«АКСІОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ ЕКОЛОГІЧНОЇ СВІДОМОСТІ ОСОБИСТОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ»

Виконав:

магістр II курсу, 61 групи

053 Психологія

Барбаш Максим Денисович

Науковий керівник:

кандидат біологічних наук, доцент

Мунасіпова-Мотяш І. А.

Захищено з оцінкою _____

Голова ЕК:

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Чернігів – 2021

Студент (ка)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Науковий керівник

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Рецензент

(підпис)

(прізвище та ініціали)

Кваліфікаційна робота розглянута на засіданні кафедри загальної, вікової та соціальної психології, протокол № _____ від «____» _____ 2021 року.

Студент (ка) допускається до захисту даної роботи в екзаменаційній комісії.

Завідувач кафедри

(підпис)

(прізвище та ініціали)

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ	
ДОСЛІДЖЕННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ У	
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.....	9
1.1. Стрес як психологічний феномен. Зміст та сутність стресостійкості особистості.....	9
1.2. Дослідження специфіки розвитку стресостійкості особистості...	11
1.3. Аналіз психологічних умов розвитку стресостійкості у військовослужбовців.....	13
РОЗДІЛ 2.ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ТА ІСТОРИЧНІ	
ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕКОЛОГІЧНОЇ	
СВІДОМОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.....	17
2.1.Концептуалізація поняття «екологічна свідомість», її структура та типологія.....	17
2.2.Психологічні складові і функції екологічної свідомості.....	21
2.3.Екологічна свідомість як складова розвитку особистості військовослужбовців.....	24
РОЗДІЛ 3.ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ АКСІОЛОГІЧНОГО	
АСПЕКТУ ЕКОЛОГІЧНОЇ СВІДОМОСТІ	
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.....	27
3.1.Програма та методи дослідження екологічної свідомості військовослужбовців.....	27
3.2.Діагностика екологічної свідомості, екологічних установок та ціннісних орієнтацій військовослужбовців.....	28
3.3.Дослідження рівня стресостійкості та соціальної адаптації військовослужбовців.....	36

3.4.Визначення впливу екстремального середовища на екологічну свідомість військовослужбовців.....	40
РОЗДІЛ 4.ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ, ЩОДО РОЗВИТКУ ЕКОЛОГІЧНОЇ СВІДОМОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ....	45
ВИСНОВКИ.....	48
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	51
ДОДАТКИ.....	54

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Сьогодні молоду делегацію нашої країни активно залучають до армії на строкову військову службу. Сюди входять не лише звичні для військовослужбовців обов'язки, котрі вони виконують в повсякденному житті, а й екстремальні умови в котрі вони потрапляють під час проходження служби. Сучасне мислення про психологічні наслідки екстремального впливу на військовослужбовців традиційно розглядається двома основними способами. Один з них - це вплив на бойову ефективність, а інша - збереження психічного здоров'я солдатів. На основі даних показників у військовослужбовців формується певний тип стресостійкості та екологічної свідомості.

Вплив екстремальних факторів, залежно від різної чутливості кожного військовослужбовця до зовнішніх впливів, таких як конституційні характеристики, етнічна приналежність, час перебування на території проходження служби, екологічні та кліматичні особливості постійного проживання, впливає на формування екологічної свідомості військовослужбовців.

Психологічна та психофізична підготовка відіграє важливу роль у процесі адаптації до проходження служби військовослужбовців та формування стресостійкості. Тому дослідження екологічної свідомості та рівнів стресостійкості військових настільки ж важливе, як і навчання технічним навичкам та фізичним якостям для ефективного виконання завдань у стресових умовах життя.

Психофізична підготовка визначається рівнем розвитку загальних психічних та особливих фізичних якостей: сили, швидкості, спритності та витривалості, координації рухів, опору навантаженням. Розвиток здатності протистояти численним стресовим чинникам покращує кількість і якість екологічної свідомості.

Незважаючи на зацікавленість військової психології адаптацією людей до умов служби, наразі немає єдиної теорії військової адаптації, а визначення та зміст процесу формування екологічної свідомості неоднозначні.

Негативні психічні стани, що ведуть до зниження військово-професійної працездатності, нерідко бувають викликані екстремальними умовами праці та проживання. Екстремальні умови - це умови, що лежать за межами відносного оптимуму, в якому людина комфортно себе почуває і нормально функціонує. Оптимальні умови життя і професійної діяльності не вимагають особливої напруги і дозволяють швидко відновлювати функціональні резерви організму після перенесених навантажень. Це те, до чого людина адаптувався в процесі еволюції.

Виходячи із загальної концепції адаптаційного процесу військовослужбовців та екстремальних умов життя людини, ми розуміємо, що більша адаптація до екстремальних екологічних умов вважається адаптацією індивіда до життя у стресових ситуаціях. Дана теорія була сформульована В. І. Лебедєвим. Адаптація розуміється як процес формування психічної реакції індивіда, системи відносин, що відповідає екологічним вимогам у котрих перебуваю людина.

Різні психічні стани, включаючи екстремальні, утворюють різні психомоторні підсистеми, які є результатом реакцій на зовнішні впливи. Психомоторні навички забезпечують контроль над психічними процесами в умовах стресових завдань. Покращення рухової регуляції діяльності формує вищий рівень управління та забезпечує належну саморегуляцію у міжособистісних стосунках та діяльності. Це вказує на потенціал для розвитку якісних та кількісних показників адаптаційного процесу.

Актуальність цього дослідження зумовлена відсутністю науково обґрунтованої концепції екологічної свідомості та стресостійкості до екстремальних станів військових, що значно покращує рівень успіху та ефективності бойового завдання.

Проблема дослідження викликана необхідністю визначити рівень стресостійкості військових до екстремальних умов навколишнього середовища та відсутністю унікальної концепції розвитку екологічної свідомості. Найефективніший спосіб подолати це протиріччя - вивчити та узагальнити особливості психологічної адаптації військових до екстремальних умов служби.

Об'єкт дослідження - психологічна характеристика впливу екстремальних умов на екологічну свідомість військовослужбовців.

Предмет дослідження - соціально-психологічна особливість екологічної свідомості військових, представлена внутрішніми (індивідуально-психологічними) та зовнішніми (психомоторними) аспектами процесу адаптації до екстремальних умов служби .

Метою роботи є вивчення соціально-психологічних особливостей екологічної свідомості військових в екстремальних умовах служби.

Відповідно до сформульованої було виконано наступні **завдання дослідження**:

- 1) проаналізовано поняття стресу як психологічного феномену, зміст та сутність стресостійкості особистості;
- 2) здійснено аналіз психологічних умов розвитку стресостійкості у військовослужбовців;
- 3) визначено психологічні складові і функції екологічної свідомості, як складової розвитку особистості військовослужбовців;
- 4) проведено діагностику екологічної свідомості, екологічних установок та ціннісних орієнтацій військовослужбовців;
- 5) здійснено дослідження рівня стресостійкості та соціальної адаптації військовослужбовців;
- 6) визначено вплив екстремального середовища на екологічну свідомість військовослужбовців;
- 7) розроблено практичні рекомендації щодо розвитку екологічної свідомості військовослужбовців.

Гіпотеза дослідження. Залежно від психологічних особливостей особистості військовослужбовців, екстремальні умови служби впливають на екологічну свідомість військовослужбовців.

Новизна роботи полягає в наступному:

1. Специфікації об'єктивних соціальних умов та екстремальних факторів навколишнього середовища, що впливають на екологічну свідомість військовослужбовців.
2. Розробка інструментів та дослідження екологічної свідомості військовослужбовців.
3. Виявлення закономірностей змін екологічної свідомості військовослужбовців у процесі емпіричного аналізу.

Практичне значення дослідження полягає у одержанні та подальшому використанні емпіричних досліджень, щодо рівня екологічної свідомості військовослужбовців та їх стресостійкості в умовах проходження служби.

У роботі було використано наступні **методи дослідження:**

- *аналізу та синтезу* (під час вивчення поняття стресостійкості та стресу, як психологічного феномену, в хода визначення складових формування екологічної свідомості військовослужбовців);
- *систематизація* (в ході підбору методів для організації процедури емпіричного дослідження);
- *емпіричний* (під час проведення діагностики екологічної свідомості, екологічних установок та ціннісних орієнтацій військовослужбовців та дослідження рівня стресостійкості та соціальної адаптації військовослужбовців);
- *порівняння* (під час співставлення отриманих результатів дослідження екологічної свідомості та стресостійкості військовослужбовців).

Структура роботи. Дипломна робота складається зі вступу, чотирьох розділів, списку використаних джерел у кількості 31 найменування та 2

додатків. Загальний обсяг роботи 63 сторінок, з них основного тексту 48 сторінок.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

1.1. Стрес як психологічний феномен. Зміст та сутність стресостійкості особистості

На даній стадії суспільного розвитку на стрес та його реакції впливають не тільки психологи, фізіологи та лікарі, а й широкі верстви населення. Котрі доволі часто стають причинами його виникнення. Це тому, що стрес - це явище, яке щоденно вражає певну кількість людей. Ще більший інтерес викликає визначення умов розвитку стійкості особистості, що є одним із ключових показників психічного здоров'я та працездатності військовослужбовців в умовах проходження служби.

Стрес вивчався вченими у багатьох напрямках протягом 80 років, але поки що немає єдиної наукової теорії стресу, як традиційного концептуального засобу. Чи є стрес суто негативним явищем, природа цього явища досі є спірною. Дослідження феномену стресу залишається й досі відкритим. З'явилися нові наукові факти для розуміння складності та багатофакторності цього явища [14, с.78].

Дослідження фізіології вивчаються і пояснюються більш детально завдяки тому, що фізіологи виявляють і активно вивчають стрес як неспецифічну реакцію організму на певні зовнішні впливи. Вперше поняття «стрес» було введено в науковому розповсюдженні Г. Сельє в 1936 році.

А.В.Вальдман охарактеризував реакцію організму на стрес на зовнішні подразники як комплекс психічних та фізичних розладів, що виникли внаслідок значного психологічного стресу, що перевищує можливості психологічної адаптації. Завдяки експерименту вчений та його послідовники детально описали процес реакції організму на стрес. Після появи стресових факторів спочатку діє симпатична адренергічна система. Протягом декількох секунд гіпоталамус надсилає команду спинному мозку. Тут сіра речовина є

ядром симпатичного відділу вегетативної нервової системи і передається до надниркових залоз за допомогою інформації з сонячного сплетіння.

Саме Л. Є Панін підкреслював позитивні значення стресу для організму. Він показав, що стрес - це не тільки спосіб досягнення резистентності організму під дією шкідливих факторів, а й передбачувальне відображення дійсності. Вчений помітив змінне сприйняття сигналів та їх стресові стани.

Тому з фізіологічної точки зору розвиток стресових реакцій відбувається як у тварин, так і у людей за подібними правилами, з метою пристосування організму до мінливих умов навколишнього середовища. Гіпоталамус отримує інформацію про розвиток рецепторних стресорів і посилає відповідні нервові сигнали від спинного мозку до гіпофіза, який виділяє певні речовини. Гіпофіз виділяє адренокортикотропний гормон, змушуючи кору надниркових залоз виробляти основні гормони стресу – кортизол [11, с.142].

Теоретична модель стресу, створену Г. Сельє, має певні сильні та слабкі сторони. До переваг можна віднести той факт, що дані, представлені творцем моделі, були експериментально обґрунтовані. Ще одним важливим внеском у подальше вивчення стресових явищ стало відокремлення двох форм: еустресу та дистресу.

Індивідуальна стресостійкість людини є одним з основних показників психічного здоров'я та важливим показником нормального функціонального стану всього організму. Ця психологічна риса захищає особистість від колапсу, дає можливість реалізувати фізичний та психічний потенціал та сприяє високому рівню працездатності. У психологічній літературі поняття «стресостійкість» тісно пов'язане з поняттями «емоційна стабільність», «психологічна стійкість».

Отже, стресостійкість - це систематична динамічна властивість, яка визначає здатність людини протистояти стресу, справлятися з багатьма

стресовими ситуаціями, змінюватись чи активно адаптуватися без шкоди для здоров'я та підтримувати ефективність власної повсякденної діяльності.

1.2. Дослідження специфіки розвитку стресостійкості особистості

У дорослому віці стресостійкість стає більш індивідуальною. Він або вона вже подолали деякі стресові ситуації, а тому багато рис особистості стали більш стабільні. У той же час соціальні умови життя викликають набагато більше стресових ситуацій. Наприклад, окрім того, що дорослі несуть повну відповідальність за свої дії, вони несуть відповідальність і за народження дитини. Робоче життя також має тенденцію бути трохи напруженим, тому людині потрібно мати високий рівень витривалості і наполегливо працювати, щоб підтримувати та розвивати її.

У своїх дослідженнях О. М. Полякова показала, що доросле життя є найбільш стресостійким періодом формування особистості. Вчена пояснила цей факт тим, що дорослі - це зрілі люди зі стійкою системою світогляду, утвореною ієрархією мотивацій та цінностей. Дорослі можуть мати значний вплив на фактори навколишнього середовища, які є основними стресовими факторами. Певною мірою дослідники І.Т. Шевченко, Н. В. Макарова та Т. Г. Бохан погоджуються з такою позицією.

Експериментально дослідивши психологічні характеристики підлітка, та дорослої людини за допомогою порівняльного аналізу, В.І.Мозговий виявив такі характеристики стресостійкості дорослих: ніжність, високий інтелект, емоційна стабільність, мужність, зір, гнучкість, незалежність та контроль власних бажань [17, с.142].

Аналіз психологічних досліджень, проведених зарубіжними та українськими дослідниками, привів до висновку, що доросле життя є найбільш стресостійким періодом індивідуального вікового розвитку порівняно з періодами іншого віку. Однак цей факт не заперечує існування певних індивідуальних винятків у дорослих. Загалом, дорослі можуть

аналізувати свій досвід, щоб розвинути певні особисті якості, які сприяють розвитку стресостійкості.

У своєму дослідженні В. М. Крайнюк окреслив такі внутрішні чинники формування та розвитку стресу особистості: особистісну концепцію особистості, когнітивний розвиток, розвиток сфер спілкування, семантичні особливості структурних елементів стресу особистості. Тому високий рівень стресостійкості визначається врівноваженістю, впевненістю в собі, відсутністю сором'язливості, низьким рівнем особистої тривожності, сильним самоконтролем. Сфери мотиваційних особливостей - мотивація, професійні навички, досягнення соціальної важливості роботи, станції внутрішнього контролю високого рівня, підготовка до діяльності.

Тому, аналізуючи основні правила зарубіжних та українських вчених на тему стресостійкості, більшість дослідників виявляє, що основними особистісними факторами, що впливають на рівень стресостійкості, є особливості нервової системи та емоційні прояви особистості. Ідеально коли вони перебувають у гармонії та доповнюють одна одну для підвищення рівня стресостійкості [11, с.88].

Більшість дослідників відзначають тісний взаємозв'язок між рівнями тривожності та стійкістю особистості. Люди, які мають тривогу як рису особистості, частіше піддаються стресу, ніж ті, хто відчуває тривогу лише в небезпечних ситуаціях. З. Р. Шайхлісламов виявив, що у тривожних осіб діяльність у стресових ситуаціях викликає значний неврологічний та психологічний стрес через його надмірну кількість. Таким людям варто звертати увагу на якості успіху власної діяльності та завищення важливості та відповідальності за помилки, а не активного пошуку способів вирішення проблем окремими особами.

Самооцінка-важливий психологічний фактор, який має значний вплив на розвиток стресостійкості. У своєму дослідженні Л. В. Боросдін та О. О. Залученов виявили, що більшість подій навряд чи будуть трактуватися як емоційно важкі або стресові, якщо люди цінують та переглядають події, котрі

з ними трапилися. Крім того, коли виникає стрес, до них ставляться краще, ніж до людей з низькою самооцінкою.

1.3. Аналіз психологічних умов розвитку стресостійкості у військовослужбовців

Стресостійкість є важливим чинником забезпечення ефективності та успіху військової професійної діяльності. Системна здатність військовослужбовців протистояти стресу, емоційно реагувати на найбільш стресові ситуації, змінюватись чи активно адаптуватися без шкоди для здоров'я та підтримувати працездатність формується впродовж всього життя. Розвиток стресостійкості як динамічної властивості має свої особливості.

Українські вчені робили кілька спроб виявити стресові фактори, що характеризують військових. Ю. В. Калашников обрав певний стрес, наприклад, зменшення потенційної енергії організму. Вона проявляється у вигляді зниження емоційної стимуляції, частого і тривалого перебування за активну поведінку, дефіциту кисню, малорухливого способу життя, нестачі відпочинку, слабкості, нестійкого імунітету та холодних приміщень.

Відповідно до теоретичної моделі стресу, що враховує перцептивні та когнітивні процеси, створеної Р. Лазарусом, головна роль у розвитку стресу військовослужбовців - це оцінка стресових ситуацій, тобто різних елементів ситуації. Потрібно звернути увагу на особисту важливість та здатність військовослужбовців долати стрес. Це означає, що завдяки пізнавальному процесу відбувається рефлексивна діяльність щодо характеристик стресу та ресурсів для його подолання. Це викликає у людини особливі емоції, які впливають на їх мотивацію навмисне коригувати свою поведінку, спрямовану на боротьбу зі стресом. Тому, враховуючи набір характеристик психологічної реакції на стрес, варто звернути увагу на розвиток стресу особистості в структурі стресостійкості в тих умовах де відбувається проходження служби військовослужбовцями, тобто, перший елемент - це пізнання, другий - емоційний елемент [21, с.175].

За словами О.Ю. Боронова, основа когнітивної складової стресостійкості, - це знання, що визначають розвиток рефлексів для подолання стресу та навички, які лежать в основі практики практичної поведінки та рефлексорної діяльності. Тому, на нашу думку, доцільніше визначити цей елемент стресостійкості військовослужбовців, як когнітивний рефлекс. Це включає здатність оцінювати стресові ситуації, особисті якості та самоаналіз, а також міркувати про позитивні та негативні сторони себе та події, котрі трапляються із військовослужбовцями.

З іншої точки зору, оптимізм є одним із елементів стресостійкої когнітивно-рефлексорної складової військовослужбовців, оскільки оптимізм дає стимул формувати позитивне ставлення до людей, ситуацій та подій як особисте ставлення. В результаті військовослужбовці повинні бути оптимістичними щодо того, що вони роблять, і потребувати особливого настрою для вирішення багатьох стресових ситуацій, котрі часто виникають в мовах проходження військової служби [17, с.104].

Бойова діяльність вимагає різноманітних і високих вимог щодо підготовки військовослужбовців до дій у небезпечних ситуаціях. Успіх цієї діяльності відображається в кінцевому результаті завдання зміцнення професійної довіри на службі. Що стосується професійного авторитету військовослужбовців, то велику увагу необхідно приділити особистим психологічним характеристикам суб'єкта діяльності, і перш за все, їх рівню нейропсихологічної стійкості.

Стресостійкість є важливим чинником забезпечення ефективності та успішності завдань, покладених на військових. Тому в залежності від характеру діяльності, вивчення природи стресостійкості, механізму її розвитку та прояву, необхідно зрозуміти суть цього явища та обґрунтувати методи їх оцінки, навчання та підтримки.

Питання стресостійкості у військовослужбовців є професійно важливою ознакою, яка в повній мірі залежить від самих військовослужбовців. Одним із пріоритетів психологічної підтримки

військовослужбовців є оцінка та формування психологічної стійкості до стресу.

Тому теоретичний аналіз психологічної літератури з проблеми вивчення індивідуальної психологічної стійкості та подолання кризових ситуацій полягає в тому, що психологічна стабільність - це стабільний стан як система, яка може ідентифікувати та блокувати зовнішній світ.

По-перше, на думку вчених, стресостійкість - це така основна особистості, як емоційна стійкість, достатня самооцінка, оптимізм, висока мотивація до саморозвитку та професійного зростання, спілкування та мужність. По-друге, розвиток стресостійкості у військовослужбовців передбачає широкий спектр стратегій подолання, включаючи просоціальні та проблемно-орієнтовані моделі поведінки для подолання різних стресових ситуацій у різних випадках [29, с.159].

Тому аналіз вітчизняних та зарубіжних психологічних досліджень, пов'язаних із вивченням стресостійкості військовослужбовців, дозволяє визначити структуру стресостійкості з когнітивними рефlekсами та емоціями, як складовими. Когнітивні рефlekторні елементи включають оптимізм, належну самооцінку та інші фактори, котрі впливають на формування стресостійкості у військовослужбовців.

До сих пір концепція стресу особистості реалізувала не тільки поняття, але й уніфікацію термінів, і це явище вивчалось окремо в різних формах, але необхідно інтегрувати підхід на основі єдиної теорії. Однак сучасні дослідження показують складну природу стресостійкості, яка проявляється у свідомому чи несвідомому реагуванні на стрес. З іншого боку, оцінка загрози ситуації визначає індивідуальну важливість різних елементів ситуації та їх здатність долати стрес.

На наш погляд, стрес - це систематичне визначення здатності людини протистояти стресу, справлятися з багатьма стресовими ситуаціями. Наявність специфічних фізіологічних, психологічних та матеріальних

ресурсів стресостійкості індивіда та його здатність ефективно їх застосовувати позитивно впливають на розвиток стресостійкості.

РОЗДІЛ 2. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ТА ІСТОРИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕКОЛОГІЧНОЇ СВІДОМОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

2.1. Концептуалізація поняття «екологічна свідомість», її структура та типологія

Штучне навантаження на природне середовище, що виникає внаслідок посилення трансформаційної діяльності людини, визначає зростаючий інтерес до вирішення екологічних проблем. Тому одним із принципово важливих питань сучасного суспільства, питанням часу, є формування та розвиток належної екологічної свідомості, зокрема у військовослужбовців, яка є надто складною та непослідовною у своїх суттєвих теоретичних та практичних аспектах.

Екологічна психологія в даний час сформована та органічно інтегрована в життя людини область міждисциплінарних знань про психологічні аспекти взаємовідносин між людьми та навколишнім середовищем (просторові, географічні, соціальні, культурні). Це важливий фактор регулювання їхньої поведінки та соціальної взаємодії, що розташований на перетині психології та соціальної екології, це спеціалізована галузь для вивчення широкого кола соціальних та гуманітарних питань у відносинах між людьми та навколишнім середовищем [17, с.132].

Психологія екологічної свідомості була розроблена вітчизняними вченими. Слово «екологічний» тут уже вживається в традиційному значенні, що означає «пов'язаний з природою». У цьому контексті словосполучення «психологія навколишнього середовища» неодноразово згадується у працях таких дослідників, як В.Т. Лихачова, Н.І. Іконнікова, О.Ю. Молчанова, С.Д. Деліябо В. А. Ясвіна, А.С. Мартинова та інших.

Оскільки психологічне вивчення ставлення індивіда до природи є темою дослідження в психології екологічної свідомості,

теоретико-методологічні особливості цієї галузі потребують більш детального вивчення.

Важливою темою в цій галузі психології стало вивчення процесу розвитку екологічної свідомості у військовослужбовців. Він розглядається з точки зору соціогенного, онтогенетичного, функціонального та педагогічного аспектів. Оскільки свідомість - це одиниця знань, відносини, створені та виявлені діяльністю та спілкуванням то екологічна свідомість - це сукупність екологічних ідей, існуючого ставлення до природи та пов'язаних із цим стратегій. Психологія екологічної свідомості зосереджується на психологічних елементах взаємодії людини і природи. Особливість цієї взаємодії визначається особливістю самого природного світу, який у певному сенсі займає позицію між світом речей і світом людей. В деяких випадках достатній концептуальний пристрій загальної психології, а в інших випадках - соціальної психології для належного пояснення та аналізу взаємодії людини з навколишнім середовищем [11, с.76].

В.А.Ясвін у психології екологічної свідомості виділяє такі основні питання:

1) аналіз розвитку екологічної свідомості в процесі суспільного становлення. Проводиться аналіз екологічної свідомості різних епох: враховуються їх унікальні прийоми вираження, відносини, стратегічні особливості та взаємодія з природою. Визначаються основні тенденції розвитку та їх економічні, культурні, політичні та інші фактори.

2) Розвиток типів екологічної свідомості. Після цього виклику розвивалися як індивідуальні, так і історично сформовані типи соціально-екологічної свідомості. Ми аналізуємо структуру екологічного вираження та розробляємо його системну модель. Враховуються якісні особливості суб'єктивного ставлення до природи, розробляються їх типологічні параметри та системи для формування психологічних характеристик різних типів ставлення військовослужбовців до

навколишнього середовища. Вивчаються різні варіанти існуючих стратегій і прийомів взаємодії людини з природою та створюються їх типології.

3) Аналіз розвитку екологічної свідомості в процесі онтогенезу. Проаналізовано основні тенденції розвитку онтогенетичного процесу індивідуальної екологічної свідомості військовослужбовців. Вивчаються якісні характеристики та динаміка онтогенезу природи, взаємозв'язок між людьми та природою, образ та положення природи в образі індивідуального світу. Проаналізовано фактори, що визначають розвиток суб'єктивного ставлення військовослужбовців до природи під час онтогенезу, враховується їх специфіка на кожному віковому етапі та створюється їх періодизація. Досліджуються вікові особливості мотивації вибору тієї чи іншої стратегії та відповідні прийоми в контексті загального психічного та особистісного розвитку [30, с.201].

4) Аналіз механізму розвитку та функції екологічної свідомості. Розглянуто її роль у механізмі розвитку екологічного вираження, регулюванні окремих природних об'єктів та загальної природоохоронної діяльності. Аналізуються мотивації екологічної поведінки військовослужбовців, чинники, що її визначають, або вибір стратегій взаємодії з природою, а також механізми розвитку людством різних технологій взаємодії з природою.

5) Детальний аналіз окремих осіб та груп екологічної свідомості. Вивчаються характеристики екологічної свідомості у різних соціальних та професійних групах. Встановлюється зв'язок між належністю соціальних фахівців та деталями системи унікальних екологічних ідей для кожної групи та її окремих членів. Визначається специфіка суб'єктивного ставлення до природи: рівень структурної залежності та розвитку взаємозв'язку параметрів ставлення до природи. Досліджено переваги природних стратегій взаємодії та технологічних варіантів у цих групах [8, с.78].

6) Розробка принципів і методів діагностики екологічної свідомості. Він використовується в експериментальних дослідженнях цих питань у психології екологічної свідомості, рівня та якісної своєрідності розвитку

систем екологічних уявлень, суб'єктивного ставлення до природи та взаємодії з ними.

7) Дослідження психологічної функції, яка може здійснювати взаємодію людини зі світом природи, вплив цих взаємодій на формування особистості. Розвиток на основі таких методів, як психологічна корекція та психотерапія.

Найбільш поширені випадки інтерпретації екологічної свідомості у військовослужбовців стосуються інтегрованих функцій, таких як аспекти суспільної свідомості у формі мотивів, колективної свідомості та одного з важливих і вирішальних елементів сучасності – вміння активно коригувати свій спосіб життя. Ми говоримо про екологічну свідомість не як про окрему складову свідомості військовослужбовців, а як про компонент сучасного світогляду та колективної свідомості, що пропагує екологічно безпечне життя.

Нижче наведені рівні екологічної обізнаності, котрі відрізняються глибиною усвідомлення ступеня екологічного ризику.

1. Задоволення. Це стало результатом визнання цінностей соціальних суб'єктів та відповідності середовища потребам військовослужбовців.

2. Порушення. Характеризується депресією, спричиненою сприйняттям того, що умови навколишнього середовища загрожують потребам та інтересам військовослужбовців.

3. Соціальна напруга. Це викликано сприйняттям загрозливого розвитку умов навколишнього середовища і проявляється у прагненні протистояти небезпечним змінам навколишнього середовища.

4. Конфлікт. Вона виникає із сприйняття суб'єктом серйозної суперечності між екологічною ситуацією та його власними інтересами та цінностями [21, с.114].

Тобто, екологічна свідомість - це своєрідна суспільна свідомість, соціальне явище, характер якого визначається суспільною практикою і є мірою штучного впливу людини на довкілля. Отже, екологічна свідомість - це бачення об'єктивних теоретичних та концептуальних особливостей та систем

суттєвого виміру, низки розроблених концепцій та категорій і об'єктивної визначеності цієї форми суспільної свідомості, що вирізняється особливою уніфікацією.

2.2. Психологічні складові і функції екологічної свідомості

Питання екологічної свідомості, її існування та формування виокремлених типологій залежить від того, що ми вкладаємо у саму концепцію. Структура екологічної свідомості визначається наступним чином:

- ідеї щодо взаємин між системою «люди-природа», як окремими особами, так і групами.
- суб'єктивне ставлення людини до природи;
- відповідні стратегії та технології взаємодії людина-природа;
- важливі цінності етичного плану, які диктують необхідність орієнтованих на довкілля цінностей [14, с.78].

В епоху технічного прогресу, посилення всіх сфер людської діяльності як у виробництві, так і в повсякденному житті, та в епоху інформаційних бумів, у людей залишається все менше часу на ефективну та якісну взаємодію з природою. Заміна прямого спілкування з природою, читання книги про неї або перегляд спеціального телевізійного шоу не вирішує проблему. Тому В. А. Ясвін виділяє багато психологічних функцій взаємодії людини навколишнім середовищем через специфічні потреби людини, що забезпечує існування відповідних мотивів, як усвідомлених, так і несвідомих, для практичної діяльності людини, пов'язаної з природними об'єктами, а саме [31, с.102]:

1. естетична функція: здатність милуватися красою та мелодійним звучанням природи.
2. Пізнавальна функція - здатність спостерігати за цікавими процесами, пізнавати нове тощо.
3. Здатність усвідомити потребу у здібностях: вивчати відповідні навички та освоювати цю здатність турбуватися про навколишнє середовище.

4. Функції, що відповідають етичним потребам: потрібно з кимось підтримувати дружні контакти, спілкуватися та інше.

5. Функції психотерапії: зняти стрес, зменшити збудження тощо.

6. Психофізіологічна функція: зниження артеріального тиску, усунення безсоння тощо.

7. Реабілітаційна функція: у пацієнтів психіатричної лікарні, в'язнів колоній та дитячих будинків зростає бажання контактувати з природними об'єктами.

8. Функція психологічної корекції – покращення сімейних відносин тощо.

9. Виховна функція: виховувати людей, щоб вони звикли до доброти, допитливості та акуратності по відношенню до навколишнього середовища.

10. Функція спілкування.

З психоаналітичної точки зору можна думати про екологічні когнітивні варіанти формування екологічної свідомості. К. Юнг вважав, що найглибшим шаром людського розуму є колективне несвідоме, що має загальну природу, а не особисту. Це включає зміст і дії, які можуть бути спільними для всіх. На думку Е. Фромма, психологічна участь архаїчних людей у природі забезпечила йому глобальну систему безпеки та керівництва.

Очевидно, цей прототип живе в теперішньому колективному несвідомому. Е. Фромм вважає, що людське дитинство залишається природним корінням, і навіть якщо він надовго залишає природу, вона залишається вдома, і вона продовжує з часом знаходити безпеку, повернувшись до неї. Поєднуючи світ рослин і тварин, люди знаходять свою ідентичність і почуття приналежності до природи, як частини природи.

А. І. Шмельова стверджує, що ступінь розвитку екологічної свідомості на індивідуальному та соціальному рівнях безпосередньо впливає на формування «картин світу», цінностей, установок, мотивацій поведінки в навколишньому середовищі, на відповідність відповідним етичним і

моральним стандартам. Тому можна виділити наступні функції екологічної свідомості:

- задоволення психологічними потребами людини, а саме, спілкування, любов, увага, освіта, робота тощо;
- взаємозв'язок між людиною та екологією: екологічна безпека, відсутність загрози, комфорт;
- як система особистого керівництва по відношенню до навколишнього середовища, а саме, екологічно орієнтована поведінка людини, її мотиви та цінність лідерства.

Найдавніша і найбільш природна потреба в безпеці лежить в основі поведінкової психології екологічної свідомості людини.

Основними аспектами функціонування екологічної свідомості є:

- регулювання: забезпечити наявність спеціальних механізмів для раціонального управління відносинами між суспільством та природою;
- пізнання - визначте природу відносин між суспільством та природою, причини екологічних криз та знайдіть шляхи їх вирішення;
- нормативна розробка раціональних норм природокористування на основі знання законів розвитку системи «суспільство-природа»;
- прогноз: прогнозуйте можливі несприятливі наслідки екологічної діяльності та шукайте шляхи їх уникнення або мінімізації [18, с.169].

На основі досліджень О.Н.Яницького, до особливостей екологічної свідомості він включає:

- особові занепокоєння щодо умов навколишнього середовища;
- мобілізація моральних ресурсів;
- вміння ідентифікувати джерело загрози та організацію, яка її породила;
- усвідомлення необхідності співіснування суспільства та природи;
- усвідомлення індивідуальної мобілізації, необхідність особистої участі у протестах, творча поведінка та інші колективні дії;

- когнітивна мобілізація, тобто навчання підготовки до дій на основі розуміння існуючих ризиків та небезпек.

Отже, екологічна свідомість військовослужбовців - це образ навколишнього середовища, соціальної взаємодії, поведінка об'єктів та здатність людини керувати відносинами між природою та культурою.

2.3. Екологічна свідомість як складова розвитку особистості військовослужбовців

Екологічна свідомість військовослужбовців формується на основі двох взаємозалежних елементів: особистості та суспільної свідомості. Екологічне сприйняття людини - це унікальне явище, яке визначається зовнішніми факторами, а саме, соціальним середовищем, політичними та інформаційними впливами, економічним рівнем, екологічним розвитком тощо. Ці фактори не залежать від свідомості і проявляються через призму внутрішнього світу індивіда. До них належать цінності, особистісні смисли, домінуючі установки, соціальні стереотипи, особисті бажання та прагнення [14, с.78].

Іншими словами, екологічна свідомість військовослужбовців включає психічні процеси, якості та умови. Вона формується на основі узагальнених норм і стереотипів суспільства крізь призму внутрішнього світу особистості. Так само суспільне екологічне сприйняття - це накопичення суджень, ідей та стереотипів, які відображають ставлення великих соціальних груп чи суспільства в цілому до екологічних явищ та проблем.

Громадська екологічна свідомість проявляється як продукт більш широкого погляду на існуючі екологічні проблеми, які потребують негайного вирішення. На відміну від чіткого та нечіткого ставлення окремих екологів до конкретних екологічних проблем, екологічна свідомість - це погляд на різні погляди та позиції, існуючі судження, дії, схвалення, підтримку чи заперечення. У будь-якому випадку, як суспільна, так і індивідуальна

екологічна свідомість за своєю суттю мотивована, емоційно забарвлена, зосереджена та активна [18, с.109].

Розвиток екологічної свідомості та поведінки у військовослужбовців може відбуватися на різних рівнях соціальної системи по-різному, через політику, економіку, освіту, засоби масової інформації тощо. Коли політичні, економічні та соціальні сфери впливають на розвиток екологічної свідомості ззовні, вони координуються через екологічну освіту та спрямовуються на екологічний розгляд цього розвитку.

Екологічний характер характеризується психологічною включеністю у світ природи, яка ґрунтується на ідеї взаємозалежності між світом людини та світом природи. Тому екологічна особистість не ізольована від навколишнього світу, а міститься в ньому як один із елементів складної системи екологічних відносин.. Усі закони функціонування екосистем обмежені екологічними особистостями, що характеризують екологічний спокій.

В екологічній свідомості навколишнє середовище є не лише джерелом матеріальних ресурсів, а й чинником людського та духовного розвитку людини, що призводить до прагнення психологічної єдності зі світом для реалізації свого духовного потенціалу. Індивідуальність екосистем визнає той факт, що не тільки суспільство впливає на зовнішній світ, але навколишнє середовище також впливає на природу суспільства [26, с.163].

Практикуючи принцип суб'єктивності природних об'єктів, можна сформувати суб'єктивне ставлення до природи шляхом екологічної освіти серед військовослужбовців. Цей принцип визначає використання цих методів у навчальному процесі. Це сприяє формуванню суб'єктивної модальності ставлення до природи, а також дозволяє людям сприймати природні об'єкти адекватно. Результатом є суб'єктивне ставлення до природи, яке кардинально змінює характер взаємодії екологічної діяльності.

Тому формування екологічної свідомості військовослужбовців шляхом екологічної освіти передбачає використання складних та систематичних

впливів програм освіти та навчання, систематичну потребу в екологічному змісті та взаємодію із зовнішнім світом. Іншим дослідженням у цій сфері для розвитку екологічної свідомості, зосередженим на навчанні екосистем та екологічних особистостей, є розробка та впровадження практичних курсів з психоекологічної освіти в процесі проходження служби військовослужбовцями.

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ АКСІОЛОГІЧНОГО АСПЕКТУ ЕКОЛОГІЧНОЇ СВІДОМОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

3.1. Програма та методи дослідження екологічної свідомості військовослужбовців

Збір отриманих результатів соціально-психологічного дослідження екологічної свідомості військовослужбовців було проведено в 72 окремій механізованій бригаді в кількості 20 осіб, в якості контрольної групи виступили курсанти 5 курсу, котрі проходять військову службу в кількості 20 чоловік.

Для організації емпіричного дослідження екологічної свідомості військовослужбовців було використано наступні методи:

1. Включене спостереження в ході якого ми ознайомилися із особливостями проходження військової служби експериментальною та контрольною групами.
2. Бесіда, під час знайомства із учасниками контрольної та експериментальної групи для підвищення рівня комунікації та відкритості на час учасні у емпіричному дослідженні.
3. Тест «Екоціннісні диспозиції» (ТЕД-М 25) В.О. Скребця з метою виявлення рівня екологічних цінностей і показників екологічної свідомості у військовослужбовців.
4. Методика СЖО Д.А. Леонтьєва та Т-критерій Ст'юдента з метою виявлення статистично-достовірних відмінностей в проявах екологічних цінностей експериментальної та контрольної груп.
5. Методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча, для вивчення ціннісно-мотиваційної сфери військовослужбовців.
6. Методика «Екологічні установки» в модифікації Кряж, Андроннікової.
7. Методика для визначення стресостійкості та соціальної адаптації військовослужбовців авторів Холмса і Раге;

8. Математичний метод кореляції Пірсона для визначення впливу екстремального середовища на екологічну свідомість військовослужбовців;
9. Кореляційний аналіз первинних емпіричних даних.
10. Аналіз та узагальнення отриманих результатів емпіричного дослідження екологічної свідомості військовослужбовців.

3.2.Діагностика екологічної свідомості, екологічних установок та ціннісних орієнтацій військовослужбовців

Першим етапом емпіричного дослідження було використання методики «Сенсо-життєвві орієнтації» Д.А.Леонтьєва (Додаток А) з метою визначення того, чи обрали учасники експериментальної та контрольної групи військовослужбовців сенс власного життя, чи задоволені тим, як вони його проживають. Аналізуючи отримані результати, більшість опитаних експериментальної групи вказали на наповненість їхнього життя необхідним для них сенсом, а середні значення після завершення опитування становили 104,3 бали, а контрольної групи - 102,3 бали, в якій відмічалось, що в більшості сфер життя військовослужбовців є певна гармонія та баланс, а тому вони також задоволені власним життям та тим, як вони його проживають.

Далі ми розглянемо результати досліджень джерела сенсу життя в контрольній та експериментальній групах окремо. Джерелом важливості для експериментальної групи є шкала цілей - 34,3%, виражене на високому рівні. Іншими словами, це має сенс у майбутньому. Учасники експериментальної групи характеризуються наявністю майбутніх життєвих цілей, які дають перспективу щодо сенсу, напрямку та часу життя. Однак високі оцінки за цією шкалою можуть характеризувати не лише тих, хто має мету, але й тих, чийі плани сьогодні не підтримуються та не підтримуються особистою відповідальністю за їх реалізацію. Високий бал - 34,1% в експериментальній групі припадає на локус контроль, що вказує на широкий діапазон свободи

вибору будувати своє життя відповідно до своїх цілей, завдань та їхніх думок щодо власного життя, а це характеризує їх, як сильних особистостей.

22,9% респондентів із високими балами по шкалі Локус-контролю життя мають чітко виражені здатності керувати своїм життям, тобто їх здатності вільно приймати і виконувати рішення. Однак 34,2% респондентів виявили низькі показники за шкалою результативності життя, що, в свою чергу, визначає їх особливе невдоволення корисністю, продуктивністю та сенсом життя.

28,6% респондентів експериментальної групи отримали доволі низькі бали за шкалою життєвих процесів, а тому виявлено, що вони не вважають своє життя цікавим, емоційно насиченим та змістовним. Це можна пояснити неповним або неадекватним вибором зайнятості на даний час під час проходження військової служби. Тому для учасників експериментальної групи джерелом сенсу життя є майбутнє, вони мають широкий діапазон свободи вибору, але водночас вони характеризуються невдоволенням витраченим часом. Отримані результати наведені на рисунку 3.1.

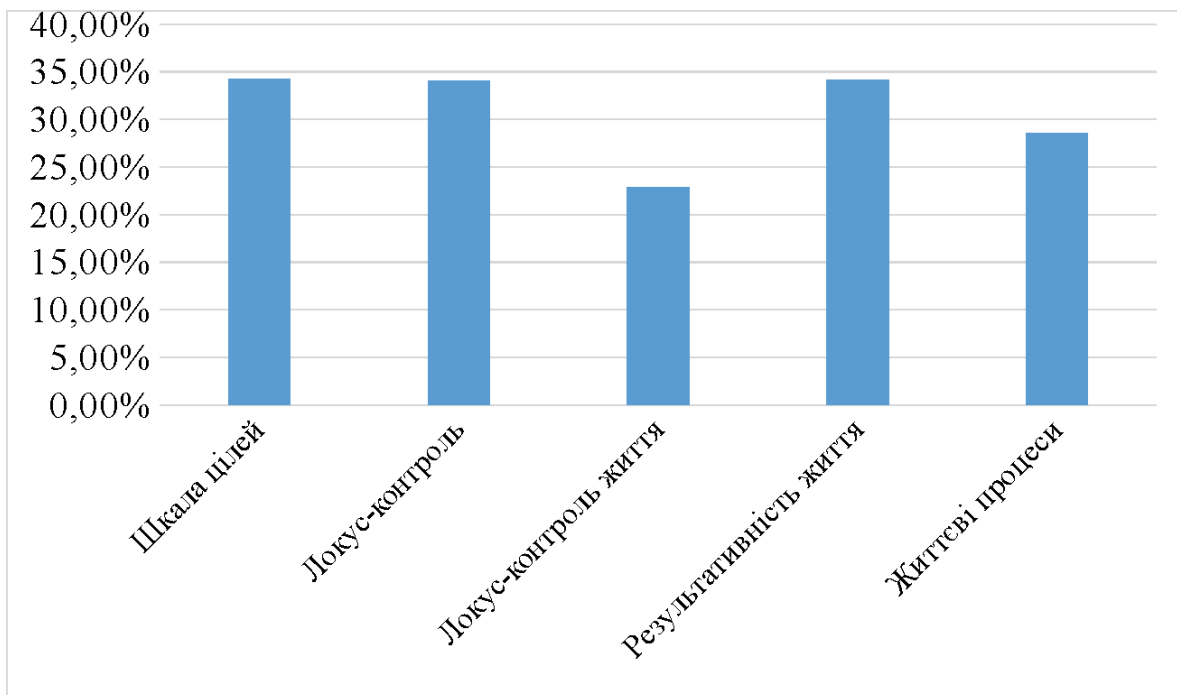


Рис.3.1. «Сенсо-життєві орієнтації експериментальної групи»

Більшість респондентів контрольної групи наразі живуть виключно сьогоденням, а тому за результатами, котрі нам вдалося отримати - 37,1% респондентів мають низькі рівні за шкалою своїх життєвих цілей, тоді як 42,9% контрольних респондентів мають показники незадоволеністю тим відрізком власного життя, яке вони наразі проживають. 22,9% респондентів не вважають своє життя цікавим, емоційно насиченим та змістовним. Лише 25,7% учасників контрольної групи мають майбутні цілі, які дають орієнтири та перспективи життя.

Але високі показники (у 34,4% респондентів) за шкалою Локус контролю-Я (Я — господар життя) відповідають уявленню респондентів контрольної групи про себе, як про сильні особистості, здатні контролювати власне життя та робити усвідомлений вибір. 25,8% учасників (високі бали за шкалою Локус контролю-життя) впевнені, що людина може контролювати власне життя та вільно приймати рішення. Отже, респонденти контрольної групи бачать сенс свого життя в теперішньому та минулому, хоча й незадоволені сьогоденням та прожитим відрізком життя. Отримані дані дослідження контрольної групи представлено на рисунку 3.2.

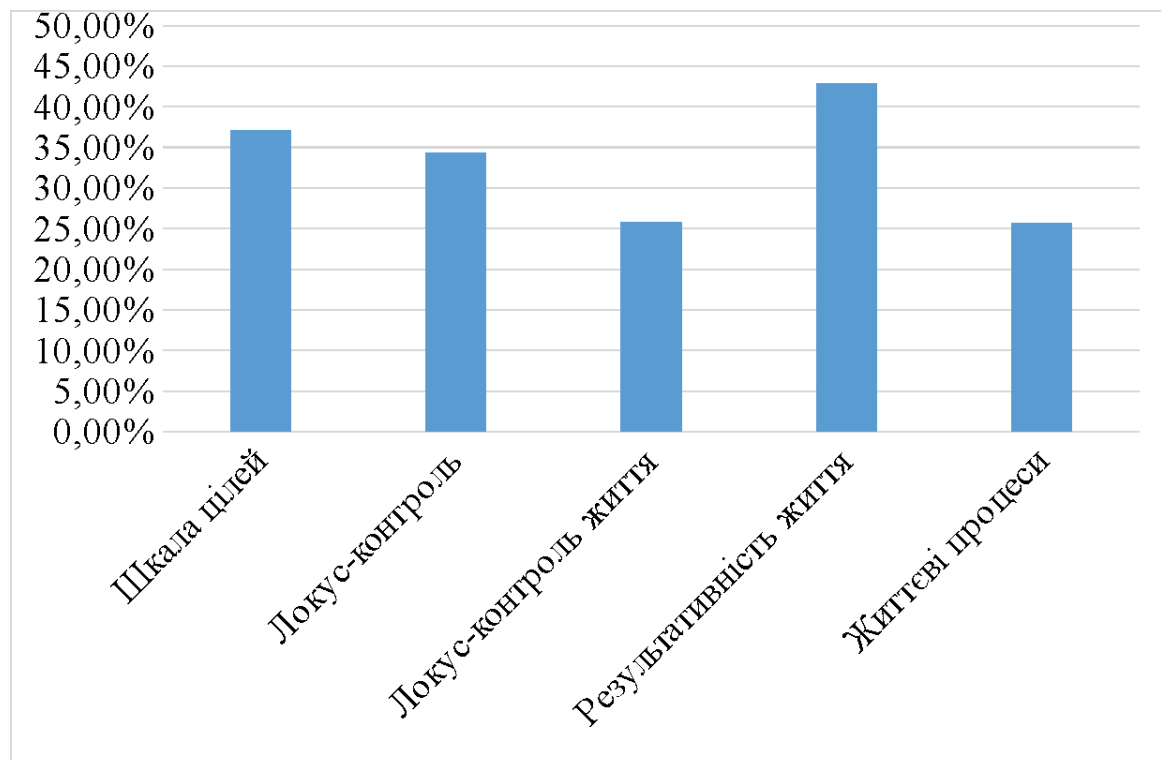


Рис.3.2. «Сенсо-життєві орієнтації експериментальної групи»

З метою виявлення рівня екологічних цінностей та встановлення показника екологічної свідомості експериментальної та контрольної групи військовослужбовців нами було використано тест «Екоціннісні диспозиції» або ТЕД-М 25 В.О. Скребця. Отриманий результат за згаданою методикою дозволив встановити ряд особливостей життєвих цінностей респондентів. Так вдалося встановити, що військовослужбовці експериментальної групи дослідження мають значно вираженіші соціальні цінності, якщо їх порівняти із результатами контрольної групи респондентів. Зокрема, середніми значеннями є 35,3% у експериментальній групі та 26,9% у контрольній). Проте, варто звернути увагу й на те, що у військовослужбовців контрольної групи у порівнянні із експериментальною, переважають показники моральних цінностей, де середніми значеннями є 30,1% у контрольній та 24,4% у експериментальній.

У військовослужбовців експериментальної групи було зафіксовано низькі показники екологічних цінностей, у порівнянні із експериментальною групою, а тому отримані показники розподілилися між двома групами досліджуваних наступним чином: 21,1% в експериментальній групі та 28,3% відповідно у контрольній групі досліджуваних. Досліджувані параметри за критеріями Я-цінності практично в усіх респондентів однакові, зокрема, у контрольній групі вони складають 27,4% і 26,8% у контрольній групі. Порівняння результатів дослідження за допомогою методу ТЕД-М 25 наведено на рисунку 3.3.

Тому для військовослужбовців експериментальної групи важливі, насамперед, взаємодія між соціальним оточенням, нормами та методами соціальної діяльності, пов'язаними із соціально-економічними та соціально-політичними умовами життя та екологічними цінностями. Військовослужбовці контрольної групи віддають перевагу моральним моделям цінностей, концепціям та вимогам, які дозволяють їм орієнтуватися в реальності, що їх оточує. Вони повністю усвідомлюють моральні цінності, та незалежний аналіз систематичних знань про процес розуміння моральних

цінностей та власну діяльність відповідно до моральних цінностей суспільства.

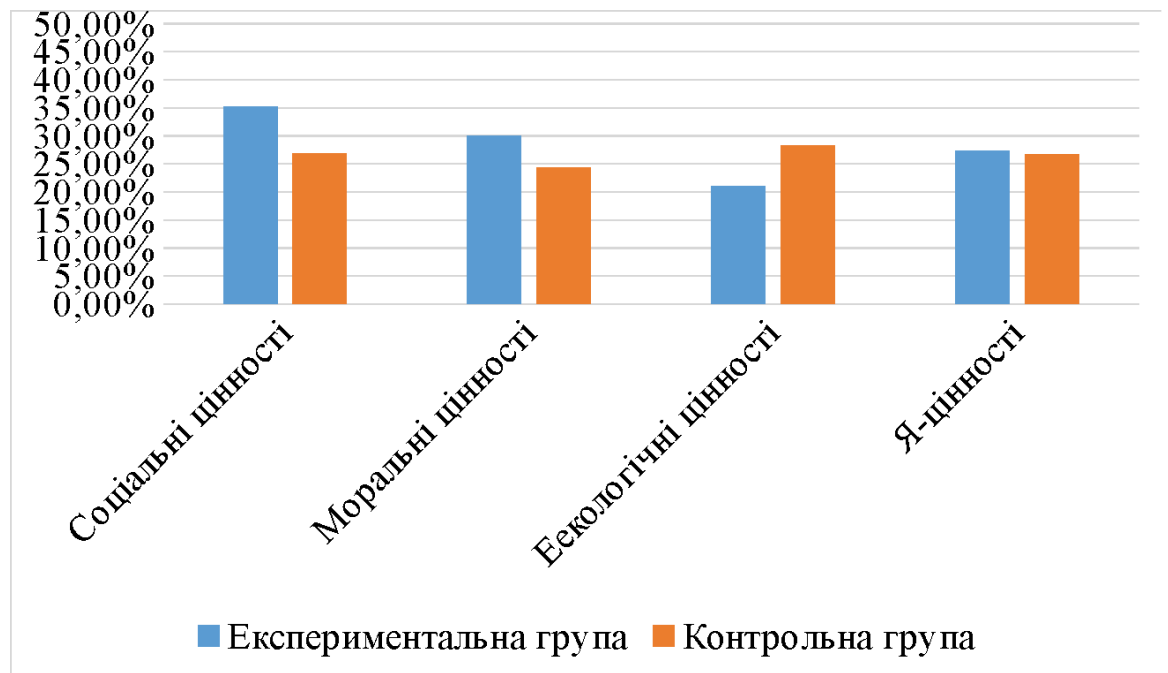


Рис.3.3. «Порівняння результатів контрольної та експериментальної групи за методикою ТЕД-М 25 В.О. Скребця»

Другим за значенням фактором для військовослужбовців контрольної групи є екологічна цінність. Він демонструє важливість визнання екологічних проблем, розуміння цінностей природи та взаємодії між природними суб'єктами та об'єктами. Помітні тенденції можна пояснити професійною орієнтацією респондентів та особливостями програми проходження військової служби.

За допомогою методу ТЕД-М 25 нам вдалося з'ясувати особливості природи екологічної свідомості військовослужбовців контрольної та експериментальної групи та тип психічного стану та ставленні до навколишнього середовища. Незважаючи на низький рівень екологічної свідомості, серед тенденцій екологічно свідомих респондентів експериментальної групи спостерігається найбільш яскраве коригування. Це показує, що військовослужбовці розуміють характер природи, своє сприйняття поведінки та свої рішення, пов'язані з природою. Респонденти

контрольної групи мають найнижчий середній рівень екологічних тенденцій та рідше завдають шкоди навколишньому середовищу.

Окрім спільного характеру екологічної свідомості, військовослужбовці експериментальної групи мають також відповідні психічні стани. Це означає, що довкілля є важливим для них не тільки для певної події, а й для екологічних питань (обговорення екологічних питань, екологічні випробування, погіршення ситуації, забруднення тощо). Природа для них важлива, тому вони намагаються їй допомогти. Цю тенденцію можна пояснити тим, респонденти контрольної групи мають найвищу екологічну цінність.

Найнижчий середній показник у респондентів контрольної групи має совметральна диспозиція екологічної свідомості. Вони не знищують природу задля задоволення своїх потреб, а навпаки намагаються зберегти та відновити її, у їх розумінні людина не стоїть над природою, а знаходиться на одному рівні з природою, в гармонії з нею.

З метою вивчення статистично-достовірних відмінностей в проявах екологічних цінностей, диспозицій та сенсо-життєвих орієнтацій військовослужбовців експериментальної та контрольної груп ми використали Т-критерій Ст'юдента. За результатами аналізу показників сенсо-життєвих орієнтацій (за методикою СЖО Д.А. Леонтьєва) статистично-достовірних відмінностей між цими показниками обох досліджуваних груп не виявлено.

За допомогою Т-критерію Ст'юдента було виявлено статистично значущі відмінностей у експериментальній та контрольній групі військовослужбовців, де $p \leq 0,05$ та $p \leq 0,01$ між екологічними цінностями, асоціативними цінностями та складним характером екологічного сприйняття. Було встановлено, що екологічні цінності і стани релевантності у контрольній групі військовослужбовців вищий, $p \leq 0,01$. Вище нами було зазначено, що дана категорія досліджуваних під час проходження військового навчання мала можливість детально ознайомитися із екологічною просвітою та особливостями формування екологічної свідомості.

Прояви сумісних диспозицій екологічної свідомості було зафіксовано вищий у експериментальній групі у порівнянні з контрольною, де $p \leq 0,05$. Відповідно до отриманих даних ми можемо стверджувати, що військовослужбовці експериментальної групи більше схильні до прояву покірності, гарне ставлення до природних умов в яких вони вимушені проходити військову службу, а відповідно шукають в природі захисту, оскільки все інколи мають страх перед природними катастрофами. Це може бути пояснено низькою релевантністю екологічної свідомості цих респондентів.

З метою дослідження ціннісно-мотиваційної сфери військовослужбовців ми використали методику «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча. В ході проходження даної методики нами були відмічені наступні результати: серед термінальних цінностей на першому місці розмістилося здоров'я, що складає 54,3% військовослужбовців. Друге місце належить щасливому сімейному житті, що складає 17,1% опитаних, третє місце посіла любов, а це 31,4% військовослужбовців, а четверте місце припало на рівень матеріального забезпечення власного життя, що у відсотковому співвідношенні складає 25,7% військовослужбовців.

Самі низькі позиції в ході проходження даної методики зайняло щастя інших людей, а тому 20% опитаних віднесли дану цінність аж на 16 позицію. Сімнадцяте місце припадає на творчість, на неї вказало 28,6% респондентів. А останнє місце припало на красу природи та мистецтва, адже практично половина опитаних військовослужбовців, а саме 42,9% обрали для даної цінності останнє місце.

Посеред інструментальних цінностей на першому місці було розміщено життєрадісність, яку обрали на цю позицію 25,7% військовослужбовців. Друге місце припало на відповідальність - 17,1% респондентів, третє та четверте місця, відповідно отримали рівень вихованості та освіченості, що склало 8,6 % та 8,7 % відповідно. 25,7% військовослужбовців на шістнадцяте місце поставили високі запити. Сімнадцяте місце припадає неефективність у

їхніх справах, котрі вони виконують, що склало 14,3% опитаних. І найнижче 18 місце займає непримиренність до недоліків - 31,4% респондентів.

Відповідно, військовослужбовці контрольної групи досліджуваних серед термінальних цінностей здоров'я розмістили на першу позицію, що у відсотковому значенні складає 34,3% опитаних. Друге місце припало на щасливі сімейні відносини, що складає 11,4% респондентів. Третє місце очолює любов, що склало 20% опитаних та четверте місце займає розвиток, що склало 11,4% респондентів контрольної групи. Прояви суспільного визнання 11,4% військовослужбовців поставили в ході дослідження на шістнадцяте місце. Сімнадцяте місце припадає на активне життя, котре обрало 14,3% опитаних військовослужбовців. А 20% респондентів поставили красу природи і мистецтва аж на 18 місце даної методики.

В ході аналізу інструментальних цінностей було визначено, що військовослужбовцями на перше місце було поставлено життєрадісність, що складає 28,6% опитаних, на другому місці вихованість, а це 11,4% досліджуваних. На третьому місці опинився самоконтроль, що складає 14,3% опитаних військовослужбовців, а четверте місце, відповідно, припало на сміливість у поглядах, яке було визначено 11,4% респондентів. Шістнадцяте місце очолив раціоналізм, який сюди віднесли 17,1% опитаних, а на сімнадцятій мпозиції високі запити, котрі були віднесені сюди 20% опитаних учасників методики. А на останньому місці зопинилася я непримиренність до недоліків, котру сюди віднесли 40% військовослужбовців.

Дослідження з теоретико-методологічних питань було направлено на виявлення специфіки формування цінностей життя військовослужбовців, формування особистісних цінностей у життєвих ситуаціях, відсутність інформаційної та психологічної безпеки та соціально-економічне існування. Політичний та ідеалістичний тиск, незалежність військовослужбовці обох досліджуваних груп виявилися під впливом ряду факторів. Зокрема у них наявна переоцінка цінностей, критичне розуміння досвіду попереднього покоління та нові уявлення про їхнє професійне та соціальне майбутнє.

Військовослужбовці менше цікавляться політикою та суспільним життям, і не всі воліють відвідувати культурно-мистецькі заклади та зосереджуватися на творчості, спорті та інших екологічних цінностях. Екологічне сприйняття військовослужбовців та навмисне формування екологічних цінностей зумовлені психофізичними факторами (фізичними, хімічними та іншими впливами природного, антропогенного та технологічного походження).

3.3.Дослідження рівня стресостійкості та соціальної адаптації військовослужбовців

Для дослідження рівня стресостійкості та соціальної адаптації серед військовослужбовців контрольної та експериментальної груп нами було використано методику для визначення стресостійкості і соціальної адаптації авторів Холмса та Раге (Додаток Б). Отримані результати дослідження згідно вказаної методики у експериментальній групі наведено у таблиці 3.1.

Таблиця 3.1.

Результати дослідження стресостійкості та соціальної адаптації Холмса і Раге у експериментальній групі військовослужбовців

№	Показники стресостійкості	Рівні стресостійкості
1	200	Пороговий
2	201	Пороговий
3	154	Високий
4	304	Низький
5	173	Високий
6	157	Високий
7	309	Низький
8	305	Низький
9	151	Високий

Продовження таблиці 3.1.

10	177	Високий
11	199	Пороговий
12	200	Пороговий
13	180	Високий
14	161	Високий
15	300	Низький
16	150	Високий
17	198	Пороговий
18	201	Пороговий
19	204	Пороговий
20	306	Низький

Відповідно до отриманих результатів та даних дослідження рівня стресостійкості та соціальної адаптації військовослужбовців експериментальної групи ми можемо зробити наступні висновки:

- високий рівень стресостійкості виявлено у 8, що складає 40% респондентів експериментальної групи;
- пороговий рівень стресостійкості виявлено у 7 осіб, що становить 35%;
- низька стресостійкість була виявлена у 5 осіб, що всього складає 25% опитаних.

Отже, 40% військовослужбовців мають високий рівень стресостійкості та соціальної адаптації, тоді як 25% військовослужбовців мають низький рівень стресостійкості та соціальної адаптації. Дані показники відповідають 90 % ймовірності виникнення ряду захворювань у даної категорії вояків, котрі розвиваються на фоні стресових ситуацій та невмінням з ними впоратися самотійно. Отримані дані дослідження вказують також на невміння військовослужбовців справлятися із стресом та стресовими ситуаціями, котрі доволі часто виникають в умовах проходження військової

служби. Узагальнені результати дослідження стресостійкості та соціальної адаптації експериментальної групи наведено на рисунку 3.4.

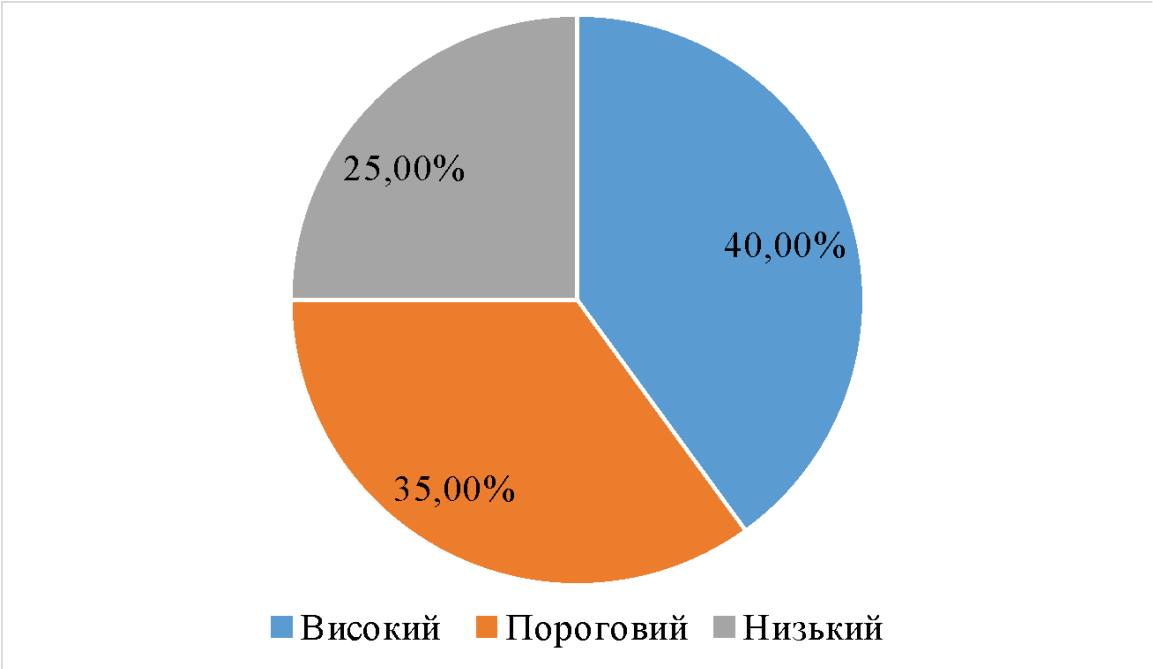


Рис.3.4. «Результати дослідження стресостійкості та соціальної адаптації у експериментальній групі»

Аналогічна робота буде проведена і в контрольній групі військовослужбовців з метою визначення рівня стресостійкості та соціальної адаптації з використанням методики Холмса і Раге, результати якої представлені у таблиці 3.2.

Таблиця 3.2.

Результати дослідження стресостійкості та соціальної адаптації Холмса і Раге у контрольній групі військовослужбовців

№	Показники стесостійкості	Рівні стресостійкості
1	304	Низький
2	302	Низький
3	153	Високий
4	208	Пороговий
5	215	Пороговий

Продовження таблиці 3.2.

6	311	Низький
7	158	Високий
8	168	Високий
9	154	Високий
10	164	Високий
11	169	Високий
12	172	Високий
13	180	Високий
14	151	Високий
15	182	Високий
16	180	Високий
17	187	Високий
18	178	Високий
19	209	Пороговий
20	306	Низький

З результатів дослідження контрольної групи військовослужбовців можна зробити такі висновки:

- 13 військовослужбовців мають високий рівень стресостійкості, що становить 65%;
- 3 військовослужбовці мають пороговий рівень стресостійкості, що становить 15 %;
- Низька стресостійкість була виявлена у 4 військовослужбовців, що становить 20 %. Узагальнені результати дослідження стресостійкості та соціальної адаптації військовослужбовців контрольної групи наведено на рисунку 3.5.

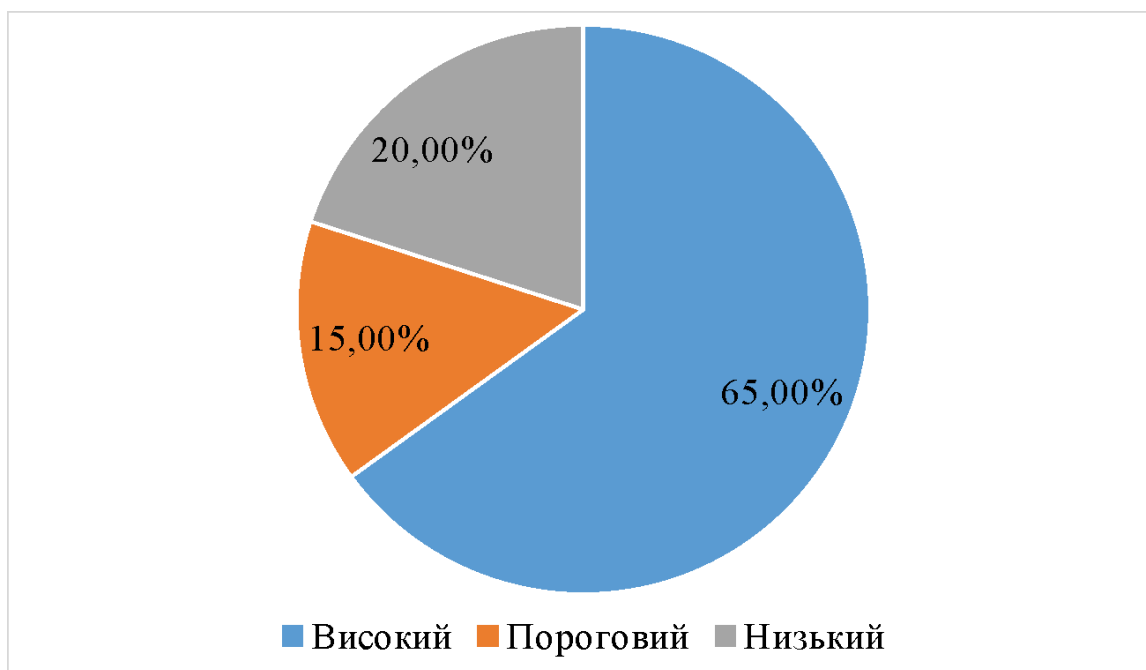


Рис.3.5. «Результати дослідження стресостійкості та соціальної адаптації у контрольній групі»

Отже, 65% військовослужбовців мають високий рівень стресостійкості та соціальної адаптації, тоді як 20% військових мають низький рівень стресостійкості та соціальної адаптації, що може стати причиною зростання захворювань, що відповідає 90% ймовірності. Ці показники свідчать про те, що зі стресом військовослужбовцям боротися доволі складно.

3.4.Визначення впливу екстремального середовища на екологічну свідомість військовослужбовців

Для перевірки гіпотези, викладеної у цьому дослідженні, слід використати математичний метод кореляції Пірсона. Це дозволяє визначити взаємозв'язок між різними характеристиками, виконаними в одному зразку. Результати проведеного кореляційного аналізу експериментальної та контрольної груп військовослужбовців наведено у таблицях 3.3. та 3.4.

Таблиця 3.3.

Результати кореляційного аналізу в експериментальній групі

Шкала	Домінуюча мотивація	Відношення до природи	Агресія	Стрес, соціальна адаптація	Стресостійкість
Домінуюча мотивація		0,84	-0,41	-0,42	-0,1
Відношення до природи	0,84		-0,32	-0,24	-0,13
Агресія	-0,41	-0,32		0,58	0,53
Стрес та соціальна адаптація	-0,42	-0,24	0,58		0,83
Стресостійкість	-0,1	-0,13	0,53	0,83	

Таблиця 3.4.

Результати кореляційного аналізу в контрольній групі

Шкала	Домінуюча мотивація	Відношення до природи	Агресія	Стрес, соціальна адаптація	Стресостійкість
Домінуюча мотивація		0,82	-0,51	-0,37	-0,22
Відношення до природи	0,82		-0,2	-0,20	-0,12

Агресія	-0,51	-0,2		0,55	0,60
Стрес та соціальна адаптація	-0,37	-0,20	0,55		0,80
Стресостійкість	-0,22	-0,12	0,60	0,80	

Значення коефіцієнта кореляції Пірсона вказують на те, що існує лише сильна залежність між особистими характеристиками військовослужбовців як в експериментальній, так і в контрольній групах. Оскільки між цими показниками немає кореляції, залежність від психологічних особливостей особистості військовослужбовців в екстремальних умовах служби військової екологічної свідомості не визначена. Тому гіпотеза дослідження не підтвердилася.

Сьогодні дослідники в галузі екологічної свідомості вивчають альтернативи аморальності та духовності. Він є заміною втрачених ідеалів і, здається, є своєрідним інтегрованим початком розвитку людства. У цьому сенсі існує питання розвитку відповідальності кожного члена суспільства за збереження життєздатності характеристик біосфери. Тобто зміни стану природних цінностей та зміни свідомості, пов'язані з формуванням екологічних аспектів свідомості кожної людини. Протягом багатьох років у суспільстві існував той самий стереотип ставлення до природи.

Однак парадокс полягає в тому, що екологія, як одна з фундаментальних рис сучасного світогляду людини, визнається лише як збереження природи. Насправді, екологічна свідомість є ще більш актуальною для моральної свідомості, включаючи ідею гуманізму. Іншими словами, історичне становлення особистості можна розглядати як формування її моральної свідомості. Одним із фундаментальних протиріч, з якими зіткнулося людство на цьому шляху, є протиріччя між неадекватним моральним розвитком та надзвичайно підвищеними інтелектуальними та

технічними здібностями. Не потрібно бути пророком, щоб побачити, як сила комп'ютерної ери загрозово зливається з мораллю кам'яного віку [25, с.146].

Процес формування екологічної свідомості можна розглядати як закономірність розвитку суспільної свідомості в сучасну епоху. Становлення екологічної свідомості відбувалося в міру розвитку рухів протесту проти сформованих стереотипів взаємовідносини суспільства і природи. Під впливом екологічних рухів визначилася нова філософія взаємодії суспільства і природи – екологічна філософія.

Інстинкт консервативний, а свідомість допомагає людям орієнтуватися і приймати рішення в нестандартних ситуаціях. Тваринний світ живе і розвивається за біологічними законами регулювання популяції. Свідомість має допомогти людям змінити свою стратегію у відповідь на попереджувальні знаки біосфери. Це відмінність від царства тварин. Озеленення свідомості людини означає зміну мислення, світогляду, потреб та поведінки.

Щоб змінити світогляд, нам потрібно оновити наше розуміння реальності, в якій існують люди: екологічного світу, який характеризується ієрархією, динамічністю і, перш за все, взаємодоповнюваністю з людьми. Істотною особливістю цього світу є те, що він містить інформацію про можливості, доступні людям. Вона також перетворюється на спеціальну систему, яка розпізнає, витягує, зберігає, інтерпретує, декодує та перекодує інформацію про світ, розкриваючи її наслідки. Тому свідомість, що формується в екологічному світі, має важливий характер [19, с.174].

Екологічна свідомість це суб'єктивна реальність людини, яка може витягнути інформацію про значення навколишнього світу та перетворити її на особистий сенс. Відкриття сенсу на основі цінності екологічних зобов'язань, тобто побудова моделей поведінки, що базуються на природному потенціалі, а не на особистих потребах, - це новий тип особистості, екологічний. Це основна робота будь-якої людини, в тому числі і військовослужбовців, яка має стати невід'ємною основою нового світогляду, а не окремим її елементом.

РОЗДІЛ 4. ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ, ЩОДО РОЗВИТКУ ЕКОЛОГІЧНОЇ СВІДОМОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

За результатами проведеного соціально-психологічного дослідження були проведені бесіди з військовослужбовцями, яким були надані такі практичні рекомендації:

- 1) кожен може досягти спільних цілей та завдань щодо створення екологічно безпечного суспільства на місцевому рівні, це важливо для успішної роботи баз для проходження військової служби;
- 2) доповнюйте та розвивайте унікальні екологічні знання;
- 3) робота над зміною власного ставлення до навколишнього середовища та його екологічного стану;
- 4) підтвердити загальнолюдські, морально-етичні цінності в різних сферах спілкування;
- 5) відмовитися від надмірного споживання природних ресурсів;
- 6) лімітувати свої ресурсні потреби;
- 7) брати посильну участь в екологічному моніторингу у своїй галузі;
- 8) пропагувати ідеї сталого та екологічно безпечного розвитку суспільства;
- 9) здійснювати екологічно виправдане поведінку в повсякденному житті [14, с.63].

Знання не мають сенсу, якщо вони не включені у реальну діяльність та повсякденне життя. Принцип уніфікації свідомості та діяльності полягає в тому, що по суті відображення людської свідомості в об'єктивній дійсності завжди пов'язане з активною діяльністю людини, що призводить до термінології. Діяльність є суттєвою характеристикою окремої людини і відображає її ставлення до цілей діяльності. Це стає очевидним, відстоюючи власні думки та дії, останнім кроком є вміння. Вона виступає як «передумова і результат саморозвитку».

Переконання дають можливість особистості робити той чи інший учинок свідомо, тобто з розумінням його доцільності. Обумовлюючи поведінку особистості, переконання, зазвичай, набувають форми мотивів, якими вона керується у своїй діяльності. Найпоширенішими методами екологічної освіти є бесіда, підготовка рефератів, повідомлень, тобто ті, що сприяють формуванню вмінь здобувати і систематизувати інформацію. Значно рідше застосовуються рольові ігри, проведення дослідів, інші методи, що сприяють вдосконаленню загальнонавчальних інтелектуальних умінь, практичних навичок і поведінки [17, с.101].

Негативні психічні стани, що призводять до зменшення військово-професійної спроможності, часто спричинені екстремальними умовами праці та побуту. Екстремальні умови - це такі, що знаходяться за межами оптимального відносного стану, в якому людина відчувається комфортно і нормально функціонує. Оптимальні умови життя та професійна діяльність не вимагають особливих зусиль і дозволяють організму швидко відновити свої функціональні резерви після тренування. Проте військовослужбовцям варто звернути увагу на формування власного рівня екологічної свідомості.

Кожен військовослужбовець має особистий та специфічний досвід контакту з навколишнім середовищем та екологічними проблемами. Цей досвід формує їхні практичні знання, їх особисте ставлення до навколишнього середовища та конкретну підготовку до дій. Наприклад, люди, які використовують воду зі свердловин, ям або річок, можуть зіткнутися з такими фактами, як погодні умови, промислове забруднення та використання річок для гідроелектростанцій. Вони негативно впливають на рівень води та якість питної води [15, с.107].

Одним із варіантів формування екологічної свідомості військовослужбовців є такі заходи:

1. Впровадження заходів освіти та просвіти. Ключове значення для формування екологічної свідомості та її когнітивного елементу має освіта та просвітні заходи.

2. Прийняття визначених правил обмеження, заборони, встановлення відповідальності, податки, реальність відповідальності за використання та викиди природних ресурсів, реальність відповідальності за викиди тощо. Ці заходи формують цінне ставлення до навколишнього середовища, підвищують обізнаність військовослужбовців про вплив певної поведінки на довкілля, важливість їх збереження тощо, а також впливають на рівень екологічної обізнаності [20, с.75].
3. Створення належної інфраструктури, інших можливостей для реалізації населенням своїх екологічних обов'язків безпосередньо впливають на готовність населення до вчинення реальних дій для збереження довкілля та зменшення особистого негативного впливу.
4. Надавати всім верствам населення можливість брати участь у процесі прийняття екологічних рішень, створити почуття приналежності до прийняття рішень у громаді та поширювати серед населення інформацію про прийняття екологічних рішень. Це, у свою чергу, впливає на рівень поінформованості громадськості про навколишнє середовище та їх готовність приймати екологічні рішення та брати активну участь у охороні навколишнього середовища.

Таким чином, розвиток екологічної свідомості військовослужбовців є однією з цілей екологічної політики держави. Стратегія екополітики передбачає заходи із підвищення обізнаності населення, в тому числі і військовослужбовців, розвитку екологічної освіти. Водночас, в Україні не проводяться масштабні соціологічні дослідження на замовлення держави, які б дозволили визначити рівень і тип екологічної свідомості населення, їхнє зацікавлення у вирішенні екологічних проблем. Через це відсутні вихідні дані про стан та динаміку змін екосвідомості, які повинні лягати у основу формування державної екополітики [23, с.128].

ВИСНОВКИ

Отже, в ході дослідження екологічної свідомості військовослужбовців було встановлено, що однією з найактуальніших проблем сьогодні є навколишнє середовище з гармонійною взаємодією між людьми та природою. Це твердження базується на психології екологічної свідомості та поведінки індивіда.

Оскільки свідомість - це одиниця знань, відносини, створені та представлені діяльністю та спілкуванням, то екологічна свідомість - це сукупність екологічних ідей, існуючого ставлення до природи та пов'язаних із цим стратегій. Психологія екологічної свідомості зосереджується на психологічних елементах взаємодії людини і природи.

Вся людська поведінка слідує важливій системі мотивації, цінностей та особистих відносин. У цьому трактаті екологічна свідомість військовослужбовців вивчалася разом з деякими особистими характеристиками військовослужбовців.

В ході експериментального дослідження було встановлено, що 40% військовослужбовців мають високий рівень стресостійкості та соціальної адаптації, але 35% військовослужбовців мають низький рівень стресостійкості та соціальної адаптації, що відповідає 90% імовірності виникнення якого-небудь захворювання.

Дані показники свідчать про те, що вони не можуть впоратися зі стресом. 65% військовослужбовців мають високий рівень стресостійкості та соціальної адаптації, але 20% військовослужбовців мають низький рівень стресостійкості та соціальної адаптації, що відповідає 90% імовірності виникнення якого-небудь захворювання. Дані показники свідчать про те, що вони не можуть впоратися зі стресом. Порівнюючи дані показники необхідно зазначити, що рівень стресостійкості у експериментальній групі нижчий, ніж у контрольній.

Під час проведення методики «Сенсо-життєвві орієнтації» Д.А.Леонтєва з метою визначення того, чи обрали учасники експериментальної та контрольної групи військовослужбовців сенс власного життя, чи задоволені тим, як вони його проживають, отримані результати вказали на наповненість їхнього життя необхідним для них сенсом, а середні значення після завершення опитування становили 104,3 бали, а контрольної групи - 102,3 бали, в якій відмічалось, що в більшості сфер життя військовослужбовців є певна гармонія та баланс, а тому вони також задоволені власним життям та тим, як вони його проживають.

В ході дослідження ціннісно-мотиваційної сфери військовослужбовців нами були відмічені наступні результати: серед термінальних цінностей на першому місці розмістилося здоров'я, що складає 54,3% військовослужбовців. Друге місце належить щасливому сімейному житті, що складає 17,1% опитаних, третє місце посіла любов, а це 31,4% військовослужбовців, а четверте місце припало на рівень матеріального забезпечення власного життя, що у відсотковому співвідношенні складає 25,7% військовослужбовців.

Значення коефіцієнта кореляції Пірсона говорить про наявність сильної взаємозв'язку тільки між особистісними характеристиками військовослужбовців, як в експериментальній групі, так і в контрольній. Залежність психологічних особливостей особистості військовослужбовців, які перебувають в екстремальних умовах несення служби на екологічне свідомості військовослужбовців не визначена, так як між даними показниками немає кореляційної зв'язку. Таким чином, гіпотеза дослідження не підтвердилася.

Процес формування екологічної свідомості можна розглядати як закономірність розвитку суспільної свідомості в сучасну епоху. Становлення екологічної свідомості відбувалося в міру розвитку рухів протесту проти сформованих стереотипів взаємовідносини суспільства і природи. Під

впливом екологічних рухів визначилася нова філософія взаємодії суспільства і природи – екологічна філософія.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агаєв О., Скрипкін О., Дейко А., Поливанюк В. Алгоритм роботи військового психолога щодо психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України (методичні рекомендації) – К.: НДЦ ГП ЗС України, 2016. 314 с.
2. Алещенко В., Сафін О., Потапчук Є.М. Організація забезпечення збереження психічного здоров'я військовослужбовців. Навчальний посібник. К.: ВІКНУ. – 2007. 134 с.
3. Алімпієв А., Афанасенко В., Пасічник В. та ін. Психологічна підготовка та адаптація військовослужбовців Повітряних Сил до ведення бойових дій (на основі досвіду антитерористичної операції): навчально-методичний посібник. – Х.: ХНУПС, 2018. 296 с.
4. Балашова С., Васильєв С., Дубровинський Г. Практичний курс військової психології: Навчальний посібник. Част. 2. – К.: ВПЦ "Київський університет", 2013. 172 с.
5. Блінов О. Психологія бойової психічної травми: монографія. – К. Талком, 2016. 246 с.
6. Баєвський Р. М. Прогнозування станів на межі норми і патології. - М., 1979.307 с.
7. Березін Б. Ф. Психічна і психофізіологічна адаптація людини. - Л., 1988.254 с.
8. Бучек Л. І. Аналіз емоційної стійкості як прояву особливостей саморегуляції особистості : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук / Бучек Л. І., 1994.318 с.
9. Бодров В.А. Психологический стресс. Развитие и преодоление / В.А.Бодров. – М.. ПЕР СЭ, 2006. 311 с.
10. Брайт Дж. Стресс: теории, исследования, мифы: секреты болезни цивилизации : учебное пособие / Джим Брайт, Фиона Джонс. – 2-е

- международное издание. – Санкт-Петербург : Прайм-Евროзнак ; Москва : Олма-Пресс, 2003. 352 с.
11. Військова психологія / За редакцією В. В. Шеляг, А. Д. Глотчкін, К. К. Платонова. - М., 1972.345 с.
 12. Військова психологія і педагогіка: Навчальний посібник / За ред. В. Ф. Кулакова. - М. 1998.412 с.
 13. Дерябо С.Д., Ясвин В.А. Екологічна психодіагностика. Даугавпілс, 1994.
Дерябо С.Д., Ясвин В.А. Екологічна педагогіка та психологія. Ростов-на-Дону, 1996.305 с.
 14. Дерябо С.Д. Екологічна психологія: діагностика екологічної свідомості. - М. - Московський психолого-соціальний інститут, 1999.418 с.
 15. Кокун О., Пішко І., Лозінська Н., Копаниця О. Діагностування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до діяльності у складі миротворчих підрозділів. Методичний посібник. – К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2011. 153 с.
 16. Колесніченко О., Тімченко О. та ін.; за заг. ред. проф. Приходька І. Психологія екстремальної діяльності: навч. посіб. – Х.: НАНГУ, 2016. – 571 с.
 17. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса / Л. А. Китаев-Смык. — М. : Наука, 1983. 368 с.
 18. Корольчук М. С. Психофізіологія діяльності / М. С. Корольчук. — К. : Ніка-Центр, 2009. 400 с. \Лебедев А.В. Характеристика основных стресс-факторов, що впливають на військовослужбовців // Права людини в діяльності органів внутрішніх справ: Науково-практична конференція, 11-13 травня 2006 р. Євпаторія – Х.: Вид-во Нац. ун-ту. внутр. справ, 2006. 305 с.
 19. Михайлов Б. В. Посттравматичні стресові розлади / Б. В. Михайлов, В. В. Чугунов, С. Є. Казакова / Під заг. ред. проф. Б. В. Михайлова. — Х. : ХМАПО, 2013. 224 с.

20. Марищук В.Л., Євдокимов В.І. Поведінка і саморегуляція людини в умовах стресу. - СПб.: Вересень, 2001.302 с.
21. Мельник Ш. Стрессоустойчивость. Как сохранять спокойствие и высокую эффективность в любых ситуациях / Ш. Мельник. - М.: Манн, Иванов и Фербер, 2015. 256 с.
22. Панов В.І. Стан та проблеми екологічної психології. / / Психологічна наука і освіта, № 1, 1998..412 с.
23. Панов В.І. Екологічна психологія: Досвід побудови методології / В.І.Панов. - М.: Наука, 2004.401 с.
24. Потапчук Є.М. Соціально-психологічні основи збереження психічного здоров'я військовослужбовців: автореф. дис... д-ра психол. наук. Національна академія держ. прикордонної служби України ім. Б.Хмельницького. Хмельницький, 2004. 365 с.
25. Потапчук Є. М. Збереження психічного здоров'я військовослужбовців / Є. М. Потапчук // Проблеми естремальної та кризової психології. — 2007. 170 с.
26. Ришко Г.М. Психологічні особливості розвитку стресостійкості у військовослужбовців: дис. канд. психол. наук. К., 2014. 255 с.
27. Сельє Г. Психофізіологія стресу. М.: Прогресс, 1991.308 с.
28. Сельє Г. Стресу без дистресу. М.: Прогресс, 1979.201 с.
29. Устинов И. Ю. Формирование конфликтологической готовности военных специалистов / И. Ю. Устинов. — Воронеж : ВАИУ, 2009. 179 с.
30. Ясвин В.А. Психолого-педагогічні основи формування суб'єктивного ставлення до природи. Дисс ... докт. психол. наук. М., 1998.306 с.
31. Ясвин В.А. Психологія ставлення до природи. - М.: Сенс, 2000.418 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

«Тест СЖО Д.А.Леонтьева»

Данная методика представляет собой 20 симметричных шкал-вопросов, состоящих из пары целостных альтернативных предложений с одинаковым началом. Показатели теста включают в себя общий показатель осмысленности жизни (ОЖ), а также пять субшкал, отражающих три конкретные смысловые ориентации и два аспекта локуса контроля:

1. "Цели в жизни". Характеризует целеустремленность, наличие или отсутствие в жизни испытуемого целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу.

2. "Процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни". Определяет удовлетворенность своей жизнью в настоящем, восприятие процесса своей жизни как интересного, эмоционально насыщенного и наполненного смыслом. Содержание этой шкалы совпадает с представлением о том, что единственный смысл жизни состоит в том, чтобы жить.

3. "Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией". Измеряет удовлетворенность прожитой частью жизни, оценку пройденного отрезка жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна была прожитая ее часть.

4. "Локус контроля - Я (Я - хозяин жизни)". Характеризует представление о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о ее смысле, контролировать события собственной жизни.

5. "Локус контроля - жизнь или управляемость жизни". Отражает убежденность в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь, убежденность в том, что жизнь человека подвластна сознательному контролю.

Тест СЖО позволяет, таким образом, оценить "источник" смысла жизни, который может быть найден человеком либо в будущем (цели), либо в настоящем (процесс) или прошлом (результат), либо во всех трех составляющих жизни.

Тест смысложизненных ориентаций

Инструкция: Вам будут предложены пары противоположных утверждений. Ваша задача — выбрать одно из двух утверждений, которое, по вашему мнению, больше соответствует действительности, и отметить одну из цифр 1,2,3, в зависимости от того, насколько вы уверены в выборе (или 0, если оба утверждения, на ваш взгляд, одинаково верны).

1.	Обычно мне очень скучно.	3210123	Обычно я полон энергии.
2.	Жизнь кажется мне всегда волнующей и захватывающей.	3210123	Жизнь кажется мне совершенно спокойной и рутинной.
3.	В жизни я не имею определенных целей и намерений.	3210123	В жизни я имею очень ясные цели и намерения.
4.	Моя жизнь представляется мне крайне бессмысленной и бесцельной.	3210123	Моя жизнь представляется мне вполне осмысленной и целеустремленной.
5.	Каждый день кажется мне всегда новым и непохожим на другие.	3210123	Каждый день кажется мне совершенно похожим на все другие.
6.	Когда я уйду на пенсию, я займусь интересными вещами, которыми всегда мечтал заняться.	3210123	Когда я уйду на пенсию, я постараюсь не обременять себя никакими заботами.

7.	Моя жизнь сложилась именно так, как я мечтал.	3210123	Моя жизнь сложилась совсем не так, как я мечтал.
8.	Я не добился успехов в осуществлении своих жизненных планов.	3210123	Я осуществил многое из того, что было мною запланировано.
9.	Моя жизнь пуста и неинтересна.	3210123	Моя жизнь наполнена интересными делами.
10.	Если бы мне пришлось подводить сегодня итог моей жизни, то я бы сказал, что она была вполне осмысленной.	3210123	Если бы мне пришлось подводить сегодня итог моей жизни, то я бы сказал, что она не имела смысла.
11.	Если бы я мог выбирать, то я бы построил свою жизнь совершенно иначе.	3210123	Если бы я мог выбирать, то бы прожил жизнь еще раз так же, как живу сейчас.
12.	Когда я смотрю на окружающий меня мир, он часто приводит меня в растерянность и беспокойство.	3210123	Когда я смотрю на окружающий меня мир, он совсем не вызывает у меня беспокойства и растерянности.
13.	Я человек очень обязательный.	3210123	Я человек совсем не обязательный.
14.	Я полагаю, что человек имеет возможность осуществить свой жизненный выбор по своему желанию.	3210123	Я полагаю, что человек лишен возможности выбирать из-за влияния природных способностей, и обстоятельств
15.	Я определенно могу назвать себя целеустремленным человеком.	3210123	Я не могу назвать себя целеустремленным человеком.

16.	В жизни я еще не нашел своего призвания и ясных целей.	3210123	В жизни я нашел свое призвание и цели.
17.	Мои жизненные взгляды еще не определились.	3210123	Мои жизненные взгляды вполне определились.
18.	Я считаю, что мне удалось найти призвание и интересные цели в жизни.	3210123	Я едва ли способен найти призвание и интересные цели в жизни.
19.	Моя жизнь в моих руках, и я сам управляю ею.	3210123	Моя жизнь не подвластна мне, и она управляется внешними событиями.
20.	Мои повседневные дела приносят мне удовольствие и удовлетворение.	3210123	Мои повседневные дела приносят мне сплошные неприятности и переживания.

Обработка результатов сводится к суммированию числовых значений для всех 20 шкал и переводу суммарного балла в стандартные значения.

Для подсчета баллов необходимо перевести отмеченные испытуемым позиции на симметричной шкале 3 2 1 0 1 2 3 в оценки по восходящей или нисходящей асимметричной шкале по следующему правилу:

В восходящую шкалу 1234567 переводятся пункты 1, 3, 4, 8, 9, 11, 12, 16, 17.

В нисходящую шкалу 7654321 переводятся пункты 2, 5, 6, 7, 10, 13, 14, 15, 18, 19, 20.

Восходящая последовательность градаций (от 1 до 7) чередуется с нисходящей (от 7 до 1), причем максимальный балл (7) всегда соответствует полюсу наличия цели в жизни, а минимальный балл (1) — полюсу ее отсутствия.

Например, если по первому пункту у Вас был следующий результат 3210123, то после перевода в восходящую шкалу вы получите 5 баллов.

Если по второму пункту у Вас был похожий результат по начальной шкале: 3210123, то после перевода в нисходящую шкалу вы получите 3 балла. После перевода всех двадцати пунктов в восходящие или нисходящие шкалы суммируются баллы по соответствующим субшкалам и заносятся в таблицу.

Субшкала 1 (Цели) – подсчитывается суммированием пунктов (пп.) 3, 4, 10, 16, 17, 18.;

Субшкала 2 (Процесс) – пп. 1, 2, 4, 5, 7, 9.;

Субшкала 3 (Результат) – пп. 8, 9, 10, 12, 20.;

Субшкала 4 (Локус контроля – Я) – пп. 1, 15, 16, 19.;

Субшкала 5 (Локус контроля – жизнь) – пп. 7, 10, 11, 14, 18, 19.

Додаток Б

«Методика визначення стресостійкості та соціальної адаптації**Холмса і Раге»**

Бланк тесту містить список 43 психотравмуючих подій повсякденному життєзаста останній рік, що мають різну емоційне забарвлення і значимість, кожне з яких оцінюється в балах по 100 бальною шкалою.

життєві подія

Гострота стресу оцінка

Смерть чоловіка / дружини 100

розлучення 73

Роз'їзд подружжя (без оформлення розлучення),

Розрив з партнером 65

Тюремне ув'язнення 63

Смерть близького члена сім'ї 63

Травма або хвороба 53

Одруження, весілля 50

Звільнення з роботи 47

Примирення подружжя 45

Вихід на пенсію 45

Зміни в стані здоров'я членів сім'ї 44

вагітність партнерки 40

Сексуальні проблеми 39

Поява нового члена сім'ї, народження дитини 39

Реорганізація на роботі 39

Зміна фінансового становища 39

смерть близького друга 37

Зміни професійної орієнтації, зміна місця роботи 36

Посилення конфліктності відносин з чоловіком 35

Позика або позика на велику покупку (наприклад, будинки) 31

Закінчення терміну виплати позики або позики, зростаючі борги 30

- Зміни посади, підвищення службової посади 29
- Син або дочка покидають сім'ю 29
- Проблеми з родичами чоловіка (дружини) 29
- Видатне особисті досягнення, успіх 28
- Чоловік кидає роботу (або приступає до роботи) 26
- Початок або закінчення навчання в навчальному закладі 26
- Зміни умов життя 25
- Відмова від якихось індивідуальних звичок, зміни стереотипів поведінки 24
- Проблеми з начальством, конфлікти 23
- Зміна умов або годин роботи 20
- Зміна місця проживання 20
- Зміна місця навчання 20
- Зміни звичок, пов'язаних з проведенням дозвілля чи відпустки 19
- Зміна звичок, пов'язаних з віросповіданням 19
- Зміни соціальної активності 18
- Позика або позика для покупки менш великих речей (машина, телевізор) 17
- Зміна індивідуальних звичок, пов'язаних зі сном, порушенням сну 16
- Зміна числа живуть разом членів сім'ї, зміна характеру і частоти зустрічей з іншими членами сім'ї 15
- Зміна звичок, пов'язаних з харчування (кількістю споживаної їжі, дієта, відсутність апетиту і т.д.) 15
- відпустка 13
- Різдво, зустріч Нового року, день народження 12
- Незначне порушення правопорядку (штраф за порушення правил вуличного руху) 11

Інтерпретація.

Порахуйте число балів, що відповідають тим подій і ситуацій, які за останній рік відбувалися в житті.

менше 150- Досить велика опірність стресу

150- 199 балів - Висока опірність

200 - 299 - Порогова опірність

300 і більше- Низька (вразливість)

Досить велика ступінь опірності стресу. Ви виявляєте досить високу ступінь стресостійкості. Для Вас характерна мінімальна ступінь стресового навантаження. Будь-яка діяльність особи, незалежно від її спрямованості і характеру тим ефективніше, чим вище рівень стресостійкості. Це дає можливість говорити про управлінську діяльність як таку, яка має сильний стресогенний характер. Підвищення рівня стресостійкості особистості прямо і безпосередньо веде до продовження життя.

Висока опірність. Для Вас характерна низька ступінь стресового навантаження. Ви виявляєте високий ступінь високий ступінь стресостійкості. Ваші енергію і ресурси Ви не витрачаєте на боротьбу з негативними психологічними станами, що виникають в процесі стресу. Тому будь-яка Ваша діяльність, незалежно від її спрямованості і характеру стає ефективніше. Це дає можливість говорити про управлінську діяльність як таку, яка має стресогенний характер. Підвищення рівня стресостійкості особистості прямо і безпосередньо веде до продовження життя.

Порогова (середня) ступінь опірності стресу. Для Вас характерна середня ступінь стресового навантаження. Ви виявляєте середню ступінь стресостійкості. Ваша стресостійкість знижується зі збільшенням стресових ситуацій у Вашому житті. Це призводить до того, що особистість змушена левову частку своєї енергії і ресурсів взагалі витрачати на боротьбу з негативними психологічними станами, що виникають в процесі стресу. Це дає можливість говорити про управлінську діяльність як таку, яка в малому ступені носить стресогенний характер.

Низька ступінь опірності стресу. Для Вас характерна високий ступінь стресового навантаження. Ви виявляєте низький ступінь стресостійкості (вразливість). Це призводить до того, що особистість змушена левову частку своєї енергії і ресурсів взагалі витрачати на боротьбу з негативними психологічними станами, що виникають в процесі стресу. Це

дає можливість говорити про управлінську діяльність як таку, в якій до мінімуму знижено стресогенний характер. Велика кількість балів (більше 300) - це сигнал тривоги, що попереджає вас про небезпеку. Отже, вам необхідно терміново щось зробити, щоб ліквідувати стрес.

Якщо сума балів 300, то вам загрожує психосоматичне захворювання, оскільки ви близькі до фази нервового виснаження.