

ВІДГУК

офіційного опонента,

завідувачки кафедри психології КЗВО

«Вінницька академія безперервної освіти»,

доктора психологічних наук,

професора Шпортун Оксани Миколаївни

на дисертаційну роботу Твердохліб Наталії Гнатівни

«ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД РОЗВИТКУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ»,

подану на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053-«Психологія» галузі знань 05- «Соціальні та поведінкові науки»

Актуальність теми дисертаційного дослідження зумовлена низкою чинників, серед яких можна виокремити такі як: її багатогранність, недостатня розробленість теоретичних і практичних аспектів у контексті сучасних викликів в Україні, а також значущість для суспільства.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами

Дисертаційне дослідження виконане у межах комплексних науководослідних тем кафедри психології Навчально-наукового інституту психології та соціальних наук Приватного акціонерного товариства «Вищий навчальний заклад «Міжрегіональна Академія управління персоналом» «Соціально- психологічний супровід збереження психічного здоров'я особистості в умовах трансформації суспільства», «Трансформаційні процеси розвитку та становлення особистості у кризових ситуаціях: сучасні психосоціальні виміри» (Державний реєстраційний номер: 0122U201363 від 06.11.2022).

**Ступінь обґрунтованості наукових положень та висновків.
сформульованих у дослідженні**

Дисертанткою, Твердохліб Наталію Гнатівною, методологічно грамотно визначено мету, завдання, об'єкт та предмет дисертаційного дослідження, які достатньою мірою відповідають заявленій темі.

Мету дослідження становить теоретико-методологічний аналіз підходів дослідження проблем стресостійкості військовослужбовців в умовах воєнного стану та розробці моделі психологічного супроводу військовослужбовців.

У відповідності з метою сформульовано завдання дослідження:

1. здійснити теоретико-методологічний аналіз наукових джерел до поняття стресостійкості та визначити актуальність стану проблеми розвитку стресостійкості військовослужбовців в умовах воєнного стану в психологічних дослідженнях;
2. розробити теоретичну модель розвитку стресостійкості у військовослужбовців;
3. визначити та дослідити чинники розвитку умов стресостійкості військовослужбовців в умовах воєнного стану;
4. на основі результатів розробити та апробувати концептуальну модель психологічного супроводу військовослужбовців в умовах воєнного стану;
5. надати методичні рекомендації щодо підвищення рівня стресостійкості військовослужбовців в умовах воєнного стану.

Визначено **об'єкт дослідження** – стресостійкість військовослужбовців в умовах воєнного стану.

Предмет дослідження – психологічні чинники розвитку стресостійкості військовослужбовців в умовах воєнного стану.

Висновки, сформульовані в дослідженні, забезпечені методологічним обґрунтуванням основних теоретичних положень, адекватною вибудовою предмета дослідження, застосуванням валідних і надійних діагностичних методик з міжнародно визнаним науковим статусом, ретельним

(чотирьохетапним) плануванням основного дослідження, репрезентативністю обстежуваних вибірок, достатнім обсягом емпіричного матеріалу, коректним застосуванням методів багатомірої статистики та методів статистичного опрацювання клінічних та психологічних даних.

Крім того, експериментальну базу дослідження склали військовослужбовці ЗСУ та ТрО, які на момент опитування проходили військову службу. Вибірка досліджуваних становила 200 осіб, що також важливий аргумент щодо забезпечення всебічного обґрунтування даних.

Оцінка структури, змісту та форми дисертаційної роботи. Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, списку використаних джерел (115 позицій, з них 15 – іноземними мовами) та 7 додатків на 14 сторінках. Загальний обсяг дисертації становить 189 сторінок друкованого тексту. Обсяг основного тексту складає 148 сторінок. Робота містить перелік умовних позначень, достатню кількість таблиць, рисунків, схем, що значно покращує сприймання змісту дисертаційного дослідження. Робота написана гарною зрозумілою українською мовою з дотриманням норм наукового стилю. Структура роботи відзначається чіткістю, логічністю, містить всі необхідні компоненти у відповідності до головних нормативів щодо дисертаційних робіт. Анотація українською та англійською мовами дає стислий огляд роботи.

У Вступі обґрунтовано тему дослідження, його актуальність, надано інформацію щодо наукової новизни, практичної значущості, мети завдань, об'єкту, предмету, обґрунтовано фундаментальні наукові теорії стресу як концептуально-методологічну основу дослідження, охарактеризовано теоретичне та практичне значення роботи, надано відомості про апробацію матеріалів дисертації та наукові публікації з теми дослідження.

У першому розділі – **«ТЕОРЕТИЧНО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ»** – Проаналізовано поняття «стрес», «стресостійкість» та «посттравматичний стресовий розлад», що є взаємопов'язаними між собою. Встановлено зв'язок між термінами «психічне

здоров'я», «стресостійкість». Так, психологічне здоров'я спрямоване на аналіз психологічних процесів та станів особистості. Воно включає в себе аспекти емоційного благополуччя, емоційної стійкості та здатності до психологічної адаптації. Психологічне здоров'я також відображає психологічний комфорт та рівень самооцінки військовослужбовця. Це поняття вимагає розуміння внутрішніх психологічних механізмів, що визначають реакції на стресові події, сприймання та обробку емоцій.

Доведено зв'язок дії кортизолу на різні структури центральної нервової системи та психофізіологічних змін щодо функціонування організму. Дія кортизолу є більш довготривалою на відміну від адреналіну та норадреналіну, і в цьому полягає вся небезпека підвищеного синтезу глюкокортикоїду під час тривалого переживання стресу людиною. Гіпокамп займає провідну роль в гальмуванні продукції гормонів, в той час як нейрони паравентрикулярного ядра продукують кортикотропний рилізінг фактор. Постійний вплив кортизолу на гіпокамп пошкоджує процеси нейрогенезу та призводить до зменшення нейронних зв'язків, що проявляється у вигляді порушень функцій цієї частини мозку. Якщо відбувається пошкодження функції гіпокампу це порушує процес гальмування відповіді організму на стрес, і відповідно активність наднирників продовжується. Постійне виділення норадреналіну призводить до гіперактивності вегетативної нервової системи що проявляється у збільшенні концентрації уваги, постійному загостренні уваги на негативних спогадах, перезбудження, посилене прискореному серцебитті, що може суттєво повпливати як на рівень стресостійкості військовослужбовця, а й на виконання бойових завдань.

Виокремлено компоненти стресостійкості (особистісний, психофізіологічний, когнітивний, емоційно-мотиваційний) та чинники бойової обстановки (чинник раптовості, чинник небезпеки, чинник невизначеності, чинник дефіциту часу й збільшення темпу дій), що мають тісний зв'язок між собою та характеризуються здатністю коригувати

діяльність військовослужбовця в залежності від зміни зовнішніх умов та ресурсів адаптації. Баланс між компонентами стресостійкості визначають ступінь самоконтролю та здатність оцінювати умови бойової обстановки та власних ресурсів і можливостей необхідних для подолання дії несприятливих факторів. Глибокий теоретичний і методологічний аналіз проблеми рівня стресостійкості є ключовим для розробки ефективних стратегій і програм підтримки. Теоретичний аналіз дозволив зрозуміти основні поняття, визначити причинно-наслідкові зв'язки та розробити теоретичну модель розвитку стресостійкості у військовослужбовців в умовах воєнного стану.

Методологічний підхід визначає, яким чином буде проводитися збір, аналіз та інтерпретація даних, що дозволить перевірити теоретичні гіпотези та отримати об'єктивні результати. Комбінація різних теоретичних підходів та методологічних інструментів допоможе у формуванні комплексного розуміння проблеми та розробці концептуальної моделі психологічного супроводу військовослужбовців в умовах воєнного стану.

У другому розділі – «ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ РОЗВИТКУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ» –

Виявлено, що в умовах воєнного стану рівень стресостійкості у військовослужбовців ЗСУ та ТрО визначається не лише фізичною підготовкою, а й психологічною стійкістю. Зокрема, навички управління стресом, психологічна готовність до непередбачуваних ситуацій та емоційна стійкість стають ключовими факторами, що впливають на здатність військовослужбовців різних вікових категорій до ефективної дії під час стресових обставин.

Аналіз результатів дослідження показав, що психофізіологічний компонент стресостійкості у військовослужбовців значною мірою залежить від рівня депресії, тривожності та фобій, які виявляються в

умовах війни. Отримані дані свідчать, що високий рівень депресії, тривожності та фобій може бути наслідком впливу стресових факторів війни, таких як низька толерантність до невизначеності, підвищена емоційна чутливість та обмеження когнітивного сприйняття реальності, що обґрунтовує необхідність розробки цілеспрямованих заходів підтримки. Аналіз результатів дослідження регуляторного компоненту стресостійкості у військовослужбовців показав, що рівень вольової саморегуляції визначається такими характеристиками, як наполегливість і самовладання.

Дослідження ціннісних орієнтацій, проведене за методикою М. Рокича, показало, що військовослужбовці ЗСУ та ТрО високо цінують цікаву роботу, дружбу, свободу та творчість, а також такі інструментальні цінності, як раціоналізм, самоконтроль і здатність до співпереживання, що відповідає вимогам їхньої професійної діяльності. Аналіз результатів дослідження емоційно-мотиваційного компоненту стресостійкості у військовослужбовців ЗСУ та ТрО свідчить про високий рівень стресу у більшості респондентів віком 18–39 років, що обумовлено специфікою виконання бойових завдань у небезпечних умовах. Результати підкреслюють необхідність цілеспрямованих заходів для підвищення стресостійкості військовослужбовців, включно з розробкою психологічних програм, спрямованих на осмислення значущості діяльності, покращення адаптаційних можливостей і зниження суб'єктивної важливості стресових ситуацій. Вивчення комунікативних навичок та їхнього впливу на стресостійкість також має стати пріоритетним напрямом для забезпечення ефективності військової діяльності.

Розвиток стресостійкості у військовослужбовців є багатограним завданням, що вимагає комплексного підходу та розробки концепції моделі психологічного супроводу та уваги до психологічних аспектів підготовки військовослужбовців в умовах воєнного стану.

Згідно з основною метою дисертаційної роботи, у третьому розділі – **«КОНЦЕПТУАЛЬНА МОДЕЛЬ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ**

ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ» – були описані передумовами створення концептуальної моделі психологічного супроводу, був опис алгоритму, спрямований на забезпечення психічного здоров'я та підвищення адаптивних здібностей військовослужбовців у стресових ситуаціях. Цей алгоритм охоплює проведення оцінки психічного стану, психологічні консультації та терапевтичні сесії, формулювання висновків та рекомендацій, а також розробку програм групових занять.

Застосування алгоритму психологічного супроводу дозволяє активно залучати військовослужбовців ТрО та ЗСУ до процесу, організовуючи послідовні дії для зниження психічного виснаження та збереження смислового відчуття. Його впровадження спрямоване на підготовку військовослужбовців до швидкого відновлення та забезпечення нормального режиму життя та психологічного комфорту.

Концептуальна модель психологічного супроводу військовослужбовців враховує специфіку військових умов та зміни, що відбуваються під час воєнного стану.

Особливу увагу приділено адаптивним ресурсам особистості, що дозволяє забезпечити ефективність діяльності в будь-яких умовах. Компонент «Цінність і значення життя» виявився ключовим для успішного виконання бойових завдань, надаючи військовослужбовцям мотивацію та сенс життя. Для оптимізації діяльності військовослужбовців в повсякденних та екстремальних умовах, також було розроблено план занять. Цей план включає різноманітні практичні заходи, спрямовані на формування різних аспектів особистості та підтримку психологічного стану військовослужбовців.

Аналіз отриманих результатів дав змогу здійснити наукову якісну інтерпретацію кількісних даних. По-перше, майже у всіх вікових групах військовослужбовців ЗСУ та ТрО спостерігається значне зниження рівнів депресії, тривоги та фобій після впровадження системи психологічного супроводу. Психологічний супровід виявив позитивний

вплив на копінг-стратегії військовослужбовців, що підтверджується зниженням використання стратегій ігнорування, розгубленості, агресивності та покірності. Значне зростання показників оптимізму і встановлення власної цінності свідчить про покращення загального психологічного стану та підвищення самооцінки. Також, після проведення психологічного супроводу загальний показник вольового самоконтролю показав суттєві поліпшення. Зокрема, значно зросла частка військовослужбовців ТрО з високим рівнем вольового самоконтролю.

Загалом, результати показують, що психологічна підтримка суттєво знизилла негативний вплив стресу та сприяла підвищенню емоційної стабільності серед військовослужбовців різних вікових категорій.

Порівняння даних до та після психологічного супроводу показує значні покращення також і у рівнях комунікабельності. В усіх вікових категоріях спостерігається зростання високого рівня комунікабельності.

Також помітне зниження відсотка військовослужбовців з низьким рівнем комунікабельності та некомунікабельних. Загалом після психологічного супроводу спостерігається суттєве покращення всіх психологічних чинників розвитку стресостійкості.

Виявлення позитивних змін після психологічного супроводу свідчить про підвищення загальної адаптивності та стійкості військовослужбовців до стресових ситуацій, що сприяє покращенню їхньої ефективності та загального благополуччя в умовах воєнного стану.

Наукова новизна і практичне значення наукових положень дисертації полягає у з'ясуванні концептуального підходу до причин виникнення стресу та його впливу на військовослужбовців в умовах воєнного стану; розробці психологічних умов розвитку стресостійкості; розробці теоретичної та концептуальної моделі психологічного супроводу військовослужбовців в умовах воєнного стану.

Безумовно, таке об'ємне й багатокomпонентне дослідження не може бути вільним і від певних дискусійних питань, що не знижують наукової цінності викладених у ній результатів:

1. У дисертації авторкою ґрунтовно описується транзактна модель стресу Дж. Макей і Т. Кокс (ст.26). Як зміст цієї моделі був використана у розробці авторської концептуальної моделі психологічного супроводу військовослужбовців в умовах воєнного стану, яка поєднує індивідуальні, групові та системні методи підвищення стресостійкості?
2. Хотілося б почути думку автора щодо причин відсутності або ж виявлення низького рівня появи депресії, тривоги та фобій в осіб старше 60 років за методикою «Шкала базової психологічної оцінки ІАРТ» (ст.62).
3. У розробці концептуальної моделі психологічного супроводу військовослужбовців в умовах воєнного стану авторкою було акцентовано, що компонентами лікування військовотравматичного стресу є застосування спеціальних практик і методологій, як когнітивно-поведінкова терапія для корекції поведінки у суспільстві та фізичного компонента, десенсибілізація для зменшення емоційних реакцій та гострих стресових переживань, а також EMDR-терапія для лікування пошкоджених ділянок мозку за допомогою рухів очей, що сприяє загальному поліпшенню функціонування (ст.86). Чим зумовлений вибір саме цих практик та методів? Обґрунтуйте будь ласка.
4. У змісті концептуальної моделі психологічного супроводу військовослужбовців в умовах воєнного стану не було зазначено вагомий, на наш погляд, вид роботи психолога з військовими - робота з сім'ями та членами родин військових. Особливо при пропрацюванні емоційно-мотиваційного компоненту психологічного супроводу. Такі дані значно доповнили б науково-практичні знання про організацію психологічного супроводу військових під час воєнного стану.

Проте зазначені дискусійні питання жодним чином не знижують загальне позитивне враження від роботи, не знижують наукової цінності викладених у ній результатів, носять дискусійний характер та не впливають на загальну високу оцінку цього непересічного теоретико-емпіричного дослідження.

Загальний висновок та оцінка дисертації щодо присудження ступеня доктора філософії

Враховуючи актуальність, новизну, важливість одержаних автором наукових результатів, їх обґрунтованість та вірогідність, а також практичну цінність сформульованих положень і висновків дисертаційної роботи можемо стверджувати що робота Н.Г. Твердохліб **«ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД РОЗВИТКУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ»**, написана на високому науково-теоретичному рівні, відповідає галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки, спеціальності 053 Психологія та вимогам Наказу Міністерства освіти і науки України від 12 січня 2017 року №40 «Про затвердження вимог оформлення дисертацій» (зі змінами), «Порядку присудження доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії (Постанова Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 року №44; зі змінами від 21.03.2022 року), а її автор, Твердохліб Наталія Гнатівна, безумовно заслуговує на присудження наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 Психологія.

Офіційний опонент:

доктор психологічних наук, професор,

завідувач кафедри психології

Комунального закладу вищої освіти

«Вінницька академія безперервної освіти»

О.М. Шпортун

ВІДПОВІДЬ
- Шпортун О.М.
ЗАСВІДЧУЮ



КАНЦЕЛЯРІЮ
10.05.2022 РІН