

ОПИТУВАЛЬНИК БОЙОВОГО СТРЕСУ

БЛІНОВА О.А. (ОБСБ)

УДК: 159.9.07:355.12(045)

Блінов Олег Анатолійович

Кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри соціальних технологій Національного авіаційного університету, науковий кореспондент лабораторії психології навчання імені І. О. Синиці Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, м. Київ (Україна)

Анотація. У статті розглянутий авторський опитувальник психодіагностики бойового стресу. Він призначений: для визначення рівня психологічного стресу в осіб, що приймали участь в екстремальних умовах діяльності; наявності ресурсів людини для подолання наслідків травматичного стресу; встановлення ступеня її пристосованості до дії в умовах загрози для життя. Опитувальник складається з чотирьох субшкал, а саме: субшкали питань визначення гострих стресових розладів (ГСР) і посттравматичних стресових розладів (ПТСР), субшкали ресурсних питань, субшкал зовнішньо і внутрішньо опосередкованих стрес-факторів, які емоційно впливають на особистість. Наведений текст опитувальника, який складається з 24 питань, а також оціночна п'ятибальна шкала Р. Лайкерта.

Ключові слова: опитувальник, бойовий стрес, військовослужбовці, інтегральний показник, діаграма.

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими практичними завданнями.

Бойовий стрес – це психічне відображення стресової реакції в результаті впливу факторів бойової діяльності.

Бойовий стрес з'являється у людини в екстремальних умовах діяльності, яка супроводжується дією потужних зовнішніх і внутрішніх стрес-факторів. Вони несуть загрозу життю людини, негативно впливають на стан її здоров'я, знижують ефективність діяльності

або приводять до її зриву.

Оцінка бойового стресу вимагає використання надійного і компактного психодіагностичного інструментарію для визначення його рівня, а також ресурсів для корекційної роботи.

Сучасні умови потребують створення універсального психологічного інструментарію, який був би спроможний визначати рівень бойового стресу у широкого кола фахівців діяльність яких здійснюється в екстрема-

льних умовах. Це відноситься не тільки до військовослужбовців Збройних сил, Державної прикордонної служби, Національної гвардії та ін., але і тих, хто виконує професійні обов'язки в умовах загрози для життя – пожежників, фахівців спецпідрозділів поліції, охоронних служб та ін.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Відповідно до теми нашого дослідження нами було проаналізовано наукові роботи вітчизняних та зарубіжних фахівців присвячених проблемі бойового стресу та його діагностиці.

Було встановлено, що існує різнобічний психологічний інструментарій, який дозволяє здійснювати оцінку впливу стрес-факторів, їх впливу на виробничі процеси в організаціях, стану стресу у фахівців та ін., зокрема це розкривається в шкалі організаційного стресу (ШОС) Макліна (в адаптації Н. Е. Водоп'янової), оціночній шкалі стресових подій Холмса-Раге, експрес-діагностиці стану стресу К. Шрайнера та ін. В результаті проведеної роботи було встановлено, що відсутній психологічний інструментарій, який дозволяє здійснювати психодіагностику бойового стресу.

Для розробки опитувальника нам потрібно було визначитися з науковим підґрунтям майбутнього психодіагностичного інструментарію. Методологічною основою опитувальника є концепція стресу Г. Сельє; розуміння бойового стресу Р. Абдурахмановим, Л. Китаєво-Смиком, О. Караяні; концепція

«травматичного неврозу» З. Фрейда; посттравматичних стресових розладів М. Горовіца; розуміння феномену бойової психічної травми М. Решетніковим, С. Литвинцевим, Е. Снедковим, О. Резніком; концепція існування і саморозвитку особистості С. Максименко; багатовимірною моделлю психологічного виживання людини після сильного стресу BASIC Ph М. Лаада та ін.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, якій присвячується стаття. Проведений аналіз існуючого психодіагностичного інструментарію бойового стресу свідчить про відсутність в інформаційному просторі спеціалізованих опитувальників чи тестів, які були б спроможні здійснювати психодіагностику бойового стресу.

Мета статті. Представити авторський інноваційний психодіагностичний інструментарій визначення бойового стресу. Продемонструвати можливості опитувальника комплексно оцінювати бойовий стрес у фахівців, які перебували в екстремальних умовах діяльності.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Визначені наступні основні етапи роботи з опитувальником:

Встановлення проблеми у військовослужбовців і проведення психодіагностики.

Аналіз відповідей респондентів на запитання.

Оцінка окремих відповідей, аналіз ре-

зультатів у складі субшкал (об'єднаних питань за одним напрямком), а також співвідношень між шкалами.

Проведення процедури визначення інтегрального показника бойового стресу та його фіксація на відповідній шкалі. Аналіз характеристик розвитку стресу в респондентів.

Визначення психологічного профілю спеціаліста з оформленням графічної частини опитувальника. Проведення його аналізу.

Складання експертного психодіагностичного заключення стану бойового стресу респондента та ознайомлення його з результатами роботи.

Використання інформативних показників ресурсного блоку для здійснення психологічної корекції.

Оцінка бойового стресу (у балах) здійснюється за трьома рівнями, а саме:

Бойовий стрес низької інтенсивності. Вважається таким, коли отримуються результати від 1,0 до 2,66 бала (самий високий рівень адаптованості військовослужбовця до дії стрес-факторів).

Бойовий стрес середньої інтенсивності. Результат – від 2,66 до 3,91 бала (середній рівень адаптованості).

Бойовий стрес високої інтенсивності. Результат від 3,91 до 5,0 балів (самий низький рівень адаптованості до дії бойових стресорів).

Розподіл питань опитувальника здійснюється наступним чином.

Субшкала № 1. Призначена для діагностики гострих стресових розладів (**ГСР**) і посттравматичних стресових розладів (**ПТСР**); використовуються питання за № 1, 5, 9, 13, 17, 21, 23 (разом 7 питань).

Відповіді, які отримали високу оцінку за цією субшкалою (5 балів) вказують на ймовірність наявності ГСР або ПТСР (залежно від часу з моменту критичного інциденту).

Субшкала № 2. Представлена ресурсним блоком (**РБ**). Сукупність питань, які розкривають спроможність військовослужбовця долати стресові ситуації на когнітивному, афективному та поведінковому рівнях.

Питання за № 2 характеризує рівень віри людини.

Питання за № 6 характеризує спроможність респондента використовувати афективні та емоційні методи.

Питання за № 10 характеризує соціальність (спілкування) людини.

Питання за № 14 характеризує уяву респондента.

Питання за № 18 характеризує когніції (переконавання, розсудливість) спроможність людини використовувати свої ресурси.

Питання за № 22 і № 24 надають характеристику фізичної активності респондента. Всього разом 7 питань.

Питання субшкали № 2 у порівнянні з питаннями інших субшкал мають зворотній зміст. Чим вищий рівень ресурсу позитивної спрямованості позначається респондентом

тим нижча повинна бути бальна оцінка.

Субшкала № 3. Для визначення впливу стрес-факторів, що безпосередньо емоційно впливають на особистість військовослужбовця (**ФБЕВ**) використовуються питання за № 3, 7, 11, 15, 19 (разом 5 питань).

Субшкала № 4. Для визначення впливу стрес-факторів, що опосередковано емоційно впливають на особистість військовослужбовця (**ФОЕВ**) використовуються питання за № 4, 8, 12, 16, 20 (разом 5 питань). Питання за № 16, 20 розкривають вплив фізіологічного стану респондента на його самопочуття.

В опитувальнику надані три основні стадії розвитку стресу для поглибленого ознайомлення з отриманими результатами. Також пропонується ознайомитися з таблицею змін у психічних сферах особистості (дивись Таблицю А), а також визначити особливості проявів стресових розладів за часовими характеристиками (дивись Таблицю Б),

Перша стадія. Стрес низького рівня у військовослужбовців (від 1,0 до 2,66 бала).

Це аларм-стадія, або «мобілізація по пожежній тривозі», коли відбувається мобілізація адаптаційних ресурсів організму. На цій стадії людина знаходиться в стані напруженості і настороженості. Це, свого роду, підготовка до наступного етапу, тому іноді першу стадію називають «передстартовою готовністю».

Триває від декількох годин до двох діб і включає дві фази:

1) фаза шоку – загальний розлад функцій організму внаслідок психічного потрясін-

ня або фізичного пошкодження, у результаті бойової діяльності.

2) фаза «протишоку».

При достатній силі стресора фаза шоку закінчується загибеллю організму, протягом перших годин або днів. Якщо адаптаційні можливості організму здатні протистояти стресору, то настає фаза протишоку, де відбувається мобілізація захисних реакцій організму. Фізично і психологічно людина почувається добре, перебуває в піднесеному настрої.

Жоден організм не може постійно перебувати в стані тривоги. Якщо стресогенний фактор дуже сильний або продовжує свою дію, настає наступна стадія.

Друга стадія. Стрес середнього рівня (від 2,66 до 3,91 бала).

Вона співвідноситься зі стадією резистентності (опору).

Складається зі збалансованого витрачання адаптаційних резервів, підтримується існування організму в умовах підвищених вимог до його адаптаційних можливостей.

Тривалість періоду опору залежить від вродженого потенціалу швидкої адаптації до умов життєдіяльності, стресостійкості людини і від сили діючих стрес-факторів.

Відповідь організму залежить не тільки від дії подразника, в його якості може виступати будь-який предмет, явище або значима інформація, також грають важливу роль внутрішні і зовнішні умови життєдіяльності.

Людина розвиває оптимальну енергію, пристосовуючись до обставин, що змінюють-

ся. Почуває себе цілком стерпно, хоча вже без душевного підйому, характерного для першої фази. Людина ніби «впрацювалася» і готова до більш-менш тривалого зусилля з подолання труднощів. Однак іноді відчувається, що накопичилася втома. Якщо ж стресор продовжує діяти ще довше, настає третя стадія.

Ця стадія призводить, або до стабілізації стану та одужання, або, якщо стресор продовжує діяти й надалі, змінюється останньою стадією – виснаження.

Третя стадія. Стрес високого рівня (від 3,91 до 5,0 балів).

Співвідноситься зі стадією виснаження (утратою резистентності).

На цій стадії енергія вичерпана, фізіологічний і психологічний захист виявляється зламаним. Існує невідповідність стресогенних впливів середовища і відповідей організму на його вимоги.

Людина не має більше можливості захищатися. На відміну від першої стадії, коли стресовий стан організму веде до розкриття адаптаційних резервів і ресурсів стан третьої стадії більше схожий на «заклик про допомогу», яка може прийти тільки ззовні – або у вигляді підтримки, або у вигляді усунення стресора, що виснажує організм.

Якщо на першій та другій стадії діагностуються деякі ознаки ГСР і ПТСР, то на третій стадії вони об'єднуються вже в цілісний комплекс (синдром).

Інструкція опитувальника бойового

стресу.

Будь ласка, ознайомтеся із запропонованими питаннями для відповідей. Виберіть такий варіант власної думки із запропонованої п'ятибальної шкали, що найбільш розкриває її зміст. В бланку відповідей в кожній колонці праворуч від порядкових номерів позначте вибрану вами цифру:

5 – абсолютно вірно;

4 – скоріше, вірно;

3 – частково вірно, частково невірно;

2 – скоріше, невірно;

1 – абсолютно невірно.

Текст опитувальника:

Моя діяльність проходила в умовах загрози для життя.

У мене немає традицій і ритуалів, яких я люблю дотримуватися.

Несподіваність сприяє виникненню непередбачуваної поведінки.

Моя діяльність в умовах дефіциту часу приводила інколи до негативних наслідків.

Я швидко реагую на різкі звуки, що нагадують травматичні події минулого.

Я рідко відчуваю турботу близьких людей.

Нестандартний перебіг подій задає багато клопоту.

Підвищення мною темпу дій сприяє швидкому розвитку втоми.

Я намагаюся уникати спогадів про травматичні події.

Для мене не важлива взаємна допомога

Таблиця А.

Таблиця змін у психічних сферах особистості

Рівні стресу	Характеристика	Психічні сфери		
		Когнітивна	Афективна	Поведінкова
Низький	Розкриття адаптаційних ресурсів і резервів	Адекватне оцінювання обстановки	Здатність управляти своїми емоціями	Стан «стартової готовності» і початок наполегливої служби
Середній	Витрати ресурсів і резервів	Напружена робота свідомості з ознаками втоми у вигляді проблем з пам'яттю, швидкістю обробки інформації та ін.	Фіксуються окремі прояви неконтрольованих емоцій	Стабільність поведінки з ознаками легкої дратівливості, депресивності або агресивності)
Високий	Потребує зовнішньої допомоги у вигляді підтримки або у формі усунення стресора, який виснажує організм	<p>Ознаки професійного вигорання (симптоми):</p> <p><i>Психофізичні:</i> відчуття постійної втоми, часті безпричинні головні болі, повне або часткове безсоння та ін.</p> <p><i>Соціально-психологічні:</i> байдужість, нудьга, пасивність і депресія, підвищена дратівливість, часті нервові «зриви» та ін.</p> <p><i>Поведінкові:</i> відчуття, що служба стає все важчою, а виконувати її - все важче; невіра в покращення, байдужість до результатів та ін.</p>	<p>Ознаки емоційного вигорання (симптоми):</p> <p><i>Фізичні:</i> (фізична втома, виснаження, безсоння та ін.</p> <p><i>Емоційні:</i> (брак емоцій, песимізм, байдужність та ін.</p> <p><i>Поведінкові:</i> байдужність до харчування; нещасні випадки - падіння, травми, аварії тощо; виправдання вживання алкоголю, ліків та ін.</p> <p><i>Інтелектуальні:</i> зниження інтересу до альтернативних підходів у вирішенні проблем, апатія, втрата інтересу до життя та ін.</p> <p><i>Соціальні:</i> низька соціальна активність, зниження інтересу до дозвілля та ін.</p>	Вектор змін поведінки від глибокої депресії і загальмованості до ауто і зовнішньої агресії на оточуючих

Таблиця Б.

Класифікація стресових розладів за часовими характеристиками

Гострий стресовий розлад	Діагностується в період від двох днів до одного місяця після травматичного інциденту
Посттравматичний стресовий розлад	Діагностується не раніше, ніж через місяць. ПТСР виникає після ГСР або латентного періоду, який може тривати від кількох тижнів до 6 місяців або до декількох років. Перебіг ПТСР визначається як гострий, коли симптоми зберігаються впродовж менше трьох місяців, і хронічний, коли симптоми зберігаються три і більше місяці. У випадках, коли початок симптомів спостерігається через 6 місяців після травматичної події, розлад визначається як ПТСР з пізнім проявом.

та підтримка.

Я втрачаю самовладання коли бачу невідповідальність посадових осіб.

Надлишок інформації ускладнює процес адаптації.

Я відчуваю провину за деякі вчинки, що робив раніше.

Імпровізація не моя стихія.

Згадка про діяльність в екстремальних умовах викликає у мене негативні емоції.

Виконання декількох справ одночасно підвищує ризик помилок в управлінні.

Інколи я відчуваю відчуженість до людей.

Для мене не важлива точна оцінка ситуації.

Буває, що я втомлююсь від служби.

Я вважаю, що недостатній рівень злагодженості колективу приводить до зайвих проблем.

Достатньо невеличкої дрібниці, щоб я почав гніватися.

Я не використовую фізичні, дихальні та м'язові практики у боротьбі зі стресом.

Я маю проблеми зі сном.

Для мене немає різниці між фізичною активністю і періодами відпочинку.

Порядок визначення бальної оцінки інтегрального показника бойового стресу здійснюється наступним чином.

Спочатку підраховується загальна кількість балів за всі нараховані бали питань опитувальника. Потім підраховується їх середнє арифметичне значення. Отриманий результат заноситься в бланк відповідей.

На шкалі бойового стресу обводиться кружком, або відзначається цифрою величина інтегрального показника бойового стресу. Вона слугує графічним орієнтиром для аналізу

Бланк відповідей

№ з/п	Відповідь	№ з/п	Відповідь	№ з/п	Відповідь	№ з/п	Відповідь
1		2		3		4	
5		6		7		8	
9		10		11		12	
13		14		15		16	
17		18		19		20	
21		22		Σ		Σ	
23		24		Розрахунок інтегрального показника: Σ загальн. : 24 =			
Σ		Σ					

рівня бойового стресу.

Шкала бойового стресу (інтегральний показник) має наступний вигляд:

Шкала бойового стресу:

1,0.....2.66.....3.91.....5,0

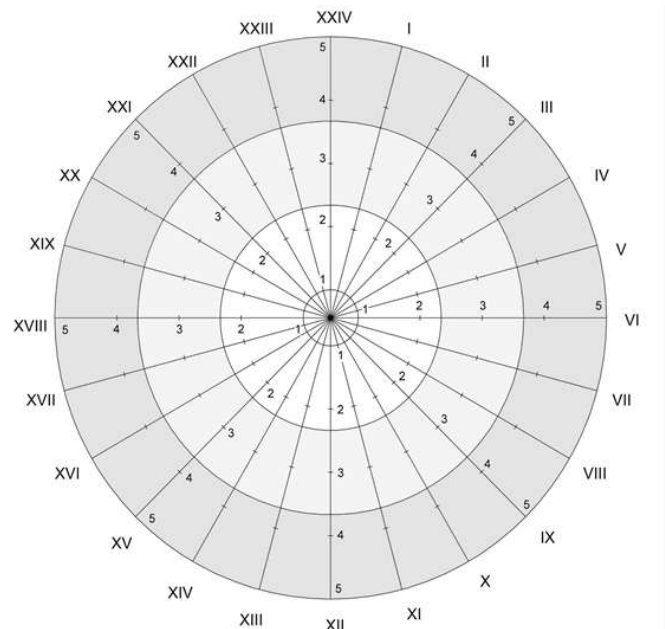
Низький Середній Високий

Робота з графічною частиною організується наступним чином:

Пропонується вибрати шкалу на діаграмі, яка відповідає вашому номеру питання та обвести на ній кружком цифру відповідно до Вашого вибору. Потрібно з'єднати прямими лініями позначені цифри та здійснити штриховку внутрішньої площини. Ви отримаєте персональний психологічний профіль фахівця, який дозволяє продовжити аналізувати наслідки впливу бойового стресу та знайти ресурси для його корекції.

Відображення психологічного профілю спеціаліста здійснюється в формі наступної діаграми «рози вітрів».

Час на заповнення бланку відповідей та оформлення графічної складової до 20 хв.



Для встановлення ступеня придатності опитувальника в якості психодіагностичного інструментарію була проведена його апроба-

ція на 276 військовослужбовців.

Процедура математичної верифікації проведена в лабораторії екологічної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України кандидатом психологічних наук, старшим науковим співробітником Верніком Олексійом Леонідовичем.

У результаті проведеної математичної обробки даних встановлено, що коефіцієнт внутрішньої узгодженості субшкал опитувальника за Л. Кронбахом (KR) має наступні рівні:

	Alfa				
	All	АТО	NotA-TO	Wound	NotWound
ГСР_П ТСР	0,71	0,8201	0,592	0,807	0,703
РБ	0,59	0,668	0,52	0,526	0,604
ФБЕВ	0,706	0,804	0,576	0,81	0,637
ФОЕВ	0,38	0,423	0,387	0,629	0,346

Де –

ГСР_П ТСР	Субшкала № 1. Гострі стресові розлади і посттравматичні стресові розлади
РБ	Субшкала № 2. Ресурсний блок
ФБЕВ	Субшкала № 3. Стрес-фактори, що безпосередньо емоційно впливають на особистість військовослужбовця
ФОЕВ	Субшкала № 4. Стрес-фактори, що опосередковано емоційно впливають на особистість військовослужбовця
Alfa/ All	Загальний показник
АТО	Військовослужбовці, які проходили службу в АТО
NotA-TO	Військовослужбовці, які не проходили службу в АТО
Wound	Були поранені
NotWound	Без поранень

Проведення кореляційних процедур по визначенню внутрішньої узгодженості субшкал опитувальника дало наступні результати.

Субшкала № 1. Гострі стресові розлади і посттравматичні стресові розлади

Кількість чол.	276	Стандартне відхил. (σ)	5,122957
Середнє	18,61594	Асиметрія	0,43642
Медіана	18	Екセス	0,1716
Мода	17	Тест Колмогорова-Смирнова	1,249
Частота моди	-	Асимптотична значимість	0,118
Мінімум	7	Низький	13
Максимум	34	Високий	24

Субшкала № 2. Ресурсний блок

Кількість чол.	276	Стандартне відхил. (σ)	4,285028
Середнє	15,92391	Асиметрія	0,548216
Медіана	16	Екセス	1,060273
Мода	16	Тест Колмогорова-Смирнова	1,62
Частота моди	-	Асимптотична значимість	0,01
Мінімум	7	Низький	12
Максимум	32	Високий	20

Субшкала № 3. Стрес-фактори, що безпосередньо емоційно впливають на особистість військовослужбовця

Кількість чол.	276	Стандартне відхил. (σ)	3,447821
Середнє	13,88043	Асиметрія	0,247203
Медіана	14	Експес	-0,40255
Мода	12	Тест Колмогорова-Смирнова	1,56
Частота моди	-	Асимптотична значимість	0,029
Мінімум	6	Низький	10
Максимум	23	Високий	17

Субшкала № 4. Стрес-фактори, що опосередковано емоційно впливають на особистість військовослужбовця

Кількість чол.	276	Стандартне відхил. (σ)	12,16565
Середнє	63,19203	Асиметрія	0,384666
Медіана	63	Експес	0,380375
Мода	64	Тест Колмогорова-Смирнова	0,885
Частота моди	13	Асимптотична значимість	0,414
Мінімум	32	Низький	51
Максимум	105	Високий	75

Загальна матриця середніх значень за субшкалами має наступний вигляд:

У 5-бальній шкалі	ГСР_ПТСР	РБ	ФБЕВ	ФОЕВ	Загалом
Низький	2,17	2,00	2,75	2,50	2,66
Високий	4,0	3,33	4,50	4,25	3,91
Центр	3,10	2,65	3,69	3,47	3,29

Висновки:

Бойовий стрес – це психічне відображення стресової реакції в результаті впливу факторів бойової діяльності. Опитувальник бойового стресу Блінова О.А. (ОБСБ) є інноваційним психологічним інструментарієм визначення бойового стресу.

Опитувальник призначений: для визначення рівня бойового психологічного стресу в осіб, що приймали участь в екстремальних умовах діяльності; наявності ресурсів людини для подолання наслідків травматичного стресу; встановлення ступеня її пристосованості до дії в умовах загрози для життя.

Опитувальник складається з 24 питань оцінка яких здійснюється за 5-бальною шкалою Р. Лайкерта.

В опитувальнику є графічна складова у вигляді Шкали інтегрального показника бойового стресу, а також діаграми «рози вітрів» психологічного профіля спеціаліста.

Математична верифікація опитувальника засвідчила високу прогностичну цінність та перспективність його використання.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямі. На наш погляд, подальше наукове вивчення бойового стресу потребує перекладу опитувальника на російську мову з наступною його апробацією.

Список використаних джерел:

1. *Блінов О. А.* Психологія бойової психічної травми : монографія / О. А. Блінов. – К. : Талком, 2016. – 246 с.
2. *Кадыров Р. В.* Посттравматическое стрессовое расстройство (PTSD): состояние проблемы, психодиагностика и психологическая помощь : учебное пособие / Р. В. Кадыров. – СПб.: Речь, 2012. – 448 с.
3. *Караяни А. Г.* Настольная книга военного психолога: практич. пособие / А. Г. Караяни. – М.: Издательство Юрайт, 2016. – 332 с. – Серия: Профессиональная практика.
4. *Максименко С. Д.* Генезис существования личности. – К. : Издательство ООО «КММ», 2006. – 240 с.
5. *Клінічні рекомендації щодо застосування методів психодіагностики та медико-психологічної реабілітації у лікарняних та санаторно-курортних закладах Міністерства оборони України / Мех П.І., Казмірчук А.П., Швець А.В., Кіх А.Ю., Ричка О.В., Чайковський А.Р., Іванцова Г.В., Блінов О.А. / під заг. ред. професора, доктора медичних наук В.В. Стеблюка та доктора медичних наук А.М. Галушки. – К., 2017. – 266 с.*
6. *Уніфікований клінічний протокол первинної, вторинної (спеціалізованої) та третинної (високоспеціалізованої) медичної допомоги. Реакція на важкий стрес та розлади адаптації. Посттравматичний стресовий розлад / В. В. Кравченко, І. Я. Пінчук, І. А. Марценковський та ін. – К. : Державний експертний центр Міністерства охорони здоров'я України, 2016. – 57 с.*
7. *Лаад М.* Многомерная модель внутренней устойчивости BASIC PH [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://stat.haifa.ac.il/~pavelg/downloads/BASIC%20PH.pdf>
8. *і psihologicheskaja pomosh : uchebnoe posobie / R. V. Kadyrov. – SPb. : Rech, 2012. – 448 s.*
9. *Karajani A. G. Nastolnaja kniga voennogo psihologa : praktich. posobie / A. G. Karajani. – M. : Izdatelstvo Jurajt, 2016. – 332 s. – Serija : Professionalnaja praktika.*
10. *Maksimenko S. D. Genezis sushhestvovanija lichnosti. – K. : Izdatelstvo ООО «КММ», 2006. – 240 s.*
11. *Klinichni rekomendacii shhodo zastosuvannja metodiv psihodiagnostiki ta mediko-psihologichnoi rehabilitacii u likarnjanij ta sanatorno-kurortnijh zakladah Ministerstva obroni Ukraïni / Meh P.I., Kazmirchuk A.P., Shvec A.V., Kih A.Ju., Richka O.V., Chajkovskij A.R., Ivancova G.V., Blinov O.A. / pid zag. red. profesora, doktora medichnijh nauk V.V. Stebljuka ta doktora medichnijh nauk A.M. Galushki. – K., 2017. – 266 s.*
12. *Unifikovaniy klinichnij protokol pervinnoi, vtorinnoi (specializovanoi) ta tretinnoi (visokospecializovanoi) medichnoi dopomogi. Reakcija na vazhkij stres ta rozladi adaptacii. Posttravmatichnij stresovij rozlad / V. V. Kravchenko, I. Ja. Pinchuk, I. A. Marcenkovskij ta in. – K.: Derzhavnij ekspertnij centr Ministerstva ohoroni zdorov'ja Ukraïni, 2016. – 57 s.*
13. *Laad M. Mnogomernaja model' vnutrennej ustojchivosti BASIC PH [Elektronnij resurs]. – Rezhim dostupu : <http://stat.haifa.ac.il/~pavelg/downloads/BASIC%20PH.pdf>*

Blinov Oleg

PhD in Psychology, Associate Professor, Scientific Correspondent at the Laboratory of Educational Psychology named after I.O. Sinitzy, Institute of Psychology named after G.S. Kostyuk, National Academy of Pedagogical Sciences in Ukraine, Kiev (Ukraine)

**COMBAT STRESS QUESTIONNAIRE
DESIGNED BY O. BLINOV (QCSB)**

ABSTRACT

The psychological and diagnostic combat stress questionnaire designed by the author is considered in the article. It can be used for: determining the level of psychological stress among

people who took part in extreme activities; identifying resources to overcome the consequences of traumatic stress; establishing the degree of personal adaptability in conditions which threaten life. The contents of the questionnaire, the stages of work, the characteristics of the subclasses and the distribution of the questions are represented. It has been found that assessment of the combat stress (valued in in scores) can be carried out through the following three levels. The questionnaire consists of the following four subscales: identifying acute stress disorders (ASD) and post-traumatic stress disorders (PTSD), resource issues, external and internal stress factors emotionally affected people. The outline of the questionnaire (24 questions) and R. Lickert's five-point scale, which reveals the peculiarities of personal opinion on combat stress are presented. The main stages of stress development, as well as personal changes at cognitive, emotional and behavioral levels, which can be considered as a result of the influence of stress factors, are identified. The sequence of determining the integral indicator of combat stress, managing the scale of combat stress and graphic design of psychological profile for specialists are described. The psychological profile of a specialist is created using the chart's capabilities. The results of correlation analysis between the structural components of the questionnaire are shown.

Key words: questionnaire, combat stress, military personnel, integral index, diagram.

Блинов Олег Анатолієвич

Кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри соціальних технологій Національного авіаційного університету, науковий кореспондент лабораторії психології навчання імені І. О. Синиці Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, м. Київ (Україна)

ОПРОСНИК БОЕВОГО СТРЕССА БЛИНОВА О.А. (ОБСБ)

Анотація. В статті розглядається авторський опросник психодіагностики боевого стресса. Он предназначен: для определения уровня психологического стресса у лиц, которые принимали участие в экстремальных условиях деятельности; наличия ресурсов у человека для преодоления последствий травматического стресса; установления степени его приспособленности к действию в условиях угрозы для жизни. Опросник состоит из четырех субшкал, а именно: субшкалы определения острых стрессовых расстройств и посттравматических стрессовых расстройств, субшкалы ресурсных вопросов, субшкал внешне и внутренне опосредованных стресс-факторов, которые эмоционально влияют на личность. Изложенный текст опросника, который состоит из 24 вопросов, а также оценочная пятибалльная шкала Р. Лайкерта.

Ключевые слова: опросник, боевой стресс, военнослужащие, интегральный показатель, диаграмма.

Дата отримання статті: 19.10.2017

Дата рекомендації до друку: 21.10.2017