

**УДК 159.943+355**

**Іванова Олена Анатоліївна**, здобувач кафедри Суспільних наук Національного університету оборони України імені Івана Черняховського (м. Київ)

e-mail: [elena\\_1501@ukr.net](mailto:elena_1501@ukr.net)

## **ЕМПІРИЧНІ ІНДИКАТОРИ МЕХАНІЗМІВ РЕГУЛЯЦІЇ ПОВЕДІНКИ ЖІНОК-ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ**

### ***Анотація***

*В статті розглянуто емпіричні індикатори актуальних механізмів регуляції поведінки жінок-військовослужбовців на основі прояву показників психологічного захисту та провідних копінг-стратегій залежно від ефективності здійснення військово-професійної діяльності в особливих умовах. Наведені результати емпіричного дослідження механізмів регуляції поведінки жінок-військовослужбовців у військово-професійному середовищі з використанням методик: “Стильові особливості саморегуляції поведінки – ССП–98” В.І. Моросанової, “Індекс життєвого стилю” (Life Style Index (LSI)), Стратегії подолання стресових ситуацій (SACS) С. Хобфолла, адаптованої Н.Є. Водопьяною і О.С. Старченковою. Визначено індивідуальні профілі саморегуляції поведінки досліджуваних за групами з різним рівнем ефективності військово-професійної діяльності, та відмінні характеристики регулятивних механізмів на основі прояву показників психологічного захисту та провідних копінг-стратегій побудови жінками-військовослужбовцями поведінки за стресових обставин. Виявлено, що жінки-військовослужбовці з високим рівнем ефективності військово-професійної діяльності переважно використовують усвідомлену довільну регуляцію поведінки, а з низьким рівнем – неусвідомлені механізми психологічного захисту. Механізми регуляції поведінки жінок з високою ефективністю діяльності характеризуються пластичністю й розраховані на перспективу, а у жінок з низьким рівнем ефективності є ригідними та не орієнтовані на перспективу.*

*Ключові слова:* регуляція поведінки, механізми регуляції, психологічний захист, копінг-стратегії, жінки-військовослужбовці.

**Иванова Елена Анатольевна**, соискатель кафедры Общественных наук Национального университета обороны Украины имени Ивана Черняховского (м. Киев)

## **ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИНДИКАТОРЫ МЕХАНИЗМОВ РЕГУЛЯЦИИ ПОВЕДЕНИЯ ЖЕНЩИН-ВОЕННОСЛУЖАЩИХ В ОСОБЫХ УСЛОВИЯХ**

### ***Аннотация***

*В статье рассмотрены эмпирические индикаторы актуальных механизмов регуляции поведения женщин-военнослужащих на основе проявления показателей психологической защиты и ведущих копинг-стратегий в зависимости от эффективности осуществления военно-профессиональной деятельности в особых условиях. Приведенные результаты эмпирического исследования механизмов регуляции поведения женщин-военнослужащих в военно-профессиональной среде с использованием методик: “Стилевые особенности саморегуляции поведения – ССП–98” В.И. Моросановой, “Индекс жизненного стиля” (Life Style Index (LSI)), Стратегии преодоления стрессовых ситуаций (SACS) С. Хобфолла, адаптированной Н.Е. Водопьяновой и Е.С. Старченковой. Определены индивидуальные профили саморегуляции поведения испытуемых по группам с разным уровнем эффективности военно-профессиональной деятельности, и отличные характеристики регулятивных механизмов на основе проявления показателей психологической защиты и ведущих копинг-стратегий поведения женщин-военнослужащих в стрессовых ситуациях. Обнаружено, что женщины-военнослужащие с высоким уровнем эффективности военно-профессиональной деятельности преимущественно используют осознанную произвольную регуляцию поведения, а с низким уровнем – неосознанные механизмы психологической защиты. Механизмы регуляции*

*поведения женщин с высокой эффективностью деятельности характеризуются пластичностью и рассчитаны на перспективу, а у женщин с низким уровнем эффективности являются ригидными и не ориентированы на перспективу.*

***Ключевые слова:** регуляция поведения, механизмы регуляции, психологическая защита, копинг-стратегии, женщины-военнослужащие.*

**Ivanova Olena Anatolievna**, Researcher of the Department of Social Sciences  
National university of defense of Ukraine named by Ivan Chernyakhovskyi (Kyiv)

## **EMPIRICAL INDICATORS OF REGULATION MECHANISMS OF FEMALE SOLDIERS CONDUCT UNDER THE SPECIAL CONDITIONS**

### *Summary*

*In the article the empirical indicators of actual mechanisms regulating the behavior of female soldiers are considered on the basis of display of psychological defense indexes and leading coping strategies depending on the military-professional work efficiency under the special conditions. The results of empirical research of mechanisms regulating the behavior of female soldiers are rotined in a military-professional environment with the use of methodic: Structure of Style of a Self-regulation of Behavior – “SSP-98” of V.I. Morosanova, “Life Style Index (LSI)”, Strategic Approach to Coping Scale (SACS) of St.E. Hobfoll, adapted by N.E. Vodop’yanova and O.S. Starchenkova. The individual types of self-regulation of investigated behavior are determined after groups with the different level of military-professional activity efficiency, and excellent descriptions of regulating mechanisms on the basis of display of indexes of psychological defense and leading coping strategies of female soldiers behavior construction under the stress conditions. It is discovered that female soldiers with the high level of military-professional activity efficiency mainly use the realized arbitrary regulating of behavior, and with a low level are unrealized mechanisms of psychological defense. The mechanisms of behavior regulating of women with high efficiency of activity are characterized by*

*plasticity and counted on a prospect, and for women with the low level of efficiency is rigidity and not oriented to the prospect.*

***Keywords:** regulation of behavior, mechanisms of regulation, psychological defense, coping strategies, female soldiers.*

**Постановка проблеми і актуальність дослідження.** У науковій літературі достатньо широко представлені погляди вчених щодо механізмів здійснення регуляції поведінки та діяльності особистості у різних сферах. Зважаючи на використання авторами різних підходів та рівнів визначення механізмів регуляції поведінки особистості водночас зазначимо про однаковість науковців в тому, що механізм регуляції особистістю своєї поведінки достатньо складний. Він включає різні стимул-реакції, що спонукають активність, і має в своєму розпорядженні різноманітні регулятивні засоби. При цьому саморегуляція переважно виступає як принцип, заснований на свідомому управлінні власною поведінкою.

**Метою статті** є визначення емпіричних індикаторів актуальних механізмів регуляції поведінки жінок-військовослужбовців залежно від ефективності здійснення військово-професійної діяльності в особливих умовах.

**Аналіз останніх досліджень.** Як показали теоретичні дослідження регуляції поведінки жінок-військовослужбовців в особливих умовах, показниками механізму регуляції їх поведінки ми визначили для несвідомого рівня регуляції психологічні захисти, як систему стабілізації особистості через усунення або зведення до мінімуму негативних емоцій; для свідомого рівня регуляції – усвідомлене усунення причин дискомфорту через вирішення внутрішнього потребнісно-мотиваційного конфлікту.

**Опис методики емпіричного дослідження.** Для розв'язання завдання емпіричного дослідження було використано комплекс взаємодоповнюючих методів дослідження: теоретичні – аналіз порівняння та систематизація теоретичних даних щодо визначення критеріїв та показників регуляції поведінки жінок військовослужбовців у професійному середовищі; *емпіричні* –

спостереження (застосовувалось для вивчення службової активності та ефективності реалізації професійних навичок і вмінь); бесіда (використовувалась для отримання соціально-психологічної інформації); метод експертних оцінок (оцінювались показники ефективності професійної діяльності за допомогою анкети експертної оцінки ефективності військово-професійної діяльності); аналіз результатів діяльності (враховувалися показники службової діяльності); опитування, тестування (з використанням методик: “Стильові особливості саморегуляції поведінки – ССП–98” В.І. Моросанової, “Індекс життєвого стилю” (Life Style Index (LSI), Стратегії подолання стресових ситуацій (SACS) С. Хобфолла, адаптованої Н.Є. Водопьяновою і О.С. Старченковою); статистичні методи обробки емпіричних даних – математичні обчислення первинних описових статистик, кореляційний аналіз (коефіцієнт рангової кореляції Спірмена використовувався для з’ясування кількісних залежностей між досліджуваними особливостями), методи перевірки значущості відмінностей у досліджуваних показниках (одновибірковий критерій Колмогорова-Смірнова, t-критерій Стьюдента, для незалежних вибірок, U-критерій Манна-Уїтні).

Визначення груп досліджуваних за показниками успішності військово-професійної діяльності здійснювалося за допомогою методу експертних оцінок – нами було визначено показники ефективності військово-професійної діяльності жінок-військовослужбовців: рівень оволодіння професійними знаннями, уміннями (професійна теоретична підготовка); уміння використовувати отримані знання в процесі виконання службових обов’язків (професійна практична підготовка); ставлення до виконання службових обов’язків; здатність до підвищення рівня військової професійної підготовленості (професійне зростання); уміння самостійно працювати; здатність успішно працювати в напружених і складних ситуаціях; надійність і витривалість під час виконання довготривалих робіт; службова і військова дисципліна і т. ін.

У дослідженні для діагностики індивідуальних профілів саморегуляції застосовано останній варіант опитувальника В.І. Моросанової “Стильові особливості саморегуляції поведінки – ССП–98”. Методика була створена в 1988 році в Психологічному інституті РАО в лабораторії психології саморегуляції й валідна як для наукових досліджень, так і як інструмент практичної діагностики різних аспектів індивідуальної саморегуляції. Твердження опитувальника побудовані на типових життєвих ситуаціях і не мають безпосереднього зв’язку із специфікою діяльності. Структура індивідуальних особливостей саморегуляції жінок-військовослужбовців досліджувалася на основі шести показників індивідуальної саморегуляції, релевантних шкалам опитувальника, що в сукупності характеризують індивідуальний профіль саморегуляції. 46 тверджень опитувальника входять до складу шести шкал: планування цілей (Пл), моделювання значущих умов їх досягнення (М), програмування дій (Пр), оцінювання і корекції результатів (Ор), показники розвитку регуляторно-особових властивостей – гнучкості (Г), самостійності (С). В цілому опитувальник працює як єдина шкала “Загальний рівень саморегуляції” (ЗРС), що відображає рівень сформованості індивідуальної системи саморегуляції довільної активності людини [3]. Підтверджено, що досліджувані з високими показниками загального рівня саморегуляції самостійні, гнучко і адекватно реагують на зміну умов, висування і досягнення цілей діяльності у них відбувається переважно усвідомлено. Чим вище загальний рівень усвідомленої регуляції, тим легше фахівець оволодіває новим видом активності, більш впевнено відчуває себе в незнайомих ситуаціях, й тим стабільніше його успіхи в звичних видах діяльності. Відповідно, успішність оволодіння новим видом діяльності у більшій мірі залежить від відповідності особливостей саморегуляції і вимог освоюваного виду активності.

За допомогою методики “Індекс життєвого стилю” (Life Style Index (LSI) діагностики типологій психологічного захисту (Р. Плутчика в адаптації Л.І. Вассермана, О.Ф. Єришева, О.Б. Клубової і ін.) нами були виявлені

характерні для досліджуваних жінок-військовослужбовців механізмів психологічного захисту. Методика описана в 1979 р. на основі психоеволюційної теорії Р. Плутчика і структурної теорії особистості Х. Келлермана та визнана найбільш вдалим діагностичним засобом, що дозволяє діагностувати всю систему механізмів психологічного захисту (МПЗ) “Я”, виявити як провідні, основні механізми, так і оцінити міру напруженості кожного. Тест містить 97 тверджень, на основі яких визначаються вісім видів захисних механізмів: заперечення, витіснення, регресія, компенсація, проекція, заміщення, інтелектуалізація (раціоналізація), реактивне утворення, що описують реакції людини в різних ситуаціях. На основі відповідей будується профіль захисної структури досліджуваних [1].

Методика Стратегії подолання стресових ситуацій (SACS) С. Хобфолла, переведена і адаптована Н.Є. Водопьяновою і О.С. Старченковою використовувалась з метою визначення основних стратегій побудови жінками-військовослужбовцями поведінки за стресових обставин в особливих умовах військово-професійної діяльності. С. Хобфолл у 1994 р. запропонував багатоосьову модель “поведінки подолання” і шкалу SACS, побудовану на її основі. На відміну від попередніх моделей поведінка подолання розглядається як стратегії (тенденції) поведінки, а не як окремі типи поведінки. Запропонована модель має дві основні осі: просоціальна – асоціальна, активна – пасивна і одну додаткову вісь: пряма – непряма. Дані осі є вимірами загальних стратегій подолання. Опитувальник містить дев’ять моделей поведінки подолання: асертивні дії, вступ до соціального контакту, пошук соціальної підтримки, обережні дії, імпульсивні дії, уникнення, маніпулятивні (непрямі) дії, асоціальні дії, агресивні дії [2].

Вибірку досліджуваних склали 172 особи жінок-військовослужбовців, серед яких 28% офіцерського складу, 72% прапорщики та старшинсько-сержантський склад. Середній вік досліджуваних 33,6 років.

Отримані результати емпіричного дослідження оброблялися за допомогою пакетів програм обробки статистичних даних: Microsoft Office Excel 2007, SPSS – 21.0.

**Аналіз результатів емпіричного дослідження.** Результати проведеного емпіричного дослідження дали змогу визначити регулятивні характеристики поведінки жінок-військовослужбовців, що зумовлюють успішність їх військово-професійної діяльності.

За результатами дослідження ефективності військово-професійної діяльності жінок-військовослужбовців за допомогою методу експертних оцінок досліджуваних загальної вибірки (172 особи) було розділено на три групи: 1 група з високим рівнем (ВР) – 37 осіб (21,5%), 2 група з середнім (СР) – 76 осіб (44,2%), 3 група з низьким (НР) – 59 осіб (34,3%). Таким чином найбільше виявлено жінок з середнім рівнем ефективності військово-професійної діяльності, а кількість осіб з низьким рівнем значно переважає їх кількість з високим.

Дослідження показників регуляції поведінки за опитувальником В.І. Моросанової “Стильові особливості саморегуляції поведінки – ССП–98” дозволило визначити індивідуальні профілі в виділених групах жінок (табл.1).

Таблиця 1

Індивідуальні профілі саморегуляції жінок-військовослужбовців

№	Шкала регуляції	Група 1 (ВР)	Група 2 (СР)	Група 3 (НР)	p (1,2)	p (2,3)	p (1,3)
1.	Планування	7,13±1,1	6,11 ±0,86	5,94±0,76	–	–	p≤0,05
2.	Моделювання	7,19±0,82	5,32 ±1,2	3,72±0,78	p≤0,05	p≤0,05	p≤0,01
3.	Програмування	8,12±1,4	6,48 ±0,89	5,11±1,21	p≤0,05	–	p≤0,01
4.	Оцінка результатів	6,48±0,78	6,18±0,78	4,02±0,83	–	p≤0,05	p≤0,05
5.	Гнучкість	7,11±0,92	6,15±1,4	4,18±0,95	–	p≤0,05	p≤0,01
6.	Самостійність	5,87±0,52	4,13±0,59	3,75±0,84	–	–	p≤0,05
7.	Загальний рівень	37,45±1,7	32,12±1,3	24,65±1,5	p≤0,05	p≤0,01	p≤0,01

Примітка: p – рівень значущості відмінностей за t-критерієм Стьюдента

Результати дослідження показали, що такий компонент регуляції як планування (Пл) найбільш розвинений у 1 групі досліджуваних (ВР) та характеризує індивідуальні відмінності у висуванні, ухваленні, утриманні



цілей. У 1 групі досліджувані визначаються сформованою потребою в усвідомленому плануванні військово-професійної діяльності, а також реалістичністю, деталізацією й ієрархічністю в цілому стійких планів та самостійно поставлених цілей. Досліджувані 3 групи (НР) показали значущо нижчі результати ( $p \leq 0,05$ ), що свідчать про середньо розвинену потребу планування, а цілі їх військово-професійної діяльності більш мінливі, несамостійні та ситуативні. Жінки 2 групи (СР) показали дещо нижчі результати за 1 групу, хоча й не значно ( $p > 0,05$ ).

Моделювання (М) як розвиненість уявлень про умови досягнення також найбільш розвинене у жінок 1 групи (ВР), які здатні виділяти значущі умови досягнення цілей діяльності узгоджено з поточними та майбутніми програмами. Досліджувані 2 групи показали значущо нижчі результати ( $p \leq 0,05$ ) й відповідно сформовані процеси моделювання на середньому рівні з адекватним оцінюванням значущих внутрішніх умов і зовнішніх обставин. Водночас у жінок 3 групи (НР) показали значно низькі результати порівняно з 1 групою ( $p \leq 0,01$ ), тому у них можуть виникати труднощі у визначенні цілей діяльності та програми дій, оцінки поточної ситуації, вони не завжди помічають зміну ситуації, що також може приводити до невдач.

За компонентом програмування дій (Пр) найвищі показники виявлено у жінок 1 групи (ВР), що свідчать про сформовану потребу продумувати способи своїх дій і поведінки для досягнення цілей військово-професійної діяльності. Їх програми гнучкі до нових обставинах і стійкі за перешкод. У жінок 3 групи (НР) ( $p \leq 0,01$ ) – здатність продумуватися послідовність своїх дій середньо розвинена, їх важче вони самостійно сформувавши програму дій, можуть бути імпульсивними за неадекватних цілям результатів, частіше помиляються не вносять адекватних змін до програми дій. Результати жінок 2 групи (СР) виявилися незначно вищими за 3 групу.

Оцінювання і корекція результатів (Ор) у жінок 1 (ВР) та 2 (СР) груп відрізняються не значно та свідчать про достатньо високу розвиненість та адекватність їх самооцінки, сформовані і стійкі адекватні критерії оцінювання

результатів військово-професійної діяльності. Вони здатні виявляти причини неузгодження результатів з метою діяльності, гнучко адаптуватися до нових умов. Досліджувані 3 групи (НР) показали значно нижчі результати ( $p \leq 0,01$ ), що свідчить про менш критичне ставлення до своїх дій, недостатню стійкість критеріїв успішності діяльності, що може різко погіршувати якість результатів при збільшенні об'єму роботи або виникненні зовнішніх труднощів.

За компонентом гнучкості (Г) досить високі показники у 1 групі (ВР) визначають релевантну регулятивну гнучкість жінок-військовослужбовців та їх здатність швидко перебудовувати, легко коригувати систему саморегуляції за несподіваної зміни зовнішніх і внутрішніх умов й успішно вирішувати поставлену задачу в ситуації ризику, що особливо важливо для військово-професійної діяльності. Середній рівень розвитку гнучкості регуляції у жінок 2 групи (СР), що значущо відрізняється від 1 групи ( $p \leq 0,05$ ) показує менш розвинену здатність реагувати на зміну умов військового середовища. Значно нижчий рівень показників жінок 3 групи (НР) ( $p \leq 0,01$ ) свідчить про можливі невдачі через труднощі у сприйманні та своєчасному реагуванні на нестандартні ситуації у динамічних, мінливих обставинах військово-професійної діяльності.

Показник самостійності (С) характеризує розвиненість регуляторної автономності та виявився середнім у жінок 1 групи (ВР) незначно нижчим у 2 групі (СР) й низьким у 3 групі (НР) ( $p \leq 0,01$ ). Досліджувані 1 групи більш незалежні, здатні самостійно планувати свою діяльність та організовувати й контролювати хід її виконання узгоджено з поставленими цілями, проміжними та кінцевими результатами діяльності. Жінки 2 та 3 груп виявилися більш залежними від думок та оцінки оточення, їх плани та програма дій залежать від безпосереднього керівництва за обмеженої активності та ініціативи. Такі особливості скоріше є наслідком від специфіки військово-професійного середовища, де жорстка субординація та регламентовані керівними документами обов'язки обмежують власну ініціативу та коло ситуацій для

самостійних рішень, особливо на нижчому посадовому рівні, що відповідно не сприяє розвитку цієї якості, а згодом взагалі веде до її пригнічення.

Таким чином, жінки-військовослужбовці 1 групи (ВР) показали більш високий рівень загальної саморегуляції у порівнянні з досліджуваними 2 (СР) ( $p \leq 0,05$ ) та 3 (НР) ( $p \leq 0,01$ ) груп, що підтверджує ряд існуючих досліджень про вплив рівня розвитку саморегуляції людини на успішність діяльності (рис. 1).

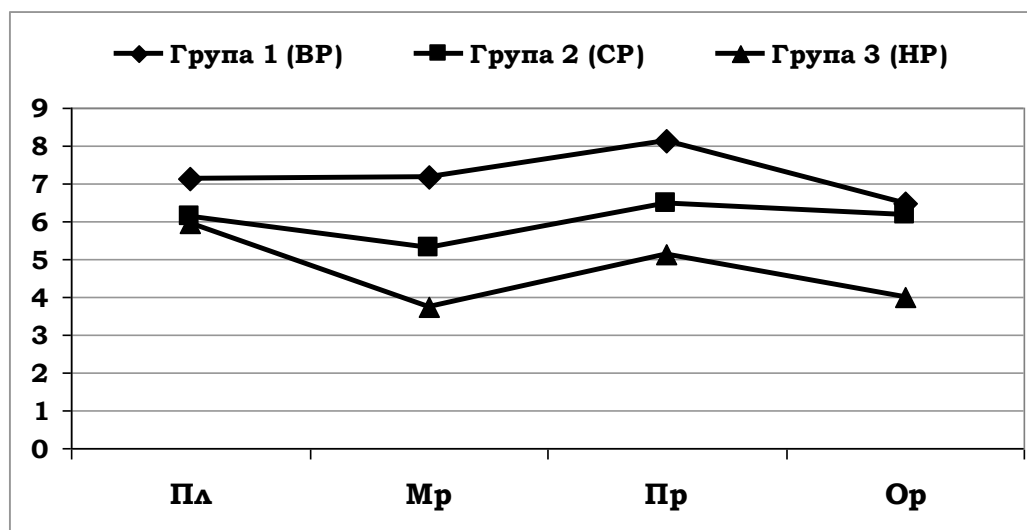


Рис.1. Профілі саморегуляції досліджуваних за групами

Результати дослідження механізмів психологічного захисту за методикою “Індекс життєвого стилю” (Life Style Index (LSI)) показали відмінності по групах досліджуваних жінок-військовослужбовців (табл. 2).

Таблиця 2

#### Прояв механізмів психологічного захисту жінок-військовослужбовців

№	Механізми захисту	Група 1 (ВР)	Група 2 (СР)	Група 3 (НР)	p (1,2)	p (2,3)	p (1,3)
A	Заперечення	22,3	24,7	54,7	–	$p \leq 0,01$	$p \leq 0,01$
B	Витіснення	32,6	35,4	45,3	–	$p \leq 0,05$	$p \leq 0,05$
C	Регресія	25,2	33,6	50,2	$p \leq 0,05$	$p \leq 0,05$	$p \leq 0,01$
D	Компенсація	24,8	36,5	37,9	$p \leq 0,05$	–	$p \leq 0,05$
E	Проекція	30,7	35,7	39,8	$p \leq 0,05$	–	$p \leq 0,05$
F	Заміщення	26,3	37,4	41,2	$p \leq 0,05$	–	$p \leq 0,05$
G	Раціоналізація	35,4	34,5	38,4	–	–	–
H	Реактивне утворення	27,5	28,6	49,6	–	$p \leq 0,05$	$p \leq 0,05$

Примітка: p – рівень значущості відмінностей за U-критерієм Манна-Уїтні

Аналіз емпіричних результатів дослідження показав, що існують значущі відмінності напруженості механізмів психологічного захисту по групах жінок-військовослужбовців ( $p \leq 0,05$ ,  $p \leq 0,01$ ). Так найбільш виразне напруження виявлено в 3 групі (НР) й провідними механізмами у них є заперечення (54,7), регресія (50,2) та реактивне утворення (49,6). Тому для жінок 3 групи більш характерними є тенденції до неприйняття фруструючих, або тих, що викликають тривогу обставин, подій та умов професійної діяльності. При цьому жінками може не сприйматися конфліктна інформація, що суперечить установкам особи, загрожує її самозбереженню, самоповазі або соціальному престижу. Вони схильні до заміни розв'язання суб'єктивно складних завдань на більш прості і доступні. Це також підкріплюється запобіганням вираженню неприємних або неприйнятних для них думок, відчуттів або вчинків шляхом перебільшення розвитку протилежних прагнень. Використання більш простих і звичних поведінкових стереотипів істотно збіднює потенційно можливий арсенал ефективних професійних рішень, що особливо важливо в складних умовах військово-професійної діяльності.

У жінок 2 групи (СР) за меншої виразності напруження механізмів психологічного захисту провідними виявилися заміщення (37,4) та компенсація (36,5). Так можемо зазначити, що для цієї групи може бути характерним розряджання пригнічених емоцій через спрямування на більш доступні та менш небезпечні об'єкти за ті, що їх викликали. Вони можуть знайти заміну реального або уявного недоліку або негативного відчуття іншою якістю шляхом привласнення собі властивостей, достоїнств, цінностей, поведінкових характеристик іншої особи, підвищуючи власну самодостатність таким чином.

У жінок 1 групи (ВР) не виявлено напруження психологічних захистів, а провідними при цьому є раціоналізація (35,4), витіснення (32,6) та проєкція (30,7), що свідчить про тенденцію до "розумового" способу подолання фруструючих та конфліктних професійних ситуацій без переживань за допомогою логічних установок, маніпуляцій. До того ж можливе їх переведення у несвідомий план, приписування іншим, або перенесення на

вторинний план. Зазначимо, що низький рівень напруження психологічних механізмів захисту у 1 групі досліджуваних показує відповідно найменшу актуальність їх застосування жінками-військовослужбовцями.

Водночас відзначається тенденція до застосування жінками 3 групи більш емоційних, примітивних (протективних), а жінками 1 групи за підвищення рівня їх напруження – раціональних (дефензивних) способів захисту, що є за окремими підходами досліджень біполярними.

Дослідження за опитувальником Стратегії подолання стресових ситуацій (SACS) С. Хобфолла показало прояв провідних копінг-стратегій побудови жінками-військовослужбовцями поведінки за стресових обставин (табл.3).

Таблиця 3

Копінг-стратегії жінок-військовослужбовців

№	Стратегії	Група 1 (ВР)	Група 2 (СР)	Група 3 (НР)	p (1,2)	p (2,3)	p (1,3)
1.	Асертивні дії	26,4±3,2	21,5±1,9	15,8±2,3	p≤0,05	p≤0,01	p≤0,01
2.	Вступ до соціального контакту	22,3±2,1	25,7±3,5	17,5±3,2	–	p≤0,05	p≤0,01
3.	Пошук соціальної підтримки	20,5±1,8	23,4±3,1	19,2±2,7	–	–	–
4.	Обережні дії	16,3±2,2	20,2±2,3	17,1±3,2	p≤0,05	p≤0,05	–
5.	Імпульсивні дії	13,2±0,9	14,8±1,1	22,3±2,6	–	p≤0,01	p≤0,01
6.	Уникнення	12,3±0,9	16,5±1,2	17,1±3,3			
7.	Маніпулятивні дії	14,5±1,3	12,3±2,2	22,8±3,2	–	p≤0,01	p≤0,01
8.	Асоціальні дії	10,3±0,9	11,2±2,1	12,1±1,5	–	–	–
9.	Агресивні дії	14,5±2,5	13,6±2,4	15,2±2,7	–	–	–

Примітка: p – рівень значущості відмінностей за t-критерієм Стьюдента

Результати дослідження показали, що для 1 групи досліджуваних (ВР) найбільш виразними є такі стратегії подолання як асертивні дії (26,4), вступ до соціального контакту (22,3), пошук соціальної підтримки (20,5). Тому у складних професійних та життєвих обставинах вони прагнуть передусім активно самостійно діяти, застосовувати ефективні моделі поведінки інших людей, поради та підтримку значущих осіб та референтної групи.

Досліджувані 2 групи (СР) показали провідними стратегії: асертивні дії (21,5), вступ до соціального контакту (25,7), пошук соціальної підтримки (23,4) та обережні дії (20,2), водночас показники асертивних дій є нижчими за жінок 1

групи ( $p \leq 0,05$ ), а стратегій вступ до соціального контакту та пошуку соціальної підтримки – нижчими.

Жінки 3 групи (НР) показали тенденцію до застосування стратегій маніпулятивні дії (22,8), імпульсивні дії (22,3) та пошук соціальної підтримки (19,2), що свідчить про прагнення до непомітного контролю над навколишніми, використання вразливості інших у складних професійних та життєвих обставинах, а також імпульсивності та непослідовності у діях, обумовлених емоційним реагуванням на фруструючі обставини. Таким чином, жінки 1 та 2 груп застосовують переважно активні просоціальні стратегії подолання, а жінки 3 групи – прямі та непрямі стратегії.

Кореляційний аналіз із застосуванням коефіцієнту рангової кореляції Спірмена показав значущі зв'язки ( $p \leq 0,01$ ,  $p \leq 0,05$ ) в 1 (ВР) та 2 (СР) групах жінок-військовослужбовців загального рівня саморегуляції та провідних копінг-стратегій (асертивні дії, вступ до соціального контакту, пошук соціальної підтримки). У 3 групі (НР) досліджуваних виявлені значущі позитивні зв'язки ( $p \leq 0,05$ ) загального рівня саморегуляції та провідних механізмів психологічного захисту (заперечення, регресія та реактивне утворення).

**Висновки.** Таким чином жінки з високим рівнем ефективності військово-професійної діяльності володіють високим індивідуальним профілем регуляції та мало застосовують неусвідомлені механізми психологічного захисту для регулювання поведінки. Вони переважно використовують усвідомлену довільну регуляцію – управління висуванням і досягненням усвідомлено прийнятої мети діяльності. Їх колеги, з низькою ефективністю та низьким регулятивним профілем, більше вдаються до неусвідомленої регуляції поведінки саме за допомогою захисних механізмів на несвідомому рівні – подолання афективної напруги, контролю взаємодії з навколишнім світом з метою збереження й підтримки позитивного самоствавлення.

Отримані результати показали, що механізми регуляції поведінки жінок з високим рівнем ефективності військово-професійної діяльності розраховані на

перспективу й пов'язані з реалістичним сприйняттям, здатністю до об'єктивного самоствавлення, характеризуються пластичністю й пристосовані до ситуації. Механізми регуляції поведінки жінок з низьким рівнем ефективності військово-професійної діяльності не пристосовані до вимог ситуації і є ригідними, прагнуть до більш швидкого зменшення виниклої емоційної напруги (принцип дії – “тут” і “зараз”), не розраховані на перспективу та створюють можливість тільки разового зниження напруги, призводять до викривлення сприйняття дійсності й самого себе.

### **Список використаних джерел**

1. Вассерман Л. И. Психологическая диагностика индекса жизненного стиля [Текст] / Л. И. Вассерман, О. Ф. Ерышев, Е. Б. Клубова. – Спб.: Изд-во: СПбНИПНИ им. В. М. Бехтерева, 2005. – 50 с.

2. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса [Текст] / Н. Е. Водопьянова. – СПб. : Питер, 2009. – 336 с.

3. Моросанова В. И. Стилевая саморегуляция поведения человека [Текст] / В. И. Моросанова, Е. М. Коноз // Вопросы психологии. – 2000. – № 2. – С. 118–127.

### **References transliterated**

1. Vasserman L. I. Psihologicheskaja diagnostika indeksa zhiznennogo stilja [Tekst] / L. I. Vasserman, O. F. Eryshev, E. B. Klubova. – Spb.: Izd-vo: SPbNIPNI im. V. M. Behтерева, 2005. – 50 s.

2. Vodop'janova N. E. Psihodiagnostika stressa [Tekst] / N. E. Vodop'janova. – SPb. : Piter, 2009. – 336 s.

3. Morosanova V. I. Stilevaja samoreguljacija povedenija cheloveka [Tekst] / V. I. Morosanova, E. M. Konoz // Voprosy psihologii. – 2000. – # 2. – S. 118–127.