

Леженко С. О.
аспірант кафедри психології
Університету Григорія Сковороди в Переяславі

ЕМОЦІЇ Й ЕМОЦІЙНІ СТАНИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ: ВІДМІННОСТІ І КЛАСИФІКАЦІЯ

EMOTIONS AND EMOTIONAL STATES OF MILITARY SERVANTS: DIFFERENCES AND CLASSIFICATION

Стаття присвячена розкриттю питання основних фундаментальних емоцій, їх поділу на різні емоційні явища, які виконують різноманітні функції в життєдіяльності військових. В статті зазначається, для того, щоб ефективно вимірювати емоції та емоційні стани військовослужбовців та своєчасно надавати їм психологічну допомогу, потрібно розібратися у спектрі їхніх емоцій, зрозуміти особливості тих емоційних процесів, що відбуваються в їхній емоційній сфері в процесі служби, особливо, під час воєнних дій та після них.

Зауважується, що емоції є тим всеосяжним феноменом, що пронизує собою усі явища і сфери психіки, глибоко проникаючи в їх природу і будову та забезпечуючи стан і рівень інтенсивності їхнього функціонування та прояву.

Наголошується на тому, що однією з головних особливостей емоцій, як психічного явища, є її здатність відображення, тобто кодування інформації, що поступає з оточуючої дійсності в суб'єктивний атрибут суб'єкта емоцій, причому емоції відображають не предмети і явища як такі, а їх значущість. Відображення значущості предметів і явищ виступає тією характеристикою емоційної сфери, яка відрізняє її від інших психічних явищ. Також репрезентуються особливості емоційного стану військовослужбовців. Подається класифікація форм перебігу емоційних станів: почуттєвий тон, настрій, емоції, ефект, стрес, фрустрацію, пристрасть, вищі почуття. Дається характеристика кожного з емоційних станів військових.

Бойові дії окрім фізичного навантаження накладають на військовослужбовців ще й велике емоційне і психологічне навантаження. У них може спостерігатися синдром емоційного вигорання, як відповідь на емоційні перенапруги, що проявляються у вигляді фізичного і психічного виснаження. Цей синдром може стати механізмом психологічного захисту у формі часткового або повного відключення емоцій у відповідь на травматичні впливи.

Ключові слова: емоції, військовослужбовці, емоційні стани, класифікація форм перебігу емоційних станів, емоційний стрес.

The article is devoted to revealing the issue of basic fundamental emotions, their division into various emotional phenomena that perform various functions in the life of military personnel. The article notes that in order to effectively measure the emotions and emotional states of military personnel and provide them with timely psychological assistance, it is necessary to understand the spectrum of their emotions, to understand the peculiarities of those emotional processes that occur in their emotional sphere during service, especially, during and after military operations.

It is noted that emotions are that comprehensive phenomenon, that permeates itself all phenomena and spheres of the psyche, deeply penetrating their nature and structure and ensuring the state and level of their intensity functioning and manifestation.

It is emphasized that one of the main features of emotions, as a mental phenomenon, is its ability to reflect, that is encode information, coming from the surrounding reality into the subjective attribute of the subject of emotions, and emotions reflect not objects and phenomena as such, but their significance. The reflection of the significance of objects and phenomena is the characteristic of the emotional sphere that distinguishes it from other mental phenomena. The features of the emotional state of military personnel are also represented. The classification of the forms of emotional states is presented: emotional tone, mood, emotions, effect, stress, frustration, passion, higher feelings. A characteristic of each of the military personnel's emotional states is given.

Combat operations, in addition to physical exertion, also impose a great emotional and psychological load on military servicemen. They may experience emotional burnout syndrome as a response to emotional overstrain, which manifests itself in the form of physical and mental exhaustion. This syndrome can become a psychological defense mechanism in the form of partial or complete shutdown of emotions in response to traumatic influences.

Key words: emotions, military personnel, emotional states, classification of forms of the course of emotional states, emotional stress.

Постановка проблеми. Серед багатьох психічних явищ, властивих військовим, найзагадковішим явищем, що проникає в усі пласти їхньої психіки, є емоції й емоційні стани. Вони зафарбовують усі сфери діяльності, спілкування і життя кожного з них. Проте емоції можуть мати різну інтенсивність і тривалість у фахівців різних воєнних професій, на різних етапах онтогенезу, в різних умовах і обставинах їхньої служби і життєдіяльності.

К. Изард пропонує наступний список базових емоцій:

1) інтерес – збудження; 2) задоволення – радість; 3) здивування; 4) горе – страждання; 5) гнів – лють (шаленство); 6) огида – відраза; 7) презирство – зневага; 8) страх – жах [1].

Кожна із зазначених емоцій може проявлятися у військових цілим спектром станів, які розрізняються за ступенем вираженості. Так, радість може проявля-

тися через задоволення, захоплення, триумф, екстаз тощо. З поєднанням фундаментальних емоцій у них можуть виникати такі комплексні емоційні стани, як наприклад тривожність, яка поєднує у собі страх, гнів, вину й інтерес.

Особливі за інтенсивністю емоції переживають військовослужбовці, викликані саме травматичними подіями війни і воєнними діями. Типовими проявами їхніх психоемоційних станів є емоційна мобільність, перепади емоційних станів, почуття провини, постійні очікування кращого тощо.

Емоційні хвилі проходять у військовослужбовців за певною послідовністю: спочатку виникає неухважність, після цього виникають базові емоції, починається паніка, тривога, страх за своє життя. Далі виникає злоба і роздратування, може виникати агресія, стан ступору, плач. Подальший стан ейфорії, що спустошує їх, може призвести до апатії, втоми і депресії. Після апатії настає період адаптації, для якого характерне звикання до емоційних коливань і повторення емоцій.

В наборі психічних станів військовослужбовців, які можна виявити за допомогою діагностичних методик, зокрема Місіпської шкали оцінювання ПТСР, особливо виділяється стрес. Це складний стан, що виникає у відповідь на стресогенні і травматичні впливи [3].

Для того, щоб ефективно вимірювати емоції та емоційні стани військовослужбовців та своєчасно надавати їм психологічну допомогу потрібно розібратися у спектрі їхніх емоцій, зрозуміти особливості тих емоційних процесів, що відбуваються в їхній емоційній сфері в процесі служби і, особливо, під час воєнних дій та після них.

Аналіз досліджень і публікацій, пов'язаних з емоціями військовослужбовців, дав змогу з'ясувати, що з усіх видів прояву емоцій, найменш дослідженими є емоційні стани. Однією з причин недостатньої вивченості цього питання є те, що в даний час відсутнє загальноприйняте визначення поняття «стан». Його характеризують як сукупність якихось характеристик: властивостей і відношень, процесів, якостей, функцій, що зумовлюють ефективність діяльності, працездатність, рівень активності систем, поведінку. Також «стан» визначається і як фактор, що впливає на працездатність. В даних визначеннях суть стану замінюється описом зрушень, що відбуваються при виникненні станів.

Інша причина неухваги до емоційних станів взагалі і, військовослужбовців зокрема, пов'язана із складністю розуміння емоцій. Цей феномен відносять до будь-якого емоційного явища, зокрема афекту, настрою, емоційного тону, або тільки до одного класу цих явищ, який називають власне емоціями і який є окремим в структурі інших класів емоційних явищ. Так, емоції визначаються у вітчизняній і зарубіжній психології як: 1) внутрішній психологічний механізм зв'язку мислення з чуттєво-предметною діяльністю (С.Д. Максименко); 2) механізм, що порушує рівновагу в образі середовища (В.О. Семиченко, О.П. Саннікова); 3) психофізіологічний меха-

нізм (О.М. Кокун, О.А. Будницька); 4) психологічний механізм змінення значущості (І.В. Волженцева).

Номінують і тлумачать емоції й як процес: 1) внутрішньої регуляції діяльності (Л.О. Калмикова, Г.О. Балл); 2) складний процес, що має нейрофізіологічний, нервово-м'язовий і феноменологічний аспекти (К. Ізард); 3) процес, що відображає у формі переживань особистісну значущість (Л.В. Дзюбко, М.Й. Боришевський, І.Д. Бех). Пов'язують опис емоцій також з мотивами і потребами особистості (О.Я. Чебикін, Н.В. Чепелева).

Частина з наявних визначень емоцій містить у своєму змісті розуміння оціночної природи емоцій (І.А. Зязюн, В.В. Рибалка), а інші фокусуються на пристосувальному характері цього феномена (А.В. Фурман, Т.С. Кириленко).

Емоція тлумачиться у східно-європейській психології як одиниця емоційної сфери особистості, тобто цілісна неподільна структура, що є ядром, властивості якого притаманні будь-якому феномену емоційної сфери.

Отже, аналіз визначень дає змогу стверджувати, що емоції є тим всеосяжним феноменом, що пронизує собою усі явища і сфери психіки, глибоко проникаючи в їх природу і будову і забезпечуючи стан й рівень інтенсивності їхнього функціонування та прояву. Емоційний стан складніше психічне явище, ніж власне емоція, оскільки містить у собі не одну, а більше емоцій. На відміну від емоції, основною місією процесу виникнення емоційного стану є пошук необхідних внутрішніх ресурсів або зовнішніх можливостей для задоволення значимої потреби. Він виникає в результаті неможливості відреагувати на значущий вплив, або в результаті неефективності докраного способу реагування.

Тому **мета статті** полягає в описі підходів до класифікації явищ емоційної сфери особистості, зокрема групування і тлумачення емоційних станів військовослужбовців.

Матеріали та методи. Матеріалами в цій статті виступили наукові публікації вітчизняних і зарубіжних науковців, які досліджують проблеми емоцій та емоційних станів. Серед методів дослідження використовувалися такі, як: 1) систематичний огляд наукових джерел; 2) системний аналіз психологічної літератури; 3) тематичний аналіз за досліджуваною проблемою; 4) систематизація результатів аналізу; 5) узагальнення отриманих результатів аналізу і висновування.

Виклад основного матеріалу. В психології презентовано два погляди на природу емоційних станів. По-перше, емоційні стани розглядають як один з видів психічних станів, коли уся емоційна сфера особистості загалом зводиться до емоційних станів і включається в класифікацію психічних станів (С.Д. Максименко). Емоційний стан тлумачиться як складне поліструктурне явище, що характеризує особистість в даний момент, а також як цілісний симптомокомплекс в динаміці психічної діяльності людини, що виражається в єдності поведінки і переживання. В цьому визначенні підкреслюються ціліс-

ність і стійкість психічних станів, єдність поведінки і переживання (І.Д. Бех, М.Й. Боришевський).

Основними характеристиками емоційних станів вчені називають такі: а) активацію і тонус; б) амбівалентність (подвійність); в) широту спектра переживання; г) домінуючу емоцію; д) інтенсивність; е) індивідуальну специфіку емоційного відгуку. Згідно з цим поглядом емоційні стани дійсно можуть бути психічним станом, але при цьому не вся емоційна сфера зводиться до психічних станів.

По-друге, емоційні стани передбачають, що вони відносяться до емоційної сфери особистості, і саме тому отожднюють з емоціями, а емоції – з емоційною сферою особистості. З огляду на це виникає потреба у розмежуванні цих феноменів (Г.О. Балл, Т.С. Яценко, В.В. Рибалка).

Однією з головних особливостей емоцій як психічного явища є її здатність відображення, тобто кодування інформації, що поступає з оточуючої дійсності в суб'єктивний атрибут суб'єкта емоцій, причому емоції відображають не предмети і явища як такі, а їх значущість (особистісний сенс) для людини. Відображення значущості предметів і явищ виступає тією характеристикою емоційної сфери, яка відрізняє її від інших психічних явищ.

Формою відображення емоцій є переживання, а воно є одиницею вивчення особистості (О.Я. Чебикін) та виступає в кожному акті діяльності людини (С.Д. Максименко).

У східно-європейській психології основне призначення процесу виникнення і функціонування емоцій вбачають у збереженні цілісності особистості й організму як єдиної системи. Іншими словами емоція виникає, коли в середині системи «організм-особистість» відбуваються структурні зміни, зумовлені впливом зовнішніх і внутрішніх стимулів на соціальному та біологічному рівнях.

Емоційний стан кожного військового розпочинається на стадії оцінки значущості актуальної потреби і закінчується виникненням психофізіологічного стану, який підтримує необхідність пошуку можливостей емоційної розрядки і задоволення потреби. Особливостями їхнього *емоційного стану* є такі:

- його складність, полягає у тому, що один емоційний стан військового може містити у собі дві і більше емоцій, тобто бути поліструктурним, при цьому домінуючою в цьому спектрі може бути якась одна емоція, здебільшого спричинена воєнними діями;

- його фоновий характер – слабка інтенсивність; у більшості випадків емоційний стан військових є фоном, який у період війни протягом певного часу зафарбовує їх переживання і діяльність;

- його значна тривалість перебігу у часі, що зумовлено тривалістю воєнних дій;

- його безпредметність (прихований характер конкретних причин виникнення). Спричиненість виникнення емоційних станів не завжди усвідомлюється військовослужбовцями. Їх емоційний стан відображає узагальнену оцінку того, як складаються в даний момент воєнні обставини. Неясність причин

може бути пов'язана як з швидкоплинною емоцією, так із комплексом емоцій, що породили їхній емоційний стан, а також з небажанням самого суб'єкта згадувати й утримувати в пам'яті причину появи того чи того стану, що травмує психіку;

- його оціночний характер (оцінювання самим суб'єктом). Емоційний стан розкриває те, яким чином військовий реагує на значущий стимул або подію; при емоційному стані важливі виниклі психофізіологічні зміни, які інформують про наявність або відсутність необхідних внутрішніх ресурсів (можливостей, здібностей) для задоволення актуальної потреби;

- специфічність динаміки його перебігу. Основна відмінність динаміки емоційного стану військовослужбовців полягає в його циклічності і підтримці емоційної напруги на певному рівні.

Таким чином, емоційний стан військовослужбовців можна визначити як складний психічний стан відображення у формі переживання значимості впливу зовнішніх і внутрішніх стимулів.

З огляду на класифікацію форм перебігу емоційні стани військовослужбовців можна поділити на почуттєвий тон, настрій, емоції, ефект, стрес, фрустрацію, пристрасть, вищі почуття.

Почуттєвий тон ніби акумулює у собі відображення корисних і шкідливих факторів військової дійсності, має суб'єктивне забарвлення і залежить від того, як відбувається служба військовослужбовців. Це найпростіша форма емоційного переживання. Почуттєвий або емоційний фон – це емоційне забарвлення психічного процесу, що спонукає військового до його збереження або усунення. Так, наприклад деякі кольори, запахи, звуки самі собою, незалежно від спогадів, пов'язаних з ними, можуть викликати приємне або неприємне почуття. Гарна музика або запах лимону мають позитивний емоційний тон. Коли негативний почуттєвий тон переходить у хворобливу огиду, то у таких випадках у військових настає ідіосинкразія. Використання почуттєвого тону у військовій службі дозволяє позитивно впливати на настрій військових, а також інтенсивність виконуваних ними воєнних дій і обов'язків.

Настрій розуміється як загальний емоційний стан, що зафарбовує протягом тривалого часу всю поведінку військовослужбовців. Це емоційна реакція не на безпосередні воєнні події, а на їхнє значення для військових в контексті їх життєвих планів; це не спеціальне переживання, пов'язане з певною воєнною подією, а розмитий, загальний стан; неусвідомлена оцінка ними того, наскільки сприятливо для них складаються обставини (але причина завжди є і може бути визначена). Настрій військовослужбовців істотно залежить від багатьох факторів, зокрема стану здоров'я, тону нервової системи та ін. Настрої можуть бути різними за тривалістю. Стійкість настрою залежить від багатьох причин (індивідуальних особливостей їх характеру, темпераменту, сили волі, розвиненості провідних мотивів військової служби тощо). Тривалість настрою може зафарбовувати поведінку військових від кількох днів

до тижнів. Настрій може бути стійкою рисою особистості захисника країни (оптимісти і песимісти). Настрій може бути і короточасним, але це характерно більшою мірою для дітей.

Емоції – це безпосереднє, тимчасове *переживання* військовослужбовцями якого-небудь почуття; вони можуть викликатися як реальними, так і уявними ситуаціями, спроможні передбачати події, які реально ще не наступили, і тому виникають на підставі уявлень про пережиті раніше або уявні ситуації. З огляду на особливості діяльності військових їхні емоції можуть бути як стенічні (ейфорія, манія, гнів, тривога), так і астенічні (смуток, туга, апатія, страх). Емоційні переживання можуть мати неоднозначний емоційний характер (амбівалентність-подвійність почуттів), наприклад можна поважати когось за працездатність і одночасно засуджувати через запальність, гарячість. Амбівалентність може породжуватися і протиріччям між стійкими почуттями до об'єкту і ситуативними емоціями (суміщення любові і ненависті). До *основних фундаментальних емоцій* відносять здебільшого задоволення, радість, страждання, здивування, огиду, гнів, презирство, сором, інтерес, страх. *Радість* – позитивний емоційний стан, пов'язаний з можливістю достатньо повно задовольняти актуальну потребу, вірогідність якої до цього моменту була невеликою і невизначеною. *Інтерес* (як емоція) – позитивний емоційний стан, що виникає під впливом інформації про можливу реальну або уявну загрозу. Ця емоція викликається ймовірним прогнозом можливого неблагополуччя. *Страждання* – негативний емоційний стан, пов'язаний з отриманням інформації про неможливість задоволення найважливіших життєвих потреб, які здавалися більш-менш вірогідним. Воно частіше відбувається у формі емоційного стресу. *Відраза-огида* – негативний емоційний стан, що викликається об'єктами, зіткнення з якими вступає у протиріччя з політичними, моральними, естетичними, духовними та іншими принципами військових. Огида, разом із гнівом, може змотивувати агресивну поведінку в їх міжособистісних стосунках. *Гнів* – негативний емоційний стан, що відбувається у формі афекту і викликається раптовим виникненням серйозної перепони на шляху задоволення виключно важливої для військовослужбовця потреби. *Презирство* – негативний емоційний стан, що виникає у міжособистісних взаємовідносинах і породжується неузгодженістю життєвих позицій військовослужбовців з життєвими позиціями об'єкта почуття, які представляються йому як незмінні, як такі, що не відповідають прийнятним моральним нормам та естетичним критеріям. *Сором* – негативний емоційний стан, що виражається у усвідомленні невідповідності власних вчинків і зовнішності очікуванням оточуючих або власним уявленням про належну поведінку і зовнішній вигляд. *Здивування* – емоційна реакція, що не має чітко вираженого позитивного або негативного знаку, воно виникає на раптово виниклій обставині; гальмує всі попередні емоції, спрямовуючи увагу

лише на об'єкт, що його викликав, і може переходити в інтерес.

Афект – особливий вид емоційних процесів військових, найміцніша емоційна реакція. Афект виникає в критичних умовах при нездатності суб'єкта знайти швидкий вихід із небезпечної ситуації. Афект, будучи сильним короточасним емоційним станом, супроводжується різко вираженими руховими проявами і змінами у функціях внутрішніх органів. Будь-яке почуття може переживатися в афективній формі (захват, гнів, екстаз). Афект виявляється в напруженій скруті рухів, мовленні, позі. Це жах, відчай, стереотипні дії, на кшталт агресії, втечі, заціпеніння під впливом стресогенних факторів і травматичних подій. Афект виникає у результаті вже dokonаної дії і виражає собою його суб'єктивну емоційну оцінку з огляду на досягнення поставленої мети. Чим сильнішим є похідний мотиваційний стимул поведінки і чим більше зусиль прийшлося докласти на те, щоб його реалізувати, чим менший підсумок, отриманий в результаті всього цього, тим сильніший виниклий афект. Одна з причин афекту – конфлікт, протиріччя між сильним устремлінням військових до чогось і об'єктивною неможливістю задовольнити виникле збудження через їхню нездатність усвідомити цю неможливість, або її неспроможність примиритися (виникає гнів, шаленство). Конфлікт може проявитися і в їхніх переживаннях, невпевненості в своїх силах, недооцінці своїх можливостей. Відмінна риса афекту – послаблення контролю, вузькість свідомості. В стані афекту військовослужбовець втрачає владу над собою, повністю віддається переживанню. Змінюється мислення, втрачається здатність передбачати результати своїх вчинків, в полі уваги утримуються лише ті об'єкти, що відповідають переживанню, інші подразники усвідомлюються недостатньо, залишаються стійкі сліди в довготривалій пам'яті. Афект виникає різко і неочікувано, ніби як спалах, і супроводжується сильною невпорядкованою руховою активністю, відбувається своєрідна розрядка в дії. Емоційна робота, що накопичується в результаті виникнення афектогенних ситуацій, призводить до відчуття втоми, пригніченості, депресії.

Емоційний стрес – це емоційний стан, що формується у військових, коли вони стикаються з реальними психологічно важкими ситуаціями, або вважають їх такими і не вирішуваними. Військові, схильні до емоційного стресу, можуть не стримувати сліз, постійно відчувати занепокоєння, розпач. Їх може переслідувати відчуття страху, вони можуть виявляти навіть фізіологічні ознаки цього стресу. На відміну від психологічного стресу, що завжди пов'язаний із соціальними взаємодіями, емоційний стрес може виникати без контактів з іншими військовими. Емоційний стрес розвивається у військових в умовах бойових дій на психологічному, фізіологічному і поведінковому рівнях і залежить від виду агресора і характеру його впливу. Військові відчувають себе надмірно злими, схвилюваними, засмученими тощо. Таке сполучення сильних емоцій, разом з глибинним стресом, робить його більш переважаю-

чим, ніж інші типи стресу. Емоційний стрес, будучи надмірним емоційним домінуванням негативних, або ж позитивних бойових ситуацій, має симптоми, які включають в себе такі явища, як постійна безпричинна втома, апатія, роздратованість. Даний вид стресу виникає в ситуаціях воєнних дій, загрози, небезпеки, конфлікту, образи, при потребі прийняти відповідальні рішення.

Г. Сельє виокремив в розвитку емоційного стресу 3 етапи: 1) реакція тривоги – фаза мобілізації захисних сил організму, яка підвищує стійкість відносно конкретного травматичного впливу. Відбувається перерозподіл резервів організму: вирішення головного завдання відбувається за рахунок другорядних завдань. На цій фазі військовослужбовці можуть справлятися з навантаженням за допомогою функціональної мобілізації, без структурних перебудов; 2) етап стабілізації, коли усі параметри, виведені з рівноваги в першій фазі, закріплюються на новому рівні. Зовнішня поведінка не відрізняється від норми, ніби все гаразд, але насправді триває внутрішній перехід адаптаційних механізмів; 3) якщо стресова ситуація зберігається, настає третій етап виснаження, що може призвести до погіршення самопочуття і захворювань [2]. Військові з різними особливостями нервової системи по-різному реагують на однакові психологічні навантаження.

Фрустрація – психологічний стан розладу, подавленості, що викликається і виникає у військових через труднощі, які об'єктивно неможна подолати (або суб'єктивно саме так сприймається). Фрустрація супроводжується гамою негативних емоцій, озлобленістю, зовнішньою і внутрішньою агресією. Найчастіше джерелом фрустрації виступає негативна соціальна оцінка, яка зачіпає значущі відносини особистості військового. Стійкість толерантності воєнних до фруструючих факторів залежить від ступеня їхнього емоційного збудження, типу темпераменту, досвіду взаємодії з такими факторами.

Пристрасть – складний, якісно своєрідний вид емоційного стану військових. За інтенсивністю емоційного збудження пристрасть наближається до афекту, а за тривалістю і стійкістю нагадує настрій. Пристрасть – це сильне стійке почуття, що визначає напрям думок і вчинків військовослужбовців. Причини вияву пристрасті досить різноманітні: можуть визначатися усвідомленими переконаннями; походити з соматичних притягань або мати патологічне походження. Пристрасть органічно пов'язана з потребами, вона вибіркова і завжди предметна – спрямована на певний вид діяльності або предмет; пов'язана з вольовою сферою і є одним з істотних збудників діяльності. Оцінка значення пристрасті достатньо суб'єктивна: може бути санкціонована особистістю, а може бути засуджена як щось небажане, нав'язливе (для одного військового пристрасть до накопичення – благо, а для іншого – жадібність).

Вищі почуття є особливою формою переживання. Почуття – особистісні утворення, характеризують військових соціально-психологічно. Почуття, на відміну від емоцій, зовнішньо достатньо проявлені.

Залежно від предметної сфери, до якої вони відносяться, почуття поділяються на моральні, естетичні, інтелектуальні. Моральними називаються почуття, що переживаються при сприйнятті явищ дійсності і порівнянні цих явищ з нормами, прийнятими у суспільстві. Інтелектуальні почуття – це переживання, що виникають в процесі пізнавальної діяльності воєнних. Це – здивування, допитливість, почуття сумніву в правильності вирішення стратегічних воєнних проблем тощо. Інтелектуальні почуття стимулюють і супроводжують їхню когнітивну діяльність, посилюють її, впливають на швидкість і продуктивність мислення, змістовність і точність знання. До цих почуттів відноситься і узагальнене почуття нового. Воно виражається в постійному пошуку новітнього як у пізнанні, так і військовій діяльності. Естетичні почуття – емоційне ставлення військових до прекрасного в природі, житті і в мистецтві. Вони переживають ці почуття при сприйманні творів художньої літератури, музичного, образотворчого, драматичного й інших видів мистецтва. Це своєрідний сплав моральних і інтелектуальних почуттів. Зазвичай почуття дуже складно віднести до певної категорії.

Висновки. Емоції, які проявляють військовослужбовці, є визначальними для забезпечення їхньої життєздатності та ефективності у виконанні службових обов'язків. Вони є необхідними для таких важливих аспектів:

- гарний настрій, почуття радості і передчуття притупляють страх і хвилювання, дозволяючи активніше діяти, вільніше випробовувати щось нове. Це супутники в будь-яких починаннях військових;

- почуття страху і тривоги – це не завжди негатив. Спочатку ці емоції необхідні для збереження життя, а в критичних ситуаціях допомагають військовослужбовцям врятувати себе;

- емоційний досвід і розсудливість допомагають їм приймати рішення в різних бойових і життєвих обставинах і ситуаціях;

- емпатія потрібна воєнним для виживання в сучасному світі. Розуміючи інших, вони можуть адаптуватися і правильно підлаштуватися під будь-яку ситуацію;

- прояв емоцій військовослужбовцями дозволяє іншим правильно розуміти їх. Усі переживання проявляються у поведінці кожного з них і сигналізують іншим про їхній настрій.

Бойові дії окрім фізичного навантаження накладають на військовослужбовців ще й велике емоційне і психологічне навантаження. У них може спостерігатися синдром емоційного вигорання, як відповідь на емоційні перенапруги, що проявляються у вигляді фізичного і психічного виснаження. Цей синдром може стати механізмом психологічного захисту у формі часткового або повного відключення емоцій у відповідь на травматичні впливи.

Таким чином, емоційний стан військовослужбовців є невід'ємною складовою їхньої професійної діяльності.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з обґрунтуванням критеріїв і показників та релевантних їм методик діагностики емоційних станів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Izard C. Human Emotions. New York: Plenum Press. 1977. p. 496. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2209-0>
2. Selye H. Stress of My Life: A Scientist's Memoirs. New York: Van Nostrand Reinhold Company. 1979. 272 p.
3. Пророк Н., Запорожець О., Креймеєр Д., Гридковець Л., Царенко Л., Ковальчук О., Невмержицький В., Кондратенко Л., Манилова Л., Чекстєре О., Палієнко Т. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Пророк Н. (Заг. ред.) Навч. посібник. Том 1. Київ: ОБСЄ. 2018. 208 с.