УДК 159.922.28:355.01-057.36
DOI https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2026.3.48

Кириченко А. В.
доктор філософії (PhD) за спеціальністю С4 «Психологія»,
доцент кафедри військової психології
Національного університету оборони України
ORCID: 0000-0002-1333-5980

Кацмаза І. О.
слухач кафедри військової психології
Національного університету оборони України
ORCID: 0009-0001-0810-2920

ТЕМПЕРАМЕНТ ЯК ЧИННИК АДАПТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО ДІЯЛЬНОСТІ В БОЙОВИХ УМОВАХ

TEMPERAMENT AS A FACTOR IN THE ADAPTATION OF MILITARY PERSONNEL TO COMBAT OPERATIONS

Темперамент – це природний ресурс воїна, який у бойових умовах перетворюється на основу психологічної адаптації, стійкості та ефективної діяльності. Пізнання власного темпераменту є першим кроком до усвідомленого управління собою в найскладніших випробуваннях жахливої картини війни
Андрій КИРИЧЕНКО

У статті здійснено теоретичний аналіз темпераменту як фундаментального індивідуально-психологічного чинника адаптації військовослужбовців до діяльності в бойових умовах. Актуальність дослідження зумовлена сучасним бойовим досвідом, який висуває підвищені вимоги до мобілізації психофізіологічних ресурсів воїнів та зумовлює необхідність поглиблення наукових уявлень про механізми їх психологічного пристосування до високого стресового навантаження, невизначеності, дефіциту часу та ризику для життя.

Крім того, розглянуто сутність темпераменту як біологічно зумовленої основи психіки, що визначає динаміку психічних процесів, емоційну реактивність і швидкість прийняття рішень. Проаналізовано адаптаційний потенціал військовослужбовців крізь призму континууму “екстраверсія – інтроверсія” (включаючи амбіверсію) та рівня емоційної стабільності. Уточнено специфіку комунікативної активності та орієнтації воїнів залежно від спрямованості особистості на зовнішнє чи внутрішнє середовище в критичних ситуаціях. Висвітлено ресурси, обмеження та зони розвитку сангвінічного, холеричного, флегматичного й меланхолічного типів темпераменту під час виконання завдань за призначенням. Показано, як специфічні характеристики нервової системи впливають на вибір стратегій копінг-поведінки та саморегуляції в умовах тривалого психоемоційного напруження.

Доведено, що темперамент не є критерієм професійного відбору чи морально-бойових якостей воїна, а виступає підґрунтям для формування індивідуального стилю діяльності. Обґрунтовано прикладне значення врахування індивідуально-типологічних відмінностей особового складу командирами для раціонального розподілу обов’язків, прогнозування поведінки під впливом бойового стресу, комплектування бойових обслуг, екіпажів за принципом психологічної комплементарності, а також для збереження боєздатності й морально-психологічного стану підрозділів.

Ключові слова: темперамент, адаптація, психологічна готовність, психологічна стійкість, резильєнтність, надійність, екстраверт, інтроверт, бойові дії, військовослужбовець.

The article presents a theoretical analysis of temperament as a fundamental individual-psychological factor in the adaptation of military personnel to combat conditions. The relevance of the study stems from modern combat experience, which places heightened demands on the mobilization of soldiers' psychophysiological resources and necessitates a deeper understanding of the mechanisms underlying their psychological adjustment to high stress, uncertainty, time constraints, and life-threatening risks.

Furthermore, the study examines the essence of temperament as a biologically determined foundation of the psyche that shapes the dynamics of mental processes, emotional reactivity, and the speed of decision-making. It analyzes the adaptive potential of military personnel through the lens of the “extraversion–introversion” continuum (including ambiversion) and the level of emotional stability. The study clarifies the specific nature of soldiers' communicative activity and orientation – depending on whether their personality is directed toward the external or internal environment – during critical situations. It also highlights the resources, limitations, and areas for development associated with the sanguine, choleric, phlegmatic, and melancholic temperament types during the performance of assigned duties. It is shown how specific characteristics of the nervous system influence the choice of coping and self-regulation strategies under conditions of prolonged psycho-emotional stress.

It has been established that temperament is not a criterion for professional selection or a determinant of a soldier's moral and combat qualities; rather, it serves as the foundation for the development of an individual operational style. The

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

study substantiates the practical importance of commanders taking into account the individual-typological differences of personnel for the rational distribution of duties, the prediction of behavior under combat stress, the staffing of combat teams and crews based on the principle of psychological complementarity, and the preservation of the units' combat effectiveness and morale.

Key words: temperament, adaptation, psychological readiness, psychological stability, resilience, reliability, extravert, introvert, combat operations, military service member.

Постановка проблеми. Війни нового типу висувають жорсткі вимоги до психологічної готовності військовослужбовців, їхньої здатності швидко адаптуватися до екстремальних ситуацій, ефективно діяти в умовах невизначеності, дефіциту часу та підвищеного психоемоційного навантаження. Виконання бойових завдань супроводжується впливом численних стресогенних чинників, що можуть суттєво позначатися на емоційному стані, когнітивних процесах, поведінці та професійній ефективності воїнів. За таких умов особливої актуальності набуває дослідження індивідуально-психологічних особливостей особистості, які визначають успішність адаптації до бойової діяльності.

Одним із фундаментальних компонентів індивідуально-психологічної структури особистості є темперамент, який відображає динамічні особливості психічної діяльності людини та зумовлює своєрідність її поведінкових і емоційних реакцій. Особливості темпераменту впливають на швидкість прийняття рішень, рівень емоційної стійкості, здатність до саморегуляції, комунікації, адаптації до нових умов і подолання стресових ситуацій. Водночас темперамент не визначає професійну придатність військовослужбовця, однак може істотно впливати на індивідуальний стиль виконання бойових завдань та ефективність психологічної адаптації.

Проблема адаптації військовослужбовців до діяльності в бойових умовах є однією з провідних у сучасній військовій психології, оскільки рівень адаптованості безпосередньо пов'язаний із збереженням психічного здоров'я, підтриманням боєздатності особового складу та успішністю виконання поставлених завдань. У зв'язку з цим особливого значення набуває вивчення ролі темпераменту як чинника, що може сприяти або, навпаки, ускладнювати процес адаптації залежно від індивідуальних особливостей військовослужбовця та специфіки бойової діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теоретичні засади вивчення темпераменту та його ролі у функціонуванні особистості розглянуто у працях українських учених С. Максименка, М. Савчина, Т. Титаренко, О. Кокуна, В. Стасюка, а також зарубіжних дослідників Г. Айзенка, Дж. Гилфорда, Р. Кеттелла, Я. Стреляу, Т. Томаса і С. Чесс. У своїх працях автори розглядають темперамент як біологічно зумовлену основу індивідуальних психологічних особливостей людини, що визначає динаміку психічної діяльності, своєрідність емоційного реагування, поведінки та адаптаційних можливостей особистості.

Психологічні механізми адаптації до стресу та екстремальних умов діяльності, проблеми стресостійкості й копінг-поведінки висвітлено у працях О. Хміляра, Л. Тютюник, В. Українця, Р. Лазаруса, С. Мадді та С. Хобфолла. Науковці довели, що ефективність адаптації значною мірою залежить від індивідуально-психологічних ресурсів особистості, здатності до саморегуляції та конструктивного подолання стресових ситуацій.

Особливості психологічної адаптації військовослужбовців до професійної діяльності в бойових умовах досліджували В. Осьодло, Л. Кіщук, В. Кальниш, А. Швець, та О. Кокун. У своїх дослідженнях автори акцентують увагу на ролі психологічної готовності, психофізіологічних ресурсів, емоційної саморегуляції та стресостійкості у забезпеченні ефективного виконання службово-бойових завдань.

Незважаючи на значну кількість наукових досліджень, проблема взаємозв'язку темпераменту та психологічної адаптації військовослужбовців до діяльності в бойових умовах потребує подальшого комплексного вивчення, особливо з урахуванням сучасного бойового досвіду ЗС України та нових викликів, пов'язаних із тривалим перебуванням особового складу в умовах високої інтенсивності бойових дій.

Метою статті є теоретичний аналіз темпераменту як індивідуально-психологічного чинника адаптації військовослужбовців до діяльності в бойових умовах, визначення особливостей його впливу на психологічну стійкість, поведінкові реакції та ефективність виконання бойових завдань.

Виклад основного матеріалу. Перші уявлення про темперамент виникли в період античності й були пов'язані з розвитком давньогрецької медицини. Основоположником даного вчення вважають Гіппократа (460–377 рр. до н.е.), який пояснював індивідуальні особливості людини співвідношенням чотирьох життєвих рідин організму – крові, слизу, жовтої та чорної жовчі. Відповідно до його поглядів, домінування однієї з цих рідин зумовлює специфічні особливості поведінки, емоційного реагування та психічної діяльності людини. Запропонована Гіппократом гуморальна концепція стала першим науковим поясненням природи темпераменту та поклала початок подальшим дослідженням цього феномена [3].

Безпосередньо термін "temperamentum" має латинське походження й означає "належне співвідношення", "правильне змішування" або "пропорція". Його запровадив і поширив римський лікар Гален (129–216 рр. н.е.), який систематизував погляди Гіппократа та описав основні типи темпераменту. Саме від латинського temperamentum походить сучасне психологічне поняття "темперамент"[3].

У сучасній психології темперамент визначають як сукупність індивідуально-психологічних властивостей, що характеризують динаміку психічної діяльності та поведінки людини (темп, інтенсивність, ритм, емоційну реактивність). На відміну від

античних уявлень, сучасні теорії пов'язують темперамент переважно з особливостями функціонування нервової системи.

В енциклопедичній літературі темперамент розглядають як:

– сукупність індивідуально-психологічних властивостей людини, що характеризують динамічні особливості її психічної діяльності (швидкість, інтенсивність, ритм перебігу психічних процесів, емоційність) [5];

– характеристику індивідуальних особливостей психіки людини, яка визначає своєрідність перебігу психічних процесів і поведінкових реакцій та пов'язана з властивостями нервової системи [11];

– природну основу індивідуальних відмінностей особистості, яка виявляється у силі, врівноваженості та рухливості психічних процесів [6].

На думку Харченко Н. та Дробик М., темперамент відіграє важливу роль в адаптації особистості, оскільки визначає характер впливу зовнішніх умов діяльності та індивідуально-психологічних особливостей людини, а одним із ключових механізмів такого пристосування є формування індивідуального стилю діяльності. Індивідуальний стиль діяльності є способом реалізації психофізіологічних особливостей людини, що ґрунтуються на типі вищої нервової діяльності та зумовлюють своєрідність перебігу психічних процесів і поведінки. Водночас тип вищої нервової діяльності не визначає безпосередньо поведінку чи переконання особистості, а лише створює індивідуально-психологічне підґрунтя для формування індивідуального стилю діяльності в процесі соціалізації, виховання та набуття життєвого досвіду [10].

Важливе місце у дослідженні темпераменту як чинника адаптації займає концепція, запропонована швейцарським психологом К. Юнгом, щодо понять "інтроверсія" та "екстраверсія". В основі цієї типології лежить уявлення про існування двох основних сфер життєдіяльності людини – зовнішнього та внутрішнього світу, у межах яких відбуваються значущі для особистості події та формуються особливості її поведінки. Відповідно до концепції К. Юнга, екстраверсія характеризує спрямованість особистості на зовнішнє середовище, соціальну взаємодію та активне включення у події навколишнього світу, тоді як інтроверсія відображає орієнтацію на внутрішні переживання, саморефлексію та осмислення власного досвіду. Вивчення рівня екстраверсії та інтроверсії є важливою складовою аналізу темпераменту військовослужбовця, оскільки ці характеристики можуть впливати на особливості його поведінки, прийняття рішень, адаптацію до стресових ситуацій та ефективність виконання завдань за призначенням [7; 12].

Відповідно до концепції К. Юнга, можна стверджувати, що військовослужбовці з вираженими рисами екстраверсії, як правило, характеризуються високим рівнем соціальної адаптації та швидше пристосовуються до нових умов військової служби й бойової обстановки. Вони легко встановлюють міжособистісні контакти, активно взаємодіють у військовому колективі, швидко включаються в роботу підрозділу та ефективно функціонують у команді. Для підтримання оптимального психоемоційного стану такі військовослужбовці потребують активної взаємодії із зовнішнім середовищем, що сприяє їхній адаптації до змін бойової обстановки.

В екстремальних умовах екстраверти зазвичай швидко орієнтуються в новій ситуації, демонструють гнучкість поведінки, готовність до оперативного реагування та здатність приймати рішення в умовах дефіциту часу. Водночас їхня схильність до імпульсивних дій і більш виражених емоційних реакцій може негативно позначатися на процесі адаптації в ситуаціях тривалого психоемоційного навантаження, якщо не забезпечується належний рівень самоконтролю. Загалом виражені риси екстраверсії сприяють швидкій соціально-психологічній адаптації військовослужбовців до умов військової служби та виконання бойових завдань, особливо в діяльності, що передбачає інтенсивну взаємодію, командну роботу та високу динаміку подій.

Воїни з вираженими рисами інтроверсії під час виконання бойових завдань, як правило, демонструють стриману та виважену поведінку. Вони менш схильні до активної комунікації, надають перевагу вузькому колу перевірених побратимів, з якими формують стійкі довірчі взаємини. Такі військовослужбовці не потребують постійного зовнішнього стимулювання чи підтримки для ефективного виконання поставлених завдань. У бойовій обстановці інтроверти зазвичай діють обережно, схильні ретельно оцінювати ситуацію, планувати свої дії та зберігати емоційну самовладаність навіть в умовах підвищеного стресу. Вони не прагнуть бути в центрі уваги, однак вирізняються дисциплінованістю, відповідальністю та здатністю зосереджуватися на виконанні поставленому завданні.

Для військовослужбовців цього типу характерні наполегливість, схильність до самоаналізу та високий рівень концентрації. Вони ефективно виконують завдання, що потребують тривалої уваги, точності, витримки й послідовності, зокрема під час спостереження, роботи з технічними засобами, ведення розвідки, аналізу інформації або виконання інших монотонних чи високоточних бойових завдань. Водночас у новому колективі чи в умовах швидкої зміни соціального середовища їм може знадобитися більше часу для адаптації та встановлення ефективної взаємодії з особовим складом [7; 12].

Водночас "чисті" типи екстравертів та інтровертів у практиці зустрічаються вкрай рідко. Більшість людей займає проміжне положення на континуумі між цими двома полюсами, виявляючи більшу чи меншу схильність до одного з них. До такої категорії належать амбіверти, для яких характерне поєднання рис як екстраверсії, так і інтроверсії. Залежно від конкретної ситуації та умов діяльності вони можуть проявляти поведінкові особливості, властиві обом типам, що сприяє більшій гнучкості адаптації до змінних умов військової служби та виконання бойових завдань.

Емоційна стабільність військовослужбовця є важливою психологічною характеристикою, що визначає його здатність контролювати емоційні реакції та зберігати ефективність діяльності в умовах бойового стресу. Вона залежить від врівноваженості процесів збудження і гальмування нервової системи, що забезпечує самовладання, стійкість до психоемоційних навантажень і прийняття виважених рішень під час виконання бойових завдань. Емоційно стабільні воїни швидше відновлюють психологічну рівновагу після дії стресових чинників, тоді як емоційно нестабільні можуть проявляти підвищену тривожність, імпульсивність і труднощі з контролем власних емоцій, що негативно позначається на результативності службово-бойової діяльності. Оцінка рівня екстраверсії–інтроверсії та емоційної стабільності дозволяє прогнозувати особливості поведінки військовослужбовця в екстремальних умовах, його здатність до адаптації та взаємодії в підрозділі. Комплексне дослідження цих психологічних характеристик є важливим для визначення адаптаційного потенціалу військовослужбовця та прогнозування ефективності виконання ним службово-бойових завдань [1; 2; 7; 12].

Темперамент є своєрідною "операційною системою" психіки людини, що ґрунтується на вроджених особливостях нервової системи. Він починає проявлятися від народження, залишається відносно незмінним протягом усього життя та визначає швидкість психічних реакцій, емоційність і загальний стиль поведінки людини [4]. Темперамент є відносно стійкою основою реактивності та саморегуляції, що впливає на соціальну адаптацію через особливості взаємодії з іншими, вибір поведінкових стратегій і якість соціальних зв'язків. Його вплив змінюється залежно від віку: у дитинстві провідну роль відіграє взаємодія з дорослими, у підлітковості та юності – стосунки з однолітками, саморегуляція й індивідуальний стиль діяльності. У дорослому та пізньому віці темперамент визначає ефективність професійної діяльності, подолання стресу, підтримання соціальних контактів і може виступати як ресурсом, так і чинником ризику соціальної дезадаптації [9].

Аналізуючи типи темпераменту та їх вплив на адаптацію військовослужбовців, можна виокремити такі особливості що:

Сангвінік характеризується сильним, врівноваженим і рухливим типом нервової системи. Для нього властиві висока працездатність, комунікабельність, енергійність, емоційна стійкість і здатність швидко адаптуватися до нових умов діяльності. У військовому колективі сангвінік легко встановлює контакти з побратимами, часто стає "душею компанії", сприяє згуртованості підрозділу, підтримує позитивний морально-психологічний клімат, а також швидко адаптується до викликів військової служби. В умовах бойових дій представники цього типу темпераменту здатні оперативно оцінювати обстановку, швидко приймати рішення та ефективно діяти в динамічних ситуаціях. Вони порівняно легко пристосовуються до змін бойової обстановки, нових умов виконання завдань і змін у складі підрозділу, що позитивно впливає на якість їхньої психологічної адаптації. Завдяки оптимістичному налаштуванню та емоційній гнучкості сангвініки швидше відновлюють психологічну рівновагу після стресових подій і можуть підтримувати бойовий дух товаришів.

Разом із тим сангвініки можуть відчувати труднощі під час виконання одноманітних або тривалих завдань, що потребують високої концентрації уваги, терпіння та неухильного дотримання встановлених процедур. У складних бойових умовах це може проявлятися у зниженні уважності до деталей, імпульсивності або втраті інтересу до рутинної діяльності, що потенційно підвищує ризик помилок. Тому успішна адаптація військовослужбовців із сангвінічним типом темпераменту значною мірою залежить від розвитку дисциплінованості, самоконтролю, стійкої мотивації та здатності підтримувати високу концентрацію уваги незалежно від характеру поставлених завдань.

Загалом сангвінічний тип темпераменту є сприятливим для адаптації до військової служби та діяльності в бойових умовах. За умови належної професійної підготовки, чіткої організації служби та розвитку навичок саморегуляції такі військовослужбовці демонструють високий рівень адаптивності, ефективну взаємодію в колективі та здатність успішно виконувати завдання в умовах підвищеного психоемоційного навантаження.

Холерик характеризується сильним, але неврівноваженим типом нервової системи, для якого властиві висока активність, підвищена збудливість, рішучість, енергійність та ініціативність. Такі військовослужбовці швидко реагують на зміну обстановки, не бояться брати на себе відповідальність і здатні ефективно діяти в умовах дефіциту часу та підвищеної небезпеки. У бойовій діяльності холерики нерідко проявляють лідерські якості, готовність приймати складні рішення та організовувати дії підрозділу в критичних ситуаціях.

Водночас надмірна емоційна збудливість і неврівноваженість можуть негативно впливати на ефективність їхньої діяльності. У стані сильного психоемоційного напруження холерики схильні до імпульсивних рішень, різкості у спілкуванні, дратівливості та недостатнього контролю власних емоцій. Захоплюючись виконанням бойового завдання, вони нерідко працюють на межі власних можливостей, що може призводити до швидкого психофізичного виснаження та зниження ефективності подальших дій. За відсутності достатнього самоконтролю або чіткої мотивації підвищується ризик конфліктів у військовому колективі та помилок під впливом емоцій.

Попри ці особливості, холеричний темперамент має значний потенціал для успішної військової діяльності. За умови належної професійної підготовки, розвитку емоційної саморегуляції, витримки, дисциплінованості та навичок конструктивної взаємодії такі військовослужбовці демонструють високий рівень адаптації до бойових умов. Їхня рішучість, наполегливість і готовність діяти в екстремальних

ситуаціях сприяють ефективному виконанню бойових завдань, особливо в умовах, що потребують швидкого реагування, відповідальності та лідерства.

Флегматик характеризується сильним, врівноваженим, але інертним типом нервової системи. Для нього властиві спокійність, послідовність, витримка, стабільність емоційних реакцій та здатність тривалий час підтримувати ефективність діяльності без різких коливань працездатності. У військових умовах такі особливості сприяють збереженню самоконтролю, холоднокровності та здатності діяти відповідно до встановлених процедур навіть у ситуаціях високого психоемоційного напруження.

Військовослужбовці з флегматичним типом темпераменту зазвичай відповідально ставляться до виконання поставлених завдань, ретельно аналізують ситуацію перед прийняттям рішення та здатні доводити розпочату справу до завершення. Вони ефективні під час виконання завдань, що потребують точності, уважності, витривалості та дотримання визначеного алгоритму дій. Завдяки емоційній стійкості флегматики можуть зберігати працездатність у тривалих стресових умовах, що позитивно впливає на їхню адаптацію до військової служби та бойової діяльності.

Водночас інертність нервових процесів може ускладнювати швидке пристосування до різких змін бойової обстановки, нестандартних ситуацій або необхідності миттєвого переходу до нових видів діяльності. У деяких випадках це може проявлятися у повільнішому прийнятті рішень, недостатній гнучкості або схильності діяти за звичним алгоритмом навіть тоді, коли ситуація потребує швидкої перебудови.

Для підвищення якості адаптації флегматикам важливо поступово формувати готовність до змін, розвивати швидкість реагування, ініціативність і гнучкість поведінки. За умов чіткої організації служби, зрозумілих завдань і належної підготовки військовослужбовці з таким типом темпераменту демонструють високий рівень надійності, стійкості та здатності ефективно виконувати завдання в умовах тривалого психофізичного навантаження.

Цей варіант показує флегматика не як "повільного", а як військовослужбовця зі своїми перевагами (стійкість, надійність, витривалість) і зонами розвитку (швидкість адаптації, гнучкість у нестандартних ситуаціях).

Меланхолік характеризується слабким типом нервової системи, підвищеною чутливістю до зовнішніх впливів та глибиною емоційних переживань. Для нього властиві уважність, відповідальність, схильність до детального аналізу ситуації та високий рівень емпатії. У військовому колективі такі особи можуть проявляти сумлінність, відповідальне ставлення до виконання завдань, здатність помічати важливі деталі та підтримувати побратимів завдяки розвиненій чутливості до емоційного стану інших.

У ході бойової діяльності меланхолік може ефективно виконувати завдання, що потребують зосередженості, точності, уважності та глибокого аналізу. Його схильність до обдумування ситуацій допомагає уникати необґрунтованих рішень і діяти виважено. Водночас підвищена емоційна чутливість може ускладнювати адаптацію до тривалого стресу, високої інтенсивності бойових навантажень, втрат або критичних зауважень. Сильні подразники та екстремальні ситуації можуть викликати стан психологічного виснаження, невпевненість у власних силах або тимчасове зниження активності.

У бойовій обстановці особливу увагу необхідно приділяти розвитку стресостійкості, навичок емоційної саморегуляції та формуванню впевненості у власних можливостях. За сприятливих умов, підтримки з боку командирів і колективу, чіткої організації діяльності та поступового залучення до складніших завдань меланхоліки здатні успішно адаптуватися до військової служби.

Загалом меланхолічний тип темпераменту не є перешкодою для ефективної військової діяльності. Такі військовослужбовці можуть демонструвати високу відповідальність, дисциплінованість, уважність до деталей і відданість виконанню завдань. Водночас для підтримання їхньої психологічної стійкості важливими є сприятливий морально-психологічний клімат у підрозділі, підтримка колективу та розвиток здатності ефективно долати стресові ситуації [4; 7; 8].

Необхідно зазначити, що жоден тип темпераменту не є кращим чи гіршим. Кожен військовослужбовець має унікальне поєднання особистісних рис, а знання власних особливостей допомагає ефективніше адаптуватися до діяльності в бойових умовах, краще взаємодіяти з колегами по зброї та підтримувати психологічну готовність й стійкість під час виконання завдань за призначенням.

Знання темпераменту військовослужбовців є важливим під час виконання бойових завдань, оскільки допомагає командиру ефективніше організувати бойову роботу підрозділу та враховувати індивідуальні особливості кожного воїна. До основних причин враховувати темперамент військовослужбовців під час виконання бойових завдань можна віднести:

До основних причин, які зумовлюють необхідність врахування темпераменту військовослужбовців під час виконання бойових завдань, належать:

1. *Ефективний розподіл завдань.* Врахування темпераменту допомагає призначати військовослужбовців на ті завдання, де вони зможуть найкраще проявити свої сильні сторони та працювати максимально результативно.

2. *Прогнозування поведінки в екстремальних умовах.* Особливості темпераменту дозволяють краще передбачити реакцію людини на стрес, небезпеку, втому та інші фактори бойової обстановки.

3. *Покращення взаємодії в підрозділі.* Знання індивідуальних психологічних особливостей сприяє формуванню згуртованих команд, підвищує взаєморозуміння між військовослужбовцями та знижує ймовірність конфліктів.

4. *Підвищення ефективності командування.* Командир може обирати найбільш дієві способи постановки завдань, мотивації та контролю, враховуючи особливості кожного підлеглого.

5. *Підтримання боєздатності підрозділу.* Урахування темпераменту сприяє збереженню психологічної готовності й стійкості особового складу, зміцненню дисципліни та забезпеченню надійного виконання бойових завдань.

Крім того, під час організації бойової діяльності військовослужбовців сангвінічного темпераменту доцільно використовувати динамічний стиль комунікації, залучати їх до виконання завдань, що потребують оперативності, активної взаємодії та швидкого прийняття рішень, забезпечуючи належний контроль за виконанням поставлених завдань.

Військовослужбовцям холеричного темпераменту рекомендується ставити чіткі та конкретні завдання, визначати межі відповідальності й спрямовувати їхню високу активність на досягнення поставлених цілей.

Для військовослужбовців флегматичного темпераменту важливо завчасно доводити інформацію щодо виконання бойових завдань, враховувати потребу в послідовному опрацюванні отриманих вказівок та максимально використовувати їхню витримку, дисциплінованість і стабільність у діяльності.

Військовослужбовці меланхолійного темпераменту потребують чітких інструкцій, сприятливого морально-психологічного клімату та конструктивного зворотного зв'язку. Їхня схильність до ретельного аналізу й уважність до деталей є важливими перевагами під час виконання бойових завдань, що потребують високої точності.

Водночас урахування особливостей темпераменту сприяє більш ефективному формуванню бойових пар, екіпажів і підрозділів, оскільки дає змогу поєднувати військовослужбовців відповідно до їхніх індивідуально-психологічних особливостей, забезпечуючи взаємне доповнення їхніх сильних сторін.

Зокрема, поєднання військовослужбовців холеричного та флегматичного темпераментів сприяє підвищенню ефективності спільної діяльності, оскільки рішучість і оперативність холерика доповнюються витримкою, послідовністю та дисциплінованістю флегматика.

У спільній діяльності поєднання сангвінічного та меланхолійного темпераментів може сприяти ефективній взаємодії, оскільки сангвінік забезпечує високий рівень комунікації, швидку адаптацію до змін обстановки та підтримання позитивного психологічного клімату, тоді як меланхолік доповнює ці якості уважністю до деталей, відповідальністю та здатністю до глибокого аналізу інформації.

Поєднання холеричного та меланхолійного темпераментів може забезпечити ефективний розподіл функцій: холерик відповідає за оперативність, рішучість та ініціативність у діях, а меланхолік – за уважність, точність і детальний аналіз обстановки, що підвищує якість прийнятих рішень.

Взаємодія військовослужбовців сангвінічного та флегматичного темпераментів забезпечує ефективну діяльність, оскільки комунікабельність і активність сангвініка поєднуються зі стабільністю, витримкою та дисциплінованістю флегматика, що сприяє злагодженості дій під час виконання бойових завдань [4; 7; 8].

Важливо пам'ятати, що темперамент не визначає професійні якості військовослужбовця. Він лише характеризує особливості психічних реакцій (швидкість, емоційність, стійкість тощо). Рівень підготовки, досвід, дисципліна, мотивація та навички часто мають вирішальне значення для успішного виконання бойових завдань.

Висновки. Отже, темперамент є одним із важливих чинників, що впливає на особливості адаптації військовослужбовців до діяльності в бойових умовах. Він визначає швидкість реагування, характер емоційних проявів, рівень стійкості до навантажень та особливості взаємодії з іншими військовослужбовцями. Водночас жоден тип темпераменту не можна вважати однозначно переважним для виконання бойових завдань, оскільки кожен із них має як сильні сторони, так і певні особливості, які потребують розвитку та саморегуляції. Сангвінічний тип темпераменту сприяє швидкій адаптації до нових умов, ефективній комунікації та гнучкому реагуванню на зміни обстановки. Холеричний тип забезпечує активність, рішучість і здатність діяти в умовах високої динамічності, однак потребує розвитку емоційного контролю. Флегматичний тип характеризується високою стійкістю, витримкою та надійністю під час тривалих навантажень, хоча процес входження в нові умови може бути повільнішим. Меланхолічний тип, попри більшу чутливість до стресових факторів, вирізняється відповідальністю, уважністю та здатністю до глибокого аналізу ситуації. Саме усвідомлення сильних і слабких сторін свого темпераменту дозволяє військовослужбовцю підвищувати ефективність діяльності та зберігати адаптивність у складних умовах бойової обстановки.

Перспективним напрямом подальших досліджень є емпіричне вивчення динаміки адаптаційних можливостей військовослужбовців із різними індивідуально-типологічними властивостями та розробка програми оптимізації процесу їхньої адаптації до бойових умов.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Васильченко С. Типи темпераменту та його вплив на життя і кар'єру. Happy Monday. 2026. URL: https://happymonday.ua/typy-temperamentu (дата звернення: 12.07.2026).

2. Вінс В. А., Дроздов А. І. Особливості впливу темпераменту на успішність професійної самореалізації дорослої особистості. Габітус. 2022. Вип. 43. С. 190–194. DOI: https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.43.33

3. Гіппократ. Про природу людини Вибрані твори / пер. з давньогрец., упоряд. З. Бандрівський. Київ : Світ Успіху, 2015. 205 с.

4. Гнаткевич М. Що таке темперамент і як він впливає на ваше життя. 2025. URL: https://hnatkevych.com/blog/2025/shho-take-temperament/ (дата звернення: 12.07.2026).

5. Енциклопедія сучасної України. Інститут енциклопедичних досліджень НАН України. URL: https://esu.com.ua/ (дата звернення: 12.07.2026).

6. Максименко С. Д. Загальна психологія : навчальний посібник. Київ : Центр учбової літератури, 2010. 272 с.
7. Типологія темпераменту в диференціальній психології. Історичні аспекти вчення про темпераменту. Файловий архів студентів. URL: https://studfile.net/preview/7806981/page:36/ (дата звернення: 12.07.2026).
8. Прищак М. Д., Мацко М. А. Психологія: навч. посіб. Ч. І. URL: https://web.posibnyky.vntu.edu.ua/icgn/3prishak_psihologiya_ch1/1252.html (дата звернення: 12.07.2026).
9. Чистовська Ю. Ю., Грек О. М., Карпич І. А., Борзик О. Б., Шавровська Н. В. Темперамент як чинник соціальної адаптації особистості на різних вікових етапах. Журнал "*Наукові* інновації та передові технології". 2026. № 3(55). С. 2772 – 2786. DOI: https://doi.org/10.52058/2786-5274-2026-3(55)-2772-2786
10. Харченко Н., Дробик М. Вплив темпераменту на особливості адаптації студентів різної статі. *Вісник* Національного університету оборони України, 67(3), 71–79. DOI: https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-66-2-113-120
11. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків : Прапор, 2007. 640 с.
12. Юнг К. Г. Психологічні типи / пер. з нім. Київ : Видавництво Соломії Павличко "Основи", 2005. 576 с.

Дата першого надходження статті до видання: 03.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 02.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 17.11.2026