

## СПЕЦИФІКА ЕМОЦІЙНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ СХИЛЬНИХ ДО ДЕЛІНКВЕНТНОЇ ПОВЕДІНКИ

Уніятів С. М.

аспірант

Харківського національного університету внутрішніх справ

ORCID ID: 0009-0009-6196-6187

Актуальність дослідження зумовлена зростанням кількості військових правопорушень в умовах тривалої бойової напруги та необхідністю виявлення психологічних предикторів самовільного залишення військової частини (СЗЧ). Метою роботи було визначити специфіку труднощів емоційної регуляції та когнітивної регуляції емоцій у військовослужбовців із нормативною та делінквентною поведінкою. У дослідженні взяли участь 70 військовослужбовців. Використано комплекс психодіагностичних методик: шкалу труднощів емоційної регуляції (DERS) та опитувальник когнітивної регуляції емоцій (CERQ). Встановлено, що емоційна дисрегуляція є спільним чинником для обох груп, однак має різну структурну організацію. У військовослужбовців із делінквентною поведінкою зафіксовано вищі показники імпульсивності та низького розуміння емоцій, що свідчить про емоційну дезорієнтацію, труднощі ідентифікації переживань і схильність до поведінкової розрядки. У групі військовослужбовців з нормативною поведінкою виявлено підвищені показники невизнання емоцій, труднощів збереження цілеспрямованості під впливом емоцій і браку усвідомлення емоційних станів, що відображає тенденцію до свідомого дистанціювання від емоційної сфери та функціонування за рахунок посиленого внутрішнього контролю. Показано, що військовослужбовці з нормативною поведінкою частіше використовують умовно адаптивні когнітивні стратегії (прийняття, планування, позитивна переоцінка, розгляд у перспективі), однак характеризуються підвищеним рівнем румінацій, що вказує на значну внутрішню напругу. Натомість у військовослужбовців з делінквентною поведінкою домінують дезадаптивні стратегії катастрофізації, звинувачення інших та позитивне перефокусування як форма психологічного уникнення. Виявлені відмінності доцільно враховувати під час розроблення диференційованих програм психопрофілактики: для військовослужбовців із делінквентною поведінкою з фокусом на розвиток реалістичної когнітивної оцінки, інтерналізації відповідальності та навичок планування, а для військовослужбовців із нормативною поведінкою з акцентом на зниження румінативного навантаження й підвищення емоційної гнучкості з метою профілактики психоемоційного виснаження.

**Ключові слова:** емоційна саморегуляція, делінквентна поведінка, самовільне залишення частини (СЗЧ), когнітивні стратегії, емоційна дисрегуляція, військовослужбовці.

### Uniatov S. M. Specific Features of Emotional Self-Regulation in Servicemen Prone to Delinquent Behavior

The relevance of the study is determined by the increasing number of military offenses under conditions of prolonged combat stress and the need to identify psychological predictors of unauthorized abandonment of a military unit (AWOL). The aim of the study was to determine the specific features of emotional regulation difficulties and cognitive emotion regulation in servicemen with normative and delinquent behavior.

The study involved 70 servicemen. A set of psychodiagnostic instruments was used, including the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) and the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ). The findings indicate that emotional dysregulation is a common factor in both groups; however, it has a different structural organization. Servicemen with delinquent behavior demonstrated higher levels of impulsivity and poorer emotional clarity, indicating emotional disorientation, difficulties in identifying their experiences, and a tendency toward behavioral discharge. In contrast, the group with normative behavior showed elevated levels of non-acceptance of emotions, difficulties maintaining goal-directed behavior under emotional distress, and lack of emotional awareness. This reflects a tendency toward conscious distancing from the emotional sphere and functioning through increased internal control. It was shown that servicemen with normative behavior more frequently use conditionally adaptive cognitive strategies (acceptance, planning, positive reappraisal, and putting into perspective), yet they are characterized by increased levels of rumination, indicating significant internal tension. Conversely, servicemen with delinquent

*behavior predominantly use maladaptive strategies such as catastrophizing, blaming others, and positive refocusing as a form of psychological avoidance. The identified differences should be considered in the development of differentiated psychopreventive programs: for servicemen with delinquent behavior, with a focus on developing realistic cognitive appraisal, internalization of responsibility, and planning skills; and for servicemen with normative behavior, with an emphasis on reducing ruminative burden and enhancing emotional flexibility to prevent psychoemotional exhaustion.*

**Keywords:** *emotional self-regulation, delinquent behavior, unauthorized abandonment of a military unit (AWOL), cognitive strategies, emotional dysregulation, servicemen.*

**Вступ.** В умовах тривалої військової агресії та дії правового режиму воєнного стану особливою гостротою набуває проблема запобігання військовим кримінальним правопорушенням. Специфіка діяльності військовослужбовців у цей період характеризується безперервним впливом екстремальних стресогенних чинників, що висуває підвищені вимоги до системи саморегуляції індивіда. З психологічної точки зору, вчинення таких правопорушень часто пов'язане не лише з правовими чинниками, а й із порушеннями емоційної регуляції, виснаженням адаптаційних ресурсів, накопиченням хронічного стресу та труднощами самоконтролю. Тривале перебування в умовах бойової напруги, невизначеності та загрози життю може призводити до зниження рівня саморегуляції, підвищення імпульсивності, емоційної дезорганізації та зростання ризику делінквентної поведінки.

Питання девіантної та делінквентної поведінки військовослужбовців досліджувалися в різних аспектах, зокрема: Приходько І. та Байда М. аналізували психологічні причини та соціально-психологічні чинники виникнення адикцій, а також їхній деструктивний вплив на здоров'я та міжособистісні стосунки у військових колективах [10]; Пащенко С. висвітлює когнітивні, емоційні та поведінкові складники правосвідомості, а також проаналізував чинники, що спонукають військовослужбовців до порушення дисципліни або, навпаки, утримання від правопорушень [9]; Мозговий В. досліджував схильність до протиправних дій крізь призму статево-рольового статусу, гендерних типів особистості та стабільності родинних зв'язків військовослужбовця [8]; Мідіна А. та Орел О. обґрунтували правоідеологічну модель формування соціально-правової свідомості як необхідного компонента забезпечення діяльності особового складу (на прикладі НГУ) [7].

Так наприклад, Лукашенко М. зазначає, що в умовах військової служби формами девіантна поведінки є делінквентна (протиправна), адиктивна (залежна), ауто(суїцидальна) і гетероагресивна поведінка. Автор зазначає, що за відсутності психічних розладів такі порушення трактуються як патологічні вияви, зумовлені специфічною взаємодією ситуативних чинників та індивідуальних особливостей особистості. Зокрема, це стосується осіб із характерними акцентуаціями, які мають вибіркочувствливість до певних психогенних подразників [6].

Дослідники Романишин А. та Мацевко Т. пропонують класифікувати порушення нормативної поведінки військовослужбовців у воєнний час за типом норм, що ігноруються. Автори виокремлюють три рівні девіацій: асоціальна поведінка характеризується порушенням моральних, культурних або правових приписів, що не виходять за межі кримінальної відповідальності (межовий стан із протиправними діями); антисоціальна поведінка виражається у грубому ігноруванні суспільних інтересів та правових вимог (співвідноситься з поняттям делінквентності); делінквентна поведінка безпосередньо злочинна активність, що підпадає під кримінальну кваліфікацію [11, с. 7-8].

Також Романишин А. та Мацевко Т. пропонують диференціювати девіації воєнного часу за критерієм їхньої мотиваційної спрямованості, виділяючи три основні групи: *девіації, орієнтовані на отримання особистої вигоди*. До цієї категорії належать дії, спрямовані на задоволення матеріальних інтересів, реалізацію ідеологічних чи релігійних переконань або покращення умов існування (зокрема за рахунок співпраці з ворогом). Типовими прикладами є мародерство, державна зрада, бязгузтво та добровільна здача в полон; *унікаюча поведінка*. Ця група охоплює вчинки, метою

яких є самозбереження або уникнення безпосередньої участі в бойових діях. Автори включають сюди дезертирство, самоскалічення, симуляцію захворювань, а також деструктивні способи психологічної втечі, тобто зловживання психоактивними речовинами (алкоголізм, наркотизм) та суїцидальні спроби; *агресивно-насильницькі девіації*. Дана група об'єднує прояви зовнішньої агресії, де насильство виступає інструментом розв'язання внутрішніх конфліктів особистості. Це проявляється у протиправних діях щодо цивільного населення, а також у випадках фізичної агресії (вбивств чи нанесення тілесних ушкоджень) стосовно колег по службі або командного складу тощо [11, с. 8–9].

Згідно з визначенням Дичко М. девіантно-делінквентна активність військовослужбовців об'єктивується через системні порушення дисциплінарних норм. До основних проявів такої поведінки автор відносить самовільне залишення військової частини (СЗЧ), ухилення від виконання службових і навчальних завдань, а також нестатутні відносини. Автор зауважує, що ці порушення часто мають комбінований характер, проявляючись як єдиний деструктивний комплекс дій [3, с. 82].

Упродовж 2022–2024 років в Україні спостерігається істотне зростання кількості кримінальних правопорушень, передбачених статтею 407 Кримінального кодексу України. Так, кількість випадків самовільного залишення військової частини або місця служби збільшилася з 6 183 у 2022 році до 16 515 у 2023 році та досягла 66 240 у 2024 році [13, с.318].

Статтею 407 КК України передбачена відповідальність за... «самовільне залишення військової частини або місця служби військовослужбовцем, а також нез'явлення його вчасно без поважних причин на службу у разі звільнення з частини, призначення або переведення, нез'явлення з відрадження, відпустки або з лікувального закладу тривалістю понад три доби, але не більше місяця» [5].

Аналізуючи суб'єктивні чинники самовільного залишення частини (СЗЧ) Коломієць Н. та Лугина Є. вказують на те, що в основі цього правопорушення лежить усвідомлений вибір особи порушити порядок несення

служби. Військовослужбовець, маючи прямий або непрямий умисел, цілеспрямовано залишає військову частину, що свідчить про внутрішню відмову від дотримання статутних вимог та виконання професійних завдань [4, с. 583].

Згідно з підходом Головіної М., самовільне залишення частини (СЗЧ) доцільно трактувати як специфічну психологічну установку, що виникає внаслідок взаємодії зовнішніх обставин та внутрішніх переконань особистості. Як стійка готовність до певної реакції, ця установка виконує регулятивну функцію, визначаючи поведінку військовослужбовця в екстремальних умовах стресу та ризику. Цілісність даного конструкту забезпечується взаємозв'язком трьох базових компонентів: когнітивного (усвідомлення), емоційного (ставлення) та поведінкового (готовність до дії) [2].

Статсук В. зазначає, що військово-професійна активність супроводжується інтенсивними емоційними переживаннями, які трансформуються у стійкі почуття та стани. Особливої уваги потребують негативно забарвлені емоції, оскільки їхній астеничний вплив на емоційно-вольову сферу дезорганізує діяльність військовослужбовця та перешкоджає ефективному виконанню бойових завдань [14, с. 23].

Згідно з Фурсом О., індивідуально-типологічна структура саморегуляції особистості охоплює два рівні. Перший рівень представлений функціональними ланками (планування, моделювання, програмування та оцінка), що забезпечують безпосередній процес управління діяльністю. Другий рівень включає регуляторно-особистісні властивості (гнучкість, надійність, ініціативність), які визначають стиль функціонування всієї системи саморегуляції в цілому [15, с.192].

У сучасному науковому дискурсі протиправна діяльність військовослужбовців дедалі частіше аналізується крізь призму феномену емоційної дисрегуляції. Експозиція до інтенсивного бойового стресу та кумулятивна втома зумовлюють виснаження когнітивно-вольових ресурсів, що безпосередньо пов'язано з порушенням процесів диференціації та вербалізації власних емоційних станів,

зниженням здатності до прогностичної оцінки наслідків учинених дій і послабленням вольового гальмування небажаних реакцій.

Так, В. Стасюк психоемоційну саморегуляцію визначає як сукупність процесів спостереження, оцінки та модифікації емоційних реакцій, спрямованих на їх посилення або ослаблення. Вона належить до ширшого класу процесів регуляції емоцій, що охоплюють як контроль власних почуттів, так і вплив на емоційні стани інших людей у процесі міжособистісної взаємодії. Наявність розвиненої саморегуляції є необхідною умовою успішної соціалізації військовослужбовців [14].

У цьому контексті особливої актуальності набуває вивчення емоційної саморегуляції військовослужбовців із різними поведінковими профілями. Порушення усвідомлення та переробки емоцій може виступати підґрунтям імпульсивних і нормативно ризикованих реакцій, тоді як формальне збереження контролю нерідко супроводжується прихованим виснаженням регуляторних ресурсів. Тому розвиток навичок саморегуляції та профілактика емоційної дисрегуляції є необхідною умовою для збереження психологічного благополуччя особового складу, підтримання службової дисципліни та забезпечення передбачуваності й надійності військовослужбовців під час виконання службово-бойових завдань, що сприяє ефективності та безпеці військової діяльності.

**Методи та методики дослідження.** З метою забезпечення достовірності та репрезентативності отриманих емпіричних результатів дослідження здійснювалося на вибірці військовослужбовців Національної гвардії України. Було відібрано надійний і валідний психодіагностичний інструментарій, який забезпечив реалізацію

мети роботи: *Шкала труднощів емоційної регуляції (DERS)* у адаптації Л. В. Сак, З. В. Федотова для оцінки індивідуальних відмінностей у здатності до емоційної регуляції та *Отимувальник «Когнітивна регуляція емоцій» (CERO)*, автори Н. Гарнефски, В. Крайг спрямований на оцінку частоти використання когнітивних стратегій регуляції емоцій.

**Результати та дискусії.** Як зазначають Буць Д. та низка дослідників (Кокун О., Лозінська Н. та ін.), специфіка військової діяльності в умовах оперативної невизначеності та постійного стресу висуває підвищені вимоги до емоційної саморегуляції особистості. Автори підкреслюють, що професійна ефективність бійця безпосередньо залежить від його здатності зберігати стабільність у ситуаціях високої відповідальності. Водночас дефіцит емоційної стійкості розглядається як критичний чинник, що спричиняє імпульсивні реакції, помилкові рішення та загальне зниження якості виконання службових обов'язків [1].

Фундаментальне значення для розуміння механізмів психологічної стійкості мають дослідження . Garnefski N, Kraaij V., Spinhoven P., які розробили концептуальну модель когнітивної регуляції емоцій. Автори розглядають когнітивний копінг як ключову складову загальної системи емоційної саморегуляції, що полягає у свідомому управлінні емоційно-значущою інформацією. Запропонована ними класифікація охоплює дев'ять стратегій, які відображають специфіку ментальних процесів, спрямованих на трансформацію, контроль або стримування емоційних станів індивіда [16].

Результати дослідження труднощів емоційної регуляції у військовослужбовців наведено в таблиці 1.

Таблиця 1

Показники труднощів емоційної регуляції у військовослужбовців ( $M \pm m$ )

Шкали	Військовослужбовці		t	p
	Нормативна поведінка	Делінквентна поведінка (СЗЧ)		
Неприйняття емоційних реакцій	4,65 ± 0,65	3,05 ± 0,35	2,17	0,05
Труднощі із цілеспрямованою поведінкою	4,60 ± 0,55	3,20 ± 0,40	2,10	0,05
Труднощі з контролем імпульсів	2,74 ± 0,15	4,80 ± 0,90	2,26	0,05
Відсутність емоційного усвідомлення	4,58 ± 0,45	3,53 ± 0,24	2,06	0,05
Обмежений доступ до стратегій регулювання емоцій	3,20 ± 0,18	4,87 ± 0,78	2,09	0,05
Відсутність емоційної чіткості	3,05 ± 0,17	4,68 ± 0,70	2,26	0,05

Шкала «Неприйняття емоційних реакцій» відображає схильність до негативних вторинних емоційних реакцій або неприйняття власних переживань. Військовослужбовці з нормативною поведінкою мають показник  $4,65 \pm 0,65$ , що достовірно вище ( $t = 2,17$ ;  $p \leq 0,05$ ), ніж у групі з делінквентною поведінкою ( $3,05 \pm 0,35$ ). Це вказує на те, що військовослужбовці з нормативною поведінкою частіше схильні заперечувати власні емоції, відчуючи провину або сором за свій психологічний стан, що створює передумови для внутрішньої напруги.

Шкала «Труднощі із цілеспрямованою поведінкою» характеризує здатність зберігати цілеспрямованість та виконувати завдання під час переживання негативних емоцій. У військовослужбовців з нормативною поведінкою цей показник становить  $4,60 \pm 0,55$ , тоді як у військовослужбовців з делінквентною поведінкою  $3,20 \pm 0,40$  ( $t = 2,10$ ;  $p \leq 0,05$ ). Вищий бал у першій групі свідчить про значні зусилля, які вони витрачають на утримання концентрації, тому емоційне збудження стає суттєвою перешкодою для їхньої професійної діяльності, вимагаючи додаткових ресурсів саморегуляції.

Шкала «Труднощі з контролем імпульсів» демонструє здатність зберігати контроль над поведінкою в стані стресу. Військовослужбовці з делінквентною поведінкою мають вищий бал ( $4,80 \pm 0,90$  порівняно з військовослужбовцями з нормативною поведінкою  $2,74 \pm 0,15$ , при  $t = 2,26$ ;  $p \leq 0,05$ ), що підтверджує їхню схильність до швидких, недостатньо обміркованих дій під впливом інтенсивних емоцій. Це корелює з фактом здійснення ними самовільного залишення частини як акту поведінкової розрядки.

Шкала «Відсутність емоційного усвідомлення» відображає здатність особистості усвідомлювати власні емоційні стани та помічати, що саме вона відчуває у конкретний момент. Показник у військовослужбовців із нормативною поведінкою становить  $4,58 \pm 0,45$ , що достовірно перевищує показник у військовослужбовців з делінквентною поведінкою ( $3,53 \pm 0,24$ ;  $t = 2,06$ ;  $p \leq 0,05$ ). Це свідчить про те, що військовослужбовці з нормативною поведінкою частіше «відключають» увагу від

власних емоцій, використовуючи це як стратегічний механізм захисту від емоційного перевантаження. Така тенденція дозволяє їм функціонувати у високостресових умовах, підтримуючи дисципліну та виконуючи службові обов'язки без надмірного впливу негативних почуттів. Проте подібне пригнічення емоційної усвідомленості має двоякий ефект. З одного боку, воно сприяє стійкості та концентрації на завданнях у бойових умовах, зменшуючи ризик імпульсивних реакцій. З іншого боку, тривале ігнорування власних почуттів може створювати внутрішню напругу, підвищувати рівень стресу та румінацій, а також обмежувати здатність своєчасно розпізнавати ознаки психологічного виснаження.

Шкала «Обмежений доступ до стратегій регулювання емоцій» характеризує здатність застосовувати ефективні способи управління емоціями. Військовослужбовці з делінквентною поведінкою мають вищий показник  $4,87 \pm 0,78$  порівняно з нормативною групою  $3,20 \pm 0,18$  ( $t = 2,09$ ;  $p \leq 0,05$ ), що відображає дефіцит адаптивних стратегій, складність ефективно керувати своїми емоціями та підвищує ризик імпульсивних рішень і деструктивної поведінки під час стресових ситуацій. Нездатність мобілізувати когнітивні або поведінкові ресурси для подолання негативних переживань часто призводить до хаотичних реакцій та психологічного уникнення проблеми через поведінкову активність.

Шкала «Відсутність емоційної чіткості» визначає ступінь розуміння власних емоцій. Показник у військовослужбовців з делінквентною поведінкою  $4,68 \pm 0,70$  перевищує показник у військовослужбовців з нормативною поведінкою  $3,05 \pm 0,17$  ( $t = 2,26$ ;  $p \leq 0,05$ ). Це свідчить про емоційну дезорієнтацію та неможливість чітко визначити свій психологічний стан, що ускладнює вибір адекватних стратегій реагування.

Виявлені показники свідчать, що у військовослужбовців з нормативною поведінкою характерна тенденція до свідомого пригнічення емоцій та підтримання контролю над поведінкою через внутрішній контроль. Натомість у військовослужбовців з делінквентною поведінкою домінує імпульсивність, низька

емоційна чіткість і дефіцит стратегій регулювання, що формує схильність до деструктивної поведінки та порушень дисципліни.

Далі нами досліджена специфіка когнітивної регуляції у військовослужбовців, результати наведено в таблиці 2.

За шкалою «Прийняття» достовірно вищі показники зафіксовано у військовослужбовців із нормативною поведінкою ( $14,50 \pm 1,60$ ) порівняно з групою з делінквентною поведінкою ( $10,20 \pm 0,95$ ) при  $t=2,31$ ;  $p \leq 0,05$ . Це свідчить про більшу здатність військовослужбовців з нормативною поведінкою приймати складні обставини бойової служби та адаптуватися до них без надмірного емоційного опору, тоді як у військовослужбовців з делінквентною поведінкою низьке прийняття реальності може сприяти поведінковому протесту.

За шкалою «Позитивне перефокусування» виявлено статистично значущі відмінності на користь військовослужбовців із делінквентною поведінкою ( $13,20 \pm 1,05$ ) порівняно з нормативною групою ( $10,15 \pm 0,75$ ) при  $t = 2,36$ ;  $p \leq 0,05$ . Це вказує на те, що порушники дисципліни частіше дистанціюються від стресу через переключення уваги на приємні думки, використовуючи когнітивне уникнення для зменшення психологічного дискомфорту. Натомість низький показник у військовослужбовців з нормативною поведінкою свідчить про їхню когнітивну зосередженість на небезпеці, що обмежує можливість для емоційного розвантаження.

За шкалою «Фокусування на плануванні» спостерігається значуща перевага у військовослужбовців з нормативною поведінкою

( $14,44 \pm 1,52$ ) порівняно з військовослужбовцями із делінквентною поведінкою ( $11,05 \pm 0,70$ ) при  $t=2,03$ ;  $p \leq 0,05$ . Це свідчить про активне використання раціональних стратегій подолання стресу шляхом розробки конкретних планів дій, що забезпечує контроль над поведінкою в кризових ситуаціях. Також це підтверджує, що базовим механізмом стійкості для першої групи є раціоналізація стресу через розробку конкретних алгоритмів дій, у той час як дефіцит планування у військовослужбовців із делінквентною поведінкою робить їхню поведінку в кризових ситуаціях хаотичною.

За шкалою «Позитивна переоцінка» виявлено, що військовослужбовці з нормативною поведінкою мають вищі показники ( $14,78 \pm 1,61$ ) порівняно з військовослужбовцями із делінквентною поведінкою ( $11,30 \pm 0,50$ ) при  $t = 2,06$ ;  $p \leq 0,05$ . Це вказує на схильність військовослужбовці з нормативною поведінкою переосмислювати труднощі як корисний досвід або випробування, що сприяє збереженню високої мотивації до служби.

За шкалою «Розгляд у перспективі» вищі показники зафіксовано у військовослужбовців з нормативною поведінкою ( $14,60 \pm 1,58$ ) порівняно з делінквентною групою ( $10,30 \pm 0,83$ ) при  $t=2,41$ ;  $p \leq 0,05$ . Це свідчить про здатність військовослужбовців знижувати значущість поточних травмуючих подій через їх порівняння з масштабнішими цілями, тоді як для військовослужбовців із делінквентною поведінкою характерна фіксація на миттєвому дискомфорті.

За шкалою «Румінації» зафіксовано суттєве переважання показників у військовослужбов-

Таблиця 2

Показники когнітивної регуляції у військовослужбовців ( $M \pm m$ )

Шкали	Військовослужбовці		t	p
	Нормативна поведінка	Делінквентна поведінка (СЗЧ)		
Прийняття	$14,50 \pm 1,60$	$10,20 \pm 0,95$	2,31	0,05
Позитивне перефокусування	$10,15 \pm 0,75$	$13,20 \pm 1,05$	2,36	0,05
Фокусування на плануванні	$14,44 \pm 1,52$	$11,05 \pm 0,70$	2,03	0,05
Позитивна переоцінка	$14,78 \pm 1,61$	$11,30 \pm 0,50$	2,06	0,05
Розгляд в перспективі	$14,60 \pm 1,58$	$10,30 \pm 0,83$	2,41	0,05
Самозвинування	$9,40 \pm 0,65$	$9,10 \pm 0,20$	0,44	-
Румінації	$14,10 \pm 1,45$	$10,40 \pm 0,60$	2,36	0,05
Катастрофізація	$9,80 \pm 0,44$	$14,40 \pm 1,60$	2,77	0,05
Звинування інших	$9,10 \pm 0,14$	$14,45 \pm 1,70$	3,14	0,05

ців із нормативною поведінкою ( $14,10 \pm 1,45$ ) порівняно з військовослужбовцями із делінквентною поведінкою ( $10,40 \pm 0,60$ ) при  $t=2,36$ ;  $p \leq 0,05$ . Це відображає схильність військовослужбовців із нормативною поведінкою часто «переживувати» негативні події в думках, що підвищує внутрішню напругу, проте сприяє когнітивному аналізу ситуацій.

За шкалою «Катастрофізація» достовірно вищі показники виявлено у військовослужбовців із делінквентною поведінкою ( $14,40 \pm 1,60$ ) порівняно з нормативною групою ( $9,80 \pm 0,44$ ) при  $t=2,77$ ;  $p \leq 0,05$ . Це свідчить про тенденцію до перебільшення загрози, що формує когнітивне підґрунтя для ухвалення імпульсивних рішень та стає безпосереднім когнітивним приводом для втечі у військовослужбовців із делінквентною поведінкою.

За шкалою «Звинувачення інших» вищі показники зафіксовано у військовослужбовців із делінквентною поведінкою ( $14,45 \pm 1,70$ ) порівняно з нормативною ( $9,10 \pm 0,14$ ) при  $t=3,14$ ;  $p \leq 0,05$ . Це вказує на екстернальний тип регуляції, коли військовослужбовці перекладають відповідальність за власний стан на командування або обставини, що виправдовує їхню делінквентну поведінку.

Отже, отримані результати свідчать, що військовослужбовці із нормативною поведінкою переважно використовують адаптивні когнітивні стратегії прийняття, фокусування на плануванні, позитивну переоцінку, розгляд ситуації у перспективі, що забезпечує контроль поведінки, раціоналізацію емоцій та здатність прогнозувати наслідки дій. Водночас підвищений рівень румінацій вказує на внутрішню психоемоційну напругу, що потребує розвитку навичок емоційного розвантаження. У групі військовослужбовців з делінквентною поведінкою домінують дезадаптивні стратегії катастрофізація, звинувачення інших та позитивне перефокусування. Такі когнітивні патерни відображають екстернальний стиль регуляції, когнітивне уникнення стресу та тенденцію до імпульсивних дій, що формує психологічне підґрунтя для самовільного залишення частини.

**Висновки.** Результати дослідження засвідчили, що емоційна дисрегуляція виступає спільним детермінантом поведінки військовослужбовців, однак її функціональна спрямова-

ність суттєво варіює залежно від адаптивного вектора особистості. У військовослужбовців із делінквентною поведінкою зафіксовано вищі показники імпульсивності та низького розуміння емоцій, що свідчить про емоційну дезорієнтацію, труднощі ідентифікації переживань і схильність до поведінкової розрядки. У військовослужбовців з нормативною поведінкою виявлено підвищені показники невизнання емоцій, труднощів збереження цілеспрямованості під впливом емоцій і браку усвідомлення емоційних станів, що відображає тенденцію до свідомого дистанціювання від емоційної сфери та функціонування за рахунок посиленого внутрішнього контролю.

Показано, що для військовослужбовців з нормативною поведінкою характерне домінування умовно адаптивних когнітивних стратегій прийняття, фокусування на плануванні, позитивної переоцінки та розгляду ситуації у перспективі. Такий патерн відображає інтернально орієнтований стиль подолання стресу, заснований на раціоналізації переживань і свідомому утриманні поведінкового контролю. Водночас підвищений рівень румінацій у цій групі вказує на значну внутрішню психоемоційну напругу, що компенсується за рахунок когнітивного перевантаження. Натомість у військовослужбовців з делінквентною поведінкою спостерігається домінування дезадаптивних когнітивних стратегій катастрофізації, звинувачення інших та підвищеного позитивного перефокусування як форми психологічного уникнення. Така конфігурація відображає екстернальний тип регуляції, когнітивну гіперболізацію загрози та схильність до швидкого емоційного розвантаження через поведінкові реакції. Поєднання перебільшення небезпеки з перекладанням відповідальності формує психологічне підґрунтя для імпульсивних рішень і зниження нормативного контролю.

Отже, профілактика порушень військової дисципліни потребує диференційованого підходу: для військовослужбовців із нормативною поведінкою доцільним є розвиток емоційної усвідомленості та навичок психоемоційного розвантаження, тоді як для військовослужбовців із делінквентною поведінкою важливим є формування стратегій раціонального планування та корекція катастрофічного мислення.

**Список використаних джерел**

1. Буць Д. Емпіричне дослідження психологічних особливостей емоційної стабільності військовослужбовців державної прикордонної служби України. *Молодий вчений*, № 6 (137), 2025. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2025-6-137-21>
2. Головіна М. В. Соціально-психологічні чинники самовільного залишення військових частин військовослужбовцями в умовах війни. *Психологія безпеки* № 1 (1), 2025. С. 68–86 DOI : <https://doi.org/10.33405/3083-7235/2025/1/1/348256>
3. Дичко М. В., Гачак-Величко Л. А., Роліук О. В. Психологічні особливості девіантної поведінки військовослужбовців. *Габітус*. Вип. 33, 2022. С.80–85 DOI : <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.33.14>
4. Коломієць Н. В., Лугина Є. Ю. Кримінально-правова характеристика самовільного залишення військової частини або місця служби. Аналіз об'єктивних і суб'єктивних ознак. Аналітично-порівняльне правознавство №2, 2024. С.579-584. DOI : <https://doi.org/10.24144/2788-6018.2024.02.98>
5. Кримінальний кодекс України: Кодекс України від 05.04.2001 № 2341-III : станом на 1 лютого 2025 р. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2341-14#Text> (дата звернення: 10.02.2026).
6. Лукашенко М. Ю. Травматичний досвід військових дій як чинник девіантної поведінки. *Юридична психологія*. №1 (24), 2019. С.32–38. DOI : <https://doi.org/10.33270/03192401.32>
7. Мідіна А. С., Орел О. В. Правоідеологічна модель формування соціально-правової свідомості військовослужбовців як компонент соціально-правового забезпечення діяльності особового складу Національної гвардії України. *ScienceRise: Juridical Science*. № 3 (21), 2022. С. 16–21. URL : [https://journals.urau.ua/sr\\_law/issue/view/15883](https://journals.urau.ua/sr_law/issue/view/15883) (дата звернення : 03.03.2026).
8. Мозговий В. І. Вивчення особистості військовослужбовців, схильних до делінквентної поведінки в контексті порушення їх статево-рольового статусу та родинних зв'язків. *Теорія і практика сучасної психології*. № 4 , 2018. С. 23–28. URL : <https://tpsp-journal.kpu.zp.ua/4-2018> (дата звернення : 15.01.2026).
9. Пашенко А. Особливості правосвідомості військовослужбовців Національної гвардії України як чинник делінквентної поведінки. *Честь і Закон*, 4 (83), 2022. С. 134–143. DOI : <https://doi.org/10.33405/2078-7480/2022/4/83/272340>
10. Приходько І. І., Байда М. С. Теоретичні аспекти адиктивної поведінки військовослужбовців. *Честь і закон*. № 3 (66), 2018. С.67–74. URL : [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Chiz\\_2018\\_3\\_11](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Chiz_2018_3_11) (дата звернення : 01.02.2026)
11. Романишин А. М., Мацевко Т. М. Профілактика відхильної поведінки у військовослужбовців: навч. посіб. Київ: ВИД. ДІМ «СКІФ», 2023. 174 с. URL : <https://surl.li/aoytvl> (дата звернення : 27.01.2026)
12. Сак Л. В., Федотова З. В. Крос-культурна адаптація та валідація україномовної версії шкали труднощів емоційної регуляції DERS: апробація у хворих підлітків на нервову анорексію та їх батьків/опікунів. *Психіатрія, неврологія та медична психологія*, 21, 2023, С. 38–45. DOI : <https://doi.org/10.26565/2312-5675-2023-21-05>
13. Сперкач Н. А., Депутат Є. В., Петрук В. П. Дезертирство та самовільне залишення військової частини або місця служби: особливості кримінологічної характеристики. *Успіхи і досягнення у науці* № 5(15), 2025. С.311–322. DOI : [https://doi.org/10.52058/3041-1254-2025-5\(15\)-311-322](https://doi.org/10.52058/3041-1254-2025-5(15)-311-322)
14. Стасюк В. В. Основні негативні емоційні стани військовослужбовця у процесі військово-професійної діяльності. *Вісник Київського національного університету ім. Тараса Шевченка*. № 27, 2012. С. 15–19. URL : [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKNU\\_vsn\\_2012\\_27\\_9](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKNU_vsn_2012_27_9) (дата звернення 24.01.2026)
15. Фурс О. Проблема психічної саморегуляції військових фахівців у психологічній теорії та практиці. *Організаційна психологія. Економічна психологія*, 37(4), 2025. С.188–195. DOI : <https://doi.org/10.31108/2.2025.4.37.17>
16. Garnefski N., Kraaij V., Spinhoven P. Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*. № 30, 2001. P. 1311–1327. DOI : [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00113-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00113-6)

**References**

1. Buts, D. (2025). Empirical study of psychological features of emotional stability of servicemen of the State Border Guard Service of Ukraine. *Molodyi vchenyi – Young Scientist*, 6(137). <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2025-6-137-21> [in Ukrainian].
2. Holovina, M. V. (2025). Socio-psychological factors of unauthorized leaving of military units by servicemen in wartime. *Psychology of Security*, 1(1), 68–86. <https://doi.org/10.33405/3083-7235/2025/1/1/348256> [in Ukrainian].
3. Dychko, M. V., Hachak-Velychko, L. A., & Roliuk, O. V. (2022). Psychological features of deviant behavior of servicemen. *Habitus – Habitus*, 33, 80–85. <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.33.14> [in Ukrainian].

4. Kolomiets, N. V., & Luhyna, Ye. Yu. (2024). Kryminalno-pravova kharakterystyka samovilnoho zalyshennia viiskovoi chastyny abo mistsia sluzhby. Analiz obiektyvnykh i subiektyvnykh oznak [Criminal law characteristics of unauthorized leaving of a military unit or place of service: analysis of objective and subjective features]. *Analitichno-porivnialne pravoznavstvo – Analytical and Comparative Jurisprudence*, 2, 579–584. <https://doi.org/10.24144/2788-6018.2024.02.98> [in Ukrainian].
5. Kryminalnyi kodeks Ukrainy: Kodeks Ukrainy vid 05.04.2001 № 2341-III (2025) [Criminal Code of Ukraine]. Retrieved February 10, 2026, from <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2341-14#Text> [in Ukrainian].
6. Lukashenko, M. Yu. (2019). Travmatychnyi dosvid viiskovykh dii yak chynnyk deviantnoi povedinky [Traumatic experience of military actions as a factor of deviant behavior]. *Yurydychna psykholohiia – Legal Psychology*, 1(24), 32–38. <https://doi.org/10.33270/03192401.32> [in Ukrainian].
7. Midina, A. S., & Orel, O. V. (2022). Pravoideolohichna model formuvannia sotsialno-pravovoi svidomosti viiskovosluzhbovtziv yak komponent sotsialno-pravovoho zabezpechennia diialnosti osobovoho skladu Natsionalnoi hvardii Ukrainy [Legal-ideological model of formation of socio-legal consciousness of servicemen as a component of social and legal support of the National Guard of Ukraine personnel]. *ScienceRise: Juridical Science – ScienceRise: Juridical Science*, 3(21), 16–21. Retrieved March 3, 2026, from [https://journals.urau.ua/sr\\_law/issue/view/15883](https://journals.urau.ua/sr_law/issue/view/15883) [in Ukrainian].
8. Mozghovyi, V. I. (2018). Vyvchennia osobystosti viiskovosluzhbovtziv, skhyllykh do delinkventnoi povedinky v konteksti porushennia yikh statevo-rolovoho statusu ta rodynnykh zviazkiv [Study of the personality of servicemen prone to delinquent behavior in the context of violation of their gender-role status and family ties]. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii – Theory and Practice of Modern Psychology*, 4, 23–28. Retrieved January 15, 2026, from <https://tsp-journal.kpu.zp.ua/4-2018> [in Ukrainian].
9. Pashchenko, A. (2022). Osoblyvosti pravosvidomosti viiskovosluzhbovtziv Natsionalnoi hvardii Ukrainy yak chynnyk delinkventnoi povedinky [Features of legal consciousness of servicemen of the National Guard of Ukraine as a factor of delinquent behavior]. *Chest i zakon – Honor and Law*, 4(83), 134–143. <https://doi.org/10.33405/2078-7480/2022/4/83/272340> [in Ukrainian].
10. Prykhodko, I. I., & Baida, M. S. (2018). Teoretychni aspekty adyktivnoi povedinky viiskovosluzhbovtziv [Theoretical aspects of addictive behavior of servicemen]. *Chest i zakon – Honor and Law*, 3(66), 67–74. Retrieved February 1, 2026, from [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Chiz\\_2018\\_3\\_11](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Chiz_2018_3_11) [in Ukrainian].
11. Romanyshyn, A. M., & Matsevko, T. M. (2023). Profilaktyka vidkhylnoyi povedinky u viiskovosluzhbovtziv [Prevention of deviant behavior in servicemen]. Kyiv: Vyd. dim “SKIF”. Retrieved January 27, 2026, from <https://surl.li/aoytvl> [in Ukrainian].
12. Sak, L. V., & Fedotova, Z. V. (2023). Kros-kulturna adaptatsiia ta validyzatsiia ukrainomovnoi versii shkaly trudnoshchiv emotsiinoi rehuliatcii DERS: aprobatciia u khvorykh pidlitkiv na nervovu anoreksiiu ta yikh batkiv/opikuniv [Cross-cultural adaptation and validation of the Ukrainian version of the DERS emotional regulation difficulties scale: testing in adolescents with anorexia nervosa and their parents/guardians]. *Psykhiatriia, nevrolohiia ta medychna psykholohiia – Psychiatry, Neurology and Medical Psychology*, 21, 38–45. <https://doi.org/10.26565/2312-5675-2023-21-05> [in Ukrainian].
13. Sperekach, N. A., Deputat, Ye. V., & Petruk, V. P. (2025). Dezertyrstvo ta samovilne zalyshennia viiskovoi chastyny abo mistsia sluzhby: osoblyvosti kryminolohichnoi kharakterystyky [Desertion and unauthorized leaving of a military unit or place of service: features of criminological characteristics]. *Uspikhy i dosiahnennia u nauksi – Advances and Achievements in Science*, 5(15), 311–322. [https://doi.org/10.52058/3041-1254-2025-5\(15\)-311-322](https://doi.org/10.52058/3041-1254-2025-5(15)-311-322) [in Ukrainian].
14. Stasiuk, V. V. (2012). Osnovni nehatyvni emotsiini stany viiskovosluzhbovtzia u protsesi viiskovo-profesiinoi diialnosti [Main negative emotional states of a serviceman in the process of military-professional activity]. *Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka – Bulletin of Taras Shevchenko National University of Kyiv*, 27, 15–19. Retrieved January 24, 2026, from [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKNU\\_vsn\\_2012\\_27\\_9](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKNU_vsn_2012_27_9) [in Ukrainian].
15. Furs, O. (2025). Problema psykhičnoi samorehuliatcii viiskovykh fakhivtsiv u psykholohichnii teorii ta praktytsi [The problem of mental self-regulation of military specialists in psychological theory and practice]. *Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia – Organizational Psychology. Economic Psychology*, 4(37), 188–195. <https://doi.org/10.31108/2.2025.4.37.17> [in Ukrainian].
16. Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311–1327. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00113-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00113-6)

Дата першого надходження статті до видання: 15.02.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 17.03.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 15.05.2026