

## Анотація

У даному дослідженні представлено теоретичний огляд явища копінг стратегій та феномену резильєнтності військових курсантів та аспектів взаємозв'язків копіngu та рівня резильєнтності в курсантів, а також на базі теоретичного матеріалу було проведене власне емпіричне дослідження особливостей копіngu у курсантів з різним рівнем резильєнтності. В результаті у дослідженні взяли участь 81 курсант Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного. Загалом у дослідженні взяли участь 52 юнаки та 29 дівчат різних напрямків підготовки.

Згідно отриманих кореляційних зв'язків було зафіксовано, що особи з високим рівнем резильєнтності частіше застосовують копінг-стратегії активного подолання та планування, разом з тим, люди, яким притаманна екстравертованість та добросовісність зазвичай краще оговтуються від дії стресових ситуацій, а отже є більш резильєнтними.

Досить очікуваним виявилось те, що вищу резильєнтність визначає відчуття задоволеності базової потреби в компетентності. Окрім того, на резильєнтність впливає відчуття задоволеності потреби в приналежності.

Важливим є вплив високого рівня позитивного афекту у відношенні війни та високого рівня позитивного афекту стосовно майбутнього на рівень резильєнтності опитуваних курсантів. Це говорить про те, що курсанти які переживають оптимістичні емоції, налаштовані на активну взаємодію стосовно актуальної ситуації, а також мають позитивні очікування стосовно майбутнього мають вищий рівень резильєнтності.

Було виявлено, що особи, які не зазнали травматичного досвіду внаслідок бойових дій та війни загалом, частіше вдаються до виливу негативних емоцій та думок назовні, а особи, які пережили його схильні менше виливати негатив назовні та тримати його у собі. До того ж було виявлено, що жінки частіше ніж чоловіки в стресових ситуаціях вдаються до активних дій щодо переборювання стресової ситуації, та частіше діляться емоціями з оточенням, очікуючи його підтримки. Чоловіки ж у свою чергу частіше

заперечують наявність стресової ситуації та її негативний вплив, всіляко уникають згадок та речей, що нагадують стресову ситуацію та частіше вдаються до застосування заспокійливих, що також може являти собою застосування алкоголю, нікотину та інших речовин, що змінюють фізіологічні відчуття.

**Ключові слова:** копінг-стратегія, резильєнтність, стресостійкість, стрес, військові, курсанти, копінг.

### **Abstract**

This study presents a theoretical overview of the phenomenon of coping strategies and the phenomenon of resilience of military cadets and aspects of the interrelationships of coping and the level of resilience in cadets, and based on the theoretical material, an empirical study of the peculiarities of coping in cadets with different levels of resilience was conducted. As a result, 81 cadets of the National Academy of Land Forces named after Hetman Petro Sahaidachny took part in the study. In total, 52 young men and 29 girls from various fields of training took part in the study.

According to the obtained correlations, it was recorded that individuals with a high level of resilience more often use coping strategies of active coping and planning, along with the fact that people who are characterized by extroversion and conscientiousness usually recover better from the effects of stressful situations, and therefore are more resilient. It turned out to be quite expected that higher resilience is determined by the feeling of satisfaction of the basic need for competence. In addition, resilience is influenced by the satisfaction of the need for belonging.

Important connections are the influence of a high level of positive affect regarding the war and a high level of positive affect regarding the future on the level of resilience of the interviewed cadets. This suggests that cadets who experience optimistic emotions, are tuned to active interaction regarding the current situation, and also have positive expectations regarding the future have a higher level of resilience.

Also, as a result of the comparative analysis, it was found that persons who did not undergo a traumatic experience as a result of hostilities and war in general, more often resort to the outpouring of negative emotions and thoughts, and persons who experienced it tend to pour out negativity less and keep it in themselves . In addition, it was found that women more often than men in stressful situations resort to active actions to overcome the stressful situation, and more often share emotions with others, expecting their support. Men, on the other hand, more often deny the presence of a stressful situation and its negative impact, avoid mentions and things reminiscent of a stressful situation and more often resort to the use of sedatives, which can also be the use of alcohol, nicotine and other substances that change physiological sensations.

**Key words:** coping strategy, resilience, vitality, stress resistance, stress, military, cadets, coping, COPE, HEXACO.