

КИЇВСЬКИЙ ІНСТИТУТ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему:

Психологічні особливості особистості військових через призму нанесення татуювань

Здобувача (ки) 2 курсу ПМ-231 групи
Спеціальності 053 Психологія
Освітньо-професійна програма
Клінічна психологія
Александренко М.О.
(прізвище та ініціали)
Керівники
д.психол.н.,проф
Завязкіна Н.В.
д.філософії(Phd)
Ряховська Т.Л.
(вчене звання, науковий ступінь, прізвище та ініціали)

Робота рекомендована до захисту
рішенням кафедри клінічної психології та кафедри соціальної психології

Протокол № 10 від « 23» червня 2025р.

Зав. кафедри клінічної психології

д.психол.н., с.н.с., Лисенко І.П.
підпис (наукова ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я, по батькові)

Зав. кафедри соціальної психології

к.психол.н., Трофімова Д.О.
підпис (наукова ступінь, вчене звання, прізвище, ім'я, по батькові)

Київ–2025

АНОТАЦІЯ

Дипломна робота присвячена вивченню психологічних особливостей особистості військовослужбовців у контексті наявності татуювань, з метою виявлення зв'язків між особистісними характеристиками, рівнем сприйнятого стресу, копінг-стратегіями та мотиваційними чинниками нанесення татуювань. У рамках теоретичного аналізу висвітлено значення адаптаційних механізмів та копінг-поведінки для ефективного функціонування особистості у бойових умовах, окреслено риси, які сприяють стійкості військових, зокрема сумлінність, емоційна стабільність та екстраверсія. Особлива увага приділена аналізу татуювань як феномену символічної саморегуляції, що дозволяє інтегрувати травматичний досвід, виразити ідентичність, зміцнити внутрішню стійкість і створити символічний зв'язок із бойовими переживаннями.

У межах емпіричного дослідження проведено порівняльний аналіз військовослужбовців із татуюваннями та без, який засвідчив статистично значущі відмінності в особистісних рисах, рівні сприйнятого стресу та домінуючих копінг-стратегіях. Татуйовані військові характеризуються вищим рівнем стресу, частішим використанням емоційно-орієнтованого копінгу, більшою відкритістю до емоційного вираження, схильністю до імпульсивності та пошуку новизни. У нетатуйованих респондентів простежується тісніший зв'язок між копінг-стратегіями та когнітивними переконаннями, а також більш гармонійна взаємодія між особистісними рисами і стратегіями подолання стресу. Також було проаналізовано смислові аспекти татуювань: виявлено, що позитивні емоції, асоційовані з тату, пов'язані з високою самооцінкою та вірою у справедливість, тоді як негативні емоції – з релігійністю та фокусом на проблемно-орієнтовану поведінку. Ці результати свідчать про складний багатовимірний характер ставлення до татуювань та їхню роль у формуванні адаптивних механізмів.

Загалом результати дослідження дозволяють говорити про татуювання як про психологічний індикатор і водночас інструмент, що відображає та впливає на способи подолання стресу, особистісну структуру та механізми інтеграції

бойового досвіду. Отримані дані можуть бути використані в роботі військових психологів для кращого розуміння внутрішнього світу військовослужбовців, їхніх ресурсів і вразливих місць, а також для розробки індивідуалізованих програм психологічної підтримки й адаптації після бойових дій.

Ключові слова: військовослужбовці, татуювання, особистісні риси, стрес, копінг-стратегії, смислові переконання, психологічна адаптація, самовираження, ідентичність.

ЗМІСТ

АНОТАЦІЯ	1
ВСТУП	6
РОЗДІЛ I.ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ ВІЙСЬКОВИХ ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ НАНЕСЕННЯ ТАТУЮВАНЬ	12
1.1. Психологічні характеристики військовослужбовців: особистісні особливості та адаптація до стресу	12
1.2. Копінг-стратегії у військових: сутність, класифікація та роль у подоланні стресу.....	23
1.3. Татуювання як смисловий і психологічний феномен у військових	30
Висновки до розділу I	36
РОЗДІЛ II.ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ ВІЙСЬКОВИХ ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ НАНЕСЕННЯ ТАТУЮВАНЬ.....	40
2.1. Дизайн емпіричного дослідження	40
2.2. Обґрунтування доцільності обраних методик	41
2.3. Опис вибірки.....	45
Висновки до розділу II.....	57
РОЗДІЛ III.АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ ВІЙСЬКОВИХ ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ НАНЕСЕННЯ ТАТУЮВАНЬ	59
3.1. Первинний аналіз результатів емпіричного дослідження	59
3.2. Аналіз взаємозв'язку психологічних і символічних аспектів татуювань у контексті наявності військового досвіду	65
3.3. Аналіз відмінностей груп респондентів-військових з татуюваннями та без за досліджуваними психологічними характеристиками	74
3.4. Аналіз порівняння особливостей взаємозв'язків досліджуваних психологічних характеристик у військових з татуюваннями та без них	78

3.5. Рекомендації щодо психологічної підтримки військовослужбовців через призму татуювань.....	85
Висновки до розділу III	86
ВИСНОВКИ.....	92
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	95
ДОДАТКИ.....	105

ВСТУП

Обґрунтування актуальності теми: Військова служба, особливо в умовах активних бойових дій, є одним із найсильніших чинників психологічної трансформації особистості. Перебування в умовах постійного ризику, необхідність прийняття швидких рішень, втрати товаришів і власний досвід виживання формують особливий психологічний стан військових, який суттєво відрізняється від досвіду цивільного життя. Війна змінює систему цінностей, пріоритети, емоційну регуляцію та способи адаптації до стресу. Військові, які повертаються із зони бойових дій, нерідко стикаються з труднощами у поверненні до мирного життя, адже їхня психіка проходить складні етапи перебудови.

Одним із аспектів, що відображає ці внутрішні зміни, є нанесення татуювань, які у військових мають відмінне значення порівняно з цивільним населенням. Для військовослужбовців татуювання є не просто естетичним вибором чи модним трендом – вони часто мають глибокий символічний, психологічний та адаптаційний зміст. Це може бути засіб збереження спогадів про бойові події, спосіб увічнення загиблих побратимів, відображення власного бойового шляху чи маркер пережитої трансформації. Війна позбавляє людей колишньої ідентичності, змушуючи їх переосмислювати себе, і татуювання стають способом зафіксувати цей новий досвід.

Бойові умови вимагають від військових розвитку стійких копінг-стратегій, які допомагають їм адаптуватися до екстремального стресу, зберігати психологічну рівновагу та залишатися функціональними в критичних ситуаціях. Відмінною рисою військових є необхідність швидко приймати рішення, діяти рішуче і зберігати контроль над ситуацією, що згодом може впливати на їхні моделі поведінки, емоційну сферу та самосприйняття. Татуювання, як особливий символічний акт, можуть виконувати роль психологічного механізму адаптації, допомагаючи інтегрувати бойовий досвід у власну ідентичність.

На відміну від цивільних, для яких татуювання є здебільшого елементом самовираження або модної тенденції, у військових вони можуть виконувати психологічно компенсаторну функцію. Це своєрідний спосіб закріплення внутрішньої сили, подолання страху, увічнення бойового братерства та відображення зміненого світогляду. У деяких випадках татуювання можуть слугувати як інструмент трансформації травматичного досвіду, дозволяючи людині перевести емоційну біль у фізичний маркер, що символізує її стійкість і виживання.

Попри поширення татуювань серед військових, їхній зв'язок із особистісними характеристиками, копінг-стратегіями та загальною адаптацією до життя після бойових дій залишається малодослідженим. Не зрозуміло, які саме психологічні риси впливають на рішення про нанесення татуювань, які адаптаційні механізми відіграють ключову роль у цьому процесі, і чи справді татуювання можуть бути частиною психологічного самозцілення військовослужбовців.

Таким чином, дослідження цього феномену дозволяє глибше зрозуміти психологічні трансформації військових через призму татуювань, виявити їхній зв'язок із адаптацією до бойового стресу та подальшим поверненням до мирного життя. Це має не лише наукову значущість, а й практичну цінність, адже може допомогти у розробці психологічних програм підтримки військових, особливо у сфері роботи з бойовими травмами, посттравматичним стресовим розладом (ПТСР) та реінтеграцією після війни.

Теоретико-методологічна основа дослідження:

Одним із ключових елементів, що впливають на здатність військових адаптуватися до стресових ситуацій, є їхні особистісні риси, зокрема такі характеристики, як екстраверсія, сумлінність, доброзичливість, нейротизм, відкритість до досвіду. У контексті моделі «Великої п'ятірки» (Big Five), яка широко застосовується в психологічних дослідженнях, ці риси мають значний вплив на здатність людини справлятися зі стресом. Психологічна адаптація

військовослужбовців до бойових умов вимагає здатності ефективно використовувати копінг-стратегії.

Поняття копінгу, запропоноване Р. Лазарусом і С. Фолкманом, поділяє копінг-стратегії на дві основні групи: проблемно-орієнтовані (активні) та емоційно-орієнтовані (пасивні). У військових умовах ефективність копінг-стратегії залежить від її здатності зберігати продуктивність і психологічне здоров'я в умовах стресу. Дослідження показують, що військовослужбовці частіше обирають активні копінг-стратегії, спрямовані на підтримку контролю над ситуацією, однак використання пасивних стратегій також може мати місце за умов надмірного психологічного навантаження.

Татуювання військовослужбовців часто мають не лише естетичну, але й символічну, а подекуди терапевтичну функцію. У рамках теорії символічної інтеракції татуювання розглядається як форма вираження внутрішніх переживань, що може відображати такі елементи, як патріотизм, вшанування пам'яті товаришів, персональний життєвий досвід або навіть стресові події, пов'язані з військовою службою. У сучасній військовій культурі татуювання також можуть сприяти формуванню соціальної ідентичності та забезпечувати додаткову моральну підтримку.

Об'єкт дослідження: психологічні особливості особистості військовослужбовців.

Предмет дослідження: психологічні особливості особистості військових через призму нанесення татуювань.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично визначити зв'язок між психологічними особливостями особистості військовослужбовців та наявністю у них татуювань.

Завдання дослідження:

1. Провести теоретичний аналіз психологічних особливостей особистості військовослужбовців, зокрема їхніх особистісних особливостей, адаптаційних механізмів та копінг-стратегій у бойових умовах.

2. Розглянути татуювання як психологічний феномен, що може виконувати функцію адаптації, самовираження та інтеграції бойового досвіду у власну ідентичність.
3. Визначити особливості взаємозв'язку між особистісними рисами військових, рівнем сприйнятого стресу та їхнім ставленням до татуювань.
4. Дослідити копінг-стратегії військовослужбовців із татуюваннями та без, виявити можливі відмінності в механізмах подолання стресу.
5. Проаналізувати емпіричні дані щодо відмінностей у психологічних характеристиках військових із татуюваннями та без, встановити статистично значущі взаємозв'язки між змінними.

Методи дослідження. У дослідженні було використано систему загальнонаукових методів дослідження:

– теоретичні: аналіз, узагальнення, систематизація та інтерпретація наукових джерел щодо психологічних характеристик військовослужбовців, їхніх копінг-стратегій, адаптації до бойового стресу та значення татуювань як психологічного феномену.

– емпіричні, зокрема методики діагностики: опитувальник Brief-COPE, опитувальник смислових переконань (WAS), опитувальник «Велика п'ятірка», шкала сприйнятого стресу (PSS-10), а також авторська анкета щодо наявності татуювань для збору інформації про кількість, зміст і мотивацію нанесення татуювань у військових.

– математично-статистичні: частотний аналіз, описові статистики, таблиці сполученості, критерій Мана-Уїтні, критерій Крускала-Уолліса, кореляційний аналіз.

Характеристика вибірки: загалом у дослідженні взяли участь 232 респонденти, серед яких 139 – військові. З них 52% складають жінки, 48% - чоловіки.

Наукова новизна одержаних результатів дослідження полягає в тому, що вперше в українському контексті емпірично досліджено взаємозв'язок між психологічними характеристиками особистості військовослужбовців і фактом

наявності татуювань як символічного маркера внутрішніх трансформацій, пов'язаних з бойовим досвідом. Вперше в межах української вибірки емпірично досліджено особистісні особливості військовослужбовців, зокрема копінг-стратегії, рівень сприйнятого стресу, ціннісні орієнтації та особистісні риси, через призму символічного значення їх татуювань, а також тих емоцій, які в собі несуть нанесені татуювання. Отримані результати дозволили поглибити уявлення про татуювання як засіб психологічної адаптації, ресурс підтримки та індивідуалізації пережитого досвіду. Проведене порівняння з цивільними респондентами дозволило виокремити специфічні для військових тенденції, які також можуть поглибити наявні наукові доробки.

Теоретична значущість дослідження полягає в розширенні уявлень про психологічну структуру особистості військовослужбовців в умовах посттравматичних впливів, а також у вивченні татуювань як символічного маркера психологічної адаптації. Уперше в українському контексті досліджено специфіку співвідношення між особистісними рисами, копінг-стратегіями, рівнем стресу та значенням татуювань серед військових, що дозволяє повному розглянути роль тілесних практик як елементу інтеграції бойового досвіду. Робота поглиблює наукове розуміння того, як бойовий досвід трансформує особистість військового та які механізми використовуються для його інтеграції в повсякденне життя. Також уточнено функціональне значення татуювань у структурі військової ідентичності – не лише як способу самовираження, а як форми емоційного опрацювання, символічного захисту чи ритуального елементу пережитої травми. Це дослідження формує підґрунтя для подальших наукових пошуків у галузі психології військових, тілесності, посттравматичного зростання та феноменології ідентичності в умовах війни.

Практична значущість дослідження полягає в можливості використання його результатів для підвищення ефективності психологічної підтримки військовослужбовців, зокрема тих, хто має досвід безпосередньої участі в бойових діях. Виявлені зв'язки між наявністю татуювань, особистісними рисами та копінг-стратегіями дозволяють психологам точніше

оцінювати ресурси та потреби клієнтів, а також інтерпретувати символіку татуювань як елемент індивідуального досвіду. Отримані дані можуть бути враховані при створенні програм психоемоційної реабілітації, тренінгів з подолання бойового стресу, а також у процесі супроводу адаптації після повернення з фронту. Татуювання, як маркер внутрішніх трансформацій, можуть бути використані у психотерапевтичній практиці як інструмент для відкриття глибинних смислів пережитого досвіду, символізації втрат або особистої сили. З огляду на зростаючу популярність тілесної символіки серед військових, дослідження дозволяє розробити рекомендації для фахівців, які працюють із військовими та ветеранами, зокрема щодо форм побудови довіри, врахування індивідуальних механізмів самоцілення та глибшого розуміння значення символів у житті військовослужбовця.

Дослідницькі питання:

1. Які особистісні характеристики є визначальними для військових із татуюваннями та без них?
2. Чи існують відмінності у рівні сприйнятого стресу та копінг-стратегіях між військовими залежно від наявності татуювань?
3. Яку роль відіграють смислові переконання у мотивації військових до нанесення татуювань?
4. Чи пов'язані татуювання у військовослужбовців із певними адаптаційними механізмами та стратегіями подолання бойового стресу?

РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ ВІЙСЬКОВИХ ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ НАНЕСЕННЯ ТАТУЮВАНЬ

1.1. Психологічні характеристики військовослужбовців: особистісні особливості та адаптація до стресу

Військова служба є надзвичайно складним і водночас важливим елементом життя людини, який вимагає не лише фізичної витривалості, але й високого рівня психологічної підготовки. Розглянемо значення особистісних особливостей у процесі адаптації військовослужбовців, зокрема, в умовах бойових дій або підвищеної напруги. Адаптація є одним із ключових аспектів, який впливає на ефективність військової діяльності та психічне здоров'я військових.

Особистісні особливості кожної людини мають суттєвий вплив на її поведінку, реакцію на стресові ситуації та загальну здатність до адаптації в різних умовах. У контексті військової служби такі особливості набувають ще більшого значення, оскільки військовослужбовці часто опиняються в умовах фізичного та психологічного навантаження.

Особистісні особливості – це індивідуальні характеристики, які визначають поведінку, емоції та мислення людини. Вони включають такі аспекти, як темперамент, характер, мотивація, цінності та установки. Ці особливості формуються під впливом генетичних факторів, середовища, виховання та особистого досвіду. Особистісні особливості можуть впливати на те, як людина взаємодіє з іншими, приймає рішення та адаптується до змін. Вивчення цих характеристик є важливим для розуміння поведінки людини в різних життєвих ситуаціях. В психології особистості під особистісними характеристиками розуміються стійкі властивості, які визначають поведінкові патерни людини. Це такі риси, як рівень тривожності, стійкість до стресу, схильність до лідерства, здатність до співпраці тощо. Важливо зазначити, що

особистісні характеристики здатні модулювати реакцію на стресові події, а також забезпечувати адаптацію в складних або нестабільних умовах.

Особистісні особливості можуть змінюватися з часом, хоча вони є відносно стабільними протягом життя. Дослідження показують, що зміни можуть відбуватися внаслідок активних зусиль людини, спрямованих на зміну поведінки, що відповідає бажаним рисам (Hudson, 2018). Зміни в особистісних рисах також можуть бути пов'язані з покращенням психічного та фізичного здоров'я (Magee, 2013).

Дослідження показують, що стабільність особистісних рис зростає в ранньому періоді життя і досягає плато в ранньому дорослому віці, але певні зміни все ще можливі протягом усього життя (Bleidorn, 2022). Зміни можуть бути викликані різними факторами, включаючи соціальні, екологічні та особисті обставини (Kandler, 2015). Соціальні структури можуть підсилювати або пригнічувати певні риси особистості. Наприклад, швидкі соціальні зміни можуть стати стресовими факторами, що впливають на особистісні риси (Paris, 1997). Важливі життєві події, такі як військова служба, можуть суттєво впливати на особистісні риси. Наприклад, військовий досвід може знижувати рівень доброзичливості (Jackson, 2012). Тип сім'ї, соціально-економічний статус та інтелект також можуть впливати на різні аспекти особистості, такі як екстраверсія, доброзичливість та емоційна стабільність (Vama, 2023).

До основних особистісних характеристик військовослужбовців можна віднести витривалість (здатність протистояти фізичним та психологічним навантаженням), відповідальність (рівень відповідальності за власні вчинки та результати дій у критичних ситуаціях), емоційну стабільність (контроль емоцій, особливо в умовах загрози та ризику), альтруїзм і кооперацію (бажання співпрацювати та допомагати іншим), самовладання (здатність контролювати свої реакції, незалежно від ситуації).

Основні психологічні характеристики, що впливають на поведінку військовослужбовців, включають стрес, депресію, тривожність та імпульсивність. Ці фактори можуть сприяти аутоагресивній поведінці,

особливо у тих, хто має бойовий досвід. Соціально-психологічна адаптація військових після повернення до цивільного життя також є важливою, оскільки вона впливає на їх здатність соціалізуватися та регулювати емоції (Subashkevych, 2023).

Резилієнтність, або здатність до стійкості, є ключовим фактором, що визначає успішність адаптації військовослужбовців до стресових умов. Дослідження показують, що військові, які пройшли бойові дії, демонструють вищий рівень резилієнтності (Sudom, 2014). Крім того, особистісні характеристики, такі як контроль поведінки та впливу середовища, також впливають на поведінку військових, зокрема на їхню участь у благодійних практиках (Hussain, 2024).

Військові зазвичай відзначаються високою стійкістю до стресових впливів. Дослідження показали, що як чоловіки, так і жінки-військовослужбовці демонструють подібні показники відвертості, позитивного ставлення до взаємодії з психологом, високої нервово-психічної стійкості та впевненості в собі при подоланні труднощів. Інтегральний показник дезадаптивності у обох груп перебував на низькому рівні, що свідчить про їхню загальну здатність протистояти стресам та психотравмам (Філоненко, 2024). Учасники бойових дій виявили особливо високі показники психофізіологічної стійкості та самоефективності порівняно з військовими, що проходять реабілітацію після травм. Це вказує на те, що безперервна участь у бойових діях формує вояків з великими адаптивними ресурсами (Олійник, 2024b).

Разом з тим спостерігаються помітні індивідуально-гендерні відмінності. За даними Філоненка (2024), жінки уміють краще протистояти стресорам і адекватніше оцінювати складні ситуації, тоді як чоловіки частіше виявляють порушення моральної нормативності та схильність до агресії. Зокрема, чоловіки проявляють вищий рівень фізичної та вербальної агресивності, тоді як у жінок частіше фіксуються підвищена ображеність, підозрілість і почуття провини. Олійник (2024a) також описує у військових «ефект Кая» – тенденцію до емоційної холодності, зниження емпатії та жорсткості після бойового

досвіду. Отже, адаптація до стресу вимагає врахування цих рис: підтримка соціально-емоційних зв'язків у колективі є важливою антикризовою стратегією, оскільки, як зауважує Філоненко (2024), втрата «ліктя товариша» ослаблює здатність солдата протистояти стресу.

В рамках цього дослідження важливо провести порівняння понять особистісних особливостей та рис особистості. Особистісні особливості зазвичай розглядається як більш широке поняття, яке охоплює всі індивідуальні характеристики, що визначають поведінку, емоції та мислення людини. Вони включають темперамент, характер, мотивацію, цінності та установки. Особистісні особливості формуються під впливом генетичних факторів, середовища, виховання та особистого досвіду. Рис особистості – це більш конкретні характеристики, які є частиною особистісних особливостей. Вони описують стабільні патерни поведінки, думок і емоцій, які проявляються в різних ситуаціях.

Особистісні теорії дозволяють глибше зрозуміти психологічні риси, які визначають поведінку військовослужбовців у стресових умовах. Найвідоміша модель рис особистості — це модель "Великої п'ятірки", яка включає екстраверсію, доброзичливість, сумлінність, нейротизм і відкритість до досвіду (McCrae, 2008). Ця модель є загальновизнаною в психології для опису особистісних рис.

Екстраверсія характеризується такими аспектами, як соціальність, енергійність, активність і схильність до пошуку стимуляції в зовнішньому середовищі (Raad, 2020). Люди з високим рівнем екстраверсії зазвичай товариські, комунікабельні, оптимістичні та впевнені в собі. Вони часто відчують задоволення від взаємодії з іншими людьми і зазвичай мають широкий коло знайомств. Екстраверсія також пов'язана з позитивними емоціями і здатністю швидко адаптуватися до нових ситуацій. У військових умовах екстраверсія може сприяти ефективній комунікації та підтримці командного духу. Проте надмірна екстраверсія також може спричинити ризиковану поведінку через високий рівень потреби в стимуляції. Вона може

впливати на різні аспекти життя, включаючи професійну діяльність, соціальні відносини та загальне відчуття благополуччя (Bleidorn, 2018). Ця риса часто протиставляється інтроверсії, яка характеризується більшою схильністю до самозаглиблення, обережності в соціальних ситуаціях і задоволенням від самотності або спілкування в невеликих групах.

Доброзичливість характеризується такими якостями, як альтруїзм, співчуття, довіра, кооперативність і готовність допомагати іншим (Raad, 2020). Люди з високим рівнем доброзичливості зазвичай проявляють емпатію, доброту і схильність до співпраці, що робить їх приємними в міжособистісних стосунках. Доброзичливість може впливати на різні аспекти життя, включаючи соціальні взаємодії, робочі стосунки та загальне благополуччя. Високий рівень доброзичливості часто асоціюється з кращими соціальними зв'язками і меншою конфліктністю (Bleidorn, 2018). Ця риса також може мати вплив на професійне життя, оскільки доброзичливі люди зазвичай краще працюють у команді і можуть бути більш ефективними в ролях, що вимагають співпраці та комунікації. Військовослужбовці з високим рівнем доброзичливості зазвичай краще співпрацюють і можуть бути ефективними лідерами, здатними підтримати бойовий дух. Водночас низький рівень доброзичливості може вказувати на конфліктність або схильність до суперництва.

Сумлінність характеризується такими аспектами, як організованість, дисциплінованість, відповідальність і надійність (Raad, 2020). Люди з високим рівнем сумлінності зазвичай демонструють цілеспрямованість, здатність до планування та увагу до деталей. Вони часто є надійними працівниками, які виконують свої обов'язки вчасно і з високою якістю (McCrae, 2008). Сумлінність також пов'язана з позитивними життєвими результатами, такими як академічний і професійний успіх, а також з кращим фізичним і психічним здоров'ям. Дослідження показують, що ця риса може впливати на поведінку, пов'язану зі здоров'ям, наприклад, на дотримання режиму харчування та фізичної активності (Bleidorn, 2018). Високий рівень сумлінності може також мати свої недоліки, такі як схильність до перфекціонізму або надмірної

самокритичності, що може призводити до стресу або вигорання. Ця риса є однією з ключових у військовій службі, оскільки військовослужбовці мають бути відповідальними та дотримуватися наказів. Висока сумлінність сприяє дисциплінованості та організованості, тоді як низька може викликати труднощі з дотриманням стандартів.

Нейротизм відображає емоційну стабільність або нестабільність індивіда (Raad, 2020). Люди з високим рівнем нейротизму схильні до частих і інтенсивних негативних емоцій, таких як тривога, депресія, дратівливість і невпевненість у собі (Bleidorn, 2018). Вони можуть бути більш чутливими до стресу і частіше відчувати емоційні коливання. Нейротизм також пов'язаний з певними аспектами психічного здоров'я. Високий рівень нейротизму може бути фактором ризику для розвитку тривожних розладів і депресії (Denissen, 2019). Військовослужбовці з високим рівнем нейротизму можуть мати складнощі з адаптацією, оскільки схильні до підвищеної тривожності та негативних емоцій. З іншого боку, низький рівень нейротизму характеризується емоційною стабільністю, спокоєм і здатністю ефективно справлятися зі стресовими ситуаціями. Люди з низьким нейротизмом зазвичай мають більш позитивний погляд на життя і рідше відчують негативні емоції.

Відкритість до досвіду включає інтерес до нових ідей, творчість і уяву. Люди з високим рівнем відкритості зазвичай допитливі та креативні (Raad, 2020). Люди з високим рівнем відкритості зазвичай мають сильне бажання дізнаватися нове, досліджувати різні ідеї та концепції. Відкритість до досвіду пов'язана з креативністю та здатністю генерувати нові ідеї. Такі люди часто мають багату уяву і здатність до абстрактного мислення. Високий рівень відкритості часто супроводжується інтересом до мистецтва, музики та літератури. Люди з цією рисою можуть цінувати красу та естетичні переживання. Відкриті до досвіду люди зазвичай легше адаптуються до нових ситуацій і готові приймати зміни. Ця риса також може включати здатність до глибоких емоційних переживань і розуміння власних емоцій. Відкритість до досвіду є важливою для особистісного розвитку, оскільки вона сприяє

адаптивності та здатності до навчання в нових умовах. Військовослужбовці з високим рівнем відкритості до досвіду можуть більш ефективно адаптуватися до нових або непередбачуваних ситуацій, шукаючи нові підходи до вирішення завдань. Однак у жорстко структурованому середовищі відкритість може призводити до труднощів із дотриманням чітких правил і протоколів.

Кожна з рис Великої п'ятірки має свій вплив на адаптацію військовослужбовців. Наприклад, висока сумлінність і низький нейротизм можуть сприяти стійкості до стресу. Водночас, низький рівень доброзичливості або висока екстраверсія в певних ситуаціях можуть ускладнити процес адаптації, створюючи додатковий стрес. Ця модель широко застосовується в різних галузях психології, включаючи клінічну, соціальну, організаційну психологію та психологію розвитку (Raad, 2020). Вона також використовується для вивчення впливу особистісних рис на політичні уподобання та поведінку (Gerber, 2011).

Крім моделі "Великої п'ятірки", існують інші моделі рис особистості. Модель HEXACO розширює "Велику п'ятірку" шостою рисою – чесністю-смиренністю (Dhelim, 2021). Чесність-Смиренність (Honesty-Humility) відображає схильність до чесності, скромності та уникнення маніпуляцій. Ця риса пов'язана з уникненням експлуатації інших. Емоційність (Emotionality) включає чутливість до емоційних переживань, страху та тривоги. Високий рівень емоційності пов'язаний з індивідуальною вразливістю (Zettler, 2020). Екстраверсія (Extraversion) відображає соціальність, енергійність і активність, подібно до моделі "Великої п'ятірки". Доброзичливість (Agreeableness) включає терпимість, доброту та готовність до співпраці. Вона протиставляється гніву та агресії. Сумлінність (Conscientiousness) означає організованість, дисциплінованість і надійність, подібно до моделі "Великої п'ятірки". Відкритість до досвіду (Openness to Experience) включає інтерес до нових ідей, творчість і уяву. Модель HEXACO має переваги в прогнозуванні певних особистісних феноменів, які не пояснюються моделлю "Великої п'ятірки", таких як альтруїзм і відмінності між статями (Ashton, 2007).

Модель особистісних рис Айзенка, відома як PEN-модель, зосереджується на трьох основних вимірах: екстраверсія, нейротизм і психотизм. Ця модель є однією з ранніх спроб класифікації особистісних рис (Dhelim, 2021). Психотизм (Psychoticism) відображає схильність до агресивності, імпульсивності та антисоціальної поведінки. Люди з високим рівнем психотизму можуть бути менш чутливими до соціальних норм і більш схильними до ризикованої поведінки. Екстраверсія (Extraversion) та нейротизм (Neuroticism) у цій теорії мають трактування, схожі на характеристики «Великої п'ятірки». Модель Айзенка підкреслює біологічні основи особистості, припускаючи, що ці три виміри мають генетичну основу і пов'язані з функціонуванням нервової системи.

Модель Circumplex of Personality Metatraits (CPM) є інтегративною моделлю структури особистості, яка базується на вищих порядкових факторах моделі "Великої п'ятірки". Вона пропонує організацію метарис у циркумплексі, що складається з двох ортогональних вимірів: Альфа і Бета (Strus, 2014). Альфа (Alpha) включає стабільність і самоконтроль, що відповідає за систематичні інтеркореляції між базовими рисами особистості. Бета (Beta) відображає пластичність і відкритість до досвіду, що також впливає на взаємозв'язки між основними рисами. Тобто ці метариси об'єднують базові риси особистості, такі як екстраверсія, доброзичливість, сумлінність, нейротизм і відкритість до досвіду. Крім того, модель вводить дві інші метариси: Гамма і Дельта, які відповідають типам особистості і вирішують суперечності, пов'язані з загальним фактором особистості. CPM дозволяє інтегрувати різні моделі особистості, темпераменту, емоцій, мотивації та психопатології, забезпечуючи широку теоретичну основу для досліджень. Циркумплексна структура структури дозволяє візуалізувати взаємозв'язки між різними аспектами особистості, забезпечуючи більш комплексне розуміння їх взаємодії.

Отже, особистісні риси мають значний вплив на психологічну адаптацію. Дослідження показують, що особистісні риси, такі як доброзичливість, можуть впливати на швидкість і повноту адаптації до життєвих змін, таких як

інвалідність. Люди з високим рівнем доброзичливості адаптуються швидше і повніше, ніж ті, у кого ця риса менш виражена (Bouse, 2011). Також було виявлено, що особистісні риси впливають на адаптацію студентів, які навчаються за кордоном. Взаємодія між особистісними рисами та культурною поведінкою може впливати на успішність адаптації в новому середовищі (Serrano-Sánchez, 2022). Таким чином, особистісні риси без сумніву відіграють важливу роль у процесах психологічної адаптації, впливаючи на те, як люди справляються з життєвими викликами.

Психологічна адаптація військовослужбовців до умов служби є складним процесом, який включає пристосування до високих рівнів стресу, вимогливого соціального середовища та фізичних викликів.

Психологічна адаптація – це процес, за допомогою якого індивіди пристосовуються до змін у своєму середовищі, зберігаючи при цьому психічне здоров'я та емоційний баланс. Цей процес включає розвиток стратегій подолання стресу, управління емоціями та підтримку соціальних зв'язків. Психологічна адаптація є важливою для ефективного функціонування в умовах змін і стресових ситуацій.

Адаптація може бути як короткостроковою, так і довгостроковою, залежно від характеру змін, з якими стикається людина. Вона може включати як когнітивні, так і поведінкові зміни, що дозволяють індивіду ефективно взаємодіяти з новими умовами. Фактори, що впливають на психологічну адаптацію, включають особистісні риси, соціальну підтримку, попередній досвід і наявність ресурсів для подолання стресу. Ефективна адаптація сприяє зниженню рівня тривожності, депресії та інших негативних наслідків стресових подій, а також підвищенню загального рівня задоволеності життям.

Психологічна адаптація військовослужбовців до умов служби є складним процесом, що включає подолання стресу та соціальних викликів. Дослідження показують, що військовослужбовці, які беруть участь у бойових діях, часто стикаються з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР), що може суттєво впливати на їхню здатність до подальшої соціальної та психологічної адаптації

(Zolochovskyi, 2024). Адаптація до бойових умов вимагає мобілізації фізіологічних, психологічних та фізичних резервів організму. Проблеми адаптації можуть включати низьку стресостійкість, недостатню фізичну підготовку та неприйняття нових правил життя. Високий рівень стресостійкості сприятиме позитивному психічному стану військовослужбовця, успішній адаптації до впливу негативних чинників оборонного бою, збереженню працездатності та здоров'я, досягненню поставлених цілей у бою (Українець, 2024).

Соціальна та психологічна робота з військовослужбовцями є важливою для подолання криз, пов'язаних з військовою службою, та зменшення ризиків дезадаптації в цивільному житті. Це включає психологічну підтримку у подоланні ПТСР, соціальну реабілітацію та розвиток нових соціальних навичок (Chernetska, 2024). Загалом, успішна адаптація військовослужбовців залежить від наявності психологічної підтримки, розвитку адаптивних стратегій та здатності до соціалізації після повернення з бойових дій (Subashkevych, 2023).

Процес адаптації до військових умов включає кілька етапів:

1. Початкова реакція – перший етап зіткнення з новими умовами.
2. Активна адаптація – військовослужбовець починає використовувати свої ресурси для подолання труднощів.
3. Завершення адаптації – військовослужбовець стає здатним ефективно функціонувати в умовах служби.

Кожна з розглянутих раніше рис особистості може допомогти або ускладнити процес адаптації. Дослідження показують, що такі риси, як екстраверсія, доброзичливість, сумлінність, відкритість і низький рівень нейротизму, можуть зменшувати симптоми посттравматичного стресового розладу (ПТСР) у військовослужбовців (Caska, 2013). Екстраверсія, зокрема, може послаблювати зв'язок між бойовими переживаннями та тяжкістю ПТСР, що свідчить про її роль як захисного фактора. Інше дослідження вказує на те, що стійкість, самоефективність і емоційна стабільність є ключовими предикторами зменшення симптомів ПТСР і фізичних скарг у

військовослужбовців. Ці риси допомагають зменшити негативний вплив бойового досвіду на психічне здоров'я (Kokun, 2024). Таким чином, особистісні риси можуть виступати як фактори ризику або захисту в процесі адаптації до бойових умов, впливаючи на здатність військовослужбовців справлятися з стресом і підтримувати психічне здоров'я.

Психологічна адаптація військовослужбовців залежить від ряду внутрішніх і зовнішніх факторів. До внутрішніх факторів успішної адаптації будуть відноситися уже розглянуті особистісні риси, а також психологічні ресурси (зокрема внутрішня сила, емоційний інтелект і набуті в попередньому індивідуальному досвіді адаптивні стратегії), мотивація (внутрішня мотивація до служби, патріотизм та бажання захистити свою країну), попередній досвід (наявність досвіду попередніх бойових дій або стресових ситуацій) та фізіологічні резерви організму (фізична підготовка та здатність організму до адаптації) (Romanovska, 2024; Vasyuk, 2021). Зовнішні фактори будуть включати соціальну підтримку, організаційні умови та рівень стресу. Підтримка з боку сім'ї, друзів і колег, взаємини з товаришами по службі, підтримка командирів та наявність ресурсів психологічної допомоги є критично важливими для психологічної адаптації (Romanovska, 2024). Стиль управління та ефективність психологічної підготовки, - якість умов служби, дотримання стандартів безпеки, наявність можливостей для фізичної та психологічної реабілітації можуть впливати на стійкість військовослужбовців (Balcan, 2024). Залежно від інтенсивності бойових дій або рівня загрози адаптивність також буде змінюватися. Програми психологічної підтримки та реабілітації є важливими для зменшення негативних наслідків бойового стресу (Subashkevych, 2023).

Отже, психологічна адаптація військовослужбовців до умов служби є складним багатофакторним процесом, в якому значну роль відіграють особистісні риси. Характеристики Великої п'ятірки дозволяють зрозуміти, як індивідуальні відмінності можуть допомагати або перешкоджати адаптації. Важливою умовою успішної адаптації є взаємодія внутрішніх ресурсів із

зовнішніми факторами, зокрема, соціальною підтримкою та організаційними умовами служби.

1.2. Копінг-стратегії у військових: сутність, класифікація та роль у подоланні стресу

Стрес є невід'ємною частиною життя військових, оскільки вони постійно перебувають у небезпечних і непередбачуваних умовах. У зв'язку з цим важливим аспектом їхньої підготовки і служби є розвиток здатності до психологічної стійкості, що зокрема включає застосування копінг-стратегій. Копінг-стратегії дозволяють військовим долати стресові ситуації, зберігаючи ефективність у складних умовах і підтримуючи своє психологічне здоров'я. В рамках цього дослідження розглянуто поняття копінг-стратегій, їхні типи, взаємозв'язок між особистісними рисами та вибором цих стратегій, а також вплив на психічне здоров'я військовослужбовців.

Копінг-стратегії є методами, які люди використовують для подолання стресу або психологічного навантаження, спрямованими на стабілізацію емоційного стану та збереження психічної рівноваги. Вибір адекватної копінг-стратегії – стратегії подолання стресу – стає актуальною проблемою психічного здоров'я, розв'язання котрої особа змушена шукати щодня (Хазратова та ін., 2023). У військових, для яких стресові фактори є невід'ємною частиною повсякденного життя, ефективність використання таких стратегій має особливе значення. Копінг-стратегії можуть бути адаптивними або дезадаптивними (Предко, 2022).

Адаптивні копінг-стратегії, такі як підтримання позитивного настрою та пошук соціальної підтримки, зазвичай є корисними для психологічного благополуччя. Ці стратегії допомагають ефективно управляти стресом і пов'язані з кращими результатами для психічного здоров'я (Javed, 2021). На противагу цьому, неадаптивні стратегії, такі як уникнення або заперечення, можуть погіршити стрес і призвести до негативних наслідків (Petrochenko, 2023).

Вибір копінг-стратегій може залежати від різних факторів, включаючи риси особистості (Avagimyan, 2023). Розуміння та просування адаптивних копінг-стратегій може бути важливим у різних контекстах, таких як освіта, охорона здоров'я та підтримка громади, для підвищення стійкості та психічного здоров'я (Lilier, 2022).

Копінг-стратегії можна класифікувати на кілька основних типів (Adhikari, 2023). Проблемно-орієнтовані стратегії спрямовані на вирішення проблеми, що викликає стрес, шляхом активних дій для усунення або зменшення стресора. Емоційно-орієнтовані стратегії зосереджені на управлінні емоційними реакціями на стрес, наприклад, через релаксацію або позитивне переосмислення. Стратегії уникнення включають уникнення або відволікання від стресової ситуації, що може бути як адаптивним, так і неадаптивним підходом. Стратегії, орієнтовані на пошук соціальної підтримки від інших людей, можуть допомогти зменшити стрес через емоційну або практичну допомогу. Релігійні стратегії мають в основі використання релігійних практик або вірувань для подолання стресу. Також виокремлюють превентивні стратегії – дії, спрямовані на запобігання виникненню стресових ситуацій у майбутньому. Ці стратегії можуть бути адаптивними або неадаптивними, залежно від контексту та ефективності їх застосування.

Копінг-стратегії відіграють важливу роль у подоланні стресових ситуацій, допомагаючи людям управляти стресом і підтримувати психічне та фізичне благополуччя. Вони можуть виступати як посередники між стресом і стійкістю, зменшуючи негативний вплив стресу на здоров'я (Jamal, 2017). У навчальних середовищах, наприклад, копінг-стратегії допомагають студентам справлятися з академічним стресом, покращуючи їхнє психічне здоров'я та успішність (Handayani, 2024). У професійних умовах, таких як робота в поліції, копінг-стратегії разом із соціальною підтримкою можуть зменшити стрес і покращити психічне здоров'я (Singh, 2021).

Крім того, копінг-стратегії можуть модулювати відносини між стресом і вигоранням, як це спостерігається у консультантів, що працюють з жертвами

наси́льства (Wallace, 2010). Вони також можуть включати індивідуальні та сімейні підходи до управління стресом, що виникає внаслідок хронічних захворювань (Sadrabadi, 2019).

Важливість копінг-стратегій полягає в їх здатності пом'якшувати або усувати негативні наслідки стресу, що є особливо актуальним для військових. Від того, які методи подолання стресу застосовує військовий, залежить його здатність адекватно реагувати на загрози та виконувати завдання у складних і критичних умовах. Такі стратегії допомагають зменшити тривожність, підвищують відчуття контролю над ситуацією та знижують рівень емоційного напруження, що в цілому позитивно впливає на ефективність і стійкість до стресу.

Копінг-стратегії поділяються також на активні і пасивні. Активні копінг-стратегії передбачають безпосередню взаємодію з джерелом стресу або його обставинами. Вони можуть включати планування, пошук соціальної підтримки, позитивне переосмислення та прийняття (Garber, 2017). Активні стратегії зазвичай асоціюються з кращою якістю життя та нижчим рівнем психологічного дистресу, як це спостерігається у пацієнтів з шизофренією (Lim, 2015). Вони також можуть бути ефективними у зменшенні симптомів депресії (Littrell, 2001). Для військових активні стратегії є важливими, оскільки вони сприяють збереженню мотивації та відчуття контролю, що підвищує їхню здатність адаптуватися до нових умов і ефективніше виконувати бойові завдання.

Пасивні копінг-стратегії спрямовані переважно на уникнення проблеми чи відсторонення від стресової ситуації. Вони можуть включати заперечення, відволікання, використання речовин або самозвинувачення (Ambarwati, 2024). Пасивні стратегії часто пов'язані з підвищеним рівнем стресу та депресії, як це спостерігається у пацієнтів з хронічним болем (Smith, 2002). Вони також можуть збільшувати ризик розвитку посттравматичного стресового розладу (Alshahrani, 2022). Пасивні копінг-стратегії можуть бути менш ефективними для військових, оскільки постійне уникнення проблеми не дозволяє їм

розвинути навички подолання стресу та може знижувати їхню здатність адаптуватися до критичних умов. Дослідження показують, що рівень психологічного стресу збільшується коли індивід намагається уникнути від рішення проблемної ситуації, переключаючись на щось інше (Іванова, 2022).

Копінг-стратегії військовослужбовців мають певні особливості, які відрізняють їх від цивільного населення, зважаючи на специфіку військової служби та стресові ситуації, з якими вони стикаються. Військовослужбовці часто використовують активні стратегії, такі як планування та активне подолання, що сприяє підвищенню стійкості та психологічного благополуччя (Chen, 2018). Пошук соціальної підтримки є важливою стратегією, яка допомагає військовослужбовцям справлятися зі стресом, особливо в умовах бойових дій (Prykhodko, 2019). У деяких військових контекстах, зокрема в Нігерії, звернення до релігії є однією з найпоширеніших стратегій подолання стресу (Adole, 2015). Для реалій України такі стратегії також є доволі поширеними, оскільки військовослужбовці нерідко звертаються до військових капеланів та шукають нових ресурсів в релігії. Останнім часом критичним стає використання військовослужбовцями копінг-стратегій уникнення, зокрема у формі азартних ігор або зловживання ПАР. Хоча уникнення може бути корисним у короткостроковій перспективі, воно часто пов'язане з підвищеним ризиком психічних проблем, таких як тривога та депресія (Khazem, 2015). Одним із специфічних форм подолання стресу для військових є гумор. Дослідження підтверджують, що використання гумору може зменшити ймовірність відмови від виконання завдань у стресових умовах (Tolentino, 2024). Ці стратегії відображають адаптацію військовослужбовців до специфічних викликів їхньої професії та можуть варіюватися залежно від культурного та соціального контексту.

Ефективність різних копінг-стратегій у контексті військової служби може значно варіюватися залежно від обставин і особистих характеристик військовослужбовців. Так, позитивне переосмислення та гумор виявилися ефективними для підвищення стійкості серед військовослужбовців. Вони

допомагають зменшити самозвинувачення і підвищити загальну стійкість (Rice, 2016). Соціальна підтримка – важливий фактор, що впливає на військову продуктивність і здатність справлятися зі стресом. Соціальна підтримка є ключовим елементом для успішного подолання викликів під час служби (Moldjord, 2015). Використання емоційно-орієнтованих стратегій може позитивно впливати на задоволеність стосунками у військових (Giff, 2020).

Копінг-стратегії розглядаються як сукупність активних зусиль особистості щодо регуляції свого психоемоційного стану за умов стресу. Згідно з Олійником та Ларіоновим (2024), ефективний копінг має двосторонню спрямованість і проявляється у саморозкритті, самоаналізі, рефлексуванні та управлінні дистресом, тобто в свідомому змінненні поведінки під впливом тяжких або тривалих стресорів. Інакше кажучи, це означає, що військовий учасник бойових дій має критично переосмислити свій травматичний досвід і адаптувати свою реакцію на нього. У нинішніх умовах бойової діяльності саме розвиток саморегулятивних навичок (самоаналіз, рефлексія, зміна поведінки) стає ключовим чинником подолання кризових ситуацій (Олійник та Ларіонов, 2024).

Важливим ресурсом копінгу у військовому середовищі є соціальна підтримка й колективний дух. Колектив часто виконує функцію антистресового середовища, на яке військові можуть спиратися в екстремальних умовах. Проте агресивні прояви чи недовіра можуть призвести до втрати цього ресурсу: через підвищену агресію й упереджене ставлення чоловіки частіше втрачають комунікативний потенціал колективу як засіб подолання стресу (Пономаренко & Філоненко, 2024). Крім того, Олійник і Ларіонов (2024) підкреслюють безпосередній зв'язок копінгу із соціокультурним контекстом військового середовища: саме контекстуальні наративи і досвід оточення впливають на самооцінку й почуття власної ефективності, а отже – на те, як воїн справляється з дистресом. Таким чином, успішний копінг поєднує внутрішні психічні зусилля (переосмислення досвіду, розвиток стійкості) з використанням

зовнішніх ресурсів підтримки і культурних наративів, що допомагають знижувати навантаження стресу (Олійник & Ларіонов, 2024).

Взаємозв'язок між особистісними рисами та копінг-стратегіями є важливим аспектом психологічних досліджень, оскільки особистісні риси можуть впливати на вибір та ефективність копінг-стратегій. Люди з високим рівнем екстраверсії частіше використовують активні та соціально орієнтовані копінг-стратегії, такі як пошук соціальної підтримки (Kumar, 2018). Екстраверсія пов'язана з кращим сприйняттям контролю над стресорами та вищою ефективністю копіngu. Високий рівень нейротизму зазвичай асоціюється з використанням неадаптивних копінг-стратегій, таких як уникнення та емоційне відсторонення, що може призводити до підвищеного стресу та тривоги. Ця риса пов'язана з вищою інтенсивністю стресу та нижчим сприйняттям контролю над стресорами, що знижує ефективність копіngu (Kaiseler, 2012). Відкритість до досвіду пов'язана з використанням когнітивно орієнтованих стратегій, таких як переосмислення та пошук нових рішень. Люди з високим рівнем добросовісності схильні до планування та організації, що сприяє використанню проблемно-орієнтованих стратегій. Добросовісні особи мають суб'єктивне сприйняття більшого контролю над стресорами, що підвищує ефективність їхніх копінг-зусиль (Souza, 2014). Особистості з внутрішнім локусом контролю частіше використовують активні стратегії, оскільки вони вірять у свою здатність контролювати ситуацію (Avagimyan, 2023). Ці взаємозв'язки підкреслюють важливість врахування особистісних рис при розробці індивідуальних підходів до управління стресом. Загалом, особистісні риси формують те, як люди оцінюють стрес і обирають копінг-стратегії, впливаючи на їх загальну ефективність у подоланні стресу.

З огляду на специфічність військової служби, важливо розуміти, як особистісні риси військовослужбовців впливають на їхню здатність обирати копінг-стратегії. Багато з них проходять спеціальні тренування, які допомагають розвивати риси, що сприяють активним стратегіям. Наприклад, військових навчають методам керування стресом, комунікативним навичкам та

прийомам вирішення конфліктів, що робить їх більш схильними до використання активних копінг-стратегій, навіть якщо в повсякденному житті вони схильні до пасивного уникнення проблем. Військовослужбовці з високим рівнем стійкості частіше використовують стратегії вирішення проблем, що підвищує їхню здатність до адаптації в стресових умовах (Skomorovsky, 2013). Деякі стратегії, такі як емоційно-орієнтовані, частіше використовуються військовослужбовцями нижчих рангів, тоді як планування частіше зустрічається серед розлучених або окремих осіб (Adole, 2015).

Використання різних копінг-стратегій може мати значний вплив на психічне здоров'я військових. Дослідження показують, що підходи, орієнтовані на вирішення проблем, такі як планування, спілкування з друзями, заняття хобі та фізичні вправи, асоціюються з меншими симптомами тривоги, стресу та депресії (Morgan, 2017). Навпаки, уникання проблем, наприклад, вживання алкоголю або наркотиків, пов'язане з підвищеним рівнем тривоги та депресії. Дослідження також вказують на те, що позитивні копінг-стратегії можуть підвищити резилієнтність та психологічне благополуччя, що, в свою чергу, покращує сприйняття здоров'я (Chen, 2018). Військові, які використовують активні та соціально орієнтовані стратегії, демонструють вищий рівень резилієнтності та психологічного благополуччя (Prykhodko, 2019). Отже, впровадження програм, що сприяють використанню позитивних копінг-стратегій, може бути корисним для покращення психічного здоров'я військових.

Існує кілька програм, спрямованих на підтримку позитивних копінг-стратегій у військових. Airman's Edge Project – це програма підтримки "peer-to-peer" (P2P), яка базується на моделі запобігання травмам і спрямована на зменшення суїцидальних думок та поведінки шляхом зниження симптомів психічного здоров'я (Baker, 2021). Enhancing Resilience in Active Duty Military Personnel – ця програма спрямована на підвищення резилієнтності військових через навчання та підтримку з боку медичних сестер і соціальних працівників, які мають досвід у виявленні та підтримці факторів резилієнтності (Crabtree-

Nelson, 2017). Dialectical Behaviour Therapy (DBT) Skills Training – програма групового навчання навичкам DBT, яка допомагає військовим керувати емоціями та покращувати копінг-стратегії. Дослідження показали, що учасники програми мали нижчий рівень депресії та кращу здатність керувати емоціями (Jewer, 2022). Ці програми спрямовані на покращення психічного здоров'я військових через розвиток позитивних копінг-стратегій та підвищення резилієнтності.

Отже, військові, через специфіку своєї діяльності, часто стикаються з екстремальними стресовими ситуаціями, що потребує ефективних способів подолання стресу. Копінг-стратегії відіграють ключову роль у підтримці їхнього психічного здоров'я і здатності до виконання завдань. Розуміння та вміння поєднувати різні типи копінг-стратегій, з урахуванням індивідуальних особистісних рис, дозволяє військовим не тільки уникати негативних наслідків стресу, але й підвищувати рівень своєї психологічної стійкості.

1.3. Татуювання як смисловий і психологічний феномен у військових

Татуювання завжди мали глибоке значення для їх власників, виконуючи роль символів індивідуальності, належності до певної культури, групи чи соціальної спільноти. Особливо цікавою є символіка татуювань серед військовослужбовців, де вони часто відображають як професійний досвід, так і особистісні риси людини, а також відіграють роль у механізмах подолання стресу (копінг-стратегіях). У цьому розділі розглянуто значення татуювань у військовій культурі, їхню роль у самовираженні, зв'язок з особистісними характеристиками та психологічними процесами, а також проаналізовано емпіричні дослідження, які розкривають їхню роль у подоланні стресу.

Татуювання є складним феноменом, що відображає особистісні риси та копінг-стратегії. Дослідження показують, що люди з татуюваннями часто мають такі риси, як імпульсивність, авантюризм, емпатія та нейротизм, порівняно з тими, хто не має татуювань (Pożgain, 2004). Це може свідчити про

те, що татуювання є способом самовираження та відображення особистісних особливостей.

Татуювання також можуть бути засобом подолання травми. Вони дозволяють людям перетворювати особисті історії страждань у публічні наративи про подолання. Цей процес включає визнання травми, створення значущих зв'язків і отримання контролю та трансформації (Crompton, 2020). У цьому контексті татуювання можуть слугувати як особистим, так і культурним способом створення сенсу.

Крім того, татуювання можуть бути пов'язані з психологічними компонентами, такими як розлади особистості або саморуйнівна поведінка, але також можуть допомагати в психосоціальному подоланні певних травм (Ferencz, 2024). У деяких випадках татуювання можуть бути пов'язані з високою потребою в унікальності та бажанням формування ідентичності, часто асоційованими з бунтом і неконформізмом (Kalanj-Mizzi, 2018).

Татуювання також можуть мати значення в контексті соціальних взаємодій і культурних наративів. Вони можуть бути способом комунікації та самовираження, що допомагає людям відчувати себе частиною певної спільноти або субкультури (Roggenkamp, 2017). У сучасному суспільстві татуювання стали більш прийнятними, і їх значення еволюціонувало від культурного табу до засобу самовираження та ідентифікації.

Підвищення популярності патріотичних татуювань у воєнних умовах в Україні можна розглядати як соціально-психологічний феномен, що відображає зростання національної ідентичності, колективної солідарності та прагнення до самовираження через символи, які мають глибоке культурне та емоційне значення. В умовах війни такі татуювання виконують роль візуальних маркерів, які підкреслюють належність до українського суспільства, підтримку національної ідеї, а також сприяють зміцненню психологічної стійкості й морального духу. Крім того, татуювання з патріотичними елементами можуть мати терапевтичну функцію, допомагаючи людям впоратися з травматичним досвідом через символічне закарбування своїх переживань і цінностей на тілі.

Татуювання можна розглядати як потужний символічний засіб самовираження і ідентифікації. Корепанов (2018) наголошує, що татуювання належать переважно до невербальних форм самопрезентації особистості і служать для конструювання зовнішнього образу індивіда. Через татуювання людина транслює свої цінності, переживання та історію: наприклад, за словами Бекетової (цит. за Корепановим, 2018), тату може бути «засобом прояву і символізації несвідомої сфери особистості», який надає сюжету тату особливого смислового наповнення. Іншими словами, процес нанесення тату є формою сублімації: він відкриває нові можливості самореалізації та переосмислення травматичного досвіду, допомагаючи підсвідомо впоратися з пережитим (Корепанов, 2018).

В умовах воєнного конфлікту татуювання часто набувають патріотичного змісту. Харицька та Колісниченко (2022) відзначають, що патріотичні малюнки на тілі стають засобом вираження національної ідентичності та відданості Батьківщині. Навіть критики визнають, що в складні для країни часи татуювання з національною символікою несуть інформацію не лише про власника, а й про його ставлення до незалежності держави й непорушності народу. Таким чином, для військових патріотичні тату є особливим аксесуаром-символом: вони фіксують внутрішні переконання солдата, його пережиті події та ідеали. У сукупності з психологічною функцією самовираження татуювання стають важливим компонентом воєнної культури, що допомагає воїну зберегти значимість своїх цінностей та адаптуватися до стресу (Корепанов, 2018; Харицька та Колісниченко, 2022).

Таким чином, татуювання можуть бути як особистим вираженням ідентичності, так і механізмом подолання психологічних викликів, відображаючи складні взаємодії між особистісними рисами, соціальними взаємодіями та культурними наративами.

Татуювання в армії мають довгу історію, адже військовослужбовці часто використовують їх для того, щоб підкреслити свою належність до певного підрозділу, ознаменувати важливі етапи кар'єри або відзначити участь у

бойових діях. Татуювання у військовій культурі мають багатогранне значення, яке включає самовираження, належність до групи та символічне значення. Військові часто використовують татуювання як засіб самовираження, що дозволяє їм відобразити особисті переживання, ідентичність та важливі життєві події (Buss, 2017). Татуювання можуть символізувати приналежність до певної військової групи або підрозділу, що сприяє зміцненню почуття єдності, командного духу та спільності серед військовослужбовців (Smith, 2014). Крім того, татуювання можуть виконувати роль пам'ятних знаків, що увічнюють важливі події або людей у житті військових (Buss, 2017). Татуювання можуть відзначати успішне проходження тренувань, участь у військових операціях або отримання нагороди. Таким чином, вони є важливим свідченням професійного росту і самовдосконалення. Серед військових татуювання часто слугують пам'яткою про товаришів, які загинули в боях. Такі символи не лише зберігають спогади, а й служать для психологічної підтримки, надаючи сили в ситуаціях стресу і небезпеки. Вони також можуть бути засобом трансформації болю в красу, що допомагає військовим справлятися з емоційними та фізичними викликами (Buss, 2017).

У результаті, татуювання у військовій культурі – це більше, ніж просто зовнішня прикраса. Вони мають глибокий символічний зміст і відображають взаємозв'язок між індивідом і його військовою роллю, часто стаючи джерелом підтримки і надання сенсу. Описані позитивні психологічні компоненти татуювань підкреслюють, що вони можуть сприяти психологічному благополуччю військових, надаючи їм засоби для самовираження та емоційної підтримки.

Процес вибору татуювання багато в чому відображає внутрішній світ людини. Кожна особистість унікальна, і це проявляється у різних стилях, формах та змістах татуювань. Дослідження показують, що особистісні риси можуть впливати на рішення щодо отримання татуювань. Наприклад, дослідження, проведене серед британських дорослих, виявило, що люди, які отримують татуювання, зазвичай менш сумлінні, більш екстравертовані, мають

вищий рівень пошуку відчуттів, потребу в унікальності та інвестиції в виразний зовнішній вигляд (Swami, 2012). Ці результати свідчать про те, що певні особистісні риси можуть бути пов'язані з бажанням мати татуювання, що може бути частиною ширшої тенденції до самовираження та індивідуальності.

Екстраверсія впливає на рішення зробити татуювання та вибір татуювання кількома способами. Особи з вищим рівнем екстраверсії частіше мають татуювання, оскільки вони менш схильні до ризику і більш відкриті до нових вражень, що узгоджується з рішенням зробити татуювання (Sagoe, 2017). Крім того, екстравертовані особи часто мають вищу потребу в унікальності та пошуку відчуттів, що може спонукати їх обирати татуювання як форму самовираження та ідентичності (Swami, 2012). Більше того, екстраверсія асоціюється з наявністю помітних татуювань, що свідчить про те, що екстравертовані особи можуть віддавати перевагу татуюванням, які є більш помітними і можуть служити соціальною заявою або приводом для розмови (Sagoe, 2017). Це узгоджується із загальними рисами особистості екстравертів, які зазвичай є більш товариськими та відкритими, і можуть використовувати татуювання як засіб вираження своєї особистості та встановлення зв'язків з іншими.

Інтроверсія впливає на рішення щодо татуювань інакше, ніж екстраверсія. У той час як екстравертовані особи частіше мають татуювання через їхню відкритість до нових вражень і потребу в унікальності, інтровертовані особи можуть не виявляти таких самих тенденцій. Доступні дослідження не виділяють інтроверсію як значний фактор у прийнятті рішень щодо татуювань, що свідчить про те, що інтроверти можуть бути менш схильні робити татуювання, ніж екстраверти (Swami, 2012). Крім того, інтроверти можуть віддавати перевагу більш приватним формам самовираження, які не передбачають постійних модифікацій тіла, таких як татуювання (Sagoe, 2017).

Інколи люди можуть обирати татуювання, що символізують захист або зміцнення внутрішньої сили, особливо в умовах високого стресу. Татуювання в цьому випадку стають маркерами внутрішньої стійкості. Для багатьох

татуювання є способом виразити свої почуття щодо життя та ризику. Деякі люди вибирають зображення, які символізують прийняття ризику або відвагу перед лицем труднощів, що особливо актуально для військовослужбовців. Креативні особистості можуть обирати нестандартні чи унікальні татуювання, які мають глибокий символізм. Часто це абстрактні малюнки або композиції, що мають особисте значення і відображають їхню індивідуальність.

У сучасній психології все частіше розглядається роль татуювань як методу подолання стресу або способу впоратися з травматичним досвідом. Наприклад, люди, які пережили рак, часто використовують татуювання як ритуал подолання, щоб відновитися після травми діагнозу та лікування, сприяючи посттравматичному зростанню шляхом зміни самосприйняття, стосунків та філософії життя (Eschler, 2018). Подібним чином, люди, які пережили травму, використовують татуювання для перетворення особистих історій страждань у публічні історії подолання, надаючи своїм татуюванням значення, такі як визнання, зв'язок та трансформація (Crompton, 2020). Татуювання можуть також представляти почуття та несвідомі конфлікти людини, слугуючи довічним зобов'язанням до самовираження (Altunay, 2021).

Для військовослужбовців, які часто стикаються з високими рівнями стресу, травматичними подіями та психологічними травмами, татуювання можуть виконувати роль копінг-стратегії, надаючи можливість виразити складні почуття та впоратися з переживаннями. Основні функції татуювань як копінг-стратегії включають. Деякі військові роблять татуювання як спосіб символічно обробити свій досвід, втіливши його в образах. Наприклад, татуювання, що зображають травматичні події чи символічні образи, можуть допомогти легше переживати спогади про ці події. Процес нанесення татуювання дозволяє людині відчути контроль над власним тілом і зовнішнім виглядом. Це особливо важливо в ситуаціях, коли військові відчувають себе безсилими перед обличчям зовнішніх обставин. Символи мужності, витривалості та сили можуть сприяти збереженню позитивного настрою, підвищувати впевненість у собі та зміцнювати моральний дух. Татуювання, що

відображають належність до певної групи, наприклад, військового підрозділу або, що особливо актуально в контексті російсько-української війни, етнічної групи, можуть забезпечувати відчуття соціальної підтримки, підвищуючи відчуття безпеки та довіри до оточення. Таким чином, татуювання виконують важливу психологічну функцію як елемент особистісної адаптації та здатності долати стрес. Це дозволяє військовослужбовцям краще адаптуватися до викликів професії та залишатися психологічно стійкими.

Татуювання серед військових є не просто прикрасою, а глибоким відображенням особистісних характеристик, життєвого досвіду та внутрішніх механізмів захисту. Вони допомагають військовослужбовцям не лише висловити індивідуальність і підкреслити належність до певної групи, але й впоратися з внутрішніми конфліктами та стресом. Татуювання стають потужним інструментом самовираження, що дозволяє краще зрозуміти себе і зміцнити психологічну стійкість.

Висновки до розділу I

Адаптація військовослужбовців – це багатогранний процес, який охоплює широкий спектр психологічних змін, спрямованих на підвищення стресостійкості в екстремальних умовах. Військова служба вимагає від людини здатності швидко мобілізувати фізичні та психічні ресурси, приймати зважені рішення та контролювати емоційні реакції. Цей процес ускладнюється необхідністю адаптуватися не лише до бойових дій, але й до життя в суворих умовах військового середовища, де висока напруга та загроза життю — постійні складові. Адаптація залежить від багатьох внутрішніх і зовнішніх чинників, серед яких особистісні характеристики відіграють основну роль. До них належать екстраверсія, доброзичливість, сумлінність, нейротизм і відкритість до досвіду. Кожна з цих рис має різний вплив на здатність військовослужбовців протистояти стресу, проявляти самоконтроль та підтримувати стабільний психологічний стан. Наприклад, високий рівень сумлінності та низький нейротизм є факторами, що сприяють стабільності та

самодисципліні в стресових умовах, тоді як висока екстраверсія може підвищити комунікативні навички та сприяти підтримці командного духу. Зовнішні фактори, такі як соціальна підтримка, організаційні умови служби та рівень бойового досвіду, також суттєво впливають на адаптацію військових.

Військова служба, як винятково стресогенна діяльність, потребує від людини здатності ефективно протистояти не лише фізичним, а й психологічним викликам. Копінг-стратегії є механізмами, які допомагають людині впоратися з цими викликами. Вони класифікуються на активні та пасивні, а також на орієнтовані на проблему, емоції, пошук соціальної підтримки або уникнення. Активні стратегії, такі як планування дій і пошук соціальної підтримки, сприяють підвищенню відчуття контролю над ситуацією і зниженню рівня тривоги. В контексті копінг-стратегій важливою також є роль позитивного переосмислення та гумору для підвищення резилієнтності серед військових. Соціальна підтримка, що охоплює емоційну та практичну допомогу, в свою чергу має значний вплив на здатність військовослужбовців справлятися зі стресом. Негативний аспект пасивних копінг-стратегій, таких як уникнення або заперечення, полягає у високому ризику виникнення психічних проблем у випадку, якщо вони стають основним способом реагування на стрес.

Особистісні риси значною мірою впливають на вибір копінг-стратегій, які використовують військовослужбовці для подолання стресових ситуацій. Екстраверсія стимулює соціальну активність, що сприяє пошуку підтримки та спілкування, тим самим полегшуючи адаптацію до стресових ситуацій. Доброзичливість допомагає військовослужбовцям легко інтегруватися в групу, що є важливим для командної роботи та взаємодії з товаришами. Сумлінність сприяє дисциплінованості та відповідальності, що забезпечує стабільну реакцію в критичних умовах, тоді як нейротизм має зворотний ефект, знижуючи стійкість до стресу та посилюючи негативні емоції.

Розглянутий матеріал дозволяє зробити низку висновків щодо ролі татувань серед військовослужбовців як засобу самовираження та подолання стресу. Татування виявляються не лише зовнішнім символом, але й

виконують глибші психологічні та соціальні функції, допомагаючи військовим адаптуватися до екстремальних умов і підтримувати внутрішній баланс.

Татуювання у військових часто служать способом підкреслити належність до певної спільноти чи військового підрозділу, а також символом професійного досвіду та особистісних рис. Цей вид самовираження дозволяє військовослужбовцям відображати особистий досвід, індивідуальні цінності та переконання. Особливо часто татуювання серед військових асоціюються з такими рисами, як екстраверсія, імпульсивність та пошук нових відчуттів, що свідчить про прагнення до індивідуальності та потребу в ідентифікації.

Для багатьох військовослужбовців татуювання є своєрідною копінг-стратегією, яка допомагає опрацювати складні емоції та травматичний досвід. Нанесення татуювань, що символізують стійкість, захист або пам'ять про події, які відбулися під час служби, стає способом зберегти контроль над внутрішнім станом і знизити емоційне напруження. Така практика дозволяє військовим інтегрувати свій досвід у особисту історію, що, своєю чергою, сприяє зниженню рівня посттравматичного стресу.

Татуювання також виконують важливу соціальну функцію в рамках військової спільноти. Символічне зображення на тілі може підкреслювати відданість військовій службі, виражати почуття солідарності та єдності з товаришами по службі. Такі татуювання сприяють зміцненню командного духу, взаємній підтримці та відчуттю належності, що є важливими для адаптації до військових умов.

Використання татуювань як форми терапії, зокрема у випадках психологічної травми, підтверджує їхню важливість у процесі подолання стресу. Військовослужбовці нерідко обирають символічні зображення, які допомагають їм усвідомити і прийняти свої переживання, а також створюють відчуття захищеності та сили. Татуювання в такому випадку стають способом перетворення страждань на позитивний символ, який нагадує про внутрішню силу та здатність долати труднощі.

У контексті сучасних військових конфліктів спостерігається тенденція до популяризації патріотичних татуювань, які відображають національну ідентичність, солідарність і підтримку національної ідеї. Такі татуювання мають важливе психологічне значення, адже слугують символами єдності та підтримки, що допомагає військовослужбовцям зміцнювати моральний дух і психологічну стійкість. Отже, татуювання для військових є не лише прикрасою, але й глибоким вираженням особистісних особливостей, що підкреслюють їхню ідентичність та стійкість. Це засіб подолання психологічного стресу, що сприяє інтеграції травматичного досвіду та підтримує зв'язок із соціальною групою.

РОЗДІЛ II. ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ ВІЙСЬКОВИХ ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ НАНЕСЕННЯ ТАТУЮВАНЬ

2.1. Дизайн емпіричного дослідження

Методологія дослідження ґрунтується на застосуванні анкетування та психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення психологічних характеристик військовослужбовців та виявлення зв'язку між особистісними рисами, копінг-стратегіями, рівнем сприйнятого стресу і смисловим навантаженням татуювань. Дослідження проведено на вибірці з 232 осіб, з яких 139 — військові. Респонденти поділені на групи залежно від військового статусу та наявності татуювань, що дозволило здійснити порівняльний аналіз між військовими з татуюваннями, без них, а також цивільними респондентами.

Авторська анкета включала блок соціально-демографічних питань (стать, вік, місце проживання, сімейний статус, військовий статус), а також питання щодо татуювань: кількість, тематика, період нанесення (до чи після повномасштабного вторгнення), емоції, які викликає татуювання, суб'єктивне ставлення до його ролі як оберегу, засобу самовираження, зняття стресу тощо. Такий підхід дозволяє вивчити не лише фактичну наявність татуювань, а й їхню символічну функцію та зв'язок з емоційними й особистісними особливостями військових.

До основних психодіагностичних методик, використаних у дослідженні, належать наступні. Короткий п'ятифакторний опитувальник особистості ТІРІ-UKR дозволяє оцінити базові риси особистості за моделлю «Великої п'ятірки» – екстраверсію, доброзичливість, добросовісність, емоційну стабільність та відкритість до нового досвіду. Методика зручна у застосуванні до великої вибірки завдяки своїй стислості (10 пунктів).

Опитувальник Brief-COPE оцінює стратегії подолання стресу, поділені на адаптивні та неадаптивні. Він дозволяє визначити преференції респондентів

щодо активного подолання, уникнення, використання підтримки тощо. Методика містить 28 тверджень і охоплює широкий спектр копінг-реакцій.

Шкала сприйнятого стресу (PSS-10) дає змогу оцінити загальну напругу й інтенсивність сприймання життєвих подій як стресових. Опитувальник складається з 10 пунктів і дозволяє здійснити кількісну оцінку суб'єктивного рівня стресу.

Опитувальник смислових переконань (WAS) спрямований на оцінку фундаментальних переконань особистості щодо світу, інших людей і себе. Ця методика дозволяє виявити глибинні когнітивні патерни, що впливають на реакції на стрес і вибір символічних засобів самовираження, як-от татуювання.

Опитування проводилось анонімно через онлайн-форму з обов'язковим інформуванням респондентів про мету дослідження, добровільність участі та конфіденційність. Отримані дані оброблялися за допомогою описової статистики, непараметричних критеріїв Манна–Уїтні та Крускала–Уолліса, а також кореляційного аналізу Спірмена для визначення зв'язків між змінними.

Такий дослідницький дизайн дозволяє здійснити комплексну оцінку психологічних особливостей особистості військових у зв'язку з наявністю татуювань, їх змістом і символічною роллю, а також виявити можливі психологічні механізми адаптації та саморегуляції у військових умовах.

2.2. Обґрунтування доцільності обраних методик

У дослідженні було використано ряд психодіагностичних методик:

1. Короткий п'ятифакторний опитувальник особистості TIPI-UKR (Кліманська & Галецька, 2019);
2. Опитувальник Brief-COPE (Yablonska, Vernyk & Haivoronskyi, 2023);
3. Шкала сприйнятого стресу (PSS-10) (Вельдбрехт & Тавровецька, 2022)
4. Опитувальник смислових переконань (WAS) (Van Bruggen et al., 2018)

У контексті дослідження психологічних особливостей військовослужбовців, зокрема у зв'язку з символічним значенням татуювань, важливою є характеристика базових рис особистості. Короткий п'ятифакторний

опитувальник особистості TIPI-UKR (Ten Item Personality Inventory, українська адаптація) є надзвичайно доцільною для такого завдання, оскільки дозволяє швидко й надійно оцінити п'ять основних рис особистості: екстраверсію, дружелюбність, добросовісність, емоційну стабільність та відкритість до нового досвіду. Ці риси формують особистісний фундамент, який може впливати на мотивацію до нанесення татуювань, вибір їхніх символів, ставлення до тілесності, а також стратегії подолання стресу та міжособистісну поведінку в умовах бойових дій. TIPI-UKR має вагомі переваги саме в умовах польових, бойових або обмежених за часом досліджень: методика займає менше хвилини на заповнення, знижує втомлюваність респондентів, а також є валідною за ключовими критеріями. Незважаючи на обмежену кількість пунктів (по 2 на кожен шкалу), вона продемонструвала задовільні показники конструктивної валідності, ретестової надійності (від 0,57 до 0,80 через 2–6 тижнів) та високі кореляції з іншими перевіреними п'ятифакторними опитувальниками. Таким чином, TIPI-UKR є оптимальним інструментом для оцінки базових особистісних характеристик у дослідженні психологічного профілю військовослужбовців, що мають татуювання, і дозволяє виявити особистісні кореляції символічного, емоційного та мотиваційного змісту татуювань.

Вивчення копінг-стратегій – тобто свідомих зусиль особистості спрямованих на подолання або адаптацію до стресових впливів – є ключовим для глибшого розуміння психологічного функціонування військових, особливо в умовах війни. Нанесення татуювань у військовому середовищі часто пов'язане не лише з ідентичністю, а й з формами переживання травми, способом осмислення досвіду та регуляції емоцій. У цьому контексті опитувальник Brief-COPE, адаптований українськими науковцями, виступає валідним та надійним інструментом для аналізу стратегій подолання серед військових. Методика Brief-COPE дозволяє оцінити 14 підшкал копінг-поведінки, що охоплюють як проблемно орієнтовані стратегії (наприклад, активне подолання, планування), емоційно орієнтовані (прийняття, позитивне переосмислення, використання соціальної підтримки) так і уникаючі стратегії

(заперечення, вживання психоактивних речовин, поведінкове розмежування). Такий спектр особливо актуальний для військовослужбовців, які можуть демонструвати як конструктивні, так і дезадаптивні способи реагування на екстремальні ситуації, а також на післятравматичні переживання, що можуть бути частково символічно виражені через тату. Згідно з результатами української адаптації методики, Brief-COPE виявив достатню внутрішню узгодженість (від $\alpha = 0,54$ до $\alpha = 0,92$), зокрема найвищі значення показала шкала «вживання речовин» ($\alpha = 0,92$), що особливо важливо для вивчення ризикованої поведінки в групі військових. Факторна структура також підтвердила узгодженість шкал із теоретичною моделлю, що дозволяє застосовувати опитувальник у емпіричних дослідженнях зі збереженням його конструктивної валідності. Таким чином, Brief-COPE є науково обґрунтованим і методологічно доцільним інструментом, який відповідає завданням дослідження та дозволяє отримати надійні, порівнювані, валідні результати в контексті психологічного аналізу військових через призму тату.

Шкала сприйнятого стресу (Perceived Stress Scale – PSS-10) є високонадійним психодіагностичним інструментом, що дозволяє оцінити суб'єктивне сприйняття життєвих подій як стресових, тобто неконтрольованих, непередбачуваних і таких, що перевищують індивідуальні можливості подолання. PSS-10 ґрунтується на когнітивно-опосередкованій теорії стресу Р. Лазаруса, яка підкреслює, що саме суб'єктивна оцінка ситуації, а не її об'єктивні характеристики, визначає рівень психологічного напруження. У контексті військової служби, де об'єктивно стресові події є частими, саме когнітивна оцінка ситуації набуває ключового значення для розуміння психологічної адаптації особистості. Українська версія шкали пройшла ретельну адаптацію, включаючи переклад з урахуванням мовних і культурних особливостей, що робить її валідною для використання серед українських військових. Її придатність підтверджена високим рівнем внутрішньої узгодженості ($\alpha = 0,84$), конструктивною і прогностичною валідністю, а також відповідністю факторної структури оригіналу. Використання PSS-10 у

дослідженні дозволить встановити рівень психоемоційного напруження, який міг вплинути на мотивацію до нанесення татуювань, що часто виступають способом символічного контролю, захисту, компенсації або фіксації значущого досвіду. Це особливо важливо в контексті вивчення емоційного змісту татуювань, які можуть мати регулятивну функцію в умовах постійного стресу. PSS-10 добре поєднується з іншими психометричними інструментами, які застосовуються в цьому дослідженні. Це дозволяє комплексно дослідити зв'язок між особистісними рисами, копінг-стратегіями та рівнем суб'єктивного стресу. Таким чином, Шкала сприйнятого стресу є теоретично вмотивованим, емпірично валідним і практично зручним інструментом для вивчення психологічного стану військових, а її використання дозволяє простежити вплив суб'єктивного переживання стресу на психосимволічні прояви, зокрема татуювання, що є предметом цього дослідження.

У дослідженнях, що стосуються посттравматичних переживань, символічної поведінки та внутрішнього образу світу, особливо актуальним є вивчення смислових переконань – глибинних уявлень особистості про себе, навколишній світ, справедливість, безпеку, випадковість подій та власну здатність впливати на життя. Саме таку діагностичну можливість надає опитувальник смислових переконань (WAS), заснований на концепції базових схем Ронні Янофф-Бульман. Ці переконання формуються впродовж життя, однак можуть докорінно змінюватися внаслідок пережитої травми, втрати, бойового досвіду або кризових подій. Для військовослужбовців нанесення татуювань часто виконує роль не лише естетичного або ідентифікаційного елементу, а й символічного акту переосмислення особистого досвіду, фіксації внутрішніх змін або спроби контролювати та осмислювати реальність. Опитувальник дозволяє виявити специфіку ціннісного та когнітивного світогляду респондента, а також глибинні механізми адаптації, що проявляються на рівні стабільних смислових схем. У випадку військових, татуювання можуть відображати втрату довіри до світу, спробу відновлення контролю або внутрішню трансформацію «Я» після екстремальних подій. Ця

методика є цінною саме тому, що фіксує не поверхневі стани, а ґрунтовні установки, які впливають на поведінку, самооцінку, міжособистісну взаємодію та символічну активність. Опитувальник складається з низки тверджень, що оцінюються за 6-бальною шкалою. Попри відсутність офіційної української адаптації, за попередніми даними пілотної апробації серед дорослої вибірки коефіцієнти альфа Кронбаха коливалися від 0,71 до 0,81, а загальний показник надійності опитувальника становив 0,83. Отримані показники свідчать про належну гомогенність і валідність субшкал, що дозволяє використовувати WAS як надійний інструмент для емпіричного дослідження внутрішніх переконань військових із татуваннями.

2.3. Опис вибірки

Загальна кількість респондентів становила 232 особи. У розподілі за статтю більшість складають жінки — 52,2%, тоді як чоловіків трохи менше — 47,8%. За віковою групою найбільша частка припадає на респондентів віком від 26 до 35 років (38,4%), за ними йдуть люди віком від 35 до 45 років (28,4%). Молоді люди у віці 18–25 років становлять 14,7%, а частка осіб, старших за 45 років, становить 18,5% (Додаток А, Таблиці А.1–А.2, Рис. 2.1).

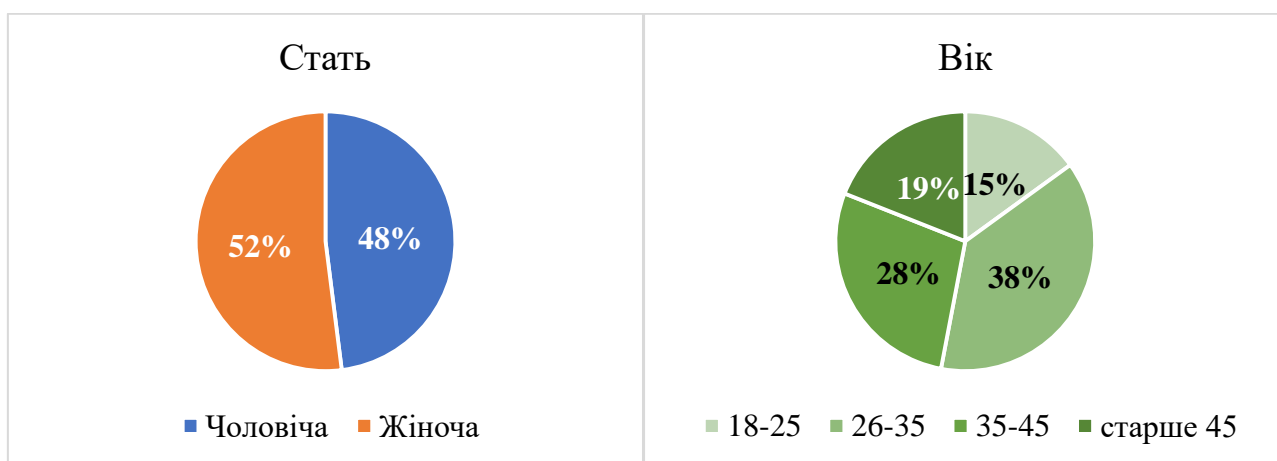


Рис. 2.1. Розподіл респондентів за статтю та віком

Щодо сімейного стану, понад половина опитаних (53,4%) перебувають у шлюбі, тоді як 37,1% є неодруженими. Розлучені особи становлять 9,5%. За місцем проживання половина респондентів мешкає у великих містах із

населенням понад 1 мільйон осіб (50,0%). У містах із населенням від 100 тисяч до 1 мільйона проживає 33,6% опитаних, тоді як 16,4% мешкають у сільській місцевості або в малих містечках (Додаток А, Таблиці А.3-А.4, Рис. 2.2).

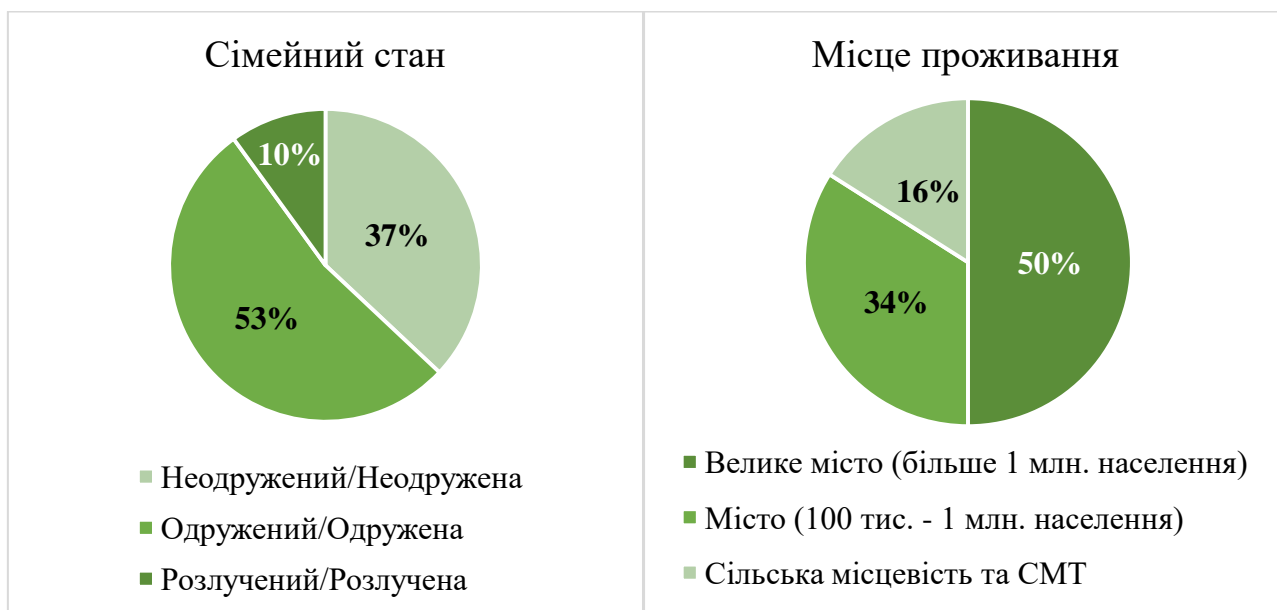


Рис. 2.2. Розподіл респондентів за сімейним станом та місцем проживання

Серед усіх респондентів 59,9% належать до категорії військових, тоді як 40,1% не є військовослужбовцями (Додаток А, Таблиця А.5). Більшість учасників опитування мають татуювання (64,2%), тоді як 35,8% їх не мають (Додаток А, Таблиця А.6). Графічно розподіл відображено на рис. 2.3.

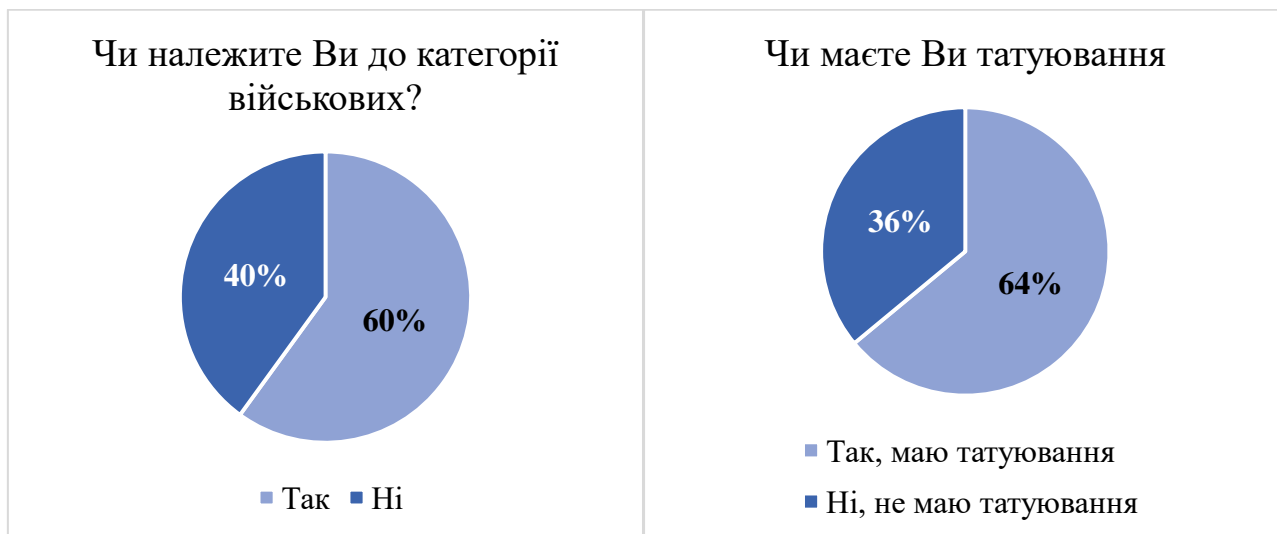


Рис. 2.3. Розподіл респондентів за приналежністю до військових та наявністю татуювань

Щодо кількості татуювань, найбільша частка респондентів має одне татуювання (28,9%). Далі йдуть ті, хто має десять або більше татуювань (16,8%), два татуювання (16,8%) та три татуювання (14,1%) (Додаток А, Таблиця А.7, Рис. 2.4).



Рис. 2.4. Розподіл респондентів за кількістю татуювань

За тематикою зображень найбільша частка припадає на татуювання, пов'язані з міфологією, магією або оберегами (27,5%). Далі йдуть особисті або пам'ятні татуювання (20,1%) та естетичні/без значення (14,1%) (Додаток А, Таблиця А.8, Рис. 2.5).

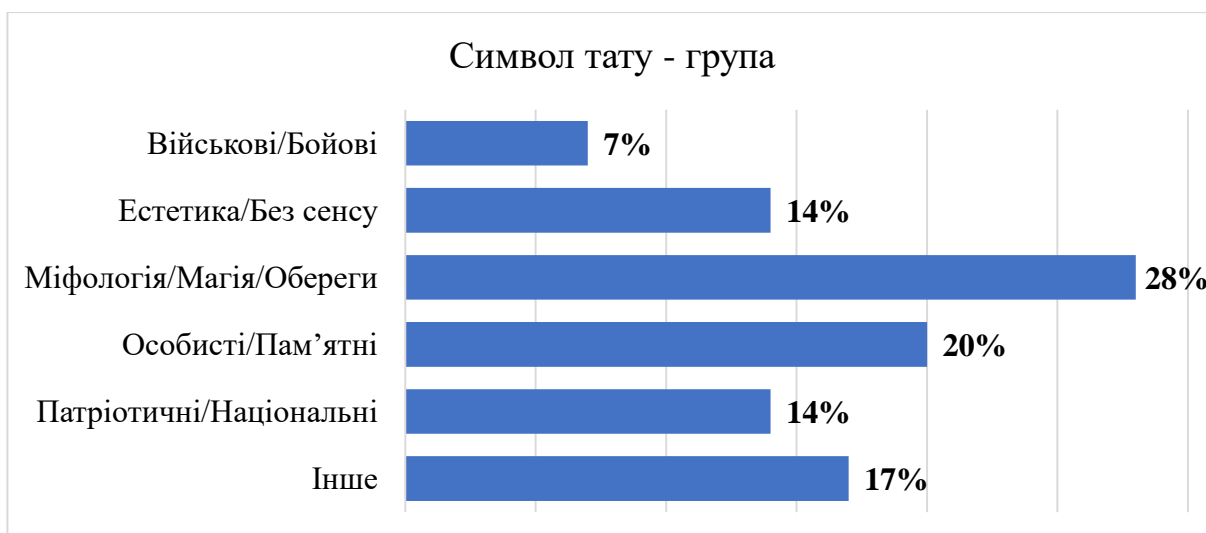


Рис. 2.5. Розподіл респондентів за символічним значенням татуювань

Щодо емоційного ставлення до татуювань, 41,6% респондентів відчувають натхнення або піднесення, 27,5% — силу та впевненість, 26,2%

описують свої емоції як інші або нейтральні, тоді як 4,7% пов'язують свої татування із сумом, болем чи пам'яттю (Додаток А, Таблиця А.9). Більшість респондентів (65,8%) зробили татування після повномасштабного вторгнення рф (після 24.02.2024), тоді як 34,2% зробили їх раніше (Додаток А, Таблиця А.10). Графічно розподіл представлено на рис. 2.6.

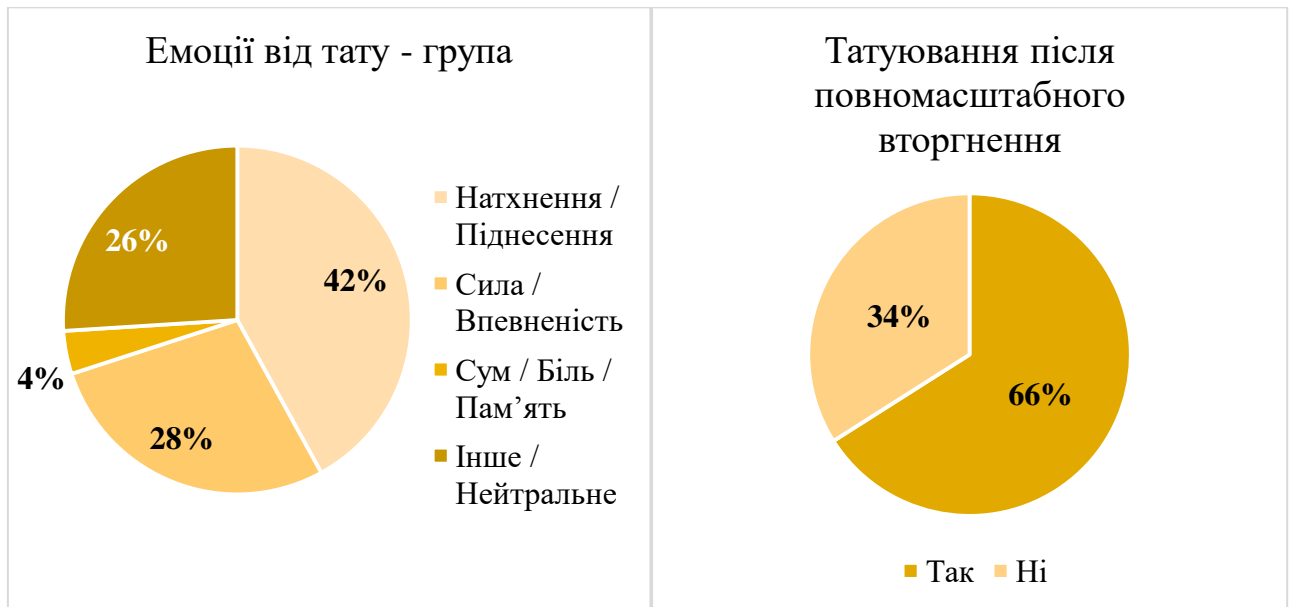


Рис. 2.6. Розподіл респондентів за емоційним значенням тату та нанесенням татувань після повномасштабного вторгнення

Серед респондентів тільки 4,7% мають татування, пов'язані виключно з військовою службою, 29,5% — частково пов'язані, а 65,8% мають татування, не пов'язані з військовою тематикою (Додаток А, Таблиця А.11, Рис. 2.7).



Рис. 2.7. Розподіл респондентів за зв'язком тату з військовою службою

Щодо психологічної підтримки, 48,3% респондентів вважають, що татуювання допомагає їм упоратися зі стресом чи труднощами, а 51,7% не відчують такого впливу (Додаток А, Таблиця А.12). Ставлення родичів та друзів до татуювань у більшості нейтральне (59,1%), позитивне — у 34,9% випадків, негативне — у 6,0% (Додаток А, Таблиця А.13). Щодо впливу татуювань на сприйняття власного тіла та себе, 62,4% респондентів відзначили позитивні зміни, 1,3% — негативні, тоді як 36,2% не відчули змін (Додаток А, Таблиця А.14). Графічно розподіл представлено на рис. 2.8.



Рис. 2.8. Розподіл респондентів за психологічним впливом тату та ставленням родини

Відчуття належності до певної групи через татуювання мають 35,6% опитаних, а 64,4% такого відчуття не мають (Додаток А, Таблиця А.15). Лише 10,7% респондентів стикалися з дискримінацією через наявність татуювань, тоді як 89,3% такого досвіду не мали (Додаток А, Таблиця А.16). Щодо мотивів нанесення татуювань, лише 24,2% респондентів зробили татуювання спонтанно, тоді як 75,8% приймали рішення обдуманно (Додаток А, Таблиця А.17). Зміна ставлення до татуювань із часом спостерігається у 27,5% опитаних, тоді як у 72,5% воно залишилося незмінним (Додаток А, Таблиця А.18). Більшість респондентів (72,5%) вважають, що татуювання допомагає їм виразити свою індивідуальність, а 27,5% не пов'язують татуювання з проявом індивідуальності (Додаток А, Таблиця А.19). Татуювання є способом виразити особисті переконання або світогляд для 65,1% респондентів, тоді як для 34,9% — ні (Додаток А, Таблиця А.20). Щодо змін у самовідчутті після нанесення татуювань, 59,1% респондентів відчували зміни, тоді як 40,9% змін не зафіксували (Додаток А, Таблиця А.21). Понад половина опитаних (52,3%) вважають, що татуювання допомогли їм краще зрозуміти себе або свої життєві цінності, а 47,7% не відчували такого ефекту (Додаток А, Таблиця А.22). Татуювання відіграє роль оберегу або захисту для 50,3% респондентів, тоді як для 49,7% — ні (Додаток А, Таблиця А.23). Половина респондентів (51,0%) зазначили, що їхні татуювання пов'язані з життєвими подіями, які допомагають впоратися з переживаннями, тоді як 49,0% такого зв'язку не мають (Додаток А, Таблиця А.24). Щодо рекомендацій, 48,3% респондентів готові рекомендувати татуювання як метод або символ подолання труднощів іншим людям, тоді як 51,7% не поділяють таку думку (Додаток А, Таблиця А.25). Графічно описані розподіли представлено на рис. 2.9.



Рис. 2.9. Розподіл респондентів за психологічним наповненням тату

Серед військових загальна кількість респондентів становила 139 осіб. У розподілі за статтю переважають чоловіки — 73,4%, тоді як жінок серед опитаних — 26,6% (Додаток А, Таблиця А.26). Найбільша частка військовослужбовців належить до вікової групи 26–35 років (49,6%), за ними йдуть особи віком 35–45 років (20,9%). Молоді люди у віці 18–25 років становлять 16,5%, а старші за 45 років — 12,9% (Додаток А, Таблиця А.27). Графічно описані розподіли представлено на рис. 2.10.

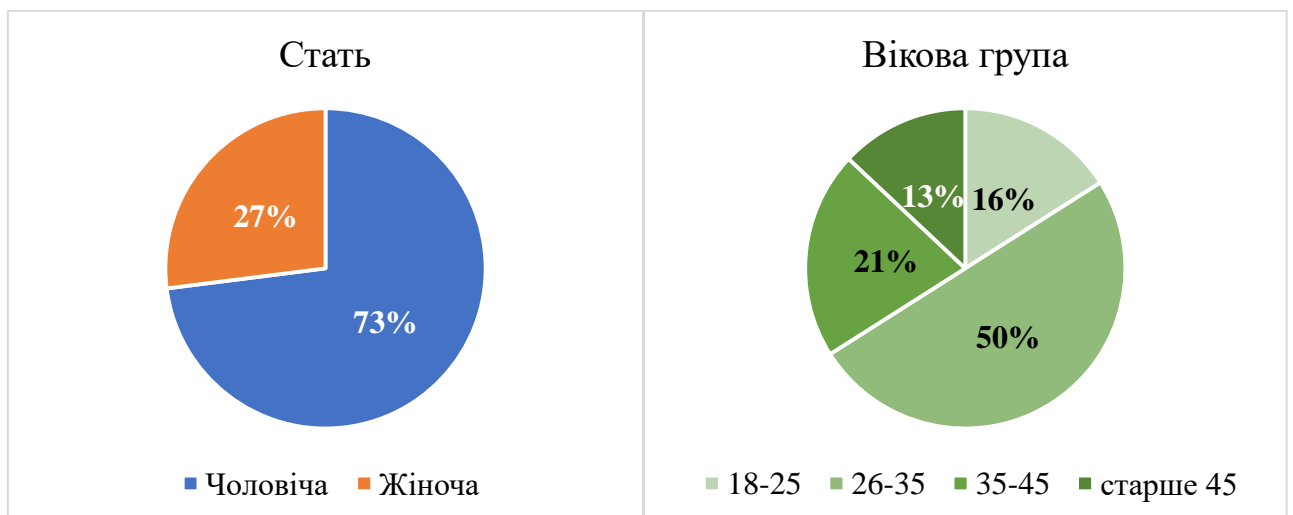


Рис. 2.10. Розподіл респондентів-військових за статтю та віком

Щодо сімейного стану, 44,6% військових респондентів є неодруженими, 43,9% перебувають у шлюбі, а 11,5% є розлученими (Додаток А, Таблиця А.28). За місцем проживання майже половина військових респондентів (48,2%) мешкає у великих містах із населенням понад 1 мільйон осіб. У містах із населенням від 100 тисяч до 1 мільйона проживає 34,5%, тоді як у сільській місцевості або СМТ мешкає 17,3% опитаних (Додаток А, Таблиця А.29). Графічно описані розподіли представлено на рис. 2.11.

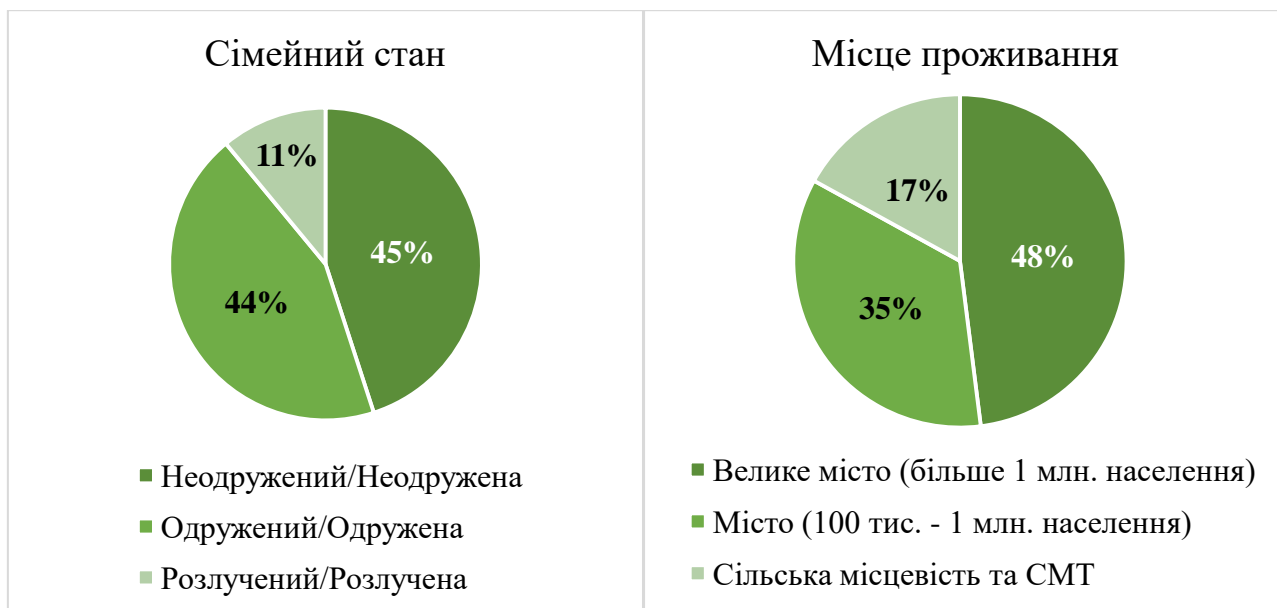


Рис. 2.11. Розподіл респондентів-військових за сімейним станом та місцем проживання

Щодо наявності татуювань, 72,7% військових мають татуювання, а 27,3% — не мають (Додаток А, Таблиця А.31). Стосовно кількості татуювань: найбільша частка має десять або більше татуювань (22,8%), два татуювання мають 18,8%, одне татуювання — 17,8%, три татуювання — 14,9% (Додаток А, Таблиця А.32). Графічно описані розподіли представлено на рис. 2.12.

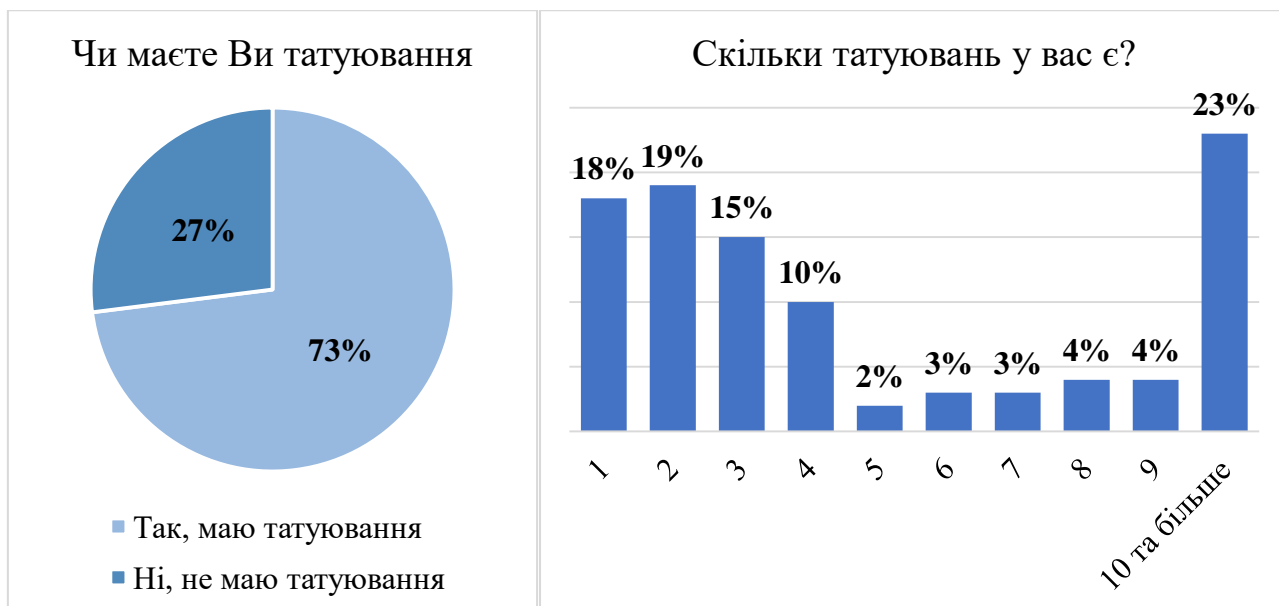


Рис. 2.12. Розподіл респондентів-військових за наявністю та кількістю татуювань

Тематика татуювань серед військових найчастіше пов'язана з міфологією, магією чи оберегами (24,8%). Також поширені естетичні татуювання без особливого сенсу (18,8%), особисті або пам'ятні символи (16,8%), патріотичні/національні зображення (14,9%) (Додаток А, Таблиця А.33). Щодо емоцій, які викликають татуювання, найбільше опитаних відзначили натхнення або піднесення (44,6%), 31,7% відчувають силу та впевненість, тоді як 4,0% асоціюють свої татуювання із сумом чи болем (Додаток А, Таблиця А.34). Графічно описані розподіли представлено на рис. 2.13.

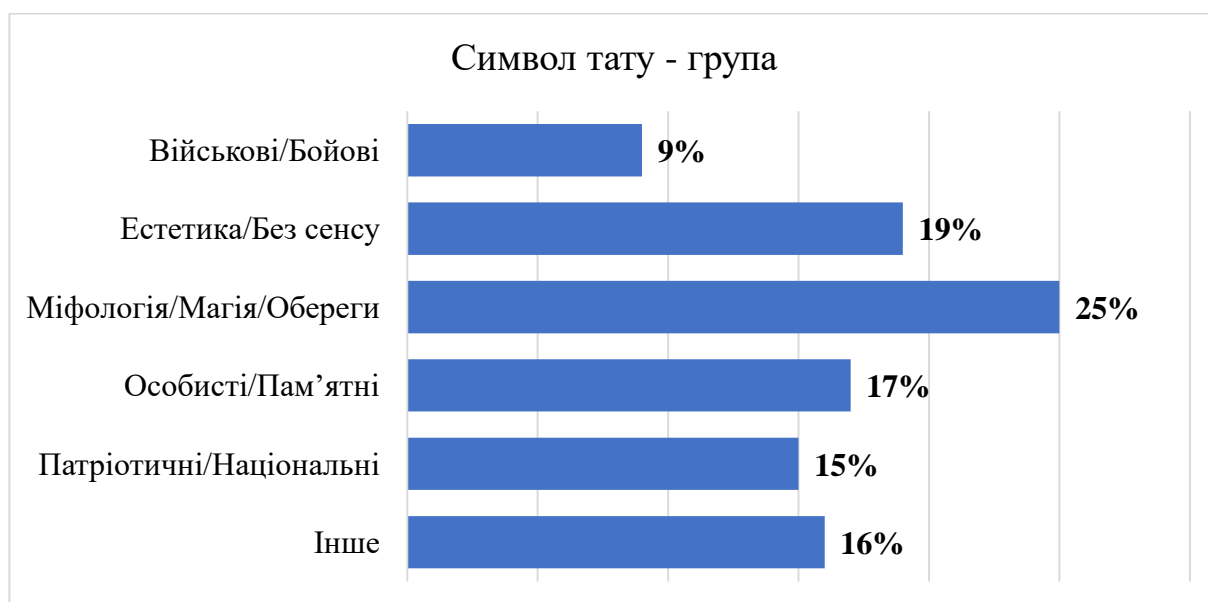




Рис. 2.13. Розподіл респондентів-військових за символічним та емоційним значенням татуювань

Переважна більшість (72,3%) зробили татуювання після повномасштабного вторгнення РФ (після 24.02.2024) (Додаток А, Таблиця А.35). Татуювання, пов'язані виключно з військовою службою, мають 6,9% військових, частково пов'язані — 42,6%, тоді як 50,5% не пов'язують свої татуювання з військовою тематикою (Додаток А, Таблиця А.36). Графічно описані розподіли представлено на рис. 2.14.

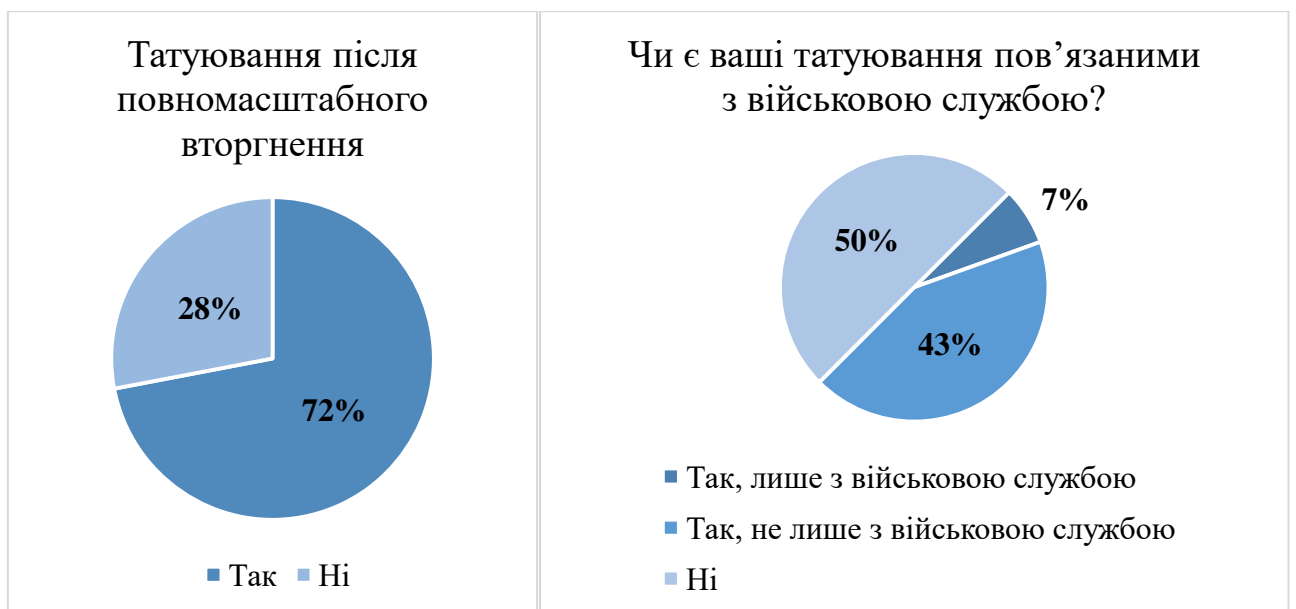


Рис. 2.14. Розподіл респондентів-військових за нанесенням тату після повномасштабного вторгнення та її зв'язком з військовою службою

Ставлення родичів і друзів до татуювань військових у більшості випадків нейтральне (59,4%), позитивне — у 35,6% випадків, негативне — у 5,0% (Додаток А, Таблиця А.38). Щодо впливу на сприйняття себе: 62,4% військових відзначили позитивні зміни, 1,0% — негативні, а 36,6% змін не відчули (Додаток А, Таблиця А.39). Графічно описані розподіли представлено на рис. 2.15.

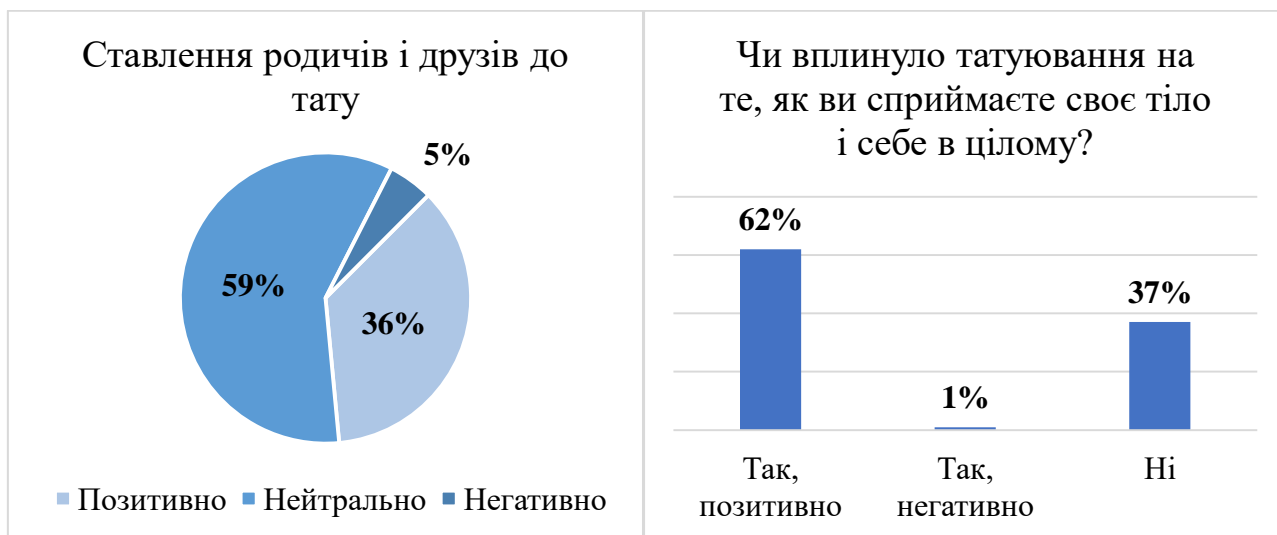


Рис. 2.15. Розподіл респондентів-військових за ставленням їх родичів до тату та впливом тату на сприйняття себе

Щодо психологічного впливу, 47,5% військових зазначили, що татуювання допомагає їм упоратися зі стресом або труднощами, а 52,5% не відчують такої допомоги (Додаток А, Таблиця А.37). Відчуття належності до певної групи через татуювання мають 37,6% військових, тоді як 62,4% такого відчуття не мають (Додаток А, Таблиця А.40). Лише 10,9% військових стикалися з дискримінацією через наявність татуювань, тоді як 89,1% не мають такого досвіду (Додаток А, Таблиця А.41). Стосовно мотивації нанесення татуювань, 24,8% військових зробили татуювання спонтанно, тоді як 75,2% приймали рішення обдуманно (Додаток А, Таблиця А.42). Зміна ставлення до татуювань із часом спостерігається у 28,7% військових, а у 71,3% воно залишилося незмінним (Додаток А, Таблиця А.43). Переважна більшість військових (72,3%) вважають, що татуювання допомагає їм виразити свою

індивідуальність, а 27,7% не пов'язують татуювання з індивідуальністю (Додаток А, Таблиця А.44). Татуювання є способом виразити особисті переконання або світогляд для 66,3% військових, тоді як для 33,7% — ні (Додаток А, Таблиця А.45). Щодо змін у самовідчутті після нанесення татуювань, 57,4% військових відзначили позитивні зміни, а 42,6% не зафіксували змін (Додаток А, Таблиця А.46). Понад половина військових (53,5%) зазначили, що татуювання допомогли їм краще зрозуміти себе або свої життєві цінності, тоді як 46,5% не відчули такого впливу (Додаток А, Таблиця А.47). Татуювання відіграє роль оберегу чи захисту для 44,6% військових респондентів, тоді як 55,4% не приписують татуюванням такої функції (Додаток А, Таблиця А.48). Майже половина військових респондентів (47,5%) пов'язують свої татуювання з певними життєвими подіями, які допомагають їм впоратися з переживаннями, тоді як 52,5% такого зв'язку не мають (Додаток А, Таблиця А.49). Графічно описані розподіли представлено на рис. 2.16.



Рис. 2.16. Розподіл респондентів-військових за психологічним наповненням татуювань

Висновки до розділу II

Методологічне підґрунтя дослідження базується на комплексному підході, який передбачає одночасне залучення кількох валідних психодіагностичних інструментів, авторської анкети, а також урахування широкого спектру соціально-демографічних характеристик. Такий підхід дозволяє глибше зрозуміти взаємозв'язок між особистісними властивостями, копінг-стратегіями, рівнем сприйнятого стресу та символічним змістом татуювань у представників військового середовища.

Емпіричне дослідження було реалізоване у форматі онлайн-опитування, що дало змогу забезпечити доступність участі для респондентів із різних регіонів України. Усього до вибірки було залучено 232 особи, серед яких 139 (59,9 %) ідентифікували себе як військовослужбовці або учасники бойових дій. Щодо гендерного розподілу, дослідження охопило як чоловіків (47,8 %), так і жінок (52,2 %). За віковою ознакою, найбільшу частку становили респонденти віком 26–35 років (38,4 %), що відповідає активному періоду професійної реалізації та участі у воєнних діях.

Соціально-демографічна частина авторської анкети дозволила деталізувати характеристики вибірки за такими показниками, як сімейний стан і місце проживання. Зокрема, понад половина перебувала у шлюбі, а 50 % мешкали у великих містах. Важливим компонентом опитування стала оцінка наявності татуювань. За цим параметром 64,2 % респондентів повідомили про наявність хоча б одного татуювання, причому серед військових цей показник був вищим – майже 73 %. Значна частина цих татуювань (особливо серед військових) була зроблена після початку повномасштабного вторгнення РФ в Україну 24 лютого 2022 року, що може свідчити про їх адаптаційну, компенсаторну або захисну функцію. Зокрема, татуювання часто інтерпретувалися як оберег, символ пам'ятних подій або спосіб вираження патріотичних почуттів.

Психодіагностичний блок дослідження включав низку методик, спрямованих на вимірювання ключових особистісних характеристик і механізмів психологічної адаптації. Так, Короткий п'ятифакторний опитувальник ТPI-UKR дав змогу оперативно оцінити базові риси особистості за моделлю «Великої п'ятірки». Його використання є доцільним у контексті дослідження військового контингенту, оскільки дозволяє виявити потенційні риси, що впливають на схильність до символічного самовираження через татування. Опитувальник Brief-COPE дозволив проаналізувати домінуючі копінг-стратегії серед учасників дослідження. Шкала сприйнятого стресу (PSS-10), у свою чергу, надала кількісну оцінку рівня суб'єктивного навантаження, дозволяючи виявити потенційні взаємозв'язки між високим рівнем стресу та практиками тілесної символізації. Окрему увагу приділено використанню опитувальника смислових переконань (WAS), адаптованого в межах цього дослідження для вивчення екзистенційно значущих орієнтацій особистості.

Загалом структура дослідження дозволила виокремити чотири основні групи респондентів: військові з татуваннями, військові без татувань, цивільні з татуваннями та цивільні без татувань. Така типологізація створює можливості для порівняльного аналізу між цими групами щодо рівнів стресу, використання копінг-стратегій, особистісних рис та смислових орієнтацій. Це, у свою чергу, сприяє більш глибокому розумінню ролі татування як особистісного ресурсу, символічного акту, інструменту інтеграції травматичного досвіду або способу регуляції емоційного стану.

Встановлені емпіричні параметри вибірки, логіка побудови методичного апарату та структурна модель порівняльного дослідження забезпечують можливість глибокого вивчення цільового феномену та підтвердження або спростування дослідницьких гіпотез, що висувалися на етапі теоретичного обґрунтування. У сукупності, методичні підходи та зібрані дані формують надійне підґрунтя для подальшої статистичної обробки та інтерпретації отриманих результатів.

РОЗДІЛ ІІІ. АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ ВІЙСЬКОВИХ ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ НАНЕСЕННЯ ТАТУЮВАНЬ

3.1. Первинний аналіз результатів емпіричного дослідження

У межах дослідження було проаналізовано особливості застосування різних копінг-стратегій серед респондентів залежно від їхнього військового статусу та наявності татуювань. Порівняння проводилося за середніми значеннями, медіаною, стандартним відхиленням, дисперсією, а також мінімальними та максимальними показниками за кожною стратегією (Додаток Б, Таблиця Б.1).

За стратегією активного подолання найвищі середні показники спостерігалися серед військових із татуюваннями ($M = 6,77$), що свідчить про їхню орієнтацію на активне вирішення проблем. Медіана в усіх групах залишалася стабільною і дорівнювала 7. Використання інформаційної підтримки було дещо більш поширеним серед невійськових респондентів, особливо тих, які не мали татуювань ($M = 5,38$). Середній рівень позитивного рефреймінгу був найвищим серед військових без татуювань ($M = 5,45$) та найнижчим серед військових із татуюваннями ($M = 4,81$), що може вказувати на різні механізми переосмислення стресових подій.

Щодо планування, вищі середні показники були зафіксовані серед військових із татуюваннями ($M = 6,39$), що підкреслює їхню більшу схильність до організованого підходу у вирішенні життєвих труднощів. Емоційна підтримка найчастіше використовувалася невійськовими без татуювань ($M = 5,87$), тоді як серед інших груп цей показник був дещо нижчим. Вираження емоцій було краще розвиненим у невійськових із татуюваннями ($M = 5,69$), що може свідчити про більшу емоційну відкритість у цій групі.

Гумор як копінг-стратегія частіше застосовувався військовими з татуюваннями ($M = 6,23$), тоді як найнижчі показники були характерні для

невійськових без татуювань ($M = 4,18$). Прийняття як стратегія подолання мало високі значення у всіх групах, однак найвищий показник був характерний для військових із татуюваннями ($M = 6,87$). Релігійні практики у вирішенні стресових ситуацій застосовувалися найменше, особливо серед військових із татуюваннями ($M = 3,03$).

Щодо самозвинувачення, найвищі середні значення спостерігалися серед невійськових із татуюваннями ($M = 4,98$), що може вказувати на вищу схильність до внутрішньої атрибуції труднощів. Самовідволікання виявилось більш поширеним серед невійськових респондентів незалежно від наявності татуювань ($M = 6,17$ та $M = 6,16$ відповідно). Показники використання відмови як стратегії залишалися на середньому рівні без суттєвих відмінностей між групами.

Вживання психоактивних речовин частіше зазначалося серед військових із татуюваннями ($M = 3,72$) та невійськових із татуюваннями ($M = 4,31$), що може бути пов'язано з пошуком альтернативних способів зниження стресу. Поведінкове розмежування частіше застосовувалося невійськовими з татуюваннями ($M = 3,79$).

Копінг-стратегії, фокусовані на проблемі, були розвинені приблизно однаково у всіх групах, із середніми значеннями близькими до 23–24 балів. Копінг, орієнтований на емоції, мав найвищий показник серед невійськових із татуюваннями ($M = 31,77$), що свідчить про більшу схильність цієї групи до емоційного реагування на стресові ситуації. Уникаючий копінг також виявився більш характерним для невійськових із татуюваннями ($M = 18,44$).

Загалом результати показують, що наявність татуювань пов'язана з вищим рівнем використання стратегій активного подолання, планування, гумору та вираження емоцій як серед військових, так і серед цивільних осіб. Водночас серед невійськових із татуюваннями простежується більша орієнтація на емоційно-фокусований та унікальний копінг, що свідчить про певні відмінності у способах подолання стресових ситуацій залежно від військового статусу та особистісних характеристик респондентів.

Таким чином, результати аналізу свідчать про те, що як військові, так і цивільні респонденти з татуюваннями демонструють вищу залученість до активних копінг-стратегій порівняно з тими, хто татуювань не має. Наявність татуювань асоціюється з підвищеним використанням планування, гумору та вираження емоцій при подоланні стресових ситуацій. Водночас серед цивільних осіб із татуюваннями спостерігається більша схильність до емоційно-орієнтованих та унікаючих стратегій. Отримані дані підкреслюють важливість врахування особистісних характеристик, таких як наявність татуювань, при вивченні адаптаційних механізмів у різних соціальних групах.

У межах дослідження було проаналізовано особливості сприйняття світу та себе серед респондентів залежно від їхнього військового статусу та наявності татуювань. Порівняння також проводилося за середніми значеннями, медіаною, стандартним відхиленням, дисперсією, а також мінімальними і максимальними показниками за різними шкалами (Додаток Б, Таблиця Б.2).

При аналізі показника прихильності світу найвищі середні значення спостерігалися серед невійськових респондентів без татуювань ($M = 17,1$), що свідчить про їхнє позитивніше ставлення до навколишнього середовища. Військові з татуюваннями демонстрували найнижчі середні показники ($M = 14,8$), що може вказувати на більш критичне або обережне сприйняття світу серед цієї групи.

Щодо оцінки доброти людей, найвищі середні значення знову були зафіксовані серед невійськових без татуювань ($M = 15,0$). Натомість серед військових із татуюваннями цей показник був дещо нижчим ($M = 14,1$), що також може свідчити про знижений рівень базової довіри до інших у цій групі.

Справедливість світу оцінювалася найвищими показниками серед військових без татуювань ($M = 14,8$), тоді як серед невійськових із татуюваннями цей показник був нижчим ($M = 12,0$). Це може вказувати на те, що досвід служби без наявності татуювань асоціюється із вищою вірою в справедливість у світі.

Аналіз контрольованості світу показав, що військові без татуювань сприймають світ як більш контрольований ($M = 16,3$) порівняно з іншими групами. Військові з татуюваннями оцінили контрольованість дещо нижче ($M = 14,6$), що може свідчити про інші уявлення про вплив особистості на зовнішні обставини.

Сприйняття випадковості подій демонструвало невеликі відмінності між групами. Невійськові з татуюваннями мали дещо вищі середні значення ($M = 16,4$), що свідчить про схильність бачити у подіях більше випадковості або неконтрольованості.

Оцінка цінності власного "Я" виявилася найвищою серед невійськових без татуювань ($M = 18,4$), тоді як військові з татуюваннями мали дещо нижчі показники ($M = 16,2$). Це може вказувати на вищу самооцінку у цивільних осіб без татуювань.

Ступінь самоконтролю залишався досить стабільним між групами. Найвищі середні значення спостерігалися серед невійськових без татуювань і військових без татуювань ($M = 17,3$ для обох груп), що вказує на високу внутрішню регуляцію поведінки незалежно від військового статусу.

Ступінь вдачі був порівняно однорідним у всіх групах. Незначно вищі середні значення демонстрували невійськові з татуюваннями ($M = 16,5$) та військові без татуювань ($M = 16,7$).

Загалом результати свідчать про те, що невійськові респонденти без татуювань демонструють більш позитивне сприйняття світу, вищу віру в доброту людей, справедливість і власну цінність. Водночас військові з татуюваннями мають дещо нижчі показники за багатьма шкалами, що може бути наслідком специфічного досвіду служби, стресових подій та змін у сприйнятті навколишньої реальності. Наявність татуювань у цілому асоціюється з незначно зниженими показниками позитивного сприйняття світу, особливо серед військових.

Таким чином, результати дослідження показують, що позитивне сприйняття світу та висока самооцінка більш характерні для невійськових

респондентів без татуювань. Військові респонденти, особливо ті, хто має татуювання, демонструють дещо знижені показники прихильності до світу, віри у справедливість та цінності власного "Я". Наявність татуювань у респондентів асоціюється із менш позитивним баченням соціальної реальності, що може бути наслідком життєвого досвіду, стресових подій та специфічних умов діяльності.

У межах дослідження було проаналізовано особливості особистісних рис респондентів залежно від їхнього військового статусу та наявності татуювань. Оцінка проводилася за п'ятьма базовими факторами: екстраверсією, дружелюбністю, добросовісністю, емоційною стабільністю та відкритістю новому досвіду. Порівняння груп здійснювалося за середніми значеннями, медіаною, стандартним відхиленням, дисперсією, мінімальними і максимальними показниками (Додаток Б, Таблиця Б.3).

Аналіз екстраверсії показав, що найвищі середні значення спостерігалися серед невійськових респондентів із татуюваннями ($M = 9,54$), тоді як найнижчі показники були характерні для невійськових без татуювань ($M = 8,78$). Загалом середні значення екстраверсії були досить близькими між групами, що свідчить про відносно однаковий рівень соціальної активності незалежно від військового статусу чи наявності татуювань.

Щодо дружелюбності, найвищий середній показник спостерігався серед невійськових без татуювань ($M = 10,67$), що може свідчити про більшу відкритість та доброзичливість цієї групи порівняно з іншими. У решти груп рівень дружелюбності залишався на порівняно стабільному середньому рівні близько 9,4–9,5 балів.

Добросовісність була найвищою серед невійськових без татуювань ($M = 10,53$) і невійськових із татуюваннями ($M = 10,17$). Це свідчить про те, що серед цивільних респондентів, незалежно від наявності татуювань, вищий рівень організованості та відповідальності порівняно з військовими респондентами.

Емоційна стабільність демонструвала значні відмінності між групами. Найвищі середні значення були у військових без татуювань ($M = 9,29$), тоді як

найнижчі — серед невійськових із татуюваннями ($M = 7,19$). Це може вказувати на те, що військова служба без татуювань супроводжується вищим рівнем емоційної врівноваженості, тоді як наявність татуювань серед цивільних респондентів може бути пов'язана із дещо нижчим рівнем емоційної стійкості.

Відкритість новому досвіду була на високому рівні у всіх групах без істотних відмінностей. Середні значення перебували у межах від 9,85 до 10,07 балів. Це свідчить про відносно однакову готовність до новизни та прагнення до нового досвіду серед усіх респондентів незалежно від військового статусу та наявності татуювань.

Загалом отримані результати свідчать, що наявність татуювань має деякий вплив на окремі особистісні характеристики, зокрема на рівень емоційної стабільності та добросовісності. Військовий статус також певною мірою асоціюється з вищою емоційною стабільністю та дещо нижчим рівнем дружелюбності й відкритості порівняно з цивільними особами.

Таким чином, результати дослідження вказують на певні відмінності у вираженості особистісних рис залежно від військового статусу та наявності татуювань. Цивільні респонденти без татуювань демонструють вищі показники дружелюбності та добросовісності, тоді як військові без татуювань характеризуються більшою емоційною стабільністю. Наявність татуювань у цивільних респондентів пов'язана із дещо зниженим рівнем емоційної стійкості. Загалом відкритість до нового досвіду залишається високою незалежно від військового статусу та наявності татуювань.

У межах дослідження було проаналізовано рівень сприйнятого стресу серед респондентів залежно від військового статусу та наявності татуювань. Оцінка проводилася за показниками середнього значення, медіани, стандартного відхилення, дисперсії, мінімальних і максимальних значень (Додаток Б, Таблиця Б.4).

Серед військових респондентів із татуюваннями середній рівень сприйнятого стресу становив 22,5 бали, що є дещо вищим порівняно з військовими без татуювань, де середнє значення склало 18,8 бали. У той же час

невійськові респонденти з татуюваннями мали найвищі показники сприйнятого стресу серед усіх груп ($M = 23,6$), тоді як невійськові без татуювань продемонстрували середній рівень стресу на рівні 22,0 бали.

Медіана показників сприйнятого стресу для більшості груп становила 22 або 23 бали, що вказує на високий суб'єктивний рівень переживання стресових ситуацій серед різних категорій респондентів. Стандартне відхилення виявило вищу варіативність відповідей серед військових без татуювань ($SD = 6,09$), що може свідчити про значні індивідуальні відмінності у сприйнятті стресу в цій групі.

Результати дослідження свідчать, що наявність татуювань асоціюється з вищими середніми рівнями сприйнятого стресу як серед військових, так і серед цивільних респондентів. Зокрема, найвищий рівень стресу демонструють невійськові особи з татуюваннями, що може вказувати на особливості переживання стресу у цій групі, пов'язані як із життєвим досвідом, так і з особистісними характеристиками. Таким чином, результати показують, що респонденти з татуюваннями мають тенденцію до вищого рівня сприйнятого стресу порівняно з тими, хто не має татуювань. Найвищі показники стресу спостерігаються серед невійськових респондентів із татуюваннями. Отримані дані підкреслюють важливість врахування як військового статусу, так і особистісних особливостей при вивченні механізмів переживання стресових ситуацій.

3.2. Аналіз взаємозв'язку психологічних і символічних аспектів татуювань у контексті наявності військового досвіду

У межах дослідження було проведено аналіз зв'язку між військовим статусом респондентів та наявністю татуювань за допомогою таблиці сполученості та хі-квадрат тесту (Додаток В, Таблиця В.1, Рис. 3.1). Згідно з отриманими даними, серед військових респондентів більша частка має татуювання (101 особа), тоді як серед невійськових осіб із татуюваннями — 48

респондентів. Водночас серед військових без татуювань виявлено 38 осіб, а серед невійськових без татуювань — 45 осіб.

Результати χ^2 -тесту показали наявність статистично значущого зв'язку між військовим статусом і наявністю татуювань ($\chi^2 = 10,7$, $df = 1$, $p = 0,001$). Оскільки рівень значущості $p < 0,05$, нульова гіпотеза про відсутність зв'язку відхиляється, що свідчить про існування реальної залежності між цими змінними.

Коефіцієнти зв'язку також підтверджують наявність помірною зв'язку. Зокрема, коефіцієнт контингентності становить 0,210, коефіцієнт Фі — 0,215, а значення коефіцієнта Крамера також дорівнює 0,215. Це свідчить про те, що хоча зв'язок між військовим статусом і наявністю татуювань є статистично значущим, його сила є помірною за величиною.

Інтерпретація результатів дозволяє зробити висновок, що серед військових осіб татуювання є поширенішим явищем, ніж серед цивільних респондентів. Ця тенденція може бути пов'язана зі специфікою військової культури, де татуювання можуть виконувати функції ідентифікації, символізації досвіду або підвищення групової належності.

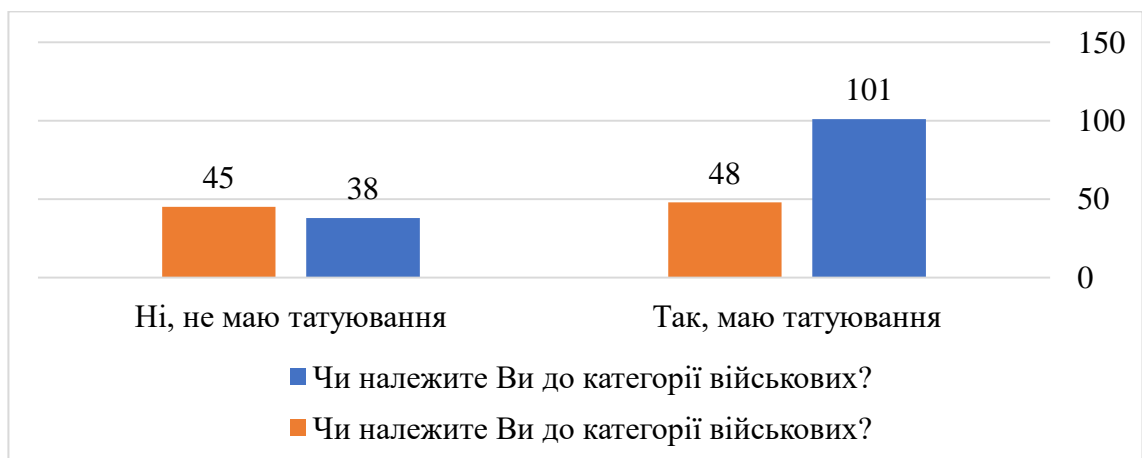


Рис. 3.1. Розподіл цивільних та військовослужбовців залежно від наявності або відсутності татуювань

У межах дослідження було проведено аналіз залежності між військовим статусом респондентів та кількістю татуювань (Додаток В, Таблиця В.2, Рис. 3.2). Відповідно до отриманих даних, серед військових респондентів

спостерігається більша кількість осіб із численними татуюваннями порівняно з невійськовими. Зокрема, найбільша кількість військових має десять і більше татуювань (23 особи), тоді як серед невійськових таких було лише 2 особи. Натомість серед цивільних респондентів більше представлено осіб, які мають лише одне татуювання (25 осіб проти 18 військових).

Результати χ^2 -тесту підтвердили наявність статистично значущого зв'язку між військовим статусом і кількістю татуювань ($\chi^2 = 28,4$, $df = 9$, $p < 0,001$). Оскільки значення p є меншим за 0,05, нульову гіпотезу про відсутність зв'язку відхилено.

Коефіцієнт контингентності становить 0,400, а коефіцієнт Крамера — 0,436, що свідчить про наявність досить сильного зв'язку між військовим статусом і кількістю татуювань.

Отримані результати вказують на те, що військові респонденти, як правило, мають більшу кількість татуювань порівняно з цивільними. Це може бути пояснено тим, що татуювання серед військових виступають не тільки як особистісний прояв, але й як засіб символічного відображення досвіду служби, ідентичності або згуртування всередині певної соціальної групи.

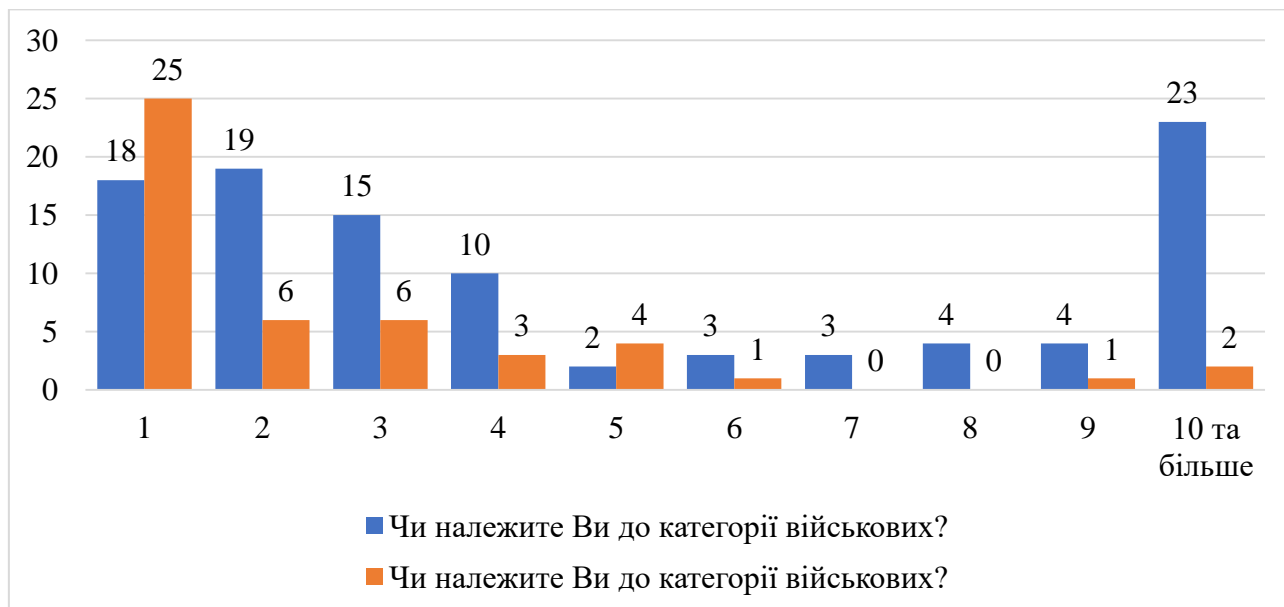


Рис. 3.2. Розподіл цивільних та військовослужбовців залежно від кількості татуювань

У межах дослідження було проаналізовано залежність між військовим статусом респондентів та емоціями, які викликають їхні татуювання (Додаток В, Таблиця В.3, Рис. 3.3). Згідно з отриманими даними, серед військових респондентів найбільша частка зазначила, що їхні татуювання викликають натхнення або піднесення (45 осіб) та відчуття сили і впевненості (32 особи). Серед невійськових респондентів натхнення та піднесення відзначили 17 осіб, а силу й впевненість — 9 осіб. Натомість у групі цивільних респондентів дещо більша частка віднесла свої емоції до категорії «Інше / Нейтральне» (19 осіб проти 20 військових).

Результати χ^2 -тесту свідчать про статистично значущий зв'язок між військовим статусом та характером емоцій, що виникають у зв'язку з татуюваннями ($\chi^2 = 7,86$, $df = 3$, $p = 0,049$). Оскільки $p < 0,05$, нульову гіпотезу про відсутність зв'язку було відхилено.

Коефіцієнт контингентності становить 0,224, а коефіцієнт Крамера — 0,230, що свідчить про слабкий до помірного рівень асоціації між досліджуваними змінними.

Отримані результати дозволяють припустити, що для військових респондентів татуювання мають переважно змістовно-підтримуючий характер, пов'язаний із відчуттям натхнення, сили та впевненості. У той час як для цивільних респондентів частіше характерні нейтральні або різноманітніші емоційні реакції на власні татуювання

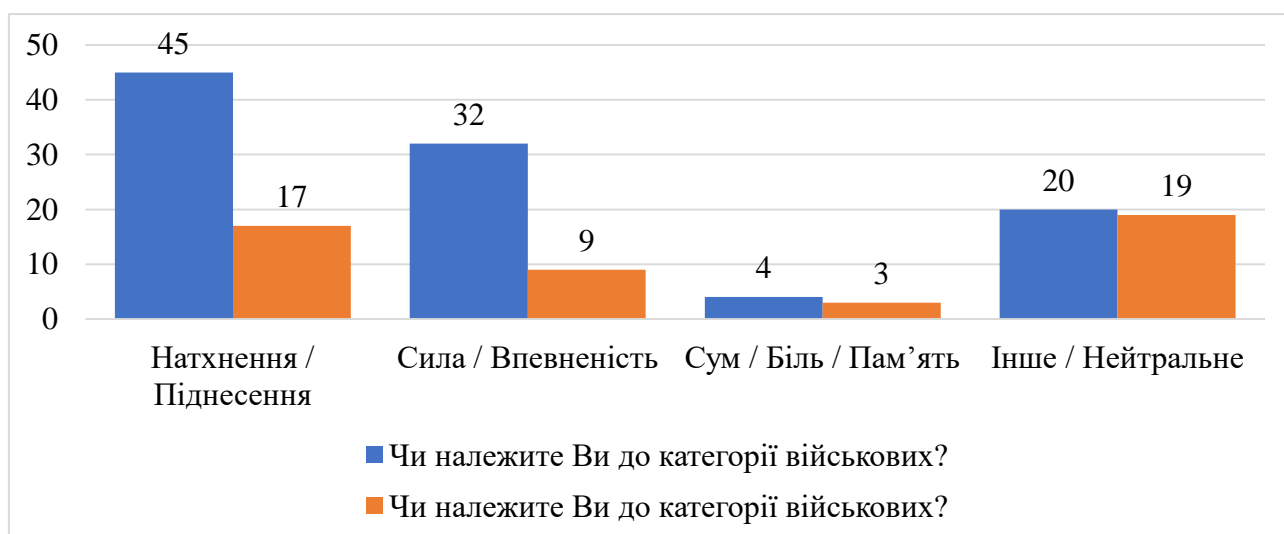


Рис. 3.3. Розподіл цивільних та військовослужбовців залежно від емоційного наповнення татуювань

У межах дослідження було здійснено аналіз залежності між військовим статусом респондентів та фактом нанесення татуювання після початку повномасштабного вторгнення РФ (Додаток В, Таблиця В.4, Рис. 3.4). Згідно з отриманими даними, серед військових осіб 73 респонденти (із 101) зробили татуювання після зазначеної дати, тоді як серед невійськових таких респондентів було 25 із 48. Водночас серед тих, хто не робив татуювання після 24.02.2024, частка військових становила 28 осіб, а невійськових — 23 особи.

Результати χ^2 -тесту показали наявність статистично значущого зв'язку між військовим статусом та фактом нанесення татуювання після початку повномасштабної війни ($\chi^2 = 5,89$, $df = 1$, $p = 0,015$). Оскільки $p < 0,05$, нульову гіпотезу про відсутність зв'язку було відхилено.

Коефіцієнт контингентності становить 0,195, коефіцієнти Фі та Крамера — по 0,199, що вказує на слабкий, проте статистично значущий зв'язок між військовим статусом та часом нанесення татуювання.

Інтерпретація результатів дозволяє припустити, що військові респонденти частіше, ніж цивільні, приймали рішення зробити татуювання після початку активної фази війни. Це може свідчити про використання татуювань як форми символічного осмислення військового досвіду, вираження особистих або колективних переживань, патріотичних почуттів чи як елемента психологічного подолання стресу.



Рис. 3.4. Розподіл цивільних та військовослужбовців залежно від нанесення татуювання після повномасштабного вторгнення

У межах дослідження було проаналізовано залежність між військовим статусом респондентів та сприйняттям татуювання як оберегу чи захисного символу (Додаток В, Таблиця В.5, Рис. 3.5). Згідно з отриманими даними, серед військових респондентів 45 осіб вважають свої татуювання оберегом або захистом, тоді як 56 військових не надають їм такої функції. Серед цивільних респондентів 30 осіб сприймають татуювання як оберег, а 18 осіб — ні.

Результати χ^2 -тесту виявили статистично значущий зв'язок між військовим статусом та сприйняттям татуювання як захисного символу ($\chi^2 = 4,19$, $df = 1$, $p = 0,041$). Оскільки рівень значущості $p < 0,05$, нульову гіпотезу про відсутність зв'язку було відхилено.

Коефіцієнт контингентності становить 0,165, а коефіцієнти Фі і Крамера — 0,168, що вказує на слабкий, але реальний зв'язок між змінними.

Інтерпретація результатів дозволяє зробити висновок, що військові респонденти частіше схильні надавати своїм татуюванням функцію оберегу або символу захисту. Це може бути пов'язано з прагненням посилити особисту стійкість у складних або загрозливих обставинах, де символічні значення набувають особливої значущості.



Рис. 3.5. Розподіл цивільних та військовослужбовців залежно від сприйняття татуювання як оберегу

У межах дослідження було проаналізовано залежність між тематикою татуювань військовослужбовців (зв'язок із військовою службою) та емоціями, які вони викликають (Додаток В, Таблиця В.6, Рис. 3.6). Згідно з отриманими даними, серед респондентів, чиї татуювання пов'язані лише з військовою службою, переважають відчуття натхнення або піднесення (6 осіб із 7). Серед тих, чиї татуювання пов'язані з військовою службою частково, найпоширенішими емоціями також є натхнення/піднесення (18 осіб) і сила/впевненість (17 осіб). Натомість серед військовослужбовців, чиї татуювання не мають військового змісту, переважають емоції натхнення/піднесення (21 особа) та інші/нейтральні емоції (15 осіб).

Результати χ^2 -тесту вказують на наявність статистично значущого зв'язку між тематикою татуювань і характером емоційних реакцій ($\chi^2 = 16,3$, $df = 6$, $p = 0,012$). Оскільки рівень значущості $p < 0,05$, нульову гіпотезу про відсутність зв'язку було відхилено.

Коефіцієнт контингентності становить 0,373, а коефіцієнт Крамера — 0,284, що свідчить про помірний рівень асоціації між змістом татуювань і викликаними ними емоціями серед військовослужбовців.

Отримані результати дозволяють зробити висновок, що татуювання, пов'язані з військовою тематикою, частіше асоціюються з позитивними емоціями натхнення, сили та впевненості. Натомість нейтральні або менш емоційно виражені реакції частіше зустрічаються у військових, чиї татуювання не мають прямого зв'язку зі службою. Це може свідчити про важливу роль символічного значення татуювань для підтримки психологічної стійкості у військовому середовищі.

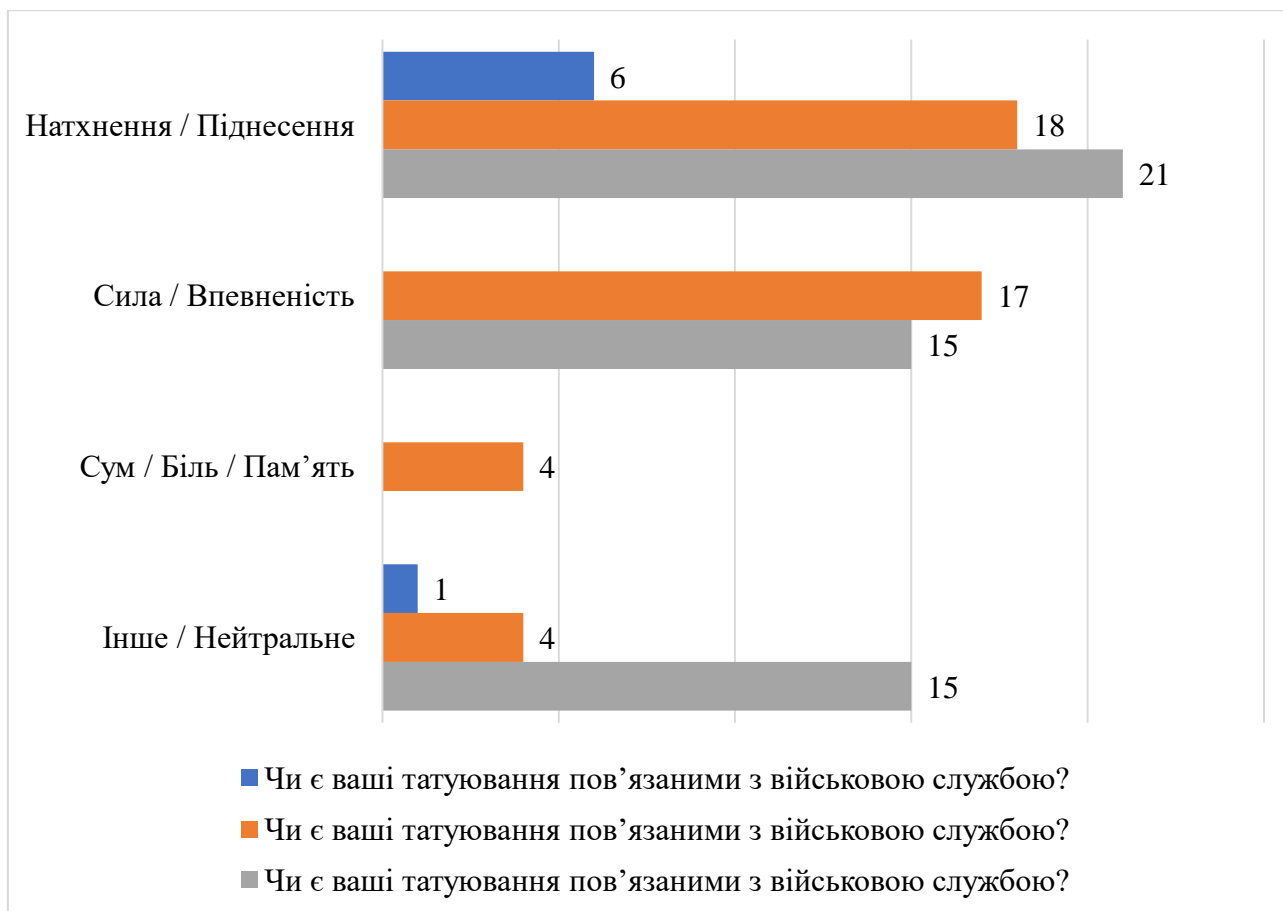


Рис. 3.6. Розподіл військовослужбовців залежно від зв'язку татуювань з військовою службою та емоцій, які викликають татуювання

У межах дослідження було проаналізовано зв'язок між сприйняттям татуювання як засобу вираження індивідуальності та емоціями, які викликають татуювання у військовослужбовців (Додаток В, Таблиця В.7, Рис. 3.7). Згідно з отриманими даними, серед тих респондентів, які вважають, що татуювання допомагає їм виразити свою індивідуальність, переважають емоції натхнення/піднесення (37 осіб) та сили/впевненості (25 осіб). Натомість серед

тих, хто не сприймає татуювання як спосіб вираження індивідуальності, спостерігається вищий відсоток респондентів, які описують свої емоції як інші або нейтральні (10 осіб із 28) та помітно вищий рівень переживання суму або болю (3 особи).

Результати χ^2 -тесту свідчать про наявність статистично значущого зв'язку між оцінкою татуювання як способу вираження індивідуальності та емоційними реакціями на нього ($\chi^2 = 12,2$, $df = 3$, $p = 0,007$). Оскільки рівень значущості $p < 0,05$, нульову гіпотезу про відсутність зв'язку відхилено.

Коефіцієнт контингентності становить 0,328, а коефіцієнт Крамера — 0,347, що вказує на помірну силу асоціації між досліджуваними змінними.

Інтерпретація результатів свідчить про те, що сприйняття татуювань як елемента самовираження тісно пов'язане з позитивними емоційними переживаннями, такими як натхнення, піднесення, сила та впевненість. Натомість відсутність такого сприйняття частіше асоціюється з нейтральними або менш емоційно забарвленими реакціями, а також із переживанням негативних емоцій, зокрема суму або болю.

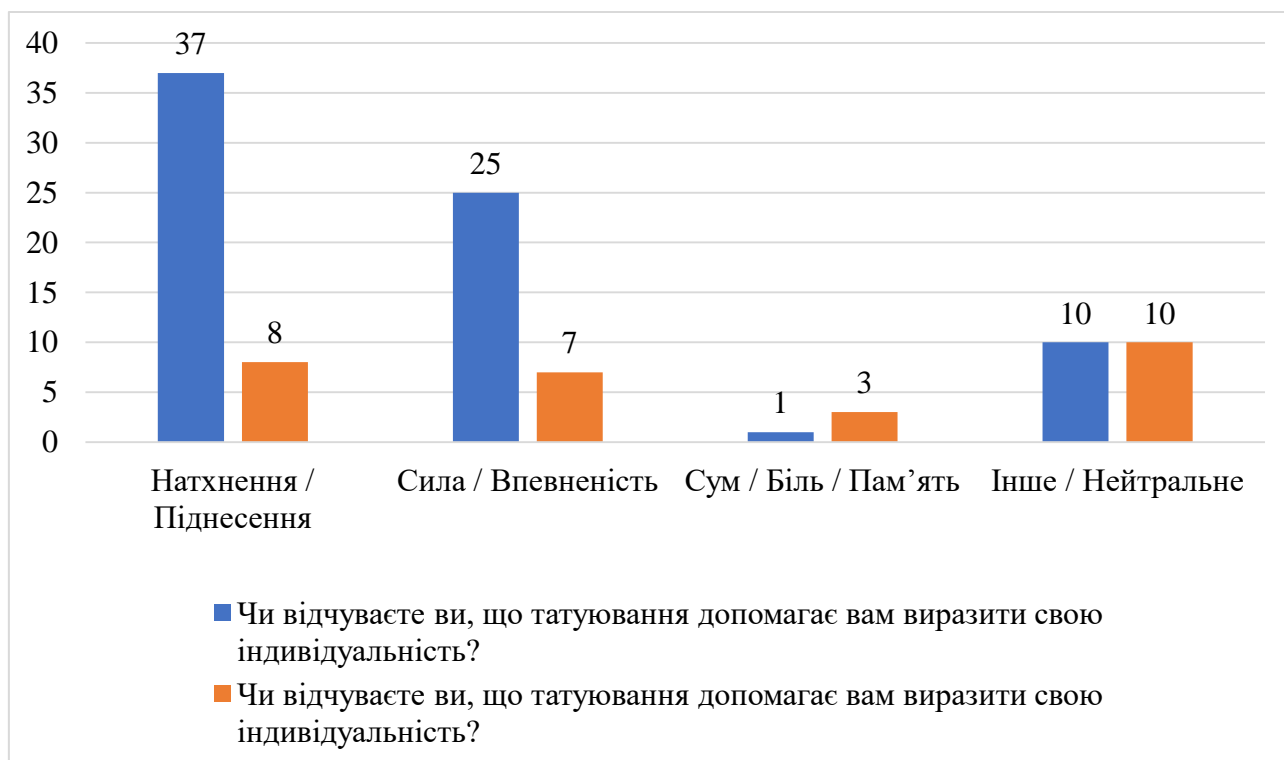


Рис. 3.7. Розподіл військовослужбовців залежно від сприйняття татуювання як засобу вираження індивідуальності та емоцій, які викликають татуювання

3.3. Аналіз відмінностей груп респондентів-військових з татуюваннями та без за досліджуваними психологічними характеристиками

У межах порівняння військовослужбовців із татуюваннями та без них за допомогою критерію Манна-Уїтні було виявлено декілька статистично значущих відмінностей (Додаток Г, Таблиця Г.1, Рис. 3.8).

За шкалою «Вираження емоцій» ($p = 0,042$) військові з татуюваннями демонстрували вищі середні показники ($M = 5,17$) порівняно з військовими без татуювань ($M = 4,61$). Це свідчить про більшу готовність до відкритого вираження своїх емоцій серед осіб із татуюваннями.

Також було встановлено значущу різницю за шкалою «Гумор» ($p = 0,036$). Середній показник гумору був вищим у групі військових із татуюваннями ($M = 6,23$), ніж у військових без татуювань ($M = 5,61$), що може вказувати на те, що татуйовані військові частіше застосовують гумор як стратегію подолання стресу чи напруги.

Виявлені відмінності спостерігалися і за шкалою «Вживання психоактивних речовин» ($p = 0,008$). Військові з татуюваннями повідомляли про вищі середні рівні вживання психоактивних речовин ($M = 3,72$) порівняно з їхніми колегами без татуювань ($M = 2,84$).

За шкалою «Прихильність світу» ($p = 0,019$) виявлено, що військові без татуювань мали вищий середній показник ($M = 16,50$) порівняно з військовими із татуюваннями ($M = 14,82$), що може свідчити про дещо сильнішу віру у доброзичливість світу серед нетатуйованих військових.

Найбільш виражені відмінності були зафіксовані за шкалою «Справедливість світу» ($p < 0,001$). Військові без татуювань показали значно вищі середні значення ($M = 14,76$) порівняно з військовими з татуюваннями ($M = 12,39$). Це може відображати дещо більш скептичне ставлення до справедливості соціального устрою серед військових із татуюваннями.

Аналогічно, за шкалою «Контрольованість світу» ($p = 0,004$) військові без татуювань також мали вищі середні значення ($M = 16,34$) порівняно з їхніми татуйованими колегами ($M = 14,57$), що може вказувати на вищу віру в можливість контролювати події серед нетатуйованих військовослужбовців.

Нарешті, за «Шкалою сприйнятого стресу» ($p < 0,001$) військові з татуюваннями демонстрували вищий рівень сприйнятого стресу ($M = 22,51$) порівняно з військовими без татуювань ($M = 18,76$). Це є особливо важливим результатом, який може вказувати на підвищене навантаження або інтенсивніші переживання серед татуйованих військових.

Таким чином, загальна картина показує, що військові з татуюваннями у порівнянні з нетатуйованими характеризуються вищим рівнем емоційної відкритості, більшою схильністю використовувати гумор і психоактивні речовини як стратегії подолання, але водночас демонструють нижчі показники віри у справедливість і контрольованість світу, а також вищий рівень сприйнятого стресу.

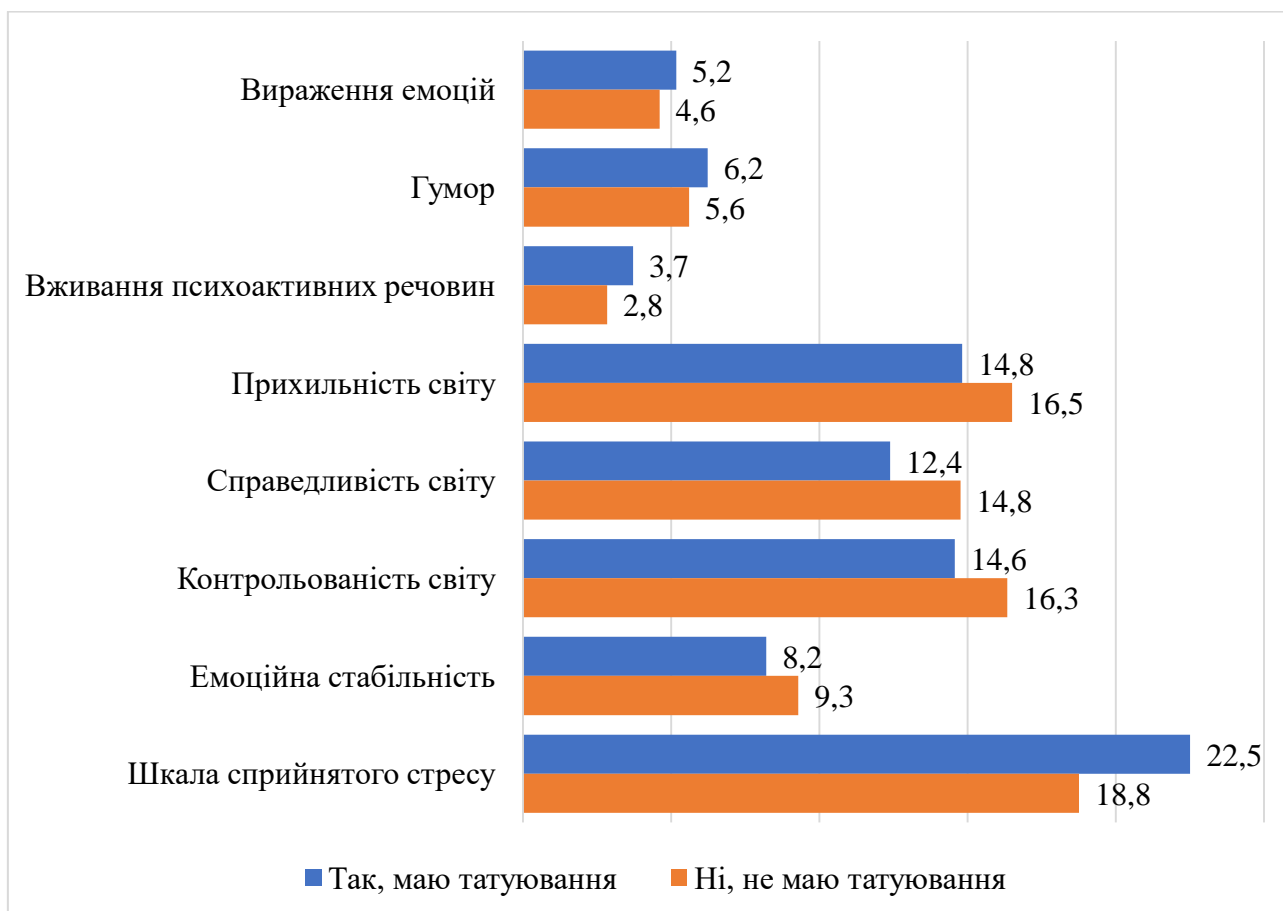


Рис. 3.8. Статистично значущі відмінності в середніх значеннях психологічних характеристик між військовими з татуюваннями та без

У межах дослідження було здійснено порівняння груп респондентів за різними копінг-стратегіями, установками щодо світу, особистісними рисами та рівнем сприйнятого стресу залежно від символіки їхніх татуювань (Додаток Г, Таблиця Г.2). Для аналізу було застосовано непараметричний критерій Краскала-Валліса. Статистично значущих відмінностей між групами за жодною зі шкал не виявлено ($p > 0,05$). Водночас показник «Релігія» виявив тенденцію до статистичної значущості ($\chi^2 = 10,89$; $p = 0,054$), що може свідчити про потенційні відмінності в релігійних установках залежно від символічного змісту татуювань, які потребують подальшого дослідження на більших вибірках.

У процесі порівняння груп респондентів залежно від емоцій, які викликають їхні татуювання, було виявлено низку статистично значущих відмінностей за окремими психологічними характеристиками (Додаток Г, Таблиця Г.3, Рис. 3.9). Аналіз проводився за допомогою непараметричного критерію Краскала-Валліса.

За шкалою «Релігія» ($\chi^2 = 8,216$; $p = 0,042$) встановлено значущі відмінності між групами. Найвищий рівень релігійності було зафіксовано серед респондентів, емоції яких пов'язані із сумом, болем або пам'яттю ($M = 4,25$), тоді як найнижчий рівень характерний для групи респондентів з нейтральними або іншими емоціями ($M = 2,45$). Це може вказувати на те, що переживання втрат або болісних подій більшою мірою супроводжуються зверненням до релігійних цінностей.

За шкалою «Копінг, фокусований на проблемі» ($\chi^2 = 10,085$; $p = 0,018$) також виявлено статистично значущі відмінності. Найвищий середній показник спостерігається в групі «Сум / Біль / Пам'ять» ($M = 25,00$), що може свідчити про активнішу орієнтацію на вирішення проблем серед осіб, які переживають

емоції, пов'язані із важкими життєвими подіями. Найнижчі значення отримано в групі з нейтральними або іншими емоціями ($M = 20,75$).

За шкалою «Справедливість світу» ($\chi^2 = 9,954$; $p = 0,019$) найвищий середній бал мають респонденти з емоціями сили та впевненості ($M = 13,88$), тоді як найнижчий — респонденти з нейтральними або іншими емоціями ($M = 11,30$). Це може свідчити про те, що переживання позитивних, ресурсних емоцій більше асоціюється із вірою у справедливий устрій світу.

За шкалою «Цінність свого "Я"» ($\chi^2 = 9,072$; $p = 0,028$) встановлено, що найвищу оцінку власної цінності мають респонденти з емоціями сили та впевненості ($M = 17,56$). Найнижчі показники характерні для тих, чиї емоції пов'язані із сумом та болем ($M = 13,25$). Це свідчить про позитивну роль певних емоцій у підтриманні самооцінки та почуття власної гідності.

Нарешті, за шкалою «Дружелюбність» ($\chi^2 = 10,203$; $p = 0,017$) виявлено, що респонденти, чиї татуювання викликають емоції натхнення або піднесення, мають найвищий рівень дружелюбності ($M = 9,91$). Водночас найнижчий середній бал зафіксовано в групі респондентів із нейтральними або іншими емоціями ($M = 8,15$). Це може свідчити про взаємозв'язок позитивного емоційного переживання з відкритістю та доброзичливістю у міжособистісних стосунках.

Таким чином, результати дослідження свідчать, що емоції, пов'язані з татуюваннями, мають суттєвий вплив на окремі аспекти психологічного функціонування респондентів, зокрема на рівень релігійності, копінг-стратегії, ставлення до світу, самооцінку та міжособистісну поведінку.

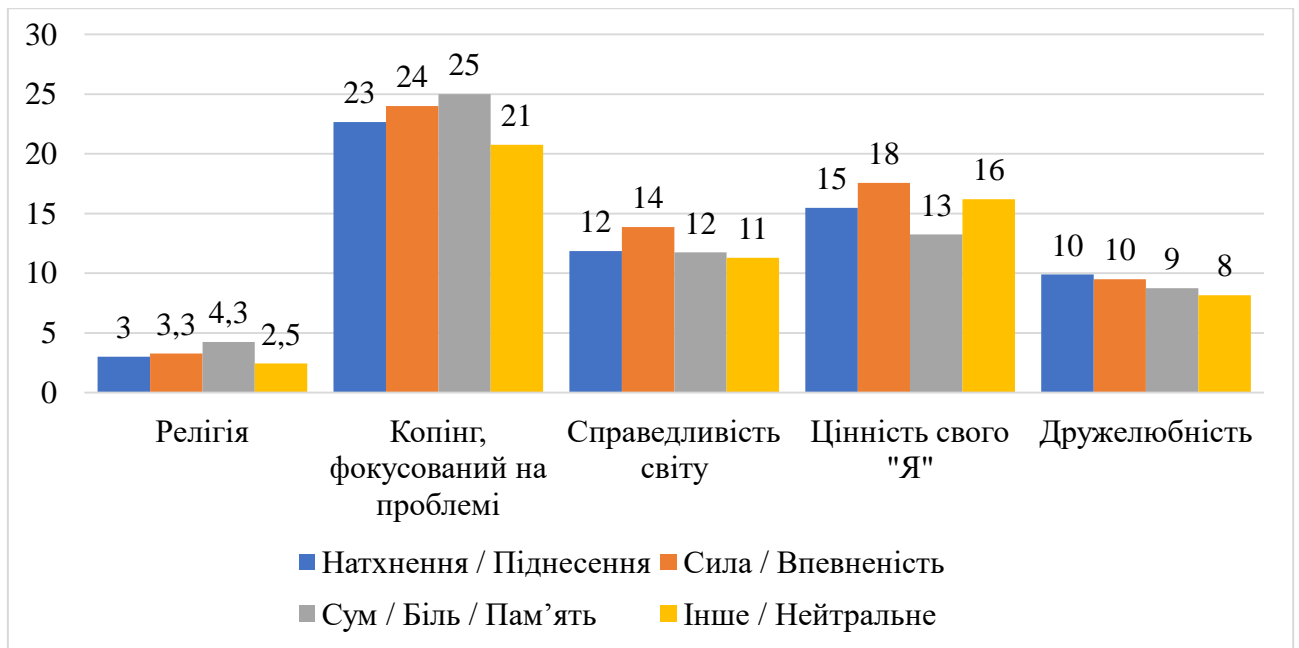


Рис. 3.9. Статистично значущі відмінності в середніх значеннях психологічних характеристик залежно від емоційного сенсу татуювань серед військових

3.4. Аналіз порівняння особливостей взаємозв'язків досліджуваних психологічних характеристик у військових з татуюваннями та без них

У вибірці військовослужбовців із татуюваннями було проведено аналіз кореляційних зв'язків між копінг-стратегіями, рисами особистості та рівнем сприйнятого стресу за допомогою коефіцієнта Спірмена. Результати показали наявність низки статистично значущих асоціацій (Додаток Д, Таблиця Д.1, Рис. 3.10).

Найбільш сильний позитивний зв'язок був встановлений між копінг, фокусованим на проблемі та копінг, фокусованим на емоціях ($\rho = 0,557$, $p < 0,001$), що свідчить про те, що у військових із татуюваннями часто поєднуються активні стратегії подолання стресу.

Також спостерігалася значуща позитивна кореляція між копінг, фокусованим на емоціях та унікаючим копінг ($\rho = 0,343$, $p < 0,001$), що може свідчити про залучення емоційно-орієнтованих і водночас унікальних механізмів реагування у стресових ситуаціях.

Екстраверсія виявила позитивний зв'язок із копінг, фокусованим на проблемі ($\rho = 0,235$, $p = 0,018$) і з відкритістю новому досвіду ($\rho = 0,454$, $p <$

0,001), підкреслюючи, що більш екстравертовані військові із татуваннями активніше шукають нові шляхи подолання труднощів.

Суттєві кореляції були виявлені між добросовісністю та дружелюбністю ($\rho = 0,343$, $p < 0,001$), відкритістю новому досвіду ($\rho = 0,355$, $p < 0,001$) і емоційною стабільністю ($\rho = 0,275$, $p = 0,005$). Такі результати свідчать про те, що більш добросовісні респонденти демонстрували й інші позитивні риси особистості.

Емоційна стабільність була негативно пов'язана з унікаючим копінгом ($\rho = -0,337$, $p < 0,001$) та копінгом, фокусованим на емоціях ($\rho = -0,229$, $p = 0,021$), що може свідчити про те, що менш емоційно стабільні військові частіше звертаються до уникнення або емоційного опрацювання проблем.

Щодо показників стресу, було встановлено, що сприйнятий стрес позитивно корелює з унікаючим копінгом ($\rho = 0,495$, $p < 0,001$) і копінгом, фокусованим на емоціях ($\rho = 0,320$, $p = 0,001$), та негативно – з емоційною стабільністю ($\rho = -0,401$, $p < 0,001$). Це вказує на те, що використання менш адаптивних копінг-стратегій і низький рівень емоційної стабільності супроводжуються вищим рівнем сприйняття стресу.

Додатково, цінність свого «Я» демонструвала позитивний зв'язок з екстраверсією ($\rho = 0,339$, $p < 0,001$), добросовісністю ($\rho = 0,388$, $p < 0,001$) і відкритістю новому досвіду ($\rho = 0,288$, $p = 0,004$), але негативний зв'язок зі сприйнятим стресом ($\rho = -0,328$, $p < 0,001$). Це вказує на те, що більш висока самооцінка асоціюється із розвиненими позитивними рисами особистості та нижчим рівнем стресу.

Щодо інших когнітивних конструкцій, наприклад, прихильність світу мала слабкий негативний зв'язок зі сприйнятим стресом ($\rho = -0,237$, $p = 0,017$), хоча інші показники, такі як доброта людей чи контрольованість світу, статистично значущих кореляцій із базовими змінними не виявили.

Таким чином, результати кореляційного аналізу свідчать, що серед військових із татуваннями спостерігається чітка взаємопов'язаність між копінг-стратегіями, психологічними характеристиками і рівнем сприйнятого

стресу, що може мати практичне значення для психологічної підтримки та профілактики емоційного вигорання.

У вибірці військовослужбовців із татуюваннями встановлено статистично значущі кореляції між копінг-стратегіями, особистісними рисами та рівнем сприйнятого стресу. Зокрема, активні форми подолання проблем супроводжуються вищою екстраверсією та відкритістю новому досвіду. Натомість унікаючий копінг та емоційно-фокусоване подолання виявилися асоційованими з підвищеним рівнем стресу та зниженими показниками емоційної стабільності. Більш висока цінність власного «Я» супроводжується розвитком позитивних особистісних характеристик і нижчим рівнем сприйняття стресу. Отримані результати свідчать про важливість урахування індивідуальних психологічних особливостей для розробки цілеспрямованих програм підтримки військових із татуюваннями.

	Копінг, фокусований на проблемі	Копінг, фокусований на емоціях	Унікаючий копінг	Екстраверсія	Дружелюбність	Добросовісність	Емоційна стабільність	Відкритість новому досвіду	Шкала сприйнятого стресу
Копінг, фокусований на емоціях	0,557***	—							
Унікаючий копінг		0,343***	—						
Екстраверсія	0,235*			—					
Дружелюбність					—				
Добросовісність		-0,215*	-0,217*	0,213*	0,343***	—			
Емоційна стабільність		-0,229*	-0,337***		0,202*	0,275**	—		
Відкритість новому досвіду	0,303**			0,454***	0,36***	0,355***	0,264**	—	
Шкала сприйнятого стресу		0,32**	0,495***				-0,401***		—
Прихильність світу									
Доброта людей									
Справедливість світу									
Контрольованість світу									
Випадковість подій		0,211*	0,2*						
Цінність свого "Я"			-0,299**	0,339***		0,388***		0,288**	
Ступінь самоконтролю	0,215*					0,311**			
Ступінь вдачі									

* - $p < .05$, ** - $p < .005$, *** - $p < .001$

Рис. 3.10. Кореляційна матриця між психологічними характеристиками для вибірки військовослужбовців з татуюваннями

У вибірці військовослужбовців без татувань було виявлено ряд статистично значущих кореляцій між копінг-стратегіями, особистісними рисами та рівнем сприйнятого стресу (Додаток Д, Таблиця Д.2, Рис. 3.11). Перш за все, копінг, фокусований на проблемі, мав сильний позитивний зв'язок із копінгом, фокусованим на емоціях ($\rho = 0.655$; $p < 0.001$), що вказує на використання різних активних стратегій подолання стресових ситуацій одночасно. Також копінг, фокусований на проблемі, позитивно корелював із відкритістю новому досвіду ($\rho = 0.344$; $p = 0.035$), справедливістю світу ($\rho = 0.385$; $p = 0.017$), ступенем самоконтролю ($\rho = 0.401$; $p = 0.013$) та ступенем вдачі ($\rho = 0.349$; $p = 0.032$).

Копінг, фокусований на емоціях, виявив позитивну кореляцію зі сприйнятим стресом ($\rho = 0.288$; $p = 0.080$, тенденція) та значущо корелював із прихильністю світу ($\rho = 0.352$; $p = 0.030$). Унікаючий копінг мав негативний зв'язок із добросовісністю ($\rho = -0.323$; $p = 0.048$), що вказує на те, що менш відповідальні військові частіше застосовують уникнення як стратегію подолання.

Особистісні риси також виявили низку важливих зв'язків: добросовісність позитивно корелювала із дружелюбністю ($\rho = 0.419$; $p = 0.009$), відкритістю новому досвіду ($\rho = 0.496$; $p = 0.002$), ступенем самоконтролю ($\rho = 0.352$; $p = 0.030$) та ступенем вдачі ($\rho = 0.348$; $p = 0.032$). Емоційна стабільність мала позитивні кореляції із дружелюбністю ($\rho = 0.412$; $p = 0.010$) і добросовісністю ($\rho = 0.408$; $p = 0.011$).

Щодо рівня сприйнятого стресу, було встановлено, що він позитивно пов'язаний із копінгом, фокусованим на проблемі ($\rho = 0.397$; $p = 0.014$), справедливістю світу ($\rho = 0.427$; $p = 0.008$), і, що цікаво, негативно корелював із ступенем самоконтролю ($\rho = -0.473$; $p = 0.003$). Тобто чим вищий самоконтроль, тим нижчий рівень стресу.

Крім того, позитивні кореляції виявлено між добротою людей і випадковістю подій ($\rho = 0.499$; $p = 0.001$) та між справедливістю світу і

відкритістю новому досвіду ($\rho = 0.366$; $p = 0.024$), що підкреслює загальну орієнтацію на довіру до навколишнього середовища серед військових без татуювань.

Отже, дані свідчать про те, що серед військових без татуювань активні копінг-стратегії, добросовісність та відкритість новому досвіду асоціюються з кращим психологічним станом, тоді як зниження рівня самоконтролю та емоційної стабільності пов'язане із вищим рівнем стресу.

Кореляційний аналіз серед військовослужбовців без татуювань засвідчив, що основними позитивними зв'язками є асоціації між активними копінг-стратегіями та особистісними рисами. Копінг, фокусований на проблемі, виявив помірні позитивні кореляції з копінгом, фокусованим на емоціях, відкритістю новому досвіду, справедливістю світу, самоконтролем та ступенем вдачі. Унікаючий копінг був негативно пов'язаний із добросовісністю, що свідчить про тенденцію до менш конструктивних стратегій подолання серед менш відповідальних респондентів. Шкала сприйнятого стресу показала значущі позитивні зв'язки із копінгом, фокусованим на проблемі та справедливістю світу, а також негативний зв'язок із самоконтролем, що узгоджується з ідеєю, що нижчий рівень внутрішньої регуляції супроводжується підвищеним рівнем стресу. Загалом структура кореляцій вказує на те, що військові без татуювань переважно застосовують активні копінг-стратегії та демонструють стабільний зв'язок між позитивними особистісними характеристиками і зниженим рівнем стресу.

	Копінг, фокусований на проблемі	Копінг, фокусований на емоціях	Унікаючий копінг	Екстраверсія	Дружелюбність	Добросовісність	Емоційна стабільність	Відкритість новому досвіду	Шкала сприйнятого стресу
Копінг, фокусований на емоціях	0,655***	—							
Унікаючий копінг		0,414**	—						
Екстраверсія				—					
Дружелюбність					—				
Добросовісність			-0,323*	0,371*	0,419**	—			
Емоційна стабільність					0,412*	0,408*	—		
Відкритість новому досвіду	0,344*			0,401*	0,493**	0,496**		—	
Шкала сприйнятого стресу	0,397*				0,472**				—
Прихильність світу		0,352*							
Доброта людей					0,399*				
Справедливість світу	0,385*				0,498**			0,366*	
Контрольованість світу								0,327*	
Випадковість подій					0,499**				
Цінність свого "Я"									
Ступінь самоконтролю	0,401*				0,396*	0,352*		0,389*	
Ступінь вдачі	0,349*				0,334*	0,348*		0,392*	

* - $p < .05$, ** - $p < .005$, *** - $p < .001$

Рис. 3.11. Кореляційна матриця між психологічними характеристиками для вибірки військовослужбовців без татувань

Порівняльний аналіз кореляційних зв'язків у вибірках військовослужбовців із татуваннями та без них засвідчив як спільні тенденції, так і суттєві відмінності у взаємозв'язках копінг-стратегій, рис особистості та рівня сприйнятого стресу. В обох групах виявлено значущу позитивну кореляцію між копінгом, фокусованим на проблемі, та копінгом, фокусованим на емоціях. Це свідчить про те, що респонденти в обох вибірках часто поєднують різні активні стратегії подолання труднощів, хоча у військових без татувань цей зв'язок був сильнішим, що може вказувати на кращу інтегрованість і гнучкість копінгової поведінки.

В обох вибірках відкритість новому досвіду та добросовісність стабільно корелювали одна з одною, а також з дружелюбністю, що відображає наявність узгодженого профілю позитивних рис особистості серед військових незалежно

від наявності татуювань. Проте виявлені відмінності у структурі кореляцій свідчать про певні особливості психологічного функціонування в обох групах.

У вибірці військових із татуюваннями емоційна стабільність була пов'язана з меншим використанням унікаючого та емоційно-фокусованого копінгу, а також із нижчим рівнем сприйнятого стресу. Останнє підкреслює роль емоційної регуляції у збереженні психологічного благополуччя. Цінність свого «Я» виявилася пов'язаною з такими рисами, як екстраверсія, добросовісність і відкритість новому досвіду, що свідчить про цілісну структуру адаптивного функціонування.

На відміну від цього, у вибірці військових без татуювань головними чинниками, пов'язаними зі сприйнятим стресом, виступали дружелюбність та копінг, фокусований на проблемі. У цій групі унікаючий копінг мав менше зв'язків зі стресом або емоційними характеристиками, однак демонстрував негативну кореляцію з добросовісністю, що відображає тенденцію менш відповідальних респондентів уникати проблем.

Крім того, саме у військових без татуювань виявлено більш широкий спектр кореляцій між копінг-стратегіями та когнітивними конструктами — такими як справедливість світу, ступінь вдачі, самоконтроль і прихильність світу. Це вказує на те, що респонденти цієї групи більше спираються на свої уявлення про упорядкованість і передбачуваність навколишнього середовища як основу для адаптації. Також позитивні зв'язки між добросовісністю та самоконтролем, а також між емоційною стабільністю та дружелюбністю свідчать про загальний профіль психологічної зрілості та внутрішньої інтегрованості.

Таким чином, хоча в обох групах виявлено спільні позитивні зв'язки між активними копінг-стратегіями та рисами особистості, структура асоціацій зі стресом є суттєво різною. Ці результати підкреслюють доцільність врахування психологічного профілю та стилів подолання при формуванні індивідуалізованих програм психологічної підтримки для військовослужбовців із різними особистісними особливостями.

3.5. Рекомендації щодо психологічної підтримки військовослужбовців через призму татуювань

Психологічна підтримка військовослужбовців вимагає врахування не лише класичних підходів до подолання стресу та наслідків травматичних подій, але й індивідуальних форм самовираження, до яких належать татуювання. У процесі роботи з такими клієнтами доцільно звертати увагу на татуювання як на специфічну форму символічної комунікації та відображення внутрішніх переживань особистості. Татуювання можуть виконувати функцію фіксації значущих подій, зокрема пов'язаних із бойовим досвідом, втратами, трансформацією ідентичності чи потребою зберегти пам'ять про загиблих побратимів. Таким чином, вони становлять важливе джерело інформації для психолога про смислові орієнтири, цінності, внутрішні конфлікти або копінг-стратегії клієнта.

Психологічна інтерпретація татуювань повинна здійснюватися делікатно, з урахуванням особистого досвіду та контексту виникнення тілесного маркера. Спонтанне або поверхове трактування таких символів може викликати опір чи закритість клієнта, тоді як обережне занурення в особисту історію нанесення тату сприяє встановленню довірливого контакту і створює умови для опрацювання травматичного досвіду. У багатьох випадках саме обговорення тату може стати «вхідною точкою» для діалогу про психологічні труднощі, оскільки зображення на тілі нерідко пов'язане із важливими подіями, втратами, болем, але й надією, відданістю, внутрішньою силою. Це особливо актуально в роботі з військовослужбовцями, які схильні до емоційної стриманості або уникнення прямого обговорення емоцій.

Татуювання можуть також відображати стратегії подолання стресу: у частини військових вони свідчать про активну інтеграцію травматичного досвіду та спробу надати йому сенсу, у той час як в інших випадках – про емоційну дисоціацію або використання тіла як простору для перенесення психічного болю. Тому робота з такими клієнтами має включати вивчення,

наскільки свідомим був акт нанесення татуювання, які емоції супроводжували цей процес, як змінюється ставлення до зображення з часом.

У роботі з військовослужбовцями доцільно інтегрувати елементи нарративного підходу, зокрема, запрошувати клієнтів до розповіді про історію тату як фрагменту власної біографії. Така практика сприяє реконструкції цілісної ідентичності, інтеграції травматичного досвіду у власний життєвий наратив і зниженню внутрішнього конфлікту. Крім того, в межах психоедукаційних програм або групової терапії можна організовувати тематичні обговорення тілесної символіки як способу проживання досвіду війни, що сприяє підтримці групової згуртованості та нормалізації переживань.

З огляду на вищезазначене, рекомендується забезпечити підготовку фахівців до інтерпретації тілесної символіки в межах психологічної допомоги військовим, з акцентом на етичні аспекти, глибину сенсів та уникнення стереотипних уявлень. Таким чином, татуювання військовослужбовців можуть і мають розглядатися не як маргінальний елемент зовнішності, а як цінне джерело діалогу, розуміння та психотерапевтичної підтримки особистості в умовах посттравматичних викликів.

Висновки до розділу III

У межах дослідження було проведено аналіз чотирьох груп респондентів – військових з татуюваннями, військових без татуювань, цивільних з татуюваннями та цивільних без татуювань – за основними психологічними показниками: копінг-стратегіями, сприйняттям світу і себе, особистісними рисами та рівнем сприйнятого стресу.

Військові з татуюваннями характеризуються найвищими серед усіх груп показниками за стратегіями активного подолання, планування, гумору та прийняття, що свідчить про високий рівень залучення до конструктивних форм реагування на стрес. Також ця група демонструє найвищий рівень уживання психоактивних речовин серед військових, що може вказувати на прагнення до зниження напруги альтернативними способами. Водночас у цієї групи

зафіксовано найнижчі показники позитивного рефреймінгу, релігійного копінгу, а також найнижчі середні значення за шкалами прихильності світу, доброти людей та оцінки власного «Я», що свідчить про відносно більш критичне, насторожене сприйняття соціального середовища та нижчу самооцінку. Ця група також має один із найвищих рівнів сприйнятого стресу, що поєднується з нижчими показниками емоційної стабільності, порівняно з військовими без татуювань.

Військові без татуювань демонструють вищі показники за позитивним рефреймінгом та справедливістю світу, а також найвищі серед усіх груп значення за шкалами контрольованості світу та емоційної стабільності. Це вказує на здатність бачити події як підконтрольні, а також на загальну врівноваженість. Вони також мають нижчі показники за вживанням психоактивних речовин і нижчий рівень сприйнятого стресу, що робить цю групу порівняно психологічно стабільною. За копінг-стратегіями вони демонструють помірні значення, дещо нижчі, ніж у військових з татуюваннями, проте без різких коливань, що свідчить про стабільність стратегій подолання стресу.

Цивільні з татуюваннями виявили найвищі показники за копінгом, фокусованим на емоціях, уникаючим копінгом, вираженням емоцій, самозвинуваченням і поведінковим розмежуванням, що свідчить про перевагу емоційно орієнтованих та менш адаптивних стратегій у цій групі. Вони також частіше, ніж інші, використовують психоактивні речовини. У порівнянні з іншими групами, саме серед цивільних із татуюваннями спостерігається найвищий рівень сприйнятого стресу та найнижчі показники емоційної стабільності, що свідчить про високий рівень психологічної вразливості. Хоча за екстраверсією вони мають найвищий середній бал, це не компенсує загальної схильності до емоційного напруження. Також у цієї групи нижчі показники справедливості світу та цінності власного «Я», що свідчить про менш позитивне світосприйняття.

Цивільні без татуювань виявляють найбільш адаптивний психологічний профіль. Вони мають найвищі середні значення за шкалами прихильності світу, доброти людей, цінності власного «Я», самоконтролю, добросовісності і дружелюбності, що свідчить про високий рівень довіри, самооцінки та внутрішньої регуляції. Також вони демонструють помірний рівень сприйнятого стресу та нижчий рівень використання емоційно-фокусованого та унікаючого копіngu. Водночас ця група має найнижчі середні значення за гумором як копінг-стратегією, що може свідчити про менш часте використання гумору як засобу зниження напруги.

Таким чином, узагальнення результатів засвідчує, що військові з татуюваннями вирізняються високою активністю в подоланні труднощів, але виявляють нижчу емоційну стабільність і менше довіри до світу; військові без татуювань є найбільш емоційно врівноваженими, з позитивним уявленням про контрольованість середовища; цивільні з татуюваннями демонструють найвищий рівень емоційної вразливості, схильність до уникнення та внутрішньої атрибуції стресу; натомість цивільні без татуювань мають найбільш позитивне сприйняття себе й світу, високу самооцінку та врівноважений профіль копінг-стратегій. Отримані дані дозволяють стверджувати, що як військовий статус, так і наявність татуювань суттєво впливають на особливості адаптації до стресових ситуацій.

У межах дослідження було встановлено, що серед військових респондентів татуювання трапляються значно частіше, ніж серед цивільних. Більшість військових мають принаймні одне татуювання, тоді як серед цивільних така практика менш поширена. Ця відмінність свідчить про те, що татуювання є характерною рисою військового середовища, де вони можуть слугувати засобом ідентифікації, символізації досвіду або вираження належності до певної групи.

Також виявлено, що військові респонденти частіше мають більшу кількість татуювань. Зокрема, саме серед них найбільше осіб із десятьма й більше татуюваннями, тоді як серед цивільних переважають ті, хто має лише

одне татуювання. Це свідчить про те, що у військовому контексті татуювання мають глибший, системніший характер і можуть бути пов'язані з поступовим нашаруванням досвіду, символічним осмисленням важливих подій або етапів служби.

Емоційне наповнення татуювань також виявило суттєві відмінності. Для військових татуювання частіше викликають почуття натхнення, сили та впевненості. Натомість серед цивільних респондентів більше тих, хто сприймає свої татуювання нейтрально або не надає їм глибокого емоційного значення. Це свідчить про те, що в умовах служби татуювання можуть виконувати підтримувальну функцію, бути джерелом внутрішніх ресурсів.

Військові респонденти також частіше зазначали, що зробили татуювання після початку повномасштабного вторгнення. Така динаміка вказує на те, що татуювання можуть бути реакцією на критичні події, способом закарбувати особистісний або колективний досвід, вшанувати пам'ять або переосмислити власну ідентичність у нових умовах.

Крім того, військові респонденти частіше, ніж цивільні, надають своїм татуюванням функцію оберегу або захисного символу. Це підкреслює прагнення до психологічної захищеності та пошуку символічної підтримки в небезпечних обставинах.

Аналіз тематики татуювань серед військових показав, що ті, які мають прямий або частковий зв'язок із військовою службою, значно частіше асоціюються з позитивними емоціями — натхненням, силою, піднесенням. У той час як татуювання, не пов'язані зі службою, частіше супроводжуються нейтральними або менш емоційно насиченими реакціями. Це вказує на важливу роль змісту татуювань у формуванні емоційного фону.

Також було встановлено, що респонденти, які сприймають татуювання як засіб самовираження, частіше переживають позитивні емоції у зв'язку з ними. Натомість ті, хто не надає татуюванням значення як елементу індивідуальності, частіше повідомляють про нейтральні або навіть негативні переживання. Це

свідчить про важливість особистісної інтерпретації символу для його психологічного ефекту.

Загалом отримані результати підтверджують, що татуювання у військовому середовищі мають більше функцій, глибше емоційне наповнення та тісніше пов'язані з подіями особистого та колективного значення. У той час як у цивільному середовищі татуювання переважно виконують індивідуалізовану або декоративну роль.

Порівняння військовослужбовців із татуюваннями та без них показало, що перші частіше виражають свої емоції відкрито, частіше використовують гумор як копінг-стратегію та частіше вдаються до вживання психоактивних речовин. Водночас вони мають нижчі показники віри у справедливість, контрольованість і доброзичливість світу, а також демонструють вищий рівень сприйнятого стресу. Це свідчить про певну емоційну вразливість у поєднанні з більш відкритим стилем реагування на стрес у групі татуйованих військових. Порівняння груп із різною символікою татуювань не виявило статистично підтверджених відмінностей, проте було помічено тенденцію до різниці в релігійних установах, що може свідчити про потенційний зв'язок змісту татуювань із духовними орієнтаціями. Натомість емоції, які викликають татуювання, мали чіткий зв'язок із психологічними характеристиками. Респонденти, чиї татуювання викликають сум або біль, виявили вищу релігійність та більшу орієнтацію на проблемно-фокусований копінг. Ті, хто відчуває натхнення чи силу, мають вищу самооцінку, більше вірять у справедливість світу й демонструють вищу дружелюбність. Особи з нейтральними емоціями, навпаки, мали нижчі показники за цими шкалами. Таким чином, характер емоційної реакції на татуювання тісно пов'язаний із ресурсністю, самооцінкою, ставленням до світу та міжособистісною відкритістю.

Порівняння кореляційних зв'язків у групах військовослужбовців із татуюваннями та без них виявило як спільні риси, так і важливі відмінності у взаємозв'язках копінг-стратегій, особистісних рис і сприйняття стресу. В обох

групах спостерігався зв'язок між проблемно- та емоційно-фокусованим копінгом, однак у військових без татуювань цей зв'язок був сильнішим, що може свідчити про кращу гнучкість їхньої копінгової поведінки.

У всіх респондентів відкритість до нового, добросовісність і дружелюбність були тісно пов'язані, формуючи узгоджений профіль позитивних рис. Разом з тим, у військових із татуюваннями емоційна стабільність асоціювалася зі зниженим рівнем уникання, меншим емоційним копінгом і нижчим стресом, а висока самооцінка – з екстраверсією, добросовісністю й відкритістю, що вказує на інтегровану модель адаптації.

Натомість у військових без татуювань стрес більше пов'язувався з дружелюбністю та проблемно-орієнтованим копінгом. Унікаючий копінг у цій групі слабше пов'язувався з емоційними характеристиками, але був негативно пов'язаний із добросовісністю, що свідчить про схильність менш відповідальних осіб уникати труднощів.

Також саме серед військових без татуювань виявлено ширшу сітку зв'язків між копінгом і когнітивними уявленнями про світ – такими як справедливість, самоконтроль, удача і прихильність світу. Це свідчить про опору на внутрішню упорядковану картину реальності як ресурс адаптації. Крім того, у цій групі добросовісність корелювала із самоконтролем, а емоційна стабільність – із дружелюбністю, що формує цілісний профіль психологічної зрілості.

Отже, хоча в обох вибірках активні стратегії подолання узгоджуються з позитивними особистісними рисами, специфіка зв'язків зі стресом суттєво відрізняється, що підкреслює потребу в індивідуалізованому підході до психологічної підтримки військових.

ВИСНОВКИ

Адаптація військовослужбовців — багатоаспектний процес, що вимагає мобілізації всіх ресурсів і самоконтролю. Суттєвий вплив на стресостійкість мають особистісні риси: висока сумлінність у поєднанні з низьким нейротизмом сприяє стабільності та самодисципліні, тоді як екстраверсія підсилює комунікацію й командний дух. У контексті подолання бойових викликів використовуються активні копінг-стратегії, такі як планування дій і звернення за соціальною підтримкою, які підвищують відчуття контролю і знижують тривогу; позитивне переосмислення та гумор додатково підсилюють резилієнтність. Водночас пасивні стратегії уникнення та заперечення пов'язані з підвищеним ризиком психічних проблем у разі їхнього домінування. Особистісні риси визначають вибір копінг-стратегій: екстраверсія стимулює пошук підтримки, доброзичливість забезпечує згуртованість у групі, сумлінність гарантує послідовність реакцій, а нейротизм, навпаки, знижує стійкість і посилює негативні емоції. Таким чином, теоретичний аналіз підтверджує, що адаптивна ефективність військових у бойових умовах залежить від комбінації базових рис особистості та активного копіngu, які взаємодіють задля підтримки внутрішньої рівноваги й стресостійкості.

Татуювання серед військових виконують важливі психологічні функції і стають формою адаптації до екстремальних умов. Вони дозволяють символічно осмислити травматичний досвід, відчутти контроль над тілом та перетворити пережите на позитивні символи сили. Крім того, татуювання відображають особисті цінності та переконання військового, посилюючи зв'язок між бойовим досвідом та самоідентифікацією. Нерідко нанесення татуювань сприймається як своєрідна терапія: зображення, що символізують витривалість чи пам'ять про службу, допомагають знизити емоційну напругу і укріпити внутрішній баланс. Важливою є також соціальна роль татуювань: патріотичні символи на тілі посилюють відчуття єдності і солідарності з товаришами, підтримують моральний дух і почуття національної ідентичності. Отже, татуювання для військових — це не просто прикраса, а глибоке вираження особистості і

бойового досвіду; вони сприяють інтеграції подій війни в особисту історію та служать ресурсом психологічної стійкості.

Більшість військових із татуюваннями відзначає, що вони допомагають виражати індивідуальність та світогляд. Справді, у носіїв татуювань виявлені такі визначальні риси особистості, як підвищена екстраверсія, імпульсивність і схильність до пошуку нових вражень, що свідчить про їх прагнення до самовираження та ідентифікації. При цьому ці військові, порівняно з нетатуюваними, частіше відкрито виявляють емоції, використовують гумор як копінг-стратегію та частіше вдаються до вживання психоактивних речовин. Водночас для них характерний вищий рівень сприйнятого стресу та нижчий показник віри у справедливість і контрольованість світу, що свідчить про певну емоційну вразливість. Емоції, що викликають татуювання, корелюють з психологічним профілем: ті, хто відчуває натхнення чи силу, мають вищу самооцінку та довіру до справедливості, тоді як ті, хто асоціює їх із болем чи сумом, — вищу релігійність і схильність до проблемно-орієнтованого копіngu. Таким чином, встановлено закономірності: носії татуювань вирізняються певним поєднанням рис та копінг-стратегій, що зумовлює їхнє ставлення до символіки на тілі та відображається в індивідуальних особистісних характеристиках.

Аналіз порівняльних даних показав специфіку вибору копінг-стратегій у групах військових з татуюваннями та без них. У обох групах активні копінг-стратегії (проблемно- і емоційно-фокусовані) були взаємозв'язані, проте у нетатуюваних військових цей зв'язок був суттєво міцнішим, що вказує на більш гнучке копінгове реагування. У групі з татуюваннями емоційна стабільність асоціювалася зі зниженим униканням і стресом, а висока самооцінка — з поєднанням екстраверсії, добросовісності та відкритості. Натомість у військових без татуювань уникання негативно корелювало із сумлінністю, а стрес — із дружельобністю і проблемно-орієнтованим копінгом. Крім того, у цій групі виявлено ширшу мережу зв'язків між копінг-стратегіями та когнітивними уявленнями про світ (справедливість, самоконтроль, удача

тощо), що свідчить про опору на внутрішню впорядковану картину реальності. Це означає, що військові з татуваннями використовують емоційно відкритий підхід до подолання труднощів, тоді як нетатуйовані покладаються більше на стабільні внутрішні установки.

Порівняльний аналіз підтвердив відмінності між військовими з татуваннями та без них. Татуйовані солдати демонструють вищі значення сприйнятого стресу і нижчі — віри у справедливість, контрольованість і доброзичливість світу. Статистично значущих розбіжностей за рисами «Великої п'ятірки» не виявлено, а відмінності скоріше проявилися в емоційних реакціях та копінгу. Відчуті татуваннями емоції корелюють з особистісними даними: натхнення та сила пов'язані з вищою самооцінкою й вірою у справедливість, а сум та біль — з підвищеною релігійністю та фокусом на проблемне подолання. Натомість у військових без татувань простежуються більш цілісні зв'язки: сумлінність корелювала із самоконтролем, а емоційна стабільність — з дружелюбністю. Таким чином, встановлено ряд статистично значущих кореляцій між особистісними рисами, копінгом, стресом і ставленням до татувань. У сукупності результати підтверджують унікальний психологічний профіль носіїв татувань і дозволяють виявити ключові взаємозв'язки між внутрішніми характеристиками та зовнішніми проявами у вигляді тату, що забезпечує цілісне розуміння адаптивних механізмів військових в умовах бойового досвіду.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Вельдбрехт, О. О., & Тавровецька, Н. І. (2022). Шкала сприйнятого стресу (PSS-10): адаптація та апробація в умовах війни. *Проблеми сучасної психології*, 2(25), 16-27.
2. Іванова, О. С. (2022). Взаємозв'язок рівня стресу та самооцінки стресостійкості з копінг стратегіями поведінки. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*, (2), 109-116. <https://doi.org/10.51547/ppp.dp.ua/2022.2.18>
3. Кліманська, М. Б., & Галецька, І. І. (2019). Українська адаптація короткого п'ятифакторного опитувальника особистості TIPI (TIPI-UKR). *Психологічний часопис*, (5, № 9), 57-74.
4. Корепанов, К. В. (2018). Татуювання як засіб невербальної самопрезентації особистості. *Науковий вісник Херсонського державного університету: Серія «Психологія»*, 2018.
5. Олійник, О. М. (2024а). Ефект Кая: негативні особистісні зміни у військових. *Соціально-психологічне забезпечення діяльності сил безпеки та оборони України*. Харків, 2024.
6. Олійник, О. М. (2024б). Постдосвідне зростання і психофізіологічна стійкість військовослужбовців. *Забезпечення психологічної допомоги у секторі безпеки та оборони України*. Київ, 2024.
7. Олійник, О. М., & Ларіонов, А. В. (2024с). Концептуальна модель постдосвідного зростання особистості військовослужбовця в сучасному соціокультурному контексті. *Науковий вісник Ужгородського національного університету, серія «Психологія»*, 2024.
8. Пономаренко, А., & Філоненко, І. (2024). Оцінка рівня агресивності серед військовослужбовців. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом*. *Психологія*, 2(63), 2024.
9. Предко, В. В. (2022). Психологічні особливості прояву копінг-стратегій учасників освітнього процесу з різним рівнем життєстійкості. *Вчені записки*

ТНУ імені ВІ Вернадського, 64-72. <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2022.2/11>

10. Українець, В. (2024). Аналіз структурних компонентів стресостійкості й особливості їх розвитку у військовослужбовців механізованих підрозділів доведення оборонного бою. *Журнал соціальної та практичної психології*, (3), 107–115. <https://doi.org/10.32782/psy-2024-3-17>
11. Філоненко, І. (2024). Особливості дезадаптивності військовослужбовців. Соціально-психологічне забезпечення діяльності сил безпеки та оборони України. Харків, 2024.
12. Хазратова, Н., Малімон, Л., & Олійник, А. (2023). Особливості копінг-стратегій у людей з різними ціннісними орієнтаціями. *Psychological Prospects Journal*, (41). <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-41-kha>
13. Харицька, С. В., & Колісниченко, А. В. (2022). Патріотичне татування як виразник національної самоідентифікації. *Moderní aspekty vědy*, XXI, 150–158.
14. Adhikari, U (2023). Preference of Coping Strategies during Stressful Situations among General People. *PRAGYAN A Peer Reviewed Multidisciplinary Journal*. <https://doi.org/10.3126/pprmj.v4i1.67691>
15. Adole, O et al. (2015). Coping strategies of Nigerian Military Service Personnel: A Survey of an Army Cantonment in Northern Nigeria. *Nigerian Journal of Psychiatry*, 13, 28-42. <https://doi.org/10.4314/NJPSYC.V13I2>
16. Alshahrani, K M et al. (2022). Coping strategies and social support are associated with post-traumatic stress disorder symptoms in Saudi paramedics. *International Journal of Emergency Services*. <https://doi.org/10.1108/ijes-08-2021-0056>
17. Altunay, I et al. (2021). Tattoos in Psychodermatology. *Psych*. <https://doi.org/10.3390/PSYCH3030021>
18. Ambarwati, I A S et al. (2024). Coping Mechanism terhadap Stress Akademik pada Mahasiswa. *Flourishing Journal*. <https://doi.org/10.17977/um070v4i22024p47-58>

19. Ashton, M, Lee, K (2007). Empirical, Theoretical, and Practical Advantages of the HEXACO Model of Personality Structure. *Personality and Social Psychology Review*, 11, 150 - 166. <https://doi.org/10.1177/1088868306294907>
20. Avagimyan, H, Stepanyan, A (2023). The Influence of Locus of Control in the Choice of Coping Strategies for Teachers. *Scientific Proceedings of the Vanadzor State University. Humanities and Social Sciences*. <https://doi.org/10.58726/27382915-2023.1-438>
21. Baker, J C et al. (2021). The Airman's Edge Project: A Peer-Based, Injury Prevention Approach to Preventing Military Suicide. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18. <https://doi.org/10.3390/ijerph18063153>
22. Balcan, A, Turliuc, M (2024). Organizational stress and resilience. The role of external resources. *Journal of Educational Sciences & Psychology*. <https://doi.org/10.51865/jesp.2024.1.13>
23. Bama, S, Muktamath, V (2023). Factors influencing personality traits of rural and urban college students. *Journal of Farm Sciences*. <https://doi.org/10.61475/jfm.v36i01.328>
24. Bleidorn, W et al. (2018). Life Events and Personality Trait Change. *Journal of personality*, 86(1), 83-96. <https://doi.org/10.1111/jopy.12286>
25. Bleidorn, W et al. (2022). Personality stability and change: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological bulletin*. <https://doi.org/10.1037/bul0000365>
26. Boyce, C, Wood, A (2011). Personality Prior to Disability Determines Adaptation. *Psychological Science*, 22, 1397 - 1402. <https://doi.org/10.1177/0956797611421790>
27. Buss, L, Hodges, K C (2017). Marked: Tattoo as an Expression of Psyche. *Psychological Perspectives*, 60, 38 - 4. <https://doi.org/10.1080/00332925.2017.1282251>
28. Caska, C M, Renshaw, K D (2013). Personality traits as moderators of the associations between deployment experiences and PTSD symptoms in OEF/OIF

- service members. *Anxiety, Stress, & Coping*, 26, 36 - 51.
<https://doi.org/10.1080/10615806.2011.638053>
- 29.Chen, K et al. (2018). Model of coping strategies, resilience, psychological well-being, and perceived health among military personnel. *Journal of Medical Sciences*, 38, 73 - 80. https://doi.org/10.4103/JMEDSCI.JMEDSCI_60_17
- 30.Chernetska, Y (2024). Social and psychological work with military personnel and veterans of the armed conflict in Ukraine. *Social pedagogy: theory and practice*.
<https://doi.org/10.12958/1817-3764-2024-2-100-105>
- 31.Claes, L et al. (2005). Self-care versus self-harm: Piercing, tattooing, and self-injuring in eating disorders. *European Eating Disorders Review*, 13, 11-18.
<https://doi.org/10.1002/ERV.612>
- 32.Crabtree-Nelson, S, DeYoung, L (2017). Enhancing Resilience in Active Duty Military Personnel. *Journal of psychosocial nursing and mental health services*, 55(2), 44-48. <https://doi.org/10.3928/02793695-20170210-06>
- 33.Crompton, L et al. (2020). Tattoos in the Wake of Trauma: Transforming Personal Stories of Suffering into Public Stories of Coping. *Deviant Behavior*, 42, 1242 - 1255. <https://doi.org/10.1080/01639625.2020.1738641>
- 34.Denissen, J J A et al. (2019). Transactions Between Life Events and Personality Traits Across the Adult Lifespan. *Journal of Personality and Social Psychology*, 116, 612–633. <https://doi.org/10.1037/pspp0000196>
- 35.Dhelim, S et al. (2021). Big-Five, MPTI, Eysenck or HEXACO: The Ideal Personality Model for Personality-aware Recommendation Systems. ArXiv, abs/2106.03060.
<https://www.semanticscholar.org/paper/0a07e629d84f31bd37a65a00380e2b05fbee1726>
- 36.Eschler, J et al. (2018). Designing a Reclamation of Body and Health: Cancer Survivor Tattoos as Coping Ritual. *Proceedings of the 2018 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*. <https://doi.org/10.1145/3173574.3174084>
- 37.Ferencz, Z et al. (2024). The psychological background of tattoos. *Bőrgyógyászati és Venerológiai Szemle*. <https://doi.org/10.7188/bvsz.2024.100.1.5>

38. Garber, M (2017). Exercise as a Stress Coping Mechanism in a Pharmacy Student Population. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 81. <https://doi.org/10.5688/ajpe81350>
39. Gerber, A et al. (2011). The Big Five Personality Traits in the Political Arena. *Annual Review of Political Science*, 14, 265-287. <https://doi.org/10.1146/ANNUREV-POLISCI-051010-111659>
40. Giff, S T et al. (2020). Deployment-related coping strategies in military couples: Associations with relationship satisfaction. *Military Psychology*, 32, 432 - 440. <https://doi.org/10.1080/08995605.2020.1803725>
41. Handayani, F et al. (2024). Coping Strategies In Overcoming Academic Stress Among High School Students. *Journal Neosantara Hybrid Learning*. <https://doi.org/10.55849/jnhl.v2i1.939>
42. Hudson, N et al. (2018). You have to follow through: Attaining behavioral change goals predicts volitional personality change. *Journal of personality and social psychology*. <https://doi.org/10.1037/pspp0000221>
43. Hussain, M J B et al. (2024). Unpacking the Link Between Big Five Personality Traits and Waqf Participation in The Malaysian Armed Forces. *Information Management and Business Review*. [https://doi.org/10.22610/imbr.v16i3\(i\)s.4030](https://doi.org/10.22610/imbr.v16i3(i)s.4030)
44. Jackson, J J et al. (2012). Military Training and Personality Trait Development. *Psychological Science*, 23, 270 - 277. <https://doi.org/10.1177/0956797611423545>
45. Jamal, Y (2017). Coping Strategies as a Mediator of Hardiness and Stress among Rescue Workers. *Studies on Ethno-Medicine*, 11, 201 - 208. <https://doi.org/10.1080/09735070.2017.1356033>
46. Javed, S, Parveen, H (2021). Adaptive coping strategies used by people during coronavirus. *Journal of Education and Health Promotion*, 10. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_522_20
47. Jewer, C, Forsyth, A (2022). Dialectical behaviour therapy skills training: A feasibility study with active duty military. *Journal of Military, Veteran and Family Health*. <https://doi.org/10.3138/jmvfh-2022-0010>

48. Kaiseler, M et al. (2012). Effects of the Big Five personality dimensions on appraisal coping, and coping effectiveness in sport. *European Journal of Sport Science*, 12, 62 - 72. <https://doi.org/10.1080/17461391.2010.551410>
49. Kalanj-Mizzi, S A et al. (2018). Motivations for multiple tattoo acquisition: an interpretative phenomenological analysis. *Advances in Mental Health*, 17, 196 - 213. <https://doi.org/10.1080/18387357.2018.1537127>
50. Kandler, C et al. (2015). Patterns and sources of personality development in old age. *Journal of personality and social psychology*, 109(1), 175-91. <https://doi.org/10.1037/pspp0000028>
51. Khazem, L R et al. (2015). Examining the relationship between coping strategies and suicidal desire in a sample of United States military personnel. *Comprehensive psychiatry*, 57, 2-9. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2014.11.009>
52. Kokun, O et al. (2024). Personality and Health in Military Context: A Study of Combatants and Injured Servicemen. *Mental Health: Global Challenges Journal*. <https://doi.org/10.56508/mhgcj.v7i1.207>
53. Lilier, K et al. (2022). Coping strategies and barriers to coping in climate-vulnerable Bangladesh: a qualitative study. *European Journal of Public Health*. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckac131.160>
54. Lim, M et al. (2015). Stress Coping Strategies and Quality of Life in Patients with Schizophrenia. <https://doi.org/10.4306/JKNPA.2015.54.2.181>
55. Littrell, J, Beck, E (2001). Predictors of Depression in a Sample of African-American Homeless Men: Identifying Effective Coping Strategies Given Varying Levels of Daily Stressors. *Community Mental Health Journal*, 37, 15-29. <https://doi.org/10.1023/A:1026588204527>
56. Magee, C et al. (2013). Personality change predicts self-reported mental and physical health. *Journal of personality*, 81(3), 324-34. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2012.00802.x>

57. Moldjord, C et al. (2015). Stressors, social support and military performance in a modern war scenario. *Journal of Military Studies*, 6, 1 - 18. <https://doi.org/10.1515/jms-2016-0194>
58. Morgan, J et al. (2017). Health-Related Coping Behaviors and Mental Health in Military Personnel. *Military medicine*, 182(3), e1620-e1627. <https://doi.org/10.7205/MILMED-D-16-00165>
59. Paris, J (1997). Social Factors in the Personality Disorders. *Transcultural Psychiatry*, 34, 421 - 452. <https://doi.org/10.1177/136346159703400401>
60. Petrochenko, I (2023). Peculiarities of coping behavior in adolescents with different extent of internet addiction. *Child in a Digital World*. <https://doi.org/10.61365/forum.2023.076>
61. Požgain, I et al. (2004). Tattoo and personality traits in Croatian veterans. *Yonsei medical journal*, 45(2), 300-5. <https://doi.org/10.3349/YMJ.2004.45.2.300>
62. Prykhodko, I et al. (2019). Classification of coping strategies influencing mental health of military personnel having different combat experience. *Georgian medical news*, 297, 130-135. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32011308>
63. Raad, B D, Mlacic, B (2020). The Big Five Personality Trait Factors. <https://doi.org/10.1093/acrefore/9780190264093.013.894>
64. Rice, V J, Liu, B (2016). Personal resilience and coping Part II: Identifying resilience and coping among U.S. military service members and veterans with implications for work. *Work*, 54(2), 335-50. <https://doi.org/10.3233/WOR-162301>
65. Roggenkamp, H et al. (2017). Tattoos as a window to the psyche: How talking about skin art can inform psychiatric practice. *World Journal of Psychiatry*, 7, 148 - 158. <https://doi.org/10.5498/wjp.v7.i3.148>
66. Romanovska, L, Novak, M (2024). Psychological conditions of the development of personality life resilience in the conditions of war. *Scientific Notes of Ostroh Academy National University: Psychology Series*. <https://doi.org/10.25264/2415-7384-2024-17-62-66>
67. Sadrabadi, F E (2019). Reconstructing social roles: a grounded theory of individual and familial coping strategies. *Proceedings of The 9th International*

Conference on Humanities, Psychology and Social Sciences.
<https://doi.org/10.33422/9th-hps.2019.04.251>

- 68.Sagoe, D et al. (2017). Prevalence and correlates of tattooing in Norway: A large-scale cross-sectional study. *Scandinavian journal of psychology*, 58(6), 562-570.
<https://doi.org/10.1111/sjop.12399>
- 69.Serrano-Sánchez, J et al. (2022). Personality, behavioral engagement, and psychological adaptation of high school students abroad: A longitudinal perspective on between- and within-person dynamics. *European Journal of Personality*, 38, 3 - 20. <https://doi.org/10.1177/08902070221124311>
- 70.Singh, S et al. (2021). Coping strategies and social support as moderators of occupational stress and mental health link among police personnel. *Industrial Psychiatry Journal*, 30, 67 - 73. https://doi.org/10.4103/ipj.ipj_207_20
- 71.Skomorovsky, A, Stevens, S (2013). Testing a resilience model among Canadian Forces recruits. *Military medicine*, 178(8), 829-37.
<https://doi.org/10.7205/MILMED-D-12-00389>
- 72.Smith, J et al. (2002). Contrasting emotional approach coping with passive coping for chronic myofascial pain. *Annals of Behavioral Medicine*, 24, 326-335.
https://doi.org/10.1207/S15324796ABM2404_09
- 73.Smith, M T (2014). Drawing with Great Needles: Ancient Tattoo Traditions of North America. *Southeastern Archaeology*, 33, 141.
<https://www.semanticscholar.org/paper/01cd95a2ce00f77d0e03e09faf2247cef7db4165>
- 74.Souza, E L d et al. (2014). Influence of personality traits in coping skills in individuals with bipolar disorder. *Revista De Psiquiatria Clinica*, 41, 95-100.
<https://doi.org/10.1590/0101-60830000000019>
- 75.Strus, W et al. (2014). The Circumplex of Personality Metatraits: A Synthesizing Model of Personality Based on the Big Five. *Review of General Psychology*, 18, 273 - 286. <https://doi.org/10.1037/gpr0000017>

76. Subashkevych, I et al. (2023). Features of social and psychological adaptation of military personnel who participated in combat operations. *Visnyk of the Lviv University. Series Pedagogics*. <https://doi.org/10.30970/vpe.2023.39.12047>
77. Sudom, K et al. (2014). A longitudinal pilot study of resilience in Canadian military personnel. *Stress and health : journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 30(5), 377-85. <https://doi.org/10.1002/smi.2614>
78. Swami, V (2012). Written on the body? Individual differences between British adults who do and do not obtain a first tattoo. *Scandinavian journal of psychology*, 53(5), 407-12. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.2012.00960.x>
79. Swami, V et al. (2012). Personality Differences between Tattooed and Non-Tattooed Individuals. *Psychological Reports*, 111, 106 - 97. <https://doi.org/10.2466/09.07.21.PR0.111.4.97-106>
80. Tolentino, F d C, Ferreira, D B (2024). The Role of Student Coping Strategies on Success in the Command Actions Course: A Special Operations Selection Course of the Brazilian Army. *Military medicine*. <https://doi.org/10.1093/milmed/usae340>
81. Van Bruggen, V., Ten Klooster, P. M., Van der Aa, N., Smith, A. J., Westerhof, G. J., & Glas, G. (2018). Structural validity of the world assumption scale. *Journal of traumatic stress*, 31(6), 816-825.
82. Vasyuk, A G (2021). Features of military personnel adaptation in modern conditions of army service. *Samara Journal of Science*. <https://doi.org/10.17816/snv2021102302>
83. Wallace, S et al. (2010). Job stress, coping strategies, and burnout among abuse-specific counselors. *Journal of Employment Counseling*, 47, 111-122. <https://doi.org/10.1002/J.2161-1920.2010.TB00096.X>
84. Yablonska T., Vernyk O., & Haivoronskyi H. (2023). Ukrainian Adaptation of the Brief-COPE Questionnaire. *Insight: the psychological dimensions of society*, 10, 66–89. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2023-10-4>
85. Zettler, I et al. (2020). The Nomological Net of the HEXACO Model of Personality: A Large-Scale Meta-Analytic Investigation. *Perspectives on Psychological Science*, 15, 723 - 760. <https://doi.org/10.1177/1745691619895036>

86.Zolochovskyi, I (2024). Peculiarities of adaptation and course of post-traumatic stress disorder in servicemen deployed to intense combat zones. Актуальні проблеми сучасної медицини: Вісник Української медичної стоматологічної академії. <https://doi.org/10.31718/2077-1096.24.2.23>

ДОДАТКИ

Додаток А

Таблиця А.1

Frequencies of Стать

Стать	Counts	% of Total	Cumulative %
Чоловіча	111	47.8 %	47.8 %
Жіноча	121	52.2 %	100.0 %

Таблиця А.2

Frequencies of Вікова група

Вікова група	Counts	% of Total	Cumulative %
18-25	34	14.7 %	14.7 %
26-35	89	38.4 %	53.0 %
35-45	66	28.4 %	81.5 %
старше 45	43	18.5 %	100.0 %

Таблиця А.3

Frequencies of Сімейний стан

Сімейний стан	Counts	% of Total	Cumulative %
Неодружений/Неодружена	86	37.1 %	37.1 %
Одружений/Одружена	124	53.4 %	90.5 %
Розлучений/Розлучена	22	9.5 %	100.0 %

Таблиця А.4

Frequencies of Місце проживання

Місце проживання	Counts	% of Total	Cumulative %
Велике місто (більше 1 млн. населення)	116	50.0 %	50.0 %
Місто (100 тис. - 1 млн. населення)	78	33.6 %	83.6 %
Сільська місцевість та СМТ	38	16.4 %	100.0 %

Таблиця А.5

Frequencies of Чи належите Ви до категорії військових?

Чи належите Ви до категорії військових?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	139	59.9 %	59.9 %
Ні	93	40.1 %	100.0 %

Таблиця А.6

Frequencies of Чи маєте Ви татування

Чи маєте Ви татування	Counts	% of Total	Cumulative %
Так, маю татування	149	64.2 %	64.2 %
Ні, не маю татування	83	35.8 %	100.0 %

Таблиця А.7

Frequencies of Скільки татуювань у вас є?

Скільки татуювань у вас є?	Counts	% of Total	Cumulative %
1	43	28.9 %	28.9 %
2	25	16.8 %	45.6 %
3	21	14.1 %	59.7 %
4	13	8.7 %	68.5 %
5	6	4.0 %	72.5 %
6	4	2.7 %	75.2 %
7	3	2.0 %	77.2 %
8	4	2.7 %	79.9 %
9	5	3.4 %	83.2 %
10 та більше	25	16.8 %	100.0 %

Таблиця А.8

Frequencies of Символ тату - група

Символ тату - група	Counts	% of Total	Cumulative %
Військові/Бойові	10	6.7 %	6.7 %
Естетика/Без сенсу	21	14.1 %	20.8 %
Міфологія/Магія/Обереги	41	27.5 %	48.3 %
Особисті/Пам'ятні	30	20.1 %	68.5 %
Патріотичні/Національні	21	14.1 %	82.6 %
Інше	26	17.4 %	100.0 %

Таблиця А.9

Frequencies of Емоції від тату - група

Емоції від тату - група	Counts	% of Total	Cumulative %
Натхнення / Піднесення	62	41.6 %	41.6 %
Сила / Впевненість	41	27.5 %	69.1 %
Сум / Біль / Пам'ять	7	4.7 %	73.8 %
Інше / Нейтральне	39	26.2 %	100.0 %

Таблиця А.10

Frequencies of Чи зробили ви татуювання після повномасштабного вторгнення рф (після 24.02.2024)?

Чи зробили ви татуювання після повномасштабного вторгнення рф (після 24.02.2024)?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	98	65.8 %	65.8 %
Ні	51	34.2 %	100.0 %

Таблиця А.11

Frequencies of Чи є ваші татуювання пов'язаними з військовою службою? (якщо Ви військовослужбовець)

Чи є ваші татуювання пов'язаними з військовою службою? (якщо Ви військовослужбовець)	Counts	% of Total	Cumulative %
Так, лише з військовою службою	7	4.7 %	4.7 %
Так, не лише з військовою службою	44	29.5 %	34.2 %
Ні	98	65.8 %	100.0 %

Таблиця А.12

Frequencies of Чи допомагає Вам Ваше татуювання впоратися зі стресом або іншими труднощами?

Чи допомагає Вам Ваше татуювання впоратися зі стресом або іншими труднощами?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	72	48.3 %	48.3 %
Ні	77	51.7 %	100.0 %

Таблиця А.13

Frequencies of Як ваші родичі або друзі ставляться до ваших татуювань?

Як ваші родичі або друзі ставляться до ваших татуювань?	Counts	% of Total	Cumulative %
Позитивно	52	34.9 %	34.9 %
Нейтрально	88	59.1 %	94.0 %
Негативно	9	6.0 %	100.0 %

Таблиця А.14

Frequencies of Чи вплинуло татуювання на те, як ви сприймаєте своє тіло і себе в цілому?

Чи вплинуло татуювання на те, як ви сприймаєте своє тіло і себе в цілому?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так, позитивно	93	62.4 %	62.4 %
Так, негативно	2	1.3 %	63.8 %
Ні	54	36.2 %	100.0 %

Таблиця А.15

Frequencies of Чи відчуваєте ви певний зв'язок або належність до певної групи через ваші татуювання?

Чи відчуваєте ви певний зв'язок або належність до певної групи через ваші татуювання?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	53	35.6 %	35.6 %
Ні	96	64.4 %	100.0 %

Таблиця А.16

Frequencies of Чи відчуваєте ви дискримінацію щодо людей з татуюваннями?

Чи відчуваєте ви дискримінацію щодо людей з татуюваннями?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	16	10.7 %	10.7 %
Ні	133	89.3 %	100.0 %

Таблиця А.17

Frequencies of Чи було спонтанним рішенням набити татуювання?

Чи було спонтанним рішенням набити татуювання?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	36	24.2 %	24.2 %
Ні	113	75.8 %	100.0 %

Таблиця А.18

Frequencies of Чи змінилося ваше ставлення до татуювання з часом?

Чи змінилося ваше ставлення до татуювання з часом?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	41	27.5 %	27.5 %
Ні	108	72.5 %	100.0 %

Таблиця А.19

Frequencies of Чи відчуваєте ви, що татуювання допомагає вам виразити свою індивідуальність?

Чи відчуваєте ви, що татуювання допомагає вам виразити свою індивідуальність?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	108	72.5 %	72.5 %
Ні	41	27.5 %	100.0 %

Таблиця А.20

Frequencies of Чи є ваші татуювання способом виразити особисті переконання або світогляд?

Чи є ваші татуювання способом виразити особисті переконання або світогляд?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	97	65.1 %	65.1 %
Ні	52	34.9 %	100.0 %

Таблиця А.21

Frequencies of Чи змінилося ваше самовідчуття після того, як ви зробили татуювання?

Чи змінилося ваше самовідчуття після того, як ви зробили татуювання?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	88	59.1 %	59.1 %
Ні	61	40.9 %	100.0 %

Таблиця А.22

Frequencies of Чи допомогло татуювання вам краще зрозуміти себе або свої життєві цінності?

Чи допомогло татуювання вам краще зрозуміти себе або свої життєві цінності?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	78	52.3 %	52.3 %
Ні	71	47.7 %	100.0 %

Таблиця А.23

Frequencies of Чи відіграє татуювання роль оберегу, захисту для вас?

Чи відіграє татуювання роль оберегу, захисту для вас?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	75	50.3 %	50.3 %
Ні	74	49.7 %	100.0 %

Таблиця А.24

Frequencies of Чи пов'язане ваше татуювання з певними життєвими подіями, які допомагають вам впоратися з переживаннями?

Чи пов'язане ваше татуювання з певними життєвими подіями, які допомагають вам впоратися з переживаннями?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	76	51.0 %	51.0 %
Ні	73	49.0 %	100.0 %

Таблиця А.25

Frequencies of Чи могли б ви рекомендувати татуювання як метод/символ подолання труднощів іншим людям?

Чи могли б ви рекомендувати татуювання як метод/символ подолання труднощів іншим людям?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	72	48.3 %	48.3 %
Ні	77	51.7 %	100.0 %

Таблиця А.26

Frequencies of Стать

Стать	Counts	% of Total	Cumulative %
Чоловіча	102	73.4 %	73.4 %
Жіноча	37	26.6 %	100.0 %

Таблиця А.27

Frequencies of Вікова група

Вікова група	Counts	% of Total	Cumulative %
18-25	23	16.5 %	16.5 %
26-35	69	49.6 %	66.2 %
35-45	29	20.9 %	87.1 %
старше 45	18	12.9 %	100.0 %

Таблиця А.28

Frequencies of Сімейний стан

Сімейний стан	Counts	% of Total	Cumulative %
Неодружений/Неодружена	62	44.6 %	44.6 %
Одружений/Одружена	61	43.9 %	88.5 %
Розлучений/Розлучена	16	11.5 %	100.0 %

Таблиця А.29

Frequencies of Місце проживання

Місце проживання	Counts	% of Total	Cumulative %
Велике місто (більше 1 млн. населення)	67	48.2 %	48.2 %
Місто (100 тис. - 1 млн. населення)	48	34.5 %	82.7 %
Сільська місцевість та СМТ	24	17.3 %	100.0 %

Таблиця А.30

Frequencies of Чи належите Ви до категорії військових?

Чи належите Ви до категорії військових?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	139	100.0 %	100.0 %

Таблиця А.31

Frequencies of Чи маєте Ви татуювання

Чи маєте Ви татуювання	Counts	% of Total	Cumulative %
Так, маю татуювання	101	72.7 %	72.7 %
Ні, не маю татуювання	38	27.3 %	100.0 %

Таблиця А.32

Frequencies of Скільки татуювань у вас є?

Скільки татуювань у вас є?	Counts	% of Total	Cumulative %
1	18	17.8 %	17.8 %
2	19	18.8 %	36.6 %
3	15	14.9 %	51.5 %
4	10	9.9 %	61.4 %
5	2	2.0 %	63.4 %
6	3	3.0 %	66.3 %
7	3	3.0 %	69.3 %
8	4	4.0 %	73.3 %
9	4	4.0 %	77.2 %
10 та більше	23	22.8 %	100.0 %

Таблиця А.33

Frequencies of Символ тату - група

Символ тату - група	Counts	% of Total	Cumulative %
Військові/Бойові	9	8.9 %	8.9 %
Естетика/Без сенсу	19	18.8 %	27.7 %
Міфологія/Магія/Обереги	25	24.8 %	52.5 %
Особисті/Пам'ятні	17	16.8 %	69.3 %
Патріотичні/Національні	15	14.9 %	84.2 %
Інше	16	15.8 %	100.0 %

Таблиця А.34

Frequencies of Емоції від тату - група

Емоції від тату - група	Counts	% of Total	Cumulative %
Натхнення / Піднесення	45	44.6 %	44.6 %
Сила / Впевненість	32	31.7 %	76.2 %
Сум / Біль / Пам'ять	4	4.0 %	80.2 %
Інше / Нейтральне	20	19.8 %	100.0 %

Таблиця А.35

Frequencies of Чи зробили ви татування після повномасштабного вторгнення рф (після 24.02.2024)?

Чи зробили ви татування після повномасштабного вторгнення рф (після 24.02.2024)?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	73	72.3 %	72.3 %
Ні	28	27.7 %	100.0 %

Таблиця А.36

Frequencies of Чи є ваші татування пов'язаними з військовою службою? (якщо Ви військовослужбовець)

Чи є ваші татування пов'язаними з військовою службою? (якщо Ви військовослужбовець)	Counts	% of Total	Cumulative %
Так, лише з військовою службою	7	6.9 %	6.9 %
Так, не лише з військовою службою	43	42.6 %	49.5 %
Ні	51	50.5 %	100.0 %

Таблиця А.37

Frequencies of Чи допомагає Вам Ваше татування впоратися зі стресом або іншими труднощами?

Чи допомагає Вам Ваше татування впоратися зі стресом або іншими труднощами?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	48	47.5 %	47.5 %
Ні	53	52.5 %	100.0 %

Таблиця А.38

Frequencies of Як ваші родичі або друзі ставляться до ваших татувань?

Як ваші родичі або друзі ставляться до ваших татувань?	Counts	% of Total	Cumulative %
Позитивно	36	35.6 %	35.6 %
Нейтрально	60	59.4 %	95.0 %
Негативно	5	5.0 %	100.0 %

Таблиця А.39

Frequencies of Чи вплинуло татуювання на те, як ви сприймаєте своє тіло і себе в цілому?

Чи вплинуло татуювання на те, як ви сприймаєте своє тіло і себе в цілому?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так, позитивно	63	62.4 %	62.4 %
Так, негативно	1	1.0 %	63.4 %
Ні	37	36.6 %	100.0 %

Таблиця А.40

Frequencies of Чи відчуваєте ви певний зв'язок або належність до певної групи через ваші татуювання?

Чи відчуваєте ви певний зв'язок або належність до певної групи через ваші татуювання?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	38	37.6 %	37.6 %
Ні	63	62.4 %	100.0 %

Таблиця А.41

Frequencies of Чи відчуваєте ви дискримінацію щодо людей з татуюваннями?

Чи відчуваєте ви дискримінацію щодо людей з татуюваннями?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	11	10.9 %	10.9 %
Ні	90	89.1 %	100.0 %

Таблиця А.42

Frequencies of Чи було спонтанним рішенням набити татуювання?

Чи було спонтанним рішенням набити татуювання?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	25	24.8 %	24.8 %
Ні	76	75.2 %	100.0 %

Таблиця А.43

Frequencies of Чи змінилося ваше ставлення до татуювання з часом?

Чи змінилося ваше ставлення до татуювання з часом?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	29	28.7 %	28.7 %
Ні	72	71.3 %	100.0 %

Таблиця А.44

Frequencies of Чи відчуваєте ви, що татуювання допомагає вам виразити свою індивідуальність?

Чи відчуваєте ви, що татуювання допомагає вам виразити свою індивідуальність?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	73	72.3 %	72.3 %
Ні	28	27.7 %	100.0 %

Таблиця А.45

Frequencies of Чи є ваші татуювання способом виразити особисті переконання або світогляд?

Чи є ваші татуювання способом виразити особисті переконання або світогляд?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	67	66.3 %	66.3 %
Ні	34	33.7 %	100.0 %

Таблиця А.46

Frequencies of Чи змінилося ваше самовідчуття після того, як ви зробили татуювання?

Чи змінилося ваше самовідчуття після того, як ви зробили татуювання?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	58	57.4 %	57.4 %
Ні	43	42.6 %	100.0 %

Таблиця А.47

Frequencies of Чи допомогло татуювання вам краще зрозуміти себе або свої життєві цінності?

Чи допомогло татуювання вам краще зрозуміти себе або свої життєві цінності?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	54	53.5 %	53.5 %
Ні	47	46.5 %	100.0 %

Таблиця А.48

Frequencies of Чи відіграє татуювання роль оберегу, захисту для вас?

Чи відіграє татуювання роль оберегу, захисту для вас?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	45	44.6 %	44.6 %
Ні	56	55.4 %	100.0 %

Таблиця А.49

Frequencies of Чи пов'язане ваше татуювання з певними життєвими подіями, які допомагають вам впоратися з переживаннями?

Чи пов'язане ваше татуювання з певними життєвими подіями, які допомагають вам впоратися з переживаннями?	Counts	% of Total	Cumulative %
Так	48	47.5 %	47.5 %
Ні	53	52.5 %	100.0 %

Додаток Б
Таблиця Б.1

Descriptives

	Чи належите Ви до категорії військових?	Чи маєте Ви татуювання	N	Mean	Median	SD	Variance	Minimum	Maximum
Активне подолання	Так	Так, маю татуювання	101	6.77	7	1.40	1.96	2	8
		Ні, не маю татуювання	38	6.58	7.00	1.39	1.93	3	8
	Ні	Так, маю татуювання	48	6.71	7.00	1.22	1.49	4	8
		Ні, не маю татуювання	45	6.60	7	1.39	1.93	3	8
Використання інформаційної підтримки	Так	Так, маю татуювання	101	4.83	5	1.56	2.44	2	8
		Ні, не маю татуювання	38	4.95	5.00	1.66	2.75	2	8
	Ні	Так, маю татуювання	48	5.27	5.50	1.43	2.03	2	8
		Ні, не маю татуювання	45	5.38	6	1.61	2.60	2	8
Позитивний рефреймінг	Так	Так, маю татуювання	101	4.81	5	1.75	3.05	2	8
		Ні, не маю татуювання	38	5.45	6.00	1.97	3.88	2	8
	Ні	Так, маю татуювання	48	5.35	6.00	1.94	3.77	2	8
		Ні, не маю татуювання	45	5.24	5	2.00	4.01	2	8
Планування	Так	Так, маю татуювання	101	6.39	7	1.38	1.90	2	8
		Ні, не маю татуювання	38	6.08	6.00	1.57	2.45	2	8
	Ні	Так, маю татуювання	48	6.35	6.00	1.16	1.34	3	8
		Ні, не маю татуювання	45	6.24	6	1.35	1.83	2	8
Емоційна підтримка	Так	Так, маю татуювання	101	5.50	6	1.45	2.09	2	8
		Ні, не маю татуювання	38	5.24	5.00	1.53	2.35	2	8
	Ні	Так, маю татуювання	48	5.44	6.00	1.50	2.25	2	8
		Ні, не маю татуювання	45	5.87	6	1.44	2.07	2	8

Descriptives

	Чи належите Ви до категорії військових?	Чи маєте Ви татуювання	N	Mean	Median	SD	Variance	Minimum	Maximum
Вираження емоцій	Так	Так, маю татуювання	101	5.17	5	1.44	2.08	2	8
		Ні, не маю татуювання	38	4.61	4.50	1.42	2.03	2	8
	Ні	Так, маю татуювання	48	5.69	6.00	1.40	1.96	2	8
		Ні, не маю татуювання	45	5.44	6	1.16	1.34	3	8
Гумор	Так	Так, маю татуювання	101	6.23	7	1.69	2.86	2	8
		Ні, не маю татуювання	38	5.61	6.00	1.70	2.89	2	8
	Ні	Так, маю татуювання	48	5.40	6.00	1.95	3.82	2	8
		Ні, не маю татуювання	45	4.18	4	1.86	3.47	2	8
Прийняття	Так	Так, маю татуювання	101	6.87	7	1.25	1.57	2	8
		Ні, не маю татуювання	38	6.50	7.00	1.59	2.53	2	8
	Ні	Так, маю татуювання	48	6.69	7.00	1.21	1.45	3	8
		Ні, не маю татуювання	45	6.82	7	1.25	1.56	2	8
Релігія	Так	Так, маю татуювання	101	3.03	2	1.35	1.83	2	7
		Ні, не маю татуювання	38	3.55	3.00	1.75	3.06	2	8
	Ні	Так, маю татуювання	48	3.58	3.00	1.87	3.48	2	8
		Ні, не маю татуювання	45	4.31	4	2.02	4.08	2	8
Самозвинувачення	Так	Так, маю татуювання	101	4.35	4	1.73	3.01	2	8
		Ні, не маю татуювання	38	3.92	4.00	1.55	2.40	2	8
	Ні	Так, маю татуювання	48	4.98	5.00	1.85	3.43	2	8
		Ні, не маю татуювання	45	3.69	3	1.73	2.99	2	8
Самовідволікання	Так	Так, маю татуювання	101	5.60	6	1.71	2.92	2	8
		Ні, не маю татуювання	38	5.37	5.50	1.87	3.48	2	8

Descriptives

	Чи належите Ви до категорії військових?	Чи маєте Ви татуювання	N	Mean	Median	SD	Variance	Minimum	Maximum
Відмова	Ні	Так, маю татуювання	48	6.17	6.00	1.58	2.48	2	8
		Ні, не маю татуювання	45	6.16	6	1.45	2.09	2	8
	Так	Так, маю татуювання	101	3.72	3	1.56	2.42	2	8
		Ні, не маю татуювання	38	3.55	3.00	1.52	2.31	2	8
Вживання психоактивних речовин	Ні	Так, маю татуювання	48	4.17	4.00	1.79	3.21	2	8
		Ні, не маю татуювання	45	4.18	4	1.74	3.01	2	8
	Так	Так, маю татуювання	101	3.72	3	1.80	3.22	2	8
		Ні, не маю татуювання	38	2.84	2.00	1.37	1.87	2	6
Поведінкове розмежування	Ні	Так, маю татуювання	48	4.31	4.00	2.07	4.30	2	8
		Ні, не маю татуювання	45	3.29	2	1.59	2.53	2	6
	Так	Так, маю татуювання	101	3.07	3	1.31	1.73	2	7
		Ні, не маю татуювання	38	3.32	3.00	1.44	2.06	2	8
Копінг, фокусований на проблемі	Ні	Так, маю татуювання	48	3.79	4.00	1.60	2.55	2	8
		Ні, не маю татуювання	45	3.44	3	1.44	2.07	2	7
	Так	Так, маю татуювання	101	22.80	23	4.28	18.32	8	31
		Ні, не маю татуювання	38	23.05	24.00	4.78	22.81	12	32
Копінг, фокусований на емоціях	Ні	Так, маю татуювання	48	23.69	24.00	3.50	12.26	15	29
		Ні, не маю татуювання	45	23.47	24	4.59	21.07	10	30
	Так	Так, маю татуювання	101	31.14	31	4.91	24.06	12	42
		Ні, не маю татуювання	38	29.42	29.50	5.46	29.82	14	38
	Ні	Так, маю татуювання	48	31.77	32.00	4.34	18.86	22	43
		Ні, не маю татуювання	45	30.31	30	5.25	27.54	22	42

Descriptives

	Чи належите Ви до категорії військових?	Чи маєте Ви татуювання	N	Mean	Median	SD	Variance	Minimum	Maximum
Унікаючий копінг	Так	Так, маю татуювання	101	16.12	16	4.23	17.87	8	30
		Ні, не маю татуювання	38	15.08	15.00	4.21	17.70	8	26
	Ні	Так, маю татуювання	48	18.44	18.00	4.50	20.25	10	32
		Ні, не маю татуювання	45	17.07	16	4.04	16.29	10	25

Таблиця Б.2

Descriptives

	Чи належите Ви до категорії військових?	Чи маєте Ви татуювання	N	Mean	Median	SD	Variance	Minimum	Maximum
Прихильність світу	Так	Так, маю татуювання	101	14.8	15	3.90	15.21	6	24
		Ні, не маю татуювання	38	16.5	17.0	4.19	17.55	4	24
	Ні	Так, маю татуювання	48	15.8	16.0	3.78	14.31	5	23
		Ні, не маю татуювання	45	17.1	17	3.21	10.28	9	22
Доброта людей	Так	Так, маю татуювання	101	14.1	15	3.54	12.52	5	23
		Ні, не маю татуювання	38	14.6	14.0	2.70	7.28	10	24
	Ні	Так, маю татуювання	48	14.3	14.0	2.92	8.54	8	19
		Ні, не маю татуювання	45	15.0	16	2.97	8.84	7	20
Справедливість світу	Так	Так, маю татуювання	101	12.4	12	3.19	10.20	5	22
		Ні, не маю татуювання	38	14.8	15.0	4.19	17.59	4	24
	Ні	Так, маю татуювання	48	12.0	12.0	3.36	11.27	6	19
		Ні, не маю татуювання	45	13.6	14	3.61	13.01	7	22
Контрольованість світу	Так	Так, маю татуювання	101	14.6	15	2.73	7.45	7	21
		Ні, не маю татуювання	38	16.3	16.0	3.64	13.26	4	24
	Ні	Так, маю татуювання	48	13.6	14.0	2.86	8.20	8	21
		Ні, не маю татуювання	45	14.4	14	2.68	7.19	9	19
Випадковість подій	Так	Так, маю татуювання	101	15.6	16	3.23	10.41	4	22
		Ні, не маю татуювання	38	15.3	16.0	4.04	16.31	4	24
	Ні	Так, маю татуювання	48	16.4	17.0	3.52	12.37	8	24
		Ні, не маю татуювання	45	14.8	15	3.00	9.03	9	21
Цінність свого "Я"	Так	Так, маю татуювання	101	16.2	17	3.94	15.52	7	23
		Ні, не маю татуювання	38	17.3	17.5	2.71	7.35	11	22
	Ні	Так, маю татуювання	48	16.1	17.0	4.53	20.52	4	24
		Ні, не маю татуювання	45	18.4	19	3.28	10.75	11	24
Ступінь самоконтролю	Так	Так, маю татуювання	101	16.7	17	2.90	8.39	9	23
		Ні, не маю татуювання	38	17.3	17.0	3.53	12.47	4	23
	Ні	Так, маю татуювання	48	16.8	17.0	2.28	5.19	11	22
		Ні, не маю татуювання	45	17.3	18	2.19	4.81	12	21
Ступінь вдачі	Так	Так, маю татуювання	101	15.9	16	3.16	10.00	8	24

Descriptives

	Чи належите Ви до категорії військових?	Чи маєте Ви татуювання	N	Mean	Median	SD	Variance	Minimum	Maximum
Ні		Ні, не маю татуювання	38	16.7	16.5	3.38	11.44	4	24
		Так, маю татуювання	48	16.5	17.0	3.92	15.36	5	24
		Ні, не маю татуювання	45	16.0	16	3.07	9.41	9	22

Таблиця Б.3

Descriptives

	Чи належите Ви до категорії військових?	Чи маєте Ви татуювання	N	Mean	Median	SD	Variance	Minimum	Maximum
Екстраверсія	Так	Так, маю татуювання	101	8.92	9	2.07	4.29	2	14
		Ні, не маю татуювання	38	9.11	9.00	1.69	2.85	6	13
	Ні	Так, маю татуювання	48	9.54	9.00	2.37	5.62	6	14
		Ні, не маю татуювання	45	8.78	9	2.33	5.45	4	14
Дружелюбність	Так	Так, маю татуювання	101	9.39	10	2.04	4.16	4	14
		Ні, не маю татуювання	38	9.55	10.00	2.01	4.04	6	14
	Ні	Так, маю татуювання	48	9.52	9.00	2.27	5.15	3	14
		Ні, не маю татуювання	45	10.67	11	2.07	4.27	7	14
Добросовісність	Так	Так, маю татуювання	101	9.42	10	2.48	6.15	4	14
		Ні, не маю татуювання	38	9.71	9.00	2.00	4.00	5	14
	Ні	Так, маю татуювання	48	10.17	11.00	2.12	4.48	5	13
		Ні, не маю татуювання	45	10.53	10	2.23	4.98	6	14
Емоційна стабільність	Так	Так, маю татуювання	101	8.21	8	2.34	5.47	3	13
		Ні, не маю татуювання	38	9.29	9.00	2.24	5.02	3	14
	Ні	Так, маю татуювання	48	7.19	7.00	2.19	4.79	2	12
		Ні, не маю татуювання	45	8.02	8	3.17	10.02	2	14
Відкритість новому досвіду	Так	Так, маю татуювання	101	9.85	10	2.30	5.29	5	14
		Ні, не маю татуювання	38	10.00	9.50	2.19	4.81	4	14
	Ні	Так, маю татуювання	48	9.90	10.00	2.49	6.22	5	14
		Ні, не маю татуювання	45	10.07	10	2.15	4.61	5	14

Таблиця Б.4

Descriptives

	Чи належите Ви до категорії військових?	Чи маєте Ви татуювання	N	Mean	Median	SD	Variance	Minimum	Maximum
Шкала сприйнятого стресу	Так	Так, маю татуювання	101	22.5	22	4.05	16.43	4	32
		Ні, не маю татуювання	38	18.8	20.0	6.09	37.10	0	29
	Ні	Так, маю татуювання	48	23.6	23.0	3.31	10.96	18	29
		Ні, не маю татуювання	45	22.0	22	3.02	9.13	16	29

Додаток В
Таблиця В.1

Contingency Tables

Чи маєте Ви татуювання	Чи належите Ви до категорії військових?		Total
	Так	Ні	
Так, маю татуювання	101	48	149
Ні, не маю татуювання	38	45	83
Total	139	93	232

χ^2 Tests

	Value	df	p
χ^2	10.7	1	0.001
N	232		

Nominal

	Value
Contingency coefficient	0.210
Phi-coefficient	0.215
Cramer's V	0.215

Таблиця В.2

Contingency Tables

Скільки татувань у вас є?	Чи належите Ви до категорії військових?		Total
	Так	Ні	
1	18	25	43
2	19	6	25
3	15	6	21
4	10	3	13
5	2	4	6
6	3	1	4
7	3	0	3
8	4	0	4
9	4	1	5
10 та більше	23	2	25
Total	101	48	149

 χ^2 Tests

	Value	df	p
χ^2	28.4	9	< .001
N	149		

Nominal

	Value
Contingency coefficient	0.400
Phi-coefficient	NaN
Cramer's V	0.436

Таблиця В.3

Contingency Tables

Чи належите Ви до категорії військових?			
Емоції від тату - група	Так	Ні	Total
Натхнення / Піднесення	45	17	62
Сила / Впевненість	32	9	41
Сум / Біль / Пам'ять	4	3	7
Інше / Нейтральне	20	19	39
Total	101	48	149

 χ^2 Tests

	Value	df	p
χ^2	7.86	3	0.049
N	149		

Nominal

	Value
Contingency coefficient	0.224
Phi-coefficient	NaN
Cramer's V	0.230

Таблиця В.4

Contingency Tables

Чи зробили ви татуювання після повномасштабного вторгнення рф (після 24.02.2024)?	Чи належите Ви до категорії військових?		Total
	Так	Ні	
Так	73	25	98
Ні	28	23	51
Total	101	48	149

χ^2 Tests

	Value	df	p
χ^2	5.89	1	0.015
N	149		

Nominal

	Value
Contingency coefficient	0.195
Phi-coefficient	0.199
Cramer's V	0.199

Таблиця В.5

Contingency Tables

Чи відіграє татуювання роль оберегу, захисту для вас?	Чи належите Ви до категорії військових?		Total
	Так	Ні	
Так	45	30	75
Ні	56	18	74
Total	101	48	149

χ^2 Tests

	Value	df	p
χ^2	4.19	1	0.041
N	149		

Nominal

	Value
Contingency coefficient	0.165
Phi-coefficient	0.168
Cramer's V	0.168

Таблиця В.6

Contingency Tables

Емоції від тату - група	Чи є ваші татування пов'язаними з військовою службою? (якщо Ви військовослужбовець)			Total
	Так, лише з військовою службою	Так, не лише з військовою службою	Ні	
Натхнення / Піднесення	6	18	21	45
Сила / Впевненість	0	17	15	32
Сум / Біль / Пам'ять	0	4	0	4
Інше / Нейтральне	1	4	15	20
Total	7	43	51	101

 χ^2 Tests

	Value	df	p
χ^2	16.3	6	0.012
N	101		

Nominal

	Value
Contingency coefficient	0.373
Phi-coefficient	NaN
Cramer's V	0.284

Таблиця В.7

Contingency Tables

Емоції від тату - група	Чи відчуваєте ви, що татуювання допомагає вам виразити свою індивідуальність?		Total
	Так	Ні	
Натхнення / Піднесення	37	8	45
Сила / Впевненість	25	7	32
Сум / Біль / Пам'ять	1	3	4
Інше / Нейтральне	10	10	20
Total	73	28	101

 χ^2 Tests

	Value	df	p
χ^2	12.2	3	0.007
N	101		

Nominal

	Value
Contingency coefficient	0.328
Phi-coefficient	NaN
Cramer's V	0.347

Додаток Г
Таблиця Г.1

Independent Samples T-Test

		Statistic	p
Активне подолання	Mann-Whitney U	1730	0.353
Використання інформаційної підтримки	Mann-Whitney U	1816	0.620
Позитивний рефреймінг	Mann-Whitney U	1512	0.051
Планування	Mann-Whitney U	1686	0.259
Емоційна підтримка	Mann-Whitney U	1740	0.386
Вираження емоцій	Mann-Whitney U	1497	0.042
Гумор	Mann-Whitney U	1483	0.036
Прийняття	Mann-Whitney U	1704	0.290
Релігія	Mann-Whitney U	1626	0.133
Самозвинування	Mann-Whitney U	1651	0.198
Самовідволікання	Mann-Whitney U	1793	0.544
Відмова	Mann-Whitney U	1794	0.544
Вживання психоактивних речовин	Mann-Whitney U	1390	0.008
Поведінкове розмежування	Mann-Whitney U	1722	0.323
Копінг, фокусований на проблемі	Mann-Whitney U	1794	0.555
Копінг, фокусований на емоціях	Mann-Whitney U	1596	0.126
Унікаючий копінг	Mann-Whitney U	1617	0.152
Прихильність світу	Mann-Whitney U	1423	0.019
Доброта людей	Mann-Whitney U	1918	0.998
Справедливість світу	Mann-Whitney U	1156	< .001
Контрольованість світу	Mann-Whitney U	1321	0.004
Випадковість подій	Mann-Whitney U	1895	0.909
Цінність свого "Я"	Mann-Whitney U	1674	0.245
Ступінь самоконтролю	Mann-Whitney U	1698	0.294
Ступінь вдачі	Mann-Whitney U	1605	0.136
Екстраверсія	Mann-Whitney U	1788	0.530
Дружелюбність	Mann-Whitney U	1836	0.691
Добросовісність	Mann-Whitney U	1796	0.558
Емоційна стабільність	Mann-Whitney U	1416	0.017
Відкритість новому досвіду	Mann-Whitney U	1828	0.666
Шкала сприйнятого стресу	Mann-Whitney U	1152	< .001

Note. $\mu_{\text{Так, маю татування}} \neq \mu_{\text{Ні, не маю татування}}$

Group Descriptives

	Group	N	Mean	Median	SD	SE
Активне подолання	Так, маю татування	101	6.77	7.00	1.40	0.139
	Ні, не маю татування	38	6.58	7.00	1.39	0.225
Використання інформаційної підтримки	Так, маю татування	101	4.83	5.00	1.56	0.155
	Ні, не маю татування	38	4.95	5.00	1.66	0.269

Group Descriptives

	Group	N	Mean	Median	SD	SE
Позитивний рефреймінг	Так, маю татуювання	101	4.81	5.00	1.75	0.174
	Ні, не маю татуювання	38	5.45	6.00	1.97	0.319
Планування	Так, маю татуювання	101	6.39	7.00	1.38	0.137
	Ні, не маю татуювання	38	6.08	6.00	1.57	0.254
Емоційна підтримка	Так, маю татуювання	101	5.50	6.00	1.45	0.144
	Ні, не маю татуювання	38	5.24	5.00	1.53	0.249
Вираження емоцій	Так, маю татуювання	101	5.17	5.00	1.44	0.144
	Ні, не маю татуювання	38	4.61	4.50	1.42	0.231
Гумор	Так, маю татуювання	101	6.23	7.00	1.69	0.168
	Ні, не маю татуювання	38	5.61	6.00	1.70	0.276
Прийняття	Так, маю татуювання	101	6.87	7.00	1.25	0.125
	Ні, не маю татуювання	38	6.50	7.00	1.59	0.258
Релігія	Так, маю татуювання	101	3.03	2.00	1.35	0.135
	Ні, не маю татуювання	38	3.55	3.00	1.75	0.284
Самозвинувачення	Так, маю татуювання	101	4.35	4.00	1.73	0.173
	Ні, не маю татуювання	38	3.92	4.00	1.55	0.251
Самовідволікання	Так, маю татуювання	101	5.60	6.00	1.71	0.170
	Ні, не маю татуювання	38	5.37	5.50	1.87	0.303
Відмова	Так, маю татуювання	101	3.72	3.00	1.56	0.155
	Ні, не маю татуювання	38	3.55	3.00	1.52	0.246
Вживання психоактивних речовин	Так, маю татуювання	101	3.72	3.00	1.80	0.179
	Ні, не маю татуювання	38	2.84	2.00	1.37	0.222
Поведінкове розмежування	Так, маю татуювання	101	3.07	3.00	1.31	0.131
	Ні, не маю татуювання	38	3.32	3.00	1.44	0.233
Копінг, фокусований на проблемі	Так, маю татуювання	101	22.80	23.00	4.28	0.426
	Ні, не маю татуювання	38	23.05	24.00	4.78	0.775
Копінг, фокусований на емоціях	Так, маю татуювання	101	31.14	31.00	4.91	0.488
	Ні, не маю татуювання	38	29.42	29.50	5.46	0.886
Унікаючий копінг	Так, маю татуювання	101	16.12	16.00	4.23	0.421
	Ні, не маю татуювання	38	15.08	15.00	4.21	0.682
Прихильність світу	Так, маю татуювання	101	14.82	15.00	3.90	0.388
	Ні, не маю татуювання	38	16.50	17.00	4.19	0.680
Доброта людей	Так, маю татуювання	101	14.14	15.00	3.54	0.352
	Ні, не маю татуювання	38	14.55	14.00	2.70	0.438
Справедливість світу	Так, маю татуювання	101	12.39	12.00	3.19	0.318
	Ні, не маю татуювання	38	14.76	15.00	4.19	0.680
Контрольованість світу	Так, маю татуювання	101	14.57	15.00	2.73	0.272
	Ні, не маю татуювання	38	16.34	16.00	3.64	0.591

Group Descriptives

	Group	N	Mean	Median	SD	SE
Випадковість подій	Так, маю татуювання	101	15.56	16.00	3.23	0.321
	Ні, не маю татуювання	38	15.26	16.00	4.04	0.655
Цінність свого "Я"	Так, маю татуювання	101	16.20	17.00	3.94	0.392
	Ні, не маю татуювання	38	17.29	17.50	2.71	0.440
Ступінь самоконтролю	Так, маю татуювання	101	16.71	17.00	2.90	0.288
	Ні, не маю татуювання	38	17.26	17.00	3.53	0.573
Ступінь вдачі	Так, маю татуювання	101	15.89	16.00	3.16	0.315
	Ні, не маю татуювання	38	16.74	16.50	3.38	0.549
Екстраверсія	Так, маю татуювання	101	8.92	9.00	2.07	0.206
	Ні, не маю татуювання	38	9.11	9.00	1.69	0.274
Дружелюбність	Так, маю татуювання	101	9.39	10.00	2.04	0.203
	Ні, не маю татуювання	38	9.55	10.00	2.01	0.326
Добросовісність	Так, маю татуювання	101	9.42	10.00	2.48	0.247
	Ні, не маю татуювання	38	9.71	9.00	2.00	0.324
Емоційна стабільність	Так, маю татуювання	101	8.21	8.00	2.34	0.233
	Ні, не маю татуювання	38	9.29	9.00	2.24	0.364
Відкритість новому досвіду	Так, маю татуювання	101	9.85	10.00	2.30	0.229
	Ні, не маю татуювання	38	10.00	9.50	2.19	0.356
Шкала сприйнятого стресу	Так, маю татуювання	101	22.51	22.00	4.05	0.403
	Ні, не маю татуювання	38	18.76	20.00	6.09	0.988

Таблиця Г.2

Kruskal-Wallis

	χ^2	df	p
Активне подолання	2.27	5	0.811
Використання інформаційної підтримки	2.57	5	0.766
Позитивний рефреймінг	2.87	5	0.720
Планування	1.86	5	0.869
Емоційна підтримка	1.81	5	0.875
Вираження емоцій	5.84	5	0.322
Гумор	2.87	5	0.721
Прийняття	3.60	5	0.608
Релігія	10.89	5	0.054
Самозвинування	1.65	5	0.896
Самовідволікання	1.55	5	0.908
Відмова	2.86	5	0.722
Вживання психоактивних речовин	3.74	5	0.588
Поведінкове розмежування	3.82	5	0.576
Копінг, фокусований на проблемі	3.50	5	0.624
Копінг, фокусований на емоціях	2.19	5	0.822
Унікаючий копінг	1.27	5	0.938
Прихильність світу	3.14	5	0.679
Доброта людей	4.60	5	0.467
Справедливість світу	8.36	5	0.138
Контрольованість світу	7.11	5	0.212
Випадковість подій	1.21	5	0.944
Цінність свого "Я"	2.90	5	0.715
Ступінь самоконтролю	5.94	5	0.312
Ступінь вдачі	4.45	5	0.486
Екстраверсія	5.46	5	0.362
Дружелюбність	1.98	5	0.851
Добросовісність	4.65	5	0.460
Емоційна стабільність	1.99	5	0.851
Відкритість новому досвіду	6.15	5	0.292
Шкала сприйнятого стресу	3.41	5	0.637

Group Descriptives

	Символ тату - група	N	Mean	SD	SE
Активне подолання	Військові/Бойові	9	6.89	0.928	0.309
	Естетика/Без сенсу	19	6.63	1.535	0.352
	Міфологія/Магія/Обереги	25	7.04	1.207	0.241
	Особисті/Пам'ятні	17	6.88	1.453	0.352
	Патріотичні/Національні	15	6.67	1.589	0.410
	Інше	16	6.44	1.590	0.398
Використання інформаційної підтримки	Військові/Бойові	9	5.00	1.803	0.601

Group Descriptives

	Символ тату - група	N	Mean	SD	SE
	Естетика/Без сенсу	19	4.68	1.797	0.412
	Міфологія/Магія/Обереги	25	5.16	1.179	0.236
	Особисті/Пам'ятні	17	4.88	1.728	0.419
	Патріотичні/Національні	15	4.40	1.454	0.375
	Інше	16	4.75	1.693	0.423
Позитивний рефреймінг	Військові/Бойові	9	4.22	1.787	0.596
	Естетика/Без сенсу	19	4.74	1.759	0.404
	Міфологія/Магія/Обереги	25	5.24	1.899	0.380
	Особисті/Пам'ятні	17	4.65	1.498	0.363
	Патріотичні/Національні	15	5.13	1.642	0.424
	Інше	16	4.44	1.861	0.465
Планування	Військові/Бойові	9	6.11	1.364	0.455
	Естетика/Без сенсу	19	6.26	1.727	0.396
	Міфологія/Магія/Обереги	25	6.72	0.980	0.196
	Особисті/Пам'ятні	17	6.41	1.417	0.344
	Патріотичні/Національні	15	6.33	1.291	0.333
	Інше	16	6.19	1.601	0.400
Емоційна підтримка	Військові/Бойові	9	5.22	1.563	0.521
	Естетика/Без сенсу	19	5.47	1.837	0.421
	Міфологія/Магія/Обереги	25	5.72	1.021	0.204
	Особисті/Пам'ятні	17	5.41	1.734	0.421
	Патріотичні/Національні	15	5.27	1.280	0.330
	Інше	16	5.63	1.408	0.352
Вираження емоцій	Військові/Бойові	9	4.33	1.414	0.471
	Естетика/Без сенсу	19	5.58	1.216	0.279
	Міфологія/Магія/Обереги	25	5.24	1.535	0.307
	Особисті/Пам'ятні	17	5.35	1.618	0.392
	Патріотичні/Національні	15	5.13	1.457	0.376
	Інше	16	4.88	1.310	0.328
Гумор	Військові/Бойові	9	6.11	1.691	0.564
	Естетика/Без сенсу	19	6.37	1.950	0.447
	Міфологія/Магія/Обереги	25	5.96	1.369	0.274
	Особисті/Пам'ятні	17	6.59	1.228	0.298
	Патріотичні/Національні	15	6.40	1.595	0.412
	Інше	16	6.00	2.366	0.592
Прийняття	Військові/Бойові	9	6.67	1.225	0.408
	Естетика/Без сенсу	19	6.63	1.674	0.384
	Міфологія/Магія/Обереги	25	6.84	0.943	0.189
	Особисті/Пам'ятні	17	7.24	0.970	0.235
	Патріотичні/Національні	15	7.27	0.704	0.182
	Інше	16	6.56	1.711	0.428
Релігія	Військові/Бойові	9	3.44	1.509	0.503

Group Descriptives

	Символ тату - група	N	Mean	SD	SE
	Естетика/Без сенсу	19	2.89	1.243	0.285
	Міфологія/Магія/Обереги	25	3.36	1.551	0.310
	Особисті/Пам'ятні	17	2.76	1.091	0.265
	Патріотичні/Національні	15	3.53	1.506	0.389
	Інше	16	2.25	0.775	0.194
Самозвинувачення	Військові/Бойові	9	4.11	2.088	0.696
	Естетика/Без сенсу	19	4.42	1.710	0.392
	Міфологія/Магія/Обереги	25	4.44	1.446	0.289
	Особисті/Пам'ятні	17	4.65	1.967	0.477
	Патріотичні/Національні	15	3.93	1.335	0.345
	Інше	16	4.31	2.182	0.546
Самовідволікання	Військові/Бойові	9	5.67	1.803	0.601
	Естетика/Без сенсу	19	5.53	2.195	0.504
	Міфологія/Магія/Обереги	25	5.68	1.520	0.304
	Особисті/Пам'ятні	17	5.82	1.811	0.439
	Патріотичні/Національні	15	5.60	1.242	0.321
	Інше	16	5.31	1.778	0.445
Відмова	Військові/Бойові	9	3.56	1.509	0.503
	Естетика/Без сенсу	19	3.95	1.649	0.378
	Міфологія/Магія/Обереги	25	4.08	1.681	0.336
	Особисті/Пам'ятні	17	3.53	1.807	0.438
	Патріотичні/Національні	15	3.53	1.302	0.336
	Інше	16	3.38	1.258	0.315
Вживання психоактивних речовин	Військові/Бойові	9	4.56	2.068	0.689
	Естетика/Без сенсу	19	3.32	1.734	0.398
	Міфологія/Магія/Обереги	25	3.56	1.710	0.342
	Особисті/Пам'ятні	17	3.59	1.805	0.438
	Патріотичні/Національні	15	3.80	1.971	0.509
	Інше	16	4.06	1.731	0.433
Поведінкове розмежування	Військові/Бойові	9	3.33	1.225	0.408
	Естетика/Без сенсу	19	3.11	1.243	0.285
	Міфологія/Магія/Обереги	25	2.92	1.256	0.251
	Особисті/Пам'ятні	17	3.47	1.663	0.403
	Патріотичні/Національні	15	3.07	1.335	0.345
	Інше	16	2.69	1.138	0.285
Копінг, фокусований на проблемі	Військові/Бойові	9	22.22	3.383	1.128
	Естетика/Без сенсу	19	22.32	5.132	1.177
	Міфологія/Магія/Обереги	25	24.16	3.749	0.750
	Особисті/Пам'ятні	17	22.82	3.988	0.967
	Патріотичні/Національні	15	22.53	3.720	0.960
	Інше	16	21.81	5.231	1.308
Копінг, фокусований на емоціях	Військові/Бойові	9	29.89	3.855	1.285

Group Descriptives

	Символ тату - група	N	Mean	SD	SE
	Естетика/Без сенсу	19	31.37	5.262	1.207
	Міфологія/Магія/Обереги	25	31.56	3.809	0.762
	Особисті/Пам'ятні	17	32.00	5.420	1.315
	Патріотичні/Національні	15	31.53	4.518	1.166
	Інше	16	29.63	6.397	1.599
Унікаючий копінг	Військові/Бойові	9	17.11	4.343	1.448
	Естетика/Без сенсу	19	15.89	5.087	1.167
	Міфологія/Магія/Обереги	25	16.24	4.156	0.831
	Особисті/Пам'ятні	17	16.41	5.063	1.228
	Патріотичні/Національні	15	16.00	3.251	0.840
	Інше	16	15.44	3.444	0.861
Прихильність світу	Військові/Бойові	9	14.67	3.969	1.323
	Естетика/Без сенсу	19	14.26	3.649	0.837
	Міфологія/Магія/Обереги	25	15.32	3.816	0.763
	Особисті/Пам'ятні	17	14.18	4.231	1.026
	Патріотичні/Національні	15	14.33	4.370	1.128
	Інше	16	15.94	3.732	0.933
Доброта людей	Військові/Бойові	9	13.33	3.775	1.258
	Естетика/Без сенсу	19	14.53	2.855	0.655
	Міфологія/Магія/Обереги	25	14.48	3.917	0.783
	Особисті/Пам'ятні	17	13.65	4.197	1.018
	Патріотичні/Національні	15	13.13	3.226	0.833
	Інше	16	15.06	3.172	0.793
Справедливість світу	Військові/Бойові	9	13.33	3.500	1.167
	Естетика/Без сенсу	19	10.95	2.778	0.637
	Міфологія/Магія/Обереги	25	13.48	3.164	0.633
	Особисті/Пам'ятні	17	12.12	3.180	0.771
	Патріотичні/Національні	15	12.20	3.028	0.782
	Інше	16	12.31	3.400	0.850
Контрольованість світу	Військові/Бойові	9	14.67	2.291	0.764
	Естетика/Без сенсу	19	14.26	1.968	0.451
	Міфологія/Магія/Обереги	25	15.16	3.037	0.607
	Особисті/Пам'ятні	17	15.47	2.528	0.613
	Патріотичні/Національні	15	13.93	2.865	0.740
	Інше	16	13.63	3.160	0.790
Випадковість подій	Військові/Бойові	9	15.56	3.678	1.226
	Естетика/Без сенсу	19	15.11	3.843	0.882
	Міфологія/Магія/Обереги	25	15.60	3.304	0.661
	Особисті/Пам'ятні	17	16.12	2.826	0.685
	Патріотичні/Національні	15	15.93	3.674	0.949
	Інше	16	15.13	2.217	0.554
Цінність свого "Я"	Військові/Бойові	9	14.56	3.972	1.324

Group Descriptives

	Символ тату - група	N	Mean	SD	SE
	Естетика/Без сенсу	19	16.53	4.551	1.044
	Міфологія/Магія/Обереги	25	16.52	4.510	0.902
	Особисті/Пам'ятні	17	16.06	4.085	0.991
	Патріотичні/Національні	15	16.60	3.460	0.893
	Інше	16	16.00	2.556	0.639
Ступінь самоконтролю	Військові/Бойові	9	17.56	1.424	0.475
	Естетика/Без сенсу	19	16.42	3.043	0.698
	Міфологія/Магія/Обереги	25	16.80	3.240	0.648
	Особисті/Пам'ятні	17	17.53	2.649	0.642
	Патріотичні/Національні	15	16.60	2.558	0.660
Ступінь вдачі	Інше	16	15.69	3.301	0.825
	Військові/Бойові	9	15.44	3.358	1.119
	Естетика/Без сенсу	19	16.53	3.611	0.828
	Міфологія/Магія/Обереги	25	16.52	3.478	0.696
	Особисті/Пам'ятні	17	15.71	2.285	0.554
Екстраверсія	Патріотичні/Національні	15	15.07	2.987	0.771
	Інше	16	15.38	3.074	0.769
	Військові/Бойові	9	9.78	2.386	0.795
	Естетика/Без сенсу	19	8.21	2.299	0.527
	Міфологія/Магія/Обереги	25	9.40	2.102	0.420
Дружелюбність	Особисті/Пам'ятні	17	8.88	2.118	0.514
	Патріотичні/Національні	15	8.40	1.549	0.400
	Інше	16	9.06	1.843	0.461
	Військові/Бойові	9	10.11	1.900	0.633
	Естетика/Без сенсу	19	9.58	1.865	0.428
Добросовісність	Міфологія/Магія/Обереги	25	9.20	2.000	0.400
	Особисті/Пам'ятні	17	9.47	2.239	0.543
	Патріотичні/Національні	15	9.27	2.492	0.643
	Інше	16	9.06	1.879	0.470
	Військові/Бойові	9	8.22	2.108	0.703
Емоційна стабільність	Естетика/Без сенсу	19	9.21	2.347	0.538
	Міфологія/Магія/Обереги	25	10.08	2.414	0.483
	Особисті/Пам'ятні	17	9.76	3.173	0.769
	Патріотичні/Національні	15	9.33	2.225	0.575
	Інше	16	9.00	2.309	0.577
Відкритість новому досвіду	Військові/Бойові	9	8.44	2.186	0.729
	Естетика/Без сенсу	19	8.63	2.338	0.536
	Міфологія/Магія/Обереги	25	8.44	2.518	0.504
	Особисті/Пам'ятні	17	8.00	2.784	0.675
	Патріотичні/Національні	15	8.07	2.251	0.581
Відкритість новому досвіду	Інше	16	7.56	1.825	0.456
Відкритість новому досвіду	Військові/Бойові	9	10.33	1.323	0.441

Group Descriptives

	Символ тату - група	N	Mean	SD	SE
	Естетика/Без сенсу	19	9.79	2.551	0.585
	Міфологія/Магія/Обереги	25	10.48	2.519	0.504
	Особисті/Пам'ятні	17	10.24	2.016	0.489
	Патріотичні/Національні	15	9.20	2.305	0.595
	Інше	16	8.88	2.156	0.539
Шкала сприйнятого стресу	Військові/Бойові	9	22.33	3.708	1.236
	Естетика/Без сенсу	19	22.05	5.632	1.292
	Міфологія/Магія/Обереги	25	23.52	4.134	0.827
	Особисті/Пам'ятні	17	22.94	3.152	0.764
	Патріотичні/Національні	15	21.47	3.681	0.951
	Інше	16	22.13	3.181	0.795

Таблиця Г.3

Kruskal-Wallis

	χ^2	df	p
Активне подолання	6.017	3	0.111
Використання інформаційної підтримки	3.959	3	0.266
Позитивний рефреймінг	5.246	3	0.155
Планування	4.625	3	0.201
Емоційна підтримка	1.802	3	0.614
Вираження емоцій	3.132	3	0.372
Гумор	0.335	3	0.953
Прийняття	2.089	3	0.554
Релігія	8.216	3	0.042
Самозвинування	3.978	3	0.264
Самовідволікання	0.542	3	0.910
Відмова	0.348	3	0.951
Вживання психоактивних речовин	1.490	3	0.685
Поведінкове розмежування	1.820	3	0.611
Копінг, фокусований на проблемі	10.085	3	0.018
Копінг, фокусований на емоціях	1.951	3	0.583
Унікаючий копінг	1.715	3	0.634
Прихильність світу	5.755	3	0.124
Доброта людей	4.994	3	0.172
Справедливість світу	9.954	3	0.019
Контрольованість світу	1.804	3	0.614
Випадковість подій	6.070	3	0.108
Цінність свого "Я"	9.072	3	0.028
Ступінь самоконтролю	5.828	3	0.120
Ступінь вдачі	0.928	3	0.819
Екстраверсія	1.044	3	0.791
Дружелюбність	10.203	3	0.017
Добросовісність	2.350	3	0.503
Емоційна стабільність	4.394	3	0.222
Відкритість новому досвіду	5.487	3	0.139
Шкала сприйнятого стресу	6.896	3	0.075

Group Descriptives

	Емоції від тату - група	N	Mean	SD	SE
Активне подолання	Натхнення / Піднесення	45	6.67	1.331	0.198
	Сила / Впевненість	32	7.09	1.376	0.243
	Сум / Біль / Пам'ять	4	7.50	0.577	0.289
	Інше / Нейтральне	20	6.35	1.599	0.357
Використання інформаційної підтримки	Натхнення / Піднесення	45	4.87	1.687	0.251
	Сила / Впевненість	32	5.03	1.576	0.279
	Сум / Біль / Пам'ять	4	5.50	1.000	0.500

Group Descriptives

	Емоції від тату - група	N	Mean	SD	SE
Позитивний рефреймінг	Інше / Нейтральне	20	4.30	1.261	0.282
	Натхнення / Піднесення	45	4.82	1.874	0.279
	Сила / Впевненість	32	5.25	1.545	0.273
	Сум / Біль / Пам'ять	4	4.75	1.258	0.629
	Інше / Нейтральне	20	4.10	1.714	0.383
Планування	Натхнення / Піднесення	45	6.31	1.362	0.203
	Сила / Впевненість	32	6.63	1.338	0.237
	Сум / Біль / Пам'ять	4	7.25	0.957	0.479
	Інше / Нейтральне	20	6.00	1.487	0.332
	Емоційна підтримка	Натхнення / Піднесення	45	5.42	1.469
Сила / Впевненість		32	5.69	1.330	0.235
Сум / Біль / Пам'ять		4	5.00	2.000	1.000
Інше / Нейтральне		20	5.45	1.538	0.344
Вираження емоцій		Натхнення / Піднесення	45	5.07	1.388
	Сила / Впевненість	32	5.44	1.605	0.284
	Сум / Біль / Пам'ять	4	4.00	2.160	1.080
	Інше / Нейтральне	20	5.20	1.056	0.236
	Гумор	Натхнення / Піднесення	45	6.18	1.850
Сила / Впевненість		32	6.34	1.578	0.279
Сум / Біль / Пам'ять		4	6.00	1.633	0.816
Інше / Нейтральне		20	6.20	1.609	0.360
Прийняття		Натхнення / Піднесення	45	6.91	1.276
	Сила / Впевненість	32	6.88	1.314	0.232
	Сум / Біль / Пам'ять	4	7.50	0.577	0.289
	Інше / Нейтральне	20	6.65	1.226	0.274
	Релігія	Натхнення / Піднесення	45	3.00	1.365
Сила / Впевненість		32	3.28	1.529	0.270
Сум / Біль / Пам'ять		4	4.25	0.500	0.250
Інше / Нейтральне		20	2.45	0.826	0.185
Самозвинувачення		Натхнення / Піднесення	45	4.24	1.694
	Сила / Впевненість	32	4.25	1.723	0.305
	Сум / Біль / Пам'ять	4	6.00	1.414	0.707
	Інше / Нейтральне	20	4.40	1.847	0.413
	Самовідволікання	Натхнення / Піднесення	45	5.64	1.721
Сила / Впевненість		32	5.44	1.703	0.301
Сум / Біль / Пам'ять		4	5.75	1.258	0.629
Інше / Нейтральне		20	5.75	1.860	0.416
Відмова		Натхнення / Піднесення	45	3.71	1.408
	Сила / Впевненість	32	3.63	1.661	0.294
	Сум / Біль / Пам'ять	4	3.75	1.708	0.854
	Інше / Нейтральне	20	3.90	1.774	0.397

Group Descriptives

	Емоції від тату - група	N	Mean	SD	SE
Вживання психоактивних речовин	Натхнення / Піднесення	45	3.78	1.894	0.282
	Сила / Впевненість	32	3.50	1.796	0.318
	Сум / Біль / Пам'ять	4	3.50	1.732	0.866
	Інше / Нейтральне	20	4.00	1.654	0.370
Поведінкове розмежування	Натхнення / Піднесення	45	3.13	1.325	0.197
	Сила / Впевненість	32	2.78	1.070	0.189
	Сум / Біль / Пам'ять	4	3.25	1.500	0.750
	Інше / Нейтральне	20	3.35	1.599	0.357
Копінг, фокусований на проблемі	Натхнення / Піднесення	45	22.67	4.259	0.635
	Сила / Впевненість	32	24.00	4.303	0.761
	Сум / Біль / Пам'ять	4	25.00	0.816	0.408
	Інше / Нейтральне	20	20.75	4.025	0.900
Копінг, фокусований на емоціях	Натхнення / Піднесення	45	30.82	5.206	0.776
	Сила / Впевненість	32	31.88	4.917	0.869
	Сум / Біль / Пам'ять	4	32.75	5.737	2.869
	Інше / Нейтральне	20	30.35	4.107	0.918
Унікаючий копінг	Натхнення / Піднесення	45	16.27	4.371	0.652
	Сила / Впевненість	32	15.34	4.285	0.758
	Сум / Біль / Пам'ять	4	16.25	3.594	1.797
	Інше / Нейтральне	20	17.00	3.987	0.891
Прихильність світу	Натхнення / Піднесення	45	14.11	3.706	0.553
	Сила / Впевненість	32	16.28	3.795	0.671
	Сум / Біль / Пам'ять	4	14.00	1.826	0.913
	Інше / Нейтральне	20	14.25	4.351	0.973
Доброта людей	Натхнення / Піднесення	45	13.60	3.236	0.482
	Сила / Впевненість	32	15.03	3.632	0.642
	Сум / Біль / Пам'ять	4	12.25	2.217	1.109
	Інше / Нейтральне	20	14.30	4.067	0.909
Справедливість світу	Натхнення / Піднесення	45	11.87	2.744	0.409
	Сила / Впевненість	32	13.88	3.643	0.644
	Сум / Біль / Пам'ять	4	11.75	1.500	0.750
	Інше / Нейтральне	20	11.30	2.922	0.653
Контрольованість світу	Натхнення / Піднесення	45	14.20	2.881	0.429
	Сила / Впевненість	32	14.94	2.951	0.522
	Сум / Біль / Пам'ять	4	15.75	2.062	1.031
	Інше / Нейтральне	20	14.60	2.062	0.461
Випадковість подій	Натхнення / Піднесення	45	16.00	3.104	0.463
	Сила / Впевненість	32	15.63	3.443	0.609
	Сум / Біль / Пам'ять	4	17.00	4.163	2.082
	Інше / Нейтральне	20	14.20	2.745	0.614
Цінність свого "Я"	Натхнення / Піднесення	45	15.49	3.641	0.543

Group Descriptives

	Емоції від тату - група	N	Mean	SD	SE
Ступінь самоконтролю	Сила / Впевненість	32	17.56	3.818	0.675
	Сум / Біль / Пам'ять	4	13.25	2.872	1.436
	Інше / Нейтральне	20	16.20	4.444	0.994
	Натхнення / Піднесення	45	16.40	2.544	0.379
Ступінь вдачі	Сила / Впевненість	32	17.44	2.972	0.525
	Сум / Біль / Пам'ять	4	18.25	0.957	0.479
	Інше / Нейтральне	20	15.95	3.517	0.786
	Натхнення / Піднесення	45	15.76	3.345	0.499
Екстраверсія	Сила / Впевненість	32	16.09	2.998	0.530
	Сум / Біль / Пам'ять	4	15.50	1.915	0.957
	Інше / Нейтральне	20	15.95	3.364	0.752
	Натхнення / Піднесення	45	8.82	2.424	0.361
Дружелюбність	Сила / Впевненість	32	8.97	1.840	0.325
	Сум / Біль / Пам'ять	4	9.50	0.577	0.289
	Інше / Нейтральне	20	8.95	1.820	0.407
	Натхнення / Піднесення	45	9.91	2.032	0.303
Добросовісність	Сила / Впевненість	32	9.50	1.967	0.348
	Сум / Біль / Пам'ять	4	8.75	1.708	0.854
	Інше / Нейтральне	20	8.15	1.785	0.399
	Натхнення / Піднесення	45	9.09	2.618	0.390
Емоційна стабільність	Сила / Впевненість	32	10.00	2.243	0.397
	Сум / Біль / Пам'ять	4	9.00	3.162	1.581
	Інше / Нейтральне	20	9.30	2.408	0.539
	Натхнення / Піднесення	45	7.98	2.545	0.379
Відкритість новому досвіду	Сила / Впевненість	32	8.81	2.086	0.369
	Сум / Біль / Пам'ять	4	6.75	2.062	1.031
	Інше / Нейтральне	20	8.05	2.188	0.489
	Натхнення / Піднесення	45	9.76	2.469	0.368
Шкала сприйнятого стресу	Сила / Впевненість	32	10.44	2.355	0.416
	Сум / Біль / Пам'ять	4	10.50	1.291	0.645
	Інше / Нейтральне	20	9.00	1.717	0.384
	Натхнення / Піднесення	45	22.58	4.377	0.652
	Сила / Впевненість	32	21.66	3.940	0.696
	Сум / Біль / Пам'ять	4	21.00	2.944	1.472
	Інше / Нейтральне	20	24.05	3.348	0.749
	Натхнення / Піднесення	45	22.58	4.377	0.652

Додаток Д
Таблиця Д.1

Correlation Matrix

		Копінг, фокусований на проблемі	Копінг, фокусований на емоціях	Унікаючий копінг	Екстраверсія	Дружелюбність	Добросовісність	Емоційна стабільність	Відкритість новому досвіду	Шкала сприйнятого стресу
Копінг, фокусований на проблемі	Spearman's rho	—								
	p-value	—								
Копінг, фокусований на емоціях	Spearman's rho	0.557 ***	—							
	p-value	< .001	—							
Унікаючий копінг	Spearman's rho	0.070	0.343 ***	—						
	p-value	0.484	< .001	—						
Екстраверсія	Spearman's rho	0.235 *	0.076	0.037	—					
	p-value	0.018	0.451	0.713	—					
Дружелюбність	Spearman's rho	0.091	-0.146	-0.181	-0.011	—				
	p-value	0.366	0.145	0.069	0.909	—				
Добросовісність	Spearman's rho	0.066	-0.215 *	-0.217 *	0.213 *	0.343 ***	—			
	p-value	0.510	0.031	0.030	0.033	< .001	—			
Емоційна стабільність	Spearman's rho	-0.043	-0.229 *	-0.337 ***	-0.179	0.202 *	0.275 **	—		
	p-value	0.667	0.021	< .001	0.073	0.043	0.005	—		
Відкритість новому досвіду	Spearman's rho	0.303 **	0.106	-0.166	0.454 ***	0.360 ***	0.355 ***	0.264 **	—	
	p-value	0.002	0.292	0.097	< .001	< .001	< .001	0.008	—	
Шкала сприйнятого стресу	Spearman's rho	-0.047	0.320 **	0.495 ***	0.028	-0.139	-0.163	-0.401 ***	-0.119	—
	p-value	0.638	0.001	< .001	0.783	0.165	0.103	< .001	0.237	—
Прихильність світу	Spearman's rho	0.190	0.046	-0.080	0.088	0.058	0.183	0.195	0.092	-0.237 *
	p-value	0.057	0.646	0.428	0.383	0.564	0.067	0.050	0.362	0.017

		Копінг, фокусований на проблемі	Копінг, фокусований на емоціях	Унікаючий копінг	Екстраверсія	Дружелюбність	Добросовісність	Емоційна стабільність	Відкритість новому досвіду	Шкала сприйнятого стресу
Доброта людей	Spearman's rho	-0.061	-0.039	-0.010	0.172	-0.077	-0.011	0.087	0.045	-0.124
	p-value	0.543	0.702	0.919	0.086	0.446	0.910	0.387	0.652	0.216
Справедливість світу	Spearman's rho	0.182	0.002	-0.019	-0.028	0.068	0.092	0.081	0.040	-0.182
	p-value	0.069	0.983	0.852	0.783	0.500	0.359	0.419	0.690	0.068
Контрольованість світу	Spearman's rho	-0.013	-0.166	-0.147	-0.033	0.017	0.153	0.115	0.104	-0.101
	p-value	0.901	0.098	0.141	0.744	0.864	0.126	0.250	0.300	0.314
Випадковість подій	Spearman's rho	0.143	0.211 *	0.200 *	0.065	0.078	-0.091	-0.170	-0.121	0.128
	p-value	0.155	0.034	0.045	0.521	0.440	0.365	0.089	0.229	0.201
Цінність свого "Я"	Spearman's rho	0.176	-0.028	-0.299 **	0.339 ***	0.111	0.388 ***	0.147	0.288 **	-0.328 ***
	p-value	0.078	0.780	0.002	< .001	0.271	< .001	0.142	0.004	< .001
Ступінь самоконтролю	Spearman's rho	0.215 *	0.005	-0.000	0.180	0.166	0.311 **	0.118	0.122	-0.093
	p-value	0.031	0.960	0.999	0.072	0.098	0.002	0.240	0.222	0.352
Ступінь вдачі	Spearman's rho	0.143	0.135	0.030	0.187	-0.015	0.056	0.092	0.179	-0.109
	p-value	0.153	0.177	0.766	0.061	0.881	0.580	0.359	0.073	0.277

Таблиця Д.2

Correlation Matrix

		Копінг, фокусований на проблемі	Копінг, фокусований на емоціях	Унікаючий копінг	Екстраверсія	Дружелюбність	Добросовісність	Емоційна стабільність	Відкритість новому досвіду	Шкала сприйнятого стресу
Копінг, фокусований на проблемі	Spearman's rho	—								
	p-value	—								
Копінг, фокусований на емоціях	Spearman's rho	0.655 ***	—							
	p-value	< .001	—							
Унікаючий копінг	Spearman's rho	0.287	0.414 **	—						
	p-value	0.081	0.010	—						
Екстраверсія	Spearman's rho	-0.040	-0.039	-0.026	—					
	p-value	0.811	0.815	0.875	—					
Дружелюбність	Spearman's rho	0.297	0.320	0.194	0.122	—				
	p-value	0.071	0.050	0.244	0.465	—				
Добросовісність	Spearman's rho	0.081	0.147	-0.323 *	0.371 *	0.419 **	—			
	p-value	0.628	0.379	0.048	0.022	0.009	—			
Емоційна стабільність	Spearman's rho	0.074	0.058	-0.254	0.205	0.412 *	0.408 *	—		
	p-value	0.658	0.729	0.124	0.216	0.010	0.011	—		
Відкритість новому досвіду	Spearman's rho	0.344 *	0.143	-0.081	0.401 *	0.493 **	0.496 **	0.174	—	
	p-value	0.035	0.391	0.627	0.013	0.002	0.002	0.296	—	
Шкала сприйнятого стресу	Spearman's rho	0.397 *	0.288	0.035	0.180	0.472 **	0.146	0.117	0.299	—
	p-value	0.014	0.080	0.836	0.280	0.003	0.383	0.484	0.068	—
Прихильність світу	Spearman's rho	0.276	0.352 *	-0.179	0.187	0.276	0.313	0.122	0.214	0.197
	p-value	0.094	0.030	0.283	0.260	0.094	0.056	0.464	0.197	0.237
Доброта людей	Spearman's rho	0.032	0.032	0.003	-0.067	0.399 *	0.055	0.034	0.069	0.146
	p-value	0.850	0.847	0.987	0.690	0.013	0.742	0.842	0.683	0.382

		Копінг, фокусований на проблемі	Копінг, фокусований на емоціях	Уникаючий копінг	Екстраверсія	Дружелюбність	Добросовісність	Емоційна стабільність	Відкритість новому досвіду	Шкала сприйнятого стресу
Справедливість світу	Spearman's rho	0.385 *	0.163	0.029	0.109	0.498 **	0.067	0.032	0.366 *	0.427 **
	p-value	0.017	0.330	0.861	0.514	0.001	0.692	0.849	0.024	0.008
Контрольованість світу	Spearman's rho	0.215	0.165	0.213	0.297	0.301	0.077	0.157	0.327 *	0.289
	p-value	0.195	0.322	0.200	0.070	0.066	0.646	0.348	0.045	0.079
Випадковість подій	Spearman's rho	0.104	0.232	0.309	-0.012	0.499 **	0.161	-0.180	0.192	0.443 **
	p-value	0.536	0.160	0.059	0.943	0.001	0.333	0.280	0.248	0.005
Цінність свого "Я"	Spearman's rho	0.171	0.099	-0.126	-0.172	0.138	0.250	0.241	0.133	0.109
	p-value	0.305	0.555	0.450	0.302	0.410	0.130	0.145	0.428	0.514
Ступінь самоконтролю	Spearman's rho	0.401 *	0.185	-0.008	0.267	0.396 *	0.352 *	0.150	0.389 *	0.473 **
	p-value	0.013	0.267	0.962	0.105	0.014	0.030	0.368	0.016	0.003
Ступінь вдачі	Spearman's rho	0.349 *	0.311	-0.115	0.218	0.334 *	0.348 *	0.129	0.392 *	0.256
	p-value	0.032	0.057	0.490	0.189	0.040	0.032	0.440	0.015	0.121