

**КИЇВСЬКИЙ ІНСТИТУТ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА
ПСИХОТЕРАПІЇ**

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему:

**Вплив емоційного інтелекту військовослужбовців на девіантні форми
поведінки**

Здобувача (ки) 2 курсу МЗ-241 групи
Спеціальності 053 Психологія
Освітньо-професійна програма
Психологія забезпечення ментального здоров'я
Євгена МИХАЙЛИКА
(прізвище та ініціали)
Керівники
Олена ІНЮТИНА, доктор філософії в галузі
психології,
Тарас КАРАМУШКА, к.психол.н., доц.
(прізвище та ініціали, вчене звання, науковий ступінь)

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

Протокол №11 від «22» червня 2026р.

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

Київ—2026

ЗМІСТ

АНОТАЦІЯ

КЛЮЧОВІ СЛОВА

ГЛОСАРІЙ ТЕРМІНІВ

ВСТУП

РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА ДЕВІАНТНІ ФОРМИ ПОВЕДІНКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

- 1.1. Емоційний інтелект: сучасні підходи, структура та регуляторні механізми
- 1.2. Девіантні форми поведінки у військовослужбовців: психологічна сутність, чинники ризику та форми прояву
- 1.3. Агресія як компонент девіантної поведінки: фізична, вербальна та непрямая агресія у контексті військової служби
- 1.4. Стан наукової розробленості проблеми та обґрунтування актуальності власного дослідження

Висновки до розділу I

РОЗДІЛ II. МЕТОДОЛОГІЯ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

- 2.1. Дизайн дослідження, мета, дослідницькі питання та гіпотези
- 2.2. Характеристика вибірки дослідження (N=95): критерії включення, соціально-демографічні та службові параметри
- 2.3. Психодіагностичний інструментарій дослідження та процедура збору даних (ВРЕІ (Холл), «Адаптивність-200» (ДАП, СР), ДПФА-2 (Басс–Даркі в адаптації О.К. Остицького))
- 2.4. Психометричні характеристики методик і план статистичного аналізу

Висновки до розділу II

РОЗДІЛ III. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ

- 3.1. Описові статистики показників емоційного інтелекту, агресії, девіантних форм поведінки та суїцидального ризику
- 3.2. Кореляційний аналіз взаємозв'язків між емоційним інтелектом, агресією та показниками ДАП/СР
- 3.3. Регресійний аналіз: внесок компонентів емоційного інтелекту та агресії у прогнозування ДАП і СР
- 3.4. Обговорення результатів: співставлення з сучасними дослідженнями, інтерпретація, обмеження та практичні імплікації
- 3.5. Практичні рекомендації за результатами дослідження

Висновки до розділу III

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ (ВПРОВАДЖЕННЯ)

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

АНОТАЦІЯ

У магістерській роботі досліджено вплив емоційного інтелекту військовослужбовців на рівень девіантних форм поведінки та суїцидальні ризики. Актуальність теми зумовлена тим, що в умовах військової служби психологічна стійкість особистості проявляється не лише у здатності витримувати стресове навантаження, а й у здатності зберігати керованість поведінки, контролювати імпульсивні реакції, регулювати агресивні прояви та діяти відповідно до службових і соціальних норм. У цьому контексті емоційний інтелект розглядається як важливий психологічний ресурс саморегуляції, що може бути пов'язаний зі зниженням поведінкових ризиків.

Метою дослідження було встановлення особливостей впливу емоційного інтелекту на девіантні форми поведінки у військовослужбовців на основі аналізу взаємозв'язків між компонентами емоційного інтелекту, показниками девіантної поведінки, суїцидального ризику та агресивних проявів. Емпіричне дослідження проведено на вибірці військовослужбовців із використанням опитувальника емоційного інтелекту ВРЕІ Н. Холла, методики «Адаптивність-200» та методики ДПФА-2, що ґрунтується на підході А. Басса і А. Даркі в адаптації О. К. Остицького. Статистична обробка даних здійснювалася із застосуванням описової статистики, кореляційного аналізу, множинного регресійного аналізу та оцінки внутрішньої узгодженості шкал.

За результатами дослідження встановлено статистично значущі зв'язки між показником девіантних форм поведінки та компонентами емоційного інтелекту: емоційною обізнаністю, управлінням власними емоціями та емпатією. У регресійній моделі всі три компоненти емоційного інтелекту зберегли статистично значущий внесок у прогнозування показника девіантних форм поведінки, що дозволяє розглядати їх як важливі психологічні чинники поведінкової саморегуляції. Також було виявлено негативний зв'язок емпатії з

фізичною агресією, що вказує на можливу захисну роль емпатійності щодо прямого агресивного реагування.

Практичне значення роботи полягає в можливості використання отриманих результатів у діяльності військових психологів для розроблення профілактичних заходів, спрямованих на розвиток емоційної обізнаності, навичок управління власними емоціями, емпатійної взаємодії, зниження агресивних проявів і профілактику девіантних форм поведінки та суїцидальних ризиків у військовослужбовців.

Ключові слова: емоційний інтелект, військовослужбовці, девіантна поведінка, суїцидальний ризик, агресія, емоційна саморегуляція, психологічна профілактика.

ГЛОСАРІЙ ТЕРМІНІВ

Емоційний інтелект — сукупність психологічних здатностей, пов'язаних з усвідомленням, розумінням і регуляцією власних емоцій, а також із розпізнаванням емоцій інших людей.

Емоційна обізнаність — здатність особистості розпізнавати, усвідомлювати та вербалізувати власні емоційні стани.

Управління власними емоціями — здатність регулювати емоційне напруження, контролювати імпульсивні реакції та зберігати керованість поведінки у стресових ситуаціях.

Емпатія — здатність розуміти емоційний стан іншої людини та враховувати його у міжособистісній взаємодії.

Девіантна поведінка — форми поведінки, що відхиляються від соціальних, нормативних або професійно-службових вимог і можуть свідчити про труднощі адаптації або саморегуляції.

Суїцидальний ризик — сукупність психологічних, поведінкових і ситуаційних чинників, що можуть підвищувати ймовірність виникнення суїцидальних думок, намірів або дій.

Агресія — поведінкові або вербальні прояви, спрямовані на заподіяння шкоди, тиск, домінування або вираження ворожості щодо іншої людини.

Фізична агресія — форма агресивної поведінки, що проявляється через прямі фізичні дії.

Вербальна агресія — форма агресії, що проявляється через слова, погрози, образи, різкі висловлювання або конфліктну комунікацію.

Непряма агресія — опосередкована форма агресивного реагування, яка може проявлятися приховано або через непрямі дії.

Психологічна дезадаптація — стан порушення пристосування особистості до умов середовища, що може проявлятися в емоційній

нестабільності, поведінкових труднощах, конфліктах або зниженні ефективності діяльності.

Поведінкова саморегуляція — здатність особистості контролювати власні дії, імпульси та реакції відповідно до ситуації, соціальних норм і професійних вимог.

ВРЕІ Н. Холла — опитувальник емоційного інтелекту, який використовується для оцінювання окремих компонентів емоційного інтелекту, зокрема емоційної обізнаності, управління власними емоціями та емпатії.

«Адаптивність-200» — психодіагностична методика, спрямована на оцінювання адаптаційного потенціалу особистості та окремих показників психологічної дезадаптації, зокрема девіантних форм поведінки та суїцидального ризику.

ДАП — девіантні форми поведінки — показник методики «Адаптивність-200», який у межах дослідження використовується для оцінки можливих труднощів поведінкової регуляції, схильності до порушення соціальних або службових норм і дезадаптивних форм реагування.

СР — суїцидальний ризик — показник методики «Адаптивність-200», який у межах дослідження використовується для оцінки потенційної психологічної вразливості, внутрішнього напруження та ризику аутодеструктивних тенденцій.

ДПФА-2 — психодіагностична методика, що ґрунтується на підході А. Басса і А. Даркі в адаптації О. К. Остицького та використовується для оцінювання різних форм агресивних проявів.

Психодіагностичний інструментарій — сукупність методик, опитувальників і процедур, які використовуються для кількісного або якісного вивчення психологічних характеристик респондентів.

Самооцінювальна методика — психодіагностичний інструмент, у якому респондент самостійно оцінює власні переживання, поведінкові прояви, емоційні реакції або особистісні характеристики.

Психометричні характеристики — властивості психодіагностичного інструменту, що характеризують його якість, надійність, валідність і придатність до використання в межах конкретного дослідницького завдання.

Залежна змінна — показник, зміни якого пояснюються або прогнозуються за допомогою інших змінних у межах статистичної моделі.

Незалежна змінна — показник, який використовується для пояснення, прогнозування або аналізу впливу на залежну змінну.

Предиктор — незалежна змінна у регресійній моделі, яка використовується для прогнозування або пояснення змін залежного показника.

Кореляційний аналіз — статистичний метод, який дозволяє визначити наявність, напрям і силу зв'язку між двома або більше змінними.

Коефіцієнт кореляції — статистичний показник, який відображає напрям і силу зв'язку між двома змінними.

Регресійний аналіз — статистичний метод, який дозволяє оцінити внесок однієї або кількох незалежних змінних у пояснення або прогнозування залежної змінної.

Регресійна модель — статистична модель, що дозволяє оцінити внесок однієї або кількох незалежних змінних у пояснення або прогнозування залежного показника.

Коефіцієнт детермінації R^2 — показник регресійної моделі, який відображає, яку частку варіативності залежної змінної пояснюють включені до моделі предиктори.

Статистична значущість — показник, який дозволяє оцінити, наскільки ймовірно, що отриманий результат не є випадковим у межах обраного рівня значущості.

Рівень значущості p — статистичний показник, який використовується для оцінки ймовірності випадкового отримання результату; у дослідженні значущими зазвичай вважаються результати при $p \leq 0,05$.

Коваріати — додаткові змінні, які можуть впливати на досліджувані показники та потребують урахування під час інтерпретації результатів.

Крос-секційний дизайн дослідження — тип дослідницького дизайну, за якого дані збираються в один часовий період, що дозволяє аналізувати зв'язки між змінними, але не дає підстав для прямих причинно-наслідкових висновків.

ВСТУП

Вступ до магістерської роботи логічно почати з простої, але важливої тези: у військовій службі психологічна стійкість означає не лише здатність переносити навантаження, а й здатність залишатися керованим у поведінці. Саме поведінковий рівень є тим, що першими бачать командири, побратими й система забезпечення: дисциплінованість, здатність стримувати імпульси, дотримання норм і правил, контроль агресії, відповідальність за власні рішення. Коли ресурси саморегуляції виснажуються або працюють нестабільно, підвищується ймовірність дезадаптивних реакцій. У військовому контексті такі реакції можуть набувати форми девіантної поведінки, яка включає відхилення від нормативних вимог служби, ризиковані або імпульсивні вчинки, конфліктність, агресивні прояви, а також зростання суїцидального ризику як крайнього полюсу психологічної дезадаптації. Відповідно, науково й практично значущим є пошук психологічних чинників, які знижують ймовірність таких проявів і можуть стати опорою для профілактичних програм.

Одним із ключових механізмів, що поєднує переживання стресу з поведінковими наслідками, у сучасній психології розглядається емоційна регуляція. Вона визначає, як людина розпізнає власний стан, як швидко й якими способами знижує інтенсивність напруження, як відновлює керованість і повертає здатність діяти відповідно до задачі, а не відповідно до емоційного імпульсу. Для військовослужбовців це особливо релевантно, адже професійне середовище системно створює умови для кумуляції стресу й емоційного виснаження. Систематичний огляд, присвячений емоційній регуляції та копінгу у діючих військових, показує, що в літературі емоційна регуляція пов'язується і з показниками ментального здоров'я, і з професійними змінними, включно з функціонуванням та адаптацією в умовах служби, а також підкреслює потребу в розвитку практично орієнтованих рішень для цієї популяції. [1]

Ще один важливий аспект полягає в тому, що емоційна дисрегуляція послідовно фігурує як фактор, пов'язаний із суїцидальною уразливістю. Огляд досліджень щодо ролі емоційної дисрегуляції у суїцидальному ризику вказує, що дефіцити регуляції можуть підсилювати як інтенсивність психологічного болю, так і динаміку суїцидальних думок та поведінки. Це не означає, що емоційна дисрегуляція є єдиною причиною, але вона виглядає як один із системних механізмів, через який стрес і внутрішня напруга стають поведінково небезпечними. [2] У цьому ж напрямі добре працюють сучасні теорії суїцидальної поведінки, що розділяють формування суїцидальної ідеації та перехід до спроб як різні процеси з різними предикторами; зокрема, у межах ідеаційно-діяльнісного підходу підкреслюється роль поєднання психологічного болю та безнадійності у виникненні ідеації, а також окремих факторів, що сприяють переходу до дії. [3] Для військової практики це принципово: профілактика має бути спрямована не лише на загальне зниження напруження, а й на формування навичок, які утримують людину в зоні керованості, особливо в моменти пікових емоційних станів.

У контексті девіантної поведінки значущим пов'язаним компонентом виступає агресія. Агресивні реакції можна розглядати як поведінковий канал, через який емоційне напруження та низький самоконтроль переходять у соціально та професійно проблемні дії. Систематичний огляд і метааналіз, присвячений взаємозв'язку емоційної регуляції та агресії, показує стійкий зв'язок між цими феноменами на великому масиві досліджень, що підтримує уявлення про регуляцію як один із ключових психологічних механізмів, пов'язаних з агресивністю.[4] Це важливо для нашого дослідження, оскільки девіантні форми поведінки у військовому середовищі часто мають агресивний компонент, який проявляється не лише у фізичних діях, а й у вербальній та непрямій агресії, що може порушувати згуртованість підрозділу та підсилювати конфлікти.

Емоційний інтелект у цьому дослідженні розглядається як інтегративний психологічний ресурс, який поєднує емоційну обізнаність, управління власними емоціями та емпатію. У практичному сенсі цей ресурс не зводиться до загальної емоційної чутливості. В умовах служби вирішальним часто є не саме розпізнавання емоцій, а здатність з ними впоратися: зменшити інтенсивність напруження, утримати контроль над імпульсом, переключити поведінку в бік завдання та взаємодії. Саме тому особливий інтерес становить внесок компоненту управління власними емоціями і зв'язок між емоційним інтелектом і показниками девіантної поведінки, а також суїцидального ризику.

Актуальність роботи підсилюється і тим, що більшість емпіричних досліджень у цій сфері або фокусуються на вузьких аспектах, або використовують малі вибірки, що обмежує переконливість висновків. Заплановане дослідження на вибірці 95 військовослужбовців створює можливість не лише описати рівні показників, але й надійно перевірити взаємозв'язки між емоційним інтелектом, агресивними проявами та показниками девіантних форм поведінки і суїцидального ризику. Важливою частиною методологічної логіки є також оцінка психометричних характеристик застосованих інструментів на досліджуваній вибірці та використання кореляційного і регресійного аналізу, що дозволяє перейти від загальних міркувань до доказової оцінки внеску кожного компонента.

Метою дослідження є встановлення особливостей впливу емоційного інтелекту на девіантні форми поведінки у військовослужбовців на основі аналізу взаємозв'язків між компонентами емоційного інтелекту, показниками девіантної поведінки, суїцидального ризику та агресивних проявів.

Об'єктом дослідження є психологічні чинники девіантних форм поведінки військовослужбовців.

Предметом дослідження виступає взаємозв'язок компонентів емоційного інтелекту з показниками девіантної поведінки, суїцидального ризику та агресії у військовослужбовців.

У дослідженні використано комплекс теоретичних, емпіричних та статистичних методів. Теоретичні методи включали аналіз і систематизацію сучасних наукових джерел з проблематики емоційного інтелекту та девіантних форм поведінки, порівняння підходів, узагальнення та формулювання концептуальних положень, необхідних для побудови логіки емпіричного дослідження. Емпіричні методи передбачали психодіагностичне опитування військовослужбовців із застосуванням стандартизованих методик: «Адаптивність-200» (показники девіантних форм поведінки та суїцидального ризику), опитувальника емоційного інтелекту ВРЕІ (Н. Холл) (емоційна обізнаність, управління власними емоціями, емпатія) та методики А. Басса і А. Даркі в адаптації О. К. Остицького ДПФА-2 (фізична, вербальна та непрямая агресія). Для обробки даних застосовано статистичні методи: описову статистику (середні значення, медіана, стандартне відхилення, мінімум/максимум), перевірку форми розподілу, кореляційний аналіз для встановлення взаємозв'язків між показниками та регресійний аналіз для оцінки внеску компонентів емоційного інтелекту й агресії у прогнозування показників девіантних форм поведінки та суїцидального ризику.

Методи дослідження.

У дослідженні використано комплекс теоретичних, емпіричних та математико-статистичних методів, що забезпечили послідовний перехід від аналізу наукової проблеми до емпіричної перевірки дослідницьких питань.

До **теоретичних методів** належали аналіз, порівняння, систематизація та узагальнення сучасних наукових джерел із проблематики емоційного інтелекту, девіантних форм поведінки, суїцидального ризику та агресивних проявів. Теоретичний аналіз дав змогу визначити основні підходи до розуміння емоційного інтелекту як психологічного ресурсу саморегуляції, а також окреслити зв'язок між емоційною регуляцією, поведінковою дезадаптацією та ризиковими формами поведінки у військовослужбовців.

До **емпіричних методів** належало психодіагностичне опитування військовослужбовців із застосуванням стандартизованих опитувальників. Для оцінки компонентів емоційного інтелекту було використано опитувальник ВРЕІ Н. Холла, за яким аналізувалися емоційна обізнаність, управління власними емоціями та емпатія. Для визначення показників девіантних форм поведінки та суїцидального ризику застосовано методику «Адаптивність-200». Для оцінки агресивних проявів використано методику ДПФА-2, що ґрунтується на підході А. Басса і А. Даркі в адаптації О. К. Остицького; у межах дослідження аналізувалися показники фізичної, вербальної та непрямой агресії.

До **математико-статистичних методів** належали описова статистика, перевірка форми розподілу, кореляційний та регресійний аналіз. Описова статистика використовувалася для визначення середніх значень, медіани, стандартного відхилення, мінімальних і максимальних значень. Перевірка форми розподілу здійснювалася для обґрунтування вибору подальших статистичних процедур. Кореляційний аналіз застосовувався для встановлення взаємозв'язків між компонентами емоційного інтелекту, показниками девіантних форм поведінки, суїцидального ризику та агресії. Регресійний аналіз використовувався для оцінки внеску компонентів емоційного інтелекту й агресивних проявів у прогнозування девіантних форм поведінки та суїцидального ризику. Статистична обробка даних проводилася за допомогою програмного забезпечення Jamovi.

Для реалізації мети дослідження визначено такі завдання:

1. Проаналізувати сучасні наукові підходи до проблеми емоційного інтелекту та його компонентів у контексті саморегуляції поведінки.
2. Узагальнити теоретичні положення щодо девіантних форм поведінки у військовослужбовців, зокрема ролі агресії як поведінкового компонента девіантного профілю.
3. Обґрунтувати дизайн емпіричного дослідження, добір вибірки, психодіагностичні методики та процедуру збору даних.

4. Провести психометричну перевірку використаних шкал та здійснити описовий аналіз показників емоційного інтелекту, девіантної поведінки, суїцидального ризику й агресії у вибірці.

5. Встановити взаємозв'язки між досліджуваними змінними та оцінити внесок компонентів емоційного інтелекту і показників агресії у прогнозування девіантних форм поведінки та суїцидального ризику за допомогою кореляційного й регресійного аналізу, а також розробити практичні рекомендації щодо психологічної профілактики поведінкових ризиків у військовому середовищі.

Було сформульовано такі дослідницькі припущення:

1. **Передбачається, що** компоненти емоційного інтелекту (емоційна обізнаність, управління власними емоціями, емпатія) статистично пов'язані з показниками девіантних форм поведінки та суїцидального ризику у військовослужбовців (переважно у напрямі зниження поведінкових ризиків за вищих показників емоційного інтелекту).

2. **Передбачається, що** між компонентами емоційного інтелекту та проявами агресії (фізичною, вербальною та непрямую) існують статистично значущі зв'язки, які відображають роль емоційної саморегуляції та емпатії у контролі агресивних реакцій.

3. **Передбачається, що** емоційний інтелект зберігає предиктивне значення щодо показників девіантних форм поведінки та суїцидального ризику після врахування агресивних проявів у регресійній моделі.

Теоретична значущість роботи полягає в уточненні ролі компонентів емоційного інтелекту як психологічних чинників, пов'язаних із девіантними формами поведінки у військовослужбовців, із урахуванням агресивного профілю та суїцидального ризику.

Практична значущість роботи полягає у можливості використання отриманих результатів для психологічної профілактики девіантних форм поведінки у військових підрозділах. Зокрема, результати можуть бути

застосовані для **розроблення програм розвитку навичок емоційної саморегуляції, зниження агресивних форм реагування** (фізичної, вербальної та непрямой) та **посилення ресурсів безпечної поведінки** в умовах військової служби. Практичні висновки дослідження можуть бути використані у роботі військових психологів під час психоедукації, індивідуального психологічного супроводу та планування групових профілактичних заходів у підрозділах.

Наукова новизна дослідження полягає в тому, що вплив емоційного інтелекту на девіантні форми поведінки аналізується на розширеній вибірці військовослужбовців ($N=95$) із одночасним урахуванням суїцидального ризику та агресивних проявів як поведінкового компонента девіантного профілю. У роботі здійснюється комплексний аналіз взаємозв'язків між компонентами емоційного інтелекту (емоційна обізнаність, управління власними емоціями, емпатія), показниками девіантної поведінки та шкалами агресії (фізична, вербальна, непряма). Додатково новизна підсилюється застосуванням кореляційно-регресійного підходу, що дозволяє оцінити відносний внесок компонентів емоційного інтелекту та агресивних проявів у прогнозування поведінкових ризиків, а також перевіркою психометричних характеристик використаних методик на досліджуваній вибірці.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА ДЕВІАНТНІ ФОРМИ ПОВЕДІНКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

1.1. Емоційний інтелект: сучасні підходи, структура та регуляторні механізми

Емоційний інтелект у сучасній психології найзручніше розуміти як систему здібностей і схильностей, яка допомагає людині помічати власні емоції, пояснювати їх зміст, керувати інтенсивністю переживань і водночас залишатися ефективною у взаємодії з іншими. Йдеться не про абстрактну емоційність, а про якість внутрішньої навігації: наскільки швидко людина розпізнає, що з нею відбувається; чи може відокремити емоцію від імпульсу; чи здатна змінити траєкторію реакції так, щоб вона відповідала ситуації та цілям діяльності. Саме тому емоційний інтелект усе частіше описують як регуляторний ресурс, що пов'язує емоційну сферу з поведінковими результатами.

У науковій традиції прийнято виділяти кілька підходів до розуміння емоційного інтелекту. Один із найбільш впливових — здібнісна модель, у якій емоційний інтелект трактують як різновид інтелектуальних здібностей, пов'язаних з емоціями. У цій логіці емоційний інтелект містить чотири взаємопов'язані компоненти: сприймання емоцій, використання емоцій для підтримки мислення, розуміння емоцій і керування емоціями. Важливість цієї моделі в тому, що вона задає чіткий механізм: емоції не протиставляються раціональності, а інтегруються в процес прийняття рішень, підсилюючи точність оцінки ситуації та гнучкість реакції. Таке бачення докладно описане у фундаментальній роботі Mayer, Salovey і Caruso, де автори підкреслюють, що управління емоціями не означає їх подавлення, а означає цілеспрямоване регулювання для досягнення адекватних результатів у поведінці та взаємодії. [5] Також у більш пізньому узагальненні цієї традиції підкреслюється, що

здібнісний підхід передбачає вимірювання емоційного інтелекту як здатності розв'язувати задачі, пов'язані з емоціями, а не як самооцінки рис. [6]

Паралельно існує рисовий або диспозиційний підхід, у якому емоційний інтелект описують як стійкий профіль емоційної самоефективності: як людина звично поводить себе зі своїми емоціями, наскільки впевнено почувається у сфері розуміння та регуляції почуттів, чи вважає себе здатною підтримувати емоційний баланс у складних ситуаціях. У цьому підході емоційний інтелект ближчий до особистісних характеристик, і тому частіше вимірюється опитувальниками. Сучасні огляди рисового емоційного інтелекту підкреслюють, що він активно інтегрується з дослідженнями саморегуляції, клінічної психології, розвитку та освіти, і що його цінність зростає там, де важливі не тільки здібності, а й звичні стратегії поведінки людини в емоційно напружених умовах.[7]

Для прикладного дослідження у військовому контексті важливо не стільки протиставляти підходи, скільки усвідомлювати, що вони роблять акцент на різних рівнях. Здібнісний емоційний інтелект описує, наскільки людина може коректно обробляти емоційну інформацію у форматі задач і рішень. Рисовий або самооцінювальний емоційний інтелект описує, як людина зазвичай діє з емоціями у повсякденній реальності. У нашому дослідженні використовується самооцінювальний інструмент, який дозволяє перейти від теоретичної моделі до операціоналізації через три зрозумілі компоненти: емоційну обізнаність, управління власними емоціями та емпатію. Така тріада зручна тим, що відповідає прикладним завданням: по-перше, чи помічаю і називаю свій стан; по-друге, чи можу знизити його інтенсивність або змінити напрям реакції; по-третє, чи зчитую стан інших і коректно взаємодію. Для військової служби ці компоненти не є декоративними, бо вони прямо пов'язані з контролем імпульсів, здатністю втримувати професійну позицію в конфліктних ситуаціях та збереженням групової взаємодії.

Регуляторний механізм емоційного інтелекту стає зрозумілим, якщо подивитися на нього через призму сучасної психології емоційної регуляції. Емоційна регуляція — це сукупність процесів, через які людина впливає на те, які емоції вона переживає, коли саме вони виникають, як довго тривають і як проявляються в поведінці. Сильна сторона такого підходу полягає в тому, що він дозволяє розкласти емоційну реакцію на етапи й зрозуміти, де саме виникає можливість керування: на рівні уваги, інтерпретації, поведінкової відповіді або відновлення після події. Коли ми говоримо про емоційний інтелект як чинник, то фактично припускаємо, що він підсилює якість регуляції: робить її більш своєчасною, більш гнучкою і менш руйнівною для поведінки.

Сучасні дослідження підтримують саме таку інтерпретацію. Наприклад, роботи, що інтегрують традиції емоційної регуляції та емоційного інтелекту, показують, що ці конструкти не дублюють один одного, але щільно переплітаються: емоційний інтелект задає кращу орієнтацію в емоційній інформації, а емоційна регуляція описує інструменти впливу на емоційний процес. У підсумку це пояснює, чому емоційний інтелект часто пов'язаний із більш адаптивними наслідками — він ніби покращує якість керма, яким людина керує своїми станами.[8]

Окремо варто наголосити на понятті регуляторної гнучкості. У реальному житті ефективність полягає не в тому, щоб завжди використовувати одну й ту саму стратегію, а в тому, щоб змінювати стратегії залежно від контексту, інтенсивності події та наявних ресурсів. Дослідження, присвячені гнучкості емоційної регуляції, показують, що вищий емоційний інтелект асоціюється зі здатністю варіювати регуляторні стратегії в повсякденному житті залежно від ситуації. Це важливо для військової служби, де ситуації змінюються швидко, і одна й та сама стратегія може бути корисною сьогодні й шкідливою завтра.[9]

Якщо перейти від загальних механізмів до поведінкових наслідків, то стає зрозуміло, чому емоційний інтелект логічно пов'язувати з девіантними формами поведінки. Девіантна поведінка в широкому психологічному сенсі часто має

спільні психологічні передумови: імпульсивність, зниження самоконтролю, висока реактивність до фрустрації, конфліктність, агресивні патерни реагування. Емоційний інтелект, особливо його регуляторна складова, потенційно впливає на ці передумови через кілька каналів. Перший канал — усвідомлення. Коли людина краще розпізнає свій стан, вона раніше помічає наростання напруження і має більше часу, щоб зупинити імпульс. Другий канал — керування інтенсивністю. Уміння знизити емоційне збудження зменшує ймовірність імпульсивних і агресивних відповідей. Третій канал — емпатія й соціальна корекція. Коли людина точніше зчитує стан іншого, вона рідше інтерпретує нейтральні сигнали як загрозу, що знижує конфліктність. У сукупності ці канали формують профіль, який може бути менш ризикованим щодо девіантної поведінки.

Особливо показовим для нашої теми є зв'язок між емоційною регуляцією та агресією. Оскільки агресія є важливим поведінковим компонентом девіантності, для нас критично важливо мати теоретичний міст між регуляторними процесами й агресивними проявами. Систематичний огляд і метааналіз, присвячений емоційній регуляції та агресії, на великій сукупності досліджень демонструє стійкий зв'язок між цими змінними та підкреслює, що проблеми регуляції можуть бути пов'язані з підвищеною агресивністю.[4] З методологічної точки зору це підсилює нашу логіку: якщо емоційний інтелект пов'язаний із кращою регуляцією, а регуляція пов'язана з агресією, то стає зрозуміло, чому компоненти емоційного інтелекту можуть бути асоційовані з агресивними проявами і через них — з ширшим девіантним профілем.

Для військового контексту важливо підкреслити ще один момент: регуляція у службі має не лише індивідуальний, а й груповий вимір. В умовах підрозділу емоційні реакції поширюються, посилюються, інколи стають взаємними. Тому емпатійність і здатність керувати власною реакцією мають ефект не лише на самого військовослужбовця, а й на рівень напруження у взаємодії. У цьому сенсі емоційний інтелект може виступати психологічним

фактором профілактики конфліктів, а через це — профілактики поведінкових порушень. В сучасній науковій літературі також розвиваються інтегративні підходи, які намагаються поєднати емоційний інтелект, емоційну регуляцію та організаційні наслідки, підкреслюючи практичну релевантність таких моделей.[8.]

Підсумовуючи, емоційний інтелект у межах нашого дослідження є не просто загальною психологічною характеристикою, а концептом, який має чіткі регуляторні механізми й зрозумілу траєкторію впливу на поведінкові результати. Емоційна обізнаність забезпечує ранню діагностику власного стану; управління власними емоціями дозволяє знизити ризик імпульсивної реакції та агресивного вибуху; емпатія підтримує якість взаємодії та зменшує конфліктність. Саме така логіка обґрунтовує доцільність емпіричної перевірки взаємозв'язків між компонентами емоційного інтелекту, показниками агресії та девіантними формами поведінки у вибірці військовослужбовців.

Важлива методологічна перевага нашого підходу полягає в тому, що ми не обмежуємося загальною тезою про користь емоційного інтелекту. Ми прагнемо уточнити, які саме компоненти емоційного інтелекту мають найбільш виражені зв'язки з поведінковими показниками, і чи зберігається цей зв'язок, якщо одночасно враховувати агресивні прояви. Така постановка питання відповідає сучасному рівню досліджень, де цінується не загальне твердження про важливість конструкта, а деталізована модель психологічних механізмів і їхньої практичної значущості.

1.2. Девіантні форми поведінки у військовослужбовців: психологічна сутність, чинники ризику та форми прояву

Девіантні форми поведінки у військовослужбовців доцільно розглядати не як ярлик на людину, а як спектр поведінкових проявів дезадаптації, які з'являються тоді, коли внутрішніх ресурсів саморегуляції, підтримки та відновлення стає недостатньо для стабільного виконання службових вимог. У військовому середовищі ці прояви набувають особливої ваги, оскільки пов'язані

не лише з індивідуальними наслідками, а й з безпекою підрозділу, дисципліною, взаємодією та довірою в групі. У психологічному сенсі девіантна поведінка найчастіше означає стійкі або повторювані відхилення від нормативних правил та очікувань, що регулюють поведінку в конкретній соціальній системі. Для військової системи норма визначається не лише загальносоціальними правилами, а й статутними вимогами, правилами безпеки, професійною етикою та неписаними нормами підрозділу. Тому одні й ті самі дії в цивільному середовищі можуть виглядати буденно, а у військовому мати значущі наслідки.

Форми прояву девіантної поведінки у військовослужбовців зазвичай охоплюють кілька взаємопов'язаних напрямів. По-перше, це зовнішньо спрямовані реакції, серед яких найчастіше згадують агресивні прояви. Агресія може мати різні канали: фізичний, вербальний, непрямий, і важливо, що в реальному житті це не завжди про відкриту бійку чи грубу лайку. Непряма агресія нерідко проявляється через підрив довіри, провокування конфліктів, саркастичне знецінення, саботаж у взаємодії, тобто через поведінку, яка руйнує групову згуртованість. По-друге, це поведінка, пов'язана з порушенням дисципліни та правил безпеки, що може включати ігнорування інструкцій, необачні рішення, ризикові вчинки, які підвищують ймовірність небезпечних ситуацій. По-третє, це аутоагресивний полюс, де мова йде про самопошкоджувальну поведінку і суїцидальні ризики. Саме цей полюс потребує особливої уважності, оскільки він часто поєднується з емоційною дисрегуляцією, психологічним болем і відчуттям безвиході, а також може загострюватися в кризові періоди служби та життєвих змін.

Сучасні огляди щодо самопошкодження й суїцидальної поведінки серед військовослужбовців наголошують, що ризики формуються не одним фактором, а сукупністю індивідуальних і контекстуальних умов. Систематичний огляд у PLOS ONE узагальнює, що до значущих факторів ризику та захисту в групах діючих і колишніх військових належать психічне здоров'я, особливості досвіду служби, травматичні події, соціальна підтримка та інші змінні, які можуть

підсилювати або послаблювати уразливість.[10] Подібну логіку підтримує і систематичний огляд когортних досліджень щодо суїцидальних наслідків серед діючих військових, де акцент робиться на поєднанні військово-специфічних факторів і загальнопсихологічних предикторів, а також на важливості відокремлювати фактори, які важко змінювати, від тих, на які можна впливати профілактикою.[11]

Сучасні узагальнювальні дослідження надають кількісні підтвердження того, що поведінкові ризики, пов'язані з девіантними проявами, мають виражену регуляторну основу. Зокрема, у великому систематичному огляді та метааналізі зв'язку емоційної регуляції й агресії (171 дослідження, сумарно $N = 252\ 605$) показано, що використання **мало адаптивних стратегій емоційної регуляції** має **помірний позитивний зв'язок з агресією** (пулінг-ефект $r = 0.329$, 95% CI [0.282; 0.354]), а **труднощі емоційної регуляції** також статистично пов'язані з агресивністю (пулінг-ефект $r = 0.248$, 95% CI [0.225; 0.274]). [4] У цьому ж метааналізі окремо показано, що **імпульсний контроль як підшкала труднощів регуляції** має один із найвиразніших зв'язків з агресією (пулінг-ефект $r = 0.343$, 95% CI [0.298; 0.386]). [4] Водночас застосування **адаптивних стратегій** пов'язане зі **слабким негативним зв'язком з агресією** (загальний ефект у межах моделі публікаційного зміщення: $r = -0.085$, 95% CI [-0.122; -0.052]). [4]

Паралельно накопичуються дані про роль емоційного інтелекту як фактора, асоційованого зі зниженими суїцидальними ризиками. У систематичному огляді та метааналізі (10 досліджень, сумарно $N = 2532$) показано, що **особи без суїцидальних спроб** мають статистично **вищі показники емоційного інтелекту**, ніж особи зі спробами (стандартизована різниця середніх $SMD = 0.99$, 95% CI [0.58; 1.40], $p < 0.001$), а **особи без суїцидальної ідеації** також мають вищий рівень емоційного інтелекту ($SMD = 0.47$, 95% CI [0.13; 0.82], $p = 0.007$). [12] Ці результати підсилюють логіку розгляду емоційного інтелекту як ресурсу саморегуляції, що потенційно

зменшує імовірність переходу від інтенсивного дистресу до поведінково небезпечних рішень.

Окремої уваги заслуговують чинники ризику, які запускають або підтримують девіантні прояви. На індивідуальному рівні суттєвими можуть бути підвищена імпульсивність, низька толерантність до фрустрації, труднощі емоційної регуляції, схильність до ризику, а також симптоми депресії, тривоги чи посттравматичного стресу. Важливо, що ці чинники рідко працюють ізольовано: частіше вони підсилюють один одного, створюючи ефект накопичення. На рівні умов служби значущими можуть бути тривалі стресові навантаження, висока інтенсивність міжособистісної напруги, невизначеність, дефіцит відновлення, а також критичні періоди, пов'язані з переходами, зміною ролей або поверненням до цивільного функціонування. Дослідження ризикової поведінки серед ветеранів показує, що незадоволені потреби під час звільнення зі служби та переживання втрати військової ідентичності асоціюються з вищим рівнем ризикових форм поведінки, а також опосередковуються депресивними проявами й негативними переживаннями щодо соціального оточення. [13] Хоча це дослідження стосується періоду після служби, сама логіка переходів як точки вразливості важлива і для діючих військових у фазах ротації, відновлення, зміни умов служби.

Окремим блоком чинників ризику, які в останні роки активно обговорюються в науковій літературі, є морально-психологічні навантаження, зокрема моральна травма та пов'язані з нею переживання провини, сорому, втрати довіри, знецінення сенсу. Дослідження моральної травми демонструють її зв'язок із несприятливими наслідками для психічного здоров'я та підвищенням суїцидальної уразливості навіть після врахування частини супутніх факторів, що робить цей напрям важливим для розуміння ризиків у силових популяціях. [14] У контексті служби значущими можуть бути і фактори лідерства та організаційного середовища: огляд, присвячений ролі лідерства у моральній

травмі, підкреслює, що у значній частині літератури лідерські провали або переживання зради з боку керівництва розглядаються як потенційно морально травмувальні події. [15] Це важливо, оскільки організаційний контекст може не тільки посилювати дистрес, а й створювати умови для девіантних реакцій через руйнування довіри та відчуття справедливості.

Важливо також розуміти, що девіантні форми поведінки та суїцидальний ризик часто пов'язані між собою через спільні психологічні механізми. В одному випадку напруга виходить назовні і проявляється як агресія, конфлікти, порушення норм; в іншому — йде всередину і проявляється як самоушкодження, суїцидальні думки або ризиковані рішення, спрямовані проти себе. На практиці ці траєкторії можуть змінюватися: людина, яка тривалий час реагувала зовнішньою агресією, може перейти до аутоагресивних тенденцій у період виснаження, втрати підтримки чи переживання безвиході. Саме тому в емпіричному дослідженні доцільно паралельно аналізувати показники девіантної поведінки та суїцидального ризику, а також агресивні прояви як важливий поведінковий компонент девіантного профілю.

Для теоретичного розуміння девіантних проявів у військовослужбовців корисно розглядати і захисні чинники, оскільки вони не менш важливі для профілактичної роботи. До таких чинників у сучасних оглядах відносять соціальну підтримку, відчуття належності, доступність психологічної допомоги, довіру до системи підтримки, а також індивідуальні регуляторні ресурси. Саме в цьому місці логічно з'являється зв'язок із емоційним інтелектом: якщо девіантні прояви та суїцидальна уразливість частково підтримуються дефіцитами саморегуляції та проблемами взаємодії, то ресурси, які покращують усвідомлення емоцій, керування ними і якість комунікації, мають потенціал бути захисними. Це не означає, що емоційний інтелект вирішує все, але він може виступати одним із факторів, що знижує ймовірність переходу від напруження до поведінково небезпечних рішень, і саме цю гіпотезу доцільно перевіряти емпірично.

У підсумку девіантні форми поведінки у військовослужбовців можна описати як багатфакторне явище, де переплітаються особистісні регуляторні характеристики, впливи середовища служби, групова динаміка та критичні періоди переходів. Їхні прояви варіюють від агресивних реакцій і порушення норм до аутоагресивної поведінки та суїцидальних ризиків. Сучасні систематичні огляди підкреслюють, що і ризики, і захисні фактори формуються на кількох рівнях одночасно, а тому доказова профілактика потребує не лише фіксації наслідків, а й пошуку психологічних предикторів, які можна розвивати, тренувати та підтримувати. [10] Саме в цій логіці і розгортається подальший аналіз ролі емоційного інтелекту як потенційного чинника зниження девіантних форм поведінки у вибірці військовослужбовців.

1.3. Агресія як компонент девіантної поведінки: фізична, вербальна та непрямая агресія у контексті військової служби

Агресія у військовому контексті зручніше за все розуміти як поведінковий спосіб розрядки напруження або відновлення контролю, який виникає тоді, коли людина переживає загрозу, фрустрацію, втому, сором, безсилля чи хронічне перевантаження, але не має достатніх внутрішніх ресурсів, щоб переробити ці стани більш адаптивно. Це не виправдання агресії й не спроба звести її лише до емоцій, але важливий психологічний принцип: агресивна реакція часто з'являється там, де саморегуляція працює гірше, а напруга накопичується швидше. Саме тому агресію доцільно розглядати як один із ключових компонентів девіантних форм поведінки, особливо у середовищі, де ціна міжособистісних конфліктів і зривів є високою, а системні стресори можуть діяти довго і без пауз.

У військових підрозділах агресія рідко має вигляд лише відкритих фізичних дій. Значно частіше вона проявляється як психологічна агресія: різкі висловлювання, приниження, погрози, тиск, провокації, знецінення, підвищена конфліктність. Це важливо підкреслити, бо уявлення про агресію як про винятково фізичну силу звужує поле спостереження і зменшує можливості

профілактики. Дослідження у великій вибірці військових і ветеранів із ПТСР показало, що психологічна агресія зустрічається частіше, ніж фізична, тобто саме вона може бути більш поширеною формою проблемної взаємодії у групі ризику. [16] Це спостереження важливе і для нашого дослідження, оскільки воно підтверджує практичну доцільність аналізу не лише фізичних проявів, а й вербальних і непрямих форм агресії, які частіше залишаються у зоні невидимості, але системно підточують взаємини в колективі.

Фізична агресія є найбільш очевидною формою, оскільки пов'язана з прямим нанесенням шкоди або загрозою її нанесення. У військових колективах вона може проявлятися як бійки, штовханина, демонстрація сили, імпульсивні дії в конфлікті. Психологічно фізична агресія часто пов'язана з піковою реактивністю, коли збудження настільки високе, що поведінкові гальма не встигають спрацювати. У таких ситуаціях критичними стають стани виснаження, порушення сну, накопичений стрес, травматичні спогади або ситуаційні тригери. У ветеранів бойових дій наявні дані, що агресивність може бути включена у складні ланцюги взаємодії симптомів посттравматичного стресу, депресії, ворожості та гніву, де агресія виступає не ізольованим явищем, а частиною ширшого психологічного профілю дистресу. [16]

Вербальна агресія у військових підрозділах є значно поширенішою і водночас соціально маскованою формою. Вона може виглядати як різкість і підвищений тон, принизливі жарти, образи, погрози, тиск через слова, демонстративне знецінення. Її проблема в тому, що вона легко нормалізується як частина стилю комунікації, але при тривалому існуванні створює фон психологічної небезпеки, підвищує напруження, знижує довіру і робить конфлікти більш імовірними. При цьому вербальна агресія нерідко є раннім маркером виснаження регуляції: коли людина ще не переходить до фізичної реакції, але вже втрачає здатність тримати контакт і межі у взаємодії. На прикладному рівні саме вербальна агресія може бути сигналом, який важливо ловити раніше, ніж ситуація стане гострою.

Непряма агресія є ще більш складною для виявлення, але для військового колективу вона може бути найбільш руйнівною з точки зору групової динаміки. Її суть полягає в тому, що шкода завдається не прямим зіткненням, а через обхідні соціальні механізми: маніпуляцію, підлив репутації, провокування ізоляції, розпалювання конфлікту між іншими, прихований саботаж, демонстративне ігнорування. В агресіології непряму агресію описують як соціально маніпулятивну стратегію, яка дає можливість завдавати шкоди, мінімізуючи ризик прямої відповіді або покарання, оскільки вона менш помітна зовні. [17] У військовому середовищі це набуває особливої актуальності, бо непряма агресія підриває те, що має найвищу цінність для підрозділу, а саме довіру, згуртованість, передбачуваність взаємодії та відчуття справедливості. Вона не завжди супроводжується відкритими конфліктами, але може системно накопичувати напруження, сприяти формуванню ворожості та появи поведінкових зривів у майбутньому.

Для нашої теми важливо не лише описати форми агресії, а й чітко показати, чому агресія логічно включається в поле дослідження як компонент девіантних форм поведінки. По-перше, агресія часто є поведінковою реакцією на стрес і фрустрацію, особливо коли регуляція слабшає. По-друге, агресія може виконувати короточасну функцію відновлення відчуття контролю, але її довгострокові наслідки переважно негативні: вона руйнує стосунки, провокує відповідну агресію, знижує підтримку, а це своєю чергою посилює психологічну вразливість. По-третє, агресія є важливою змінною, яка може пояснювати частину варіативності девіантних проявів, що робить її значущою для статистичних моделей у межах емпіричного розділу.

З цієї точки зору ключовим стає питання регуляторних механізмів, тобто того, що саме утримує людину від агресивної реакції або, навпаки, підштовхує до неї. Систематичний огляд і метааналіз зв'язку між емоційною регуляцією та агресією на великій кількості досліджень демонструє стійку асоціацію між цими феноменами, що підтримує ідею про регуляцію як один із базових психологічних

механізмів, пов'язаних з агресивністю. [4] Додатково, метааналіз, присвячений гніву і стратегіям емоційної регуляції, показує, що уникнення, румінація та пригнічення мають стійкі позитивні зв'язки з гнівом, тоді як прийняття та когнітивна переоцінка мають негативні асоціації, тобто різні регуляторні стратегії можуть або посилювати ризик агресивної реакції, або зменшувати його. [18] Це дає нам обґрунтовану основу для переходу до емоційного інтелекту як ресурсу: якщо емоційний інтелект пов'язаний із кращою регуляцією, то він потенційно має зв'язок зі зниженням агресивних проявів, а через них — зі зниженням девіантних форм поведінки.

Практичний аспект у військовій службі полягає також у тому, що агресивні реакції нерідко підтримуються кумулятивними факторами, серед яких значущими є порушення сну, виснаження, хронічне перенапруження, травматичні переживання, а також проблемний гнів. Сучасні дослідження використовують валідні короткі шкали для оцінки проблемного гніву у військових, що відображає його практичну важливість як фактору ризику і як мішені для психологічної допомоги. [19] Для нас це означає, що агресія не є другорядною змінною. Вона є поведінковим проявом, який може збільшувати девіантні ризики і водночас бути пов'язаним із регуляторними ресурсами, які ми досліджуємо через емоційний інтелект.

Загалом, агресія у військовослужбовців має багатокomпонентний характер і проявляється у фізичній, вербальній та непрямій формах. Усі ці форми можуть бути включені в ширший девіантний профіль і пов'язані як з умовами служби, так і з психологічними регуляторними механізмами. Сучасні емпіричні дані вказують, що психологічна агресія може бути більш поширеною за фізичну у військових популяціях з підвищеним дистресом [16], а взаємозв'язок між регуляцією емоцій і агресією має переконливу доказову основу на рівні метааналізів. [4] Саме тому включення агресивних проявів у наше дослідження є методологічно виправданим: воно дозволяє не лише описати поведінковий компонент девіантності, але й точніше перевірити, які компоненти емоційного

інтелекту пов'язані зі зниженням ризикогенних форм реагування у військовому середовищі.

1.4. Стан наукової розробленості проблеми та обґрунтування актуальності власного дослідження

Стан наукової розробленості проблеми впливу емоційного інтелекту на девіантні форми поведінки сьогодні характеризується двома паралельними тенденціями. З одного боку, упродовж останніх років суттєво зросла кількість досліджень, які розглядають емоційний інтелект як психологічний ресурс саморегуляції та адаптації в умовах високого навантаження, включно з військовою службою. З іншого боку, зберігається помітна методологічна розпорошеність: різні автори використовують різні моделі емоційного інтелекту, різні інструменти вимірювання, а також різні показники поведінкових ризиків, що ускладнює прямі порівняння і вимагає акуратного узагальнення.

У сучасній літературі емоційний інтелект найчастіше розглядають через призму його зв'язку з емоційною регуляцією, стресовою реактивністю та поведінковим контролем. Це логічно, оскільки девіантні прояви в реальному житті рідко виникають на порожньому місці: вони частіше формуються на тлі хронічного напруження, виснаження, незавершених переживань, конфліктів, а також дефіцитів навичок саморегуляції. Саме тому дослідження механізмів емоційної регуляції стають методологічною опорою для робіт, де емоційний інтелект розглядається як чинник ризику або захисту. На рівні доказової бази важливо, що зв'язок між регуляцією емоцій та агресією узагальнений у великому систематичному огляді й метааналізі, де інтегровано дані значної кількості досліджень і показано стійку асоціацію між особливостями емоційної регуляції та агресивними проявами, що підкріплює регуляторну інтерпретацію поведінкових зривів як частини дезадаптації. [4]

Паралельно розширюється доказова база щодо суїцидальної уразливості та емоційного інтелекту. Сучасні систематичні огляди й метааналізи вказують на те, що вищий рівень емоційного інтелекту асоціюється зі зниженим ризиком

суїцидальної ідеації та суїцидальної поведінки, що додає важливий клініко-профілактичний вимір до розуміння емоційного інтелекту як ресурсу. [12] В контексті нашого дослідження це принципово, оскільки ми плануємо аналізувати не лише показники девіантних форм поведінки, але й суїцидальний ризик як один із найбільш небезпечних проявів дезадаптації, який часто включений у складні психологічні ланцюги напруження, втрати підтримки, зниження контролю та накопичення негативного афекту.

Ще один масив робіт стосується зв'язку емоційного інтелекту з девіантною та делінквентною поведінкою в широкому сенсі. Значна частина таких досліджень виконана на підліткових і молодіжних вибірках, оскільки девіантність у цьому віці є частою темою профілактичних програм. Хоча ці вибірки не тотожні військовій популяції, вони важливі як доказ того, що емоційна компетентність і саморегуляторні навички системно пов'язані з поведінковими відхиленнями, імпульсивністю та агресивністю, а отже можуть бути релевантними і в дорослих групах високого ризику. Зокрема, у дослідженнях, спрямованих на порівняння делінквентних та нормативних груп, емоційний інтелект розглядається як один із чинників, що пов'язаний із поведінковими показниками й може бути залучений у профілактичні моделі. [20] Тут важливо не переносити висновки механічно, а використовувати їх як концептуальну опору: якщо дефіцити усвідомлення й регуляції емоцій пов'язані з проблемною поведінкою в загальній популяції, то в умовах високого навантаження ці механізми можуть бути ще більш значущими.

Окремої уваги заслуговують дослідження, які торкаються військового або близького до нього контексту. В українській науковій площині після початку повномасштабної війни посилився інтерес до психологічних ресурсів військовослужбовців, включно з емоційним інтелектом як фактором військово-професійного стресу та адаптації. Такі роботи підкреслюють практичну потребу у розвитку інструментів оцінки та підтримки емоційної компетентності військових, а також наголошують, що емоційні ресурси мають значення для

збереження функціональності в умовах стресу. [21.] У міжнародній літературі з'являються дослідження, які розглядають емоційний інтелект у групах із військовим досвідом у структурах безпеки, що демонструє, що тема емоційних компетентностей у силових професіях підтримується як актуальний напрям. [22]

Разом з тим, у сучасних роботах помітна нерівномірність фокусу: частина авторів більше аналізує емоційний інтелект і психічне здоров'я, частина зосереджується на агресії як поведінковому наслідку стресу, частина розглядає суїцидальну проблематику, але значно рідше ці змінні збираються в одну модель на достатньо великій вибірці військовослужбовців. Саме тому доцільність власного дослідження визначається прагненням об'єднати ці лінії у межах одного емпіричного дизайну і отримати відповідь на питання, які мають практичну вагу: які компоненти емоційного інтелекту найбільш тісно пов'язані з девіантними формами поведінки; як у цій системі проявляється агресивний профіль; чи зберігається роль емоційного інтелекту як регуляторного ресурсу, якщо одночасно враховувати агресивні прояви; яким чином ці дані можна перекласти на профілактичні програми й психоедукацію в підрозділах.

Актуальність власного дослідження підсилюється також вимогою сучасної психологічної науки переходити від загальних тверджень до перевірюваних моделей. У цьому сенсі наявність метааналітичних даних про зв'язок емоційної регуляції з агресією [4] та про зв'язок емоційного інтелекту з суїцидальною ідеєю та поведінкою [12] У контексті теоретичних витоків проблеми доречно зазначити, що фундамент для наукового аналізу емоційного інтелекту як психологічного конструкта заклали автори здібнісного підходу, зокрема Дж. Майєр і П. Саловей, а їхні ідеї надалі були розвинені в емпіричних моделях вимірювання емоційної компетентності. Паралельно в сучасній психології регуляторну природу емоційних процесів системно описує напрям досліджень емоційної регуляції, сформований у роботах Дж. Гросса, що є важливим методологічним підґрунтям для пояснення поведінкових наслідків напруження. Для аналізу агресивних проявів як компонента девіантного

профілю опора робиться на класичні підходи до операціоналізації агресії в психології, які дозволяють розрізняти фізичні, вербальні та непрямі форми реагування, а в сучасних емпіричних роботах ці форми розглядаються у зв'язку з регуляторними чинниками. Таким чином, проблема впливу емоційного інтелекту на девіантні форми поведінки розвивається на перетині кількох наукових ліній, де емоційний інтелект і емоційна регуляція виступають ключовими пояснювальними механізмами, а агресія та суїцидальний ризик — важливими поведінковими індикаторами дезадаптації створює доказову рамку, але не замінює дослідження в конкретній популяції. Військова вибірка має власну специфіку: відмінні умови діяльності, інші норми поведінки, інший режим навантаження та відновлення, а також інший контекст міжособистісної взаємодії. Відповідно, емпіричне дослідження на вибірці 95 військовослужбовців дозволяє підвищити надійність висновків і зробити їх більш релевантними саме для військового середовища. Крім того, такий обсяг вибірки дозволяє не обмежуватися кореляціями, а переходити до регресійного аналізу, що є методологічно сильним рішенням для магістерської роботи: можна оцінити внесок окремих компонентів емоційного інтелекту і показників агресії у прогнозування девіантних форм поведінки та суїцидального ризику.

Таким чином, сучасний стан наукової розробленості проблеми дозволяє сформулювати чітке обґрунтування нашого дослідження. Є вагомі підстави вважати, що емоційний інтелект пов'язаний із поведінковими ризиками через регуляторні механізми, що підтверджується сучасними узагальненнями з емоційної регуляції та агресії, [4] а також сучасними систематичними оглядами щодо суїцидальної уразливості та емоційного інтелекту.[12] Водночас потрібні емпіричні дані, отримані на реальній військовій вибірці, де одночасно враховано і емоційний інтелект, і девіантні форми поведінки, і суїцидальний ризик, і агресивні прояви. Саме це завдання і визначає актуальність та науково-практичну доцільність власного дослідження в межах магістерської роботи інноваційність дослідження полягає у поєднанні психологічного та

поведінкового рівнів аналізу в межах єдиної емпіричної моделі: компоненти емоційного інтелекту розглядаються одночасно з показниками девіантної поведінки, суїцидального ризику та агресивних проявів. Додатковий інноваційний аспект забезпечує застосування сучасних статистичних підходів до оцінки внеску змінних (кореляційний і регресійний аналіз) та психометричної перевірки шкал на вибірці військовослужбовців, що підсилює доказовість і практичну придатність отриманих висновків.

Висновки до розділу I

У першому розділі було послідовно вибудовано теоретико-методологічну основу для подальшого емпіричного дослідження впливу емоційного інтелекту на девіантні форми поведінки військовослужбовців. Проведений аналіз дозволив не лише уточнити зміст ключових понять, а й сформуванати логічну модель того, яким чином емоційний інтелект може бути пов'язаний із поведінковими ризиками в умовах служби. У результаті теоретичного огляду емоційний інтелект визначено як інтегративний регуляторний ресурс, що включає емоційну обізнаність, управління власними емоціями та емпатію. Показано, що центральне значення в контексті профілактики поведінкових зривів має саме регуляторний компонент, оскільки він пов'язаний із здатністю зберігати керованість у ситуаціях високого емоційного напруження, вчасно знижувати інтенсивність переживань, відновлювати функціональність після стресових подій та підтримувати поведінку, орієнтовану на завдання і взаємодію, а не на імпульс.

У межах розгляду девіантних форм поведінки у військовослужбовців обґрунтовано підхід, за якого девіантність доцільно трактувати як спектр проявів психологічної дезадаптації, які виникають у відповідь на поєднання індивідуальних чинників і впливів середовища служби. Підкреслено, що девіантні прояви в армійському контексті не обмежуються грубими порушеннями дисципліни або відкритими конфліктами, а можуть включати

ризиковані та імпульсивні рішення, ігнорування правил безпеки, підвищену конфліктність, агресивні патерни взаємодії, а також суїцидальний ризик як найбільш загрозливий прояв дезадаптації. Таким чином, девіантна поведінка розглядається не як однорідний феномен, а як комплекс поведінкових індикаторів, що відображають порушення саморегуляції та взаємодії зі соціальним середовищем.

Окремо у розділі було розкрито роль агресії як одного з ключових поведінкових компонентів девіантного профілю. Систематизовано уявлення про три базові форми агресії — фізичну, вербальну та непрямую — і показано, що в умовах військової служби саме вербальна і непрямая агресія можуть бути особливо значущими, оскільки вони здатні тривало й непомітно руйнувати психологічну безпеку взаємодії, знижувати згуртованість та довіру в підрозділі, провокувати накопичення ворожості та підвищувати ймовірність подальших поведінкових зривів. Підкреслено, що агресія в більшості випадків пов'язана з дефіцитами емоційної регуляції та проблемним гнівом, тобто виступає не лише морально-оцінним феноменом, а й психологічним маркером виснаження регуляторних ресурсів. Це створює теоретичну підставу включати показники агресії у загальну модель дослідження поряд із показниками емоційного інтелекту та девіантної поведінки.

Проведений аналіз сучасної наукової розробленості проблеми засвідчив, що у міжнародній та українській літературі накопичено значний обсяг даних щодо зв'язку емоційного інтелекту з емоційною регуляцією, психічним здоров'ям та поведінковими наслідками стресу. Показано, що на рівні узагальнюючих досліджень підтверджується зв'язок регуляторних процесів із агресією, а також асоціації емоційного інтелекту зі зниженням суїцидальної уразливості, що формує доказову основу для припущення про його потенційний захисний ефект у групах високого ризику. Разом із тим, у науковому полі зберігається потреба в емпіричних дослідженнях, які б виконувалися на достатньо репрезентативних вибірках військовослужбовців і одночасно

враховували кілька важливих поведінкових вимірів дезадаптації. Зокрема, у багатьох роботах емоційний інтелект розглядається у зв'язку з психічним здоров'ям або стресом, тоді як поведінкові прояви девіантності та агресії аналізуються окремо; окрім того, не завжди застосовуються моделі, що дозволяють оцінити відносний внесок компонентів емоційного інтелекту в пояснення поведінкових ризиків при одночасному врахуванні агресивного профілю.

Таким чином, у першому розділі сформовано концептуальну рамку, яка дозволяє перейти до емпіричної перевірки дослідницьких припущень. Зроблено підсумковий висновок, що емоційний інтелект, насамперед у частині управління власними емоціями, може бути пов'язаний зі зниженням ризикогенних форм поведінки через покращення саморегуляції, зменшення імпульсивності та зниження інтенсивності агресивних реакцій у взаємодії. Агресія, у свою чергу, розглядається як важливий поведінковий компонент, що може поглиблювати девіантний профіль і водночас відображати рівень порушення регуляторних механізмів. Девіантні форми поведінки та суїцидальний ризик визначені як ключові індикатори дезадаптації, які потребують комплексного аналізу з урахуванням психологічних ресурсів і поведінкових проявів.

Підсумовуючи, матеріали розділу I забезпечують логічний перехід до розділу II, в якому було обґрунтовано дизайн емпіричного дослідження, охарактеризовано вибірку військовослужбовців, описано психодіагностичний інструментарій (ВРЕІ Н. Холла, «Адаптивність-200», ДПФА-2 у адаптації О.К. Остицького), а також визначено план статистичного аналізу та психометричної перевірки застосованих шкал.

РОЗДІЛ II. МЕТОДОЛОГІЯ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1. Дизайн дослідження, мета, дослідницькі питання

Емпіричне дослідження виконано у межах кількісного підходу та має кореляційно-регресійний дизайн. Такий дизайн обрано з огляду на специфіку проблематики та практичні умови військового середовища. **По-перше**, предметом дослідження є психологічні характеристики та їхні природні варіації у реальній популяції військовослужбовців, а не ефекти експериментального впливу. **По-друге**, з етичних і організаційних міркувань неможливим є штучне моделювання умов, які могли б провокувати девіантні прояви, тому оптимальним є аналіз зв'язків між змінними в тому вигляді, як вони представлені у вибірці. **По-третє**, саме кореляційно-регресійний підхід дозволяє перейти від загального твердження про роль емоційного інтелекту як ресурсу до перевірюваної моделі: оцінити, які компоненти емоційного інтелекту пов'язані з девіантною поведінкою, а також чи зберігається цей зв'язок при одночасному врахуванні агресивних проявів як поведінкового компонента девіантного профілю.

Дослідження має крос-секційний характер, тобто всі показники збираються одноразово в межах одного етапу. Такий формат дає змогу отримати зріз актуального стану й виявити статистичні асоціації між показниками, що є достатнім для вирішення завдань магістерської роботи. При цьому важливо зафіксувати методологічне уточнення: кореляційний дизайн дозволяє говорити про взаємозв'язки та предиктори в статистичному сенсі, проте не є підставою для причинно-наслідкових висновків. Саме тому в роботі поняття впливу використовується як операційне, тобто як статистичний внесок предикторів у пояснення варіативності показника девіантної поведінки за результатами регресійного аналізу.

Метою емпіричного дослідження є встановлення особливостей зв'язку емоційного інтелекту з девіантними формами поведінки у військовослужбовців та визначення ролі окремих компонентів емоційного інтелекту у прогнозуванні девіантної поведінки. У межах цієї мети емоційний інтелект операціоналізується через три компоненти: емоційну обізнаність, управління власними емоціями та емпатію. Показник девіантних форм поведінки визначається за результатами стандартизованої методики, що забезпечує кількісну оцінку досліджуваного явища. Додатково в дослідженні враховуються агресивні прояви (фізична, вербальна та непряма агресія), які розглядаються як поведінкова характеристика, тісно пов'язана з девіантним профілем. Їх включення до моделі дозволяє уточнити структуру взаємозв'язків: перевірити, чи пов'язана девіантна поведінка лише з агресивними реакціями, чи емоційний інтелект має самостійне значення як регуляторний ресурс.

Логіка дослідження передбачає послідовну перевірку зв'язків на трьох рівнях. **Перший рівень** — встановлення асоціацій між компонентами емоційного інтелекту та показником девіантної поведінки. **Другий рівень** — аналіз зв'язків між емоційним інтелектом та агресивними проявами як поведінковими характеристиками, що потенційно відображають зниження саморегуляції та підвищення реактивності у взаємодії. **Третій рівень** — побудова регресійної моделі, в якій показник девіантної поведінки виступає залежною змінною, а компоненти емоційного інтелекту та показники агресії — незалежними змінними. Саме на цьому рівні буде оцінено, які з предикторів мають статистично значущий внесок, а також чи додає емоційний інтелект пояснювальну силу моделі понад агресивні прояви.

У межах емпіричної частини сформульовано три дослідницькі питання. **Перше питання** стосується того, які саме компоненти емоційного інтелекту статистично пов'язані з рівнем девіантних форм поведінки у військовослужбовців, і чи відрізняється сила цих зв'язків між компонентами. **Друге питання** спрямоване на уточнення зв'язків між емоційним інтелектом і

агресивними проявами, оскільки агресія може виступати як поведінковий індикатор напруження та дефіцитів саморегуляції. **Третє питання** має пояснювальний характер і стосується того, чи зберігає емоційний інтелект предиктивне значення щодо девіантної поведінки після врахування агресивних показників у регресійній моделі, тобто чи пов'язані компоненти емоційного інтелекту з девіантною поведінкою незалежно від агресивного профілю.

Відповідно до поставлених питань сформульовано такі припущення. **Передбачається, що вищі показники емоційного інтелекту асоціюватимуться з нижчим рівнем девіантних форм поведінки**, причому найбільш виражений зв'язок очікується для компонента управління власними емоціями як регуляторної складової емоційного інтелекту. **Також передбачається, що компоненти емоційного інтелекту матимуть статистично значущі негативні зв'язки з показниками фізичної, вербальної та непрямой агресії, що відображатиме роль емоційної саморегуляції та емпатії у контролі поведінкових реакцій у взаємодії. Окремо висувається припущення, що компоненти емоційного інтелекту зберігатимуть предиктивне значення у регресійній моделі щодо девіантної поведінки навіть після врахування агресивних проявів**, що дозволить розглядати емоційний інтелект як самостійний психологічний чинник, пов'язаний зі зниженням поведінкових ризиків у військовому середовищі.

Статистична обробка даних у межах емпіричної частини передбачає використання програмного забезпечення Jamovi. У подальших підрозділах визначено конкретні процедури аналізу: розрахунок описових статистик, оцінка кореляційних зв'язків та побудова регресійних моделей. Використання Jamovi забезпечує прозорість обробки даних, відтворюваність статистичних процедур та зручність представлення результатів у формі таблиць і графіків для подальшої інтерпретації.

2.2. Характеристика вибірки дослідження

Вибірку емпіричного дослідження становлять **95 військовослужбовців чоловічої статі**. Формування вибірки здійснювалося за принципом доступності з урахуванням професійної належності респондентів до військового середовища та можливості організувати психодіагностичне обстеження в реальних умовах служби. Такий підхід є типовим для прикладних психологічних досліджень у силових структурах, де доступ до респондентів часто регулюється організаційними умовами, режимом служби та вимогами безпеки.

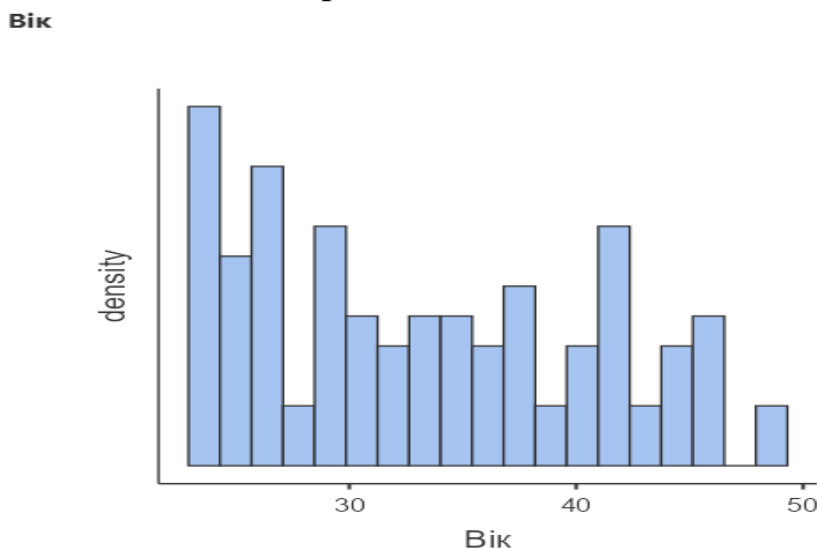
Участь у дослідженні була добровільною. Респондентам надавалась інформація про загальну мету й зміст дослідження, після чого вони висловлювали згоду на участь. У роботі дотримано принципів конфіденційності та анонімності: результати оброблялися у знеособленому вигляді, а під час подання даних у тексті використовуються лише узагальнені статистичні показники. З огляду на тематику девіантних форм поведінки та агресивних проявів, така організація процедури є важливою умовою підвищення достовірності відповідей та зменшення впливу соціально бажаних реакцій.

Вік учасників дослідження становив **від 23 до 48 років**, що було додатково представлено в емпіричному розділі у вигляді узагальнених описових параметрів. Усі учасники є чоловіками, що з одного боку забезпечує однорідність вибірки за статевою ознакою, а з іншого — визначає межі узагальнення отриманих результатів, оскільки висновки цього дослідження стосуються саме чоловічої групи військовослужбовців.

За службовим статусом вибірка включає **контрактників (n = 33)** та **мобілізованих військовослужбовців (n = 62)**. Така структура дозволяє врахувати різні траєкторії входження у військову службу та відмінності у професійній соціалізації, що є важливим у контексті аналізу поведінкових проявів і психологічних ресурсів. Водночас у межах наявних даних **не оцінювався стаж служби, не фіксувався бойовий досвід, а також не використовувалися показники звання чи посади**, що підтримує принцип

мінімізації чутливих ідентифікаційних даних і зберігає анонімність участі. Для наочного представлення вікової структури вибірки було побудовано гістограму розподілу респондентів за віком.

Рис. 2.1. Розподіл респондентів за віком



Як видно з рис. 2.1, вибірка представлена респондентами різного віку, що забезпечує певну варіативність соціально-демографічних характеристик досліджуваних. Віковий діапазон учасників охоплює період дорослості, а найбільша концентрація респондентів спостерігається у межах молодого та середнього дорослого віку. Така структура вибірки є прийнятною для подальшого аналізу взаємозв'язку емоційного інтелекту з девіантними формами поведінки та суїцидальними ризиками у військовослужбовців.

Кількісний склад вибірки ($N = 95$) є достатнім для реалізації завдань дослідження, зокрема для проведення кореляційного аналізу та побудови регресійних моделей у межах обраного дизайну. Разом з тим, у роботі буде збережено методологічну обережність щодо узагальнення висновків, оскільки вибірка є не випадковою і сформована за умов доступності. У подальшому емпіричному розділі результати будуть подані з урахуванням описових статистик вибірки та психодіагностичних показників, при цьому великі таблиці

за потреби будуть винесені у додатки, а в основному тексті залишаться узагальнення та найбільш інформативні графічні матеріали.

2.3. Психодіагностичний інструментарій дослідження та процедура збору даних

Емпіричне дослідження проводилося із застосуванням комплексу стандартизованих психодіагностичних методик, що дозволяють кількісно оцінити ключові змінні дослідження та підготувати дані для подальшого статистичного аналізу. Вибір інструментарію визначався логікою дослідницької моделі: емоційний інтелект розглядається як психологічний ресурс саморегуляції, а девіантні форми поведінки та суїцидальні ризики — як можливі індикатори психологічної дезадаптації. Додатково оцінювалися агресивні прояви як важливий поведінковий компонент девіантного профілю. Застосування кількох методик дозволило зіставити регуляторні характеристики з поведінковими проявами та не обмежувати дослідження лише одним виміром психологічного функціонування.

Для оцінки емоційного інтелекту застосовано опитувальник ВРЕІ Н. Холла, у межах якого аналізувалися показники емоційної обізнаності, управління власними емоціями та емпатії. Методика використовується у форматі опитувальника з підрахунком балів за шкалами відповідно до ключа; за результатами формуються сумарні показники компонентів емоційного інтелекту, які у подальшому виступають незалежними змінними в кореляційному та регресійному аналізі. Звіти, сформовані програмним комплексом, містять стандартизовані результати та інтерпретацію за шкалами, а також службову інформацію щодо часу проведення й належності до групи.

Методика ВРЕІ Н. Холла спрямована на оцінювання емоційного інтелекту як сукупності здібностей, пов'язаних з усвідомленням власних емоцій, їх регуляцією, самомотивацією, емпатією та розпізнаванням емоцій інших людей. У межах цього дослідження було використано не всі можливі інтерпретаційні аспекти методики, а саме ті її компоненти, які безпосередньо відповідають темі

роботи: емоційну обізнаність, управління власними емоціями та емпатію. Такий вибір пояснюється тим, що саме ці характеристики можуть бути пов'язані з поведінковою саморегуляцією, контролем імпульсивних реакцій, здатністю до конструктивної взаємодії та зниженням ризику дезадаптивних форм поведінки.

Емоційна обізнаність у межах дослідження розглядалася як здатність особистості розпізнавати, усвідомлювати та вербалізувати власні емоційні стани. Управління власними емоціями інтерпретувалося як здатність до емоційної саморегуляції, контролю імпульсивних реакцій, зниження внутрішньої напруги та збереження поведінкової стабільності в ситуаціях стресу. Емпатія розглядалася як здатність розуміти емоційні стани інших людей і враховувати їх у міжособистісній взаємодії. Для військовослужбовців ці характеристики мають особливе значення, оскільки військова служба передбачає підвищене психоемоційне навантаження, необхідність дотримання дисципліни, швидкого прийняття рішень, взаємодії в ієрархічній структурі та здатності зберігати контроль над власною поведінкою в умовах напруження.

У науково-практичному контексті опитувальник ВРЕІ Н. Холла часто використовується для дослідження емоційного інтелекту в різних групах дорослих респондентів, зокрема в освітніх, професійних та організаційних вибірках. Разом з тим, у відкритих джерелах наявна обмежена кількість даних щодо сучасної української адаптації цієї методики саме на вибірках військовослужбовців. З огляду на це, у цій роботі результати за ВРЕІ інтерпретувалися як дослідницькі кількісні показники компонентів емоційного інтелекту в межах конкретної вибірки, а не як підстава для індивідуального клінічного або експертного висновку.

Показники девіантних форм поведінки визначалися за методикою «Адаптивність-200». У межах цього дослідження ключовими є показники девіантних форм поведінки (ДАП) та суїцидального ризику (СР), які використовуються як основні залежні змінні для перевірки дослідницьких питань. Обробка результатів здійснювалася відповідно до інструкції методики та

передбачених інтерпретаційних процедур, що дозволяє отримати кількісні показники та їх подальшу інтерпретацію. У звітних формах методики також фіксується оцінка достатності достовірності результатів обстеження.

Методика «Адаптивність-200» використовується для оцінювання особистісного адаптаційного потенціалу та окремих психологічних характеристик, пов'язаних із соціально-психологічною адаптацією, поведінковою стійкістю й ризиками дезадаптивного реагування. Її застосування є доцільним у дослідженнях, що стосуються військовослужбовців, оскільки військова служба передбачає підвищені вимоги до дисциплінованості, емоційної витримки, здатності діяти в умовах стресу та підтримувати стабільну поведінку в ситуаціях невизначеності або напруження.

У межах цієї роботи показник ДАП розглядався як індикатор можливих труднощів поведінкової регуляції, схильності до порушення соціальних або дисциплінарних норм, конфліктності чи інших проявів дезадаптивної поведінки. Показник СР розглядався як маркер потенційної психологічної вразливості, внутрішнього напруження та ризику аутодеструктивних тенденцій. Саме ці показники є ключовими для дослідження, оскільки вони безпосередньо співвідносяться з темою роботи та дозволяють оцінити можливий зв'язок між емоційним інтелектом і ризиковими поведінковими проявами.

Для військового середовища аналіз девіантних форм поведінки та суїцидального ризику має особливе прикладне значення. Порушення поведінкової регуляції, зниження адаптаційного потенціалу, накопичення психоемоційного напруження або аутодеструктивні тенденції можуть впливати не лише на індивідуальне психологічне благополуччя військовослужбовця, а й на якість міжособистісної взаємодії, дисципліну, службову ефективність і безпеку підрозділу. Саме тому включення показників ДАП і СР до дослідницької моделі є методологічно обґрунтованим.

Щодо адаптації методики слід зазначити, що «Адаптивність-200» належить до інструментів, які застосовуються у військово-психологічній

практиці для оцінювання адаптаційних можливостей особистості. Водночас у відкритому науковому доступі представлено недостатньо розгорнутих сучасних даних щодо її стандартизації та психометричної перевірки саме на актуальних українських вибірках військовослужбовців в умовах повномасштабної війни. Тому в межах цієї роботи результати методики використовувалися для дослідницького аналізу групових тенденцій, а їх інтерпретація здійснювалася обережно, без надмірного узагальнення на всю популяцію військовослужбовців.

Для оцінки агресивних проявів використано методику ДПФА-2, що ґрунтується на підході А. Басса і А. Даркі в адаптації О. К. Остицького. У межах дослідницької моделі аналізувалися три шкали: фізична агресія, вербальна агресія та непряма агресія. Результати формуються шляхом підрахунку балів згідно з ключем і подальшого отримання сумарних показників за відповідними шкалами; у звіті також можуть бути подані додаткові індекси, зокрема індекс агресивності та індекс ворожості.

Методика ДПФА-2 призначена для оцінювання різних форм агресивності та ворожості. Фізична агресія відображає схильність до прямого поведінкового вираження агресивних імпульсів через фізичні дії. Вербальна агресія характеризує тенденцію до вираження агресії через мовлення, конфліктні висловлювання, погрози, образи або підвищену різкість у комунікації. Непряма агресія пов'язана з опосередкованими або прихованими способами вираження агресивного напруження.

Включення цієї методики до дослідницького інструментарію є обґрунтованим, оскільки агресивні прояви можуть виступати одним із поведінкових компонентів девіантного профілю. У військовому середовищі важливо розмежовувати професійно зумовлену рішучість, активність і готовність до дії від дезадаптивних агресивних реакцій, які можуть ускладнювати міжособистісну взаємодію, дисциплінарну поведінку та психологічну стабільність. Саме тому аналіз фізичної, вербальної та непрямой агресії дозволяє ширше описати поведінковий аспект досліджуваної проблеми.

Методика ДПФА-2 подається як адаптований варіант опитувальника агресивності А. Басса і А. Даркі в адаптації О. К. Остицького. Водночас питання її використання саме у вибірках військовослужбовців потребує обережності, оскільки агресивність у військовому контексті може мати як дезадаптивні, так і професійно опосередковані прояви. Тому результати за шкалами агресії в цій роботі розглядалися не як самостійний діагностичний висновок про особистість респондента, а як кількісні показники, що допомагають уточнити характер зв'язку між емоційним інтелектом, девіантними формами поведінки та агресивними проявами.

Таким чином, обраний психодіагностичний інструментарій дозволив охопити три взаємопов'язані блоки досліджуваних характеристик: емоційно-регуляторний, представлений компонентами емоційного інтелекту; адаптаційно-ризиковий, представлений показниками девіантних форм поведінки та суїцидального ризику; поведінковий, представлений показниками фізичної, вербальної та непрямой агресії. Водночас питання адаптації та психометричної перевірки використаних методик у сучасному українському військовому контексті потребує окремого обережного ставлення. Саме тому в роботі ці методики використовувалися як дослідницькі інструменти для аналізу групових тенденцій, а не як засоби встановлення клінічного діагнозу, професійного відбору або індивідуальної експертної оцінки.

Процедура збору даних була організована з дотриманням етичних принципів психологічного дослідження. Тестування проводилося у спеціально облаштованому приміщенні — кабінеті психолога, що забезпечувало мінімізацію зовнішніх чинників, конфіденційність та стандартизовані умови виконання методик. Обстеження здійснювалося за допомогою військового програмного комплексу психологічної діагностики MPC-psyD, який формує стандартизовані звітні результати за методиками та фіксує службові параметри проведення: дату, час, тривалість, групу тощо. Загальна тривалість тестування

складала 60–90 хвилин, що включало інструктаж, проходження методик та технічне завершення процедури.

Після завершення обстеження результати були впорядковані та підготовлені до статистичної обробки. Первинні показники експортувалися або переносилися в електронну таблицю, перевірялися на повноту й коректність заповнення, після чого дані імпортувалися у програмне забезпечення Jamovi для подальшого аналізу. При підготовці даних забезпечувалося знеособлення інформації: у робочих файлах для статистичної обробки використовувалися коди респондентів без ідентифікаційних персональних реквізитів, а у тексті роботи результати подаються виключно у вигляді узагальнених статистичних показників.

2.4. Психометричні характеристики методик і план статистичного аналізу

Методологічна якість емпіричного дослідження залежить не лише від коректного добору психодіагностичних методик, а й від того, наскільки послідовно організовано статистичну обробку отриманих даних. У межах цієї роботи статистичний аналіз був спрямований на опис вибірки, перевірку психометричних характеристик використаного інструментарію, виявлення взаємозв'язків між досліджуваними змінними та оцінку можливого предиктивного значення компонентів емоційного інтелекту щодо девіантних форм поведінки й суїцидального ризику.

Загальна логіка статистичної обробки передбачала кілька послідовних етапів: попередню перевірку бази даних, описову статистику, оцінку розподілу змінних, психометричну перевірку шкал, кореляційний аналіз та побудову регресійних моделей. Така послідовність дозволила перейти від первинного опису емпіричних даних до більш складного аналізу взаємозв'язків і прогностичних моделей. Відповідно до вимог до емпіричного розділу, результати дослідження мають бути представлені не лише текстово, а й у вигляді таблиць, графіків і діаграм, що полегшують сприйняття отриманих результатів.

На першому етапі було здійснено попередню підготовку бази даних. Отримані результати були перенесені до електронної таблиці, після чого перевірялися на повноту заповнення, коректність числових значень, відповідність назв змінних змісту шкал, а також наявність пропущених або технічно некоректних даних. Окремо перевірялося, щоб усі кількісні змінні мали правильний формат для подальшої статистичної обробки у програмному забезпеченні Jamovi.

Додатково було враховано психометричні характеристики та методологічні обмеження використаних психодіагностичних інструментів. Це стосувалося насамперед шкал емоційного інтелекту за ВРЕІ Н. Холла, шкал агресивності за ДПФА-2, а також показників девіантних форм поведінки та суїцидального ризику за методикою «Адаптивність-200».

Водночас у межах цього дослідження повторний розрахунок внутрішньої узгодженості шкал за коефіцієнтом α Кронбаха не проводився. Це зумовлено тим, що в базі даних аналізувалися підсумкові шкальні показники, а не відповіді респондентів на окремі пункти методик. Оскільки коефіцієнт α Кронбаха розраховується саме на основі пунктів, що входять до відповідної шкали, його застосування до готових інтегральних або шкальних значень було б методологічно некоректним. Тому результати методик використовувалися як стандартизовані кількісні показники, сформовані відповідно до алгоритмів обробки, передбачених відповідними психодіагностичними інструментами та програмним комплексом психологічної діагностики.

З огляду на це, психометричні характеристики використаних методик у роботі розглядалися не через повторний розрахунок надійності на рівні окремих пунктів, а через аналіз їх змістової відповідності меті дослідження, можливості кількісної обробки результатів та методологічних обмежень застосування у вибірці військовослужбовців.

На другому етапі було проведено описову статистику. Для кількісних змінних визначалися середнє значення, медіана, стандартне відхилення, мінімальні та максимальні значення. Ці показники дали змогу охарактеризувати загальний профіль вибірки за ключовими змінними: компонентами емоційного інтелекту, девіантними формами поведінки, суїцидальним ризиком та агресивними проявами. Середнє значення використовувалося для оцінки загального рівня показника у вибірці, медіана — для уточнення центральної тенденції в разі нерівномірного розподілу, стандартне відхилення — для оцінки варіативності відповідей, а мінімальні і максимальні значення — для визначення діапазону отриманих результатів.

Описова статистика також використовувалася для характеристики соціально-демографічних параметрів вибірки. Зокрема, для змінної віку було визначено основні статистичні показники та побудовано гістограму розподілу. Для категоріальних змінних, таких як службовий статус, застосовувався частотний аналіз, що дозволило визначити кількість і відсоткове співвідношення мобілізованих військовослужбовців та військовослужбовців за контрактом.

На третьому етапі оцінювався характер розподілу кількісних змінних. Для цього використовувалися візуальні та статистичні способи перевірки. До візуальних методів належали гістограми та Q-Q графіки, які дозволяли попередньо оцінити симетричність розподілу, наявність виражених відхилень або можливих крайніх значень. Статистична перевірка нормальності здійснювалася за допомогою критерію Шапіро-Уїлка. Поєднання візуальної та статистичної перевірки було необхідним для обґрунтованого вибору подальших методів аналізу.

Якщо розподіл змінних не мав суттєвих відхилень від нормального, для аналізу взаємозв'язків застосовувався коефіцієнт кореляції Пірсона. Якщо ж показники мали помітні відхилення від нормальності або містили виражену асиметрію, використовувався коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Такий підхід дозволив підібрати статистичний метод відповідно до особливостей

емпіричних даних, а не застосовувати один універсальний критерій для всіх змінних.

Кореляційний аналіз був основним методом перевірки взаємозв'язків між компонентами емоційного інтелекту та показниками девіантних форм поведінки, суїцидального ризику й агресивних проявів. Зокрема, аналізувалися зв'язки між емоційною обізнаністю, управлінням власними емоціями, емпатією та показниками ДАП і СР. Окремо перевірялися зв'язки компонентів емоційного інтелекту з фізичною, вербальною та непрямую агресією.

Під час інтерпретації кореляцій враховувалися напрям зв'язку, його сила та статистична значущість. Додатне значення коефіцієнта кореляції вказувало на прямий зв'язок між змінними, тобто зростання одного показника супроводжувалося зростанням іншого. Від'ємне значення коефіцієнта свідчило про обернений зв'язок, коли зростання одного показника було пов'язане зі зниженням іншого. Сила зв'язку інтерпретувалася з урахуванням величини коефіцієнта: слабкі зв'язки розглядалися як тенденції, помірні — як змістовно значущі для психологічної інтерпретації, а сильні — як такі, що потребують особливої уваги під час обговорення результатів.

Для перевірки предиктивного значення компонентів емоційного інтелекту було передбачено використання множинного регресійного аналізу. Регресійний аналіз дозволив оцінити, якою мірою незалежні змінні пояснюють варіативність залежної змінної. У межах цієї роботи окремі регресійні моделі будувалися для показника девіантних форм поведінки та для показника суїцидального ризику. Це важливо, оскільки ДАП і СР відображають різні аспекти психологічної дезадаптації та не можуть автоматично ототожнюватися між собою.

У першій регресійній моделі залежною змінною виступав показник девіантних форм поведінки. Незалежними змінними були компоненти емоційного інтелекту: емоційна обізнаність, управління власними емоціями та емпатія. Додатково до моделі могли включатися показники фізичної, вербальної та непрямой агресії як поведінкові змінні, що уточнюють девіантний профіль.

Такий підхід дозволив оцінити, чи зберігають компоненти емоційного інтелекту пояснювальне значення після врахування агресивних проявів.

У другій регресійній моделі залежною змінною виступав показник суїцидального ризику. Як незалежні змінні розглядалися ті самі компоненти емоційного інтелекту, а також, за потреби, показники агресивності. Це дозволило перевірити, чи можуть емоційна обізнаність, управління власними емоціями та емпатія бути пов'язаними не лише з поведінковою девіантністю, а й із внутрішньо спрямованими ризиками психологічної дезадаптації.

Для коректної інтерпретації регресійних моделей аналізувалися основні статистичні параметри: коефіцієнти регресії, рівні статистичної значущості, частка поясненої дисперсії та загальна якість моделі. Особливу увагу було приділено показнику R^2 , який відображає, яку частку варіативності залежної змінної пояснює побудована модель. Також враховувалися стандартизовані коефіцієнти β , які дозволяють порівняти відносний внесок різних предикторів у модель.

Під час побудови регресійних моделей враховувалися основні припущення регресійного аналізу. Зокрема, оцінювалася лінійність зв'язків між змінними, відсутність надмірної мультиколінеарності між предикторами, характер розподілу залишків і наявність можливих крайніх значень. Перевірка мультиколінеарності була важливою, оскільки компоненти емоційного інтелекту можуть бути пов'язані між собою. Надмірна взаємозалежність предикторів могла б ускладнити інтерпретацію їхнього окремого внеску в пояснення девіантних форм поведінки або суїцидального ризику.

Рівень статистичної значущості в дослідженні було прийнято на рівні $p \leq 0,05$. Результати з рівнем значущості $p \leq 0,01$ розглядалися як більш статистично переконливі. Водночас інтерпретація результатів не обмежувалася лише фактом статистичної значущості, а враховувала також силу зв'язку, напрям ефекту та психологічний зміст отриманих результатів. Такий підхід є важливим, оскільки

статистично значущий результат не завжди має достатню практичну або психологічну значущість.

Результати статистичного аналізу були представлені у вигляді таблиць і графічних матеріалів. Великі таблиці з розгорнутими статистичними даними за потреби виносилися у додатки, тоді як в основному тексті розміщувалися узагальнені таблиці, ключові показники та найбільш інформативні графіки. Такий спосіб подання матеріалу дозволив зберегти читабельність емпіричного розділу та водночас забезпечити достатню прозорість статистичної обробки.

Загалом визначений план психометричної перевірки та статистичного аналізу забезпечує логічний перехід від опису вибірки й характеристик методик до перевірки дослідницьких питань. Поєднання описової статистики, оцінки нормальності розподілу, кореляційного аналізу та множинної регресії дозволяє комплексно оцінити роль емоційного інтелекту у зв'язку з девіантними формами поведінки та суїцидальним ризиком у військовослужбовців, а також врахувати агресивні прояви як додатковий поведінковий компонент девіантного профілю.

Висновки до розділу II

У другому розділі було обґрунтовано методологію та організацію емпіричного дослідження, спрямованого на вивчення зв'язку емоційного інтелекту з девіантними формами поведінки у військовослужбовців. Було визначено дизайн дослідження як кількісний, крос-секційний, кореляційно-регресійний, що дозволило перевірити наявність взаємозв'язків між змінними, так і оцінити внесок окремих психологічних предикторів у прогнозування показників девіантної поведінки.

Було чітко сформульовано мету емпіричного етапу, дослідницькі питання, а також уточнено операціоналізацію ключових змінних. Емоційний інтелект було представлено через компоненти емоційної обізнаності, управління власними емоціями та емпатії, а агресивні прояви було розглянуто як

поведінковий компонент девіантного профілю, що уточнює характер зв'язків між регуляторними ресурсами і поведінковими показниками.

Було надано розгорнуту характеристику вибірки дослідження. У дослідженні взяли участь 95 військовослужбовців чоловічої статі віком від 23 до 48 років; за статусом служби вибірка включала контрактників ($n = 33$) та мобілізованих ($n = 62$). Було підкреслено межі узагальнення результатів у зв'язку з не випадковим формуванням вибірки та відсутністю даних про стаж служби, бойовий досвід, звання та посаду, що водночас підтримало принцип мінімізації чутливих ідентифікаційних даних та забезпечило анонімність участі.

Було описано психодіагностичний інструментарій та процедуру збору емпіричних даних. Дослідження проводилося у спеціально облаштованому приміщенні — кабінеті психолога — із застосуванням військового програмного комплексу психологічної діагностики MPC-psyD. Для вимірювання компонентів емоційного інтелекту було використано опитувальник ВРЕІ (Н. Холл), для оцінки девіантних форм поведінки — методику «Адаптивність-200», а для вимірювання агресивних проявів — ДПФА-2 (А. Басс, А. Даркі в адаптації О. К. Остицького) за шкалами фізичної, вербальної та непрямой агресії. Тривалість тестування складала 60–90 хвилин; було дотримано принципів добровільності, конфіденційності та знеособлення даних.

Було визначено план психометричного обґрунтування та статистичного аналізу, який забезпечив прозорість і відтворюваність емпіричного етапу. Психометричні характеристики використаних методик розглядалися з урахуванням їх змістової відповідності меті дослідження, наявних науково-методичних описів, можливості кількісної обробки результатів та методологічних обмежень застосування у вибірці військовослужбовців. Статистичний аналіз передбачав проведення описової статистики, перевірку форми розподілу показників, кореляційний аналіз для встановлення взаємозв'язків між змінними та множинний регресійний аналіз для оцінки відносного внеску компонентів емоційного інтелекту й агресивних проявів у

прогнозування девіантних форм поведінки. Статистична обробка даних була організована із використанням програмного забезпечення Jamovi, а подання результатів було сплановано відповідно до вимог: ключові таблиці та графіки — в основному тексті, розгорнуті статистичні матеріали — у додатках.

Таким чином, у другому розділі було створено методологічне підґрунтя для переходу до третього розділу, у якому було здійснено представлення та інтерпретацію результатів емпіричного дослідження, а також їх співставлення з даними сучасних наукових робіт.

РОЗДІЛ III. РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ

3.1. Описові статистики показників емоційного інтелекту, агресії, девіантних форм поведінки та суїцидального ризику

На першому етапі емпіричного аналізу було проведено описове статистичне опрацювання даних, що дозволило охарактеризувати загальний профіль вибірки та підготувати методологічні передумови для подальшої перевірки взаємозв'язків між змінними. Описові статистики у даному дослідженні виконували кілька функцій: по-перше, дали змогу описати рівень і варіативність ключових показників у вибірці; по-друге, дозволили оцінити розподіл значень і визначити доцільність застосування параметричних або непараметричних критеріїв; по-третє, дали практичне розуміння, наскільки однорідною є група за емоційно-регуляторними характеристиками та поведінковими проявами.

Вибірку становили 95 військовослужбовців чоловічої статі віком від 23 до 48 років. Середній вік респондентів становив 33,2 року ($SD = 7,45$; $Me = 32$), що свідчило про представленість як молодших, так і старших вікових підгруп у межах дорослої вибірки. Такий віковий діапазон є методологічно зручним, оскільки в ньому можуть відрізнятися стилі саморегуляції та комунікації, однак у межах даного дослідження вік виступав насамперед як описова характеристика вибірки й не був основною змінною дослідницької моделі.

За показниками емоційного інтелекту були отримані середні значення: емоційна обізнаність — 8,83 ($SD = 6,02$; $Me = 9$; $min = -7$; $max = 18$), управління власними емоціями — 7,87 ($SD = 5,99$; $Me = 8$; $min = -10$; $max = 18$), емпатія — 8,54 ($SD = 4,50$; $Me = 8$; $min = -3$; $max = 18$). Важливо підкреслити, що у частини респондентів за окремими шкалами фіксувалися від'ємні значення. Такі значення не є помилкою введення, а відображають формат шкалювання, який використовується у звітних результатах програмного комплексу, де показники

можуть подаватися як стандартизовані або інтерпретаційні бали. У прикладному сенсі це означає, що у вибірці присутні як респонденти з вираженішими емоційно-регуляторними ресурсами, так і респонденти з нижчими показниками за відповідними компонентами. Широкий діапазон значень за шкалами емоційного інтелекту свідчив про суттєву індивідуальну варіативність, що є принципово важливим для кореляційного аналізу: коли показник майже не варіює, статистичні зв'язки стають менш інформативними.

Показник девіантних форм поведінки (ДАП), який виступає центральною змінною дослідження, мав середнє значення 5,80 при стандартному відхиленні 1,93; медіана становила 6, мінімум — 1, максимум — 10. Це вказувало на наявність у вибірці як низьких, так і високих значень показника, а також на достатню ширину розподілу, яка дозволяє здійснювати подальший аналіз взаємозв'язків із психологічними предикторами. Оскільки ДАП є інтегральним показником, що відображає особливості поведінкового профілю, для подальшої інтерпретації важливими є не лише середні значення, а й розкид: у межах вибірки існують респонденти з різним рівнем поведінкових ризиків, що є очікуваним для реального військового середовища.

Агресивні прояви також продемонстрували виражену варіативність. Фізична агресія мала середнє значення 34,6 ($SD = 16,9$; $Me = 30$; $min = 2$; $max = 70$), вербальна агресія — 33,7 ($SD = 16,5$; $Me = 38$; $min = 0$; $max = 76$), непряма агресія — 30,3 ($SD = 19,6$; $Me = 25$; $min = 0$; $max = 75$). Такі результати відображають, що агресивний профіль у вибірці не є однорідним і охоплює широкий спектр від мінімальних проявів до підвищених значень за окремими шкалами. З методологічної точки зору це створювало підстави для подальшої перевірки, чи пов'язані агресивні показники з девіантною поведінкою та компонентами емоційного інтелекту, і чи виконують вони уточнювальну роль у регресійній моделі.

Окрему увагу було приділено оцінці форми розподілу показників. За результатами критерію Шапіро–Уїлка більшість змінних у вибірці не

відповідали нормальному розподілу ($p < 0,05$ для більшості показників). Це означало, що використання параметричних критеріїв без додаткових обґрунтувань могло б знижувати статистичну коректність висновків. У зв'язку з цим для аналізу взаємозв'язків між змінними на наступному етапі було застосовано непараметричний коефіцієнт кореляції Спірмена, який є більш стійким до відхилень від нормальності. Таким чином, описові статистики не лише описали вибірку, а й забезпечили підстави для обґрунтованого вибору подальших статистичних процедур.

Підсумовуючи, результати описового аналізу засвідчили, що вибірка характеризувалася достатньою варіативністю як за компонентами емоційного інтелекту, так і за показниками агресії та девіантних форм поведінки, що створило методологічні умови для подальшого аналізу взаємозв'язків. Узагальнені результати описових статистик наведено в таблиці 3.1.

Таблиця 3.1

Описові статистики показників емоційного інтелекту, агресії та девіантних форм поведінки (N = 95)

Описові статистики								
	Вік	Емо ц. Обіз	Упр.в лас. Ем	ВА	ФА	Емп атія	ДАП	НП А
N	95	95	95	95	95	95	95	95
Пропущен ий	0	0	0	0	0	0	0	0
Середнє значення	33. 2	8.8 3	7.87	33. 7	34. 6	8.5 4	5.8 0	30. 3

Медіана	32	9	8	38	30	8	6	25
Стандарт	7.4	6.0	5.99	16.	16.	4.5	1.9	19.
не	5	2		5	9	0	3	6
відхиленн								
я								
Мінімум	23	-7	-10	0	2	-3	1	0
Максиму	48	18	18	76	70	18	10	75
м								
Шапіро-	0.9	0.9	0.954	0.9	0.9	0.9	0.9	0.8
Уилк W	37	60		75	36	66	39	77
Шапіро-	<.0	0.0	0.002	0.0	<.0	0.0	<.0	<.0
Уилк р	01	05		66	01	13	01	01

Примітка. Подано N, середнє значення (M), стандартне відхилення (SD), медіану (Me), мінімум/максимум; нормальність оцінено критерієм Шапіро–Уїлка.

3.2. Кореляційний аналіз взаємозв'язків між емоційним інтелектом, агресією та девіантними формами поведінки

На другому етапі емпіричного дослідження було проведено кореляційний аналіз з метою встановлення характеру та сили взаємозв'язків між компонентами емоційного інтелекту, агресивними проявами та показником девіантних форм поведінки. З огляду на результати перевірки нормальності розподілу в попередньому підрозділі, для оцінки зв'язків було використано коефіцієнт кореляції Спірмена, що дозволяє коректно працювати з даними, які відхиляються від нормального розподілу, і водночас надійно оцінювати монотонні залежності між змінними.

Отримані результати показали, що компоненти емоційного інтелекту у вибірці військовослужбовців утворювали узгоджену систему. Було зафіксовано сильні позитивні взаємозв'язки між емоційною обізнаністю та управлінням власними емоціями ($\rho = 0.682$; $p < 0.001$), між емоційною обізнаністю та емпатією ($\rho = 0.681$; $p < 0.001$), а також між управлінням власними емоціями та емпатією ($\rho = 0.675$; $p < 0.001$). Така картина є змістовно логічною: здатність розпізнавати власні емоційні стани, керувати ними та розуміти емоції інших людей у реальному житті часто формується як взаємопідсилювальний комплекс, а не як ізольовані навички. Для нашого дослідження це важливо ще й тому, що узгодженість компонентів емоційного інтелекту підвищує інтерпретаційну ясність: ми оцінюємо не випадковий набір показників, а систему регуляторних характеристик.

Показник девіантних форм поведінки продемонстрував статистично значущі зв'язки з усіма трьома компонентами емоційного інтелекту. Було встановлено позитивний зв'язок між ДАП і емоційною обізнаністю ($\rho = 0.661$; $p < 0.001$), між ДАП і управлінням власними емоціями ($\rho = 0.652$; $p < 0.001$), а також між ДАП і емпатією ($\rho = 0.630$; $p < 0.001$). За величиною ці коефіцієнти відповідають сильним зв'язкам, що дозволяє говорити про виражену асоціацію між емоційно-регуляторними ресурсами та поведінковим профілем. Важливим для коректної інтерпретації є те, що показник ДАП у даному наборі даних представлений у форматі шкали, де зростання значення відображає більш сприятливий індекс за відповідним показником. Отже, позитивні кореляції означають, що вищі показники емоційного інтелекту асоціювалися з більш сприятливим профілем за показником ДАП, тобто з нижчою вираженістю поведінкових ризиків у контексті оцінюваного індексу.

Аналіз взаємозв'язків між емоційним інтелектом та агресивними проявами показав більш диференційовану картину. Загалом більшість зв'язків між шкалами емоційного інтелекту та показниками агресії не досягали статистичної значущості, що може свідчити про те, що агресивні прояви в даній

вибірці визначаються ширшим колом факторів, а не лише емоційною компетентністю. Водночас було виявлено статистично значущий негативний зв'язок між емпатією та фізичною агресією ($\rho = -0.235$; $p = 0.022$). За величиною це слабкий або слабко-помірний зв'язок, який, однак, має чіткий зміст: більш виражена здатність розуміти емоційні стани інших людей і враховувати їх у взаємодії асоціювалася з нижчою схильністю до прямого фізичного агресивного реагування. Для військового середовища така асоціація може мати практичну цінність, оскільки навіть невеликі зрушення у стилі взаємодії можуть зменшувати ризик ескалації конфліктів.

Зв'язки між показником ДАП та агресивними шкалами у цій вибірці не досягали статистичної значущості: для фізичної агресії $\rho = -0.021$ ($p = 0.843$), для вербальної агресії $\rho = -0.001$ ($p = 0.989$), для непрямой агресії $\rho = 0.029$ ($p = 0.778$). Такий результат свідчить, що у межах наявних даних агресивні прояви не демонстрували прямої лінійної асоціації з показником ДАП. Це не заперечує важливості агресії як поведінкової характеристики, але вказує на те, що її роль може проявлятися складніше: через взаємодію з іншими факторами, через ситуаційні умови або у вигляді непрямих ефектів. Саме тому наступний етап аналізу передбачає перевірку регресійної моделі, яка дозволяє оцінити відносний внесок кожного предиктора при одночасному врахуванні інших змінних.

Таким чином, кореляційний аналіз підтвердив системний характер зв'язків між компонентами емоційного інтелекту та показником девіантних форм поведінки, а також виявив окремий зв'язок емпатії з фізичною агресією. Отримані результати створили підґрунтя для подальшого регресійного аналізу, спрямованого на оцінку предиктивного значення емоційного інтелекту щодо показника ДАП при одночасному врахуванні агресивних проявів. Ключові результати кореляційного аналізу наведено в таблиці 3.2.

Таблиця 3.2

Кореляційні зв'язки між компонентами емоційного інтелекту, агресивними проявами та показником девіантних форм поведінки (ρ Спірмена; $N = 95$)

Кореляційна матриця

		ДАП	Емоц. Обіз	Упр.влас. Ем	Емпатія	ФА	ВА	НПА
ДАП	Спірмен $\rho(\rho)$	—						
	df (ступенів свободи)	—						
	p-значення	—						
Емоц. Обіз	Спірмен $\rho(\rho)$	0.661 ***	—					
	df (ступенів свободи)	93	—					
	p-значення	< .001	—					
Упр.влас. Ем	Спірмен $\rho(\rho)$	0.652 ***	0.682 ***	—				
	df (ступенів свободи)	93	93	—				
	p-значення	< .001	< .001	—				
Емпатія	Спірмен $\rho(\rho)$	0.630 ***	0.681 ***	0.675 ***	—			
	df (ступенів свободи)	93	93	93	—			
	p-значення	< .001	< .001	< .001	—			
ФА	Спірмен $\rho(\rho)$	-0.021	-0.122	-0.142	-0.235 *	—		
	df (ступенів свободи)	93	93	93	93	—		
	p-значення	0.843	0.238	0.169	0.022	—		
ВА	Спірмен $\rho(\rho)$	-0.001	-0.077	0.036	-0.079	-0.196	—	
	df (ступенів свободи)	93	93	93	93	93	—	
	p-значення	0.989	0.458	0.729	0.449	0.058	—	
НПА	Спірмен $\rho(\rho)$	0.029	0.027	-0.079	0.045	0.038	0.055	—
	df (ступенів свободи)	93	93	93	93	93	93	—
	p-значення	0.778	0.795	0.449	0.664	0.714	0.594	—

Примітка. ρ — коефіцієнт кореляції Спірмена. * $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$. df = 93.

3.3. Регресійний аналіз предикторів девіантних форм поведінки

На наступному етапі було проведено множинний лінійний регресійний аналіз з метою оцінки внеску компонентів емоційного інтелекту та агресивних проявів у прогнозування показника девіантних форм поведінки (ДАП). У модель було включено шість предикторів: емоційну обізнаність, управління власними емоціями, емпатію, а також фізичну, вербальну та непрямую агресію. Такий підхід дозволив оцінити відносний внесок кожної змінної при одночасному врахуванні інших предикторів та перевірити, чи зберігають компоненти емоційного інтелекту предиктивне значення за наявності поведінкових характеристик агресії.

Отримана регресійна модель виявилася статистично значущою: $R = 0.734$; $R^2 = 0.539$; скоригований $R^2 = 0.507$; $F(6, 88) = 17.1$; $p < 0.001$. Це означає, що включені предиктори сумарно пояснювали близько **53.9%** варіативності показника ДАП, а після корекції на кількість предикторів — **50.7%**, що свідчить про високий пояснювальний потенціал моделі для психологічних даних.

Аналіз коефіцієнтів показав, що статистично значущими предикторами ДАП виступили всі три компоненти емоційного інтелекту. Емоційна обізнаність мала позитивний внесок у прогнозування ДАП ($b = 0.11398$; $\beta = 0.355$; $p = 0.002$), управління власними емоціями також демонструвало позитивний внесок ($b = 0.08398$; $\beta = 0.260$; $p = 0.011$), а емпатія зберігала самостійне предиктивне значення ($b = 0.10195$; $\beta = 0.238$; $p = 0.039$). Таким чином, більш виражені регуляторні компоненти емоційного інтелекту асоціювалися з більш сприятливими значеннями показника ДАП, що узгоджувалося з логікою дослідження про роль емоційного інтелекту як ресурсу саморегуляції поведінки.

Натомість показники агресії у цій моделі не мали статистично значущого внеску: фізична агресія ($p = 0.178$), вербальна агресія ($p = 0.269$) та непрямая агресія ($p = 0.695$) не демонстрували незалежного предиктивного ефекту за одночасного врахування компонентів емоційного інтелекту. Це може свідчити про те, що у межах даної вибірки агресивні прояви або не пов'язані лінійно з показником ДАП, або їхній потенційний вплив опосередковується регуляторними характеристиками, представленими показниками емоційного інтелекту.

Для перевірки припущень регресійного аналізу було оцінено колінеарність предикторів. Значення VIF перебували у допустимих межах (від **1.04** до **2.44**), що вказувало на відсутність проблемної мультиколінеарності та дозволяло інтерпретувати оцінки коефіцієнтів як статистично стабільні. Візуальна перевірка Q-Q графіка стандартизованих решт і графіків решт не виявила критичних відхилень, які могли б суттєво знижувати коректність моделі.

Отже, результати регресійного аналізу підтвердили, що компоненти емоційного інтелекту зберігали предиктивне значення щодо показника ДАП навіть за одночасного врахування агресивних проявів. Найбільший внесок у модель мала емоційна обізнаність, далі — управління власними емоціями та емпатія, що підкреслює значущість регуляторних механізмів у контексті поведінкових проявів у військовій вибірці. Коефіцієнти регресійної моделі наведено в таблиці 3.3.

Таблиця 3.3

Результати множинної лінійної регресії для прогнозування показника ДАП (N = 95)

Показники відповідності моделі

Модель	R	R ²	Скоригований R ²	Загальний Модельний тест			
				F	df1	df2	p
1	0.734	0.539	0.507	17.1	6	88	< .001

Примітка. Models estimated using sample size of N=95

Коефіцієнти моделі - ДАП

Предиктор	Оцінити	SE	95% доверительный интервал		t	p	Стандартна оцінка	95% доверительный интервал	
			Нижня	Верхній				Нижня	Верхній
Перехват	2.61027	0.62236	1.37347	3.8471	4.194	< .001			
Емоц. Обіз	0.11398	0.03546	0.04351	0.1845	3.214	0.002	0.3551	0.1356	0.575
Упр. влас. Ем	0.08398	0.03245	0.01949	0.1485	2.588	0.011	0.2604	0.0604	0.460
Емпатія	0.10195	0.04855	0.00547	0.1984	2.100	0.039	0.2376	0.0127	0.462
ФА	0.01178	0.00867	-0.00545	0.0290	1.359	0.178	0.1031	-0.0477	0.254
ВА	0.00980	0.00881	-0.00771	0.0273	1.112	0.269	0.0834	-0.0656	0.232
НПА	-0.00286	0.00727	-0.01731	0.0116	-0.393	0.695	-0.0291	-0.1759	0.118

Примітка. b — нестандартизований коефіцієнт регресії; SE — стандартна помилка; t — t-статистика; p — рівень значущості; β — стандартизований коефіцієнт; CI — 95% довірчий інтервал.

3.4. Обговорення результатів емпіричного дослідження

Отримані результати емпіричного дослідження загалом підтвердили ключову ідею про те, що емоційний інтелект пов'язаний із поведінковою адаптацією та може виступати психологічним ресурсом, який асоціюється зі зниженням проявів девіантного профілю у військовослужбовців. На рівні кореляційного аналізу було встановлено сильні статистично значущі зв'язки між

показником девіантних форм поведінки (ДАП) та всіма трьома компонентами емоційного інтелекту. Це означало, що вищі показники емоційної обізнаності, управління власними емоціями та емпатії були пов'язані з більш сприятливими значеннями ДАП. Така картина узгоджувалася з теоретичними положеннями першого розділу, де емоційний інтелект розглядався як система регуляторних механізмів, що підтримує контроль імпульсивності, стійкість у напружених умовах та якість міжособистісної взаємодії.

Додатково було показано, що самі компоненти емоційного інтелекту в досліджуваній вибірці формували узгоджений комплекс: між ними спостерігалися сильні позитивні зв'язки. Це дозволило інтерпретувати емоційний інтелект не як фрагментарний набір незалежних характеристик, а як цілісну систему емоційної компетентності, в межах якої здатність розпізнавати емоційні стани, керувати ними та враховувати переживання інших людей взаємно підсилюється. Для військового контексту така узгодженість є важливою, оскільки служба постійно створює ситуації, де необхідні і самоконтроль, і контактність, і здатність не втрачати керованість у конфліктних або стресових умовах.

Особливу цінність для інтерпретації результатів мав регресійний аналіз, оскільки він дозволив оцінити внесок компонентів емоційного інтелекту у прогнозування ДАП при одночасному врахуванні агресивних проявів. Було встановлено, що модель загалом є статистично значущою і має високий пояснювальний потенціал, а саме пояснює значну частку варіативності показника ДАП. При цьому статистично значущими предикторами виступили всі три компоненти емоційного інтелекту, а найбільший внесок мала емоційна обізнаність. Змістовно це може означати, що здатність вчасно розпізнавати власні емоційні стани і називати їх знижує ризик “автоматичних” поведінкових реакцій, оскільки створює паузу між переживанням і дією. Управління власними емоціями, у свою чергу, пов'язане з можливістю зменшувати інтенсивність напруження і запобігати імпульсивним рішенням. Емпатія доповнює цю систему

на рівні соціальної взаємодії, оскільки підтримує більш адекватне трактування намірів інших людей і потенційно знижує конфліктність.

На відміну від емоційного інтелекту, агресивні прояви у регресійній моделі не продемонстрували статистично значущого внеску. Водночас у кореляційному аналізі був зафіксований окремий зв'язок між емпатією та фізичною агресією, що узгоджується з уявленням про емпатію як психологічний чинник, який пов'язаний зі зниженням прямого агресивного реагування. Відсутність значущих ефектів агресії у прогнозуванні ДАП може мати кілька пояснень. По-перше, агресивні прояви можуть бути більш ситуативними та залежними від конкретних контекстів взаємодії, тоді як ДАП у межах використаної методики відображає більш інтегральний профіль поведінкової дезадаптації. По-друге, вплив агресії може проявлятися не лінійно, а через взаємодію з іншими чинниками або через опосередковувальні механізми, зокрема через дефіцити емоційної регуляції. По-третє, агресивні прояви можуть бути частково “поглинуті” регуляторними змінними емоційного інтелекту: якщо емоційний інтелект пояснює значну частину варіативності ДАП, то агресія як предиктор може втрачати незалежний внесок у присутності сильніших регуляторних предикторів.

У цілому результати дослідження підтримали висновок про те, що у вибірці військовослужбовців емоційний інтелект виступав вагомим психологічним чинником, пов'язаним із більш сприятливим профілем девіантних форм поведінки. Це має практичне значення для організації психологічної профілактики у військових підрозділах: з огляду на отримані результати доцільно спрямовувати психологічну роботу не лише на загальну емоційну обізнаність, а насамперед на формування навичок усвідомлення власного стану, розвитку керованості емоційних реакцій та підтримання емпатійної, неескалаційної взаємодії у групі.

Висновки до розділу III

У третьому розділі було представлено результати емпіричного дослідження та здійснено їх статистичну інтерпретацію. На етапі описового аналізу було охарактеризовано варіативність показників емоційного інтелекту, агресивних проявів і девіантних форм поведінки у вибірці військовослужбовців, що створило передумови для подальших процедур аналізу. Перевірка нормальності розподілу засвідчила відхилення більшості показників від нормального розподілу, у зв'язку з чим для аналізу взаємозв'язків було застосовано коефіцієнт кореляції Спірмена.

Кореляційний аналіз показав наявність сильних позитивних зв'язків між показником ДАП і компонентами емоційного інтелекту, що свідчило про асоціацію більш розвинених регуляторних ресурсів з більш сприятливими показниками девіантного профілю. Також було встановлено сильні взаємозв'язки між компонентами емоційного інтелекту, що підтвердило їх системний характер у досліджуваній вибірці. Окремо було виявлено статистично значущий негативний зв'язок між емпатією та фізичною агресією, що відображало можливу роль емпатії у зниженні схильності до прямого агресивного реагування.

Регресійний аналіз підтвердив висунуті припущення щодо предиктивного значення емоційного інтелекту: емоційна обізнаність, управління власними емоціями та емпатія виступили статистично значущими предикторами показника ДАП при одночасному врахуванні агресивних проявів. Водночас показники фізичної, вербальної та непрямой агресії не продемонстрували самостійного статистично значущого внеску у прогнозування ДАП у межах побудованої моделі. Загалом отримані результати підтвердили, що емоційний інтелект у вибірці військовослужбовців виступав важливим психологічним ресурсом, пов'язаним із більш сприятливим профілем поведінкових проявів, що створює підстави для розроблення практичних рекомендацій щодо профілактики

поведінкових ризиків через розвиток емоційної саморегуляції та емпатійної взаємодії.

Висновки

У межах магістерського дослідження було теоретично обґрунтовано та емпірично перевірено зв'язок емоційного інтелекту з показниками девіантних форм поведінки у вибірці військовослужбовців ($N = 95$). На основі отриманих результатів було сформульовано загальні висновки, структуровані відповідно до трьох дослідницьких питань.

Дослідницьке питання 1

Передбачалося, що компоненти емоційного інтелекту статистично пов'язані з рівнем девіантних форм поведінки у військовослужбовців.

Висновок: підтверджено.

У результаті кореляційного аналізу було встановлено статистично значущі зв'язки між показником девіантних форм поведінки (ДАП) та всіма трьома досліджуваними компонентами емоційного інтелекту. Зокрема, показник ДАП мав сильні позитивні асоціації з емоційною обізнаністю ($\rho = 0.661$; $p < 0.001$), управлінням власними емоціями ($\rho = 0.652$; $p < 0.001$) та емпатією ($\rho = 0.630$; $p < 0.001$). Це свідчить про те, що вищі показники емоційного інтелекту були пов'язані з більш сприятливими значеннями показника ДАП.

Отримані результати дозволяють розглядати емоційну обізнаність, управління власними емоціями та емпатію як психологічні характеристики, пов'язані з поведінковою регуляцією військовослужбовців. Додатково у регресійній моделі всі три компоненти емоційного інтелекту зберегли статистично значущий внесок у прогнозування ДАП, що підтверджує їхню роль як регуляторних чинників, пов'язаних зі зниженням поведінкових ризиків.

Дослідницьке питання 2

Передбачалося, що між компонентами емоційного інтелекту та агресивними проявами — фізичною, вербальною та непрямую агресією — існують статистично значущі зв'язки.

Висновок: частково підтверджено.

Отримані результати показали, що більшість зв'язків між компонентами емоційного інтелекту та показниками агресії не досягали статистичної значущості. Водночас було виявлено один статистично значущий зв'язок: емпатія мала негативну асоціацію з фізичною агресією ($\rho = -0.235$; $p = 0.022$). Це вказує на тенденцію до зниження прямого агресивного реагування у респондентів із вищими показниками емпатії.

Інші зв'язки між емоційною обізнаністю, управлінням власними емоціями та шкалами агресії — фізичною, вербальною та непрямую — були статистично незначущими. Отже, емпіричні дані частково підтримали припущення про зв'язок емоційного інтелекту з агресивними проявами: підтверджено захисну роль емпатії щодо фізичної агресії, однак не підтверджено наявність системних зв'язків усіх компонентів емоційного інтелекту з усіма формами агресії у досліджуваній вибірці.

Дослідницьке питання 3

Передбачалося, що емоційний інтелект зберігає предиктивне значення щодо девіантних форм поведінки після врахування агресивних проявів у регресійній моделі.

Висновок: підтверджено.

Для перевірки цього припущення було побудовано множинну лінійну регресійну модель, у якій показник девіантних форм поведінки (ДАП) виступав залежною змінною, а компоненти емоційного інтелекту та показники агресії — предикторами. Модель виявилася статистично значущою та пояснювала значну частку варіативності показника ДАП ($R^2 = 0.539$; скоригований $R^2 = 0.507$; $F(6, 88) = 17.1$; $p < 0.001$).

При цьому всі три компоненти емоційного інтелекту зберегли статистично значущий внесок у прогнозування ДАП: емоційна обізнаність ($\beta = 0.355$; $p = 0.002$), управління власними емоціями ($\beta = 0.260$; $p = 0.011$), емпатія ($\beta = 0.238$; $p = 0.039$). Натомість показники фізичної, вербальної та непрямой агресії

не продемонстрували статистично значущого незалежного внеску в межах цієї моделі ($p > 0.05$).

Отже, припущення було підтверджено: емоційний інтелект зберіг самостійне предиктивне значення щодо показника девіантних форм поведінки навіть після одночасного врахування агресивного профілю. Це дозволяє розглядати компоненти емоційного інтелекту як важливі психологічні чинники, пов'язані з поведінковою регуляцією військовослужбовців.

Узагальнюючий підсумок

Таким чином, результати дослідження засвідчили, що емоційний інтелект у вибірці військовослужбовців виступав значущим психологічним чинником, пов'язаним із більш сприятливими показниками девіантних форм поведінки. Найбільший внесок у прогнозування ДАП мав компонент емоційної обізнаності, що підкреслювало роль усвідомлення власних емоційних станів як базового механізму саморегуляції. Агресивні прояви в цілому не були безпосередньо пов'язані з показником ДАП та не вносили незалежного внеску у регресійній моделі, однак емпатія мала слабкий негативний зв'язок із фізичною агресією, що може розглядатися як окремий психологічний ресурс профілактики прямого агресивного реагування.

Обмеження дослідження

У процесі інтерпретації результатів було враховано низку обмежень, які визначають межі узагальнення отриманих висновків. **По-перше**, дослідження мало крос-секційний кореляційно-регресійний дизайн, що дозволяло встановлювати статистичні зв'язки та предиктивні асоціації між змінними, однак не давало підстав для формулювання прямих причинно-наслідкових висновків. Отже, отримані результати слід розглядати як такі, що вказують на статистичні взаємозв'язки між компонентами емоційного інтелекту, девіантними формами поведінки, суїцидальним ризиком та агресивними проявами, але не доводять безпосередній причинний вплив одних показників на інші.

По-друге, вибірка дослідження формувалася за принципом доступності та включала лише військовослужбовців чоловічої статі. Це обмежує можливість поширення результатів на інші групи військовослужбовців, зокрема жінок, представників інших вікових груп, різних категорій служби або підрозділів з іншими умовами професійного навантаження. Тому подальші дослідження доцільно проводити на ширших і більш різномірних вибірках.

По-третє, у дослідженні не враховувалися деякі потенційно значущі службові та життєві коваріати, зокрема стаж служби, бойовий досвід, посада, військове звання, специфіка виконуваних завдань, сімейний стан та наявність попереднього досвіду психологічної допомоги. Ці чинники можуть впливати на рівень емоційної регуляції, агресивних проявів, девіантних форм поведінки та суїцидального ризику, тому їх варто враховувати у майбутніх дослідженнях.

По-четверте, застосований психодіагностичний інструментарій переважно базувався на самоописових методиках. Це означає, що результати могли певною мірою залежати від особливостей самосприйняття респондентів, рівня їхньої відвертості, мотивації до проходження тестування та соціально бажаних відповідей. Водночас стандартизовані умови обстеження, знеособлення даних та подання результатів лише в узагальненому вигляді зменшували ризик викривлення відповідей.

Таким чином, наведені обмеження не знижують цінності отриманих результатів, однак задають коректні межі їх інтерпретації. Результати дослідження доцільно розглядати як емпірично обґрунтовані тенденції, виявлені у конкретній вибірці військовослужбовців, які потребують подальшої перевірки на ширших вибірках і з урахуванням додаткових соціально-демографічних, службових та психологічних змінних.

3.5. Практичні рекомендації за результатами дослідження

Отримані результати дослідження мають безпосереднє практичне значення для організації психологічної роботи з військовослужбовцями, оскільки дозволяють визначити конкретні напрями профілактики поведінкових

ризиків. За результатами кореляційного та регресійного аналізу було встановлено, що компоненти емоційного інтелекту — емоційна обізнаність, управління власними емоціями та емпатія — виступали статистично значущими чинниками, пов'язаними з більш сприятливим профілем показника девіантних форм поведінки. Це свідчить про те, що профілактичну роботу доцільно спрямовувати не лише на загальне зниження стресового навантаження, а й на розвиток конкретних навичок емоційної саморегуляції, усвідомлення власного стану, контролю імпульсивних реакцій і конструктивної міжособистісної взаємодії.

Практичні рекомендації, сформульовані за результатами дослідження, можуть бути використані військовими психологами, фахівцями психологічного супроводу, командирами та іншими посадовими особами, які залучені до підтримання морально-психологічного стану особового складу. Водночас ці рекомендації не слід розглядати як універсальну програму, однаково придатну для всіх підрозділів. Їх доцільно адаптувати з урахуванням специфіки службових завдань, рівня навантаження, умов перебування особового складу, актуального психологічного стану групи та наявних організаційних можливостей.

Першим важливим напрямом практичної роботи є **розвиток емоційної обізнаності як базової навички саморегуляції**. Емоційна обізнаність у цьому контексті означає здатність військовослужбовця своєчасно розпізнавати власний емоційний стан, називати його, відрізнити один стан від іншого та усвідомлювати, як саме цей стан може впливати на поведінку. Практичне значення цієї навички полягає в тому, що людина отримує можливість помітити внутрішнє напруження до того моменту, коли воно перейде у неконтрольовану поведінкову реакцію.

З огляду на те, що емоційна обізнаність мала найбільший внесок у прогнозування показника девіантних форм поведінки, доцільно системно формувати в особового складу навичку раннього розпізнавання емоційного напруження. У практичній роботі це може реалізовуватися через короткі

психоедукаційні заняття, індивідуальні бесіди, групові обговорення типових реакцій на стрес, а також через вправи на розширення емоційного словника. Військовослужбовцям важливо навчитися розрізняти не лише загальні стани на кшталт “злий”, “втомлений” або “нервую”, а й більш точні переживання: роздратування, образу, безсилля, тривогу, напруження, сором, провину, емоційне виснаження чи внутрішню спустошеність.

Практично корисним може бути впровадження короткого алгоритму самоспостереження, який військовослужбовець може застосовувати у повсякденних умовах служби. Наприклад: “що я зараз відчуваю?”, “де в тілі проявляється напруження?”, “яка поведінкова реакція у мене зараз виникає?”, “чи відповідає ця реакція ситуації?”, “що я можу зробити, щоб не погіршити ситуацію?”. Такий алгоритм не потребує багато часу, але допомагає перевести емоційну реакцію з автоматичного рівня на усвідомлений.

Особливу увагу в роботі з емоційною обізнаністю слід приділяти раннім індикаторам поведінкового зриву. До таких індикаторів можуть належати зростання дратівливості, різкість у спілкуванні, нетерпимість до помилок інших, підвищена конфліктність, бажання ізолюватися, зниження здатності до самоконтролю, порушення сну, соматичні прояви перенапруження, відчуття внутрішнього “кипіння” або втрати контролю. Виявлення таких сигналів на ранньому етапі дозволяє застосовувати стабілізаційні техніки до того, як напруження перейде у дезадаптивну поведінку.

Другим напрямом є тренування навичок управління власними емоціями як інструменту профілактики поведінкових зривів. Отримані результати свідчать, що здатність управляти власними емоціями має статистично значущий внесок у прогнозування показника девіантних форм поведінки. Це означає, що практична робота має бути спрямована не лише на усвідомлення емоцій, а й на формування конкретних способів їх регуляції.

У військовому контексті особливо важливими є техніки, які можуть застосовуватися швидко, у реальних умовах служби, без необхідності тривалого

відокремлення від ситуації. Це можуть бути короткі протоколи стабілізації, що включають контроль дихання, подовжений видих, техніки заземлення, фокусування уваги на зовнішніх орієнтирах, коротку когнітивну переоцінку ситуації, а також правило паузи перед імпульсивною дією. Такі техніки мають подаватися не як абстрактні психологічні поради, а як практичний алгоритм поведінки в момент напруження.

Доцільно навчати військовослужбовців простій послідовності дій: розпізнати емоційний стан, зробити коротку паузу, знизити фізіологічну інтенсивність напруження, оцінити ситуацію, обрати дію, яка відповідає службовому завданню та нормам взаємодії. Такий алгоритм може бути використаний у ситуаціях конфлікту, втоми, перевантаження, роздратування, несправедливого ставлення або напруженої комунікації.

Ефективність таких навичок підвищується тоді, коли вони не залишаються лише на рівні одноразової лекції. Їх варто регулярно повторювати у форматі коротких тренувальних вправ, мікрозанять або практичних сценаріїв. Наприклад, під час психологічної підготовки можна моделювати типові ситуації напруженої взаємодії, після чого відпрацьовувати різні варіанти реакцій: імпульсивну, унікальну, агресивну та регульовану. Це дозволяє не лише пояснити навичку, а й закріпити її поведінково.

Третім напрямом є посилення емпатійної складової взаємодії як чинника зниження фізичної агресії. У дослідженні було встановлено статистично значущий негативний зв'язок між емпатією та фізичною агресією. Це дає підстави розглядати емпатію як один із можливих захисних чинників щодо прямого агресивного реагування. У практичній роботі це не означає необхідності формувати “надмірну м'якість” або емоційну вразливість. Йдеться насамперед про здатність краще розуміти стан іншої людини, не приписувати їй автоматично ворожі наміри та обирати більш контрольований спосіб реагування.

У військовому середовищі розвиток емпатії має бути дуже практичним і не відірваним від реальності служби. Доцільно робити акцент на комунікативній

точності, здатності відрізняти факти від інтерпретацій, розумінні мотивів поведінки іншої людини, зниженні кількості автоматичних агресивних відповідей. Наприклад, військовослужбовця можна навчати ставити собі запитання: “що реально сталося?”, “що я додумав?”, “чи точно інша людина хотіла мене принизити або спровокувати?”, “яка реакція не погіршить ситуацію?”.

Практично це може реалізовуватися через вправи на розрізнення факту й оцінки, роботу з помилками атрибуції, тренування активного слухання, формулювання коротких нейтральних відповідей у напруженій комунікації, а також відпрацювання деескалаційних фраз. Особливо корисними можуть бути фрази, які знижують напруження, але не руйнують службову субординацію: “я почув”, “давай уточнимо”, “зараз не будемо загострювати”, “повернемося до завдання”, “потрібно вирішити ситуацію без конфлікту”.

Окрему роль у цьому напрямі відіграє робота з командирами та сержантським складом. Стиль комунікації керівника безпосередньо впливає на психологічний клімат у підрозділі, рівень напруження та ймовірність конфліктних ситуацій. Тому доцільно включати в систему психологічної роботи короткі навчальні блоки для командирів щодо деескалаційної комунікації, розпізнавання ознак емоційного перенапруження в підлеглих, своєчасного направлення до психолога та підтримання конструктивної дисципліни без надмірного психологічного тиску.

Четвертим напрямом є використання результатів психодіагностики для адресної профілактики, а не для формального “позначення ризику”. Отримані емпіричні дані дозволяють розглядати емоційний інтелект як практичну мішень психологічної профілактики. Водночас важливо, щоб результати психодіагностики не використовувалися як засіб стигматизації, санкціонування або формального маркування військовослужбовця як “проблемного”. Такий підхід може викликати недовіру до психологічної служби,

підвищувати соціально бажані відповіді та знижувати достовірність подальших обстежень.

Більш продуктивним є використання результатів тестування для визначення напрямів підтримки. Наприклад, якщо в особи або групи виявлено нижчі показники управління власними емоціями, доцільно рекомендувати тренування стабілізаційних технік і навичок паузи. Якщо спостерігається низька емоційна обізнаність, варто посилити психоедукаційний компонент і вправи на самоспостереження. Якщо виявляються труднощі емпатійної взаємодії та підвищені агресивні прояви, доцільною може бути робота з комунікативними сценаріями, деескалацією та розпізнаванням емоцій іншої людини.

Адресна профілактика може здійснюватися у кількох форматах: індивідуальні консультації, короткі групові заняття, підтримувальні зустрічі після інтенсивного навантаження, психоедукаційні мікросесії, робота з малими групами, а також рекомендації командному складу щодо загального психологічного клімату. Такий підхід дозволяє перейти від формального збору даних до реального використання результатів психодіагностики в інтересах психологічної підтримки особового складу.

П'ятим напрямом є закріплення профілактичної роботи у вигляді короткого циклу занять, інтегрованого в систему психологічної підтримки. З огляду на те, що значущими предикторами показника ДАП були саме компоненти емоційного інтелекту, доцільно створити короткий профілактичний цикл, спрямований на розвиток емоційної обізнаності, управління напруженням, контролю імпульсивності, емпатійної взаємодії та відновлення після виснаження.

Такий цикл може складатися з 4–6 занять, кожне з яких має бути коротким, практичним і прив'язаним до реальних умов військової служби. Орієнтовна структура може бути такою: перше заняття — розпізнавання стресу та емоційного напруження; друге — техніки швидкої стабілізації; третє — контроль імпульсивної реакції та правило паузи; четверте — деескалаційна

комунікація; п'яте — емпатія та розуміння стану іншого; шосте — відновлення після виснаження й профілактика повторних зривів.

Важливо, щоб цей цикл не перетворювався на суто лекційний формат. Найбільшу практичну цінність мають короткі вправи, рольові ситуації, обговорення типових прикладів, тренування конкретних фраз і поведінкових алгоритмів. Для військового середовища особливо важливо, щоб рекомендації були простими, зрозумілими, прикладними та придатними до використання в умовах обмеженого часу.

Окремо слід зазначити, що профілактична робота має бути системною, а не реактивною. Якщо психологічна підтримка активізується лише після конфлікту, зриву або різкого погіршення стану, її можливості значно обмежуються. Натомість регулярне формування навичок саморегуляції дозволяє зменшувати ризик дезадаптивних реакцій ще до того, як вони набудуть вираженого поведінкового прояву.

Таким чином, практичні рекомендації за результатами дослідження спрямовані на підвищення керованості поведінки військовослужбовців через розвиток емоційної обізнаності, навичок управління емоційним напруженням, емпатійної взаємодії та адресної психологічної профілактики. Реалізація таких заходів може сприяти зниженню ризику девіантних форм поведінки, пом'якшенню агресивних реакцій, покращенню соціально-психологічного клімату в підрозділах і своєчасному виявленню осіб, які потребують додаткової психологічної підтримки. У прикладному вимірі це дозволяє розглядати емоційний інтелект не лише як теоретичний конструкт, а як практичну мішень психологічної роботи у військовому середовищі.

Практична значущість і можливості впровадження результатів дослідження

Результати проведеного дослідження мають прикладну цінність для системи психологічного забезпечення у військовому середовищі, оскільки

дозволяють перейти від загальних уявлень про роль емоційної компетентності до конкретних психологічних показників, які статистично пов'язані з більш сприятливим профілем девіантних форм поведінки. У межах роботи було встановлено, що компоненти емоційного інтелекту — емоційна обізнаність, управління власними емоціями та емпатія — мають значущий зв'язок із показником девіантних форм поведінки, а також зберігають предиктивне значення у регресійній моделі. Це дає підстави розглядати емоційний інтелект не лише як теоретичний конструкт, а як практично значущий ресурс поведінкової саморегуляції військовослужбовців.

Практичний сенс отриманих висновків полягає в тому, що профілактичну роботу доцільно спрямовувати не лише на загальне зниження стресового навантаження, а й на розвиток конкретних навичок, які можуть підвищувати керованість поведінки в умовах служби. До таких навичок належать здатність своєчасно розпізнавати власний емоційний стан, знижувати інтенсивність емоційного напруження, утримувати паузу перед імпульсивною реакцією, розуміти емоційний стан інших людей і обирати більш конструктивні способи взаємодії. У військовому середовищі ці навички мають особливе значення, оскільки службова діяльність часто відбувається в умовах підвищеного навантаження, дефіциту часу, напруженої комунікації, втоми та необхідності швидко приймати рішення.

Отримані результати дозволяють розглядати емоційну обізнаність, управління власними емоціями та емпатію як реальні мішені психологічної профілактики. При цьому важливо наголосити, що йдеться не про абстрактне “підвищення емоційності” або надмірне зосередження на переживаннях, а про формування практичних навичок самоконтролю, які можуть бути використані військовослужбовцем у конкретній службовій ситуації. Саме тому результати дослідження можуть бути корисними для розроблення коротких, прикладних і доступних форм психологічної роботи, які не потребують значного відриву особового складу від виконання службових завдань.

Практична значущість результатів проявляється у можливості їх використання на кількох взаємопов'язаних рівнях: індивідуальному, груповому, організаційному та профілактично-діагностичному. На індивідуальному рівні результати можуть застосовуватися для уточнення напрямів психологічного супроводу окремих військовослужбовців. На груповому рівні — для планування коротких занять із розвитку навичок саморегуляції, деескалації конфліктів і відновлення після виснаження. На організаційному рівні — для психоедукації командирів і сержантського складу щодо ролі емоційної регуляції у підтриманні дисципліни та психологічної стабільності підрозділу. На профілактично-діагностичному рівні — для більш осмисленого використання результатів психодіагностики як основи для подальшої підтримки, а не лише як формальної процедури фіксації показників.

Першим напрямом практичного впровадження результатів є інтеграція отриманих даних у систему психопрофілактичної роботи з військовослужбовцями. Оскільки найбільший внесок у прогнозування показника девіантних форм поведінки мав компонент емоційної обізнаності, профілактичний акцент доцільно зміщувати в бік формування навички раннього розпізнавання власного емоційного стану. На практиці це означає навчання військовослужбовців помічати сигнали перенапруження ще до того, як вони перейдуть у поведінковий зрив, конфліктну реакцію або імпульсивну дію.

Розвиток емоційної обізнаності може реалізовуватися через короткі психоедукаційні заняття, мікротренінги, індивідуальні бесіди та групові обговорення типових реакцій на стрес. Наприклад, доцільно навчати військовослужбовців розрізняти такі стани, як втома, роздратування, тривога, злість, безсилля, образа, внутрішнє напруження, емоційне виснаження. Важливо, щоб людина могла не лише загально сказати “я злий” або “мене все дратує”, а й точніше визначити свій стан, зрозуміти його причину та передбачити можливі поведінкові наслідки.

Практично корисним може бути впровадження простого алгоритму самоспостереження. Він може включати кілька запитань: “Що я зараз відчуваю?”, “Наскільки сильне це напруження?”, “Що я хочу зробити імпульсивно?”, “Якими можуть бути наслідки цієї реакції?”, “Яку дію краще обрати, щоб не погіршити ситуацію?”. Такий алгоритм не потребує тривалого часу, але допомагає перевести реакцію з автоматичного рівня на більш усвідомлений. У військових умовах це може бути особливо важливим, оскільки коротка пауза перед дією іноді дозволяє уникнути конфлікту, дисциплінарного порушення або загострення міжособистісної напруги.

Другим напрямом є розвиток навичок управління власними емоціями. Отримані результати показали, що цей компонент також має статистично значущий внесок у прогнозування показника девіантних форм поведінки. Це означає, що в межах психологічної роботи важливо не лише навчати військовослужбовців усвідомлювати власний стан, а й давати їм конкретні інструменти для його регуляції. Особливо важливими є техніки, які можна застосувати швидко, без спеціальних умов і без тривалого відокремлення від службової ситуації.

До таких інструментів можуть належати короткі дихальні техніки, подовжений видих, техніки заземлення, переключення уваги, м'язове розслаблення, коротка когнітивна переоцінка ситуації та правило паузи перед реакцією. Важливо, щоб ці техніки не подавалися лише як загальні рекомендації, а відпрацьовувалися у вигляді конкретних алгоритмів: розпізнати стан, зробити паузу, знизити інтенсивність напруження, оцінити ситуацію, обрати дію, яка відповідає завданню та нормам взаємодії. Саме така практична форма робить навички емоційної регуляції більш придатними для використання у службовій діяльності.

У межах психологічної підготовки доцільно використовувати короткі вправи, які моделюють типові ситуації напруженої взаємодії: конфлікт із товаришем по службі, різке зауваження, відчуття несправедливості, накопичення

втоми, емоційне перевантаження після складного завдання. Після моделювання ситуації можна обговорювати різні варіанти реакцій: імпульсивну, агресивну, унікальну та регульовану. Такий підхід дозволяє не лише пояснити значення саморегуляції, а й закріпити її на поведінковому рівні.

Третім напрямом практичного впровадження є розвиток емпатійної взаємодії. У дослідженні було встановлено, що емпатія має негативний зв'язок із фізичною агресією. Це означає, що вищий рівень емпатії був пов'язаний зі зниженням схильності до прямого фізичного агресивного реагування. У військовому контексті цей результат потребує обережної, але практично важливої інтерпретації. Йдеться не про формування надмірної м'якості або зниження вимогливості, а про розвиток здатності краще розуміти стан іншої людини, не приписувати їй автоматично ворожі наміри та обирати більш контрольований спосіб реагування.

Розвиток емпатії може реалізовуватися через вправи на розрізнення фактів та інтерпретацій, роботу з помилками атрибуції, тренування активного слухання, використання нейтральних формулювань у напруженій комунікації. Наприклад, у конфліктній ситуації військовослужбовець може вчитися ставити собі запитання: “Що реально сталося?”, “Що я додумав?”, “Чи справді інша людина мала намір мене принизити або спровокувати?”, “Яка реакція допоможе вирішити ситуацію, а не загострити її?”. Такі навички можуть сприяти зниженню кількості автоматичних агресивних реакцій.

Особливе значення має розвиток деескалаційної комунікації. У практичній роботі можуть використовуватися короткі фрази, які не руйнують службову субординацію, але знижують напруження: “я почув”, “давайте уточнимо”, “не будемо зараз загострювати”, “повернімося до завдання”, “вирішимо це без конфлікту”. Такі комунікативні інструменти можуть бути корисними не лише для окремих військовослужбовців, а й для командирів та сержантського складу, оскільки стиль комунікації керівника значною мірою впливає на психологічний клімат у підрозділі.

Четвертим напрямом є удосконалення індивідуального психологічного супроводу. Дані щодо компонентів емоційного інтелекту можуть допомагати психологу краще розуміти, які саме навички потребують розвитку у конкретного військовослужбовця. Якщо у респондента нижчі показники емоційної обізнаності, доцільно працювати над розпізнаванням і вербалізацією власних станів. Якщо складність полягає в управлінні власними емоціями, акцент варто робити на стабілізаційних техніках, диханні, паузі, переключенні уваги. Якщо вираженими є труднощі емпатійної взаємодії, більш доречною може бути робота з комунікативними сценаріями, розумінням стану іншого та зниженням конфліктності.

Такий підхід дозволяє відмовитися від універсальних рекомендацій на користь більш адресних рішень. У практиці психологічного супроводу це важливо, оскільки однакові поради не завжди однаково ефективні для різних людей. Один військовослужбовець може добре усвідомлювати свій стан, але мати труднощі з його регуляцією; інший може не помічати ранніх ознак напруження; третій може швидко переходити до конфліктної поведінки через помилки інтерпретації намірів інших людей. Саме тому результати психодіагностики можуть бути основою для більш точного планування індивідуальної допомоги.

П'ятим напрямом є використання результатів дослідження в організаційному форматі, зокрема для психоедукації командирів і сержантського складу. Поведінкова керованість у підрозділі підтримується не лише індивідуальними навичками військовослужбовців, а й загальним стилем взаємодії, рівнем психологічної безпеки, якістю комунікації та способом реагування на ознаки виснаження. Тому результати дослідження можуть бути використані для підготовки коротких навчальних модулів для командирів щодо профілактики поведінкових ризиків.

Такі модулі можуть включати ознаки емоційного перенапруження у підлеглих, принципи деескалаційної комунікації, способи конструктивного

зворотного зв'язку, межі психологічного тиску, порядок направлення військовослужбовця до психолога, а також базові підходи до підтримання психологічного клімату в підрозділі. У цьому напрямі результати дослідження дозволяють аргументувати, що розвиток емоційної компетентності не є другорядною або “м'якою” складовою, а може бути пов'язаний із дисципліною, стабільністю взаємодії та зниженням поведінкових ризиків.

Шостим напрямом є планування групових профілактичних заходів. Доцільним є впровадження короткого циклу занять, спрямованого на розвиток компонентів емоційного інтелекту як практичного інструмента саморегуляції. Оптимальною організаційною формою для військових умов є модульність, компактність і прикладний характер. Наприклад, цикл може складатися з 4–6 занять, кожне з яких має чітку мету, короткий теоретичний блок і практичне відпрацювання.

Орієнтовна структура такого циклу може включати кілька модулів. Перший модуль — розпізнавання стресу, втоми та емоційного перенапруження. Другий — техніки швидкої стабілізації та зниження інтенсивності емоційного збудження. Третій — контроль імпульсивної реакції та правило паузи. Четвертий — деескалаційна комунікація і конструктивна взаємодія у конфліктних ситуаціях. П'ятий — емпатійна взаємодія та розуміння стану іншого. Шостий — відновлення після виснаження та профілактика повторних поведінкових зривів.

Важливо, щоб такі заняття не перетворювалися на формальні лекції. Найбільшу користь матимуть короткі вправи, практичні алгоритми, обговорення типових ситуацій, тренування конкретних фраз і поведінкових рішень. У військовому середовищі особливо важливо, щоб психологічні рекомендації були простими, зрозумілими та придатними до використання у реальних умовах служби. Саме тому короткий цикл занять може мати більшу практичну ефективність, ніж разова інформаційна лекція без подальшого відпрацювання.

Окремо слід зазначити можливості використання результатів дослідження для оптимізації психодіагностичного скринінгу. Оскільки

дослідження проводилося у стандартизованих умовах із застосуванням програмного комплексу психологічної діагностики, отримані висновки можуть бути використані для більш осмисленого застосування результатів тестування. Практична користь полягає в тому, щоб розглядати психодіагностику не лише як процедуру збору показників, а як основу для подальших профілактичних рішень.

У цьому контексті важливо уникати формального або карального використання результатів психодіагностики. Дані тестування не повинні ставати підставою для стигматизації військовослужбовця або навішування ярлика “групи ризику” без подальшої професійної роботи. Значно продуктивнішим є підхід, за якого результати використовуються для визначення пріоритетів психологічного супроводу, добору відповідних психоедукаційних модулів, планування індивідуальних консультацій, групових занять або підтримувальних зустрічей після періодів підвищеного навантаження.

Можливості впровадження результатів також пов’язані з підвищенням культури звернення по психологічну допомогу. Якщо психодіагностика сприймається військовослужбовцями як інструмент контролю або покарання, це може знижувати відвертість відповідей і підвищувати соціально бажану поведінку під час тестування. Натомість якщо результати використовуються як основа для підтримки, навчання та профілактики, довіра до психологічної служби може зростати. Це особливо важливо у військовому середовищі, де звернення по допомогу іноді може сприйматися як прояв слабкості або небажана відкритість.

Практична реалізація результатів дослідження можлива також у форматі методичних рекомендацій для психологів. Такі рекомендації можуть включати опис ключових компонентів емоційного інтелекту, алгоритми короткої самодіагностики емоційного стану, приклади вправ для розвитку саморегуляції, перелік ознак емоційного перенапруження, сценарії деескалаційної бесіди, принципи етичного використання психодіагностичних даних. Це дозволило б

перевести результати емпіричного дослідження у практичний інструмент, придатний для застосування в реальній психологічній роботі.

Водночас упровадження результатів має здійснюватися з урахуванням меж дослідження. Отримані дані не слід трактувати як підставу для індивідуальних діагностичних висновків або категоричних прогнозів щодо поведінки конкретного військовослужбовця. Дослідження дозволяє говорити про статистичні зв'язки та групові тенденції, але не про прямий причинно-наслідковий вплив. Тому практичне використання результатів має бути обережним, етичним і професійно виваженим.

Особливо важливим є дотримання принципу конфіденційності. Усі профілактичні заходи, побудовані на результатах психодіагностики, мають реалізовуватися так, щоб не розкривати персональні дані військовослужбовців, не створювати ризику стигматизації та не погіршувати соціально-психологічний клімат у підрозділі. Психологічна робота має бути спрямована не на пошук “проблемних” осіб, а на розвиток ресурсів саморегуляції, підтримку особового складу та своєчасне виявлення потреб у допомозі.

Таким чином, результати дослідження мають практичну значущість для роботи військових психологів і можуть бути впроваджені у вигляді адресних профілактичних програм, психоедукаційних заходів, коротких тренінгових модулів, індивідуального психологічного супроводу та процедур раннього виявлення поведінкових ризиків. Центральним практичним висновком є те, що емоційний інтелект може розглядатися як ресурс поведінкової саморегуляції, а його компоненти — як конкретні напрями психологічної роботи.

У прикладному вимірі це означає, що розвиток емоційної обізнаності, навичок управління емоційними станами та емпатійної взаємодії може сприяти підвищенню керованості поведінки військовослужбовців, зниженню ризику девіантних проявів, пом'якшенню агресивних реакцій, покращенню якості міжособистісної взаємодії та підтриманню психологічної стабільності підрозділів. Саме тому результати роботи можуть бути корисними не лише для

подальших наукових досліджень, а й для практичної організації психологічного забезпечення у військовому середовищі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Kirkham, R., Liu, C., Wulundari, T., Aidman, E., Yucel, M., Wiley, J., & Albertella, L. (2025). Emotion regulation and coping in active military personnel: A systematic review. *Stress and Health*, 41(3), e70036.
2. Rogante, E., Cifrodelli, M., Sarubbi, S., Costanza, A., Erbutto, D., Berardelli, I., & Pompili, M. (2024, January). The role of emotion dysregulation in understanding suicide risk: A systematic review of the literature. In *Healthcare* (Vol. 12, No. 2, p. 169). MDPI
3. Klonsky, E. D., & May, A. M. (2015). The three-step theory (3ST): A new theory of suicide rooted in the “ideation-to-action” framework. *International Journal of Cognitive Therapy*, 8(2), 114-129.
4. Smith, K., Jones, A., Daly, N., Widdrington, H., Garofalo, C., & Gillespie, S. M. (2026). Emotion regulation and aggression: A systematic review and meta-analysis. *Aggressive behavior*, 52(1), e70055.
5. Salvovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence: Theory finding, and implications. *Psychological Inquiry*, 15, 197-215.
6. Mayer, J. D., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2016). The ability model of emotional intelligence: Principles and updates. *Emotion review*, 8(4), 290-300.
7. Pérez-González, J. C., Saklofske, D. H., & Mavroveli, S. *Editorial: trait emotional intelligence: foundations, assessment, and education. Front Psychol.* 2020; 11: 608.
8. Schmodde, L., & Wehner, M. C. (2024). Integrating emotion regulation, emotional intelligence, and emotion-focused coping in the entrepreneurial context: A review and research agenda. *International Small Business Journal*, 42(8), 984-1015.
9. Double, K. S., Pinkus, R. T., & MacCann, C. (2022). Emotionally intelligent people show more flexible regulation of emotions in daily life. *Emotion*, 22(2), 397.

10. Williamson, C., Croak, B., Simms, A., Fear, N. T., Sharp, M. L., & Stevelink, S. A. (2024). Risk and protective factors for self-harm and suicide behaviours among serving and ex-serving personnel of the UK Armed Forces, Canadian Armed Forces, Australian Defence Force and New Zealand Defence Force: A systematic review. *PLoS One*, *19*(4), e0299239.
11. Bayliss, L. T., Hawgood, J., Jenkins, Z., Jamieson, N., Heffernan, E., Wild, J., & Kölves, K. (2025). Risk and protective factors for suicide-related outcomes among serving military personnel: a systematic review of cohort studies. *BMJ Mil Health*
12. Darvishi, N., Farhadi, M., & Poorolajal, J. (2025). The role of emotional intelligence in preventing suicidal behaviors: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Research in Health Sciences*, *25*(2), e00643.
13. Markowitz, F. E., Kintzle, S., & Castro, C. A. (2023). Military-to-civilian transition strains and risky behavior among post-9/11 veterans. *Military psychology*, *35*(1), 38-49.
14. Griffin, B. J., Maguen, S., McCue, M. L., Pietrzak, R. H., McLean, C. P., Hamblen, J. L., ... & Norman, S. B. (2025). Moral injury is independently associated with suicidal ideation and suicide attempt in high-stress, service-oriented occupations. *Npj Mental Health Research*, *4*(1), 32.
15. Nilsson, S. (2025). Leadership as Related to Moral Injury in a Military Context: A Systematic Scoping Literature Review. *Review of General Psychology*, 10892680251388427.
16. Straud, C. L., Resick, P. A., Foa, E. B., Back, S. E., Monson, C. M., McLean, C. P., ... & STRONG STAR Consortium. (2022). Aggression and violent behavior in the military: Self-reported conflict tactics in a sample of service members and veterans seeking treatment for posttraumatic stress disorder. *Aggression and violent behavior*, *66*, 101734.
17. Archer, J. (2010). What is indirect aggression in adults. *Indirect and direct aggression*, 3-16.

18. Pop, G. V., Nechita, D. M., Miu, A. C., & Szentágotai-Tătar, A. (2025). Anger and emotion regulation strategies: a meta-analysis. *Scientific reports*, 15(1), 6931.
19. Nordstrand, A. E., Anyan, F., Bøe, H. J., Hjemdal, O., Noll, L. K., Reichelt, J. G., ... & Adler, A. B. (2024). Problematic anger among military personnel after combat deployment: prevalence and risk factors. *BMC psychology*, 12(1), 451.
20. Coccaro, E. F., Zagaja, C., Chen, P., & Jacobson, K. (2016). Relationships between perceived emotional intelligence, aggression, and impulsivity in a population-based adult sample. *Psychiatry research*, 246, 255-260.
21. Khraban, T. E., & Silko, O. V. (2022). Combat and military-professional stress: the influence of emotions and emotional states on the choice of coping strategies. *Insight: the psychological dimensions of society*, 8, 71-87
22. Quinby, E. A., Geary Jr, I. A., Logan, M. W., Adams, I. T., & McLean, K. D. (2026). Emotional Intelligence, Policing, and the Military Veteran Influence. *Armed Forces & Society*, 0095327X261425633.