

*Коваленко Алла,
професор кафедри гуманітарних та
соціально-економічних дисциплін,
Військова академія м. Одеса,
кандидат філологічних наук, доцент,
м. Одеса, Україна,*

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6750-9133>

ПРОФЕСІЙНА СМІХОВА КОМУНІКАЦІЯ ЯК КОПІНГ-РЕСУРС ТА СКЛАДОВА РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ УКРАЇНСЬКОГО ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯ (НА ПРИКЛАДІ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ ТА МЕДІА)

Під час російсько-української війни, яка триває вже понад десятиліття, а особливо після повномасштабного вторгнення актуальність питання психологічної стійкості українців, насамперед резильєнтності військових підсилилась.

Саме резильєнтність у військових розглядається як ключовий ресурс, психологічна стійкість і дієздатність, що дозволяє військовослужбовцям адаптуватися до бойового стресу, зберігати ефективність діяльності та відновлюватися після травматичних подій. Дослідження українських науковців Є. Божок, Г. Лазос, О. Мерзлякової, О. Романчук та інших авторів показують, що вона пов'язана із саморегуляцією, копінг-стратегіями, соціальною підтримкою на різних рівнях та психологічною готовністю до виконання бойових завдань. К. Березняк, Р. Лісецького, С. Васильєва, Н. Греси, В. Панок та інші досліджували особливості резильєнтності у військових та МВС України під час базової підготовки та її вплив на поведінку або посткризовий розвиток тощо. Такі дослідження (В. Алещенко, А. Харитинський, О. Іванова та ін.) спрямовані на вдосконалення моделей медико-психологічної реабілітації, програм психологічного супроводу, тренінгів стресостійкості для коригування їхніх резильєнтності та копінг-ресурсів.

Серед зарубіжних науковців, як-то М. Саркар, Д. Флетчер, Дж. Бонанно, С. Саутвік, Д. Чарні та інших сформована потужна теоретико-емпірична база сучасної військової психології, де предметом дослідження виступають механізми подолання бойового стресу, фактори психологічної адаптації після травматичних подій, роль командного середовища та лідерства у формуванні стійкості, результатом чого стало створення інституційної програми Comprehensive Soldier Fitness у США.

Українська сміхова культура у воєнному дискурсі теж наразі досліджується І. Мудрою, О. Заболотською, М. Андрусишин, Ю. Стребковою, Н. Драган-Іванець, А. Коваленко та іншими, переважно репрезентованими вивченням мемів, що «формували соціальну поведінку нації в умовах загрози, а саме: базисні копінг-стратегії «розв'язання проблем» та «пошук соціальної підтримки», які унеможливили існування стратегії «уникання» [1, 24], а гумор серед військових є предметом уваги таких учених, як Т. Храбан, І. Храбан та ін.

В умовах війни частина військовослужбовців, особливо які здобувають фахову освіту, перебуває під впливом подвійного стресу, позаяк адаптується до умов реформування професійної освіти, її вдосконалення до стандартів НАТО, професійної діяльності, фізичної підготовки, самодисципліни тощо, та водночас тривають постійні бойові дії по всій території держави, польові навчання, максимально наближені до воєнних тощо.

Під час навчального процесу курсантів Військової академії м. Одеса різних спеціальностей факультетів РАО, ДШВ, ТТ тощо спостерігаємо гумор як складову резильєнтності, емпатії та копінг-ресурсу, який використовується для комунікації в різних соціальних мережах, але переважно Signal (групах курсів, групах спілкування з начальником курсу типу «555», «Рекси», «Тигри», телеграм-каналах тощо). Спостерігаємо такі види гумору, як «чорний», зневажливий, самопідтримувальний та конструктивний види гумору (Т. Храбан) до умов навчання, побутових обставин, особистих невдач та на полі бою тощо. Як правило, у курсантів домінують три крайні види, часто репрезентовані через сленгові слова для назви зброї типу: «Дашка – ДШК, Сапог – станковий протитанковий гранатомет СПГ-9, Беха, Бумер – бойова машина піхоти (БМП), військових спеціальностей: «механ», «меховод» – механік-водій, сумраки – розвідники, арта – артилерія, бобри – інженерний підрозділ (постійно в дії, не сидять на місці, постійно щось будують), єноти – десантники (вони такі ж смугасті) (на прикладі матеріалів «АрміяInform» [2] та навіть поважних аналітичних «Defense Express» та «Ukrainian Military Pages») тощо.

Не менш показовим є гумор як вияв креативності та емоційного інтелекту, котрий використовується в символіці військових, зокрема в емблемах та шевронах. Патчі наповнені змістом [5] і маркують окремі бригади, роди військ, символізують фізичну силу, витривалість, швидкість та гостроту зору – якості, необхідні для воїна. Зображення тут стають частиною культури комунікації, виконуючи основні інформаційні, комунікаційні, рекреаційні функції, часто мають стилізований характер, іронічно переосмислюють ставлення до власного фаху та мають антистресовий ефект. Важливими тут є не тільки візуальний – символи тварин або мільтиплікаційних персонажів, коміксів –, а й вербальний елементи: жарти й каламбури, що характеризують рід занять, продукують емоцію. Кольорова гама, яка переважно використовує кольори національного війська, військової уніформи, пікселю, або національної символіки, має підсилювальний ефект: передає характер самоідентифікації, певну життєствердність, оптимізм тощо. Такі патчі поліфункціональні: насамперед виконують ідентифікаційні (національні, рангові, особисті чи спеціальні), сублімаційні, мотиваційні функції тощо.



Рис. Комічні патчі військовослужбовців ЗСУ.

Не менш емоційно насиченою є мем-культура військових як копінг-ресурс стратегії «пошуку соціальної підтримки», насамперед емоційної, що дозволяє нівелювати стрес та здійснювати психологічну підтримку. Заразність природи мема та винахідливість дозволяють військовим долати базову (К. Ізард) емоцію страху й паралельно виражати гнів, презирство і радість від перемоги на полі бою, вторинні емоції тощо. Використання особистісних копінг-ресурсів (структури характеру, здоров'я, переконання, самооцінка, мораль, оптимізм), що становить основу резильєнтності, дозволяє насамперед військовим в умовах бойових дій, безпосереднього контакту з жорстокістю ворога боротися з екзистенційним знищенням, психологічною напругою і водночас культивувати стійкість. Тут яскравим прикладом «чорного» гумору від військових захисників [4] є мем про руський корабель, коли прикордонник о. Зміїний вказав напрямок окупантам (26.08.2022, <https://zn.ua/POLITICS/titanik-rossii-podoshel-k-svoemu-ajsberhu>). Мем-культура серед військових є найбільш універсальною і поширюваною, оскільки воїни адекватно реагують як в екзистенційних умовах, так і в навчанні чи побутових речах. Одним з крайніх зразків прояву мемної культури можемо спостерігати реакцію військових на реформу харчування в ЗСУ



Рис. Меми військових.

Таким чином, професійний гумор, використовуваний військовими в усіх сферах діяльності, у різних жанрах та формах презентації змісту (вербальній, зображальній, аудіовізуальній) є універсальним копінг-ресурсом для культивування стресостійкості, формування професійної резильєнтності тощо. Різні види гумору та в цілому сміхова культура українських військових, як зрештою і всього суспільства, демонструє емоційний інтелект українців, мотиваційний потенціал та психотерапевтичний ефект.

Список використаних джерел:

1. Коваленко А. Ф. Психологічні аспекти сатиричної комунікації в сучасній українській війській меметиці (за матеріалами соцмереж). *Синопис: текст, контекст, media*. 2024. 30 (1). С. 24–33 URL: <https://synopsis.kubg.edu.ua/index.php/synopsis/issue/view/51>
2. Маркевич Д. Мінісловник військового сленгу: «муха», «покемон», «улітка». *АрміяSnform*. URL: <https://armyinform.com.ua/2019/08/20/minislovnnyk-vijskovogo-slengu-muha-pokemon-ulitka/>
3. Стеценко А. І., Тяжкун М. І. Ціннісні орієнтації як чинник психологічної готовності до професійної діяльності військовослужбовців. *Дніпровський науковий часопис публічного управління психології права*. 2025. Вип. 3. С. 91–96. URL: https://www.researchgate.net/publication/396757607_CINNISNI_
4. Храбан Т. Військовий чорний гумор як форма адаптаційних процесів і реагування індивіда на страх смерті. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Філологічні науки»*. 2021. № 1 (21). С. 242–249.
5. Що таке патч на одязі. URL: <https://shevron-print.com.ua/blog/shho-take-patch-na-odyazi/>