

ДИГУН І.С.

кандидат економічних наук,
здобувач кафедри
практичної психології та соціальної роботи
Східноукраїнського національного університету
імені Володимира Даля, Україна

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ДІЇ СТРЕС-ФАКТОРУ ОСОБИСТІСТЮ

У статті представлено особливості переживань особистістю діє стрес-фактору й визначено соціально-психологічну специфіку. Представлено результати теоретико-емпіричного дослідження, що уможливили виявлення психологічних типів осіб, які пережили дію стрес-фактору та наголошено на особливостях їх реабілітації та психокорекції. *Методи:* 1) визначення структури комплексної корекції особистості, яка пережила дію стрес-фактору здійснювалося за такими методиками: Шкала оцінок відповідності стандартам EMDR (EFRS – EMDR Fidelity Rating Scale; Д.Корн, Л.Максфілд, Н.Дж.Сміт, Р.Стікголд), Комплексний копінговий опитувальник (М.Маккей, М.Скін, П.Фаннінг), Шкала депресії, тривоги і стресу – 21 (DASS-21), Тест-опитувальник для визначення самоствалення особистості (В.В.Столін, С.Р.Пантелєєв), Дослідження агресії за методикою (Басса-Даркі), Шкала реактивної та особистісної тривожності Спілбергера-Ханіна (ШПРОТ); 2) гендерні особливості провідних факторів комплексної корекції осіб, які пережили дію стрес-фактору вивчалися за допомогою факторного аналізу; специфіку психологічних типів переселенців та військових також визначали за допомогою факторного й кластерного аналізу. 3) специфіку психологічних захистів та копінг-стратегій осіб, які пережили дію стрес-факторів виявлено за допомогою методик: типологій психологічного захисту Р. Плутчик, в адаптації Л. І. Вассермана, О. Ф. Єришева, О. Б. Клубової та ін. (для з'ясування основних типів его-захистів); Опитувальник для вивчення копінг-поведінки Е. Геїма (для виявлення адаптивних і неадаптивних копінг-стратегій); 16-факторний тест Р. Кетелла (для встановлення індивідуальних особистісних диспозицій); стандартизований багатофакторний метод дослідження особистості (СМИЛ), Л. М. Собчик. *Результати:* виявлено особливості вибірок: переселенці й військові, особи, які пережили дію стрес-фактору. За результатами математико-статистичного дослідження визначено три психологічні типи переселенців та військових, які пережили дію стрес-фактору. Завдяки кластеризації отриманих даних виокремлено групи «оптимальні» та «неоптимальні» кластери копінг-стратегій, що обирають досліджувані упродовж дії стрес-фактору. *Висновки:* результати математико-статистичного аналізу й психологічної інтерпретації емпіричних даних уможливають виокремленню двох домінант «оптимальних» копінг-стратегій осіб, які пережили дію стрес-фактору: екстраверсія із високим рівнем понятійної диференційованості; інтроверсія з низьким рівнем понятійної диференційованості.

Ключові слова: психологічні типи, психокорекція, реабілітація, стрес-фактор.

Постановка проблеми. Психологічні особливості осіб, які пережили дію стрес-фактору характеризуються такими властивостями: усвідомлення та переживання власної життєвої перспективи, розвиток процесу життєтворення, все це символізує відкорегування особистості [1]. Саме тому результативністю реабілітації осіб, які пережили дію стрес-фактору; зростання самосвідомості й оформлення почуття духовної зрілості, що сприяє усвідомленню власного психологічного часу (реконструкція минулого, передбачення майбутнього та його організація). Так формується механізм вищих психічних функцій, які забезпечують процес цілепокладання, що уможливорює оформлення життєвих планів; утворення усталеного ядра ціннісних орієнтацій особистості на підґрунті поставлених цілей та ієрархізації мотивів; формування ідентичності особистості (соціальної та персональної) та її ідентифікації з нормами груп (референтних малих та великих); самоорганізація особистості.

Проте, оформлення негативного «Я-образу», як наслідку дії стрес-фактору призводить до таких порушень особистості: зниження рівню самоповаги спричинює соціальної дезінтеграції, агресивності й злочинності особистості; конформність особистості (нерозвиненість почуття гідності, невпевненість у собі, викривлена суверенність); глибока зміна самосприймання (відчуженість та неприйняття себе спричинюють усталення деформованого типу особистості, саморуйнування, схильність до адикцій тощо) [2].

Внаслідок висловленого необхідно зробити акцент на вагомості саме комплексної реабілітації. Найбільш важливим напрямом психореабілітації є опрацювання фіксації особистості та її інтерпретування через : корекцію нереалістичного «Я-образу» особистості; виявлення процесів та автоматизмів, що унеможливають саморозуміння особистості та її об'єктивну самореалізацію; трансформацію ірраціональних когнітивних скриптів у раціональні переконання; висвітлення суперечностей як особистісного ресурсу, що сприяє реалізації потреб особистості у само здійсненні [3].

В цілому, при позитивному «Я-образу» виявляється стремління особистості, які пережили дію стрес-фактору до самоорганізації; через самопізнання й рефлексію відбувається свідоме формування нових нормативних форм поведінки; стабілізація особистості; об'єктивне самоставлення й самоповага сприяють самоцінності й умінням саморегуляції особистості, яка пережила дію стрес-фактору; становлення моральної самосвідомості й системи ціннісних орієнтацій [4].

Мета статті – розкрити соціально-психологічні особливості переживань особистістю діє стрес-фактору.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження.

Вибірка, що представлена 103 військовими й 102 переселенцями, 28 досліджуваних, які мають високий рівень негативних наслідків дії стрес-фактору й 20 переселенців із схожими проявами.

Психологічні типи оптимальних та неоптимальних копінг-стратегій осіб, які пережили дію стрес-фактору у групі переселенців

Дихотомічні групи «оптимальних» та «неоптимальних» копінг-стратегій осіб, які пережили дію стрес-фактору, військових та переселенців представлено окремо. Досліджувані, яких виокремлено у групу «оптимальних» копінг-стратегій згруповано за психологічними властивостями (за результатами кластерного аналізу). Звісно, що програма кластеризації даних утворює групи (кластери) осіб, які схожі за певними психологічними властивостями й віддиференційовуються від інших за суттєвим критерієм.

Результати кластерного аналізу дихотомічних й контрастних за оптимальністю копінг-стратегій осіб, які пережили дію стрес-фактору організовано у кластери за відповідними паттернами психологічних властивостей.

Звісно, що особи, які виявляють схожі паттерни, їх об'єднують у спільні кластери, відповідні психологічні типи, які присутні в групі «оптимальних» та «неоптимальних» копінг-стратегій осіб, які пережили дію стрес-фактору, переселенці й військові. Психологічні типи визначено завдяки кластерному аналізу, такі, що існують реально. Проте, через вимоги професійної спільноти, соціально-психологічного середовища варто зазначити про змістовні особливості кожного з кластерів. Тому, можна говорити про специфіку переживання дії стрес-фактору кожного з психологічних типів завдяки власним якостям та властивостям. Тому варто кожну з груп представити у відповідності з критеріями розподілу.

У групі «оптимальних» копінг-стратегій осіб, які пережили дію стрес-фактору, серед військових виокремлено два психологічні типи. Перший психологічний тип «Активні, диференційовані конформні екстраверти» 17 осіб, виявляє яскраво виражену емоційну стабільність («С»), енергійність і життєрадісність («F»), практичність («M»), соціальну сміливість («H»), окрім цього характеризуються комунікабельністю, схильністю щодо прийняття групової думки або конформність («Q²»). Також низький рівень полнезалежності й більш високий рівень диференційованості.

Другий психологічний тип, що демонструє «оптимальність» копінг-стратегій осіб, які пережили дію стрес-фактору «Полнезалежні недиференційовані», 11 осіб більш тривожні й менш практичні, низький рівень сили «Я». Втім менша залежність від групи, більш схильні до логічних умовиводів, менше орієнтуються на емоції та почуття й високий рівень полнезалежності та не диференційованості.

Спільними поєднаннями властивостей для обох груп оптимальних копінг-стратегій, осіб, які пережили дію стрес-фактору й військових є відсутність інтровертованості та полезалежності.

Серед групи військових, котрих ми віднесли до «неоптимальних» копінг-стратегій осіб, які пережили дію стрес-фактору, виокремлено три психологічних типи.

Перший психологічний тип «Імпульсивні диференційовані екстраверти» (5 осіб) виявляє екстравертованість, енергійність, низьку тривожність. Також, імпульсивність, низький рівень самоконтролю й превалювання почуттів. Втім, більш високий рівень чутливості («І»), високий рівень залежності від групової думки («Q²»), менш виражена ригідність, ніж в інших групах, схильність довго приймати рішення. Окрім цього, високий рівень понятійної диференційованості, а також поле залежності. Складнощі із переживанням стрес-фактору пов'язані із усамітненням, соціальними бар'єрами, особливо у взаємодії із колегами, побратимами.

Другий психологічний тип «неоптимальних» копінг-стратегій осіб, які пережили дію стрес-фактору у групі військових «Недиференційовані нестабільні полезалежні» (9 осіб). Досліджуваним властивий високий рівень тривожності, низький рівень емоційної стабільності («С»), а також соціальна тривожність («Н»), схильність до депресивних проявів («О»), фрустрованість («Q₄»). Доволі яскраво виявляють «понятійну не диференційованість» й «полезалежність».

Третій психологічний тип неоптимальних копінг-стратегій осіб, які пережили дію стрес-фактору у групі військових «Упевнені в собі полenezалежні» (14 осіб). Досліджувані схильні до полenezалежності, високий рівень комунікабельності, втім недостатній рівень емпатійності й високий рівень упевненості у собі.

У групі переселенців, «оптимальні» копінг-стратегії осіб, які пережили дію стрес-фактору виявлено два психологічні типи. Перший психологічний тип оптимальних копінг-стратегій осіб, які пережили дію стрес-фактору у групі переселенців «Емоційно стабільні диференційовані» (13 осіб). Досліджувані виявляють емоційну стійкість, енергійність та рішучість. За показником радикалізм («Q₁»), сприйняття нового й екстраверсію.

Другий психологічний тип оптимальних копінг-стратегій осіб, які пережили дію стрес-фактору у групі переселенців «Консервативні недиференційовані» (7 осіб). Досліджувані виявляють середній рівень сили «Я» й високий рівень особистісної тривожності, а також стриманість та розсудливість («F»). Окрім цього, чутливість й високий рівень почуття провини («О»), боязкість («Н»), середній рівень полезалежності. Важливим є той факт, що досліджувані більше спирають на логіку й соціальну реальність, швидко приймають рішення. Втім консервативні, схильні до ціннісного ставлення до себе, інших й світу в цілому.

Неоптимальні копінг-стратегії осіб, які пережили дію стрес-фактору у переселенців також представлені двома психологічними типами. Перший психологічний тип неоптимальних копінг-стратегій осіб, які пережили дію стрес-фактору у групі переселенців «Конформні ригідні недиференційовані» (12 осіб). Досліджувані виявляють енергійність, ригідність, конформність, схильність до логіки, однозначності оцінювань, середній рівень поле залежності.

Другий психологічний тип неоптимальних копінг-стратегій осіб, які пережили дію стрес-фактору у групі переселенців «Стримані диференційовані» стримані й напружені, доволі самодостатні («Q2»).

Окрім цього, виявляється однозначність оцінок й чітка несуперечлива картина світу й висока понятійна диференційованість.

За результатами кластерного аналізу зрозуміло, що власне когнітивний стиль не є чинником «оптимальності» або «неоптимальності» копінг-стратегій осіб, які пережили дію стрес-фактору. Втім вони є складовими особистісних паттернів, що уособлюють властивості характеру, особистісні властивості переселенців та військових.

Результати статистичних даних щодо виокремлення й змісту зазначених кластерів, психологічних типів виступають обґрунтованими й такими, що висвітлюють специфіку проявів та особливості переживання військовими та переселенцями дію стрес-фактору.

Тобто, показники екстраверсії, наприклад, мають прояв, як в «оптимальних», так і «неоптимальних» копінг-стратегіях, переселенців, які пережили дію стрес-фактору. Такий самий стан характерний для осіб з інтровертованістю. Стосовно інших психологічних властивостей, які увійшли до тих або інших психологічних типів із «оптимальністю» або «не оптимальністю» копінг-стратегій можна зазначити наступне. Так, екстравертовані особи із «оптимальними» та «неоптимальними» копінг-стратегіями, «емоційно стабільні диференційовані» й «конформні ригідні недиференційовані» схожі за спільністю щодо активності й соціальною сміливістю, превалюванням логіки над почуттями під час прийняття рішення й полезалежні. Втім, «оптимальні» характеризуються більш високим рівнем сили «Я», ніж «неоптимальні» й більш низький рівень ригідності.

Проте, інтровертовані особи, які використовують «оптимальні» й «неоптимальні» копінг-стратегії, «конформні ригідні недиференційовані» й «стримані диференційовані» більшою мірою виявляють інтровертованість саме «оптимальні». Також в них високий рівень стриманості й соціальної тривожності, превалювання логіки й ригідність. Окрім цього, розсудливість й цілеспрямованість, а також наявність чеснот й чутливості щодо власних досягнень й низький рівень «понятійної диференційованості».

Отже, найчастіше серед недиференційованих превалюють інтроверти, а серед диференційованих екстраверти. Імовірно, що у переселенців, які пережили дію стрес-фактору домінують чинники «екстра-

версія-інтроверсія» й «понятійна диференційованість» й власне, сприяють «оптимальній» дії копінг-стратегії для самоопанування в таких ситуаціях. Тому, найчастіше саме екстравертованість із високою понятійною диференційованістю та інтровертованість з низькою понятійною недиференційованістю взаємодіють із «оптимальними» копінг-стратегіями. Позаяк, екстравертована особа, котра менш занурюється у внутрішні переживання із високою понятійною диференційованістю виявляється «оптимальною» щодо задіяння копінг-стратегій, що сприяють опануванню під час дії стрес-фактору. Власне понятійна диференційованість, уособлює тонкі аспекти сили «Я» й сприяє їх співвідношенню із дійсністю. Тобто, екстравертована особа, яка намагається бути соціально прийнятною й зрозумілою частіше застосовує відповідні копінг-стратегії. Стрес-фактор висуває таку вимогу, що особистість повинна співвідносити різні моделі оточуючого середовища, навіть ті, що не співвідносяться із власними цінностями й ментальними установками.

Відтак, власне понятійна диференційованість сприяє розумінню багатофакторності світу, а екстраверсія підвищує флексибільність й висвітлює таку багатозначність дійсності.

Безумовно, інтровертованість спільно із понятійною диференційованістю здійснює вплив на вибір копінг-стратегії. «Оптимальні» копінг-стратегії у переселенців виявляють кореляцію із власне інтровертованістю та понятійною диференційованістю, на відміну від «неоптимальних». Тому, «оптимальність» копінг-стратегії осіб, які пережили дію стрес-фактору, саме переселенці, характеризуються усталеними цінностями й картиною світу. Некомунікабельність й ригідність, розсудливість та послідовність спільно із не диференційованістю сприяють утворенню власних когнітивних паттернів, що урівноважують систему цінностей й збалансовують під час дії стрес-фактору й відіграють роль самозбережувачого чиннику.

Всі вищеозначені чинники устальюють картину світу особистості, яка перебуває в екстремальних умовах й сприяє «оптимальності» вибору копінг-стратегій, які уможливають самоопанування під час дії стрес-фактору.

Відповідно, «неоптимальні» копінг-стратегії осіб, які пережили дію стрес-фактору уособлюються у наступних показниках: екстравертованість спільно із конформністю та недиференційованістю й інтровертованість спільно із низьким рівнем тривожності та категоричністю й диференційованістю.

Зазначимо, що усім групам переселенців, які пережили дію стрес-фактору характерними є здатність до абстрагувань й конкретне мислення. У осіб, які виявляють «оптимальні» копінг-стратегії негативні наслідки дії стрес-фактору поєднуються із особливостями мислення, а тим, котрі виявляють «неоптимальні» копінг-стратегії – із спілкуванням та взаємодією.

Виокремлені кластери у паттернах переселенців, що демонструють «неоптимальні» копінг-стратегії визначаються комунікабельністю, але за відсутністю абстрагування й самостійності мислення, схильності до узагальнень, а також категоричність й, навпаки, низький рівень комунікативних умінь, відчувають труднощі щодо самоопанування у екстремальних обставинах.

У групі військових екстравертованість має прояв, як серед оптимальних, так і «неоптимальних» копінг-стратегій щодо самоопанування під час дії стрес-фактору. Так, «активні, диференційовані конформні екстраверти», віддиференційовуються від «імпульсивних диференційованих екстравертів» й «упевнені в собі полenezалежні» через соціальну сміливість та емоційну стабільність. Зазначимо, що імпульсивні диференційовані екстраверти активні й сміливі та рішення приймають керуючись, переважно, емоційно, а «оптимальні» екстравертовані особи, навпаки, логічно й розсудливо.

Втім, якщо це група професійних військових, то можна сказати про невідповідність професії. Бо власне чіткість, підпорядкованість, прогнозованість та стабільність є професійно важливими вимогами. Однак, високий рівень понятійної диференційованості, а тому й хаотичність умовиводів, нестабільність й не прогнозованість спричинюють певні труднощі під час виконання посадових обов'язків й взаємодії з оточуючими.

Передусім, через несензитивність до оцінок й конформність та застосування «неоптимальних» копінг-стратегій військовими, які пережили дію стрес-фактору виявляється високий рівень тривожності. Отже, «упевнені в собі полenezалежні» також виявляють низький рівень почуття провини й високий рівень самоупевненості.

Далі, «недиференційовані нестабільні полenezалежні» військові також виявляють «неоптимальні» копінг-стратегії щодо самоопанування під час дії стрес-фактору, виявляють як негативні наслідки, невротичність та депресивний процес.

Серед військових, котрі обрали «неоптимальні» копінг-стратегії, що пережили дію стрес-фактору, наприклад, «недиференційовані нестабільні полenezалежні». «Неоптимальність» копінг-стратегій осіб, які пережили дію стрес-фактору взаємопов'язана із яскраво представленими невротичними й депресивними тенденціями. Відбувається взаємозв'язок із не диференційованістю й полenezалежності. Таке поєднання виступає чинником «неоптимальності» копінг-стратегій переживання дії стрес-фактору.

Таким чином, у групі військових наявні три провідні психологічні типи, що застосовують неоптимальні копінг-стратегії під час дії стрес-фактору, що супроводжується: упевненістю у собі й несензитивності до оцінок й пропозицій інших; високий рівень особистісної тривожності, схильність до напруження й депресивного процесу; динамічністю й зниженим самоконтролем, емоційністю під час прийняття рішень; пе-

реважання полenezалежності й не диференційованості, з одного боку, й полenezалежністю з не диференційованістю, з іншого, а також полenezалежності диференційованістю, з третього.

Висновки. Таким чином, результати математико-статистичного аналізу й психологічної інтерпретації емпіричних даних уможливають виокремленню двох домінант «оптимальних» копінг-стратегій осіб, які пережили дію стрес-фактору: екстраверсія із високим рівнем понятійної диференційованості; інтроверсія з низьким рівнем понятійної диференційованості.

«Оптимальні» копінг-стратегії переселенців, які пережили дію стрес-фактору відокремлюються від «неоптимальних», передусім, стабільністю картини світу. Втім некомунікабельність, ригідність, не диференційованість утворюють індивідуальні когнітивні конструкти, що збалансовують систему й сприяють самозбереженню в екстремальних умовах.

Однак, «неоптимальні» копінг-стратегії переселенців, які пережили дію стрес-фактору вирізняються екстравертованістю у сув'язності із недиференційованістю та інтровертованістю. А також інтровертованістю спільно із тривожністю та сенситивністю, категоричністю. Характерною особливістю «неоптимальних» копінг-стратегій виявляється нестача уяви, переважання конкретного мислення. Кластери, що увійшли до цього паттерну визначаються комунікабельністю, втім недостатністю самостійності й абстрактності мислення, а також категоричністю й наявністю диференційованості мисленнєвої діяльності.

«Оптимальні» копінг-стратегії у військових, які пережили дію стрес-фактору пов'язана із рішучістю, сміливістю й емоційною стабільністю. Однак, «Активні, диференційовані конформні екстраверти» рішення приймають емоційно й нестача організованість та чіткості заважає виконанню посадових обов'язків, стабільності й прогнозованості. Проте, понятійна диференційованість взаємодіє з хаотичністю й багатовекторністю умовиводів, що ускладнюють взаємодію.

Специфіка «неоптимальних» копінг-стратегій постає у конформності й нечутливості до оцінок у групі досліджуваних військових. Більш низький рівень тривожності, ніж у екстравертованих й більш низький рівень почуття провини, втім високий рівень упевненості у собі.

Й три кластери (психологічні типи), що упрозорюють паттерни «неоптимальних» копінг-стратегій військових, які пережили дію стрес-фактору: упевнений в собі й нечутливий до оцінок інших; високий рівень особистісної тривожності, репресивність та тривожність; динамічність й життєздатність із низьким самоконтролем, нераціональний, втім полenezалежність й недиференційованість та, водночас,

полезаетність та недиференційованість, а також полезаетність й диференційованість.

Список використаних джерел

1. Завацька Н. Є. (2011) Психологія ресоціалізації особистості в умовах соціальної ізоляції: монографія / Н. Є. Завацька, І. Є. Жигаренко. СХУ ім. В. Даля. 270 с.
2. Завацька Н. Є. (2012) Соціокультурні та психологічні аспекти адаптації особистості в сучасному соціумі: монографія / Під ред. Н. Є. Завацької. СХУ ім. В. Даля. 320 с.
3. Shapiro F. (1995) Eye movement desensitization and reprocessing. Basic Principles, Protocols and Procedures. The Guilford Press. New York London. 496 p.
4. Schiraldi G.R. The Adverse Childhood Experiences Recovery Workbook. Heal the Hidden Wounds from Childhood Affecting Your Adult Mental And Physical Health

Spysok vykorystanykh dzherel

1. Zavatska N. Ye. (2011) Psykholohiia resotsializatsii osobystosti v umovakh sotsialnoi izoliatsii: monohrafiia / N. Ye. Zavatska, I. Ye. Zhyharenko. SNU im. V. Dalia. 270 s.
2. Zavatska N. Ye. (2012) Sotsiokulturni ta psykholohichni aspekty adaptatsii osobystosti v suchasnomu sotsiumi: monohrafiia / Pid red. N. Ye. Zavatskoi. SNU im. V. Dalia. 320 s.
3. Shapiro F. (1995) Eye movement desensitization and reprocessing. Basic Principles, Protocols and Procedures. The Guilford Press. New York London. 496 p.
4. Schiraldi G.R. The Adverse Childhood Experiences Recovery Workbook. Heal the Hidden Wounds from Childhood Affecting Your Adult Mental And Physical Health

Dygun I.S.

SOCIAL-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE PERSONAL EXPERIENCE OF THE EFFECT OF A STRESS FACTOR

The article describes the peculiarities of the personality's experience of the stressor and identifies the socio-psychological specificity. The results of the theoretical and empirical study are presented, which made it possible to identify the psychological types of people who have experienced the action of a stressor and emphasise the peculiarities of their rehabilitation and psychocorrection. *Methods:* 1) The structure of complex correction of a person who has experienced the impact of a stressor was determined using the following methods: The EMDR Fidelity Rating Scale (EFRS - EMDR Fidelity Rating Scale; D. Korn, L. Maxfield, N.J. Smith, R. Stickgold), the Comprehensive Coping Questionnaire (M. McKay, M. Skeen, P. Fanning), Depression, Anxiety and Stress Scale - 21 (DASS-21), Self-Attitude Test (V.V. Stolin, S.R. Panteleev), Bass-Darkey Aggression Inventory, Spielberger-Hamlin Reactive and Personality Anxiety Scale (SROT); 2) gender peculiarities of the leading factors of complex correction of survivors of stressors were studied using factor analysis; the specificity of psychological types of IDPs and military personnel was also determined using factor and cluster analysis. 3) the specificity of psychological defences and coping strategies of survivors of stressors was identified using the following methods: typologies of psychological defences by R. Plutchik, adapted by L. I. Wasserman, O. F. Yeryshev, O. B. Klubova, etc. (to identify the main types of ego defences); Questionnaire for the study of coping behaviour by E. Graham (to identify adaptive and maladaptive coping strategies); 16-factor test by R. Ketell (to establish individual personality dispositions); Standardised Multifactor Personality Inventory (SMPI), L. M. Sobchik. *Results:* the peculiarities of the samples were revealed: IDPs and military personnel, people who survived the impact of a stressor. Based on the results of the mathematical and statistical study, three psychological types of IDPs and military personnel

who have experienced the impact of a stressor are identified. Due to the clustering of the data obtained, the groups of "optimal" and "suboptimal" clusters of coping strategies chosen by the subjects during the stress factor exposure were identified. *Conclusions:* the results of mathematical and statistical analysis and psychological interpretation of empirical data make it possible to distinguish two dominants of «optimal» coping strategies of people who have experienced the impact of a stressor: extraversion with a high level of conceptual differentiation; introversion with a low level of conceptual differentiation. «Optimal» coping strategies of IDPs who have experienced the impact of a stressor are distinguished from «suboptimal» ones, primarily by the stability of the world picture. However, non-communicative, rigid, undifferentiated attitudes form individual cognitive constructs that balance the system and contribute to self-preservation in extreme conditions. However, the «suboptimal» coping strategies of IDPs who have experienced the impact of a stressor are characterised by extraversion in conjunction with undifferentiation and introversion. They are also introversion in conjunction with anxiety and sensitivity, and categoricity. A characteristic feature of "suboptimal" coping strategies is a lack of imagination and a predominance of concrete thinking. The clusters included in this pattern are determined by sociability, but lack of independence and abstract thinking, as well as categoricity and the presence of differentiated thinking activities. «Optimal» coping strategies in military personnel who have experienced the impact of a stressor are associated with determination, courage and emotional stability. However, «Active, Differentiated Conformal Extroverts» make decisions emotionally and lack of organisation and clarity interferes with job performance, stability and predictability. However, conceptual differentiation interacts with chaotic and multi-vector inferences, which complicate interaction. The specificity of «suboptimal» coping strategies is manifested in the conformity and insensitivity to evaluations in the group of military personnel under study. They have a lower level of anxiety than extroverts and a lower level of guilt, but a high level of self-confidence. And three clusters (psychological types) that illustrate the patterns of «suboptimal» coping strategies of the military who have experienced the impact of a stressor: self-confident and insensitive to others' assessments; high level of personal anxiety, repressiveness and anxiety; dynamism and vitality with low self-control, irrational, but field-dependent and undifferentiated, and, at the same time, field-dependent and undifferentiated, as well as field-dependent and differentiated.

Keywords: *psychological types, psychocorrection, rehabilitation, stress factor.*