

ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ

УДК 159.9:355.01

DOI <https://doi.org/10.32782/2787-5137-2026-1-5>

Андрій Борисович АНПЛЕСЬВ,
магістр психології, аспірант,
Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка НАПН України
E-mail: a.b.anpleiev@gmail.com
ORCID: 0009-0001-9090-0728

ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ТРУДНОЩІВ ФУНКЦІОНУВАННЯ І ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ У СТРЕСОВИХ УМОВАХ СЛУЖБИ

Анотація. Вступ. Стаття присвячена комплексному теоретичному аналізу психологічних детермінант труднощів функціонування і життєдіяльності військовослужбовців у стресових умовах служби. Актуальність дослідження зумовлена зростанням інтенсивності психоемоційних, соціальних і професійних навантажень, пов'язаних із виконанням бойових та оперативних завдань, що супроводжуються високим рівнем відповідальності, ризиком для життя та тривалою дією стресогенних чинників. У таких умовах підвищується ймовірність порушень психологічного функціонування, зниження адаптаційного потенціалу та виникнення стійких труднощів життєдіяльності.

Мета роботи: здійснити теоретичне узагальнення та систематизацію сучасних наукових підходів до розуміння психологічних детермінант труднощів функціонування і життєдіяльності військовослужбовців у стресових умовах служби, а також визначити провідні індивідуально-психологічні та соціально-організаційні чинники дезадаптації.

Наукова новизна. У статті обґрунтовано багатовимірний характер труднощів психологічного функціонування військовослужбовців як результат взаємодії особистісних ресурсів та соціально-професійного середовища. Систематизовано роль емоційної стійкості, рівня тривожності, сформованості навичок саморегуляції, особливостей мотиваційної сфери та ціннісних орієнтацій як індивідуальних детермінант дезадаптації. Розкрито вплив хронічного стресу, інтенсивності бойових навантажень, специфіки міжособистісної взаємодії у військовому колективі та рівня психологічної підтримки на формування соціоадаптаційних труднощів. Доведено тенденцію до кумулятивного накопичення негативних психоемоційних станів за відсутності своєчасних профілактичних і корекційних заходів.

Висновки. Труднощі функціонування і життєдіяльності військовослужбовців мають системний характер і зумовлюються комплексом взаємопов'язаних індивідуальних і соціально-організаційних чинників. Ефективність професійної діяльності та збереження психологічного благополуччя залежать від рівня розвитку особистісних ресурсів, якості соціально-психологічного клімату та доступності психологічної підтримки. Перспективним напрямом є розроблення комплексних програм профілактики та психологічного супроводу, спрямованих на зміцнення адаптаційного потенціалу військовослужбовців.

Ключові слова: військовослужбовці, психологічні детермінанти, стресові умови служби, психологічне функціонування, соціоадаптаційні труднощі, емоційна стійкість, саморегуляція.



Andrii Borysovych ANPLIEIEV,
Master of Psychology, Postgraduate Student,
Mykola Yarmachenko Institute of Special Pedagogy and Psychology
of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine
E-mail: a.anpleiev@gmail.com
ORCID: 0009-0001-9090-0728

PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF DIFFICULTIES IN FUNCTIONING AND LIFE ACTIVITY OF MILITARY PERSONNEL UNDER STRESSFUL CONDITIONS OF SERVICE

Abstract. Introduction. The article is devoted to a comprehensive theoretical analysis of the psychological determinants of functioning and life difficulties of military personnel under stressful service conditions. The relevance of the study is обусловлена the increasing intensity of psycho-emotional, social, and professional burdens associated with the performance of combat and operational tasks, which involve a high level of responsibility, risk to life, and prolonged exposure to stressors. Under such conditions, the likelihood of impaired psychological functioning, reduced adaptive potential, and the emergence of persistent life difficulties increases.

Purpose: to provide a theoretical generalization and systematization of contemporary scientific approaches to understanding the psychological determinants of functioning and life difficulties of military personnel in stressful service conditions, as well as to identify the leading individual-psychological and socio-organizational factors of maladaptation.

Scientific novelty. The article substantiates the multidimensional nature of psychological functioning difficulties in military personnel as a result of the interaction between personal resources and the socio-professional environment. The role of emotional stability, anxiety level, development of self-regulation skills, characteristics of the motivational sphere, and value orientations as individual determinants of maladaptation is systematized. The influence of chronic stress, the intensity of combat workload, the specifics of interpersonal interaction within military units, and the level of psychological support on the development of socio-adaptive difficulties is revealed. The tendency toward cumulative accumulation of negative psycho-emotional states in the absence of timely preventive and corrective measures is demonstrated.

Conclusions. Difficulties in functioning and life activity of military personnel have a systemic nature and are determined by a complex of interrelated individual and socio-organizational factors. The effectiveness of professional activity and the preservation of psychological well-being depend on the development of personal resources, the quality of the socio-psychological climate, and the availability of psychological support. A promising direction is the development of comprehensive prevention and psychological support programs aimed at strengthening the adaptive potential of military personnel.

Key words: military personnel, psychological determinants, stressful service conditions, psychological functioning, socio-adaptive difficulties, emotional stability, self-regulation.

Вступ. Сучасні умови військової служби характеризуються високою інтенсивністю психо-емоційних, соціальних та професійних навантажень, що істотно впливають на психологічне функціонування та життєдіяльність військовослужбовців. Виконання бойових і оперативних завдань в умовах постійної загрози життю, невизначеності, дефіциту часу на відновлення та підвищеної відповідальності за результати діяльності створює середовище тривалого стресового впливу, який потребує значних адаптаційних ресурсів особистості. За таких обставин зростає ризик виникнення труднощів функціонування, що проявляються у порушенні емоційної рівноваги, зниженні здатності до саморегуляції, ускладненні соціальної взаємодії та зниженні ефективності професійної діяльності.

Проблема труднощів функціонування і життєдіяльності військовослужбовців набула особливої актуальності у зв'язку з війною, тривалою дією стресових факторів служби, які мають кумулятивний характер і здатні спричиняти стійкі дезадаптаційні прояви. Порушення психологічного функціонування негативно впливають не лише на індивідуальне психічне благополуччя військовослужбовців, а й на згуртованість військових колективів, ефективність виконання службових завдань та загальний рівень бойової готовності підрозділів. У цьому контексті особливого значення набуває вивчення психологічних детермінант, що зумовлюють виникнення та розвиток труднощів життєдіяльності в умовах стресу [7, с. 23].

Аналіз сучасних наукових досліджень свідчить про відсутність єдиного підходу до пояснення механізмів формування труднощів функціонування військовослужбовців. У межах різних теоретичних напрямів акцент робиться на ролі стресу, індивідуально-психологічних особливостей, соціального контексту служби, організаційних чинників та рівня психологічної підтримки. Водночас недостатньо розкритим залишається питання інтеграції цих чинників

у цілісну систему психологічних детермінант, що визначають характер і глибину дезадаптаційних проявів у стресових умовах служби. Це зумовлює потребу в комплексному теоретичному аналізі психологічних передумов виникнення труднощів функціонування і життєдіяльності військовослужбовців [7, с. 39].

Особливе значення у цьому контексті має вивчення ролі особистісних ресурсів, таких як емоційна стійкість, здатність до саморегуляції, мотиваційна спрямованість та попередній досвід подолання стресових ситуацій, у поєднанні з соціально-організаційними умовами служби. Взаємодія цих чинників визначає адаптаційний потенціал військовослужбовця та його здатність зберігати ефективність функціонування і стабільність життєдіяльності в умовах тривалого стресу. Відсутність своєчасної психологічної підтримки та профілактичних заходів може призводити до накопичення дезадаптаційних проявів і формування стійких труднощів, що ускладнюють подальшу професійну та соціальну реалізацію.

У зв'язку з цим актуальним є наукове усвідомлення психологічних детермінант труднощів функціонування і життєдіяльності військовослужбовців з метою обґрунтування ефективних підходів до організації системи психологічної підтримки. Теоретичний аналіз зазначеної проблеми створює підґрунтя для розроблення цільових профілактичних, корекційних і реабілітаційних програм, спрямованих на підвищення психологічної стійкості, збереження психічного здоров'я та оптимізацію професійної діяльності військовослужбовців у стресових умовах служби [6, с. 62].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У багатьох українських вчених та дослідників є наукові праці щодо стресостійкості військовослужбовців (О. Блінов, Н. Бурбан, Н. Іванова, О. Колесніченко, С. Василенко, В. Клочков, О. Камінська, О. Кокун, А. Колосов, В. Корольчук, С. Миронець, К. Островський, І. Приходько, Т. Титаренко, О. Тимченко, Н. Тютюнник, Н. Лозінська, В. Мозговий, В. Осьодла й інші). У їхніх працях розкрито теоретико-методологічні засади формування стресостійкості, визначено психологічні механізми адаптації до екстремальних умов діяльності, проаналізовано чинники, що впливають на психоемоційний стан військовослужбовців, а також обґрунтовано напрями психологічної підтримки й розвитку ресурсів особистості в умовах бойового стресу та тривалого психоемоційного навантаження.

Метою статті є теоретичний аналіз психологічних детермінант труднощів функціонування військовослужбовців у стресових умовах служби та визначення ключових індивідуально-психологічних і соціально-організаційних чинників дезадаптації.

Досягнення поставленої мети передбачає аналіз сучасних наукових підходів до проблеми психологічного функціонування військовослужбовців у стресових умовах, уточнення змісту поняття труднощів функціонування і життєдіяльності в контексті психоемоційних, соціальних та професійних навантажень, а також виокремлення провідних психологічних детермінант їх виникнення. Окрему увагу приділено аналізу впливу соціально-організаційних чинників, специфіки міжособистісної взаємодії у військовому колективі та рівня психологічної підтримки на ефективність адаптаційного функціонування.

Виклад основного матеріалу дослідження ґрунтується на сучасних уявленнях про психологічне функціонування особистості в умовах хронічного стресу та підвищених вимог до адаптаційних ресурсів, характерних для військової служби. Професійна діяльність військовослужбовців відбувається в умовах постійної загрози, високої відповідальності, жорсткої регламентації поведінки, обмеженості особистісної автономії та необхідності швидкого прийняття рішень, що об'єктивно створює підґрунтя для виникнення труднощів функціонування і життєдіяльності. В цих умовах психологічне функціонування військовослужбовця набуває системного характеру та визначається складною взаємодією індивідуально-психологічних, соціальних і професійних чинників [4, с. 432].

Сучасні теоретичні підходи трактують труднощі функціонування і життєдіяльності не як ізольовані симптоми чи тимчасові реакції, а як системні прояви порушення адаптаційної рівноваги між зовнішніми вимогами середовища та внутрішніми ресурсами особистості. У межах адаптаційної парадигми психологічне функціонування розглядається як динамічний процес постійного узгодження індивідуальних можливостей, потреб і цінностей із умовами життєдіяльності, що змінюються. Коли інтенсивність, тривалість або непередбачуваність зовнішніх вимог перевищує рівень наявних психологічних ресурсів, виникає стан напруження адапта-

ційних механізмів, який за відсутності відновлення або компенсації трансформується у стійкі труднощі функціонування [2 с. 70].

У межах стрес-орієнтованих теорій порушення адаптаційної рівноваги пояснюється як наслідок хронічної активації стресової відповіді. Тривала дія стресорів призводить до поступового виснаження регуляторних систем, зниження ефективності когнітивного контролю та емоційної регуляції, що унеможлиблює відповідне реагування на вимоги середовища. У цьому контексті труднощі життєдіяльності постають як результат нездатності особистості підтримувати оптимальний рівень функціонування в умовах надмірного навантаження, коли адаптаційні ресурси використовуються швидше, ніж відновлюються [1, с. 121].

Ресурсний підхід акцентує увагу на ролі внутрішніх психологічних ресурсів, до яких належать емоційна стійкість, почуття контролю, самоефективність, мотиваційна спрямованість, змістові орієнтації та навички саморегуляції. Згідно з цим підходом, труднощі функціонування виникають у ситуаціях, коли ресурсний потенціал особистості є недостатнім або нерівномірно сформованим, що знижує здатність компенсувати негативний вплив стресових чинників. Важливим положенням є те, що навіть за однакових зовнішніх умов рівень адаптаційних порушень може суттєво відрізнятись залежно від індивідуальної конфігурації ресурсів і стратегій їх використання.

У межах системного підходу адаптаційна рівновага розглядається як результат взаємодії кількох рівнів функціонування особистості – психофізіологічного, психологічного та соціального. Порушення на одному з рівнів неминуче впливають на інші, формуючи замкнене коло дезадаптації. Наприклад, хронічна психоемоційна напруга може призводити до соматичних порушень, які, у свою чергу, знижують працездатність і погіршують соціальну взаємодію, що ще більше посилює психологічний дискомфорт. Таким чином, труднощі функціонування і життєдіяльності набувають системного характеру та виходять за межі окремих психічних проявів [3, с. 272].

Соціально-психологічні теорії адаптації підкреслюють значення відповідності між очікуваннями середовища та можливостями особистості реалізувати соціальні ролі. У цьому контексті порушення адаптаційної рівноваги проявляється у зниженні здатності ефективно виконувати професійні та соціальні функції, підтримувати міжособистісні стосунки та інтегрувати власний досвід у цілісну систему життєвих смислів. Для військовослужбовців така невідповідність часто зумовлена жорсткою регламентацією діяльності, обмеженням автономії та високим рівнем відповідальності, що ускладнює процес психологічної адаптації.

У сучасному науковому дискурсі труднощі функціонування і життєдіяльності розглядаються як інтегративний показник порушення адаптаційної рівноваги, що виникає внаслідок дисбалансу між вимогами середовища та внутрішніми ресурсами особистості. Такий підхід дозволяє не лише глибше зрозуміти психологічну природу дезадаптаційних проявів, а й обґрунтувати необхідність комплексних стратегій психологічної підтримки, спрямованих на відновлення ресурсного потенціалу та гармонізацію взаємодії особистості з професійним і соціальним середовищем [8, с. 181].

Важливою детермінантою труднощів психологічного функціонування є рівень тривожності як стійкої особистісної характеристики. Підвищена тривожність сприяє формуванню негативних очікувань, гіперфокусуванню на загрозах і помилках, що ускладнює правильну оцінку ситуації та знижує ефективність діяльності. У військових умовах це може призводити до надмірної обережності або, навпаки, до імпульсивних дій, що підвищує ризик професійних помилок і посилює внутрішню напругу.

Суттєвим психологічним чинником є сформованість навичок саморегуляції, які забезпечують здатність особистості керувати власними емоційними станами, поведінковими реакціями та рівнем психічної напруги. Недостатній розвиток механізмів саморегуляції зумовлює труднощі адаптації до змінних умов служби, знижує ефективність подолання стресу та сприяє накопиченню негативних психоемоційних переживань. Військовослужбовці з низьким рівнем саморегуляції частіше демонструють ознаки емоційного вигорання, астеничні прояви та зниження мотивації до виконання професійних обов'язків [5, с. 127].

Мотиваційна сфера також відіграє важливу роль у формуванні труднощів функціонування і життєдіяльності. Внутрішня мотивація, пов'язана з усвідомленням значущості служби,

почуттям обов'язку та ціннісною ідентифікацією з професійною роллю, виступає потужним ресурсом психологічної стійкості. Натомість зниження мотивації, втрата смислових орієнтирів і розчарування у професійній діяльності посилюють дезадаптаційні тенденції та ускладнюють процес відновлення психологічної рівноваги.

Окрему групу детермінант становлять індивідуальні особливості особистості, зокрема тип темпераменту, рівень нейротизму, особливості когнітивних стилів і попередній досвід подолання стресових ситуацій. Особи з високим рівнем нейротизму більш схильні до переживання негативних емоцій і формування тривожних та депресивних реакцій, що ускладнює адаптацію до екстремальних умов служби. Водночас наявність позитивного досвіду успішного подолання труднощів сприяє формуванню відчуття психологічної компетентності та підвищує стресостійкість [5, с. 132].

Психологічні детермінанти труднощів функціонування не можуть бути повноцінно проаналізовані без урахування соціально-організаційних чинників, що виступають важливим контекстом психологічного функціонування військовослужбовців. Соціально-психологічний клімат у військовому підрозділі, характер взаємин між військовослужбовцями та стиль керівництва командирів суттєво впливають на рівень адаптації та психологічного благополуччя. Підтримуюче середовище, засноване на взаємній довірі, чіткій комунікації та відчутті згуртованості, знижує негативний вплив стресових факторів і сприяє мобілізації особистісних ресурсів. Натомість конфліктні взаємини, авторитарні стилі керівництва, дефіцит зворотного зв'язку та несправедливий розподіл навантажень підвищують рівень психоемоційної напруги й посилюють труднощі функціонування і життєдіяльності. У таких умовах навіть військовослужбовці з достатнім адаптаційним потенціалом можуть демонструвати ознаки дезадаптації, що свідчить про системний характер проблеми [6, с. 62].

Важливим чинником є рівень організації психологічної підтримки у військових формуваннях. Наявність доступної та професійної психологічної допомоги, орієнтованої на профілактику, раннє виявлення та корекцію дезадаптаційних проявів, суттєво знижує ризик розвитку стійких труднощів психологічного функціонування. Водночас недостатня увага до психологічного супроводу, формальний характер профілактичних заходів або їх відсутність сприяють накопиченню психоемоційних порушень і ускладнюють процес відновлення після інтенсивних стресових навантажень [2, с. 70].

Труднощі функціонування і життєдіяльності військовослужбовців мають багатовимірний характер і проявляються на психоемоційному, соціальному та професійному рівнях. Психоемоційні прояви включають хронічну втому, емоційне виснаження, підвищену тривожність, порушення сну та зниження емоційної стабільності. Соціальні труднощі виявляються у зниженні якості міжособистісних взаємин, соціальній ізоляції, труднощах у сімейному функціонуванні та порушенні соціальних ролей. Професійні труднощі пов'язані зі зниженням ефективності діяльності, помилками у виконанні завдань, втратою професійної мотивації та зростанням ризику професійного вигорання [1, с. 128].

Висновки і перспективи подальших досліджень. Проведений теоретичний аналіз засвідчив, що труднощі функціонування і життєдіяльності військовослужбовців у стресових умовах служби мають багатовимірний характер і зумовлені взаємодією індивідуально-психологічних та соціально-організаційних чинників. Визначальну роль відіграють особливості емоційної сфери, рівень сформованості навичок саморегуляції, мотиваційно-ціннісні орієнтації та досвід подолання стресу, які впливають на ризик розвитку дезадаптаційних проявів в умовах тривалого психоемоційного навантаження. Узагальнення результатів підтверджує необхідність системного підходу до психологічної підтримки військовослужбовців, спрямованого як на профілактику, так і на корекцію порушень адаптації. Перспективним є впровадження комплексних програм психологічного супроводу, орієнтованих на розвиток саморегуляції, підвищення емоційної стійкості, формування ефективних стратегій подолання стресу та оптимізацію соціально-психологічного середовища військових підрозділів.

Перспективи подальших досліджень полягають у проведенні емпіричних розвідок, спрямованих на виявлення взаємозв'язків між індивідуально-психологічними ресурсами військовослужбовців та рівнем їх адаптації в умовах тривалого стресового навантаження. Актуальним є також розроблення та апробація програм психологічної профілактики й супроводу, орієн-

тованих на зміцнення емоційної стійкості, розвиток навичок саморегуляції та формування сприятливого соціально-психологічного клімату у військових підрозділах.

Література:

1. Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій : метод. посіб. О. М. Кокун, В. В. Клочков, В. М. Мороз, І. О. Пішко, Н. С. Лозінська. Київ–Одеса : Фенікс, 2022. 128 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/731412/1/%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA_.pdf
2. Кокун О.М., Лозінська Н.С., Пішко І.О. Практикум з формування стресостійкості військовослужбовців до раптових змін бойової обстановки : метод. посіб. К. : НДЦ ГП ЗС України, 2020. 70 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/722874/1/%D0%9F%D0%A0%D0%90%D0%9A%D0%A2%D0%98%D0%9A%D0%A3%D0%9C_%D0%A1%D1%82%D1%80%D0%B5%D1%81%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96%D0%B9%D0%BA%D1%96%D1%81%D1%82%D1%8C%20%D0%B7%20ISBN.pdf
3. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Косенко А. Ф., Кочергіна Т. І. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я. М. С. Корольчука. К. : Фірма «Інкос», 2002. 272 с.
4. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості: монографія. Київ : Ніка-Центр, 2007. 432 с.
5. Левенець А. Є. Активні та пасивні форми стресоподолання працівників кримінально-виконавчої служби. *Вісник Національного університету оборони України*. Київ, 2015. Вип. 1 (44). С. 127–132. URL: [http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=ntuu_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21COLORTERMS=0&S21P03=I=&S21STR=%D0%9673167/2015\\$](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=ntuu_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21COLORTERMS=0&S21P03=I=&S21STR=%D0%9673167/2015$)
6. Методичні рекомендації з психологічної підготовки військовослужбовців Збройних сил України щодо формування стресостійкості до дій в умовах різкої зміни бойової обстановки. Головне управління морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України. Київ, 2021. 62 с. URL: https://sprotvvg7.com.ua/wp-content/uploads/2022/05/%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%87%D0%BD%D1%96-%D1%80%D0%B5%D0%BA%D0%BE%D0%BC-%D0%B7-%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85-%D0%BF-%D0%BA%D0%B8_2_TKP_1-1603103.01-1.pdf
7. Неурова А. Б. Емпіричне дослідження особливостей психологічної стійкості військовослужбовців – учасників операції Об'єднаних сил. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Херсон, 2019. Вип. 4. С. 23–29. DOI: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2019-4-3>
8. Неурова А.Б., Капінус О.С., Грицевич Т.Л. Діагностика соціально-психологічних властивостей та якостей особистості. Львів. НАСВ. 2016. 181 с.
9. Психологія управління військами: підручник; вид. 2-ге, перероб. та допов. / В. І. Осьодло, О. П. Ковальчук, Д. П. Лисенко та ін. Київ : НУОУ, 2024. 532 с. <https://sprotvvg7.com.ua/wp-content/uploads/2024/05/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F-%D1%83%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%BB%D1%96%D0%BD%D0%BD%D1%8F-%D0%B2%D1%96%D0%B9%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B0%D0%BC%D0%B8.pdf>
10. Охорона психічного здоров'я в умовах війни. Пер. з англ. Т. Семигіної та ін. Київ : Наш формат, 2017. 1068 с. <https://psychologdcpp.in.ua/wp-content/uploads/2021/07/%D0%9E%D1%85%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%BD%D0%B0-%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE-%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8F-%D0%B2-%D1%83%D0%BC%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%85-%D0%B2%D0%B9%D0%BD%D0%B8.pdf>

References:

1. Kokun, O. M., Klochkov, V. V., Moroz, V. M., Pishko, I. O., & Lozinska, N. S. (2022). Zabezpechennia psykholohichnoi stiiikosti viiskovosluzhbovtiv v umovakh boiovykh dii: Metod. posib. [Ensuring the psychological stability of military personnel in combat conditions: methodological manual]. Kyiv–Odesa : Feniks. [in Ukrainian]. Retrieved from: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/731412/1/%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA_.pdf
2. Kokun, O. M., Lozinska, N. S., & Pishko, I. O. (2020). Praktykum z formuvannia stresostiikosti viiskovosluzhbovtiv do raptovykh zmin boiovoi obstanovky : Metod. posib. [Workshop on the formation of stress resistance of military personnel to sudden changes in the combat situation: methodical manual]. Kyiv : NDTs HP ZS Ukrainy. [in Ukrainian]. Retrieved from: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/722874/1/%D0%9F%D0%A0%D0%90%D0%9A%D0%A2%D0%98%D0%9A%D0%A3%D0%9C_%D0%A1%D1%82%D1%80%D0%B5%D1%81%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96%D0%B9%D0%BA%D1%96%D1%81%D1%82%D1%8C%20%D0%B7%20ISBN.pdf
3. Korolchuk, M. S., Krainiuk, V. M., Kosenko, A. F., & Kocherhina, T. I. (2002). Psykholohichne zabezpechennia psykhiichnoho i fizychnoho zdorovia. [Psychological support for mental and physical health]. Kyiv : Firma «Inkos». [in Ukrainian].
4. Krainiuk, V. M. (2007). Psykholohiia stresostiikosti osobystosti: Monohrafiia. [Psychology of personality stress resistance: monograph]. Kyiv : Nika-Tsentr. [in Ukrainian].

5. Levenets, A. I. (2015). Aktyvni ta pasyvni formy stresopodolannia pratsivnykiv kryminalno-vykonavchoi sluzhby. [Active and passive forms of stress management for employees of the penal service]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, 1(44), 127–132. Retrieved from: [http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=njuu_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21COLORTERMS=0&S21P03=I=&S21STR=%D0%9673167/2015\\$](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=njuu_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21COLORTERMS=0&S21P03=I=&S21STR=%D0%9673167/2015$) [in Ukrainian]
6. Holovne upravlinnia moralno-psykholohichnoho zabezpechennia Zbroinykh Syl Ukrainy. (2021). *Metodychni rekomendatsii z psykholohichnoi pidhotovky viiskovosluzhbovtsiv Zbroinykh Syl Ukrainy shchodo formuvannia stresostiikosti do dii v umovakh rizkoї zminy boiovoi obstanovky*. [Methodological recommendations on the psychological training of military personnel of the Armed Forces of Ukraine regarding the formation of stress resistance to actions in conditions of a sharp change in the combat situation]. Kyiv: Author. [in Ukrainian]. Retrieved from: https://sprotyvg7.com.ua/wp-content/uploads/2022/05/%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%87%D0%BD%D1%96-%D1%80%D0%B5%D0%BA%D0%BE%D0%BC-%D0%B7-%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85-%D0%BF-%D0%BA%D0%B8_2_TKP_1-1603103.01-1.pdf
7. Neurova, A. B. (2019). Ėmpirychnе doslidzhennia osoblyvostei psykholohichnoi stiikosti viiskovosluzhbovtsiv – uchasnykiv operatsii Obiednanykh syl. [Empirical study of the features of psychological resilience of military personnel participating in the Joint Forces operation]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnogo universytetu*, 4, 23–29. [in Ukrainian]. DOI: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2019-4-3>
8. Neurova, A. B., Kapinus, O. S., & Hrytsevych, T. L. (2016). *Diahnostyka sotsialno-psykholohichnykh vlastyvostei ta yakostei osobystosti*. [Diagnostics of socio-psychological properties and qualities of a person]. Lviv : NASV [in Ukrainian].
9. Osodlo, V. I., Kovalchuk, O. P., Lysenko, D. P., et al. (2024). *Psykholohiia upravlinnia viiskamy: Pidruchnyk (2nd ed., pererob. ta dopov.)*. [Psychology of military management: a textbook]. Kyiv : NUOU. Retrieved from: <https://sprotyvg7.com.ua/wp-content/uploads/2024/05/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F-%D1%83%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%BB%D1%96%D0%BD%D0%BD%D1%8F-%D0%B2%D1%96%D0%B9%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B0%D0%BC%D0%B8.pdf> [in Ukrainian].
10. Semyhina, T., et al. (Trans.). (2017). *Okhorona psykhychnoho zdorovia v umovakh viiny*. [Mental health care in wartime]. Kyiv: Nash format. [in Ukrainian]. Retrieved from: <https://psychologdcpp.in.ua/wp-content/uploads/2021/07/%D0%9E%D1%85%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%BD%D0%B0-%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE-%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8F-%D0%B2-%D1%83%D0%BC%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D1%85-%D0%B2%D0%B9%D0%BD%D0%B8.pdf>

Дата першого надходження статті до видання: 16.02.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 12.03.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 14.05.2026