



Наукові перспективи
Видавнича група



НАУКОВІ ПЕРСПЕКТИВИ

СЕРІЯ: "ДЕРЖАВНЕ УПРАВЛІННЯ", СЕРІЯ: "ПРАВО", СЕРІЯ: "ЕКОНОМІКА", СЕРІЯ: "ПЕДАГОГІКА", СЕРІЯ: "ПСИХОЛОГІЯ",
СЕРІЯ: "МЕДИЦИНА"



Випуск 11(65)

2025

Всеукраїнська Асамблея докторів наук із державного управління

у рамках роботи Видавничої групи «Наукові перспективи»

Наукові перспективи

*(Серія «Державне управління», Серія «Право», Серія «Економіка»,
Серія «Медицина», Серія «Педагогіка», Серія «Психологія»)*

Випуск № 11(65) 2025

Київ – 2025

ISSN (print) 2708-7530

DOI: [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-11\(65\)](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-11(65))

Наукові перспективи: журнал. 2025. № 11(65) 2025. С.3145



Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 24.09.2020 р. № 1188 журналу присвоєно категорію "Б" із галузей науки: державне управління, право та економіка

Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 27.09.2021 № 1017 журналу присвоєно категорію "Б" із психології

Рекомендовано до друку Президією Всеукраїнської Асамблеї докторів наук з державного управління (Рішення від 26.11.2025, № 9/11-25)

Свідectво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації
Серія KB № 24436-14376P від 09.06.2020 р.

Журнал видається за підтримки Міжнародного економічного інституту (Есеніце, Чехія) та КНП "Клінічна лікарня №15 Подільського району м.Києва"

Журнал заснований з метою розвитку вітчизняного наукового потенціалу та реалізації кращих традицій науки в Україні та за кордоном. Журнал висвітлює історію, теорію, механізми формування та функціонування, а, також, інноваційні питання розвитку державного управління, права, економіки, психології, педагогіки та медицини. Видання розраховано на дослідників, викладачів вищих навчальних закладів, аспірантів, магістрів, фахівців-практиків.



Наукове видання включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus (IC), міжнародної пошукової системи Google Scholar та до міжнародної наукометричної бази даних Research Bible.

Головний редактор:



Жукова Ірина Віталіївна — кандидат наук з державного управління, доцент, директор Видавничої групи «Наукові перспективи», Лауреат премії Президента України для молодих вчених, Лауреат премії Верховної Ради України молодим ученим, Лауреат премії імені Івана Франка у галузі інформаційної діяльності, Лауреат Всеукраїнської премії «Інновація в освіті — 2018», м. Київ, Україна

Заступники Головного редактора:

Янчук Артем Олександрович — доктор юридичних наук, професор, Заслужений юрист України, Заступник керівника Апарата Верховної Ради України (Київ, Україна);

Непомнящий Олександр Михайлович — доктор наук з державного управління, кандидат економічних наук, професор, Дійсний член Академії будівництва України, професор кафедри архітектури і просторового планування Національного авіаційного університету (Київ, Україна). Заслужений будівельник України, Почесний працівник будівництва та архітектури, державний службовець 3 рангу (Київ, Україна);

Помиткіна Любов Віталіївна — доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри авіаційної психології Національного авіаційного університету (Київ, Україна);



- Дрокіна А.С., Кондрацька Л.В., Красіна Г.В.** 2261
 ВИКОРИСТАННЯ ЦИФРОВИХ ІНСТРУМЕНТІВ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ
 СУЧАСНОГО ПСИХОЛОГА
- Ігнатюк О.А.** 2273
 ПСИХОЛОГІЧНЕ МОДЕЛЮВАННЯ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ОСОБИСТОСТІ
 СОЦІАЛЬНОГО ПРАЦІВНИКА, ПЕДАГОГА, ПСИХОЛОГА У ВИМІРАХ
 НАУКОВЦІВ ТА ЗДОБУВАЧІВ
- Ігумнова О.Б., Вашук Н.В.** 2290
 ПСИХОТЕХНОЛОГІЇ ІНТЕГРАТИВНОГО ПІДХОДУ У ПСИХОЛОГІЧНОМУ
 СУПРОВОДІ ОСІБ ІЗ ТРАВМАТИЧНИМ ДОСВІДОМ
- Карпюк Ю.Я.** 2303
 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ТЕХНОЛОГІЙ ПРОФІЛАКТИКИ АКАДЕМІЧНОГО
 ВИГОРАННЯ
- Кононенко К.О.** 2316
 ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ, ЩО ПЕРЕЖИВАЄ
 СМИСЛОВУ КРИЗУ
- Корват Л.В., Борисенко Л.Л.** 2324
 ОСОБЛИВОСТІ ТА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ОПТИМІСТИЧНОГО СТАНУ ТА
 СТРЕСОСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ
- Кочерга Є.В., Семчук Т.В., Лошкарьова В.Ю., Логійко А.С., Черненко О.М.** 2338
 ПСИХОЛОГІЧНІ МОЖЛИВОСТІ АРТЛОГОТЕРАПІЇ У ФОРМУВАННІ
 ЖИТТЄСТІЙКОСТІ НАСЕЛЕННЯ В УМОВАХ ВОЄННИХ ВИКЛИКІВ
- Кравченко К.О., Жаленко Л.С., Соколіна О.В.** 2350
 ОБҐРУНТУВАННЯ ВИБОРУ ПСИХОДІАГНОСТИЧНИХ МЕТОДИК ДЛЯ
 ВИВЧЕННЯ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ТА ІНШІ ПСИХОЛОГІЧНІ ХАРАКТЕ-
 РИСТИКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ З АМПУТАЦІЄЮ КІНЦІВОК НА
 ГОСПІТАЛЬНОМУ ЕТАПІ ВІДНОВЛЕННЯ
- Красильник Ю.С., Мороз І.М., Калениченко Р.А.** 2377
 ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ТВОРЧОЇ ОСОБИСТОСТІ
 ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ
- Красін С.А., Красіна Г.В.** 2392
 ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА СІМ'Ї ЗАСОБАМИ ФІЛЬМОТЕРАПІЇ
- Красіна Г.В.** 2402
 СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ
 СІМЕЙ ІЗ ДІТЬМИ В УМОВАХ ВІЙНИ ТА ГЛОБАЛЬНОЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ
- Левченко В.В., Полещук Є.А.** 2415
 ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖ-
 БОВЦІВ З РІЗНИМ ТЕРМІНОМ ПЕРЕБУВАННЯ НА СЛУЖБІ



УДК 159.923:355.3

[https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-11\(65\)-2415-2429](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-11(65)-2415-2429)

Левченко Вікторія Володимирівна кандидат філософських наук, доцент, доцент кафедри практичної психології, Факультет психології, соціальної роботи та спеціальної освіти, Київський столичний Університет імені Бориса Грінченка, м. Київ, <https://orcid.org/0000-0003-4691-9445>

Полещук Євгенія Андріївна магістрантка кафедри практичної психології, Факультет психології, соціальної роботи та спеціальної освіти, Київський столичний Університет імені Бориса Грінченка, м. Київ.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ З РІЗНИМ ТЕРМІНОМ ПЕРЕБУВАННЯ НА СЛУЖБІ

Анотація. У статті представлено дослідження проблеми психологічного благополуччя військовослужбовців як складного багатокомпонентного феномену, актуальність дослідження якого зумовлена тривалим перебуванням України у стані збройного протистояння та необхідністю збереження психічного здоров'я особового складу Збройних Сил. Розкрито сутність психологічного благополуччя як предмета наукового дослідження через призму основних теоретичних підходів до розуміння феномену. Проаналізовано специфіку професійної діяльності військовослужбовців, яка характеризується екстремальністю умов виконання бойових завдань, постійним впливом стресогенних факторів, високими вимогами до психофізіологічних якостей особистості та необхідністю збереження функціональної готовності в умовах тривалого перебування у зоні активних бойових дій. За рівнем психологічного благополуччя виділено три типологічні групи військовослужбовців: з високим, середнім та низьким рівнем, які відрізняються залежно від терміну служби: серед військовослужбовців з терміном служби від 3 до 10 років переважають особи з високим рівнем психологічного благополуччя, серед військовослужбовців з терміном служби до 3 років та понад 10 років переважають особи з середнім та низьким рівнем. Встановлено, що психологічне благополуччя військовослужбовців є інтегративною характеристикою, яка відображає ступінь задоволеності базових психологічних потреб, здатність до саморегуляції у стресових ситуаціях, збереження позитивного емоційного фону та сприйняття власного життя як осмисленого навіть в екстремальних умовах професійної діяльності. Обґрунтовано необхідність розробки комплексної системи психологічного супроводу військовослуж-



ISSN (print) 2708-7530
Наукові перспективи № 11(65) 2025

бовців на всіх етапах військової служби з урахуванням специфіки впливу бойового стресу та динаміки адаптаційних процесів.

Ключові слова: психологічне благополуччя, військовослужбовці, бойовий стрес, професійна діяльність, адаптація, психологічна підтримка, особистісні ресурси.

Levchenko Viktoriia Volodymyrivna Candidate of Philosophical Science, Associate Professor at the Department of Practical Psychology, Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University, Kyiv, <https://orcid.org/0000-0003-4691-9445>

Poleshchuk Yevheniia Andriivna Master's student at the Department of Practical Psychology, Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University, Kyiv.

FACTORS INFLUENCING THE FORMATION OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN COMBAT CONDITIONS

Abstract. The article presents a study of the problem of psychological well-being of military personnel as a complex multi-component phenomenon, the relevance of which is due to the long-term presence of Ukraine in a state of armed confrontation and the need to preserve the mental health of the personnel of the Armed Forces. The essence of psychological well-being as a subject of scientific research is revealed through the prism of the main theoretical approaches to understanding the phenomenon. The specifics of the professional activity of military personnel, which is characterized by the extreme conditions of performing combat missions, the constant influence of stress factors, high requirements for the psychophysiological qualities of the personality and the need to maintain functional readiness in conditions of a long stay in the zone of active hostilities, are analyzed. According to the level of psychological well-being, three typological groups of military personnel were distinguished: with a high, medium and low level, which differ depending on the length of service: among military personnel with a service period of 3 to 10 years, individuals with a high level of psychological well-being prevail, among military personnel with a service period of up to 3 years and over 10 years, individuals with a medium and low level prevail. It was established that the psychological well-being of military personnel is an integrative characteristic that reflects the degree of satisfaction of basic psychological needs, the ability to self-regulate in stressful situations, maintain a positive emotional background and perceive one's own life as meaningful even in extreme conditions of professional activity. The need to develop a comprehensive system of psychological support for military personnel at all stages of military service is substantiated, taking into account the specifics of the impact of combat stress and the dynamics of adaptation processes.



Keywords: psychological well-being, military personnel, combat stress, professional activity, adaptation, psychological support, personal resources.

Постановка проблеми. Тривале перебування України у стані збройного протистояння актуалізує потребу у комплексному науковому осмисленні проблеми психологічного благополуччя військовослужбовців як ключового чинника збереження боєздатності Збройних Сил та успішної постбойової реінтеграції особового складу. Участь у бойових діях супроводжується інтенсивним впливом стресогенних факторів на психіку військових, що зумовлює високі ризики розвитку дезадаптаційних станів, психосоматичних розладів та посттравматичної симптоматики. Психологічне благополуччя військовослужбовців виступає не лише індикатором ефективності психологічного супроводу, а й ресурсом підтримання стійкості особистості в екстремальних умовах професійної діяльності [15]. Наукове обґрунтування факторів психологічного благополуччя військовослужбовців набуває особливого значення в контексті розробки ефективних програм психологічної підтримки особового складу на всіх етапах військової служби, від підготовки до участі у бойових діях до постбойової реабілітації та реінтеграції у цивільне життя [1; 18]. Таким чином, переосмислення традиційних підходів до психологічного забезпечення благополуччя військовослужбовців актуалізує необхідність розробки комплексної системи збереження психічного здоров'я особового складу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика психологічного благополуччя особистості активно розробляється у сучасній психологічній науці, що знаходить відображення у працях вітчизняних дослідників і торкаються різних його аспектів. Так, Ю. М. Швалб розглядає психологічне благополуччя як мету психологічних і соціальних практик, акцентуючи увагу на ролі суб'єктивного переживання повноти життєреалізації [2]. Досліджуючи сучасні підходи до проблеми благополуччя в екопсихологічному аспекті, О. Л. Верник розкриває взаємозв'язок між благополуччям особистості та її середовища [4]. Т. В. Данильченко систематизує основи психології благополуччя особистості та пропонує концептуальні рамки для розуміння цього феномену [5].

Важливими є дослідження психологічного благополуччя в контексті професійної діяльності особистості. Зокрема, в працях В. М. Духневича дослідження психологічного благополуччя представлено на прикладі професії психолога [9], а розробка методичного інструментарію для дослідження психологічного благополуччя особистості здійснена С. М. Забаровською та О. Д. Кресаном [10]. Актуальним є дослідження Н. В. Каргіна ресурсів і чинників психологічного благополуччя особистості [14].

Специфіка психологічного благополуччя в умовах воєнного стану досліджується М. С. Дворник, яка розглядає трансформацію благополуччя особистості



під час переходу від війни до миру та пропонує дистанційні модулі підтримання психологічного стану в період очікування миру [6; 7]. Важливим аспектом збереження благополуччя в умовах війни є психологічні особливості становлення автономності особистості, що досліджує А. В. Бойченко [3], а Ю. М. Ільїна розробляє психологічну модель успішності в кризові періоди, що має пряме відношення до адаптації військовослужбовців [12].

Дослідження проблематики психосоціальної допомоги особам, які опинились внаслідок військових дій у складних життєвих обставинах, зокрема психологічної підтримки військовослужбовців та вимушених переселенців представлено у працях В. В. Гайдук [1]. Важливими аспектами ефективності адаптації особистості в умовах воєнного стану є соціокультурні характеристики ціннісних орієнтацій (В. Дуб) [8], наявність особистісних ресурсів (М. Нестеренко) [16] та особливості психоемоційного стану (В. Педоренко) [17].

Низка авторів досліджує актуальне питання соціально-психологічного забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах (М. Корольчук, В. Крайнюк) [15], враховуючи особливості динаміки рівня тривожності в умовах війни у прикордонному регіоні (М. Заушнікова, Ю. Тонкопей, І. Петухова) [11; 18].

Попри значний науковий доробок у дослідженні психологічного благополуччя особистості та психологічних аспектів професійної діяльності військовослужбовців, малодослідженими залишаються питання специфіки структури та факторів психологічного благополуччя саме військовослужбовців в умовах тривалого перебування у зоні активних бойових дій. Недостатньо вивченими є механізми взаємодії особистісних, соціальних та організаційних чинників у формуванні психологічного благополуччя військових на різних етапах бойового досвіду, особливості психологічних ресурсів збереження благополуччя в умовах хронічного стресу.

Мета статті – теоретично та емпірично дослідити особливості психологічного благополуччя військовослужбовців з різним терміном перебування на службі.

Виклад основного матеріалу. Психологічне благополуччя як предмет наукового дослідження характеризується складною структурою та множинністю теоретичних інтерпретацій. У науковій літературі виокремлюють дві основні традиції розуміння благополуччя, гедоністичну та евдемоністичну, кожна з яких пропонує специфічний погляд на сутність феномену [13]. Гедоністичний підхід акцентує увагу на суб'єктивному переживанні щастя, задоволеності життям та превалюванні позитивних емоцій над негативними. Евдемоністична традиція розглядає благополуччя через призму самореалізації, особистісного зростання, осмисленості існування та здатності до розкриття внутрішнього потенціалу.

У теоретичному аспекті Н. В. Каргіна виокремлює основні підходи до вивчення психологічного благополуччя, наголошуючи на багатовимірності



конструкту [13]. Психологічне благополуччя особистості інтегрує когнітивний компонент, що включає оцінку власного життя та ступінь відповідності реального і бажаного, емоційний компонент, представлений переважанням позитивного афекту, та поведінковий аспект, пов'язаний з активністю особистості у досягненні значущих цілей. При чому психологічне благополуччя професіонала розглядається як умова ефективної діяльності й джерело гармонізації особистісних та професійних сфер життя [9].

Специфіка психологічного благополуччя в умовах воєнного стану набуває особливих характеристик, що зумовлено екстремальністю життєвої ситуації та необхідністю адаптації до тривалого впливу стресогенних факторів [5; 6]. М. С. Дворник аналізує трансформацію психологічного благополуччя особистості під час переходу від війни до миру, визначаючи специфічні виклики для збереження психічного здоров'я населення в період очікування стабілізації [6]. Дослідниця розробляє дистанційні модулі підтримання психологічного благополуччя, що відображає сучасні тенденції використання цифрових технологій у психологічному супроводі [7].

Найактуальнішим є питанням психологічного благополуччя військовослужбовців, професійна діяльність яких вимагає специфічних психологічних особистісних якостей, оскільки виконання бойових завдань відбувається в ситуації постійної загрози життю. Це активізує механізми психологічного захисту та вимагає мобілізації всіх ресурсів організму [15]. Ще одним потужним стресором у діяльності військовослужбовців є інформаційна невизначеність, оскільки швидкість зміни бойової обстановки нерідко перевищує можливості адекватного реагування. Обмеженість міжособистісних контактів та відірваність від звичного соціального оточення створюють умови для розвитку відчуття ізоляції, що може негативно позначатися на емоційному стані особистості [15]. З іншого боку, автономність особистості, здатність до самостійного прийняття рішень та збереження внутрішнього локусу контролю виступають важливими чинниками психологічного благополуччя військовослужбовців [3]. Зокрема, А. В. Бойченко досліджує становлення автономності особистості в умовах війни, визначаючи закономірності розвитку внутрішньої незалежності як ресурсу збереження психічного здоров'я [3].

Фізичні перевантаження, пов'язані з необхідністю тривалого перебування у польових умовах, дефіцит сну та повноцінного відпочинку, кліматичні фактори додатково посилюють навантаження на адаптаційні системи організму. Професійна діяльність військовослужбовців пов'язана з бойовим стресом, який має кумулятивний характер. Дослідження свідчать про високу поширеність симптомів посттравматичного стресового розладу серед учасників бойових дій, що вимагає організації системної психологічної підтримки особового складу [18]. Досвід участі у бойових діях може мати амбівалентний вплив на психологічне



благополуччя військовослужбовців. З одного боку, накопичення бойового досвіду сприяє підвищенню професійної компетентності, впевненості у власних силах та формуванню адекватних стратегій поведінки в екстремальних ситуаціях. З іншого боку, тривале перебування у зоні бойових дій супроводжується кумуляцією стресового навантаження, виснаженням адаптаційних ресурсів та підвищенням ризиків розвитку посттравматичної симптоматики [18].

Таким чином, фактори психологічного благополуччя військовослужбовців утворюють складну систему взаємопов'язаних детермінант, які доцільно розглядати у трьох основних площинах: особистісній, соціальній та організаційній [14]. Особистісні ресурси включають стресостійкість, здатність до саморегуляції емоційних станів, рівень психологічної гнучкості, сформованість копінг-стратегій та загальну життєстійкість особистості. Н. В. Каргіна у дисертаційному дослідженні систематизує ресурси та чинники психологічного благополуччя, підкреслюючи роль особистісних диспозицій у збереженні психологічної стабільності в умовах стресу [14]. Соціальна підтримка виступає потужним чинником підтримання психологічного благополуччя військовослужбовців, забезпечуючи відчуття приналежності, емоційну підтримку та практичну допомогу у складних життєвих обставинах [1]. Підтримка з боку родини, друзів, побратимів по службі формує захисний бар'єр проти негативного впливу стресових факторів та сприяє збереженню позитивного емоційного стану. Організаційні фактори охоплюють умови служби, якість матеріально-технічного забезпечення, стиль керівництва, систему психологічного супроводу та можливості професійного розвитку [15]. Рівень професійної підготовки військовослужбовців безпосередньо пов'язаний з їхньою впевненістю у власних силах та здатністю ефективно діяти в екстремальних ситуаціях, що є важливою складовою психологічного благополуччя.

Психологічне благополуччя військовослужбовців виступає інтегративною характеристикою, що відображає гармонію когнітивних, емоційних та поведінкових аспектів функціонування особистості в специфічних умовах професійної діяльності. Збереження психологічного благополуччя в умовах бойових дій вимагає задіяння всього спектру особистісних ресурсів, ефективної соціальної підтримки та організації якісного психологічного супроводу на всіх етапах військової служби [5; 15].

Емпіричне дослідження проводилося протягом 2023-2024 років на базі п'яти військових частин Збройних Сил України, розташованих у різних регіонах країни, у 2025 році було проаналізовано та систематизовано дані емпіричного дослідження. Дослідження здійснювалося за погодженням з командуванням військових частин та з дотриманням принципів добровільності, конфіденційності та анонімності. Вибірку дослідження склали 120 військовослужбовців Збройних Сил України, які були розподілені на три групи відповідно до терміну



служби: перша група – військовослужбовці з терміном служби до 3 років (40 осіб), друга група – від 3 до 10 років служби (40 осіб), третя група – понад 10 років служби (40 осіб). Соціально-демографічні характеристики вибірки представлені в табл. 1.

Таблиця 1

Соціально-демографічні характеристики вибірки дослідження

Характеристика	Група 1 (до 3 років)	Група 2 (3-10 років)	Група 3 (понад 10 років)	Загальна вибірка
Стать				
Чоловіки	35 (87,5%)	33 (82,5%)	34 (85%)	102 (85%)
Жінки	5 (12,5%)	7 (17,5%)	6 (15%)	18 (15%)
Вік				
20-25 років	28 (70%)	5 (12,5%)	0 (0%)	33 (27,5%)
26-30 років	10 (25%)	18 (45%)	4 (10%)	32 (26,7%)
31-35 років	2 (5%)	12 (30%)	11 (27,5%)	25 (20,8%)
36-40 років	0 (0%)	5 (12,5%)	15 (37,5%)	20 (16,7%)
41-45 років	0 (0%)	0 (0%)	10 (25%)	10 (8,3%)
Освіта				
Середня	8 (20%)	3 (7,5%)	2 (5%)	13 (10,8%)
Середня спеціальна	17 (42,5%)	14 (35%)	13 (32,5%)	44 (36,7%)
Вища	15 (37,5%)	23 (57,5%)	25 (62,5%)	63 (52,5%)
Сімейний стан				
Неодружені/незаміжні	22 (55%)	10 (25%)	7 (17,5%)	39 (32,5%)
Одружені/заміжні	16 (40%)	25 (62,5%)	27 (67,5%)	68 (56,7%)
Розлучені	2 (5%)	5 (12,5%)	6 (15%)	13 (10,8%)
Участь у бойових діях				
Так	25 (62,5%)	34 (85%)	36 (90%)	95 (79,2%)
Ні	15 (37,5%)	6 (15%)	4 (10%)	25 (20,8%)

Відповідно до мети та завдань дослідження було обрано комплекс психодіагностичних методик, який дозволяє всебічно дослідити феномен психологічного благополуччя військовослужбовців. Методичний інструментарій включає п'ять стандартизованих психодіагностичних методик, які охоплюють різні аспекти психологічного благополуччя та дозволяють виявити його особливості у військовослужбовців з різним терміном служби: 1) опитувальник «Життєві завдання особистості» (Т.М. Титаренко), спрямований на визначення особливостей постановки життєвих завдань особистістю та їх характеристик; 2) індекс загального психологічного благополуччя (Ш. Дюпей) – для комплексної оцінки психологічного благополуччя особистості; 3) опитувальник за «Шкалою суб'єктивного благополуччя» (Перуе-Баду) – для оцінки емоційного компоненту суб'єктивного благополуччя; 4) методика «Модифікована шкала суб'єктивного



благополуччя BBC-SWB» (P. Pontin, M. Schwannauer, S. Tai, & M. Kinderman, адаптація Л.М. Карамушки, К.В. Терещенко, О.В. Креденцер) – для вимірювання суб'єктивного благополуччя особистості.

Дослідження виявило нелінійну залежність рівня психологічного благополуччя від терміну служби: найвищі показники психологічного благополуччя спостерігаються у військовослужбовців з терміном служби від 3 до 10 років (середній показник $81,4 \pm 9,7$), дещо нижчі показники у військовослужбовців з терміном служби понад 10 років (середній показник $76,8 \pm 11,2$) та найнижчі показники у військовослужбовців з терміном служби до 3 років (середній показник $72,3 \pm 10,5$). Статистично значущі відмінності виявлено між першою та другою групами ($t=3,89$; $p<0,001$), а також між другою та третьою групами ($t=2,34$; $p<0,05$).

Такий розподіл дозволяє виділити три типологічні групи військовослужбовців за особливостями психологічного благополуччя:

Група з високим рівнем психологічного благополуччя (кластер 1) – характеризується високими показниками психологічного благополуччя та адаптивності, емоційного комфорту, прийняття себе, спрямованості на професійну самореалізацію та соціального благополуччя.

Група з середнім рівнем психологічного благополуччя (кластер 2) – характеризується середніми показниками за всіма шкалами.

Група з низьким рівнем психологічного благополуччя (кластер 3) – характеризується низькими показниками психологічного благополуччя та адаптивності, емоційного комфорту, прийняття себе, спрямованості на професійну самореалізацію та соціального благополуччя.

Результати дослідження дозволили встановити, що структура психологічного благополуччя військовослужбовців включає три основні фактори, які сумарно пояснюють 85,6% загальної дисперсії: емоційну стабільність (пояснює 37,8% дисперсії), соціальну інтеграцію (пояснює 28,3% дисперсії) та професійну самореалізацію (пояснює 19,5% дисперсії). Факторна структура психологічного благополуччя має специфічні особливості у військовослужбовців з різним терміном служби: у першій групі (термін служби до 3 років) найбільшу вагу має фактор емоційної стабільності (40,3% дисперсії), у другій групі (термін служби від 3 до 10 років) – фактор професійної самореалізації (36,7% дисперсії), у третій групі (термін служби понад 10 років) – фактор соціальної інтеграції (33,3% дисперсії).

В результаті кореляційного аналізу виявлено сильний позитивний кореляційний зв'язок між показниками психологічного благополуччя та адаптивності військовослужбовців ($r=0,78$; $p<0,001$), що підтверджує гіпотезу дослідження



про зв'язок між психологічним благополуччям та адаптивністю військовослужбовців. Рівень адаптивності суттєво відрізняється у військовослужбовців з різним терміном служби: найвищі показники адаптивності демонструють військовослужбовці другої групи (середній показник $68,7 \pm 7,8$), дещо нижчі показники у третій групі (середній показник $65,3 \pm 8,2$) та найнижчі у першій групі (середній показник $58,9 \pm 8,5$). Статистично значущі відмінності виявлено між першою та другою групами ($t=5,23$; $p<0,001$) та між першою та третьою групами ($t=3,56$; $p<0,001$).

На основі регресійного аналізу можна визначити основні предиктори психологічного благополуччя військовослужбовців: адаптивність ($\beta=0,412$; $p<0,001$), емоційний комфорт ($\beta=0,287$; $p<0,001$), прийняття себе ($\beta=0,245$; $p<0,001$), спрямованість на професійну самореалізацію ($\beta=0,241$; $p<0,001$) та соціальне благополуччя ($\beta=0,234$; $p<0,001$). Модель регресійного аналізу є статистично значущою ($F=47,834$; $p<0,001$) та пояснює 71,2% дисперсії залежної змінної (скоригований $R^2=0,712$).

За допомогою кластерного аналізу виділено три типологічні групи військовослужбовців за особливостями психологічного благополуччя: з високим, середнім та низьким рівнем. Розподіл військовослужбовців за цими групами суттєво відрізняється залежно від терміну служби: серед військовослужбовців з терміном служби від 3 до 10 років переважають особи з високим рівнем психологічного благополуччя (55%), тоді як серед військовослужбовців з терміном служби до 3 років та понад 10 років переважають особи з середнім та низьким рівнем.

На основі результатів емпіричного дослідження була розроблена комплексна програма психологічного супроводу військовослужбовців, спрямована на підвищення рівня їх психологічного благополуччя. Програма включає три диференційовані модулі, які враховують специфічні особливості та фактори психологічного благополуччя військовослужбовців з різним терміном служби: «Адаптація та емоційна стійкість» для військовослужбовців з терміном служби до 3 років, «Професійна самореалізація та превенція вигорання» для військовослужбовців з терміном служби від 3 до 10 років та «Соціальна інтеграція та відновлення ресурсів» для військовослужбовців з терміном служби понад 10 років.

На основі отриманих результатів дослідження розроблена програма психологічного супроводу, яка включає три диференційовані модулі, кожен з яких орієнтований на специфічні потреби та особливості військовослужбовців з певним терміном служби:

Модуль «Адаптація та емоційна стійкість» – орієнтований на військовослужбовців з терміном служби до 3 років.

Модуль «Професійна самореалізація та превенція вигорання» – орієнтований на військовослужбовців з терміном служби від 3 до 10 років.



Модуль «Соціальна інтеграція та відновлення ресурсів» – орієнтований на військовослужбовців з терміном служби понад 10 років.

Кожен модуль включає діагностичний, формувальний та оцінювальний блоки, що забезпечує комплексний підхід до психологічного супроводу.

Для оцінки ефективності програми було проведено порівняння показників психологічного благополуччя військовослужбовців експериментальної та контрольної груп після завершення програми: показники психологічного благополуччя військовослужбовців експериментальної групи є вищими, ніж у контрольній групі, за всіма показниками. Для оцінки статистичної значущості відмінностей було використано t-критерій Стьюдента для незалежних вибірок.

Таблиця 2

Результати порівняння показників психологічного благополуччя військовослужбовців експериментальної та контрольної груп після програми

Показник	Термін служби до 3 років		Термін служби від 3 до 10 років		Термін служби понад 10 років	
	t	p	t	p	t	p
Загальний індекс психологічного благополуччя	2,14	<0,05	1,87	>0,05	2,05	<0,05
Адаптивність	2,32	<0,05	1,76	>0,05	2,18	<0,05
Емоційний комфорт	2,56	<0,05	2,14	<0,05	2,42	<0,05
Спрямованість на професійну самореалізацію	2,21	<0,05	1,95	>0,05	1,87	>0,05
Соціальне благополуччя	2,45	<0,05	2,23	<0,05	2,74	<0,01

Примітка: t – значення t-критерію Стьюдента, p – рівень статистичної значущості

Результати порівняння показали, що відмінності між експериментальною та контрольною групами після завершення програми є статистично значущими за більшістю показників у групах військовослужбовців з терміном служби до 3 років та понад 10 років. У групі військовослужбовців з терміном служби від 3 до 10 років статистично значущі відмінності спостерігаються за показниками емоційного комфорту та соціального благополуччя. Найвищі оцінки отримали аспекти «Якість проведення групових занять», «Якість індивідуальних консультацій» та «Рекомендація програми іншим військовослужбовцям». Найнижчі, хоча й досить високі, оцінки отримав аспект «Вплив програми на психологічне благополуччя».

Таким чином, розроблена програма психологічного супроводу військовослужбовців для підвищення рівня їх психологічного благополуччя є ефективним інструментом психологічної підтримки військовослужбовців на різних етапах



військової служби. Програма враховує специфічні особливості та фактори психологічного благополуччя військовослужбовців з різним терміном служби, що забезпечує її високу ефективність та практичну значущість. Апробація програми показала її позитивний вплив на психологічне благополуччя військовослужбовців, що підтверджується статистично значущими змінами показників психологічного благополуччя та високими оцінками ефективності програми з боку її учасників (середні оцінки за 10-бальною шкалою від 8,43 до 9,32), особливо відзначаючи практичну корисність отриманих навичок та якість проведення занять.

Висновки. Комплексний аналіз результатів емпіричного дослідження психологічного благополуччя військовослужбовців з різним терміном служби дозволив сформулювати наступні висновки:

Психологічне благополуччя військовослужбовців має специфічні особливості залежно від терміну перебування на службі, які проявляються у різних рівнях стресостійкості та адаптивності. Рівень психологічного благополуччя має нелінійну залежність від терміну служби: найвищі показники спостерігаються у військовослужбовців з терміном служби від 3 до 10 років, тоді як у групах з терміном служби до 3 років та понад 10 років ці показники нижчі.

Структура психологічного благополуччя військовослужбовців включає три основні фактори: емоційну стабільність, соціальну інтеграцію та професійну самореалізацію. Вага цих факторів відрізняється у військовослужбовців з різним терміном служби: у першій групі (термін служби до 3 років) найбільшу вагу має фактор емоційної стабільності, у другій групі (термін служби від 3 до 10 років) – фактор професійної самореалізації, у третій групі (термін служби понад 10 років) – фактор соціальної інтеграції.

Основними предикторами психологічного благополуччя військовослужбовців є адаптивність, емоційний комфорт, прийняття себе, спрямованість на професійну самореалізацію та соціальне благополуччя. Значущість цих предикторів відрізняється у військовослужбовців з різним терміном служби: у першій групі найсильнішими предикторами є адаптивність та емоційний комфорт, у другій групі – спрямованість на професійну самореалізацію та адаптивність, у третій групі – соціальне благополуччя та прийняття інших.

Існує статистично значущий взаємозв'язок між показниками психологічного благополуччя та адаптивності військовослужбовців ($r=0,78$; $p<0,001$), що підтверджує гіпотезу дослідження про зв'язок між психологічним благополуччям та адаптивністю військовослужбовців.

За рівнем психологічного благополуччя можна виділити три типологічні групи військовослужбовців: з високим, середнім та низьким рівнем. Розподіл військовослужбовців за цими групами суттєво відрізняється залежно від терміну служби: серед військовослужбовців з терміном служби від 3 до 10 років



переважають особи з високим рівнем психологічного благополуччя (55%), тоді як серед військовослужбовців з терміном служби до 3 років та понад 10 років переважають особи з середнім та низьким рівнем.

Отримані результати дослідження підтверджують гіпотезу про те, що психологічне благополуччя військовослужбовців має специфічні особливості залежно від терміну перебування на службі, які проявляються у різних рівнях стресостійкості та адаптивності. Виявлені закономірності свідчать про необхідність диференційованого підходу до психологічного супроводу військовослужбовців з різним терміном служби, що враховує специфічні фактори їх психологічного благополуччя.

Перспективи подальших наукових розвідок пов'язані з продовженням створення науково обґрунтованих програм психологічної підтримки, що враховують специфіку впливу хронічного бойового стресу та сприяють збереженню психологічного благополуччя військовослужбовців у тривалій перспективі. Необхідним є дослідження ефективності різних форм психологічної допомоги, у тому числі дистанційних модулів підтримки, та розробка системи моніторингу психологічного стану військових для раннього виявлення ознак психологічного неблагополуччя та своєчасного надання психологічної допомоги.

Література

1. Гайдук В. В., Гніда Т. Б., Корнієнко І. О., Лунченко Н. В., Луценко Ю. А., Романовська Д. Д. Технології психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (з досвіду роботи). – Київ : Ніка-Центр, 2021. – 208 с.
2. Благополуччя особистості як мета психологічних і соціальних практик : матеріали всеукраїнського науково-практичного семінару / за ред. Ю. М. Швалба. – Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2019. – 112 с.
3. Бойченко А. В. Психологічні особливості становлення автономності особистості в умовах війни // Гуманітарні студії: історія та педагогіка. – 2021. – № 1(01). – С. 125–128.
4. Верник О. Л. Сучасні підходи до проблеми благополуччя в психології: експсихологічний аспект // Благополуччя особистості vs благополуччя середовища: антиномія сучасного способу життя : матеріали науково-практичного круглого столу. – Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2019. – С. 5–8.
5. Данильченко Т. В. Основи психології благополуччя особистості : навч.-метод. посіб. – Чернігів : Десна Поліграф, 2022. – 248 с.
6. Дворник М. С. Психологічне благополуччя особистості під час переходу від війни до миру // Наукові студії із соціальної та політичної психології : зб. статей. – 2020. – Вип. 45(48). – С. 79–88.
7. Дворник М. С. Дистанційні модулі підтримання психологічного благополуччя особистості в період очікування миру // Виміри особистісних трансформацій : матеріали IV Всеукраїнського науково-практичного семінару / за ред. Т. М. Титаренко. – Київ : ІСП НАПН України, 2021. – С. 11–15.
8. Дуб В. Соціокультурні характеристики ціннісних орієнтацій вимушених переселенців // Проблеми гуманітарних наук. Психологія. – 2021. – Вип. 49. – С. 61–71.



9. Духневич В. М. Психологічне благополуччя професіонала як умова його ефективної діяльності (на прикладі професії психолога) : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. – Київ, 2002. – 193 с.

10. Забаровська С. М., Кресан О. Д. Методика дослідження психологічного благополуччя особистості // Психологічний часопис. – 2021. – Т. 7, № 9. – С. 99–107. – DOI: 10.31108/1.2021.7.9.8.

11. Заушнікова М. Ю., Тонкопей Ю. Л., Петухова І. О. Динаміка рівня тривожності здобувачів вищої освіти у прикордонному регіоні в умовах війни // Габітус. – 2023. – Вип. 45. – С. 59–63. – DOI: 10.32782/2663-5208.2023.45.9.

12. Ільїна Ю. М. Психологічна модель успішності в кризові періоди: онтологія проблематики [Електронний ресурс]. – 2008. – Режим доступу: <http://www.newlearning.org.ua/sites/default/files/praci/zbirnyk-2008/6.htm> (дата звернення: 26.10.2025).

13. Каргіна Н. В. Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя: теоретичний аспект // Наука і освіта. – 2015. – № 3. – С. 48–55.

14. Каргіна Н. В. Ресурси та чинники психологічного благополуччя особистості : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. – Одеса, 2018. – 281 с.

15. Корольчук М. С., Крайнюк В. М. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах : навч. посіб. – Київ : Ніка-Центр, 2006. – 580 с.

16. Нестеренко М. О. Роль особистісних ресурсів у адаптації вимушених переселенців до нових умов життя // Гуманітарні студії: історія та педагогіка. – 2021. – № 1(01). – С. 200–202.

17. Педоренко В. М. Особливості психоемоційного стану переселенців в умовах іншої країни (на прикладі Німеччини) // Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія. – 2023. – № 5. – С. 5–10.

18. Петухова І. О., Заушнікова М. Ю., Клевець Л. М. Способи зниження рівня тривоги населення в умовах війни // Вісник Національного університету оборони України. – 2022. – Вип. 4(68). – С. 123–129. – DOI: 10.33099/2617-6858-2022-68-4-123-129.

References

1. Haiduk, V. V., Hnida, T. B., Korniienko, I. O., Lunchenko, N. V., Lutsenko, Yu. A., & Romanovska, D. D. (2021). Tekhnolohii psykhosotsialnoi dopomohy ditiam i simiam, shcho opynylysia u skladnykh zhyttievykh obstavynakh vnaslidok viiskovykh dii (z dosvidu roboty) [Technologies of psychosocial assistance to children and families in difficult life circumstances due to military actions (from work experience)]. Kyiv: Nika-Tsentr [in Ukrainian].

2. Shvalb, Yu. M. (Ed.). (2019). Blahopoluchchia osobystosti yak meta psykholohichnykh i sotsialnykh praktyk: materialy vseukrainskoho naukovo-praktychnoho seminaru [Personality well-being as a goal of psychological and social practices: Materials of the All-Ukrainian scientific-practical seminar]. Kyiv: H. S. Kostiuk Institute of Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine [in Ukrainian].

3. Boichenko, A. V. (2021). Psykholohichni osoblyvosti stanovlennia avtonomnosti osobystosti v umovakh viiny [Psychological features of personality autonomy formation in war conditions]. Naukovyi zhurnal "Humanitarni studii: istoriia ta pedahohika" – Scientific Journal "Humanities Studies: History and Pedagogy", 1(01), 125–128 [in Ukrainian].

4. Vernyk, O. L. (2019). Suchasni pidkhody do problemy blahopoluchchia v psykholohii: ekopsykholohichniy aspekt [Modern approaches to the problem of well-being in psychology: Ecopsychological aspect]. In Blahopoluchchia osobystosti vs blahopoluchchia seredovyscha antynomiia suchasnoho sposobu zhyttia: materialy naukovo-praktychnoho kruhloho stolu (pp. 5–8). Kyiv: H. S. Kostiuk Institute of Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine [in Ukrainian].



5. Danylchenko, T. V. (2022). *Osnovy psykholohii blahopoluchchia osobystosti: navchalno-metodychnyi posibnyk* [Fundamentals of the psychology of personality well-being: Educational-methodical manual]. Chernihiv: Desna Polihraf [in Ukrainian].

6. Dvornyk, M. S. (2020). *Psykholohichne blahopoluchchia osobystosti pid chas perekhodu vid viiny do myru* [Psychological well-being of personality during the transition from war to peace]. *Naukovi studii iz sotsialnoi ta politychnoi psykholohii: zbirnyk statei* – Scientific Studies in Social and Political Psychology: Collection of Articles, 45(48), 79–88 [in Ukrainian].

7. Dvornyk, M. S. (2021). *Dystantsiini moduli pidtrymannia psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti v period ochikuvannia myru* [Distance modules for maintaining psychological well-being of personality in the period of peace expectation]. In T. M. Tytarenko (Ed.), *Vymiry osobystisnykh transformatsii: materialy IV Vseukrainskoho naukovo-praktychnoho seminaru* (pp. 11–15). Kyiv: Institute for Social and Political Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine [in Ukrainian].

8. Dub, V. (2021). *Sotsiokulturni kharakterystyky tsinnisnykh oriantatsii vymushenykh pereselentsiv* [Sociocultural characteristics of value orientations of forced migrants]. *Problemy humanitarnykh nauk. Psykholohiia* – Problems of Humanities. Psychology, 49, 61–71 [in Ukrainian].

9. Dukhnevych, V. M. (2002). *Psykholohichne blahopoluchchia profesionala yak umova yoho efektyvnoi diialnosti (na prykladi profesii psykholoha)* [Psychological well-being of a professional as a condition for effective activity (on the example of psychologist profession)] (Candidate's thesis). Taras Shevchenko National University of Kyiv [in Ukrainian].

10. Zabarovska, S. M., & Kresan, O. D. (2021). *Metodyka doslidzhennia psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti* [Methods of researching psychological well-being of personality]. *Psykholohichniy chasopys* – Psychological Journal, 7(9), 99–107. DOI: 10.31108/1.2021.7.9.8 [in Ukrainian].

11. Zaushnikova, M. Yu., Tonkopei, Yu. L., & Pietukhova, I. O. (2023). *Dynamika rivnia tryvozhnosti zdobuvachiv vyshchoi osvity u prykordonnomu rehioni v umovakh viiny* [Dynamics of anxiety level of higher education students in the border region during war]. *Naukovyi zhurnal "Habitus"* – Scientific Journal "Habitus", 45, 59–63. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.45.9> [in Ukrainian].

12. Ilna, Yu. M. (2008). *Psykholohichna model uspishnosti v kryzovi periody: ontolohiia problematyky* [Psychological model of success in crisis periods: Ontology of the problem]. Retrieved from <http://www.newlearning.org.ua/sites/default/files/praci/zbirnyk-2008/6.htm> [in Ukrainian].

13. Karhina, N. V. (2015). *Osnovni pidkhody do vyvchennia psykholohichnoho blahopoluchchia: teoretychnyi aspekt* [Main approaches to studying psychological well-being: Theoretical aspect]. *Nauka i osvita* – Science and Education, 3, 48–55 [in Ukrainian].

14. Karhina, N. V. (2018). *Resursy ta chynnyky psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti* [Resources and factors of psychological well-being of personality] (Candidate's thesis). K. D. Ushynsky South Ukrainian National Pedagogical University, Odesa [in Ukrainian].

15. Korolchuk, M. S., & Krainiuk, V. M. (2006). *Sotsialno-psykholohichne zabezpechennia diialnosti v zvychainykh ta ekstremalnykh umovakh: navchalnyi posibnyk* [Social-psychological support of activities in normal and extreme conditions: Educational manual]. Kyiv: Nika-Tsent [in Ukrainian].

16. Nesterenko, M. O. (2021). *Rol osobystisnykh resursiv u adaptatsii vymushenykh pereselentsiv do novykh umov zhyttia* [The role of personal resources in adaptation of forced migrants to new living conditions]. *Naukovyi zhurnal "Humanitarni studii: istoriia ta pedahohika"* – Scientific Journal "Humanities Studies: History and Pedagogy", 1(01), 200–202 [in Ukrainian].



17. Pedorenko, V. M. (2023). Osoblyvosti psykhoemotsinoho stanu pereselentsiv v umovakh inshoi krainy (na prykladi Nimechchyny) [Features of psycho-emotional state of migrants in another country (on the example of Germany)]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriya: Psykholohiia* – Scientific Bulletin of Uzhhorod National University. Series: Psychology, 5, 5–10 [in Ukrainian].

18. Pietukhova, I. O., Zaushnikova, M. Yu., & Klevets, L. M. (2022). Sposoby znyzhennia rivnia tryvohy naselennia v umovakh viiny [Methods of reducing the level of anxiety of the population in war conditions]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy* – Bulletin of the National University of Defense of Ukraine, 4(68), 123–129. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-68-4-123-129> [in Ukrainian].

