

Науково-дослідний центр гуманітарних проблем
Збройних Сил України



МАТЕРІАЛИ
IV міжвідомчого науково-практичного семінару

ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ
ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ
В УМОВАХ ВІЙНИ

17 листопада 2025 року

Київ – 2025

УДК 355. 02: 316. 346. 2-055. 2

*Рекомендовано до друку науковою радою Науково-дослідного центру
гуманітарних проблем Збройних Сил України
(протокол № 16 від 17.11.2025 р.).*

*За загальною редакцією
начальника Науково-дослідного центру гуманітарних проблем
Збройних Сил України
В.М. Мороза*

Психологічне забезпечення Збройних Сил України в умовах війни.
Матер. IV міжвідомч. наук.-практ. семінару (Київ, 17 листопада 2025 р.). Наук.-
дослідн. центр гуманіт. проблем ЗС України. За заг. ред. В.М. Мороза. К. : НДЦ
ГП ЗС України, 2025. 122 с.

У збірнику представлено тези доповідей теоретичних та практичних
результатів наукових досліджень з питань психологічного забезпечення
(психологічної підтримки персоналу) у Збройних Силах України в умовах
російсько-української війни.

Матеріали подано в авторській редакції. Відповідальність за зміст, точність
фактів, цитат, цифр і прізвищ несуть автори.

© Науково-дослідний центр гуманітарних
проблем Збройних Сил України, 2025.

З М І С Т

	Стор
Вступне слово	5
<i>АЙМЕДОВ К.В.</i> Медико-психологічна реабілітація та соціальний супровід військовослужбовців з наслідками бойового стресу	6
<i>БРЮХНО О.Г.</i> Особливості переживання стресу очікування членами сімей військовослужбовців, які зникли безвісти за особливих обставин	9
<i>ВІННИК Н.Д., СЕМЕНЕЦЬ Н.В.</i> Психологічна допомога жінкам у кризі руйнування сім'ї	13
<i>ГАНГАЛ А.В., КОНОНОВА І.В., ВОЛОШИНА Н.М.</i> Комплексна психологічна підготовка військовослужбовців Держспецзв'язку до виконання службових завдань у сучасних умовах	16
<i>КАТЕРИНКО І.І.</i> Вплив засобів масової комунікації на психіку військовослужбовців в умовах російсько-української війни	21
<i>КИРИЧЕНКО А.В., ДУДНИК Є.І.</i> Характер військового керівника як чинник ефективності прийняття управлінських рішень	24
<i>КІЩУК Л.А.</i> Взаємозв'язок тілесного Я з віртуальною реальністю у військовослужбовців в умовах повномасштабної війни	28
<i>КОКУН О.М.</i> Досвід психологічного відновлення після участі у бойових діях військовослужбовців армії оборони Ізраїлю	31
<i>КОЛЕСНІЧЕНКО О.С.</i> Моральна травма та прощення: новий погляд на психологічну реабілітацію учасників бойових дій	34
<i>КРУТЬ П.П., СТАДНІК А.В., ВАЩЕНКО І.В.</i> Феномен психологічної готовності особового складу сектору безпеки та оборони України до виконання завдань за призначенням: понятійно-термінологічний аналіз у соціально-антропологічному вимірі	37
<i>ЛЕЩЕНКО С.В.</i> Розвиток лідерських компетентностей сержантів у контексті психологічної підтримки військовослужбовців	41
<i>ЛИГУН Н.В., ОХРІМЕНКО І.М.</i> Відновлення психічного здоров'я учасників бойових дій методом позитивної психотерапії	43
<i>ЛОЗІНСЬКА Н.С., ПІШКО І.О.</i> Огляд моделей стресу: від основоположних до сучасних парадигм	48
<i>ЛОЗОВИЙ І.В.</i> Ефективна внутрішня комунікація як чинник моральної стійкості військовослужбовців	60
<i>МІЛЕВСЬКИЙ Б.В.</i> Порівняльний аналіз інноваційних методологій та досвіду США для оптимізації системи соціального супроводу в Україні	64

- Wayland, S., Maple, M., & McKay, K. (2025). Ambiguous grief: The silent struggle of families of missing persons. DNA Doe Project. <https://dnadoeproject.org/ambiguous-grief/>
- Women for Women International. (2025). The pain of not knowing: Ambiguous grief in conflict zones. <https://womenforwomen.org.uk/blog/-ambiguous-grief-conflict-zones>
- Харківська правозахисна група. (2024). Чого потребують і які перешкоди долають сім'ї зниклих безвісти. <https://khpgr.org/1608813921>
- Харківський інститут соціальних досліджень. (2024). Потреби сімей зниклих безвісти. <https://khisr.kharkov.ua/wp-content/uploads/2024/08/1722407937-1.pdf>

Вінник Н. Д., к.психол.н., с.н.с.,
Семенець Н. В., магістр,
КСУ ім. Бориса Грінченка

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ЖІНКАМ У КРИЗІ РУЙНУВАННЯ СІМ'Ї

У сучасних соціокультурних умовах України, зокрема в період воєнних дій та підвищеної соціальної напруги, проблема психологічної підтримки жінок, які переживають кризу сім'ї, набуває особливої актуальності. Сучасна українська сім'я перебуває у стані трансформації, спричиненої соціальними, економічними та воєнними викликами. У цих умовах криза сім'ї дедалі частіше переходить у кризу її руйнування, що проявляється не лише в юридичному розлученні, а й у глибокому емоційному розпаді стосунків, дезорганізації сімейних ролей і втраті почуття безпеки.

Теоретичний аналіз було спрямовано на виявлення наукових підходів до вивчення феномену кризи руйнування сім'ї як соціально-психологічного процесу та визначення особливостей психологічної допомоги жінкам, які її переживають. Здійснено узагальнення поглядів сучасних українських і зарубіжних науковців, серед яких М. Швед, М. Дужа-Задорожна, М. Пукаляк, О. Савельєва, І. Цимбал, О. Кляпець, О. Столярчук, Л. Балачій, Л. Карамушка, К. Терещенко, О. Креденцер, Н. Федоренко, Т. Мельничук та Т. Яблонська.

Так, у роботах українських вчених сім'ї в кризі визначаються як системи з глибокими структурними порушеннями у щоденному функціонуванні, де ресурси адаптації недостатні для стабільності. Згідно з дослідженнями О. Кляпець, сімейна криза, що потенційно може призвести до руйнування сім'ї, виникає внаслідок порушення динамічної рівноваги сімейної системи під впливом

зовнішніх подій або внутрішніх суперечностей. Коли звичні механізми адаптації стають неефективними, сім'я втрачає здатність до саморегуляції, що веде до емоційного відчуження та дезінтеграції (Кляпець, 2021). О. Столярчук розглядає як деструктивний чинник подружню зраду, що призводить до глибокого порушення подружньої взаємодії, зниження довіри й ініціює руйнацію шлюбу як психологічного та соціального союзу (Столярчук, 2019).

Отже, криза руйнування сім'ї – це гострий період дезінтеграції сімейної системи, коли подружні або партнерські стосунки фактично розпадаються або перебувають на межі розпаду. Вона проявляється стійким конфліктом і/або емоційним відчуженням, втратою довіри, порушенням сімейних ролей і меж, підвищеною тривогою та дистресом у членів сім'ї.

За допомогою емпіричного дослідження ми дослідили наслідки кризи руйнування сім'ї для жінок (n=30 осіб) за допомогою Шкали генералізованого тривожного розладу (GAD-7) (Спітцер, та ін., 2006) та Опитувальника «Індекс благополуччя ВООЗ-5» (WHO-5 WELL-BEING INDEX) (Карамушка та ін., 2023).

Проведене емпіричне дослідження дозволило виявити особливості емоційного стану жінок, які перебувають у кризі руйнування сім'ї. Аналіз результатів рівня тривожності (GAD-7) показав, що високий рівень тривожності (15–21 бал) спостерігається у 12 жінок (40 % вибірки). Це свідчить про наявність виражених симптомів генералізованого тривожного розладу – постійного відчуття напруги, передчуття небезпеки, порушень сну й концентрації уваги. Помірний рівень тривожності (10–14 балів) виявлено у 11 жінок (36,7 %), що відображає хронічне емоційне виснаження та труднощі в подоланні стресових подій. Низький рівень тривожності (5–9 балів) мають 7 жінок (23,3 %), у яких спостерігається відносна емоційна стабільність, хоча можуть бути окремі прояви ситуативної тривоги, пов'язані з актуальними життєвими труднощами.

Отже, понад три чверті (76,7 %) респонденток демонструють підвищений рівень тривожності, що вказує на необхідність системної психологічної підтримки, спрямованої на зниження напруги та розвиток адаптивних копінг-механізмів.

За результатами індексу благополуччя WHO-5, дуже низький рівень благополуччя (0–28 балів) виявлено у 11 жінок (36,7 % вибірки). Глибоке емоційне виснаження. Знижений рівень благополуччя (29–50 балів) характерний для 10 жінок (33,3 %), що відображає емоційне виснаження, втрату задоволення від щоденного життя та потребу у відновленні ресурсів. Середній рівень благополуччя (51–75 балів) мають 7 жінок (23,3 %) – вони частково зберігають позитивне сприйняття життя, однак потребують підтримки для стабілізації емоційного стану. Лише 2 жінки (6,7 %) продемонстрували високий рівень благополуччя (76–100 балів), що може свідчити про ефективні внутрішні ресурси саморегуляції.

Кореляційний аналіз між показниками GAD-7 і WHO-5 засвідчив зворотний зв'язок між рівнем тривожності та показником емоційного благополуччя: чим вищий рівень тривожності, тим нижчий рівень життєвої задоволеності. Це підтверджує взаємозалежність емоційних та адаптаційних процесів у кризі руйнування сім'ї. Отримані результати свідчать, що більшість жінок у стані сімейної кризи демонструють емоційну дестабілізацію, виснаження та зниження психологічного тону, що відповідає описанам у літературі проявам деструктивної фази сімейної кризи (Кляпець, 2021; Федоренко, 2007; Melnychuk & Yablonska, 2017).

Отримані результати підтверджують, що емоційна сфера жінок у кризі руйнування сім'ї перебуває у стані значного напруження, а рівень їхнього психологічного благополуччя істотно знижений. Виявлені особливості емоційних і поведінкових реакцій свідчать про потребу у цілеспрямованій психологічній підтримці, спрямованій на стабілізацію внутрішнього стану, зниження тривожності, відновлення ресурсу та формування стратегій подолання кризи.

Список використаних джерел:

- Балачій, Л. О. (2024). Психологічний вплив військової служби на сімейні стосунки: адаптація військовослужбовців та їхніх родин. *Universum*, (14), 409–416.
- Карамушка, Л. М., Терещенко, К. В., & Креденцер, О. В. (2023). Психологічне благополуччя особистості: методичні рекомендації. К.: Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. 162 с.
- Кляпець, О. Я. (2021). Терапевтичний потенціал сім'ї як чинник виходу її із кризи, зумовленої переживанням травматичних подій. *Соціальна психологія*, (3), 52–58.
- Москалець, В. П. (2023). Резильєнтність як фактор подолання сімейних криз. *Вісник психології і соціальної роботи*, (1), 27–34.
- Савельєва, О. М., & Цимбал, І. В. (2020). Психологічна підтримка жінок у кризі розлучення. *Психологічний журнал*, 2(7), 45–56.
- Спітцер, Р. Л., Кроенке, К., Вільямс, Д., Льове, Б. (2006) Короткий показник для оцінки генералізованого тривожного розладу: Gad-7. *Arch Intern Med*. 2006; 166(10):1092–1097. doi:10.1001/archinte.166.10.
- Столярчук, О. (2019). Подружні зради як чинник руйнування шлюбних стосунків. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, (44), 36–41.
- Федоренко, Н. П. (2007). Соціально-психологічні аспекти кризових сімей. *Практична психологія та соціальна робота*, (8), 9–14.
- Швед, М., Дужа-Задорожна, М., & Пукаляк, М. (2023). Сім'я в кризі: поняття та підходи до діагностики дисфункцій. *Український журнал освітніх досліджень*, (4), 39–45.
- Яблонська, Т. М. (2004). Актуальні проблеми дослідження сучасної сім'ї в Україні. *Український соціум*, (2–4), 58–67.

Melnychuk, T., & Yablonska, T. (2017). Psychological support for families during crises (as exemplified by families members of Ukrainian war veterans). *Psychological Journal*, 3(12), 139–147.

Гангал А. В., к.філос.н., доцент

Кононова І. В., к.т.н., доцент

Волошина Н. М., к.філос.н., доцент

ІСЗЗІ КПІ ім. Ігоря Сікорського

КОМПЛЕКСНА ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДЕРЖСПЕЦЗВ'ЯЗКУ ДО ВИКОНАННЯ СЛУЖБОВИХ ЗАВДАНЬ У СУЧАСНИХ УМОВАХ

Психологічної готовності військовослужбовців до виконання службових завдань слід поділяти на: загальну підготовку (для всіх військовослужбовців) та спеціальну підготовку (формування унікальних якостей для конкретної спеціальності). Цей процес має бути комплексним, поєднуючи інституційно-організаційний підхід із індивідуальним та диференційованим.

Психологічна підготовка не лише є частиною загальної підготовки до виконання службових завдань, а й слугує основою розвитку особистості фахівця Держспецзв'язку. Тому вона повинна здійснюватися комплексно за визначеними напрямками:

- психологічна підготовка до виконання службових завдань;
- формування психічної стійкості й готовності до військово-бойової діяльності;
- процес інтеріоризації соціальних норм необхідних для ефективної військової (бойової) діяльності;
- формування паттернів безпеки військової (бойової) діяльності.

І напрям – психологічна підготовка до виконання службових завдань. Психологічна підготовка – це системний процес формування у військовослужбовців психічної стійкості та готовності діяти в складних, небезпечних і динамічних умовах. Її сутність полягає у розвитку психологічної готовності, адаптації до стресових чинників, засвоєнні знань щодо подолання психологічних навантажень і здатності швидко реагувати на зміну обстановки.

За змістом психологічна підготовка охоплює комплекс заходів, спрямованих на формування у військовослужбовців і колективів стійких психічних якостей, необхідних для ефективної військової (бойової) діяльності. Вона здійснюється під