

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ У БОЙОВИХ УМОВАХ: ВИКЛИКИ СУЧАСНОСТІ

Алещенко Віктор Іванович¹, Кокун Олег Матвійович²

¹Доктор психологічних наук, професор; Заслужений працівник соціальної сфери України; провідний науковий співробітник науково-дослідної лабораторії проблем філософії війни, історії військової педагогіки та культури кафедри суспільних наук Національного університету оборони України, м. Київ (Україна)
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-1560-7318>

²Доктор психологічних наук, професор, дійсний член Національної академії педагогічних наук України; заступник директора з науково-інноваційної роботи Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України, м. Київ (Україна); головний науковий співробітник Науково-дослідного центру гуманітарних проблем Збройних Сил України, м. Київ (Україна)
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-1793-8540>

UDC: 159.96:351.74

АНОТАЦІЯ

У статті розглянуто питання психологічного супроводу військовослужбовців у бойових умовах, акцентуючи увагу на необхідності реформування системи морально-психологічного забезпечення (МПЗ) у Збройних Силах України. Проаналізовано основні психологічні проблеми військових, зокрема хронічний бойовий стрес, психоемоційне вигорання та посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Окреслено сучасні підходи до психологічної підтримки, включаючи використання цифрових технологій, мобільних платформ, кризової інтервенції та внутрішньо-комунікаційної роботи. Особлива увага приділена ролі командирів у психологічному забезпеченні особового складу та необхідності їх спеціалізованої підготовки. Запропоновано конкретні напрями реформування психологічної служби, що включають модернізацію підходів до підготовки фахівців, впровадження нових методик психореабілітації та інтеграцію світового досвіду. Визначено перспективи подальших досліджень у сфері військової психології та реабілітації військових після бойових дій.

Ключові слова: психологічна підтримка, особовий склад, бойовий стрес, морально-психологічне забезпечення, військова психологія, психологічна реабілітація, внутрішньо-комунікаційна робота.

Постановка проблеми. Сучасні війни вимагають не лише передових технологій та озброєння, але й високого рівня психологічної готовності військовослужбовців. Головним орієнтиром розвитку Збройних Сил України залишається людина, адже саме її морально-психологічний стан, стресостійкість і здатність до швидкої адаптації в умовах бойових дій є ключовими чинниками боєздатності армії (Aleshchenko, 2023). Турбота про військовослужбовця, збереження його психічного та

фізичного здоров'я, підтримка його духовно-моральних цінностей та соціального самопочуття є вирішальними умовами успіху у воєнному протистоянні.

Війна — це випробування не лише матеріальних ресурсів, але й людської волі та стійкості. Як показує історичний досвід, навіть найсучасніше озброєння втрачає свою ефективність без вмотивованого та психологічно підготовленого особового складу. Військовослужбовці, що перебувають у стані хроні-

Address for correspondence, e-mail: editpsychas@gmail.com
Copyright: © Viktor Aleshchenko, Oleg Kokun

This is an Open Access journal, all articles are distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International (CC BY-NC-SA 4.0) License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>), allowing third parties to copy and redistribute the material in any medium or format and to remix, transform, and build upon the material, provided the original work is properly cited and states its license.

чного бойового стресу, стикаються з ризиком емоційного виснаження, втрати бойового духу та порушень у прийнятті рішень (Kokun et al., 2015). У таких умовах важливу роль відіграє психологічний супровід, який спрямований на підтримку психоемоційного стану бійців, їхню адаптацію до екстремальних ситуацій та зниження впливу бойового стресу.

З огляду на виклики сучасного воєнного часу, необхідно сформувати дієву систему психологічного супроводу військовослужбовців, що базуватиметься на сучасних наукових підходах, міжнародному досвіді та ефективних практиках психологічної допомоги в бойових умовах. Основними проблемами, що вимагають нагального вирішення, є:

Недостатня інтеграція психологічної підготовки у загальну систему бойової підготовки військовослужбовців.

Недостатня кількість кваліфікованих військових психологів, які можуть ефективно працювати в зоні бойових дій.

Відсутність єдиної системи моніторингу психоемоційного стану особового складу.

Потреба у впровадженні сучасних методик психологічної реабілітації для військових, що зазнали бойового стресу.

Реформування Головного управління морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України та його підрозділів покликане стати не лише зміною структури та назв, а й системним вдосконаленням підходів до психологічного супроводу військових. Важливо, щоб нові реформи базувалися на комплексному підході до психологічної підтримки бійців, охоплюючи всі етапи їхнього війсь-

кового шляху – від підготовки до реабілітації після бойових дій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика військової психології та морально-психологічного забезпечення (МПЗ) широко досліджується як в Україні, так і за кордоном. Українські вчені, зокрема Aleshchenko (2022), Aleshchenko & Osyodlo (2024), Aleshchenko & Khmilyar (2025), Klochkov (2023), Kokun et al. (2019), Stasyuk et al. (2025) та ін., наголошують на необхідності комплексного реформування системи роботи з особовим складом Збройних Сил України у контексті нових викликів, пов'язаних із сучасною війною. Згідно з їхніми дослідженнями, ключовим завданням є наповнення психологічного супроводу новим змістом, що забезпечить покращення бойової готовності, мотивації та стресостійкості військових.

На міжнародному рівні проблематика військової психології досліджується у працях таких науковців, як Bartone (2006), Adler et al. (2011), Nash (2019). Вони розглядають морально-психологічне забезпечення як комплекс заходів, спрямованих на підтримку психоемоційного стану військовослужбовців, їхню стресостійкість та бойову ефективність. Зокрема, Bartone (2006) акцентує увагу на важливості лідерства у формуванні бойового духу, тоді як Nash (2019) розробляє підходи до зниження наслідків бойового стресу шляхом спеціальних програм психологічної адаптації.

Бойовий стрес є одним із найбільш руйнівних психологічних чинників у військовій діяльності. У наукових працях Klochkov (2023) та Kokun et al. (2020, 2023) зазначаєть-

ся, що бойовий стрес впливає не лише на емоційний стан військових, але й на їхню фізіологію, що може призводити до посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Дослідження Brewin et al. (2017) підтверджують, що у 30-50% військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, спостерігаються стійкі симптоми ПТСР, що суттєво впливають на їхню соціальну адаптацію.

Для зменшення негативного впливу бойового стресу застосовуються різні підходи, серед яких:

Когнітивно-поведінкова терапія (СРТ) – ефективний метод, що допомагає військовим переосмислити травматичний досвід (Resick et al., 2016).

Програми підвищення стресостійкості (MRT – Master Resilience Training), які успішно впроваджені в арміях США та Великої Британії (Cornum et al., 2011).

Методика групової психологічної підтримки та ритуалів «психологічного розвантаження», що активно застосовується у Збройних Силах України (Kokun et al., 2023).

З початку повномасштабної війни в Україні було здійснено низку реформ, спрямованих на покращення психологічного забезпечення військовослужбовців. Впровадження нових підходів до морально-психологічного забезпечення здійснювалося в рамках стратегічних ініціатив Міністерства оборони України та Головного управління МПЗ Збройних Сил України (Aleshchenko & Osyodlo, 2024), Klochkov (2023).

Основні зміни в системі психологічного супроводу включають:

Посилення ролі військових психологів

та їх інтеграція в бойові підрозділи.

Введення курсів з управління стресом для командного складу.

Співпраця з цивільними психологами та міжнародними організаціями, такими як NATO Psychological Resilience Initiative.

Впровадження програм післябойової реабілітації, зокрема у військових шпиталях та центрах психологічної адаптації.

Однак, залишається низка невирішених проблем: нестача професійних військових психологів, відсутність єдиної системи оцінки морально-психологічного стану військовослужбовців та недостатня інтеграція психологічних методик у загальну військову підготовку (Aleshchenko, 2023; Klochkov, 2023).

Аналіз світової практики щодо підходів до підтримки морального стану військовослужбовців свідчить, що у зарубіжних збройних силах широко застосовуються різноманітні моделі. Наприклад, у США активно використовується програма «Comprehensive Soldier and Family Fitness» (CSF2), спрямована на покращення психологічної стійкості солдатів та їхніх сімей (Casey, 2011). У британській армії особливу увагу приділяють моделі «TRiM» (Trauma Risk Management) – системі раннього виявлення бойового стресу, яка дозволяє мінімізувати його наслідки та забезпечує швидке психологічне втручання (Greenberg et al., 2020). В Ізраїлі акцент робиться на психологічній підготовці бійців ще до початку бойових дій, що значно знижує рівень ПТСР у військових (Solomon & Mikulincer, 2006). Попри різноманітність підходів, ключовим фактором успішного морально-психологічного забезпечення залишається

його інтеграція у військову підготовку та командну культуру (Adler et al., 2011).

Аналіз наукової літератури та практичного досвіду дозволяє виділити **кілька основних проблем, що залишаються нерозв'язаними** у сфері психологічного супроводу військовослужбовців:

- Недостатня кількість військових психологів та їхня висока професійна перевантаженість.
- Відсутність системної підготовки командирів у сфері морально-психологічного забезпечення.
- Обмежений доступ до якісної психологічної реабілітації для військових після бойових дій.
- Низький рівень інтеграції сучасних методик психологічної підготовки у бойову підготовку військовослужбовців.
- Потреба у розширенні міжнародної співпраці щодо обміну досвідом у сфері військової психології.

Також серед **ключових викликів**, що постали перед професійною спільнотою військових та кризових психологів в умовах війни, можна виокремити:

- ⇒ дефіцит необхідних компетентностей і відсутність уніфікованого методичного інструментарію для роботи з військовослужбовцями та постраждалими від бойових дій;
- ⇒ незавершену інституціоналізацію стандартів психологічної допомоги, що ускладнює впровадження єдиних протоколів реагування;
- ⇒ відсутність дієвих алгоритмів подолання кризових обставин, адаптованих до ре-

- ⇒ лії бойових дій та їх наслідків;
- ⇒ недостатню адаптованість методів психологічного консультування до цифрових платформ і реляційних систем комунікації, що є критично важливим для дистанційної підтримки військових;
- ⇒ обмеженість ресурсів і недостатню якість підготовки психологічних кадрів, що призводить до дефіциту фахівців з відповідними навичками роботи у воєнних умовах;
- ⇒ низький рівень психологічної культури населення, що ускладнює звернення військових і цивільних до фахівців та підвищує ризики стигматизації психологічної допомоги;
- ⇒ відсутність системного збору та аналізу даних про отримувачів психологічної допомоги, їхні запити та реальні потреби;
- ⇒ недостатню координацію між державними структурами, волонтерськими ініціативами та громадськими організаціями, зокрема через відсутність єдиного координаційного центру, чіткої вертикалі управління та загальнодержавної програми психологічної допомоги військовим і цивільному населенню.

Таким чином, попри значний прогрес у вивченні бойового стресу та розробці методів психологічної допомоги військовослужбовцям, в Україні залишається чимало викликів, що потребують комплексного вирішення.

Мета статті Дана стаття присвячена дослідженню актуальних питань психологічного супроводу військовослужбовців у бойових умовах, аналізу сучасних методів психо-

логічної допомоги та розробці рекомендацій щодо вдосконалення психологічної роботи у Збройних Силах України.

Методи дослідження. Для досягнення мети статті використовувалися аналіз, синтез та узагальнення наукової літератури і нормативних документів.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Реформування системи морально-психологічного забезпечення у Збройних Силах України. За дорученням Головнокомандувача Збройних Сил України була створена робоча група для аналізу стану існуючої системи морально-психологічного забезпечення (МПЗ). На основі проведеного аналізу було виявлено, що хоча система в цілому виконує свої завдання, вона має низку проблемних аспектів, які потребують суттєвого реформування.

Серед основних причин необхідності змін можна назвати:

- зміну характеру бойових дій та зростання ролі психологічного фактору в сучасній війні;
- зростання рівня бойового стресу, емоційного вигорання та психологічних травм серед військовослужбовців;
- недостатню інтеграцію сучасних підходів до психологічної підтримки та реабілітації;
- застарілість методик морально-психологічної роботи, що не відповідають викликам сучасної війни.

Головна мета реформи полягає у модернізації підходів до психологічної підтримки військовослужбовців, адаптації їх до сучасних

умов ведення бойових дій та запровадження передових світових практик. Важливою складовою цього процесу є використання як власного досвіду понад 30-річної історії Збройних Сил України, так і досвіду армій іноземних держав, які брали участь у військових конфліктах. Успішні методики, перевірені часом та практикою, повинні залишатися «на озброєнні» психологічної служби.

До основних напрямів реформування належать:

1. Перехід від МПЗ до психологічної підтримки:

Зміщення акценту з традиційного морально-психологічного забезпечення на комплексну психологічну підтримку особового складу.

Розширення функцій військових психологів – не лише діагностування морально-психологічного стану військових, а й здійснення ними активних інтервенцій у процесах формування стресостійкості.

Інтеграція сучасних психотерапевтичних методик у роботу з військовослужбовцями, зокрема когнітивно-поведінкової терапії, емоційно-фокусованої терапії та інших підходів.

2. Структурна реорганізація системи психологічної підтримки:

Переформатування Головного управління морально-психологічного забезпечення у Головне управління психологічної підтримки особового складу.

Оптимізація роботи психологічних служб у військових частинах, підрозділах та на передовій.

Запровадження системи мобільних

груп психологічної підтримки, які зможуть оперативно працювати в бойових умовах.

3. Вдосконалення підготовки військових психологів:

Запровадження нових навчальних програм для військових психологів, які включають сучасні методики роботи зі стресом, ПТСР, емоційним вигоранням.

Міжнародне співробітництво та обмін досвідом з арміями НАТО та іншими союзниками України.

4. Розширення форм і методів психологічної підтримки:

Створення психологічних центрів відновлення для військовослужбовців, які повернулися з бойових завдань.

Використання цифрових технологій для моніторингу психологічного стану особового складу (наприклад, мобільних додатків для самодіагностики та отримання консультацій).

Запровадження програм психологічної реабілітації та ресоціалізації для звільнених у запас військовослужбовців.

Особлива увага має приділятися підтримці морального духу та психічної стійкості військовослужбовців у складних умовах бойових дій. Фахівці психологічної служби спільно з командирами підрозділів мають забезпечувати належний рівень психологічної підготовки особового складу, створювати в колективах бойову атмосферу, запобігати виникненню стресових розладів та емоційного вигорання.

Очікуваними результатами реформування мають стати: зменшення рівня бойового стресу та психотравматичних наслідків серед

військовослужбовців; підвищення загальної ефективності виконання бойових завдань; покращення морально-психологічного стану особового складу; зниження кількості випадків суїцидів серед військових; посилення соціальної адаптації ветеранів та військовослужбовців після повернення з фронту.

Загалом, реформування системи морально-психологічного забезпечення Збройних Сил України є необхідною умовою підвищення боєздатності армії, її психологічної стійкості та моральної згуртованості у протистоянні сучасним викликам війни.

Психологічна підтримка та внутрішньо-комунікаційна робота. Аналіз досвіду попередніх військових кампаній засвідчив необхідність посилення внутрішньо-комунікаційної (інформаційно-пропагандистської) роботи серед особового складу. В умовах сучасної війни, яка має не лише військовий, але й інформаційно-психологічний вимір, ця діяльність є одним із ключових чинників, що впливають на боєздатність підрозділів.

Основними завданнями внутрішньо-комунікаційної роботи у Збройних Силах України є:

Роз'яснення військовослужбовцям поставлених перед ними завдань – розуміння мети та важливості бойових дій підвищує рівень довіри до командування, зміцнює мотивацію та покращує дисципліну.

Формування мотивації до виконання бойових завдань – через регулярну комунікацію, історії успішних операцій, приклади героїзму та самопожертви військових.

Нейтралізація ворожої інформаційної

пропаганди – ворожі сили активно використовують інформаційно-психологічні операції, спрямовані на деморалізацію українських військових. Протидія цьому є важливим аспектом психологічної роботи.

Патріотичне виховання та зміцнення бойового духу військових – сприяє формуванню стійкої морально-психологічної основи у бійців, їх готовності до самопожертви заради України.

Популяризація Збройних Сил України через соціальні медіа та традиційні канали комунікації – сприяє створенню позитивного іміджу армії в суспільстві, залученню нових рекрутів і підтримці військових з боку населення.

З початком широкомасштабної агресії РФ особливу увагу приділено розробці та поширенню *контрпропагандистських матеріалів*, що протидіють дезінформації противника. Ворог активно використовує фейки, спрямовані на створення паніки, розчарування у власних силах та дискредитацію командування.

Для протидії цим загрозам слід постійно удосконалювати багаторівневу систему інформаційного захисту, яка включає:

- Оперативне виявлення та спростування фейків через офіційні канали Міністерства оборони, Генерального штабу та інших органів військового управління.
- Роз'яснювальну роботу з військовослужбовцями щодо методів інформаційної боротьби противника та способів протидії.
- Залучення аналітичних центрів та незалежних експертів для аналізу інформаційних загроз та підготовки рекомендацій.

цій.

- Розширення мережі військових блогерів та комунікаційників для донесення правдивої інформації через соціальні платформи.
- Значною частиною внутрішньокомунікаційної роботи є створення якісного медійного контенту, який відіграє ключову роль у підтримці бойового духу. Основні напрямки цієї діяльності можуть передбачати:
- Виробництво відеосюжетів, документальних фільмів, інформаційних роликів про героїзм українських військових, їхні історії, внесок у захист країни.
- Підтримку бойового духу через різні комунікаційні платформи, зокрема соціальні мережі, месенджери, друковані та онлайн-видання.
- Розширення військово-патріотичного контенту на телебаченні та радіо – трансляція аналітичних та документальних програм, виступів військових експертів та командирів.
- Створення освітніх матеріалів про українську військову історію для зміцнення національної ідентичності військовослужбовців.

Комплексна система внутрішньокомунікаційної роботи та психологічної підтримки має стати потужним інструментом збереження боєздатності Збройних Сил України. Вона здатна не лише підвищити морально-психологічний стан військовослужбовців, а й активно формувати їхню готовність до виконання бойових завдань у складних умовах сучасної війни.

Використання сучасних технологій у психологічному супроводі військових. Військові конфлікти сучасного типу вимагають нових підходів до забезпечення психологічної підтримки особового складу. Використання інноваційних технологій у сфері військової психології дозволяє оперативно реагувати на стресові стани, запобігати розвитку психічних розладів і підвищувати загальну стресостійкість військовослужбовців. Цифрові рішення роблять психологічну допомогу більш доступною та ефективною, особливо в умовах активних бойових дій.

Сучасні технології психологічного супроводу можна умовно поділити на кілька ключових напрямків: автоматизовані системи діагностики психоемоційного стану, мобільні додатки для самопомоги, польові кабінети психологічної підтримки, онлайн-консультації та застосування штучного інтелекту в аналізі психічного здоров'я військових.

Використання *автоматизованих систем діагностики* дозволяє швидко та об'єктивно оцінювати психологічний стан військовослужбовців. До таких систем належать:

Психофізіологічні тестові комплекси – програмно-апаратні системи, які аналізують рівень стресу, когнітивну функцію та емоційний стан військових на основі спеціальних опитувальників та біометричних показників.

Біометричні пристрої моніторингу стресу – спеціальні сенсори та смарт-браслети, що вимірюють серцевий ритм, варіабельність серцевого ритму, рівень кортизолу та інші фізіологічні параметри, що вказують на рівень напруги або втоми.

Віртуальні психологічні оцінки – вико-

ристання штучного інтелекту для аналізу голосових записів, міміки та поведінкових патернів військових, що допомагає виявляти ранні ознаки депресії, ПТСР або тривожних розладів.

Такі системи дозволяють проводити масовий скринінг психоемоційного стану військовослужбовців та своєчасно ідентифікувати тих, хто потребує додаткової психологічної підтримки.

Мобільні технології відіграють значну роль у забезпеченні психологічної підтримки військових у реальному часі. Нині вже розроблено низку мобільних застосунків, які сприяють контролю психічного здоров'я та надають можливість самопомоги в умовах бойових дій:

Програми для тренування стресостійкості – інтерактивні додатки з когнітивно-поведінковими вправами, що допомагають військовим краще керувати своїми емоціями та знижувати рівень стресу.

Віртуальні інструкції з кризової інтервенції – застосунки з алгоритмами дій у разі панічних атак, гострих стресових реакцій або травматичних подій.

Додатки для медитації та релаксації – програми, що містять дихальні техніки, аудіо-сеанси для зняття напруги та вправи з усвідомленості (mindfulness).

Цифрові щоденники самопостереження – мобільні журнали, що дозволяють військовим відстежувати свої емоційні стани, зміни настрою та фактори, що впливають на їхній психологічний стан.

Використання таких технологій сприяє формуванню культури самоконтролю за влас-

ним психічним здоров'ям та допомагає військовослужбовцям розвивати навички психологічної стійкості.

В умовах інтенсивного військового конфлікту важливо забезпечити військовим доступ до психологічної допомоги у будь-який час та з будь-якого місця. Для цього можуть використовуватися система онлайн-консультацій через захищені цифрові платформи та спеціалізовані гарячі лінії. Формати дистанційної психологічної підтримки можуть передбачати відео- та аудіоконсультації, чат-підтримку а також форумні платформи для взаємодопомоги. Забезпечення конфіденційності та анонімності військових під час отримання такої допомоги є критично важливим фактором, що впливає на ефективність цих заходів.

Отже, впровадження сучасних технологій у систему психологічного супроводу дозволяє значно покращити доступність та якість психологічної допомоги військовим, зменшити рівень бойового стресу та сприяти їхній швидкій реабілітації.

Психологічна підготовка командного складу. Командири відіграють ключову роль у підтримці морально-психологічного стану особового складу, адже саме вони формують атмосферу в підрозділі, задають тон взаємодії та виступають першою лінією психологічної підтримки військовослужбовців. В умовах бойових дій, коли військові стикаються з тривалими фізичними та емоційними навантаженнями, командири повинні володіти ефективними методами психологічної роботи для підтримки бойового духу, зниження рівня стресу та зміцнення згуртованості підрозділу.

Основні завдання психологічної підготовки командного складу включають:

Формування лідерських якостей та емоційного інтелекту для ефективного управління особовим складом.

Опанування методів психологічної підтримки військових у кризових ситуаціях.

Розвиток навичок комунікації для створення довірчої атмосфери у підрозділі.

Засвоєння стратегій управління стресом та зниження рівня психологічного виснаження як у себе, так і у підлеглих.

Залучення військових психологів і капеланів до організації морально-психологічного забезпечення підрозділу.

Основними напрямками психологічної підготовки командирів можна визначити такі:

1. Психологічна підтримка особового складу в бойових умовах – командири повинні бути здатні вчасно розпізнавати ознаки стресу, психологічного виснаження та бойового шоку у своїх підлеглих. Вони мають навчитися: виявляти ранні симптоми ПТСР, депресії та бойового виснаження; застосовувати методи кризового втручання у випадках панічних атак або гострих стресових реакцій; використовувати техніки психологічного заспокоєння та мотиваційного стимулювання; організувати заходи для відновлення морально-психологічного стану бійців після виконання бойових завдань.

2. Підтримка мотивації та бойового духу підлеглих – успішний командир має бути не лише стратегом і тактиком, а й натхненником, який здатен підтримати бойовий дух своїх підлеглих у будь-яких умовах. Для цього він повинен: володіти навичками психологіч-

ного впливу та мотиваційного лідерства; формувати в підлеглих почуття єдності, командного духу та відповідальності за спільну мету; створювати довірливу атмосферу у підрозділі, що сприяє згуртованості та взаємній підтримці; використовувати приклади військової історії, героїчних вчинків сучасних воїнів для підняття морального духу.

3. Взаємодія з військовими психологами – командири повинні не лише самостійно виконувати завдання психологічного впливу, а й ефективно співпрацювати з військовими психологами. Це передбачає: залучення психологів до підготовки особового складу перед виконанням бойових завдань; спільну роботу над оцінкою морально-психологічного стану військових; розробку заходів з профілактики бойового стресу та підтримки психологічної стійкості; підтримку довіри особового складу до військових психологів та залучення їх до роботи в кризових ситуаціях.

4. Методи кризового менеджменту – під час бойових дій командири часто стикаються з нештатними ситуаціями, що потребують швидких і ефективних психологічних рішень. Психологічна підготовка командного складу має включати навчання методам кризового менеджменту: управління поведінкою особового складу в умовах екстремального стресу; робота з військовими, які перебувають у стані шокової реакції після втрати товаришів; тактики врегулювання конфліктів у підрозділі; методи швидкого психологічного відновлення особового складу після важких боїв.

У психологічній підтримці військовослужбовців велику роль можуть відігравати військові капелани, адже духовний аспект мо-

рально-психологічної підтримки є важливою складовою бойового духу. Військові капелани виконують не лише релігійні, а й психологічні функції, зокрема: надання моральної та духовної підтримки військовослужбовцям у складних бойових ситуаціях; допомога бійцям в осмисленні власного досвіду та опанування переживань щодо втрат; організація заходів, спрямованих на згуртування військових підрозділів; проведення бесід щодо питань моральності, честі, відповідальності та сенсу військової служби.

Таким чином, психологічна підготовка командного складу є стратегічним напрямком, що забезпечує збереження боєздатності військових підрозділів, підтримку морального духу та психологічну стійкість військовослужбовців. Удосконалення системи підготовки командирів дозволить значно покращити якість управління особовим складом та мінімізувати негативні психологічні наслідки бойових дій.

Загальну **Концепцію системи підтримки психологічної готовності Збройних Сил України** можна представити таким чином:

Мета функціонування системи – забезпечення підтримки особового складу Збройних Сил України у стані психологічної готовності до виконання службово-бойових завдань у мирний і воєнний час.

Основні напрями діяльності:

1. *Формування психічних якостей військовослужбовців*

У ході початкової психологічної підготовки до виконання бойових завдань.

У ході військової підготовки у військових навчальних закладах.

2. *Розвиток психічних якостей військово- вослужбовців*

У ході повсякденної діяльності військових частин і підрозділів.

У ході оперативної підготовки органів військового управління.

У ході навчально-бойової діяльності частин і підрозділів.

3. *Підтримання психічних якостей військовослужбовців*

Внутрішньокommунікаційна інформаційна підтримка.

Соціальна підтримка військовослужбовців.

Психологічна підтримка особового складу.

Національно-патріотична підтримка.

Культурологічна підтримка.

Задоволення духовно-релігійних потреб військовослужбовців.

4. *Відновлення психічних якостей військовослужбовців*

Психологічна (стратегічна) реабілітація.

Медична реабілітація.

Для **ефективної реалізації концепції** необхідне:

Створення дорожньої карти побудови системи підтримки психологічної готовності.

Проведення експериментального відпрацювання ефективних структур та механізмів функціонування системи.

Розробка типових організаційно-штатних структур підрозділів, що виконують функції формування, розвитку, підтримання та відновлення психічних якостей військовос-

лужбовців.

Організація підготовки та перепідготовки особового складу у сфері психологічного забезпечення військ.

Система підтримки психологічної готовності повинна бути комплексною, інтегрованою та адаптованою до сучасних викликів, з урахуванням досвіду ведення бойових дій та міжнародних стандартів військової психології.

Висновки. Результати проведеного дослідження засвідчують критичну важливість психологічного супроводу військовослужбовців у бойових умовах. Війна XXI століття вимагає нових підходів до забезпечення морально-психологічної підтримки особового складу, що зумовлює необхідність комплексного реформування всієї системи психологічної роботи у Збройних Силах України.

Головним викликом є зростання бойового стресу, психоемоційного вигорання, посттравматичних розладів та інших психологічних наслідків війни. Сучасні дослідження доводять, що ефективна психологічна допомога є не лише засобом збереження психічного здоров'я військовослужбовців, а й важливим фактором підвищення боєздатності армії. Саме тому необхідно системно оновити механізми морально-психологічного забезпечення, зосередивши їх не лише на внутрішньокommунікаційній роботі, а й на впровадженні передових методик кризової психологічної підтримки та реабілітації.

Ключовими напрямками реформування психологічної роботи у Збройних Силах України можна назвати такі:

Модернізація системи морально-

психологічного забезпечення. А саме впровадження концепції комплексної психологічної підтримки замість застарілих методів морально-психологічного забезпечення. Це включає зміну функцій військових психологів – від простого діагностування до активного впливу на формування стресостійкості військових. Запровадження сучасних психотерапевтичних підходів, таких як когнітивно-поведінкова терапія, емоційно-фокусована терапія, групові психокорекційні програми тощо.

Внутрішньо-комунікаційна робота та протидія інформаційним загрозам. У сучасній війні інформаційний фронт є не менш важливим за фізичний. Ворог активно застосовує засоби інформаційно-психологічного впливу для деморалізації українських військових. У зв'язку з цим необхідно посилити заходи контрпропаганди, створювати якісний медійний контент, використовувати соціальні мережі для поширення патріотичних меседжів, оперативно реагувати на ворожі фейки та проводити системну просвітницьку роботу серед військових щодо методів інформаційної боротьби.

Впровадження сучасних технологій у систему психологічного супроводу. Використання цифрових рішень дає змогу значно підвищити ефективність психологічної підтримки. До таких рішень належать: автоматизовані системи діагностики психоемоційного стану військовослужбовців; мобільні додатки для контролю психічного здоров'я та самопомоги; онлайн-консультації для військовослужбовців у зоні бойових дій; польові кабінети психологічної допомоги та мобільні групи кризової підтримки. Використання таких техноло-

гій дозволяє не лише здійснювати оперативний моніторинг психологічного стану військових, а й надавати їм допомогу навіть у бойових умовах.

Психологічна підготовка командного складу. Командири відіграють ключову роль у підтримці бойового духу та психологічної стійкості особового складу. Вони повинні мати навички кризового менеджменту, мотиваційного лідерства та комунікації з військовими психологами. Необхідно запровадити обов'язкові програми психологічної підготовки командирів, які включають тренінги з емоційного інтелекту, роботи в умовах стресу та методів підтримки військових у критичних ситуаціях.

Державна підтримка та розвиток кадрового потенціалу військової психології. Сучасна армія потребує підготовлених військових психологів, офіцерів соціальної роботи, військових капеланів та інших спеціалістів гуманітарного профілю. У зв'язку з цим нагальною потребою є державне замовлення на підготовку таких фахівців, їх навчання за міжнародними стандартами та інтеграція передового світового досвіду у систему військової освіти.

Практичні шляхи реалізації окреслених вище завдань включають:

- розробку Дорожньої карти створення системи підтримки психологічної готовності Збройних Сил України;
- проведення експериментального випробування з метою визначення оптимальної структури, складу, розподілу завдань і функцій між елементами системи підтримки психологічної готовності Зброй-

- них Сил України;
- розробку типових організаційно-штатних структур підрозділів та частин, що безпосередньо виконуватимуть функції з формування, розвитку, підтримки та відновлення необхідних психічних якостей особового складу Збройних Сил України;
 - організацію перепідготовки особового складу чинної системи МПЗ, зокрема курсантів та слухачів вищих військових навчальних закладів і військових навчальних підрозділів закладів вищої освіти, відповідно до оновлених завдань та необхідності здобуття нових спеціальностей, актуальних для потреб Збройних Сил України.

Перспективи подальших досліджень полягають в:

Розробці нових підходів до психологічної реабілітації військовослужбовців, які зазнали бойового стресу.

Дослідженні довгострокових наслідків військової служби для психічного здоров'я військових та розробці заходів їхньої ресоціалізації.

Впровадженні новітніх методик психологічного супроводу в умовах гібридної війни та аналізі ефективності цифрових технологій у сфері військової психології.

Розвитку програм підтримки сімей військовослужбовців, що є важливим фактором загальної психологічної стійкості армії.

References:

Adler, A. B., Bliese, P. D., McGurk, D., Hoge, C. W., & Castro, C. A. (2011). Battlemind debriefing and battlemind training as early

interventions with soldiers returning from Iraq: Randomization by platoon. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 77* (5), 928-940. <https://doi.org/10.1037/a0016877>

Aleshchenko, V. (2022). Sotsialno-psykholohichna adaptatsiia uchasnykiv boiovykh dii [Social and psychological adaptation of combatants]. *Psykhologichnyi zhurnal, (8)*, 6-16. <https://doi.org/10.31499/2617-2100.8.2022.258305>

Aleshchenko, V. (2023). Formuvannia psykholohichnoi hotovnosti viiskovosluzhbovtiv do vedennia boiovykh dii [Formation of psychological readiness of military personnel for combat operations]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy, (4)*, 5-13. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-74-4-5-13>

Aleshchenko, V., & Osyodlo, V. (2024). Viiskove liderstvo v umovakh vseokhopliiuchoi oborony [Military leadership in conditions of comprehensive defense]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy, (1)*, 41-48. <https://doi.org/10.33099/2304-2745/2024-1-80/41-48>

Aleshchenko, V., & Khmiliar, O. (2025). Informatsiino-psykholohichna bezpeka osobystosti v umovakh voiennykh dii [Information and psychological security of personality in conditions of warfare]. *Zbirnyk naukovykh prats Tsentru voienno-stratehichnykh doslidzhen NUOU, (1)*, 16-25. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-83-1-16-25>

Bartone, P. T. (2006). Resilience under military operational stress: Can leaders influence hardiness? *Military Psychology, 18*(S1), S131-S148. https://doi.org/10.1207/s15327876mp1803s_10

Brewin, C. R., Andrews, B., & Valentine, J. D. (2017). Meta-analysis of risk factors for posttraumatic stress disorder in trauma-exposed adults. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 68*(5), 748-766. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.68.5.748>

Casey, G. W. (2011). Comprehensive Soldier Fitness: A vision for psychological resilience in the US Army. *American Psychologist, 66* (1), 1-3. <https://doi.org/10.1037/a0021930>

Comum, R., Matthews, M. D., & Seligman, M. E. (2011). Comprehensive Soldier Fitness: Building resilience in a challenging institutional context. *American Psychologist, 66*(1), 4-9. <https://doi.org/10.1037/a0021420>

Greenberg, N., Langston, V., & Jones, N. (2020). Trauma risk management (TRiM) in the UK Armed Forces. *Journal of the Royal Army Medical Corps, 156*(3), 136-140. <https://doi.org/10.1136/jramc-154-02-11>

Klochkov, V. (2023). Pidtrymannia psykholohichnoi stiikosti viiskovosluzhbovtiv v raioni vedennia boiovykh dii [Maintaining psychological resilience of military personnel in combat areas]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy, (1)*, 85-93. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-83-1-16-25>

Kokun, O. M., Agayev, N. A., Pishko, I. O., & Lozinska, N. S. (2015). Osoblyvosti vyjavu nehatyvnykh psykholohichnykh staniv u viiskovosluzhbovtiv vnaslidok tryvaloї uchasti v boiovykh diiakh ta perebuvannia v zoni ATO [Features of negative psy-

chological states in military personnel due to prolonged participation in combat operations and being in the ATO zone]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, (3), 123-129.

Kokun, O. M., Agayev, N. A., Pishko, I. O., Lozinska, N. S., & Kornia, L. V. (2019). *Psykholohichna otsinka suitsydnalnoho ryzyku u viiskovosluzhbovtziv: Metodychnyi posibnyk* [Psychological assessment of suicidal risk in military personnel: A methodological manual]. Kyiv: NDTs HP ZSU.

Kokun, O. M., Moroz, V. M., Pishko, I. O., & Lozinska, N. S. (2020). *Praktykum z formuvannia stresostiikosti viiskovosluzhbovtziv do raptovykh zmin boiovoi obstanovky: Metodychnyi posibnyk* [Workshop on developing stress resistance in military personnel to sudden changes in combat conditions: A methodological manual]. Kyiv: NDTs HP ZSU.

Kokun, O. M., Moroz, V. M., Lozinska, N. S., & Pishko, I. O. (2021). *Psykholohichna profilaktyka psykhotravmatyzatsii viiskovosluzhbovtziv Zbroinykh Syl Ukrainy: Metodychnyi posibnyk* [Psychological prevention of psychotrauma in military personnel of the Armed Forces of Ukraine: A methodological manual]. Kyiv: NDTs HP ZSU.

Kokun, O., Pishko, I., & Lozinska, N. (2023). Military personnel's stress reactivity during pre-deployment in a war zone. *Psychology, Health & Medicine*, 28(8), 2341–2352. <https://doi.org/10.1080/13548506.2022.2104882>

Nash, W. P. (2019). *Combat stress injuries: Theory, research, and management*. Guilford Press.

Resick, P. A., Monson, C. M., & Chard, K. M. (2017). *Cognitive processing therapy for PTSD: A comprehensive manual*. Guilford Press.

Solomon, Z., & Mikulincer, M. (2006). Trajectories of PTSD: A 20-year longitudinal study. *American Journal of Psychiatry*, 163(4), 659–666. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.163.4.659>

Stasiuk, V., Kishchuk, L., & Panasiuk, V. (2025). *Ekspertne otsiniuvannia strukturnykh komponentiv psykhoholichnoi hotovnosti viiskovosluzhbovtziv Zbroinykh Syl Ukrainy do nastupalnykh dii* [Expert assessment of structural components of military personnel's psychological readiness for offensive actions]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, (2), 170-177. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-84-2-170-177>

Viktor Aleshchenko

Doctor of Psychological Sciences, Professor; Honored Worker of the Social Sector of Ukraine; Leading Researcher at the Research Laboratory of Philosophy of War, History of Military Pedagogy and Culture, Department of Social Sciences, National Defence University of Ukraine, Kyiv (Ukraine)

Oleg Kokun

Doctor of Psychological Sciences, Professor, Full Member of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine; Deputy Director for Scientific and Innovative Work at the G. S. Kostyuk Institute of Psychology, National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv (Ukraine); Chief Researcher at the Research Centre for Humanitarian Problems of the Armed Forces of Ukraine, Kyiv (Ukraine)

PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR MILITARY PERSONNEL IN COMBAT CONDITIONS: CONTEMPORARY CHALLENGES

ABSTRACT

The article examines the pressing issues of psychological support for military personnel in combat conditions, focusing on combat stress, emotional burnout, post-traumatic stress disorder (PTSD), and other psychological consequences of war. The need for comprehensive reform of the moral and psychological support (MPS) system in the Armed Forces of Ukraine (AFU) is emphasized, advocating a transition towards full-fledged psychological assistance for service members.

Key challenges faced by military personnel during combat missions are analysed, along with proposed solutions. The key directions for improving the system of psychological support for military personnel include the modernization of approaches to the psychological training of command staff, the implementation of digital technologies in psychological support, the expansion of information and propaganda efforts, and the development of a crisis psychological assistance network. New methods for monitoring the psycho-emotional state of military personnel using digital platforms, automated diagnostic systems, and mobile applications are suggested.

The crucial role of commanders, military psychologists, and chaplains in psychological support is highlighted, stressing the need for their specialized training. Special attention is given to developing programs for psychological adaptation of service members after combat experience. The article reviews global practices in military psychological support, including cognitive-behavioral therapy, crisis intervention, and psychological preparation for extreme

conditions.

The study concludes that an effective psychological support system is a key factor in maintaining the combat readiness of the Ukrainian army. Recommendations are made for further research on the psychological rehabilitation of military personnel and the integration of advanced international practices into Ukraine's military psychology framework. The necessity of creating a unified psychological support system for military personnel at all stages of service — ranging from training to demobilization and subsequent social adaptation — is substantiated.

Keywords: psychological support, combat stress, moral and psychological support, military psychology, psychological rehabilitation, information and propaganda efforts.

Алещенко Віктор Іванович

Доктор психологічних наук, професор; Заслужений працівник соціальної сфери України; провідний науковий співробітник науково-дослідної лабораторії проблем філософії війни, історії військової педагогіки та культури кафедри суспільних наук Національного університету оборони України, м. Київ (Україна)

Кокун Олег Матвійович

Доктор психологічних наук, професор, дійсний член Національної академії педагогічних наук України; заступник директора з науково-інноваційної роботи Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України, м. Київ (Україна); головний науковий співробітник Науково-дослідного центру гуманітарних проблем Збройних Сил України, м. Київ (Україна)

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ У БОЙОВИХ УМОВАХ: ВИКЛИКИ СУЧАСНОСТІ

АНОТАЦІЯ

У статті досліджено актуальні питання психологічного супроводу військовослужбовців у бойових умовах, зокрема проблему бойового стресу, емоційного вигорання, посттравматичного стресового розладу (ПТСР) та інших психологічних наслідків війни. Зроблено акцент на необхідності комплексного реформування системи морально-психологічного забезпечення (МПЗ) у Збройних Силах України (ЗСУ), що передбачає перехід до концепції повноцінної психологічної підтримки особового складу.

Проаналізовано основні виклики, з якими стикаються військовослужбовці під час виконання бойових завдань, та запропоновано шляхи їх подолання. Серед ключових напрямів удосконалення системи психологічного супроводу військовослужбовців визначено модернізацію підходів до психологічної підготовки командного складу, впровадження цифрових технологій у сфері психологічного супроводу, розширення внутрішнь-комунікаційної роботи та розбудову мережі кризової психологічної допомоги. Запропоновано нові методи моніторингу психоемоційного стану військовослужбовців за допомогою цифрових платформ, автоматизованих систем діагностики та мобільних додатків.

Важливу роль у психологічному забезпеченні військових відіграють командири, військові психологи та капелани, тому стаття підкреслює необхідність їхньої спеціалізованої підготовки. Особливу увагу приділено розробці програм психологічної адаптації військовослужбовців після участі в бойових діях. Розглянуто світовий досвід психологічної

підтримки військових, включаючи когнітивно-поведінкову терапію, кризову інтервенцію та психологічну підготовку особового складу до екстремальних умов.

Зроблено висновок про те, що ефективна система психологічної підтримки є ключовим чинником боєздатності української армії. Запропоновано рекомендації щодо подальших наукових досліджень у сфері психологічної реабілітації військовослужбовців, а також інтеграції передових міжнародних практик у систему військової психології України. Обґрунтовано необхідність створення єдиної системи психологічного супроводу військових на всіх етапах служби — від підготовки до демобілізації та подальшої соціальної адаптації.

Ключові слова: психологічна підтримка, особовий склад, бойовий стрес, морально-психологічне забезпечення, військова психологія, психологічна реабілітація, внутрішньо-комунікаційна робота.

How to cite (як цитувати):

Aleshchenko, V., & Kokun, O. PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR MILITARY PERSONNEL IN COMBAT CONDITIONS: CONTEMPORARY CHALLENGES. *PSYCHOLOGICAL JOURNAL*, 11(1), 18–33. <https://doi.org/10.31108/1.2025.11.1.2> [in Ukrainian]

Алещенко, В., & Кокун, О. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ У БОЙОВИХ УМОВАХ: ВИКЛИКИ СУЧАСНОСТІ. *ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЧАСОПИС*, 11(1), 18–33. <https://doi.org/10.31108/1.2025.11.1.2>

Дата отримання статті: 17.12.2024

Дата рекомендації до друку: 21.01.2025

Дата оприлюднення: 31.01.2025