

Марина Галич,

доцент кафедри юридичної психології
Національної академії внутрішніх справ,
доктор філософії в галузі психології,
доцент

ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПРАЦІВНИКІВ СЕКТОРУ БЕЗПЕКИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

У період мирного часу інституції сектору безпеки виконують стабілізаційні, превентивні та правоохоронні функції, що полягають у підтриманні публічного порядку та громадської безпеки, запобіганню й протидії терористичним загрозам, кримінальну юстицію та забезпечення правопорядку та інші. В умовах збройної агресії російської федерації проти України значущість сектора безпеки набуває екзистенційного виміру. У воєнний період діяльність цих структур концентрується на безпосередньому протистоянні збройній агресії, забезпеченні територіальної оборони, евакуаційних заходах для цивільного населення, охороні об'єктів критичної інфраструктури та нейтралізації внутрішніх та зовнішніх загроз безпеці держави.

Виконання службових обов'язків представниками сектору безпеки в умовах дії воєнного стану супроводжується високим рівнем стресогенності, специфіка діяльності полягає у допомозі населенню що перебувало під обстрілами та надання допомоги при руйнації інфраструктури, смерть, важкі каліцтва та втрати. Тому важливим є розуміння поняття психічних станів які виникають у відповідь на переживання особистістю впливу стресогенних чинників.

Психічні стани – цілісні, тимчасові і динамічні характеристики психічної діяльності. Психічні стани закріплюючись, можуть перейти у стійкі риси особистості. За домінуючим впливом на діяльність і поведінку психічні стани можна розділити на дві групи: позитивні, такі як готовність до активних дій, зібраність та ін., і негативні – тривожність, сумніви, різкі переміни настрою та ін. Психічні стани детерміновані значущими для особистості або ж слабкими, але довго діючими впливами. Психічні стани впливають на процес і досягнення

результатів професійної діяльності, та на функціонування особистості [1, с. 374].

При аналізі формування негативних психічних станів вивчаються чинники впливу на особистість, їх характеристика та прояви. Розглянемо основні положення моделі розвитку негативних психічних станів представлено у табл. 1 [2, с. 89].

Таблиця 1

Модель формування негативних психічних станів

Чинники впливу на особистість	Характеристика
Зовнішні	Психологічний клімат, інформаційне навантаження, побутові умови, адаптація до умов професійної діяльності в стресогенних умовах.
Внутрішні	Високий нейротизм; негативна мотивація; дратівливість, депресивність, невротичність, емоційна лабільність; низька емпатія
Психологічна ситуація	Усвідомлення ситуації як складної, напруженої, загрозливої, конфліктної, критичної, стресової тощо
Негативні психічні стани	Тривога, астения, фрустрація, депресія, соціальна фрустрація, агресія та ін.
Наслідки впливу негативних психічних станів	Деструктивні: негативні новоутворення та якості, дезадаптація, дезорганізація поведінки, спілкування, невротизація, втрата цінностей, психосоматика та ін. Конструктивні: активізація особистісного розвитку, переосмислення, нові моделі поведінки, реагування, світогляд, якості та ін.

Під психологічними змінами слід розуміти як модифікації у функціонуванні психічних процесів, так і специфічні реакції особистості на вплив стресових факторів. Ефективність чи неефективність психологічних механізмів безпосередньо визначає успішність адаптації людини до нових, суб'єктивно складних умов існування. Зміни, що відбуваються як у біологічній, так і в психологічній системах регуляції, можуть набувати стійкого характеру та, у певних випадках, переходити в дезадаптивну форму реагування.

Система психологічного забезпечення в умовах воєнного стану має бути спрямована не лише на подолання наслідків впливу стресових чинників, а й на розвиток внутрішніх ресурсів особистості.

Таким чином, збереження психічного здоров'я працівників сектору безпеки в умовах воєнного стану є комплексним завданням, що вимагає поєднання індивідуальних і колективних стратегій, професійної психологічної підготовки, постійної психопрофілактики та державної політики у сфері ментального добробуту.

Список використаних джерел

1. Пророк Н., Царенко Л., Бойко С. Адаптація, дезадаптація, розлади адаптації: питання термінології. *Грааль науки*. 2021. № 9. С. 373–381. DOI: 10.36074/grail-of-science.22.10.2021.66.
2. Halych M. Y. The psychotraumatic impact of war as a factor of changes in the personality of a security and defense sector employee. *Habitus*. 2025. Vol. 2, no. 72. P. 87–90. URL: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.72.2.16> (date of access: 28.10.2025).

Ірина Гаман,

аспірант кафедри юридичної психології
Національної академії внутрішніх справ

ЕМОЦІЙНІ ПЕРЕЖИВАННЯ НАСЛІДКІВ ВІЙНИ ТИМЧАСОВО ПЕРЕМІЩЕНИМИ УКРАЇНСЬКИМИ ЖІНКАМИ

За даними ВООЗ із числа осіб, які стали учасниками збройних конфліктів і пережили травматичні ситуації, 10 % людей матимуть серйозні проблеми з психічним здоров'ям та ще 10 % зазнають різних порушень внутрішньої рівноваги та повноцінного функціонування. Серед останніх відзначаються такі емоційні стани як тривога, депресія, стрес, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), які найбільше проявляються серед жінок.

За даними досліджень 78 % жінок демонструють симптоми ПТСР різного ступеня тяжкості, спричинені війною і її наслідками [4]. При цьому у жінок, які залишилися на прифронтових територіях, виявлено найвищий рівень стресу, депресії та тривожності, а у тих, що виїхали за кордон,