

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ



ОСОБИСТІСТЬ ТА СУСПІЛЬСТВО В ЦИФРОВУ ЕРУ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ ВИМІР

МАТЕРІАЛИ IV МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

21 червня 2024 року

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«ОДЕСЬКА ЮРИДИЧНА АКАДЕМІЯ»**

**Факультет психології, політології та соціології
Кафедра психології**

*IV МІЖНАРОДНА НАУКОВО-ПРАКТИЧНА
КОНФЕРЕНЦІЯ*

**«ОСОБИСТІСТЬ ТА СУСПІЛЬСТВО В
ЦИФРОВУ ЕРУ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ ВИМІР»**

21 червня 2024 року

Одеса – 2024

УДК 159.923.2(063)

Редакційна колегія:

Відповідальний редактор – **Аракелян М.Р.**, доктор юридичних наук, професор, проректор з наукової роботи Національного університету «Одеська юридична академія», заслужений юрист України.

Члени редколегії:

Цільмак О.М. – доктор юридичних наук, професор, професор кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

Ульянов В.О. – доктор медичних наук, професор, професор кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

Татьянчиков А.О. – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

Лісовенко А.Ф. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»;

Ташматов В.А. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія».

Матеріали представлені в авторській редакції. Редакційна колегія не несе відповідальності за їх зміст.

Особистість та суспільство в цифрову еру: психологічний вимір : матеріали IV міжнарод. наук.-практ. конф. (м. Одеса, 21 червня 2024 року) / за заг. ред. проф. Аракеляна М.Р. Одеса : Національний університет «Одеська юридична академія», 2024. 217 с.

УДК 159.923.2(063)

ЗМІСТ

<i>Андрійченко А.В.</i> ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ПСИХОЛОГІЧНУ АДАПТАЦІЮ МІГРАНТІВ.	8
<i>Бабак О.В.</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.	11
<i>Байдужа О.С.</i> НАУКОВО-МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО РОЗВИТКУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ УЧНІВ ВИПУСКНИХ КЛАСІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.	15
<i>Балабанова Л.М.</i> ПСИХОЛОГІЧНА ЗАХИЩЕНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ КРИЗИ ТА НЕВИЗНАЧЕНОСТІ.	18
<i>Банєва Т.Р.</i> ГЕНДЕРНІ КОНФЛІКТИ, ЯК ОКРЕМИЙ РІЗНОВИД КОНФЛІКТУ ТА СПРОБИ ЇХ ЗАПОБІГАННЯ.	22
<i>Барко В.В.</i> ПСИХОДІАГНОСТИЧНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ОПИТУВАЛЬНИКА ЗАГАЛЬНОГО СТАНУ ЗДОРОВ'Я.	25
<i>Бондаренко Л.О., Марченко О.Г.</i> ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ ВИКЛАДАННЯ ЮРИДИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ.	31
<i>Вайда Т.С., Геращенко О.С.</i> СОЦІАЛІЗАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ (ПРАВООХОРОНЦІВ) З ПТСР ПІСЛЯ УЧАСТІ У БОЙОВИХ ДІЯХ (ВИКОНАННЯ СЛУЖБОВО-БОЙОВИХ ЗАВДАНЬ).	35
<i>Габрук Я.О.</i> ВПЛИВ ВІЙСЬКОВИХ ДІЙ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я НАСЕЛЕННЯ.	41
<i>Гарькавець С.О., Ліпський А.В.</i> ДО ПРОБЛЕМИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ В ЕПОХУ ЦИФРОВІЗАЦІЇ.	43
<i>Гарматюк Д.С.</i> АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ТА ПСИХІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	48
<i>Гольцман Б.О.</i> ТЕОРЕТИКО-ПРИКЛАДНІ ЗАСАДИ ЮРИДИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ.	51
<i>Гурін Р.С.</i> THEORETICAL ANALYSIS OF THE INFLUENCE OF CYBERPSYCHOLOGY» COURSE ON THE DEVELOPMENT OF CYBERCULTURE OF MAGISTRATES-PSYCHOLOGISTS	55
<i>Джежжик О.В., Цільмак О.М.</i> ПСИХОЛОГІЧНЕ СУПРОВОДЖЕННЯ УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ: ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ.	58
<i>Дудка О.Д.</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ТИПИ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЙ.	61
<i>Єфтєні Н.М.</i> СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ В МОРСЬКОМУ ЕКІПАЖІ.	67
<i>Жовтобрух М.О.</i> ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я: МЕТОДИ ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ.	70
<i>Калина Д.Р.</i> ВПЛИВ СТРЕСУ ТА ФАКТОРИ ЙОГО РОЗВИТКУ В ЖИТТІ ОСОБИСТОСТІ.	76

<i>Карасені О.В.</i> ФОРМУВАННЯ СТІЙКОСТІ ДО СТРЕСУ ТА ПІДТРИМКА ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПІД ЧАС ВІЙНИ.	81
<i>Качур В.О.</i> ЧАС ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ВИЩОЇ ОСВІТИ.	84
<i>Корнута Л.М.</i> ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ ФОРМУВАННЯ ІМІДЖУ ПУБЛІЧНОГО СЛУЖБОВЦЯ.	89
<i>Король О.О.</i> ЕТАПИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ В ПСИХОЛОГІЇ.	92
<i>Лелюк А.С.</i> ОСОБЛИВОСТІ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ В УМОВАХ ЦИФРОВІЗАЦІЇ.	100
<i>Лісовенко А.Ф., Карасені О.В.</i> ІДЕНТИЧНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ У КІБЕРПРОСТОРІ.	104
<i>Лісовенко А.Ф., Татъянчиков А.О., Короход Я.Д.</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ В КІБЕРПРОСТОРІ.	109
<i>Лохматова Д.О.</i> ОСОБИСТІСТЬ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ТА КРИТИЧНИХ СИТУАЦІЯХ.	114
<i>Маковецька М.О.</i> ОСОБИСТІСТЬ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ДОСЛІДЖЕННЯ	118
<i>Мамосуєва О.В.</i> ГЕНДЕРНІ ВІДМІННОСТІ РОЛЬОВИХ ОЧІВАНЬ ПАРТНЕРІВ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ.	122
<i>Марківська О.С.</i> ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ОБРАЗУ «Я» ЖІНОК В ЗАКОРДОННИХ ТА ВІТЧИЗНЯНИХ ПСИХОЛОГІЧНИХ ТЕОРІЯХ.	126
<i>Мілорадова Н.Е.</i> ПОСТТРАВМАТИЧНЕ ЗРОСТАННЯ – ПОШУК СЕНСУ ЖИТТЯ (ТЕХНІКА ІКІГАЙ).	131
<i>Наточій М.Е.</i> ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.	135
<i>Онішкевич А.Д.</i> ТЕХНІКИ ВИРАЖЕННЯ ТА ПРОЖИВАННЯ ЕМОЦІЙ І ПОЧУТТІВ.	140
<i>Папінян В.В.</i> ПЕРЕДУМОВИ ВИНИКНЕННЯ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ.	147
<i>Піневич І.Д.</i> ВПЛИВ СОЦМЕРЕЖ ТА ІНТЕРНЕТУ НА САМООЦІНКУ ОСОБИСТОСТІ.	150
<i>Рєпнова Т.П., Кирилов В.В.</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПОЧУТТЯ ПРОВИНИ У НІМЦІВ ТА УКРАЇНЦІВ.	154
<i>Рєпнова Т.П., Мучичка А.В.</i> ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВІ УМІННЯ, ЯКІ ДЕТЕРМІНУЮТЬ ПРОФЕСІЙНУ УСПІШНІСТЬ ПСИХОЛОГА.	158
<i>Роспорня Д.С.</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ДО КІБЕРСЕРЕДОВИЩА.	161
<i>Самара О.Є.</i> ПРОБЛЕМНЕ ПОЛЕ ЕКЗИСТЕНЦІЙНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЛОГОТЕРАПІЇ.	166
<i>Сорочинський О.В.</i> ПСИХОЛОГІЯ ПОДРУЖНЬОЇ ЗРАДИ.	170
<i>Степанюк Я.В., Федонюк С.В., Поручинський А.І., Ульянов В.О.</i> ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ	173
<i>Сухота І.В.</i> ЗВ'ЯЗОК ГЛОБАЛЬНОЇ МІГРАЦІЇ ТА СОЦІАЛЬНИХ ПРОЦЕСІВ У СУСПІЛЬСТВІ.	178

<i>Ташилатов В.А., Марущак А.П.</i> ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДОПИТУ НЕПОВНОЛІТНІХ.	183
<i>Третьякова Т.М., Івашико С.О.</i> СКЛАДОВІ ОСОБИСТІСНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ В УМОВАХ ЦИФРОВІЗАЦІЇ.	187
<i>Цільмак О.М.</i> ПРАКТИЧНЕ НАВЧАННЯ – ЗАПОРУКА СФОРМОВАНOSTІ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ПРОФЕСІОНАЛА.	192
<i>Чепурна О.Є.</i> ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ДО РОБОТИ В КОМАНДІ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ У ЗВО.	197
<i>Черниш М.Д.</i> БАР'ЄРИ СПІЛКУВАННЯ В ЕПОХУ ЦИФРОВІЗАЦІЇ.	201
<i>Шушко В.С.</i> ПРОБЛЕМНІ АСПЕКТИ АДАПТАЦІЇ ПІДЛІТКІВ-ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ З ПОЧАТКУ ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ В УКРАЇНІ.	205
<i>Шмаленко Ю.І.</i> ЕФЕКТИВНІ КОМУНІКАТИВНІ СТРАТЕГІЇ В КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЯХ.	208
<i>Яцюк М.В., Халаман А.О.</i> ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ.	213

Вайда Тарас Степанович,

*кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри спеціальної
фізичної та вогневої підготовки Херсонського факультету*

Одеський державний університет внутрішніх справ

Геращенко Олександр Сергійович

*кандидат юридичних наук, доцент, доцент кафедри тактико-спеціальної
та спеціальної фізичної підготовки*

Одеський державний університет внутрішніх справ

СОЦІАЛІЗАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ (ПРАВООХОРОНЦІВ) З ПТСР ПІСЛЯ УЧАСТІ У БОЙОВИХ ДІЯХ (ВИКОНАННЯ СЛУЖБОВО- БОЙОВИХ ЗАВДАНЬ)

Актуальність проблеми. Крім військовослужбовців підрозділів ЗСУ та ТрО є також чимало працівників підрозділів поліції, які беруть участь у бойових діях, несуть службу на блокпостах чи в територіально близькій до фронту місцевості, застосовували зброю на ураження піз час проведення поліцейської операції тощо. Наразі однією із головних проблем в значної частини учасників бойових дій (далі – УБД) є необхідність надання їм психологічної допомоги, котра полягає у відновленні не тільки фізичного, а й психічного здоров'я (боездатності – *уточнено нами*), навчання правильно адаптуватися до мирного життя після бойових умов. Разом з тим, обсяг надання цих видів допомоги фахівцями-психологами надзвичайно малий порівняно з існуючими потребами УБД.

Метою роботи є: 1) визначення основних компонентів психологічної допомоги УДБ для ефективного відновлення їх психологічної стійкості, уточнення методів збереження стосунків у родині; 2) визначення сприятливих умов зустрічі соціумом УБД; 3) конкретизація актуальних шляхів вирішення проблем осіб з ПТСР військовими психологами у центрах реабілітації.

Результати дослідження. Розробка і ефективність програми психологічного відновлення осіб після їх участі у бойових діях часто залежить від досвіду фахівців-психологів, які також пройшли труднощі війни та розуміють її трагічні наслідки як для УБД, так і їх потенційного негативного впливу на суспільство в цілому [1]. Незважаючи на те, що в центрах реабілітації працюють саме військові психологи, навіть їм буває нелегко пробитися через міцний психологічний захист людини, яка щойно повернулася з фронту (брала участь у поліцейській операції) і скептично налаштована щодо отримання психологічної допомоги. Зазвичай УБД самі просять допомоги психолога (людина перебуває у нересурсному і навіть розбитому стані) – військовослужбовець (правоохоронець) розуміє, що йому потрібна така допомога, у той же час ділитися проблемами із будь-ким не хоче. У багатьох випадках допомагає застосування фахівцями такого підходу як пояснення (не всі повинні бути обов'язково травмованими, щоб могли надавати допомогу іншим пораненим).

В перші дні УБД як правило бувають закриті від контактів із зовнішнім оточенням. Тому психологи повинні самі проявляти ініціативу, підходити до них і в неформальній обстановці заводити розмову, яка згодом переростає в індивідуальну бесіду: військовий (поліцейський) поступово розкриває свої соціально-психологічні проблеми. Індивідуальні бесіди є простим і в той же час ефективним методом надання психологічної допомоги: здебільшого – це активне слухання фахівцем (коли людина виговорюється, виплескує всі негативні емоції, то їй стає набагато легше). Особливо важко відбувається реабілітація в осіб, які пережили російський полон. Це один із найважчих індивідуальних досвідів УБД (їх потрібно вислухати, не торкатися перенесеної психологічної травми). Для того, щоб працювати з психологічною травмою особи, потрібен певний час для зниження в неї високого рівня тривоги, а зачепити її (травму – *уточнено нами*) необачно знову – небезпечно.

Найважчим у роботі з особами з ПТСР є проведення з ними індивідуальних бесід, які забирають найбільше сил (життєві історії правоохоронців чи військових бувають різні за складністю переживання,

вимагають контролю в людині її належного психоемоційного стану і уникнення прояву агресії). Щоб надати людині позитивну енергію, психологи повинні самі її випромінювати, бути в стані готовності передати її потерпілим. Відновити психологічний ресурс УБД допомагають прості речі – організація дозвілля (рибалка, більярд, настільний теніс, спортзал – все те, що цікавить і надає сил особі з ПТСР) [2, с. 183-189].

Статистика (з досвіду США – *уточнено нами*) свідчить, що протягом десяти років після війни у В'єтнамі звели рахунки з життям майже стільки ж американських солдат, скільки загинуло під час бойових дій. Можна стверджувати, що значну частку українського суспільства (військових, які повернулися з фронту) через короткий час теж чекає масовий ПТСР у цієї категорії осіб (з усіма трагічними наслідками).

Насправді лише у невеликої частини військових (поліцейських) формується ПТСР. Поширена думка, що це є тотальним явищем, але за свідченням фахівців, це не зовсім так. Приблизно третина з числа цієї категорії осіб буде мати певні гострі стресові реакції. Втім, лише приблизно у 10 % УБД ПТСР розвинеться як психіатричний діагноз, коли буде потрібна й лікарська (в тому числі фармакологічна – *уточнено нами*) допомога [2, с. 183-189]. Симптоми гострих стресових реакцій є нормальним станом для людини, яка брала участь у бойових діях (застосовувала зброю на ураження) – можуть спостерігатися флешбеки (спогади про травматичні події, які, здається, відбуваються зараз – *уточнено нами*) з відривом від реальності, а нервова система особи ще не перебудувалася на життя в мирних умовах, мозок реагує так само, як реагував на війні. Причиною запуску цього стану може стати будь-яка деталь, що нагадує про травматичний досвід, – наприклад, звук чи запах.

З часом в УБД все це минає, мозок зцілює себе сам. Однією з порад може бути надання травмованому час для адаптації до життя в мирних умовах, прояв терпіння. Якщо ж неприємні симптоми стають інтенсивнішими, то потерпілій особі необхідно звертатися за професійною допомогою лікаря (психолога). В найближчий час все більш практичне значення матимуть питання щодо

психологічної реабілітації цієї категорії осіб, які пов'язані з соціалізацією УБД, мінімізацією віддалених наслідків перебування в бойових умовах (внаслідок застосування зброї на ураження), зокрема, кількості самогубств, випадків побутового насильства тощо.

Депресія та суїцид мають певний зв'язок з пережитим на війні (службі), але є й провокуючі фактори, які можуть бути не пов'язаними з війною. Не можна відкидати й спадковість, адже такі патерни йдуть з дитинства [3, с. 126-133]. У вирішенні цього питання можуть допомогти в першу чергу Центри первинної психологічної реабілітації (після повернення військовослужбовців з фронту), які за потреби здійснюватимуть подальший супровід осіб з ПТРС: військовий повинен мати можливість максимально відновити сімейні стосунки (важливо для психологічної стійкості УБД). Загальновідомо, що люди, в яких є родина, більш стресостійкі (сім'я – це один із найважливіших психологічних ресурсів, який формує стійкість людини до стресу. Тому психологи повинні проводити не лише групову чи індивідуальну психологічну терапію, а й за потреби працювати з дружинами та іншими членами сім'ї УБД.

Слід зазначити, що війна зруйнувала чимало сімей, стосунки на відстані важко підтримувати. Навіть при поверненні з фронту у відпустку додому виникають непорозуміння, навіть розлучення. Варто звернути увагу на чинники, які допомагають зберегти добрі стосунки в родині (зменшення запитань членами сім'ї до УБД, які знаходились в зоні ведення бойових дій, збільшити обсяг спілкування за відсутності тривалого зв'язку тощо). Дружини мають розуміти, що їхні чоловіки – військові (поліцейські), багато про що по телефону говорити не можуть. Іноді в особи взагалі немає настрою, людина не хоче спілкуватися, вона потребує тиші й це – нормально. Інстинкти особи, які допомагали виживати під час бою, у мирному житті можуть лякати оточуючих, знадобиться витримка.

Корисними порадами для членів сім'ї можуть бути наступні: 1) не розпитувати про травматичні події, не тиснути на особу (не допитувати її); 2) будь-яка бесіда має починатися із запитання «Як ти?» (це спосіб переконатися, що інша людина готова до розмови); розмову варто починати з відповіді на це

питання, навіть якщо про це не запитали; 3) важливо під час бесіди реалізувати індивідуальні цінності (розповіді про успіхи дітей, смішні випадки, дрібниці, які свідчать про теплі стосунки і кохання, світлини, які нагадуватимуть про приємні моменти і мрії, речі, що можуть бути символами сімейного зв'язку). Допомагають створені чи продовжуються власні (сімейні) традиції, наприклад, «наші фрази», жести, особисті «наші смішні слівця», смайлики, яким раніше надали особливого значення.

Вид мирного життя зазвичай позитивно впливає на військових, яке вони захищають. На нашу думку, дозвілля для УБД має бути культурним – похід в парк, відвідини виставки чи театру. Разом з тим, розваги на кшталт танців у нічних клубах під час війни є недоречними. Воїнам важливо відчувати, що країна, соціум їх цінує і поважає самовідданість. УБД, який їде у відпустку чи на війну, можна зустріти, наприклад, у громадському транспорті. Хтось поступається йому місцем, інший ніяк не реагує, а третій ховає очі. Для подяки не треба готувати довгу промову, достатньо сказати «дякую за все» (йому буде приємно відчувати, що він і його місія важливі для суспільства). Коли військовослужбовець повертається до цивільного життя, йому хочеться бачити, що роботу, яку він виконує, цінують. Він це робить саме для своєї сім'ї і своєї країни. Образливі слова «Ми їх туди не відправляли» звісно, травмують військових.

Висновки. Узагальнюючи вищезазначені аспекти піднятої проблеми, варто наголосити, що про ПТСР у військового (поліцейського) можна вести мову лише через півроку після повернення з війни. До цього часу в УБД можуть проявлятися гострі стресові реакції, які є нормою і в більшості випадків з часом минають.

Головна задача психологів – відновлення психологічної стійкості та гнучкості військових (поліцейських) з ПТСР: 1) мотивувати захисників (правоохоронців) до подальшої конструктивної життєдіяльності, підвищувати цілеспрямованість щодо участі у соціально-корисних справах, нагадувати про їхні довоєнні інтереси (у протилежному випадку настають депресивні стани та високі суїцидальні ризики); 2) уточнити конкретні особистісні цілі людини на

найближчий час та допомагати робити певні кроки, котрі вона планує здійснювати для їх досягнення; 3) проводити профілактику провини (синдрому особи, яка вижила), зменшувати завищений рівень почуття справедливості, мінімізація проблем зі сном. Загалом має активно функціонувати комплексна державна програма та відповідне законодавство, виділяти на цю мету бюджетні кошти, адже це соціально надзвичайно важлива річ.

Список використаних джерел

1. Шклярська О. Як мінімізувати наслідки перебування на війні та зберегти родину. URL: <https://racurs.ua/ua/3040-yak-minimizuvaty-viddaleni-naslidky-perebuvannya-na-viyni-ta-zberegty.html> (дата звернення: 08.01.2024).

2. Вайда Т.С., Круглик М.І. Соціально-психологічна реабілітація правоохоронців з посттравматичним стресовим розладом: профілактика наслідків його прояву в умовах активного відпочинку. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти і патріотичного виховання персоналу системи МВС України* : тези доп. наук.-практ. конф. (м. Харків, 2 квіт. 2021 р.) / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків : ХНУВС, 2021. С. 183-189.

3. Вайда Т.С. Особливості психологічної роботи з особовим складом органів (підрозділів) Національної поліції України у різних надзвичайних ситуаціях екстремального характеру. *Актуальні аспекти психологічного забезпечення професійної діяльності сил безпеки та оборони України* : матеріали VII всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Харків, 29 листопада 2021 року). Харків : Національна академія Національної гвардії України, 2021. С. 126-133.

Ключові слова: воєнний стан, бойові дії, військовослужбовці, правоохоронці, кризовий стан, посттравматичний синдром, реабілітація, соціальна адаптація, соціум

Key words: martial law, hostilities, military personnel, law enforcement officers, state of crisis, post-traumatic syndrome, rehabilitation, social adaptation, society

Габрук Ярослав Олегович

здобувач 2-го курсу факультету психології, політології та соціології

Національний університет «Одеська юридична академія»

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент Ташматов В.А.

ВПЛИВ ВІЙСЬКОВИХ ДІЙ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я НАСЕЛЕННЯ

Актуальність теми полягає в тому, що сучасні військові конфлікти мають значний вплив на психічне здоров'я населення. Військові дії супроводжуються різноманітними травматичними подіями, такими як фізичні поранення, втрати близьких, руйнування житла, вимушене переселення, що призводить до серйозних психологічних наслідків. Учасники бойових дій, цивільні особи, які опинилися в зоні конфлікту, а також переселенці часто стикаються з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР), депресією, тривожними розладами та іншими психологічними проблемами. Ці розлади значно погіршують якість життя, впливають на здатність до соціальної адаптації, трудової діяльності та міжособистісних стосунків. Крім того, психічне здоров'я населення, яке постраждало від військових дій, має прямий вплив на соціальну стабільність та економічний розвиток регіонів.

Війна є однією з найстаріших форм конфліктів, що значно травмує психіку людей, які мешкають у зоні бойових дій. В Україні війна з Росією триває з 2014 року, і за цей час вона мала серйозний вплив на психічне здоров'я людей у всіх регіонах країни. Після початку повномасштабного вторгнення кількість постраждалих зросла в десятки, а можливо, і в сотні разів[1].