

УДК 316.6:355.48

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2024.21.14>

## МЕТОДОЛОГІЧНІ ВИМІРИ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗАСОБАМИ РЕКРЕАЦІЙНИХ РЕСУРСІВ: КОНКРЕТНОНАУКОВИЙ РІВЕНЬ

**Ірина Ільясова**

*ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія управління персоналом»,  
вул. Фрометівська, 2, м. Київ, Україна, 03039  
e-mail: irina.ryabinhuk1979@gmail.com*

У статті досліджено методологічні виміри проблеми психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів на конкретна науковому рівні. Зауважено, що здоров'я військовослужбовців є критично важливим аспектом, який впливає на боєздатність та ефективність Збройних Сил України. Акцентується увага на застосуванні рекреаційних ресурсів у контексті військової служби, а також на необхідності врахування індивідуальних особливостей та потреб кожного військовослужбовця, оскільки здоров'язбереження військовослужбовців є необхідним для підтримання високого рівня їхньої боєздатності та ефективності під час виконання службових обов'язків. Зазначено, що актуальність, складність та багатовимірність проблеми психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів обумовлює необхідність її методологічного обґрунтування із позицій ідей психології та інших наукових галузей щодо конструювання досліджуваного явища. Конкретнонауковий методологічний апарат проблеми психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів представлено: психологічним, фізіологічним, психофізіологічним, соціальним, психосоціальним, поведінковим, мультидисциплінарним, здоров'язбережувальним, рекреалогічним підходами. Окреслено методологічні позиції екстраполяції заявлених підходів щодо проблеми психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів. Заявлені базові положення здоров'язбережувального і рекреалогічного підходів конкретна наукового рівні методології визначено як ключові у досліджуваній проблемі. Резюмовано, що методологічні виміри проблеми психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів слугуватимуть орієнтирами у подальшому науковому пошуку. Окреслено перспективи стратегії подальших наукових розвідок.

*Ключові слова:* психологічна підтримки, здоров'я, здоров'язбереження військовослужбовців, засоби рекреаційних ресурсів, методологічні виміри, конкретна науковий рівень.

Здоров'я військовослужбовців є однією з ключових складових національної безпеки та обороноздатності країни, а в умовах постійних фізичних і психологічних навантажень, пов'язаних із воєнними діями на території України, психологічна підтримка здоров'язбереження військовослужбовців стає критично важливим завданням. Підтвердженням зазначеному є Закон України «Про Статут внутрішньої служби Збройних Сил України» Розділ 6. Збереження і зміцнення здоров'я військовослужбовців [4]. Здоров'я військовослужбовців є складною багатофакторною системою, що визначається взаємодією індивідуальних, соціальних і екологічних чинників. Військова служба пов'язана з високим рівнем стресу, ризиком травм, вимушеним перебуванням у бойових умовах і необхідністю швидко адаптуватися до нових ситуацій, внаслідок чого виникає потреба у спеціалізованій психологічній підтримці.

Психологічна підтримка здоров'язбереження військовослужбовців повинна враховувати специфіку військової служби, а також індивідуальні особливості особистості. Зокрема, важливим є розвиток стресостійкості, емоційної стабільності та навичок саморегуляції та ін., а одним із ефективних шляхів збереження та покращення психофізіологічного стану військовослужбовців вважаємо використання рекреаційних ресурсів. Інтеграція рекреаційних ресурсів, як фізичних, так і інтелектуальних, у систему психологічної підтримки військовослужбовців потребує методологічної чіткості й координації на всіх рівнях.

**Метою статті** є окреслення методологічних вимірів конкретнаукового рівня проблеми психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів; конкретизація змісту заявлених підходів.

Здійснений аналіз наукових джерел та науково-методичної літератури щодо розробленості заявленої проблеми дозволяє стверджувати, що психологічна підтримка здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів є частково представленою у вітчизняному та зарубіжному науковому просторі окремими аспектами, а відтак, потребує окреслення методологічних вимірів її дослідження. Підтвердженням таких міркувань слугує праця Таймасова Ю., Турчинова А., Пашинського П., у якій автори зазначили: «Проблема здоров'язбереження для будь-якої науки настільки значна, що усвідомлення самого факту методологічної проблематики мало місце в історії будь-якої науки тоді, коли дана наука піднімалася від рівня емпіричних досліджень до постановки теоретичних проблем. Специфіка дослідження методології проблеми здоров'язбереження досить багатоаспектна» [3, с. 220].

Актуальність, складність та багатовимірність проблеми психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів обумовлює необхідність її методологічного обґрунтування у системі координат, які задаються різними рівнями методології науки. Вітчизняний учений Гончаренко С. розглядав методологію як сукупність прийомів дослідження, що застосовують у певній галузі знань (у заявленій досліджуваній проблемі – психологічній) [2, с. 207], а Чернілевський Д. стверджував, що ... розрізняють фундаментальні, загальнонаукові принципи, що становлять власне методологію, конкретні наукові принципи, що лежать в основі теорії тієї чи іншої дисципліни або наукової галузі, і систему конкретних методів і технік, що застосовуються для вирішення спеціальних дослідницьких завдань [11, с. 168].

Викладені вище міркування обумовлюють необхідність окреслення **конкретно-наукового рівня** проблеми психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів, тобто підходів, що визначають специфіку й особливості наукового пошуку з екстраполяцією ідей психології та інших наукових галузей на конструювання досліджуваного явища. Конкретнауковий методологічний апарат проблеми психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів представимо: психологічним, фізіологічним, психофізіологічним, соціальним, психосоціальним, поведінковим, мультидисциплінарним, здоров'язбережувальним, рекреалогічним підходами.

**Психологічний підхід** є ключовим напрямом у вивченні людської психіки та поведінки. Цей підхід спрямований на розуміння структури психіки і основних психічних процесів, ментальних процесів, внутрішніх станів і взаємодії людини з оточуючим світом; вивчення будови та функцій мислення, сприйняття, пам'яті, уваги та ін.; аналіз етапів психічного розвитку від дитинства до дорослості, включаючи вплив зовнішніх та внутрішніх чинників на формування особистості.

Психологічний підхід використовує широкий спектр методів для дослідження психічних процесів: контрольовані експерименти для вивчення психічних явищ та механізмів

їх виникнення (експериментальні методи); систематичне спостереження за поведінкою і психічними процесами у реальних умовах (спостереження); методи збирання інформації про психічні стани та думки людини (анкетування та інтерв'ю) тощо.

Застосування психологічного підходу до досліджуваної проблеми дозволяє не лише досліджувати поняття «здоров'я», про що зазначали Терещенко Л., Петровська Т. [10, с. 220], але й аналізувати стан здоров'я військовослужбовців, їх ставлення до здоров'язбереження, а також розробляти ефективні методи психологічної підтримки та розвитку особистості.

**Фізіологічний підхід** є важливим у дослідженнях про людину, оскільки він дозволяє глибше розуміти фізіологію, функції організму на різних рівнях його організації. Цей підхід, як стверджували Іващенко С., Шахліна Л., Лазарева О., базується на вивченні фізіологічних процесів, механізмів регуляції та адаптації організму до змін у середовищі та внутрішніх умовах [5].

Основні напрямки застосування фізіологічного підходу: детальне вивчення будови та функцій серцево-судинної, нервової, ендокринної та інших систем; аналіз різноманітних механізмів, які забезпечують гомеостаз та адаптацію організму до змін у внутрішньому та зовнішньому середовищі; врахування індивідуальних різниць у фізіологічних параметрах та їх вплив на функціонування організму; оцінка фізіологічних реакцій організму на різні стимули та умови; розробка нових методів діагностики та терапії захворювань на основі фізіологічних даних; вивчення фізіологічних адаптацій до фізичного навантаження та розробка програм тренувань та ін.

Фізіологічний підхід, у контексті досліджуваної проблеми, є важливим інструментом для розуміння функціонування організму військовослужбовців, стану їх здоров'я та розробки ефективних програм і напрацювання рекомендацій щодо здоров'язбереження, з урахуванням того, що воєнні дії на території України продовжують з 2014 року.

Логічним доповненням зазначених вище підходів є застосування психофізіологічного підходу.

**Психофізіологічний підхід** до проблеми психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів, що обумовлює розуміння взаємодії між психічними та фізіологічними процесами в організмі людини. Зазначений підхід, за міркуваннями Кальниш В., Пишнов Г., Варивончик Д., вивчає взаємозв'язки між психічними процесами, емоціями, поведінкою та фізіологічними реакціями організму [6].

У контексті заявленої проблеми, психофізіологічний підхід дозволяє аналізувати: фізіологічні кореляти психічних процесів; вплив емоцій на фізіологічні функції під впливом емоційних станів; стрес, а також стратегії адаптації організму до стресових ситуацій; емоційну регуляцію і тренування; аналізувати методики для контролю емоцій і стресу на основі знань про фізіологічні реакції; розробляти ідеї щодо здоров'язбереження військовослужбовців.

**Соціальний підхід** є провідним у соціально-поведінкових науках, що акцентує увагу на вивченні соціальних структур, взаємин і впливів, що формують життя людини в суспільстві. Барг Дж.А., Чен М., Берроуз, Л. зазначили, що соціальний підхід є важливим інструментом для розуміння соціальних процесів і явищ; розглядає людину як активного учасника соціальних процесів і вивчає її взаємодію з оточуючим середовищем [13]. Ключові ідеї соціального підходу полягають у наступному:

- формування соціальних класів, ролей, норм і цінностей у суспільстві (у нашому випадку – цінності життя та здоров'я військовослужбовців);
- аналіз конкретних соціальних ситуацій і взаємодії між індивідами, групами та організаціями, включаючи вплив соціальної мережі та комунікації (у контексті досліджуваної проблеми – це взаємодія та психологічна підтримка військовослужбовців);

– дослідження етнічних, соціально-культурних особливостей соціальних груп та страт для глибшого розуміння культурних практик і соціальних звичаїв (у нашому випадку – практик та звичаїв здоров'язбереження);

– розробка програм соціальної підтримки і соціального захисту, психосоціальної підтримки (у контексті досліджуваної проблеми – надання психологічної та соціальної підтримки: індивідуальної та колективної здоров'язбереження військовослужбовців).

**Психосоціальний підхід** є перетином у галузі психології та соціальних наук, що акцентує увагу на взаємозв'язку між психічними процесами і соціальними умовами, в яких функціонує людина. За міркуваннями Гейбл С., підхід розглядає вплив соціальних факторів на психічне здоров'я та благополуччя людей [14].

Психосоціальний підхід у проблемі психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів дозволяє:

– досліджувати вплив соціального середовища, культурних норм, економічного статусу та інших соціальних чинників на здоров'я, у тому числі й психічне здоров'я, військовослужбовців;

– аналізувати реакції військовослужбовців на стресові ситуації, що пов'язані із професійною діяльністю і воєнними діями на території України, та шляхи їх адаптації до соціальних викликів і негативних подій у цивільному житті;

– вивчати роль психологічної та соціальної підтримки у забезпеченні здоров'язбереження і підтримці психосоціальної адаптації військовослужбовців;

– розробляти програми інтервенції для психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців;

– розробляти й рекомендувати до впровадження інноваційні форми та методи психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців у професійну діяльність військових/цивільних психологів.

Загалом, застосування психосоціального підходу сприяє системному, комплексному дослідженню психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців та їх соціальної інтеграції.

**Поведінковий підхід** – підхід, де в центрі уваги психолога знаходиться людську поведінку, дії і результати наших дій, все зовнішнє, видиме й об'єктивне [12]. Поведінковий підхід у проблемі психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів, базується на використанні психологічних та соціальних стратегій, спрямованих на зміну поведінки та ставлення до власного здоров'я військовослужбовцями.

Поведінковий підхід до здоров'язбереження військовослужбовців є ефективним методом зниження негативних впливів військової служби на фізичний та психічний стан військових. Впровадження цього підходу передбачає комплексну інтеграційну діяльність, що включає психологічну підтримку, фізичні тренування, освітні заходи та соціальну підтримку. Завдяки цим заходам можна значно підвищити рівень здоров'я та добробуту військовослужбовців, що є важливим аспектом для забезпечення боєздатності та ефективності армії.

**Мультидисциплінарний підхід** у досліджуваній проблемі є критично важливим, оскільки від фізичного та психічного стану військових залежить боєздатність армії. Об'єднання зусиль медиків, психологів, фізіотерапевтів, соціальних працівників та дієтологів дозволяє створити ефективну систему підтримки військових, яка враховує всі аспекти їхнього здоров'я, шляхом організації діяльності мультидисциплінарних команд фахівців. Підтвердженням наших міркувань знаходимо у роботі Бриндікова Ю., щодо мультидисциплінарного підходу у реабілітації військовослужбовців-учасників бойових дій [1]. Такий

підхід забезпечує не тільки оперативну допомогу, але й довгострокову реабілітацію та інтеграцію військовослужбовців у суспільство.

Мультидисциплінарний підхід до проблеми психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів є важливим інструментом для забезпечення їхньої боєздатності та загального благополуччя. Впровадження такого підходу сприяє підвищенню якості життя військовослужбовців та їхньої здатності виконувати свої обов'язки на високому рівні.

**Здоров'язбережувальний підхід** є ключовим у дослідженні проблеми психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів. Методологія здоров'язбережувального підходу, за міркуваннями Коцана І., Ложкіна Г., Мушкевич М., передбачає систему наукових принципів і стратегій щодо фізичних, психічних соціальних, ментальних, екологічних аспектів здоров'я людини [7]; базується на наукових доказах; є важливим інструментом для підтримки та зміцнення здоров'я населення шляхом створення умов для активного, здорового, повноцінного життя. Здоров'язбережувальний підхід є ефективною стратегією для забезпечення сталого здоров'я нації; не обмежується лише лікуванням захворювань, але й акцентує увагу на профілактиці, зміцненні і підтримці загального стану здоров'я з метою забезпечення довгострокового фізичного і психічного благополуччя людей.

Загалом, практична реалізація здоров'язбережувального підходу включає в себе стимулювання державної політики у сфері охорони здоров'я; створення спеціалізованих центрів здоров'я; проведення освітніх кампаній щодо здорового способу життя; поєднання медичних, соціальних та психологічних аспектів у профілактичних та здоров'язбережувальних програмах, а також підтримку фізичної активності, психічного благополуччя і соціальної інтеграції.

Вважаємо за необхідне, у контексті досліджуваної проблеми психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів, представити базові методологічні орієнтири застосування здоров'язбережувального підходу:

1. **Профілактика та раннє виявлення хвороб:** розробка програм і стратегій для попередження захворювань через регулярні медичні обстеження військовослужбовців, вакцинацію та інші профілактичні заходи.

2. **Фізична активність і здоровий спосіб життя:** сприяння здоров'ю військовослужбовців через регулярну фізичну активність, правильне харчування і уникнення шкідливих звичок.

3. **Психологічна підтримка і стрес-менеджмент:** розвиток стратегій для психічного благополуччя, включаючи психологічну підтримку, тренінги зі стрес-менеджменту і психотерапію для військовослужбовців.

4. **Соціальна інтеграція та підтримка:** створення умов для соціальної інтеграції військовослужбовців через розвиток соціальних мереж, підтримку спільнот та соціальних програм тощо.

5. **Просвітницька діяльність:** проведення тренінгів та інших заходів, спрямованих на підвищення обізнаності про здоров'язбереження військовослужбовців.

**Рекреалогічний підхід** до проблеми психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів є одним із провідних. Методологія рекреалогічного підходу є системою наукових методів і підходів, що використовуються для вивчення, аналізу та практичного застосування рекреаційних активностей, їх вплив на здоров'я та благополуччя людини, а також способи їх організації та управління. За міркуваннями Сидорчук Н., Кучинської Л., цей підхід спрямований на розуміння впливу рекреації на фізичне та психічне здоров'я людини, соціальні взаємини та культурні аспекти життя суспільства [9; 8].

Базові позиції методології рекреалогічного підходу, у контексті досліджуваної проблеми психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів:

1. *Наукові основи рекреалогії*: огляд історії та розвитку рекреаційних досліджень, вивчення основних концепцій та теорій, що є підґрунтям рекреалогічного підходу.

2. *Фізіологічні аспекти*: дослідження впливу рекреаційних занять на фізичну активність, здоров'я та інших фізіологічних параметрів військовослужбовців.

3. *Психологічні аспекти*: аналіз впливу рекреаційних активностей на емоційний стан, психічне здоров'я, стресорегуляцію і психосоціальну адаптацію та загальний психологічний комфорт військовослужбовців.

4. *Соціальні виміри рекреації*: вивчення ролі рекреаційних ресурсів у формуванні соціальних взаємин, комунікації та соціальної інтеграції військовослужбовців; відповідального ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих.

5. *Соціокультурні аспекти*: дослідження можливостей рекреації у полікультурному колективі, культурних практик та ідентичності військовослужбовців.

6. *Рекреаційна індустрія*: розвиток туристичних програм і заходів в різних рекреаційних локаціях для відпочинку та здоров'я військовослужбовців.

Загалом, здійснений науковий пошук дозволив резюмувати наступне: психологічна підтримка здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів є соціально-психологічною проблемою; на часі у вітчизняному науковому дискурсі не є розробленою та представленою комплексними дослідженнями. Окреслені методологічні виміри проблеми психологічної підтримки здоров'язбереження військовослужбовців засобами рекреаційних ресурсів слугуватимуть орієнтирами у подальшому пошуку та забезпечуватимуть цілісність дослідження, яке потребує глибокого аналізу основних концептів і понять, встановлення видо-родових зв'язків між ними, визначення позиції автора щодо використання термінології, змістового наповнення концептів, що вбачаємо як перспективи стратегії подальших наукових розвідок.

### Список використаної літератури

1. Бриндіков Ю.Л. Мультидисциплінарний підхід у реабілітації військовослужбовців-учасників бойових дій. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія : педагогічні науки* / гол. ред. О.В. Діденко. Хмельницький : Вид-во НАДПСУ, 2017. № 3(10). С. 44–56.
2. Гончаренко С.У. Український педагогічний словник. К. : Либідь, 1997. 376 с.
3. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю.Д. Бойчука. Харків : Вид. Рожко С.Г., 2017. 488 с.
4. Закон України «Про Статут внутрішньої служби Збройних Сил України» Розділ 6. Збереження і зміцнення здоров'я військовослужбовців. (*Відомості Верховної Ради України (ВВР)*, 1999, № 22–23, ст. 194). Документ 548-XIV, чинний, поточна редакція – Редакція від 04.05.2024. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/548-14#Text> (дата звернення: 07.08.2024).
5. Івашенко С.Н., Шахліна Л.Я., Лазарева О.Б. Особливості побудови фазової моделі фізичної реабілітації військовослужбовців, що постраждали внаслідок бойових дій. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2016. Випуск 3 (72). С. 63–67.
6. Кальниш В.В., Пишинов Г.Ю., Варивончик Д.В. Актуальні проблеми психофізіологічного стану учасників бойових дій. *Україна. Здоров'я нації*. 2016. № 4/1 (41). С. 37–43.
7. Коцан І.Я., Ложкін Г.В., Мушкевич М.І. Психологія здоров'я людини / За ред. І.Я. Коцана. Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011. 430 с.
8. Кучинська Л.Ф. Рекреалогічні засади збереження професійного здоров'я педагогічних працівників у системі методичної роботи закладів дошкільної освіти : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Житомир, 2021. 355 с.

9. Сидорчук Н.Г. Фізична культура і психологічний тренінг : навч. посіб. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2017. 104 с.
10. Терещенко Л.А., Петровська Т.В. Психологічний підхід до визначення поняття «психічне здоров'я» суб'єктів взаємодії в освітньому просторі *Актуальні проблеми психології*: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ-Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2019. Том VI. Психологія обдарованості. Вип. 15. С. 340–348.
11. Чернілевський Д.В. Методологія наукової діяльності : навчальний посібн. вид. 2-ге, допов. Вінниця : Вид-во АМСКП, 2010. 484 с.
12. Що таке поведінковий підхід? Психологіс. Енциклопедія практичної психології. URL: [http://psychologis.com.ua/chto\\_takoe\\_povedencheskiy\\_podhod\\_vop\\_zn\\_.htm](http://psychologis.com.ua/chto_takoe_povedencheskiy_podhod_vop_zn_.htm) (дата звернення: 11.08.2024).
13. Bargh, J. A., Chen, M., & Burrows, L. (1996). Automaticity of social behavior: Direct effects of trait construct and stereotype activation on action. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(2), 230–244. DOI: 10.1037/0022-3514.71.2.230 (дата звернення: 12.08.2024).
14. Gable, S.L. (2006) Approach and avoidance social motives and goals. *Journal of Personality*, 74(1), 175–222. DOI: 10.1111/j.1467-6494.2005.00373.x (дата звернення: 12.08.2024).

## **METHODOLOGICAL DIMENSIONS OF THE PROBLEM OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR THE HEALTH PRESERVATION OF MILITARY PERSONNEL THROUGH RECREATIONAL RESOURCES: SCIENTIFIC LEVEL**

**Iryna Pyasova**

*Interregional Academy of Personnel Management,  
2, Frometivska Str., Kyiv, Ukraine, 03039  
e-mail: irina.ryabinhuk1979@gmail.com*

The article explores the methodological dimensions of the problem of psychological support for the health preservation of military personnel through recreational resources at the scientific level. It is noted that the health of military personnel is a critically important aspect that affects the combat readiness and effectiveness of the Armed Forces of Ukraine. Attention is focused on the application of recreational resources in the context of military service, as well as the necessity to consider the individual characteristics and needs of each servicemember, since the health preservation of military personnel is essential for maintaining a high level of their combat readiness and effectiveness during the performance of their duties. It is emphasized that the relevance, complexity, and multidimensionality of the problem of psychological support for the health preservation of military personnel through recreational resources necessitate its methodological justification from the standpoint of psychological and other scientific fields in constructing the phenomenon under study. The scientific methodological apparatus for the problem of psychological support for the health preservation of military personnel through recreational resources is presented through various approaches: psychological, physiological, psychophysiological, social, psychosocial, behavioral, multidisciplinary, health-preserving, and recreational. The methodological positions for extrapolating the stated approaches to the problem of psychological support for the health preservation of military personnel through recreational resources are outlined. The basic principles of health-preserving and recreational approaches at the scientific level of methodology are identified as key in the studied problem. It is concluded that the methodological dimensions of the problem of psychological support for the health preservation of military personnel through recreational resources will serve as guidelines for further scientific research. The prospects for the strategy of further scientific investigations are outlined.

*Key words:* psychological support, health, health preservation of military personnel, means of recreational resources, methodological dimensions, scientific level.