

УДК 159.98:355

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2025.26.6>

## ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНИХ РЕАКЦІЙ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЯКІ ПОСТРАЖДАЛИ ВНАСЛІДОК ВІЙНИ

**Наталія Жигайло**

*Львівський національний університет імені Івана Франка,  
вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000  
e-mail: nataliya.zhyhaylo@lnu.edu.ua*

**Михайло Цимбалюк**

*Комітет Верховної Ради України  
з питань соціальної політики та захисту прав ветеранів,  
вул. Михайла Грушевського, 5, м. Київ, Україна, 01008  
e-mail: tsmmwww@gmail.com*

**Володимир Жигайло**

*Міжрегіональна академія управління персоналом  
вул. Зелена, 149, м. Львів, Україна, 79000  
e-mail: volodymyr.zhyhaylo@gmail.com*

Війна в Україні підняла актуальність проблеми збереження психічного здоров'я військовослужбовців на принципово новий рівень. Адже участь у бойових діях практично завжди супроводжується стресовою реакцією організму, яка без відповідної своєчасної кваліфікованої допомоги може призвести до несприятливих наслідків як для самого військовослужбовця, так і для суспільства в цілому. Психологічна травматизація особового складу стає причиною зниження ефективності виконання завдань за призначенням та збільшення небойових втрат.

Ефективним психопрофілактичним засобом є психологічне консультування, яке є значно доступнішим порівняно з іншими видами психологічної допомоги, що потребують значних часових витрат, певної підготовки, обладнання тощо. У випадку звернення військовослужбовців невідкладно після переживання травматичних подій, психологічне консультування часто набуває характеру кризового консультування.

У процесі консультаційної роботи з військовослужбовцями, ветеранами та членами їхніх сімей цивільні психологи можуть зіткнутися з низкою проблем, багато з яких аналогічні тим, із якими звертаються цивільні особи. Однак усі ці проблеми постають у контексті вимог, які пред'являються до консультанта в межах військової культури. Цей критерій означає, що вони розуміють військові ролі, мову, бекграунд, виявляють готовність сприймати армійський сленг, готовність витримувати військові жарти чи навпаки – військові травматичні історії, можуть надавати необхідну допомогу при порушеннях, які характерні лише для військових, тощо.

**Ключові слова:** психічні реакції, військовослужбовці, бойовий стрес, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), травматичний досвід, психологічна адаптація, емоційні порушення, тривожність, депресія, агресія, психічне здоров'я, реабілітація військових, психологічна підтримка, соціальна адаптація, психотерапія, бойова травма, психофізіологічні наслідки війни.

**Актуальність проблеми.** Повномасштабна війна в Україні актуалізувала проблему посттравматичного стресового розладу. Українське суспільство переживає важкі часи, які мають значний вплив на психічне здоров'я та емоційний стан кожного його члена.

Ситуація війни, що характеризується надекстремальним впливом на психіку людини: небезпечні умови виконання професійних завдань, постійна загроза життю військового негативно впливають на стан його здоров'я, знижують ефективність діяльності та можуть призводити до її зриву.

У значній частини військовослужбовців Збройних Сил України, які постраждали в результаті участі в бойових діях, спостерігаються психогенні розлади. Бойовою психічною травмою є деформація психологічних механізмів саморегуляції і прорив бойовим стрес-фактором захисту психіки особистості, в результаті чого відбувається перевищення її адаптивних можливостей (рівнів психічної стійкості), зміна цінностей та поведінки. Наслідки цих розладів багато в чому залежать від своєчасності їх діагностики та оперативної оцінки їх стану, адекватності прогнозу розвитку розладів та надання психологічної допомоги, проведення реабілітаційних заходів. Слід відзначити, що прояви бойової психічної патології можуть проявитися через тривалий час і не лише як посттравматичний стресовий розлад, а й у формі інших розладів, зокрема: зловживання психоактивними речовинами, депресії, тривожні розлади, порушення сну та контролю, спалахах злості та ін. [1]

**Аналіз останніх публікацій на тему дослідження.** Проблеми психологічного захисту від бойового стресу приділяється значна увага провідними фахівцями-психологами армій Ізраїлю, США, Франції та ін. Науковцями досліджуються проблеми психотерапії для ветеранів з безсонням, посттравматичним стресовим розладом і депресією (С. Gutner, Е. Pedersen, S. Drummond; А. El-Solh, N. O'Brien та ін.), проблеми сну у військовослужбовців з посттравматичним стресовим розладом (Р. Gehrman, G. Harb, R. Ross; K. Miller J. Brownlow, P. Gehrman та ін.), розробка системи психологічного захисту та підтримки військовослужбовців (А. Фельдман; Х. Буассо, Л. Мартінес та ін.). Питанням бойової психологічної травматизації військовослужбовців займаються Українські науковці: психологічна допомога військовослужбовцям – учасникам бойових дій – на етапі відновлення в умовах бойових дій (О. Кокун, Н. Агаєв, І. Пішко, Н. Лозінська, В. Остапчук; О. Когут); вікові переживання травм війни (С. Кузікова, В. Зливков, С. Лукомська); засади бойової психологічної травматизації військовослужбовців (О. Блінов, О. Колесніченко, А. Шиделко); вплив стресфакторів бойової обстановки на психіку військовослужбовців Повітряних Сил (О. Кудренко, В. Афанасенко); деструктивний вплив бойового стресу на емоційну сферу особистості військового (О. Лящ, М. Яцюк, О. Блінов). [1]

**Виклад основного матеріалу.** Об'єкт дослідження – психологічні травми військовослужбовців.

Предмет дослідження – особливості прояву психологічних травм військовослужбовців, які беруть участь в бойових діях.

**Мета дослідження** – теоретично дослідити та виявити особливості прояву психологічних травм військовослужбовців – учасників бойових дій. [1]

**Особистість військовослужбовця в умовах збройної боротьби.** Військова діяльність включає в себе продуманий задум своїх дій, часткових результатів, оцінку досягнутого, процес порівняння з цілями. Під час спілкування і взаємодії зі своїми колегами члени військового колективу обмінюються думками і порівнюють свої інструкції та позиції колег. Така робота позитивно впливає на розвиток інтелекту і, перш за все, на когнітивні процеси: сприйняття, уявлення, увагу, мову, пам'ять, мислення тощо [2].

Емоційно напружений характер бойової підготовки і всього процесу військової служби збагачує емоційно-почуттєву сферу військовослужбовців, сприяючи розвитку почуттів, які активізують психічну діяльність та нейтралізують астеничні, такі, що викликають порушення психіки військовослужбовця. Можливості розвитку стеничних емоцій (тих, що підштовхують до вчинків, збільшують напругу сил) різноманітні: це емоційно насичені заходи з бойової та гуманітарної підготовки, накопичення емоційного досвіду із врахуванням вимог службової та бойової діяльності, стимуляції воїнів до самовдосконалення [3].

Військова діяльність володіє великим резервом для розвитку вольових якостей військовослужбовців, що допомагає керувати своєю поведінкою, мобілізувати сили для подолання труднощів військової служби. Такі якості, як цілеспрямованість, сміливість і рішучість, ініціативність, дисциплінованість та організованість, інтернальність (відповідальність), дозволяють військовим успішно діяти в складних умовах сучасної війни. Завдяки вольовим якостям вони здатні самостійно організовувати свою діяльність і успішно керувати своїми діями під час бойових завдань [4].

Накопичення досвіду служби розширює сферу діяльності військовослужбовця, сприяючи розвитку психічних функцій і потенціалу організації, пов'язаного з психічним станом. Психічний стан безпосередньо впливає на динаміку психічних процесів, прояв особистісних якостей, ефективність службової діяльності військовослужбовця. Психічний стан в своєму розвитку і проявах багато в чому залежить від мотивації службової діяльності військовослужбовця, успішності бойової та гуманітарної підготовки, індивідуально-психічних властивостей, умов проходження військової служби, взаємовідносин між військовослужбовцями в частині. На психічний стан особового складу впливає соціально-психологічний клімат, настрій, традиції, відносини з безпосереднім командиром. Психічні стани можуть характеризуватися цілеспрямованістю, стійкістю, єдністю досвіду і поведінки, продуктивністю психічних функцій, спрямованістю тощо. Незалежно від причин виникнення різних зовнішніх впливів, військовослужбовцям необхідно розвивати й закріплювати такі позитивні психічні стани та якості, як зосередженість, стійкість, рішучість, зібраність, наполегливість. Слід запобігати та нейтралізувати розвиток таких негативних психічних станів, як неувважність, боязливість, дратівливість [5].

Основним психотравмуючим фактором в бойових ситуаціях є небезпека як переживання щодо власного життя і фізичного здоров'я. Цей досвід є найсильнішим і часто пов'язаний із сприйняттям жахливої картини смерті чи травми іншої людини. Аналіз бойової діяльності різних категорій військовослужбовців показує, що основні психологічні травми викликають фактори реального бою, які чинять гнітючий вплив на психіку бійця або призводять до його перезбудження, а в подальшому – до можливого зриву активності [6].

Під час бойової діяльності, у військовослужбовців в результаті впливу факторів бойової обстановки можуть виникати порушення психіки, які ведуть до часткової або повної втрати їхнього бойового потенціалу. Український науковець В. Блінов [7] в своїй монографії наводить статистику основних психічних розладів, які спостерігаються у військовослужбовців в ході бойових дій (табл. 1).

Отже, пристосування до незвичних стимулів бойових умов, довгострокова адаптивна реакція, яка дозволяє військовослужбовцю виживати в екстремальній обстановці, сприяє появі психічних станів бойового стресу.

**Психічні реакції і захворювання, які виникають у наслідок бойових дій.** На думку науковців, ступінь травматизації психіки особистості в екстремальних умовах діяльності, стиль поведінки та психологічний тип залежить в першу чергу від характеристик її нервової системи, особливо що стосується її сили та слабкості. Знання цих причин має велике практичне значення, оскільки вони визначають основні напрями роботи в галузі психогігієни, психопрофілактики та психологічної реабілітації воїнів.

У зв'язку з цим, вчені класифікували всі стрес-фактори, що призводять до бойових психологічних травм, на наступні групи:

1. Стресори бойової обстановки, такі як постійна загроза життю, виконання небезпечних завдань, невизначеність інформації, дефіцит часу, низька військова підготовка, негативна психологічна налаштованість та інші.

2. Не бойові стресори бойової обстановки, включаючи страх перед застосуванням ворожих ракет, очікування наступних бойових дій та незвичайні умови служби.

Таблиця 1

**Основні психічні розлади, які спостерігаються у військовослужбовців  
в ході бойових дій**

| Розлади                                      | Кількість захворювань, % |
|----------------------------------------------|--------------------------|
| Відчуття неспокою                            | 56                       |
| Пригнічена свідомість                        | 38                       |
| Безсоння                                     | 34                       |
| Страх (виправданий і безпричинний)           | 34                       |
| Соціальна відчуженість та почуття самотності | 24                       |
| Конверсійні реакції                          | 21                       |
| Істерія                                      | 21                       |
| Зниження апетиту                             | 19                       |
| Головні болі                                 | 19                       |
| Виснаження, втома                            | 17                       |
| Розлади рухового апарату                     | 17                       |
| Розлади сну, пам'яті                         | 17                       |
| Тремтіння кінцівок                           | 13                       |
| Розлади думок, нездатність зосередитися      | 13                       |
| Порушення мовлення                           | 12                       |
| Розлади психічних процесів                   | 11                       |
| Роздратованість                              | 11                       |
| Підвищено-агресивна поведінка                | 11                       |
| Порушення пам'яті                            | 11                       |
| Підвищене сприйняття шуму (переляк)          | 10                       |

3. Стресори, пов'язані з відправленням на зону бойових дій, такі як ізоляція від родини та близьких, загубленість та інші фактори.

Ці стресори можуть призводити до різних психічних розладів у воїнів, таких як фобії, бойовий шок, бойова стомленість та пост-травматичні стресові реакції (ПТСР). Бойові психічні травми можуть мати різні ступені важкості та проявлятися у різних клінічних формах, від фізичних симптомів до порушень пам'яті та психосоціальних адаптаційних труднощів.

Унаслідок впливу цих стрес-факторів, в воїнів виникають розлади у функціонуванні їхньої психіки. Наковці [7, 9, 5] класифікують ці психічні розлади за наступними психологічними ознаками у бойових умовах:

1. Розлади психіки, які характеризуються фобіями, тобто патологічним страхом. Симптомами цих розладів є серцебиття, холодний піт, сухість в роті, тремтіння кінцівок, мимовільне відділення сечі та калу, параліч кінцівок, заїкання та німота.

Фобії можна поділити на три основні клінічні форми страху:

- Рухова форма, що виявляється у неконтрольованих рухах і діях, наприклад, у втечі від небезпеки.

- Ригідна форма, яка проявляється пасивністю, обмеженою мімікою, байдужістю та застійністю.

- Прихована форма, яка виявляється у гарячковій пасивності та безглуздій активності, що можуть призвести до порушення виконання бойових завдань. У штабних підрозділах такий стан може паралізувати результативну роботу, породжувати суперечливі накази та розпорядження тощо.

Колективною формою страху є паніка – масовий стан страху перед реальною або уявною небезпекою, що наростає через взаємну індукцію і блокує здатність воїнів раціонально оцінювати обстановку, мобілізувати внутрішні резерви та координувати спільні дії для досягнення спільних цілей.

2. Бойовий стрес і бойове виснаження проходять кілька етапів. Бойовий стрес складається з трьох стадій:

- Перша стадія розвивається протягом кількох годин або навіть днів і виявляється почуттям тривоги, яке поступово перетворюється на страх і погіршення настрою.
- Друга, або гостра стадія, може тривати від кількох днів до декількох тижнів. В цей період розвиваються психосоматичні порушення невротичного характеру.
- Третя стадія, відома як хронічний стрес, характеризується тривалим психічним розладом і змінами в особистості.

3. Посттравматичні стресові реакції (ПТСР) виникають після певного періоду. Посттравматичний синдром включає групу психічних розладів, які виникають як наслідок спроби суб'єкта витіснити найбільш негативні епізоди із свідомості, але ці епізоди залишають не виправлені сліди. Основні прояви пост-травматичного синдрому включають:

- Втрату пам'яті та труднощі збереження уваги.
- Постійно підвищену настороженість, думки про самогубство та почуття постійної втоми.
- Нездатність концентрувати увагу та проблеми зі сном.
- Часткову або повну соціальну дезадаптацію, включаючи зловживання алкоголем та наркотиками, головні болі, розлади шлунково-кишкового тракту, сексуальні розлади, спалахи гніву та агресії відносно інших людей або предметів.
- Сни та нав'язливі спогади, що постійно повторюються та можуть асоціюватися з психотравмуючими подіями чи діями.
- Прагнення уникати думок, переживань, дій та ситуацій, що можуть нагадувати психотравмуючі обставини. Неможливість відтворити події в пам'яті, пов'язані з психотравмуючою ситуацією.
- Втрату інтересу до раніше важливих сфер життя, таких як спорт. – Відчуття «скороченого майбутнього» та нездатність до співпереживання з іншими людьми, включаючи сімейне життя.

Бойові психологічні травми виникають після інтенсивного переживання воїном стрес-факторів у бойовій обстановці, та призводять до тимчасового розладу психіки, що може призвести до часткової або повної втрати боєздатності. Серед основних психічних розладів військовослужбовців у бойових умовах виділяють такі: розлади психіки, які характеризуються фобіями, тобто патологічним страхом; бойовий стрес і бойове виснаження; посттравматичні стресові реакції. Повністю уникнути таких травм серед військовослужбовців у бойових умовах неможливо. Проте застосування психопрофілактичних заходів та надання своєчасної психологічної допомоги можуть сприяти зниженню кількості психогенних втрат.

**Система психологічної реабілітації: мета, завдання, умови проведення.** Психологічна реабілітація для бійців із реакціями на бойовий стрес – це система заходів, спрямованих на запобігання подовженню психічних розладів та розвитку патологічних процесів, які можуть призвести до тимчасової або стійкої втрати боєздатності та професійної працездатності, а також на швидше повернення бійців до їхньої професійної діяльності.

Сутність психологічної реабілітації полягає в побудові системи відносин між постраждалим та його соціальним оточенням. Психологічна реабілітація сприяє створенню умов для «очищення» психіки постраждалих, розвитку навичок, що сприяють конструктивній поведінці, та формуванню умов для особистісного розвитку та відновлення життєвих перспектив. В процесі реабілітації бійців вирішується емоційна реакція на психотравмуючий досвід, підвищуються адаптаційні здібності особистості.

О. Бінов [7] пропонує модель психологічної реабілітації військовослужбовців, яка має два основні рівні організації психореабілітаційної роботи – стратегічний і тактичний. Стратегічний рівень вирішує завдання планування, підготовки бази психологічної реабілітації та апробації системи роботи. Основне завдання тактичного рівня – це організація безпосередньої реабілітаційної роботи на практиці. Вона здійснюється на догоспітальному етапі психологічної реабілітації, госпітальному (санаторному) етапі та післягоспітальному (санаторному) етапі психологічної реабілітації.

Система медико-психологічної реабілітації має бути послідовною та поетапною. Завдання, форми та методи реабілітації змінюються відповідно до кожного етапу проведення. Протягом кожного етапу реабілітації передбачено також проведення профілактичних заходів.

1. Психологічна превентивна реабілітація перед відправленням воїнів для виконання завдань за призначенням, до екстремальних умов діяльності.

2. Психологічна реабілітація під час виконання бойових завдань.

3. Психологічна реабілітація після виведення з зони бойових дій (в місцях постійної дислокації військових частин) з метою відновлення бойової готовності та боєздатності.

4. Психологічна реабілітація військовослужбовців у військових госпіталях.

5. Психологічна реабілітація комбатантів, звільнених у запас (за місцем проживання, у військових санаторіях тощо).

Превентивна реабілітація включає в себе послідовний набір заходів, який базується на комплексній співпраці органів управління та психопрофілактичної діяльності фахівців. Її метою є:

– інформування військовослужбовців про можливі наслідки участі в бойових діях та організацію психологічної реабілітації;

– навчання основам психічної саморегуляції;

– ознайомлення з системою роботи фахівців щодо надання психологічної допомоги комбатантам з бойовими психічними травмами;

– навчання активу з числа військовослужбовців підрозділів для надання психологічної допомоги в подоланні наслідків бойового стресу та інше.

Психологічна реабілітація під час виконання бойових завдань спрямована на:

– вивчення умов бойової діяльності, рівнів впливу стрес-факторів;

– аналіз навченості військовослужбовців у подоланні страху та травматичного стресу, психічної стійкості комбатантів;

– вивчення взаємин у колективах, готовності взяти відповідальність на себе;

– аналіз боєздатності військових та прогнозування психогенних втрат;

– визначення потреби в ресурсах, часі та успішності психологічної реабілітації;

– здійснення контролю психогенних реакцій на травматичний стрес (бойова стресова реакція, бойова втома, посттравматичні стресові розлади, реактивні стани тощо);

– профілактику психогенних захворювань (наслідків бойового стресу) та військово-соціальну роботу.

Психологічна реабілітація після виведення з зони бойових дій (у місцях постійної дислокації військових частин) фокусується на таких аспектах:

– класифікації військовослужбовців за ступенями ураження бойовим стресом (низький, середній, високий рівні) та направлення в госпіталі тих, хто потребує стаціонарної допомоги;

– проведенні заходів декомпресії з військовослужбовцями;

– аналіз та координація діяльності волонтерів, організація соціально-психологічної роботи з сім'ями постраждалих, надається інформаційна соціально-правова підтримка, і вирішуються матеріальні проблеми.

Психологічна реабілітація військовослужбовців у військових госпіталях акцентує увагу на наступному:



– наданні послуг фахівцями з психологічної допомоги, таких як психопрофілактика, психологічне консультування, психодіагностика, психологічна корекція, психологічна реабілітація, психотерапія, психологічний розвиток військовослужбовців;

– створенні сприятливих соціально-психологічних умов для психологічної реабілітації поранених в госпіталах;

– підвищенні об'єктивних умов психологічної реабілітації шляхом підвищення професійного рівня госпітальних психологів, включаючи їх професійну підготовку, розвиток професійно-значущих якостей та інше.

Психологічна реабілітація військовослужбовців у військових санаторіях спрямована на наступні завдання:

– вивчення особливостей прояву розладів адаптації військовослужбовців, включаючи вплив посттравматичних стресових розладів та дії вторинних стресових факторів соціального порядку, таких як соціальне відкидання;

– супровід процесу психологічної реадaptaції військовослужбовців;

– проведення коригування смисложиттєвих орієнтацій військовослужбовців за допомогою екзистенційної терапії;

– проведення психокорекційної роботи з ветеранами та оцінку позитивних адаптивних зрушень.

**Висновки.** Результати дослідження організаційних ресурсів психологічної реабілітації військовослужбовців свідчать про необхідність багатовекторного підходу до розв'язання цієї проблеми. Покращення системи психологічної реабілітації військовослужбовців – учасників бойових дій – це важливий завдання для забезпечення їхнього фізичного і психічного благополуччя після повернення з війни.

Психологічні травми можуть проявлятися по-різному у військовослужбовців та цивільних жителів, які постраждали внаслідок війни, через специфічні особливості їхнього досвіду і оточення. Обидві групи можуть демонструвати подібні симптоми ПТСР, такі як рекурентні кошмари, роздратованість та тривожність. Проте специфіка цих травм буде залежати від конкретного досвіду і реакції кожної особи. Важливо забезпечити обидві групи психологічною підтримкою та професійною допомогою для подолання наслідків травм.

### Список використаної літератури

1. Куц А.М. Особливості прояву психологічних травм військовослужбовців, які беруть участь в бойових діях. Режим доступу до ресурсу: <https://dspace.znu.edu.ua/xmlui/handle/12345/17747>
2. Колосович О.С. Психологія взаємодії у військово-професійному середовищі : монографія. Львів : ЛьвДУВС, 2018. 232 с. Режим доступу до ресурсу: <https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/2359/1/%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%87%20%D0%BC%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%84%D1%96%D1%8F.%202018.pdf>
3. Ягупов В. В. Військова психологія : підручник для студ. вищих навч. закл. К. : ВК ТОВ "Тандем", 2004. 656 с.
4. Китрар В. Роль та місце морально-вольових якостей у загальній системі підготовки майбутніх військовослужбовців. *Проблеми освіти*. Випуск 2(97), 2022. С. 266-277. Режим доступу до ресурсу: <https://imzo-journal.org.ua/index.php/journal/article/view/80>
5. Основи психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій : методичний посібник / О.М. Кокун, Н.А. Агаєв, І.О. Пішко, Н.С. Лозінська. К.іів: НДЦ ГП ЗСУ, 2015. 170 с. Режим доступу до ресурсу: [https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/11222/1/%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA\\_2015.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/11222/1/%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA_2015.pdf)
6. Стасюк В.В. Система соціально-психологічного забезпечення функціонування військових підрозділів в умовах збройних конфліктів : Монографія. Київ: НАОУ, 2005. 322 с. Режим доступу до ресурсу: <https://irbis-nbuv.gov.ua/publ/REF-0000259451>

7. Блінов О. А. Психологія бойової психічної травми : монографія. Київ: Талком, 2016. 246 с. Режим доступу до ресурсу: <https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi71/0051503.pdf>
8. Блінов О. А. Вплив стрес-факторів діяльності на військовослужбовців. Вісник НАОУ. Київ: Міленіум, 2006. Вип. 2. С. 118– 124. Режим доступу до ресурсу: <https://er.kai.edu.ua/server/api/core/bitstreams/23a6da05-ac68-46c2-a1f6-d945c83c4791/content>
9. Колесніченко О.С. Засади бойової психологічної травматизації військовослужбовців : монографія. Харків: ФОП Бровін О.В., 2018. 488 с. Режим доступу до ресурсу: [https://books.ndcnangu.co.ua/knigi/Monograf\\_bojov\\_psihol\\_travm\\_2018.pdf](https://books.ndcnangu.co.ua/knigi/Monograf_bojov_psihol_travm_2018.pdf)

## FEATURES OF MENTAL REACTIONS IN MILITARY PERSONNEL AFFECTED BY WAR

**Nataliya Zhyhaylo**

*Ivan Franko National University of Lviv,  
1, Universytetska str., Lviv, Ukraine, 79000  
e-mail: nataliya.zhyhaylo@lnu.edu.ua*

**Mykhailo Tsymbaliuk**

*Committee of the Verkhovna Rada of Ukraine on Social Policy and Protection  
of Veterans' Rights  
5, Mykhaila Hrushevskoho str., Kyiv, Ukraine, 01008  
e-mail: tsmmwww@gmail.com*

**Volodymyr Zhyhaylo**

*Interregional Academy of Personnel Management  
149, Zelena St., Lviv, Ukraine, 79000  
e-mail: volodymyr.zhyhaylo@gmail.com*

The war in Ukraine has raised the relevance of the problem of maintaining the mental health of military personnel to a fundamentally new level. After all, participation in combat operations is almost always accompanied by a stress reaction of the body, which, without appropriate timely qualified assistance, can lead to adverse consequences for both the serviceman himself and society as a whole. Psychological traumatization of personnel causes a decrease in the effectiveness of performing assigned tasks and an increase in non-combat losses.

An effective psycho-prophylactic tool is psychological counseling, which is much more accessible compared to other types of psychological assistance that require significant time, certain training, equipment, etc. In the case of servicemen's appeal immediately after experiencing traumatic events, psychological counseling often takes on the character of crisis counseling.

In the process of consulting with servicemen, veterans and members of their families, civilian psychologists may encounter a number of problems, many of which are similar to those that civilians address. However, all these problems arise in the context of the requirements for a consultant within the framework of military culture. This criterion means that they understand military roles, language, background, show a willingness to accept army slang, are willing to endure military jokes or vice versa – military traumatic stories, can provide the necessary assistance with disorders that are characteristic only for the military, etc.

**Key words:** mental reactions, military personnel, combat stress, post-traumatic stress disorder (PTSD), traumatic experience, psychological adaptation, emotional disorders, anxiety, depression, aggression, mental health, military rehabilitation, psychological support, social adaptation, psychotherapy, combat trauma, psychophysiological consequences of war.

*Дата першого надходження рукопису до видання: 22.10.2025  
Дата прийнятого до друку рукопису після рецензування: 25.11.2025  
Дата публікації: 26.12.2025*