

*Мацевко Т. М.* кандидат психологічних наук, с.н.с.,  
Національна академія сухопутних військ,  
<https://orcid.org/0000-0002-5424-847X>

*Березницька У. О.* Національна академія сухопутних військ  
<https://orcid.org/0000-0002-6009-2280>

*Солошенко Н. В.* старший науковий співробітник НДЛ  
кафедри суспільних наук НУОУ ім Івана Черняхівського  
<https://orcid.org/0000-0002-6537-1107>

## ПСИХІЧНІ СТАНИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІСЛЯ ПОВЕРНЕННЯ ІЗ ЗОНИ ВЕДЕННЯ БОЙОВИХ ДІЙ

*В статті розкриваються результати емпіричного дослідження прояву психічних станів військовослужбовців, які повернулися з зони ведення бойових дій. Показано, що вони мають не конгруентні психічні стани, що є результатом перебуванням військовослужбовців на етапі усвідомлення свого досвіду з переопрацюванням травматичних ситуацій і намаганням знаходження балансу взаємодії з навколишнім середовищем.*

**Ключові слова:** психічні стани; травматичний досвід; військовослужбовці; бойові дії.

**Постановка проблеми.** Професійна діяльність військовослужбовців в лавах Збройних Сил та їх відповідні психічні стани є об'єктами уваги дослідників у зв'язку зі специфікою умов, складності виконання службових завдань та ін. Також новітні вимоги до збройної боротьби вимагають всебічного вивчення психічних станів людини в екстремальних умовах діяльності, заходів щодо збереження та підвищення боєздатності військовослужбовців.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблемам психічних станів був присвячений ряд наукових робіт фахівців в галузі військової психології та психології діяльності людини в особливих умовах. До них слід віднести роботи О.А. Блінова, О.В. Тімченка, В.В. Ягупова, В.В. Стасюка, С.М. Миронця та інших авторів.

Початок вивчення психічних станів як окремого поняття поклав У. Джемс, який трактував психологію як науку про психічні стани людини. Психічні стани науковець відносив до станів свідомості, що характеризуються властивостями мінливості, вибірковості, безперервності та носять особистісний характер [3, с. 103].

Уперше загальна проблема психічних станів як самостійної категорії, що є відмінною від психічних процесів та властивостей, була сформована та розглянута М. Д. Левітовим. Учений узагальнив праці попередніх років та дослідив особливості прояву психічних станів, механізми їх виникнення, взаємозв'язок із психічними процесами та

властивостями. Згідно з його твердженням, «психічний стан – це цілісна характеристика психічної діяльності за певний період часу, в якій відображається своєрідність перебігу психічних процесів в залежності від предметів та явищ дійсності, що відображаються, попереднього стану та психічних властивостей особистості» [4, с. 20].

Сучасний психологічний словник «психічний стан» трактує як поняття, що використовується для умовного виокремлення в психіці індивіда відносно статичного моменту на відміну від поняття «психічний процес», та одночасно підкреслюються динамічні моменти психіки на відміну від поняття «психічна властивість» [6, с. 302]. Також зазначається, що до складу цієї категорії входять різні види інтегрованого відображення впливів на суб'єкт внутрішніх та зовнішніх стимулів без чіткого усвідомлення їх предметного змісту.

Отже, психічний стан дослідниками розглядається як складне, інтегративне, цілісне поліфункціональне та поліструктурне явище психічного життя особистості, що виступає зв'язуючою ланкою між психічними процесами та властивостями; як складний інтегративний прояв психіки в усій сукупності її взаємозв'язків, у якому відображаються психологічні властивості та характер впливу зовнішніх чинників на особистість; як засіб організації психічних процесів і формування особистісних властивостей,

що забезпечує певний рівень мобілізації та активності особистості, сприяє чи перешкоджає продуктивній психічній діяльності.

**Мета роботи** полягає в розкритті внутрішньої суті психічних станів та особливостей їх прояву у військовослужбовців, які повернулися з зони ведення бойових дій. Для досягнення мети необхідно розглянути поняття психічного стану особистості та особливості його прояву у військовослужбовців, провести емпіричне дослідження психічних станів військовослужбовців, які повернулися з зони ведення бойових дій та визначити особливості їх прояву.

### Методи дослідження

Теоретичні – аналіз та синтез, зіставлення та протиставлення, узагальнення та ін. – дали можливість теоретичного осмислення отриманих нами даних; б) емпіричні: методика Г. Айзенка «Самооцінка психічних станів», методика «Самопочуття, активність, настрої (САН)», методика «ММРІ міні-мульт» – для визначення особливостей прояву психічних станів у військовослужбовців, які повернулися з зони ведення бойових дій.

### Виклад основного матеріалу

В умовах бойової обстановки психіка воїна може попадати під вплив різних факторів. Цьому сприяє вплив новизни обстановки, обмеженість часу на виконання завдань, застосування нових видів сучасної зброї, незвичайні види і способи ведення бойових дій та ін. Тому в схожих умовах воїну важливо мати такий психічний стан, як стан впевненості. Він, як правило, характеризується чітким розумінням завдань, які стоять перед воїном, а також труднощів, які будуть виникати при виконанні цих справ. У цьому стані воїн об'єктивно оцінює майбутню діяльність та її особливості в конкретних умовах обстановки.

Особливість стану впевненості полягає в його впливу на успішність подолання труднощів сучасного бою. Від впевненості залежить рівень емоційної стійкості воїна, ступінь його впливу на почуття, а також швидкість і правильність прийняття відповідальних рішень [2, с. 14].

Але є впевненість уявна, тобто

самовпевненість. Бути самовпевненим, значить переоцінювати свої сили і можливості. Як правило, самовпевненість призводить до розв'язаності в поведінці. Такі воїни намагаються в усе втручатися, про все судити на свій лад, це негативно впливає на виконання службових обов'язків, сприяє порушенню військової дисципліни [2, с. 15].

Військова діяльність у більшості випадків супроводжується станом підйому. Подібний стан у військовослужбовця спостерігається особливо тоді, коли виконання завдання пов'язане з діяльністю, яка цікава військовослужбовцю і значима для нього. У подібному стані воїн відчуває радість і знає, що після виконання бойового завдання він отримає моральне задоволення [7].

Стан підйому має яскраво виражену забарвленість. У такому стані воїн під бойової діяльності, як правило, веселий, він жартує, кожен його рух продуманий, очі світяться запалом, він відчуває задоволеність від виконання поставленого завдання.

Що стосується такого психічного стану як стан стриманості, то він характеризується спокоєм воїна, розважливістю при виконанні того чи іншого завдання. У такому психічному стані він менше робить помилок, у нього немає зайвих рухів і метушливості. Цей стан може залежати від характеру та темпераменту військовослужбовця. Ступінь впливу темпераменту виразно позначається на поведінці, формах емоційної реакції людини. Стан стриманості особливо важливий тоді, коли в прийнятому рішенні неприпустимі елементи ризику, непродуманих дій, коли воїн запальний, дратівливий у дрібницях, легко уразливий, недовірливий [8, с. 227].

Такий психічний стан є наслідком високої професійної майстерності військовослужбовця, його високої свідомої дисциплінованості. Стан вольової активності неможливий без хорошої фізичної загартованості особового складу, без цілеспрямовано розвинених психічних процесів (уваги, пам'яті, мислення та ін.), а також без тієї соціально-психологічної атмосфери в колективі, яка сприяє підтримці у кожного воїна схожого психічного стану [8, с. 227].

Як правило психічні стани, що сприяють діяльності в екстремальних умовах формуються в результаті бойової, спеціальної, психологічної підготовки і вони визначають поведінку і дії воїна в конкретних ситуаціях. Вони зумовлюють вчинки людини в екстремальних умовах, допомагають їй на практиці проявити почуття обов'язку та відповідальності за доручену справу, висловити і довести свою відданість до Батьківщини, ненависть до ворога. Завданням кожного офіцера якраз і є підтримка у своїх підлеглих таких психічних станів, які особливо необхідні в умовах сучасного бою [7].

Прояв психічних станів у військовослужбовців відбувається на фоні травматичних впливів бойових дій, тому вони мають свій специфічний зміст і форму прояву.

Психологічний аналіз дозволяє виділити основні параметри таких травматичних впливів:

- 1) несприятливі умови для життєдіяльності;
- 2) вони мають загрозливий характер;
- 3) різке зростання внутрішньоособистісної напруженості;
- 4) виснаження адаптаційних ресурсів і "прорив" адаптаційного бар'єру;
- 5) зміна динамічних стереотипів поведінки;
- 6) кризовий стан особистості [7].

Такий травматичний вплив пов'язаний зі смертю, загрозою смерті, важким пораненням або будь-якою іншою загрозою фізичній цілісності. Ці впливи можуть бути або нетривалими, але надзвичайно потужними за силою впливу (тривалість цих подій від декількох хвилин до декількох годин), або тривалими чи такими, що регулярно повторюються.

Військова діяльність відрізняється особливою динамічністю, розмаїтістю, у ній можуть виявлятися, за певних умов, негативні психічні стани, а саме: напруженість, страх, паніка, тривога, сумнів, ригідність, фрустрація, занепад, неухважність та ін. [5, с. 56].

Нерішучість як психічний стан може виникнути не тільки за відсутності у військовослужбовця самостійності, упевненості в собі, але й у зв'язку з новизною, неясністю, заплутаністю в екстремальних умовах діяльності.

Такі умови призводять і до

виникнення стану психічного напруження. Можна говорити про суто «операторське» напруження, тобто те, що виникає як результат складності діяльності (наприклад, при важкості сенсорного розрізнення, нелегкості зорово-рухової координації тощо) і емоційне напруження, викликане екстремальними умовами [5, с. 57].

Серед негативних психічних станів, що переживають військовослужбовці в екстремальних умовах діяльності, можна виділити неспокій, тривожність, фрустрацію. Тривожність визначають як психічний стан, що викликається можливими або вірогідними прикрощами, несподіванкою, змінами у звичній обстановці й діяльності, затримкою приємного, бажаного і виражається у специфічних переживаннях (побоювання, хвилювання, порушення спокою тощо), реакціях. Але при цьому вона відіграє велику роль у процесі мотивації поведінки військовослужбовця, у певних випадках прямо виступаючи як мотив [7].

Умовами, що викликають неспокій і тривогу є такі, як: несподівані зміни в обстановці; невдачі й помилки під час виконання поставлених завдань; можливість виникнення різних проблем, пов'язаних зі службовою діяльністю або спілкуванням; очікування (іноді тривале) певного результату тощо. «М'які» форми тривожності служать сигналами до усунення недоліків, що є в роботі, до виховання рішучості, сміливості, упевненості у власних силах. Якщо ж тривожність виникає з нікчемних причин, неадекватна об'єктам і ситуації, що її викликали, приймає форми, що свідчать про втрату самоконтролю, є тривалою, то такий стан, безумовно, негативно впливає на здійснення діяльності [5, с. 59].

Відносно військовослужбовця фрустрацію в найзагальнішому вигляді можна визначити як складний емоційно-мотиваційний стан, що виражається в дезорганізації свідомості, діяльності та спілкування і виникає внаслідок тривалого блокування цілеспрямованої поведінки об'єктивно непереборними або суб'єктивно представленими перешкодами. Типовими реакціями при фрустрації є агресія, фіксація, депресія тощо. Агресію при фрустрації розуміють у широкому значенні, відносячи сюди не

тільки прямий напад, але і загрозу, ворожість, озлобленість. Вона може бути спрямована не тільки на осіб, винних у створенні «бар'єру», але й на всіх навколишніх або навіть на неживі предмети, на яких у даних випадках «зривається зло». Нарешті, можливе перенесення агресії на самого себе. Іноді фрустрація виступає у формі депресії, коли військовослужбовець ніби йде в «себе» і стає байдужим до зовнішніх подразників [1, с. 29].

Таким чином, проведений нами аналіз показує, що: психічні стани – це не нагромадження випадковостей у психіці людини, а психологічна категорія, якій властиві свої особливості, вони мають фізіологічну природу і відповідні причини виникнення. Впливи бойової діяльності можуть формувати у військовослужбовців кризові стани двох типів: криза першого типу пов'язана зі значним потрясінням, але яке все ж залишає можливість для виходу на звичний життєвий устрій та криза другого типу, яка перекреслює усі життєві замисли військовослужбовця і стимулює значні зміни у її житті: особистісні, ціннісні, смислові. Такі особливості бойової діяльності можуть формувати особливі психічні стани військовослужбовців після їх повернення з зони ведення бойових дій. Їх емпіричному дослідженню присвячений другий розділ нашої роботи.

### Емпіричне дослідження

Згідно з розглянутими вище теоретичними положеннями про психічні стани військовослужбовців під час бойових дій, ми вирішили здійснити експериментальне дослідження з метою з'ясування психічних станів військовослужбовців, які брали участь у бойових діях на Донбасі.

Базою дослідження стала 36 ОБрМП

Вибіркова сукупність: 36 осіб – усі є учасниками операції об'єднаних сил (АТО) та безпосередньо виконували завдання на першій лінії взводних опорних пунктів.

Статева ідентифікація вибірки: усі респонденти – особи чоловічої статі.

Вікова ідентифікація вибірки: від 23 до 34 років.

Найбільше у вибірці переважає респондентів, що мають час проходження військової служби 3-5 років – 50%;

респондентів з часом проходження військової служби 1-2 роки – 22,2%; респондентів з часом проходження військової служби 6-10 років – 16,6%; респондентів з часом проходження військової служби більше 10 років – 11,2%.

Найбільше у вибірці переважає респондентів, що мають час перебування в умовах бойових дій 1-2 роки – 55,5%; респондентів з часом перебування в умовах бойових дій до 1 року – 27,9%; респондентів з часом перебування в умовах бойових дій більше 2-х років – 16,6%.

Діагностичне дослідження проводилося у військовій частині на етапі відновлення її боєздатності. Час після перебування у зоні ведення бойових дій склав 2 місяці, при цьому в цей період кожний військовослужбовець протягом 2 тижнів перебував у відпустці.

На підставі узагальнення існуючих в літературі методів дослідження психічних станів ми дійшли висновку, що до основних методик, які можуть бути використані при дослідженні, відносяться наступні:

1) для діагностики психічних станів військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, ми використали *методику Г. Айзенка «Самооцінка психічних станів»*.

2) для діагностики самопочуття, активності та настрою використовується опитувальник з однойменною назвою *«Самопочуття, активність, настрої (САН)»*. Ця методика є різновидом опитувальників станів і настроїв. Розроблена вона була співробітниками Московського медичного інституту імені В.М.Сеченова у 1973 р., автори методики – В.А. Доскін, Н.А. Лаврентьева, В. Б. Шарай і М. П. Мірошніков.

3) для діагностики психічних станів військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, ми використали *опитувальник «ММРІ міні-мульт»*.

ММРІ був запропонований американськими психологами у 40-50 роках ХХ ст. Адаптація його була проведена у СРСР в 60-х роках ХХ ст. в інституті ім. В. М. Бехтерева психологами Ф.Б. Березінім і М.П. Мирошниковим.

Аналізуючи отримані дані військовослужбовців, які брали участь у бойових діях за методикою Г. Айзенка

## Питання психології

«Самооцінка психічних станів», відзначимо наступне:

1) за показником «Тривожність» високий рівень тривожності констатовано у 16 осіб (44,4%). У 14 осіб (38,8%) присутній середній рівень тривожності, а у 6 осіб (16,8%) – низький рівень. Оптимальний рівень тривожності необхідний для ефективної адаптації особистості до дійсності. Надмірно високий рівень, як і надмірно низький свідчить про дезадаптивну реакцію. Це виявляється в загальній дезорганізованості поведінки і діяльності, і є показником несприятливого особистісного розвитку і, як, наслідок - низької ефективності діяльності.

2) за показником «Фрустрація» високий рівень фрустрації констатовано у 18 осіб (50%). У 10 осіб (27,7%) присутній

середній рівень фрустрації, а у 8 осіб (23,4%) – низький рівень. Тобто, у половини опитаних військовослужбовців констатовано високий рівень фрустрації.

3) за показником «Емоційність» високий рівень емоційності констатовано у 16 осіб (44,4%). У 12 осіб (33,3%) присутній середній рівень емоційності, а у 8 осіб (22,2%) – низький рівень.

4) за показником «Ригідність» високий рівень ригідності констатовано у 12 осіб (33,3%). У 16 осіб (44,4%) присутній середній рівень ригідності, а 8 осіб (22,2%) – низький рівень. Тобто, у опитаних військовослужбовців констатовано в основному середній і низький рівень ригідності.

Сукупні порівняльні результати дослідження представлені на рис. 1.

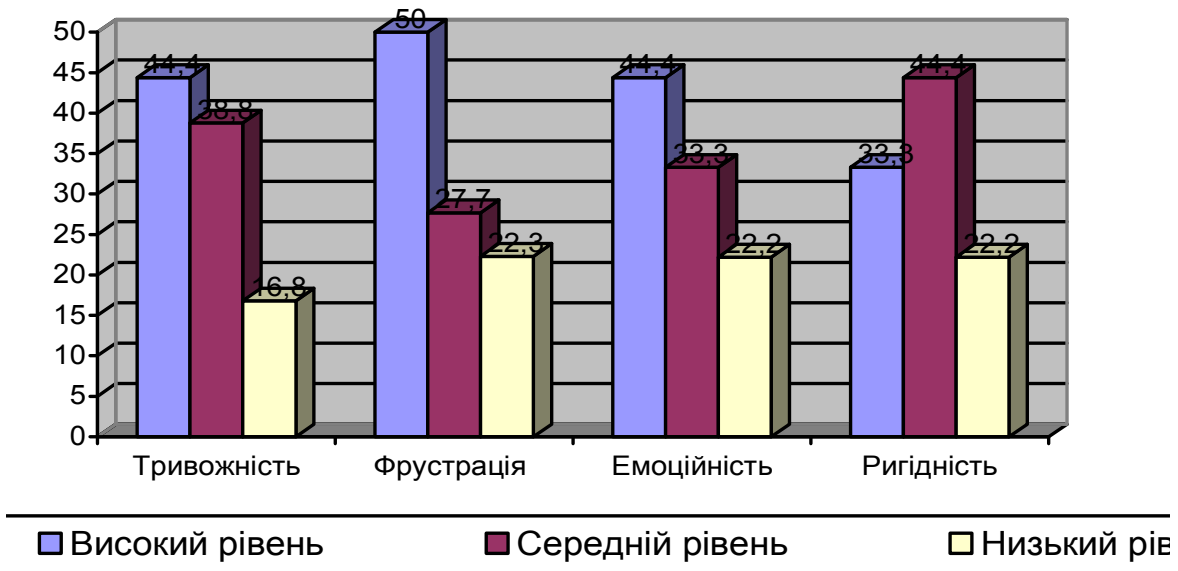


Рис. 1. Розподіл респондентів за показниками їх психічних станів (методика Г. Айзенка «Самооцінка психічних станів»),%

Таким чином, з рисунку видно, що у військовослужбовців присутній високий рівень тривожності, фрустрації, емоційності та середній рівень ригідності.

Для діагностики самопочуття, активності та настрою нами була використана методика «Самопочуття, активність, настрій (САН)».

Аналіз результатів дослідження з цією методикою показав у військовослужбовців сформованість різних станів:

1) високий рівень самопочуття продемонстрували 10 осіб (27,7). У 16-ми осіб (44,6%) виявлено середній рівень

самопочуття. Низький рівень самопочуття констатуємо у 10-ти осіб (27,7%);

2) високий рівень активності продемонстрували 12 осіб (33,3%). У 10-ти осіб (27,7%) виявлено середній рівень активності. Низький рівень активності констатуємо у 14-ми осіб (39%);

3) високий рівень настрою продемонстрували 16 осіб (44,4%). У 12-ти осіб (33,3%) виявлено середній рівень настрою. Низький рівень настрою констатуємо у 8-х осіб (22,3%).

Сукупні порівняльні результати дослідження представлені на рис. 2

## Питання психології

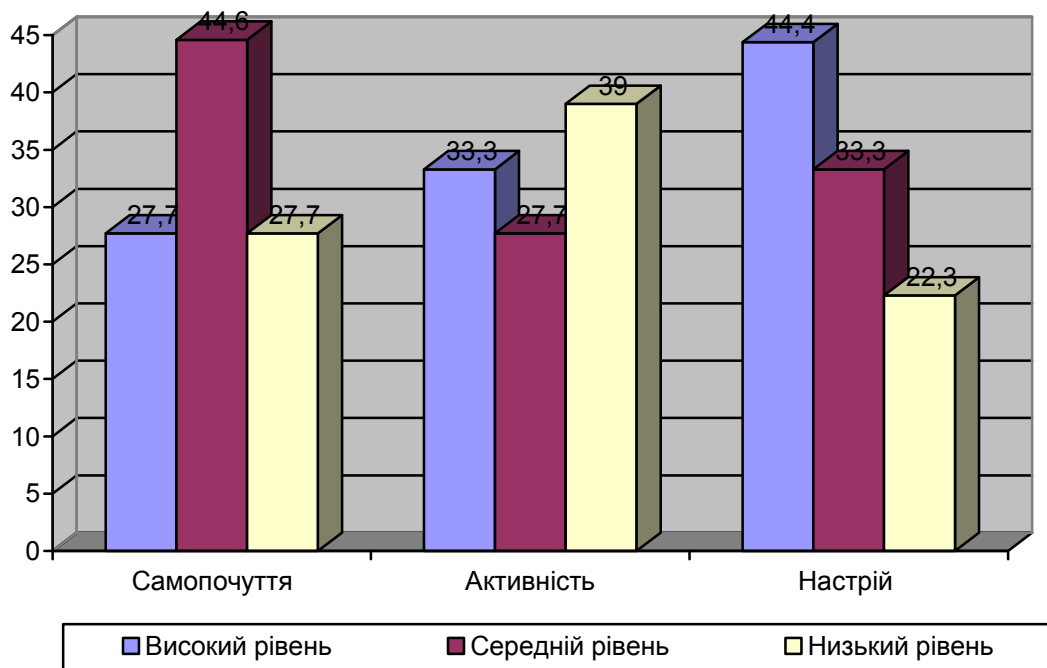


Рис. 2. Розподіл респондентів за різними станами (методикою «Самопочуття, активність, настрої (САН)»)

Отже, серед військовослужбовців переважає середній рівень самопочуття, низький рівень активності та високий рівень настрою, що є достатньо адекватною реакцією на завдання (ремонт і обслуговування озброєння та техніки, поповнення особовим складом, психологічна реабілітація та повсякденна діяльність), які на момент дослідження стояли перед військовослужбовцями, що перебували на етапі відновлення боєздатності після виходу з зони ведення бойових дій. При цьому слід зазначити, що показники настрою, ймовірно, залежали від ситуативних факторів (отримання грошового забезпечення в день тестування).

Для діагностики найпоширеніших ситуативних або застійних особистісних розладів, обумовлених умовами праці та життєдіяльності ми використали методику «ММРІ міні-мульти».

Аналіз результатів дослідження за цією методикою показав у військовослужбовців наступне:

1) у 10-х осіб (27,7%) виявлено високий рівень іпохондрії. У 18-ти осіб (50%) виявлено низький рівень іпохондрії. Середні показники констатуємо у 8-х осіб (22,3%). Низькі показники по цій шкалі характеризуються активністю, швидкістю у виконанні дій, критичністю до суджень і гнучким пристосуванням до змін

обстановки.

2) у 16-х осіб (44,4%) виявлено високий рівень депресивності. У 8-х осіб (22,3%) виявлено низький рівень депресивності. Середні показники констатуємо у 12-ти осіб (33,3%). Високі оцінки мають чутливі, сенситивні люди. У справах вони старанні, сумлінні, високо моральні й обов'язкові проте при найменших невдачах вони впадають у відчай.

3) високий рівень істерії продемонстрували 6 осіб (16,6%). У 22-тьох осіб (61,1%) виявлено середній рівень істерії. Низький рівень істерії констатуємо у 8-х осіб (22,3%). Головною особливістю таких людей є прагнення здаватися більш значнішими, ніж насправді, бажання будь-що звернути на себе увагу.

4) у 8-х осіб (22,3%) виявлено високий рівень психопатії. У 24-рьох осіб (66,6%) виявлено низький рівень психопатії. Середні показники констатуємо у 4-х осіб (11,1%). Тобто, переважна більшість військовослужбовців проявляють достатню соціальну адаптацію та стійкість у настроях.

5) високий рівень паранойяльності продемонстрували 4 особи (11,1%). Ці військовослужбовці можуть проявляти однобічність, агресивність й злопам'ятність, відсутність толерантності і стриманості у думках і діях. Свої погляди

вони активно насаджують, тому мають часті контакти з оточуючими. У 12-ти осіб (33,3%) виявлено середній рівень паранойяльності. Низький рівень паранойяльності констатуємо у 20-ти осіб (55,5%);

6) у 22-ох осіб (61,1%) виявлено високий рівень психастенії. У 6-х осіб (16,6%) виявлено низький рівень психастенії. Середні показники констатуємо у 8-х осіб (22,3%);  
Діагностика за цією шкалою характеризує осіб, яким властиві тривожність. Результати корелюють з показником тривожності за методикою Г. Айзенка «Самооцінка психічних станів».

7) у 12-ти осіб (33,3%) виявлено високий рівень шизоїдності. Загальною рисою таких людей є поєднання підвищеної чутливості з емоційною холодністю й відчуженістю в міжособистісних відносинах.

У 16-ми осіб (44,4%) виявлено низький рівень шизоїдності. Середні показники констатуємо у 8-х осіб (22,3%);

8) високий рівень гіпоманії продемонстрували 4 особи (11,1%). У 14-тьох осіб (38,8%) виявлено середній рівень гіпоманії. Низький рівень гіпоманії констатуємо у 18-ти осіб (50,0%). Для осіб з низькими оцінками за цією шкалою характерний знижений настрій. Вони пасивні з переважно негативними очікуваннями від життя. Люблять роботу із частими змінами, охоче контактують із людьми, однак інтереси їх поверхневі й нестійкі, їм не вистачає витримки й наполегливості.

Зважаючи на отримані результати, відзначимо, що у військовослужбовців присутній високий рівень тривожності, фрустрації та емоційності; депресивності та психастенії, переважно високий та середній рівень істерії, а також низький рівень активності і гіпоманії.

### **Висновки та перспективи подальших досліджень.**

У підсумку зауважимо наступне:

1. Психічні стани науковцями розглядаються як складне, інтегративне, цілісне поліфункціональне та поліструктурне явище психічного життя особистості. Виникнення психічних станів спричинене особливостями суб'єкт-ситуаційної взаємодії людини, яка

зумовлена її смисловою системою та формує конкретну психологічну ситуацію. До зовнішніх факторів формування психічних станів особистості належать соціально-психологічне довкілля, соціальні умови становлення та самоствердження, а внутрішніми факторами є біологічні, особистісні та індивідуальні особливості.

2. Аналіз наукових джерел свідчить про досить велику різноманітність психічних станів: агресія, активність, апатія, бадьорість, байдужість, безнадійність, відчай, упевненість, утома, гнів, депресія, задоволення, незадоволення, нерішучість, песимізм, пригніченість, радість, фрустрація, тривога, страх тощо. За особливостями свого впливу вони поділяються на позитивні та негативні. Серед позитивних, що активізують діяльність військовослужбовця можна виділити радість, задоволення, ейфорію, активність, натхнення, рішучість, упевненість. Негативні ж психічні стани є астеничними, демобілізують діяльність, виступають вагомим фактором невротизації, можуть перетворитись у стійкі властивості особистості, призвести до соціальної дезадаптації. При діяльності в екстремальних умовах найчастіше у військовослужбовців проявляються стрес, страх, психічна напруга, депресія, утома, апатія, тривога.

3. Прояв психічних станів у військовослужбовців відбувається на фоні травматичних впливів бойових дій, пов'язаних зі смертю, загрозою смерті, важким пораненням або будь-якою іншою загрозою фізичній цілісності, які можуть бути або нетривалими, але надзвичайно потужними за силою впливу (тривалість цих подій від декількох хвилин до декількох годин), та (або) тривалими чи такими, що регулярно повторюються.

Результатом впливу таких травматичних впливів може бути нав'язлива розумова діяльність, пов'язана з подією, симптоми уникнення і високої фізіологічної реактивності, а також зміна "Я – концепції" і образу світу індивіда, що може супроводжуватися почуттями тривоги, провини, сорому і зниженням самооцінки. В цих випадках зловживання алкоголем та іншими психоактивними

## Питання психології

речовинами можуть бути спробою захиститися від нестерпних переживань.

4. Результати нашого емпіричного дослідження, демонструють, що після перебування в зоні бойових дій, військовослужбовці, з якими ми провели опитування, мають різноспрямовані прояви психічних станів:

тривожність, фрустрація, емоційність, критичність до суджень поряд з гнучким пристосуванням до змін обстановки;

старанність і сумлінність проте висока чутливість до невдач;

прагнення здаватися більш значнішими, ніж насправді, бажання будь-що звернути на себе увагу при достатній соціальній адаптації та стійкості у настроях;

окремі прояви поєднання підвищеної чутливості з емоційною холодністю й відчуженістю в міжособистісних відносинах.

При цьому військовослужбовці суб'єктивно оцінюють свій рівень самопочуття к середній, рівень активності – низький, а рівень настрою як високий.

На нашу думку такі результати пов'язані з тим, що військовослужбовці після двох місяців виходу з зони ведення бойових дій перебувають на етапі усвідомлення свого досвіду, вони переопрацьовують прожиті травматичні ситуації, намагаються знайти баланс взаємодії з навколишнім середовищем.

5. Зважаючи на отримані результати, ми відзначили, що за для вчасного корегування психічних станів, які деструктивно впливають на життя військовиків необхідно застосовувати прийоми контролювання стресу та зниження тривожності.

6. Напрямами подальших досліджень є;

- розширення вибірки дослідження, для отримання статистично значимих результатів;

- дослідження динаміки зміни психічних станів військовослужбовців на етапах відновлення та бойового злагодження;

- розширення прийомів корегування психологічних станів і дослідження ефективності їх колекційного впливу.

### Список використаних джерел

1. Абдурахманов Ф.А., Сьедин С.И. Психологические последствия воздействия боевой обстановки: Учебное пособие / Ф.А. Абдурахманов, С.И. Сьедин – М.: Воениздат, 2002 – 168 с.
2. Блінов О. А. Психічні стани військовослужбовців у процесі служби / О.А. Блінов // Вісник Національного університету оборони України – 2013 – № 4 (35) – С. 196-203
3. Джемс У. Психология / Под ред. Л. Н. Петровской. – М. : Педагогика, 1999. – 369 с.
4. Ответчиков А. В. Психические состояния военнослужащих в особых условиях ведения боевых действий. Учебное пособие / А.В. Ответчиков. – М.: ВПА, 2008 – 103 с.
5. Прохоров А. О. Теоретические и практические аспекты проблемы психических состояний личности / А. О. Прохоров. – Самара, 1991 – 113 с.
6. Психология. Словарь / Под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского; 2-е изд., испр. и доп. – М. : Политиздат, 1990. – 494 с.
7. Психология бою: діяльність командира підрозділу щодо підтримання морально-психологічного стану особового складу в ході бойових дій: навчально-методичний посібник / А.М. Романишин, О.В. Бойко, Д.В. Богородицький «та ін.». – Львів: НАСВ, 2015. – 322 с.
8. Ягупов В. В. Військова психологія : Підручник. – Київ : Тандем, 2004. – 656 с.

### References

1. Abduraxmanov F.A., Sedyn S.Y. Psyxologycheskye posledstvyya vozdejstvyya boevoy obstanovky: Uchebnoe posobyе / F.A. Abduraxmanov, S.Y. Sedyn – M.: Voenyzdat, 2002 – 168 s. (in Russian).
2. Blinov O. A. Psykhichni stany vijsjkovosluzhbovciv u procesi sluzhby / O.A. Blinov // Visnyk Nacionaljnogho universytetu oborony Ukrajinu – 2013 – # 4 (35) – S. 196-203 (in Ukrainian).
3. Dzhems U. Psykhologyja / Pod red. L. N. Petrovskoj. – M. : Pedagoghyka, 1999. – 369 s. (in Russian).
4. Otvetchykov A. V. Psykhicheskye sostojanyja voennosluzhashhykh v osobyx uslovyjakh vedenyja boevykh dejstvyj. Uchebnoe posobyе / A.V. Otvetchykov. – M.: VPA, 2008 – 103 s. (in Russian).
5. Prokhorov A. O. Teoreticheskye y praktycheskye aspekty problemy psykhicheskykh sostojanyj lychnosty / A. O. Prokhorov. – Samara, 1991 – 113 s. (in Russian).
6. Psykhologyja. Slovarj / Pod obshh. red. A. V. Petrovskogho, M. Gh. Jaroshevskogho; 2-e yzd., yspr. y dop. – M. : Polytyzdat, 1990. – 494 s. (in Russian).



7. Psykhologhija boju: dijalnistj komandyra pidrozdilu shhodo pidtrymannja moraljno-psykhologhichnogho stanu osobovogho skladu v khodi bojovykh dij: navchaljno-metodychnyj posibnyk / A.M. Romanyshyn, O.V. Bojko, D.V. Boghorodycjkyj «ta in.». – Ljviv: NASV, 2015. – 322 s. (in Ukrainian).

8. Jaghupov V. V. Vijsjkova psykhologhija : Pidruchnyk. – Kyjiv : Tandem, 2004. – 656 s. (in Ukrainian).

**Резюме**

*Мацевко Т. М. Національна академія сухопутних військ*

*Березницька У. А. Національна академія сухопутних військ*

*Солошенко Н. В. НУОУ імені Івана Черняхівського*

**ПСИХИЧЕСКИЕ СОСТОЯНИЯ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ПОСЛЕ ВОЗВРАЩЕНИЯ ИЗ  
ЗОНЫ ВЕДЕНИЯ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ**

*В статье раскрываются результаты эмпирического исследования проявления психических состояний военнослужащих, вернувшихся из зоны ведения боевых действий. Показано, что они имеют не конгруэнтные психические состояния, что является результатом пребывания военнослужащих на этапе осознания своего опыта с переработкой травматических ситуаций и попыткой нахождения баланса взаимодействия с окружающей средой.*

**Ключевые слова:** *психические состояния; травматический опыт; военнослужащие; боевые действия.*

**Summary**

*Matsevko T. Ph.D., Candidate of Psychological Sciences, senior researcher,*

*National Academy of Army Forces n.a. hetman Peter Sagaydachny*

*Bereznytska U. National Academy of Army Forces n.a. hetman Peter Sagaydachny*

*Soloshenko N. National Defence University of Ukraine named after Ivan Chernyakhovskyi*

**MENTAL CONDITIONS OF MILITARY SERVERS AFTER RETURN FROM AREA OF  
MILITARY ACTION**

**Introduction.** *Professional activity of servicemen in the Armed Forces and their respective mental states are the objects of attention of researchers in connection with the specifics of the conditions, the complexity of the performance of official duties, etc. Also, the latest requirements for armed struggle require a comprehensive study of the mental state of man in extreme conditions, measures to preserve and improve the combat effectiveness of servicemen.*

*The study of the mental states of servicemen in the conditions of military activity, the disclosure of their peculiarities of manifestation in specific soldiers should contribute to the solution of this basic task.*

**Purpose.** *To reveal the inner essence of mental states and the peculiarities of their manifestation in servicemen who have returned from the combat zone.*

**Methods.** *Theoretical methods - analysis and synthesis, comparison and contrast, generalization, etc. - gave the opportunity to theoretically comprehend the data obtained by us. Empirical methods: G. Eisenko's method "Self-assessment of mental states", method "Feeling, activity, mood (FAM)", method "MMPI mini-mult" - to determine the peculiarities of the manifestation of mental states in servicemen who have returned from combat.*

**Originality** *Peculiarities of mental states of servicemen after returning from the combat zone at the stage of their recovery are determined.*

**Conclusion.** *The results of our empirical study show that after being in a combat zone, the servicemen with whom we conducted surveys have multidirectional manifestations of mental states:*

*anxiety, frustration, emotionality, criticism of judgments, along with flexible adaptation to changes in the situation;*

*diligence and honesty, however, high sensitivity to failures;*

*the desire to seem more significant than in reality, the desire to draw attention to anything with sufficient social adaptation and resilience;*

*some manifestations of a combination of hypersensitivity with emotional coldness and alienation in interpersonal relationships.*

*Soldiers subjectively assess their level of well-being as average, their level of activity as low, and their level of mood as high.*

*In our opinion, these results are due to the fact that the servicemen, after two months of leaving the combat zone, are at the stage of realizing their experience, they are processing the traumatic situations, trying to find a balance of interaction with the environment.*

**Keywords:** *mental conditions; traumatic experience; military personnel; military operations.*