

МОРАЛЬНО ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ЯК СКЛАДОВА ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Катинський В. М. слухач Національного університету оборони України

Стасюк В. В. доктор психологічних наук, професор, професор кафедри внутрішніх комунікацій Національного університету оборони України
<https://orcid.org/0000-0002-7943-8456>

У статті досліджується сукупність соціальних, офіцерських, морально-психологічних факторів, що полягає у відображенні в конкретних умовах життєдіяльності забезпеченні психологічного здоров'я та реалізації розвитку ЗС України. Акцентовано увагу на психологічну готовність та підготовленість військовослужбовців до виконання певної діяльності. Фокус зосереджено саме на психологічній готовності особового складу військ. Сформульовано рекомендації для персоналу психологічної підтримки щодо ефективного вирішення проблем морально психологічного стану військовослужбовців.

Ключеві слова: морально психологічний стан; морально етичні фактори; психологічні фактори; військовий колектив; підрозділ; дисципліна.

Вступ Військовослужбовці які знаходяться постійно у зоні бойових дій, схильні до гострих стресових ситуації, що виходять за рамки звичного людського досвіду і небезпечні для життя, знижують рівень морально-психологічного стану та негативно відображаються на психічному здоров'ї. В більшості випадків людина перебуває у стані тимчасового стресу тобто в ситуаціях які його спричинили. Психотравмуючі чинники, бойові дії та реакції на стрес, часто залишають після себе психічні розлади, крім того, викликають напруженість і дезадаптивні форми поведінки, які виявляються в наростанні конфліктів або обмежень сфери контактів. депресії та ПТСР – це все негативно впливає на психічне здоров'я військовослужбовців але особистісні характеристики людини допомагають у подоланні стресу або зменшують його вплив. Тому, психічне здоров'я та психосоціальне благополуччя наших військовослужбовців належать до найважливіших проблем сьогодення.

Теоретичне підґрунтя. Проблемою вивчення морально психологічного стану останнім часом займались В.В. Стасюк, Н.А. Агаєв, В.І. Алещенко, О.М. Кокун, І.О. Пішко, Н.С. Лозінська, К.О. Кравченко, О.В. Тімченко, Ю.М. Широбоков, Я.В. Мацегора, І.В. Воробйова, О.С. Колесніченко, І.І. Приходько, О.Д. Сафін, О.Г. Скрипкін, С.В.

Василенко, Є.В. Пузирьов, В.В. Ізвеків, О.А. Блінов, Л.В. Могілевський, І.В. Іваненко. Зазначеною особливістю стресостійкості визначали концепції таких зарубіжних учених: I. Janis, Jerry Kennard, G. Selye, Zoran Komar, Клавдія Герберт. Наукові розробки, проблем стресостійкості представлені доробками таких учених, науковців та практиків: Н. Агаєвим, В. Алещенком, О. Кокуном, М. Корольчуком, Н. Лозінською, А. Неуровою, В. Остапчуком, В. Осьодло, І. Пішко, Є. Потапчуком, І. Приходько, О. Сафіним, О. Тімченком і іншими авторами.

Морально психологічний стан присутній у кожній сфері життєдіяльності особистості, це робить його сильно розповсюдженим та значимим явищем у житті людини. Розуміння специфіки даного явища є основною умовою для усвідомлення шляхів боротьби зі стресом (причинами та наслідками). Психологічний підхід орієнтований на вивчення впливу стресу, емоції, поведінку, когнітивні процеси та фізіологічні реакції людини. Прояви процесів, які відбуваються в організмі під час стресових ситуацій, мають різний вплив на кожного військовослужбовця.

Метою вивчення аспектів морально психологічного стану у військовослужбовців є розуміння впливу стресових факторів під час бойових дій на психічне та фізичне здоров'я військових, та вміння їм запобігати.

Це дозволяє виявити та попередити можливі психічні розлади, такі як тривожність, депресія та посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), а також розробити ефективні методи профілактики та психологічної підтримки. Крім того, вивчення бойового стресу допомагає покращити адаптацію військовослужбовців до стресових умов і забезпечити їхню боєздатність та психологічну стійкість.

Вивчення морально психологічного стану у військовослужбовців та надання рекомендацій по самопомозі при стресових ситуаціях формує психологічну стійкості до бойових стрес-факторів; для запобігання розвитку постстресових психічних розладів у військовослужбовців.

Методи дослідження проведення заходів морально психологічного забезпечення, формування і підтримання морально-психологічного стану, дисципліни особового складу.

Результати і обговорення. Досліджуючи особливості психологічного стану військовослужбовців, Василенко С.В. зазначає, що у зв'язку з постійним негативним психологічним впливом умов служби на психіку військовослужбовців, відзначається явище, коли адаптаційні можливості організму не відповідають рівню зовнішнього стресу. Це може виявлятися на поведінковому рівні у вигляді підвищеної агресивності, тривожності, небажання йти на службу чи повертатися додому. З часом частішають випадки зловживання алкоголем, порушення дисципліни та несумлінного виконання службових обов'язків (Василенко, 2020).

Досліджуючи морально психологічний стан у військовослужбовців, авторський колектив Тімченко О.В. зазначають, що соціально-психологічне виникнення стресу являють собою, ситуаційне-середовище. До психологічних чинників автори відносять: наявність тривожно-недовірливого стану типу характеру; недостатні адаптаційні можливості та низький рівень нервовопсихічної стійкості; недостатній розвиток захисних механізмів; низький рівень морально-етичної нормативності; наявність акцентуацій характеру; низький рівень комунікативного потенціалу;

схильність до девіантної поведінки (Тімченко, Кравченко, & Ширококов, 2017).

Результатом згуртованості колективу є поліпшення індивідуальної адаптації до навколишнього оточення й активніше залучення людей до діяльності, відчуття ними особистої безпеки. До соціально-психологічних параметрів колективу, якими можна керувати, належать: згуртованість колективу; сумісність працівників, які до нього входять; психологічний клімат; колективна думка і настрої; традиції колективу (Dolha, 2018). Психологічний клімат – це та неофіційна атмосфера, яка складається в будь-якому колективі. За здорового психологічного клімату люди охоче спілкуються один з одним, схильні до взаєморозуміння. В таких умовах створюється доброзичлива емоційна обстановка, яка здатна ефективно вирішувати службові завдання.

Тобто, психічне здоров'я – це не лише відсутність психічних розладів і форм інвалідності. Психічне здоров'я – це також і стан благополуччя, в якому людина може повністю реалізувати власні здібності, може простояти звичним життєвим стресам, продуктивно працюючи та докладаючи зусиль для суспільного внеску.

Рівень морально психологічного стану на даний момент часу визначається численними соціальними, психологічними і біологічними факторами. Так, наприклад, незадовільний соціально-економічний статус людини визнається чинником ризику для морально психологічного стану. Незадовільний стан психічного здоров'я пов'язаний із швидкими соціальними змінами, стресовими умовами на роботі, гендерною дискримінацією, соціальним відчуженням, шкідливим впливом навколишнього середовища, незадовільним медичним забезпеченням, нездоровим способом життя, фізичними хворобами, а також із порушеннями прав людини (Гриценко, Белов, Котова, Пустовойт, 2006).

З метою попередження негативного впливу зовнішніх (соціальних, біологічних) і внутрішніх (психологічних) факторів, що обумовлюють різноманітні психологічні особливості їх прояву в професійній діяльності, профілактиці професійних

деформацій, професійного вигорання профілактичну роботу варто вести за трьома напрямками:

- інформування про специфіку діяльності, про негативний вплив різних факторів на стан психологічного здоров'я;

- емоційна підтримка (використання прийомів психологічного розвантажування, арттерапія, наявність кімнати психологічного розвантажування. Це є комплексним методом оптимізації психічних процесів, який включає в себе фізико-психологічні та психологічні засоби відновлення працездатності та запобігання втомлюваності емоційного характеру.

- підвищення значущості конкретного підрозділу (визнання досягнень, використання матеріальних стимулів (преміювання; оголошення подяки).

У вивченні морально психологічного стану окремого військовослужбовця застосовуються методи індивідуальної консультації та аналізу результатів повсякденної та бойової діяльності, психологічного спостереження, тестування.

Негативний морально психологічний стан виникає під впливом сильних зовнішніх і внутрішніх стресорів в екстремальних умовах, бойових діях. Це призводить до порушень психічного, психологічного та фізичного здоров'я. Психіка людини в бойових умовах зазнає серйозних травм, які можуть мати деструктивні наслідки: від порушень сну та підвищеної дратівливості до серйозних психічних проблем, що вимагають допомоги фахівця психіатричного профілю (Могілевський, 2022). Військовослужбовці потребують не тільки групових навчань, тренінгів а й індивідуальних консультацій. Що значною мірою має надання необхідної психологічної інформації та створення відповідних умов для надання психологічної допомоги. Оскільки успіх в індивідуальній консультації значною мірою залежить від контакту, що встановлюється між офіцером психологом та військовослужбовцем то можна виокремити такі її етапи: підготовка до бесіди, встановлення контакту, орієнтування в ситуації й людях, обговорення питання і прийняття рішення, вихід із контакту.

Результатом якого є підвищення якості життя людини, корегування стосунків, вирішення проблем особистісного, сімейного характеру.

Також збереження морально психологічного стану є основним елементом повсякденної діяльності військовослужбовців та здатна відображати тривалі, статичні душевні переживання. Психічні стани: стрес, настрій, страх, гнів, радість, агресія (Потапчук, 2004)

Висновки.

Дослідження морально психологічного стану є ключовим аспектом, що визначає рівень, прогнозування найбільш боєздатних та найменш боєздатних підрозділів.

Морально психологічний стан та його наслідки для військовослужбовців говорять про наявність особистісних відхилень фактори, які значно збільшують ймовірність розвитку стресового розладу у військовослужбовців. Це є результатом тривалого напруження та внутрішньої настороженості. Внаслідок цього відзначається виражена мінливість настрою з експресивним вираженням почуттів, а також спалахів роздратування та переключення на стереотипне виконання звичних дій у бойовій обстановці.

Збереження морально-психологічного стану — це безперервний процес, який потребує уваги та зусиль. Регулярне самоспостереження і підтримка з боку оточення можуть значно покращити загальне психічне здоров'я.

Морально-психологічний стан відіграє ключову роль у збереженні психологічного здоров'я військовослужбовців. Він охоплює емоційний, когнітивний та соціальний аспекти життя. Позитивні емоції та здатність справлятися з негативними переживаннями допомагають підтримувати баланс у психічному стані. Вміння виражати свої емоції і шукати підтримку у близьких – важливі фактори. Підтримка з боку родини та побратимів, а також участь у психологічних реабілітаційних заходах, сприяють покращенню морально-психологічного стану. Взаємодія з іншими військовослужбовцями допомагає зменшити відчуття самотності і стресу. Уміння справлятися зі стресом через релаксаційні

техніки, фізичну активність допомагає підтримувати морально-психологічний стан на стабільному рівні.

Важливо забезпечити доступ до психологічної допомоги військовослужбовцям, включаючи консультації з фахівцями, групи підтримки та програми реабілітації. Впровадження регулярних тренувань та симуляцій можуть підготувати військових до стресових ситуацій, зменшуючи їхній страх і тривогу. Ефективне управління морально-психологічним станом суттєво впливає на бойову готовність і загальний добробут військовослужбовців.

Також слід враховувати, що реінтеграція у цивільне життя після війни є складним процесом, який може збільшити ризик депресії та суїцидальної поведінки. Морально психологічний стан може значно впливати на здатність ветеранів повернутися до нормального життя.

Отже, підходи до налагодження морально психологічного стану повинні враховувати комплексність, індивідуалізований підхід, та систему створення програм підтримки для військових.

Список використаних джерел

1. Блінов, О. А., (2020). Психологія бойового стресу. [автореф. дис. докт. псих. наук]. Київ. 45 с.
2. Василенко, С., (2020). Особливості впливу стресогенних умов професійної діяльності на психіку військовослужбовців Збройних Сил України. *Вісник Національного університету оборони України*, 45-50.
3. Гриценко В., Белов В., Котова А., Пустовойт О. Здоров'я людини як багатоаспектна проблема. *Вісник національної академії наук*. 2006, № 6. С. 51-56.
4. Жигайло, Н., & Матеюк, О., (2022). Психологічний супровід військовослужбовців у зоні ведення бойових дій. *Перспективи та інновації науки*, 9 (14).
5. Іваненко, І. В., & Меднікова, Г. І., (2021, 26-28 грудня). Психологічні аспекти адаптації комбатантів до умов мирного життя. *In The 6 th International scientific and practical conference - Topical issues of modern science, society and education.*, 2019, Kharkiv, Ukraine. 1889 p. (p. 904-909).
6. Кокун, О.М., Агаєв, Н.А., Пішко, І.О. & Лозінська, Н.С., (2015). Основи психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій: *Методичний посібник*. Київ: НДЦ ГП ЗСУ
7. Лигун, Н.В., (2022, 13 травня). Психологічні прояви бойового стресу. *Актуальні проблеми менеджменту та безпекової діяльності в умовах глобалізаційних виклики сучасності* : матер. наук.-практ. інтер.-конф., 2022, Львів, С. 234-238.
8. Могілевський, Л.В., (2022, 25 березня). Психологія бойового стресу працівників Національної поліції. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України*: тези доп. Всеукр. наук.-практ. конф., 2022, Харків, ХНУВС, С. 109-111.
9. Музичко, Л.Т., (2023, 20-22 листопада). Психологічні чинники переживання стресу військовослужбовцями. *In The X International Scientific and Practical Conference" Trends and prospects for the development of modern education"*, 2023, Munich, Germany. 422 p. (p. 346).
10. Підлісний, Ю., (2023). Психологічні особливості переживання бойової психотравми комбатантами. *Юридична психологія*, 33(2), 113-119.
11. Погапчук Є. М., Матеюк О. А. Деякі аспекти проблеми збереження та зміцнення психічного здоров'я військовослужбовців // *Психологія. Збірник наукових праць*. НПУ імені М. П. Драгоманова, Випуск 11, 2000. С. 435-438.
12. Приходько, І., (2022). Показання та протипоказання до проведення психологічної реабілітації військовослужбовців після виконання завдань в екстремальних (бойових) умовах. *Проблеми екстремальної та кризової психології*, (2), 4.
13. Прудка, Л.М., & Пасько, О.М., (2024). Психологічні аспекти адаптації військових, які брали участь у бойових діях. *Правничий часопис*, 86.
14. Пузирьов, Є.В., & Ізвєков, В. В., (2023). Бойовий стрес та його наслідки для військовослужбовців. *Вчені записки Таврійського національного університету імені VI Вернадського*, 34(73), 203-209.
15. Скрипкін, О.Г., (2021, 11 листопада). Соціально-психологічні аспекти реінтеграції комбатантів до вітчизняного мирного соціуму: запити й очікування. *Психолого-педагогічні проблеми підготовки військового професіонала у глобалізованому світі* : матер. наук.-практ. конф., 2021, Київ, с. 240-242.
16. Тімченко, О.В., Кравченко, К.О., & Ширококов, Ю.М., (2017). Соціально-психологічні детермінанти виникнення бойового стресу у військовослужбовців-учасників антитерористичної операції: монографія.

17. Dolha H. V. (2018). Psykholohichni aspekty upravlinnya personalom: problemy teorii ta praktyky. [Psychological aspects of personnel management: problems of theory and practice]. *Naukovyy zhurnal "Intelekt XXI"*. [Scientific journal "Intellect XXI"] Vyp. 2, S. 72.
18. Komarova V. (2010). Osnovni pryntsyipy y metody efektyvnoho upravlinnya personalom. [Basic principles and methods of effective personnel management] *Efektyvnist' derzhavnoho upravlinnya : zbirnyk naukovykh prats'*. [Efficiency of public administration: a collection of scientific works] Vyp. 24. S. 188–195.

References

1. Blinov, O. A., (2020). Psykholohiya boyovoho stresu. [avtoref.dys.dokt.psykh. nauk]. [Psychology of combat stress. [PhD thesis] Kyiv. 45 s. (in Ukrainian)
2. Vasylenko, S. (2020). Osoblyvosti vplyvu stresohennykh umov profesiynoyi diyal'nosti na psykhyku viys'kovosluzhbovtziv Zbroynykh Syl Ukrainy. *Visnyk Natsional'noho universytetu oborony Ukrainy* [Peculiarities of influence of stressful conditions of professional activity on the psyche of the military personnel of the Armed Forces of Ukraine. *Bulletin of the National Defence University of Ukraine*], 45-50. (in Ukrainian).
3. Gritsenko V., Belov V., Kotova A., Pustovoit O. Human health is a multifaceted problem. *Bulletin of the National Academy of Sciences*. 2006, no. 6. pp. 51-56.
4. Zhyhaylo, N. & Mateyuk, O. (2022). Psykholohichnyy suprovid viys'kovosluzhbovtziv u zoni vedennya boyovykh diy. *Perspektyvy ta innovatsiyi nauky* [Psychological support of military personnel in the combat zone. *Prospects and innovations in science*], 9 (14). (in Ukrainian)
5. Ivanenko, I. V., & Mednikova, H. I., (2021, 26-28 hrudnya). Psykholohichni aspekty adaptatsiyi kombatanziv do umov myrnoho zhyttya. [Psychological aspects of combatants' adaptation to civilian life] *In The 6 th International scientific and practical conference - Topical issues of modern science, society and education.*, 2019, Kharkiv, Ukraine. 1889 p. (p. 904-909). (in Ukrainian)
6. Kokun, O.M., Ahayev, N.A., Pishko, I.O. & Lozins'ka, N.S., (2015). Osnovy psykholohichnoyi dopomohy viys'kovosluzhbovtziv v umovakh boyovykh diy: *Metodychnyy posibnyk*. [Fundamentals of psychological assistance to military personnel in combat conditions: *A methodological guide*] Kyiv: NDTs HP ZSU (in Ukrainian)
7. Lyhun, N.V., (2022, 13 travnya). Psykholohichni proyavy boyovoho stresu. Aktual'ni problemy menezhmentu ta bezpekovoyi diyal'nosti v umovakh hlobalizatsiynykh vyklykiv suchasnosti [Psychological manifestations of combat stress. *Current issues of management and security activities in the context of globalisation challenges*]: mater. nauk.-prakt. inter.-konf., 2022, L'viv, S. 234-238. (in Ukrainian)
8. Mohilevs'kyi, L.V., (2022, 25 bereznya). Psykholohiya boyovoho stresu pratsivnykiv Natsional'noyi politysiyi. Psykholohichni ta pedahohichni problemy profesiynoyi osvity ta patriotychnoho vykhovannya personalu systemy MVS Ukrainy: [Psychology of combat stress of the National Police officers. *Psychological and Pedagogical Problems of Professional Education and Patriotic Education of the Personnel of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine*] tezy dop. Vseukr. nauk.-prakt. konf., 2022, Kharkiv, KHNUVS, S. 109-111. (in Ukrainian)
9. Muzychko, L.T., (2023, 20-22 lystopada). Psykholohichni chynnyky Perezhyvannya stresu viys'kovosluzhbovtziv. [Psychological factors in the experience of stress by military personnel] *In The X International Scientific and Practical Conference" Trends and prospects for the development of modern education"*, 2023, Munich, Germany. 422 p. (p. 346). (in Ukrainian)
10. Pidlisnyy, Y.U., (2023). Psykholohichni osoblyvosti Perezhyvannya boyovoyi psykhotravmy kombatanziv. [Psychological peculiarities of combatants' experiencing combat trauma. *Legal psychology*] *Yurydychna psykholohiya*, 33(2), 113-119. (in Ukrainian)
11. Potapchuk E. M., Mateyuk O. A. Actual aspects of the problem of preserving and valuing the mental health of military servicemen // *Psychology*. Collection of scientific works. NPU named after M. P. Drahomanov, Issue 11, 2000. P. 435-438
12. Prykhod'ko, I., (2022). Pokazannya ta protypokazannya do provedennya psykholohichnoyi reabilitatsiyi viys'kovosluzhbovtziv pislya vykonannya zavdan' v ekstremal'nykh (boyovykh) umovakh. Problemy ekstremal'noyi ta kryzovoyi psykholohiyi, [Indications and contraindications for psychological rehabilitation of military personnel after performing tasks in extreme (combat) conditions. *Problems of extreme and crisis psychology*] (2), 4. (in Ukrainian)
13. Prudka, L.M., & Pas'ko, O.M., (2024). Psykholohichni aspekty adaptatsiyi viys'kovykh, yaki vzyaly uchast' u boyovykh diyakh. *Pravnychyy chasopys*, [Psychological aspects of adaptation of military personnel experienced combat operations. *The legal journal*] 86. (in Ukrainian)

14. Puzyr'ov, YE. V., Izvyekov, V. V., (2023). Boyovyy stres ta yoho naslidky dlya viys'kovosluzhbovtziv. Vcheni zapysky Tavriys'koho natsional'noho universytetu imeni VI Vernads'koho, [Combat stress and its consequences for military personnel. *Scientific Notes of V.Vernadsky Tavriia National University*] 34(73), 203-209. (in Ukrainian)

15. Skrypkin, O.H., (2021, 11 lystopada). Sotsial'no-psykholohichni aspekty reintehratsiyi kombatantiv do vitchyznyanoho myrnoho sotsiumu: zapyty y ochikuvannya. Psykholoho-pedahohichni problemy pidhotovky viys'kovoho profesionala u hlobalizovanomu sviti [Social and psychological aspects of reintegration of combatants into the domestic peaceful society: demands and expectations. *Psychological and pedagogical problems of training a military professional in a globalised world*] : mater. nauk.-prakt. konf., 2021, Kyiv, s. 240-242. (in Ukrainian)

16. Tymchenko, O.V., Kravchenko, K.O., & Shyrobokov, Y.M., (2017). Sotsial'no-psykholohichni determinanty vynyknennya boyovoho stresu u viys'kovosluzhbovtziv–uchasnykiv antyterorystychnoyi operatsiyi: monohrafiya [Socio-psychological determinants of combat stress in military personnel participating in the anti-terrorist operation: a monograph]. (in Ukrainian)

17. Dolha H. V. (2018). Psykholohichni aspekty upravlinnya personalom: problemy teorii ta praktyky. [Psychological aspects of personnel management: problems of theory and practice]. *Naukovyy zhurnal "Intelekt XXI"*. [Scientific journal "Intellect XXI"] Vyp. 2, S. 72.

18. Komarova V. (2010). Osnovni pryntsyipy y metody efektyvnoho upravlinnya personalom. [Basic principles and methods of effective personnel management] *Efektivnist' derzhavnoho upravlinnya : zbirnyk naukovykh prats'*. [Efficiency of public administration: a collection of scientific works] Vyp. 24. S. 188–195.

Summary

MORAL AND PSYCHOLOGICAL STATE AS A COMPONENT OF MAINTAINING THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF MILITARY PERSONNEL

Katynskiy V. M. Student at the National Defense University of Ukraine

Stasiuk V. V. doctor of psychological sciences, professor, professor of the Internal Communications Department of National Defense University of Ukraine

Introduction. Military personnel who are constantly in the combat zone are prone to acute stressful situations that go beyond the scope of usual human experience and are dangerous for life, reduce the level of morale and psychological state and have a negative impact on mental health. In most cases, a person is in a state of temporary stress, that is, in situations that caused it. Psychotraumatic factors, combat actions and reactions to stress, often leave behind mental disorders, in addition, cause tension and maladaptive forms of behavior, which are manifested in the growth of conflicts or limitations of the sphere of contacts. depression and PTSD - all this has a negative effect on the mental health of military personnel, but the personal characteristics of a person help to overcome stress or reduce its impact. Therefore, the mental health and psychosocial well-being of our servicemen are among the most important problems today.

Purpose. The purpose of studying aspects of the moral and psychological state of military personnel is to understand the impact of stress factors during combat operations on the mental and physical health of military personnel, and the ability to prevent them.

Methods. Carrying out measures of moral and psychological support, formation and maintenance of the high morale of the army, moral and psychological state, discipline of personnel.

Originality. This scientific article is a review, summarizing and analyzing the results of contemporary scientific research on the moral and psychological state.

Conclusion. The study of morale and psychological state is a key aspect that determines the level, forecasting of the most combat-capable and least combat-capable units. Combat stress and its consequences for servicemen indicate the presence of personal deviations and low moral and psychological preparedness as factors that significantly increase the likelihood of developing a stress disorder in servicemen. This is the result of prolonged stress and inner vigilance. As a result, there is marked change in mood with expressive expression of feelings, as well as outbursts of irritation and switching to the stereotypical performance of usual actions in a combat environment. The moral and psychological state plays a key role in maintaining the psychological health of military personnel. It covers emotional, cognitive and social aspects of life. Positive emotions and the ability to cope with negative experiences help maintain balance in the mental state. The ability to express one's emotions and seek support from loved ones are important factors.

Support from family and siblings, as well as participation in psychological rehabilitation measures, contribute to the improvement of the moral and psychological state. Interaction with other servicemen helps

Питання психології

reduce feelings of loneliness and stress. The ability to cope with stress through relaxation techniques, physical activity helps to maintain a moral and psychological state at a stable level.

It is important to ensure that military personnel have access to psychological support, including counseling, support groups, and rehabilitation programs. Implementing regular drills and simulations can prepare soldiers for stressful situations, reducing their fear and anxiety. Effective management of morale and psychological state significantly affects the combat readiness and general well-being of servicemen.

It should also be considered that reintegration into civilian life after war is a complex process that can increase the risk of depression and suicidal behavior. Combat trauma and adjustment difficulties can significantly affect veterans' ability to return to normal life.

Therefore, approaches to improving the moral and psychological state should take into account the complexity, individualized approach, and the system of creating support programs for the military.

Key words: *moral and psychological state; moral and ethical factors; psychological factors; military team; unit; discipline.*

Концептуалізація – Стасюк В. В.

Методика – Катинський В. М.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 08.12.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 11.01.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.