

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ЧЛЕНІВ РОДИН ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗАЛЕЖНО ВІД ТРИВАЛОСТІ ЇХ ПЕРЕБУВАННЯ В ЗОНІ БОЙОВИХ ДІЙ

Закусило Аліна Василівна

Здобувач вищої освіти магістерського рівня
Житомирський державний університет імені Івана Франка
м. Житомир, Україна

Анотація: у статті представлено дослідження психічного стану членів родин військовослужбовців залежно від тривалості перебування військових у зоні бойових дій. Аналіз проведено на основі даних учасників, які пройшли психодіагностичні опитувальники, що оцінюють рівні тривожності, депресії, психологічного благополуччя та резиліентності. Результати показали, що тривалість перебування військових не має значного впливу на психічний стан їх близьких, натомість важливу роль відіграють сімейний статус та рівень психологічної стійкості. Виявлено підвищений рівень тривожності та депресії серед подружжя та батьків військових, а також позитивний зв'язок між резиліентністю та загальним психологічним благополуччям. Отримані дані підкреслюють необхідність цільової психологічної підтримки та розробки психопрофілактичних для сімей військовослужбовців

Ключові слова: психічне здоров'я, родини військовослужбовців, війна, стрес, тривожність, депресія, посттравматичний стресовий розлад, вторинна травматизація, психосоціальна підтримка, адаптація.

В умовах воєнного конфлікту в Україні суспільство змушені жити тривалий час в емоційній напрузі. Такий розрив соціальних та сімейних взаємозв'язків серйозно впливає на психічне здоров'я рідних військовослужбовців. Ця тема набуває особливої актуальності, оскільки часто ці люди залишаються без належної психологічної підтримки, незважаючи на хронічне переживання стресу та психоемоційне виснаження[4]. Вивчення особливостей психологічного стану родичів військових, зокрема зв'язку з тривалістю служби їх близьких у зоні бойових дій, є важливою частиною сучасних досліджень. Хоча проведений аналіз не виявив статистично значущих відмінностей в рівнях тривожності та депресії. Але це нам дозволяє припустити, що сам по собі цей фактор не є вирішальним у формуванні психічного стану членів родин. В той час, було відмічено, що дружини та батьки військовослужбовці частіше за інших учасників дослідження демонстрували вищі рівні тривожності та ознаки

депресії. Це може вказувати на те, що близькі родичі військовослужбовців виявляються вразливими до стресових факторів та потребують емоційної підтримки[2].

Таблиця 1 Кореляційний аналіз між тривалістю перебування військовослужбовців в зоні бойових дій з показниками психічного здоров'я їх родин за Спірменом (n = 66)

Змінні	PHQ-9	MHC-SF	GAD-7	RS-14	Тривалість
PHQ-9	1	0,314	0,59	-0,175	-0,156
MHC-SF	0,314	1	0,333	0,442	0,093
GAD-7	0,59	0,333	1	0,071	-0,060
RS-14	-0,175	0,442	0,071	1	-0,051
Тривалість	-0,156	0,093	-0,060	-0,051	1

Результати кореляційного аналізу за Спірменом показали, що тривалість перебування військового в зоні бойових дій не має статистично значущих кореляцій з жодним із психологічних показників: депресією ($r = -0,156$), психологічним благополуччям ($r = 0,093$), тривожністю ($r = -0,060$) та резилієнтністю ($r = -0,051$). Всі ці значення кореляції близькі до нуля, що свідчить про відсутність зв'язку.

Крім того, результати показали позитивний зв'язок між рівнем резильєнтності та загальним психологічним благополуччям учасників. Особи з вищими значеннями резильєнтності продемонстрували більшу емоційну стабільність та легше пристосовувалися до складних ситуацій. Це підкреслює важливість розбудови внутрішніх ресурсів для ефективного подолання стресу. Це набуває особливого значення у контексті підтримки родин військовослужбовців, оскільки психологічна стійкість сприяє збереженню емоційної рівноваги навіть за умов тривалого психологічного навантаження.

Таким чином, дослідження вказує на необхідність не лише враховувати обставини перебування військовослужбовця у зоні бойових дій, а й звертати увагу на соціально-психологічний статус членів їхніх батьків. Особлива увага має приділятися підтримці дружинам та батьків, оскільки саме ці категорії найбільше піддаються ризику розвитку психологічних проблем. Практичні рекомендації з психологічної підтримки мають включати тренінги з розвитку резилієнтності, а також створення системи соціальної підтримки, яка допоможе зменшити емоційне навантаження на членів родин військових.

Список використаних джерел

1. Всесвітня організація охорони здоров'я (WHO). Mental Health: Strengthening Our Response. — 2022 <https://www.who.int> (дата звернення 23.03.2025)
2. Герасименко І.С. (2021). Психологічний стан сімей військовослужбовців у зоні бойових дій. Психологічний журнал, 42 (3), С.105 – 117

3. Журавльова Н. Ю. Особливості вторинної травматизації у дружин ветеранів війни: орієнтири психологічної допомоги
4. Dekel, R. & Monson, CM (2010). Military-related post-traumatic stress disorder and family relations: Current knowledge and future directions . *Aggression and Violent Behavior*, 15 (4), 303-309.
5. McEwen, BS (2007). *Physiology and Neurobiology of Stress and Adaptation: Central Role of the Brain*, 87 (3), 873-904.
<https://journals.physiology.org/doi/full/10.1152/physrev.00041.2006> (дата звернення 28.03.2025)