

Міністерство внутрішніх справ України
Львівський державний університет
внутрішніх справ

Психологія особистості фахівця в умовах воєнного стану та поствоєнної реабілітації

*Збірник матеріалів
X Всеукраїнської
науково-практичної конференції
(з міжнародною участю)*

24 жовтня 2025 року

Львів

УДК 159.942.5;159.98.+316.613.5

П 86

Рекомендовано до друку
та розміщення в електронних сервісах ЛьвДУВС
Вченою радою навчально-наукового інституту управління,
психології та безпеки Львівського державного
університету внутрішніх справ
(протокол від 13 жовтня 2025 року № 3)

Укладач

В. С. Бліхар,

доктор філософських наук, професор,
директор навчально-наукового
інституту управління, психології та безпеки
(Львівський державний університет внутрішніх справ)

Психологія особистості фахівця в умовах воєнного стану та
П 86 **поствоєнної реабілітації: збірник матеріалів Х Всеукраїнської**
науково-практичної конференції (24 жовтня 2025 року) /
уклад. В. С. Бліхар. Львів : Львівський державний університет
внутрішніх справ, 2025. 856 с.

Вміщено тези доповідей та повідомлень матеріалів Х
Всеукраїнської науково-практичної конференції «Психологія
особистості фахівця в умовах воєнного стану та поствоєнної
реабілітації», що відбулася 24 жовтня 2025 року у Львівському дер-
жавному університеті внутрішніх справ. У публікаціях українських
учених та молодих науковців розкрито актуальні проблеми
психічного здоров'я особистості, а також задіяння й реалізації
інноваційних методів та технологій щодо його збереження в кризових
умовах сьогодення.

Опубліковано в авторській редакції.

The collection contains abstracts of articles and reports of the
materials of the X All-Ukrainian Scientific and Practical Conference
«Psychology of the personality of a specialist in conditions of martial law
and post-war rehabilitation», which will be held on October 24, 2025 at the
Lviv State University of Internal Affairs.

The publications of Ukrainian scholars and young scientists reveal
the current problems of the mental health of today's personality, as well as
the use and implementation of innovative methods and technologies for its
preservation in a crisis society.

Published in the author's editorial office.

УДК 159.942.5;159.98.+316.613.5

© Львівський державний університет
внутрішніх справ, 2025

Шиліна А. А.

АНТИКРИХКІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ
РЕСУРС ПОЛІЦЕЙСЬКИХ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.....821

Широка Д. О., Гула В. В.

РОЛЬ ПСИХОЛОГА У ФОРМУВАННІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ
СТІЙКОСТІ СУСПІЛЬСТВА ПІД ЧАС ВОЄННИХ ЗАГРОЗ.....825

Шпатаковська Г. В.

МОТИВАЦІЯ ВІЙСЬКОВИХ У СУЧАСНИХ ЗСУ.....828

Штибель У. Т.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ
ДІЯЛЬНОСТІ БОЙОВИХ МЕДИКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.....834

Ющук А. М., Ломов А. О., Кирильчук В. Ю.

РОЗВИТОК ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ У ПРОЦЕСІ ПІДГОТОВКИ
ДО ВИКОНАННЯ ЗАВДАНЬ З ІНЖЕНЕРНОЇ ПІДТРИМКИ.....838

Яблонська А. В., Пасько О. М.

ФОРМУВАЛЬНА РОЛЬ РОДИНИ
У СТАНОВЛЕННІ ОСОБИСТОСТІ ДИТИНИ.....841

Яцишина А. М.

РЕСУРСНІСТЬ ТА СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ОСОБИСТОСТІ
ФАХІВЦЯ В УМОВАХ ВОЄННИХ ВИКЛИКІВ.....847

Vacquet-Quatta Dominique, Католик Г. В.

EUROPEAN ROOM FOR LISTENING.....850

Ordynska I. Ya.

THE ROLE OF GENDER IN LITERARY TRANSLATION:
FROM HISTORICAL BIAS TO CONTEMPORARY PRACTICE.....854

А. М. Яцишина,
старший психолог відділу психологічного забезпечення
Управління кадрового забезпечення,
кандидат психологічних наук
(Головне управління Національної поліції
в Одеській області)

РЕСУРСНІСТЬ ТА СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ФАХІВЦЯ В УМОВАХ ВОЄННИХ ВИКЛИКІВ

В умовах воєнного стану особистість фахівця стикається з надзвичайними психологічними та професійними навантаженнями, що потребують мобілізації внутрішніх і зовнішніх ресурсів, збереження психічної рівноваги та стійкості до стресу. Воєнні виклики, зокрема загроза життю, вимушена адаптація до нових умов праці, невизначеність майбутнього та зростання рівня тривожності в суспільстві, актуалізують потребу у ґрунтовному вивченні феноменів ресурсності та стресостійкості особистості.

Ресурсність розглядається як сукупність внутрішніх (психологічних, особистісних, духовних) та зовнішніх (соціальних, професійних, матеріальних) чинників, які забезпечують здатність фахівця ефективно функціонувати в екстремальних умовах. До внутрішніх ресурсів належать такі характеристики, як позитивне мислення, розвиток навичок саморегуляції, гнучкість мислення, віра у власні сили, професійна ідентичність. Зовнішніми ресурсами виступають підтримка колективу, соціальні зв'язки, доступ до якісних інформаційних та освітніх матеріалів, організаційна підтримка [1].

Стресостійкість визначається як здатність особистості витримувати дію стресових факторів без значного погіршення психологічного стану та професійної ефективності [2]. Вона включає толерантність до невизначеності, контроль емоційних реакцій, уміння адаптуватися до змін і зберігати працездатність у кризових умовах. Психологічні дослідження доводять, що стресостійкість тісно пов'язана з розвитком емоційного інтелекту, навичками конструктивної комунікації та здатністю до швидкого прийняття рішень.

Важливим чинником у формуванні ресурсності та стресостійкості є психологічна підтримка фахівців, що працюють у кризових умовах. Практика доводить, що надання своєчасної психоедукації, проведення тренінгів із розвитку навичок саморегуляції, впровадження програм відновлення та рекреації сприяють підвищенню здатності фахівців ефективно протидіяти стресу. Значну роль відіграє групова підтримка, адже командна взаємодія створює атмосферу довіри та знижує відчуття ізольованості [3].

Слід зазначити, що ресурсність особистості проявляється не лише у здатності долати труднощі, а й у негативного досвіду у можливості розвитку. Це відображається в концепції посттравматичного зростання, яка підкреслює, що навіть після переживання кризових ситуацій особистість може виявляти вищий рівень ціннісних орієнтацій, глибше усвідомлення власних цілей та посилення професійної мотивації.

У воєнних умовах одним із ключових завдань психологічного супроводу фахівців є розвиток індивідуальних стратегій подолання стресу. Серед ефективних методів – когнітивно-поведінкові техніки (перепрограмування негативних думок, формування нових моделей поведінки), тілесно-орієнтовані практики (дихальні вправи, фізична активність), арт-терапевтичні методи (малювання, музикотерапія) та тренінги резильєнтності [4].

Поряд із цим, важливо формувати організаційне середовище, яке сприяє збереженню ресурсності: оптимізація робочих графіків, створення умов для відпочинку, впровадження програм психологічної безпеки, доступ до супервізій та консультативної допомоги.

Таким чином, ресурсність та стресостійкість особистості фахівця є взаємопов'язаними характеристиками, які визначають його здатність ефективно діяти в умовах воєнних викликів. Вони забезпечують не лише професійну надійність, але й збереження психологічного благополуччя. Розвиток цих якостей можливий завдяки комплексним програмам психологічної підтримки, розвитку навичок саморегуляції та створенню сприятливих умов для професійної діяльності [5].

Ресурсність і стресостійкість є визначальними факторами ефективності діяльності фахівців у воєнних умовах,

а їх формування потребує комплексного підходу, що охоплює як роботу з особистісними якостями, так і вплив зовнішнього середовища. Психологічна підтримка, розвиток емоційного інтелекту та ефективна командна взаємодія виступають основними засобами збереження ресурсності, а підвищення стресостійкості сприяє не лише професійній ефективності фахівців, а й зміцненню психологічної безпеки суспільства в умовах війни та подальшій поствоєнній реабілітації.

Список використаних джерел

1. Бурима А. С. Психологічні особливості життєвих криз в умовах воєнного стану в Україні. Запоріжжя : ЗНУ, 2020.
2. Герасименко К. Психологічні ресурси стресостійкості особистості в умовах життєвих криз. *Практична психологія*. 2019. № 12 (2). С. 45–53.
3. Назаров О. М. Стресостійкість та її особливості у працівників ДСНС України. *Психологія безпеки*. 2021. № 5 (1). С. 23–31.
4. Федорчук В. М. Резильентність особистості в умовах військового стану. *Соціальна психологія: теорія і практика*. 2022. № 8 (3). С. 67–75.
5. Мерзлякова О. Л. Реалії воєнного періоду та психологічна підтримка населення. *Вісник наукових досліджень*. 2023. № 17. С. 110–124.