

МОЖЛИВОСТІ СКРИНІНГУ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ОСІБ, МОБІЛІЗОВАНИХ ДО ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ В УМОВАХ ВІЙНИ В УКРАЇНІ

Кременчуцька Маргарита Костянтинівна

*кандидат психологічних наук, професор,
професор кафедри диференціальної і спеціальної психології,
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова
м. Одеса, Україна*

Гнатова Юлія Олегівна

*магістр кафедри диференціальної і спеціальної психології,
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова
м. Одеса, Україна*

В умовах війни в Україні особливо важливим стає якісний психологічний скринінг осіб, мобілізованих до військової служби. Сучасні реалії військової служби висувають високі вимоги до психологічного стану військовослужбовців, що робить необхідним створення та впровадження ефективних методів для скринінгу ментального здоров'я. Своєчасне виявлення можливих психологічних проблем та аналіз готовності до служби набуває ключового значення у військовій психології.

Різка зміна цивільного життя на військове буття створює значне психологічне навантаження на особистість, тому психологічний скринінг мобілізованих осіб набуває особливого значення, зокрема, в контексті сучасної війни. Стресові події, якою є мобілізація до військової служби цивільних осіб, можуть активувати приховані психологічні проблеми та створити передумови для розвитку психічних розладів [1, 2, 6].

Для забезпечення комплексної оцінки ментального здоров'я та психологічного стану військовослужбовців необхідним є створення скринінгові системи оцінки та використання взаємодоповнюючого набору психодіагностичних методик.

Нами було створено та пілотно адаптовано до практичного використання наступні психодіагностичні методики: Опитувальник здоров'я пацієнта (PHQ-9), шкала генералізованого тривожного розладу (GAD-7), Методика «ПРОГНОЗ» та шкала резильєнтності (CD-RISC-10).

Опитувальник здоров'я пацієнта (PHQ-9) зарекомендував себе як валідний інструмент для скринінгу депресії, що особливо важливо в контексті військової служби. Висока чутливість та специфічність методики у поєднанні з компактністю (9 запитань) робить її оптимальною для первинної діагностики.

Скринінг депресивної симптоматики у мобілізованих осіб є критично важливим, оскільки депресія може суттєво впливати на боєздатність військовослужбовця. Депресивні стани знижують мотивацію, погіршують концентрацію уваги, сповільнюють швидкість реакції та можуть призводити до суїцидальних думок. В умовах бойових дій такі прояви становлять загрозу не лише для самого військовослужбовця, але й для його побратимів. Крім того, депресія часто маскується під фізичну втому чи соматичні скарги, що ускладнює її виявлення без спеціалізованого скринінгу.

Доповненням до оцінки депресивної симптоматики служить шкала генералізованого тривожного розладу (GAD-7), яка дозволяє ефективно виявляти прояви тривожності. Особлива цінність цієї методики полягає в можливості швидкого скринінгу та моніторингу динаміки стану військовослужбовців. Простота інтерпретації результатів та доведена ефективність у військовій психології роблять GAD-7 незамінним інструментом в системі психологічної діагностики.

Оцінка рівня тривожності має першочергове значення, оскільки надмірна тривога може суттєво погіршувати адаптацію до військової служби. Підвищений рівень тривожності призводить до постійного внутрішнього напруження, порушень сну, нав'язливих думок про можливі загрози та надмірної настороженості. В бойових умовах така симптоматика може призводити до панічних атак, ірраціональних рішень та деструктивної поведінки. Своєчасне виявлення підвищеного рівня тривожності дозволяє запобігти розвитку більш серйозних психічних розладів.

Методика «ПРОГНОЗ», розроблена спеціально для військового контексту, займає особливе місце в діагностичному комплексі. Її унікальність полягає в можливості прогнозування нервово-психічної стійкості в екстремальних умовах та виявлення преморбідних станів. Комплексна оцінка різних аспектів психічної стійкості та висока прогностична валідність щодо успішності військової служби роблять цю методику незамінною у процесі психологічного скринінгу [3].

Дослідження нервово-психічної стійкості є ключовим компонентом скринінгу, оскільки вона визначає здатність особистості зберігати нормальну працездатність в екстремальних умовах. Низька нервово-психічна стійкість може проявлятися в імпульсивних реакціях, емоційній нестабільності та порушеннях поведінки під впливом стресу.

В умовах війни такі особливості можуть призводити до невиконання наказів, конфліктів у підрозділі та створення небезпечних ситуацій.

Завершальним компонентом діагностичного комплексу виступає шкала резильєнтності (CD-RISC-10), яка дозволяє оцінити здатність особистості до психологічного відновлення після стресу. Особлива цінність цієї методики полягає в можливості виявлення ресурсного потенціалу особистості та прогнозування успішності адаптації до військової служби. Компактність та спрямованість методики органічно доповнюють загальну діагностичну картину [5].

Оцінка резильєнтності набуває особливої актуальності, оскільки вона відображає здатність особистості відновлюватися після психотравмуючих подій. Високий рівень резильєнтності дозволяє військовослужбовцю ефективно справлятися зі стресом, зберігати психологічну рівновагу та підтримувати бойову готовність навіть після складних бойових ситуацій. Низька резильєнтність може призводити до накопичення психологічної травматизації та розвитку посттравматичного стресового розладу.

Комплексний скринінг цих чотирьох аспектів в контексті ментального здоров'я дозволяє отримати цілісне уявлення про психологічний стан мобілізованої особи та її готовність до військової служби та забезпечити всебічну оцінку ментального здоров'я за рахунок їх взаємодоповнюючого характеру. PHQ-9 та GAD-7 охоплюють найпоширеніші психічні розлади, методика «ПРОГНОЗ» оцінює загальну нервово-психічну стійкість, а CD-RISC-10 визначає адаптаційний потенціал особистості. Важливо відзначити збалансованість діагностичного навантаження – загальна тривалість обстеження не перевищує 40 хвилин, що запобігає надмірній втомі обстежуваних.

Своєчасне виявлення проблемних зон створює можливість для превентивної психологічної підтримки та запобігання розвитку серйозних психічних розладів в умовах бойових дій. Це має критичне значення не лише для збереження психічного здоров'я окремого військовослужбовця, але й для забезпечення ефективності та боєздатності військових підрозділів в цілому [4, 7].

Оскільки методики частково перекривають суміжні показники – це підвищує достовірність діагностичних висновків та дозволяє не тільки здійснювати якісний скринінг, але й формувати обґрунтовані прогнози щодо психологічної готовності до військової служби.

Практичне значення запропонованого діагностичного комплексу полягає в можливості оперативного виявлення осіб, які потребують поглибленого психологічного обстеження, та формування диференційованих програм психологічного супроводу. Систематичний

моніторинг психологічного стану військовослужбовців з використанням даних методик дозволяє своєчасно виявляти негативні тенденції та вживати превентивних заходів.

Література:

1. Гаркуша І. В., Кайко В. І. Формування компонентів психологічної готовності кандидатів до служби в збройних силах України. *Modern researches in psychology and pedagogy : Collective monograph. Riga : Izdevnieciba "Baltija Publishing".* 2020. С. 73-94. <https://doi.org/10.30525/978-9934-588-36-5/4>.
2. Данилюк І., Тохтамиш О. Особливості проживання стресу та відновлення боєздатності військовослужбовців. *Психологія перед лицем російсько-української війни : збірник тез Українсько-польської наукової конференції, 19–20 травня 2023 р., онлайн.* – Львів, 2023. С. 12-13.
3. Колесніченко О. С., Мацегора Я. В. Моніторинг психологічного стану військовослужбовців – учасників бойових дій Національної гвардії України. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України : Тези доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції (Харків, 30 березня 2018 р.).* С. 222-225.
4. Психологічний супровід особистості в умовах війни: навч. посіб. / С. П. Кузікова та ін. Київ.-Ніжин : Видавець ПП Лисенко М.М., 2024. 260 с.
5. Односталко, О. С., Кіреєва, З. О., Бірон, Б. В. Психометричний аналіз адаптованої версії Шкали резильєнтності (cd-risc-10). *Габітус.* 2020. 14. С. 110-117. <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.14.17>
6. Осьодло В. І., Ковальчук О. П., Лисенко Д. П. та ін. Психологія управління військами : підручник ; 2-ге вид., перероб. та допов. / за заг. ред. В. В. Стасюка. Київ : НУОУ, 2024. 532 с.
7. Панок В. Г. Психологічні дослідження в умовах війни: проблеми і завдання. *Вісник НАПН України* 2023. 5(1). С. 1-12. <https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5133>