

УДК 159.9

DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2024.1\(19\).7](https://doi.org/10.17721/BPSY.2024.1(19).7)Руслан ОСАДЧУК, студ.
ORCID ID: 0009-0005-2321-8429
e-mail: tialor13@gmail.com

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

ОСОБЛИВОСТІ ТРИВОЖНОСТІ СЕРЕД УКРАЇНСЬКИХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Наголошено, що тривожність серед військових є максимально актуальною проблемою сьогодення, адже військовослужбовці несуть на собі величезну відповідальність; їхня робота пов'язана зі значною небезпекою для життя, фізичними і психічними перевантаженнями. Зрозуміло, що тривалий вплив таких умов може призвести до зростання рівня тривожності, що негативно позначається на характері їхньої діяльності та виконанні службових обов'язків. Саме тому метою статті є огляд останніх наукових досліджень, що стосуються тривожності серед українських військовослужбовців.

Було використано такі методи дослідження, як: аналіз, синтез, порівняння, систематизація і узагальнення психологічних даних з проблеми дослідження.

У результаті проведеного аналізу виявлено, що до початку повномасштабного вторгнення у 2022 році тривожність серед військових була середньою, без значних відмінностей, урахувавши досвід та час залученості до ООС. Розкрито, що після агресії у 2022 році тривожність зросла, перевищивши рівень, що був під час пандемії COVID-19. Проте визначено, що загалом військовослужбовці-чоловіки мають нижчий рівень тривожності порівняно з військовослужбовцями-жінками, але кількість дітей у військових негативно корелює із тривожністю – чим більше дітей, тим менш тривожними є військовослужбовці. Означено, що добровольці в силах територіальної оборони та ті, хто перебуває у резерві, мали нижчий рівень тривожності порівняно з військовослужбовцями регулярної армії, навіть якщо всі вони брали участь у бойових діях. Сформульовано, що військовослужбовці, які готуються до відправлення до зони проведення бойових дій, демонструють середній рівень ситуативної тривожності, а у військовослужбовців, які довго знаходяться в умовах бойових дій, ситуативна тривожність може перерости у особистісну тривожність. Таким чином, визначено, що тривожність ускладнює процес реадптації військових, впливає на емоційну сферу та порушує регуляцію поведінки, а в деяких випадках вона може призвести до суїцидальної поведінки.

Ключові слова: тривожність, військовослужбовці, російська агресія, війна.

Вступ

Тривожність є надзвичайно складною індивідуальною властивістю особистості, яка впливає на життя багатьох людей. Вона може виникати в різних ситуаціях і мати різний ступінь вираженості. У кожної людини є свій нормальний рівень особистісної тривожності, що є необхідним для оптимальної життєдіяльності та пристосування до умов життя. Сучасний світ, на жаль, не може обійтись без воєнних конфліктів та миротворчих операцій. Військовослужбовці, які стають невід'ємною частиною цих подій, несуть на собі величезну відповідальність перед суспільством та своїми рідними. Однак разом із цією відповідальністю вони також несуть на собі підвищене психологічне навантаження. Особливість професійної діяльності військовослужбовців характеризується підвищеною небезпекою, фізичними і психічними перевантаженнями, високою напруженістю та інтенсивністю праці. Тривалий вплив таких умов може призвести до зростання рівня тривожності, що негативно позначається на характері їхньої діяльності та виконанні службових обов'язків. Тривожність є однією з ключових проблем, з якими стикаються військовослужбовці. Чи не кожен з нас може уявити собі, як це – бути на передовій, де кожен день – це боротьба за власне життя та життя своїх побратимів. Цей постійний стрес, невизначеність та відсутність звичного комфорту можуть викликати тривожність на різних рівнях. Саме тому актуальність дослідження тривожності військовослужбовців полягає в тому, що це не лише питання індивідуального благополуччя, а це й вплив на їхню бойову ефективність та загальний стан військових в армії. Високий рівень тривожності може призвести до зниження концентрації та помилки у прийнятті рішень.

Метою нашої статті є огляд останніх наукових досліджень, що стосуються тривожності серед українських військовослужбовців.

Результати

У всьому світі зростає інтерес до досліджень тривожності особистості та її впливу на ефективність

життєдіяльності. Сучасні дослідники (Галієва, 2019; Предко, 2022) розрізняють поняття тривоги та тривожності, при цьому зазначаючи, що не має однаковості серед наукової спільноти в диференціації цих двох понять. Поняття "тривога" часто описує процес очікування небезпеки або стан занепокоєння, який не залежить від конкретного об'єкта, і рідше використовується для описування результату виникнення фрустрації або як механізм та компонент стресу. Поняття "тривожність" більшість авторів використовують для того, щоб описувати особистісні якості, стан дискомфорту або властивості особистості. Деякі дослідники (Козакевич, 2023; Ясточкіна, 2020) також використовують його для описування емоційного дискомфорту, такого як почуття страху або комбінації страху з іншими емоціями. Загалом тривожність розглядають як стійке особистісне утворення, що зберігається упродовж тривалого часу, яке супроводжується емоційним дискомфортом, спричиненим очікуванням негативу та відчуттям загрози. Це складне психологічне явище включає когнітивний, емоційний та операційний аспекти, де емоційний компонент зазвичай домінує. Наявність тривожності як стійкого утворення свідчить про порушення особистісного розвитку, що може впливати на ефективність особистісної діяльності та міжособистісну взаємодію (Козакевич, 2023; Предко, & Предко, 2022).

Тривожність серед військовослужбовців має свої особливості, адже вони переживають суттєве психологічне та фізичне навантаження, спричинене конкретними стресовими ситуаціями. Їхня тривожність пов'язана з постійною загрозою для життя, необхідністю готуватися до такої діяльності, що вимагає вміння користуватись зброєю та технікою, а також із високим напруженням, інтенсивністю та величезною відповідальністю. Це може впливати на цілі та мотиви військовослужбовців, а також призводити до зниження рівня уваги і концентрації на завданнях, що вимагають прийняття швидких рішень, від яких залежить життя та благополуччя інших (Козакевич, 2023).

Дослідники О. Лящ та М. Яцюк (2021) зосередилися на вивченні впливу бойового стресу на емоційну сферу військових. Вони зазначають, що основною реакцією військовослужбовців на бойові події є бойовий стрес, що характеризується стрес-факторами бойової обстановки. Це багаторівневий процес адаптації організму до умов бойових дій, який активує механізми саморегуляції та викликає специфічні психофізіологічні зміни. Під час виконання небезпечних завдань військовослужбовці часто зазнають негативних психічних станів, які після повернення із зони бойових дій проявляються у загостренні почуттів честі, гідності та справедливості, а також збільшенні реакцій агресивності, тривоги та конфліктності. Це значно ускладнює процес реадaptaції демобілізованих військових і вимагає психологічної корекції. Тобто тривалі психотравматувальні фактори бойової обстановки деструктивно впливають на емоційну сферу військових та порушують регуляцію поведінки. Дослідники визначили, що особливу роль у формуванні деструктивних наслідків для військовослужбовців відіграють конфліктні переживання у системі цінностей і смислів професійної діяльності військовослужбовця. Постійний вплив тривожності – в поєднанні з певними особистісними якостями та рисами характеру разом із постійним накопиченням негативних емоцій – може перерости в безнадію, що, у свою чергу, може призводити навіть до суїцидальної поведінки військовослужбовців (Mykhalchuk et al., 2023; Ярмольчик, 2021).

Однак Л. Березовська та В. Богайчук (2022) проаналізували феномен емоційної стійкості військовослужбовців, зокрема офіцерів. Автори зазначають, що всі офіцери, що взяли участь у дослідженні, демонструють високі показники вольової саморегуляції, самовладання та наполегливості, що дозволяє їм ефективно виконувати бойові завдання. Серед учасників дослідження показники тривожності є середніми, однак автори зазначають: "багаторазове перебування війни в небезпечній обстановці знімає гнітючий вплив напруженості на психіку людини" (Березовська, & Богайчук, 2022, с. 23). Також автори говорять про відмінності у групі молодших офіцерів, позаяк у них проявляються вищі показники емоційних бар'єрів, тобто чим вищий ранг офіцера, тим він є більш емоційно стійким.

К. Кротюк (2022) досліджувала рівень психологічної тривожності у військовослужбовців, які перебувають у зоні Операції Об'єднаних сил (далі – ООС) до повномасштабного вторгнення Росії. Це дослідження показало середній рівень вираженості тривожності серед військовослужбовців, а статистичних відмінностей між досвідом та часом залученості до ООС та особистісною тривожністю не було визначено цим дослідженням, а між досвідом і часом залученості до ООС та ситуативною тривожністю існує слабкий зв'язок, який автор пояснює впливом інших факторів, що не враховувались під час дослідження. Водночас більшість досліджень (Pavlova et al., 2022) засвідчили, що ветерани Антитерористичної операції демонстрували підвищені симптоми психологічного стресу, включаючи депресію, ізоляцію, тривогу, нав'язливі спогади, труднощі із соціальною адаптацією. Інше дослідження (Pavlova et al., 2022), яке було проведено в березні 2022 р. майже одразу після російської агресії, показало, що приблизно половина респондентів військовослужбовців (як кадрових, так і добровольців), мали клінічний рівень симптомів тривоги. Дослідники також зазначали, що чоловіки – учасники бойових дій демонстрували нижчий рівень тривожності порівняно з жінками. Освіта та кількість людей похилого віку в сім'ї

не мали суттєвого зв'язку з тривожністю. Натомість кількість дітей у учасників бойових дій негативно корелювала із симптомами тривоги та депресії. А що стосується статусу військовослужбовця, то резервісти регулярної армії демонстрували нижчий рівень тривожності порівняно з тими, хто перебуває на дійсній службі. Аналогічно, добровольці в силах територіальної оборони також мали нижчий рівень тривожності, ніж військовослужбовці регулярної армії (Pavlova et al., 2022).

Л. Беліченко (2023) у своєму дослідженні розкриває фактори та причини тривожності у військових, зокрема тих, які готуються до відправлення до зони проведення бойових дій. Більшість учасників дослідження (73,4 %) продемонстрували середній рівень ситуативної тривожності. Ці результати свідчать про те, що військовослужбовці є спокійними, активними, товариськими та готовими до виконання бойових завдань. Водночас іноді виникає певне занепокоєння, обґрунтоване поточними обставинами. Ця тривожність є ситуативною характеристикою, що з'являється у відповідь на конкретні стресові ситуації, які можуть бути як реальними, так і потенційними, що об'єктивно викликають стурбованість у індивіда. Вона може мати тимчасовий характер і зникати після усунення стресогенних чинників. Такі результати підтверджуються іншим дослідженням (Rybinska et al., 2022), де зазначається, що українські військові не схильні відчувати надмірну тривогу напередодні відправлення на передову і це пояснюється тим, що "необхідність участі в бойових діях може підвищувати емоційну стійкість українських військовослужбовців, зміцнювати або стимулювати їхню мужність, а також сприяти формуванню спільних цілей та ідеології, які притупляють відчуття тривоги" (Rybinska et al., 2022, р. 191).

С. Мул (2022) проводила дослідження серед прикордонників та одного спеціального підрозділу, що брали участь у початковій фазі повномасштабного вторгнення російського агресора. Усі учасники цього дослідження демонструють середній рівень ситуативної та особистісної тривожності незалежно від віку та підрозділу, що свідчить про високі морально-психологічні спроможності персоналу виконувати завдання в умовах бойових дій у подальшій перспективі. Водночас А. Фесюк (2023, с. 2–4) здійснювала дослідження тривожності серед військовослужбовців, які є безпосередньо учасниками бойових дій. Це дослідження показало, що для військовослужбовців, які перебувають в умовах бойових дій, характерна висока особистісна тривожність (зі 181 особи – 84,6 %) та помірний рівень ситуативної тривожності (зі 181 особи – 87,9 %). Загалом у військовослужбовців може проявлятися як ситуативна, так і особистісна тривога. Однак у тих, хто перебував у довготривалому відрядженні на фронті, потрапив у небезпечну ситуацію чи отримав поранення, ситуативна тривожність може перерости в особистісну тривожність з низкою додаткових психологічних травм. Особистісна тривожність не завжди проявляється у поведінці, вона має вигляд суб'єктивного неблагополуччя особистості, створює специфічний фон її життєдіяльності та пригнічує психіку (Бережна, 2023). "Тривожність проявляється через підвищену реакцію на навколишні подразники, а саме: панічні атаки, періодичне тремтіння тіла, тригери, флешбеки та інше. Під час перебування у такому стані в людини знижується концентрація, працездатність, з'являються складності під час комунікації, погіршується дія когнітивних навичок, що під час спілкування може спровокувати непорозуміння між військовослужбовцями, некоректне опрацювання інформації, зниження здатності аналізувати, оцінювати,

зберігати інформацію, пригадувати досвід, порівнювати й визначати відповідні дії" (Бережна, 2023, с. 51). Таке погіршення стану може призвести до того, що військовослужбовці вже не зможуть повернутися до виконання службових обов'язків.

Дискусія і висновки

Необхідно зазначити, що військовослужбовці неоднаково переживають досвід військового конфлікту. Наприклад, американські ветерани війни у В'єтнамі та Перській затоці у 2–3 рази частіше страждали від проблем з фізичним і психічним здоров'ям, ніж ветерани боснійського конфлікту (Pavlova et al., 2022). Деякі дослідники не виявили жодного впливу військової служби на психічне здоров'я. Наприклад, не було виявлено зв'язку між розгортанням військ у Південно-Західній Азії, Боснії чи Косово в період з 1998-го до 2000-го року включно і проблемами психічного здоров'я американських військовослужбовців через кілька років після завершення конфліктів (Pavlova et al., 2022). Аналогічно участь у війні в Іраку у 2003 р. не вплинула на психічне здоров'я кадрових військовослужбовців Великої Британії (Pavlova et al., 2022).

Особливість війни в Україні для українських військовослужбовців полягає в тому, що вони переживають вторгнення у власну країну, що, ймовірно, є особливо негативною подією та психологічним шоком. Водночас вони можуть мати відчуття мети, цілі або сенсу, беручи участь у захисті своєї країни, що може слугувати певним психологічним захистом від тривоги (Pavlova et al., 2022).

Складні життєві ситуації, зокрема екстремальні ситуації, зокрема й військові конфлікти, значною мірою впливають на здатність людей безпечно пережити ці події та розвинути в собі достатній рівень адаптивності. Дослідження тривожності військовослужбовців полягає у тому, що це не лише питання індивідуального благополуччя, а воно також впливає на їхню бойову ефективність та загальний стан армії. Професійні військові та офіцери страждають переважно від невротичних розладів і тривоги під час проходження служби (Haydabrus et al., 2022). Однак високий рівень тривожності може спричинити зниження концентрації, помилки у прийнятті рішень та навіть призвести до розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР), розладів адаптації, тривожних і депресивних розладів. Не тільки лікування, але й профілактика тривожних розладів важлива для забезпечення ефективного виконання бойового завдання.

Ветерани війни відзначають високий рівень психологічного стресу, включаючи депресію, ізоляцію, тривогу та нав'язливі спогади. Вони зазначають, що мають труднощі із соціальною адаптацією, відчують ізолюваність та нерозуміння з боку громади та інших людей. Вони також повідомляють про конфлікти в сім'ї та поза нею. Саме тому механізми соціальної підтримки є важливими для соціальної реабілітації військовослужбовців, а позитивна соціальна взаємодія є ключовим фактором здорового функціонування у суспільстві. Таким чином, необхідні програми на рівні громад, які сприятимуть соціальній адаптації, розбудові соціальних мереж та залученню ветеранів до послуг з охорони психічного здоров'я. Також потрібні програми для підвищення рівня обізнаності, взаємодії та взаєморозуміння серед широкої громадськості та ветеранів (Singh et al., 2021).

Отже, до повномасштабного вторгнення Росії серед військовослужбовців був поширений середній рівень вираженості тривожності, а статистичних відмінностей між досвідом та часом залученості до ООС та тривожністю не було визначено. Одразу після повномасштабної

російської агресії у 2022 р. загалом можемо відзначити підвищений рівень тривоги серед військовослужбовців, що є вищим за рівень тривоги під час пандемії COVID-19 (Pavlova et al., 2022). Військові-чоловіки мають нижчий рівень тривожності порівняно з військовими-жінками. Кількість дітей у військових негативно корелює із симптомами тривоги, тобто чим більше дітей мають військовослужбовці тим менш тривожними вони є. Що стосується військового статусу, то добровольці в силах територіальної оборони та ті військовослужбовці, що перебували в резерві, мали нижчий рівень тривожності порівняно з військовослужбовцями регулярної армії, навіть якщо всі вони брали участь у бойових діях.

Військовослужбовці, що готуються до відправлення до зони проведення бойових дій, демонструють середній рівень ситуативної тривожності.

Відзначають негативні наслідки впливу тривожності, що ускладнює процес реадaptaції військових, деструктивно впливає на емоційну сферу військових та порушує регуляцію поведінки, у деяких випадках може призвести до суїцидальної поведінки військовослужбовців.

Для військовослужбовців, які перебувають в умовах бойових дій, характерна висока особистісна тривожність та помірний рівень ситуативної тривожності, тобто в тих, хто довго перебував на передовій, потрапив у небезпечну ситуацію чи отримав поранення, ситуативна тривожність може перерости в особистісну тривожність з низкою додаткових психологічних травм.

Офіцери загалом демонструють високі показники волевої саморегуляції, самовладання та наполегливості, що дозволяє їм ефективно виконувати бойові завдання. Тобто чим вищий ранг офіцера, тим він є більш емоційно стійким.

Список використаних джерел

- Беліченко, Л. (2023). Тривожність у військовослужбовців перед їхнім висуванням до зони бойових дій: психологічний аспект. *Psychology Travels*, (1), 27–35. <https://doi.org/10.31891/PT-2023-1-3>
- Бережна, Г. В. (2023). Тривожність як чинник зниження результативності військовослужбовців. У *Актуальні проблеми та перспективи соціально-економічного розвитку регіону в умовах сучасних глобальних викликів* (с. 51–52). МАУП.
- Березовська, Л., & Богайчук, В. (2022). Емоційна стійкість військовослужбовців-офіцерів: емпіричний ракурс. *Вісник Національного університету оборони України*, 67(3), 19–25. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-67-3-19-25>
- Галієва, О. М. (2019). Диференціація понять "тривога" та "тривожність". *Психологія та соціальна робота*, 49(1), 32–48. [https://doi.org/10.18524/12707-0409.2019.1\(49\).185763](https://doi.org/10.18524/12707-0409.2019.1(49).185763)
- Козакевич, Д. В. (2023). Психологічні особливості тривожності військовослужбовців: теоретичний аналіз. *Студентські наукові записки національного університету "Острозька академія". Серія Соціогуманітарні науки*, 2, 77–81.
- Кротюк, К. (2022). Рівень психологічної тривожності у військовослужбовців, які перебувають в зоні ООС. *Перспективи та інновації науки*, 2(7), 892–899. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-2\(7\)-892-899](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-2(7)-892-899)
- Ляш, О., & Яцюк, М. (2021). Деструктивний вплив бойового стресу на емоційну сферу особистості військового. *Психологічні перспективи*, 37, 128–140. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2021-37-128-140>
- Мул, С. А. (2022). Результати дослідження тривожності військовослужбовців в умовах бойових дій. У *Психологія особистості: історія, сучасність та перспективи* (с. 47–55). Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України.
- Предко, В., Предко, Д. (2022). Особливості психічного стану українців в умовах війни. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*, 2022, 3(56), 78–84. <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.11>
- Предко, Д. (2022). Аналіз концепту тривоги в контексті релігійності особистості. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Психологія*, 1(54), 6–167. <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.1.9>
- Фесюк, А. І. (2023). Рівень тривожності військовослужбовців в умовах бойових дій. У *Актуальні проблеми практичної психології* (с. 2–4). Одеський національний економічний університет. <http://dspace.pdpu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/18529/1/Fesiuk.pdf>
- Ярмольчик, М. О. (2021). Агресія та тривожність як детермінанти вибору копінг-стратегій військовослужбовців під час декомпресії. *Вчені записки*, 2(71), 110–114. <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2021.2/19>

- Ясточкіна, І. (2020). Особистісна тривожність як соціально-психологічна проблема. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*, (6), 165–170. <https://doi.org/10.30970/2522-1876-2020-6-24>
- Haydabrus, A., Santana-Santana, M., Lazarenko, Y., & Giménez-Llort, L. (2022). Current war in Ukraine: Lessons from the impact of war on combatants' mental health during the last decade. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17). <https://doi.org/10.3390/ijerph191710536>
- Mykhalchuk, N., Pelekh, Y., Kharchenko, Y., Ivashkevych, E., Zukow, W., Ivashkevych, E., & Yatsiuryk, A. (2023). Suicidal behavior as a result of maladjustment of servicemen to the conditions of military service in Ukraine. *European Journal of Clinical and Experimental Medicine*, 21(1), 90–107. <https://doi.org/10.15584/ejcem.2023.1.12>
- Pavlova, I., Graf-Vlachy, L., Petrytsa, P., Wang, S., & Zhang, S. X. (2022). Early evidence on the mental health of Ukrainian civilian and professional combatants during the Russian invasion. *European Psychiatry*, 65(1), <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2022.2335>
- Rybinska, Y., Loshenko, O., Kurapov, A., Lytvyn, S., Kondratieva, V., & Ivasiv, O. (2022). Psycho-emotional state of Ukrainian soldiers before going to the frontline. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 13(4), 182–195. <https://doi.org/10.18662/brain/13.4/382>
- Singh, N. S., Bogdanov, S., Doty, B., Haroz, E., Girmyk, A., Chernobrovkina, V., Murray, L. K., Bass, J. K., & Bolton, P. A. (2021). Experiences of mental health and functioning among conflict-affected populations: A qualitative study with military veterans and displaced persons in Ukraine. *American Journal of Orthopsychiatry*, 91(4), 499–513. <https://doi.org/10.1037/ort0000537>
- References**
- Belichenko, I. (2023). The anxiety in military servants before their advancement to the combat zone: the psychological aspect. *Psychology Travels*, (1), 27–35 [in Ukrainian]. <https://doi.org/10.31891/PT-2023-1-3>
- Berezhna, G. V. (2023). Anxiety as a factor in reducing the effectiveness of military personnel. In *Actual problems and prospects of socio-economic development of the region in the context of modern global challenges* (pp. 51–52). MAUP [in Ukrainian].
- Berezovska, L., & Bogaichuk, V. (2022). Emotional stability of military officers: empirical perspective. *Bulletin of National Defense University of Ukraine*, 67(3), 19–25. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-67-3-19-25> [in Ukrainian].
- Fesiuk, A. I. (2023). *The level of anxiety of military personnel in combat conditions. In Actual problems of practical psychology* (pp. 2–4). Odessa National University of Economics [in Ukrainian]. <http://dspace.pdpu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/18529/1/Fesiuk.pdf>
- Galieva, O. M. (2019). Conceptual differentiation of "worry" and "anxiety". *Psychology and Social Work*, 49(1), 32–48 [in Ukrainian]. [https://doi.org/10.18524/2707-0409.2019.1\(49\).185763](https://doi.org/10.18524/2707-0409.2019.1(49).185763)
- Haydabrus, A., Santana-Santana, M., Lazarenko, Y., & Giménez-Llort, L. (2022). Current war in Ukraine: Lessons from the impact of war on combatants' mental health during the last decade. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17). <https://doi.org/10.3390/ijerph191710536>
- Kozakiewicz, D. V. (2023). Psychological features of military personnel anxiety: a theoretical analysis. *Student Scientific Notes of the National*

- University of Ostroh Academy. Series "Socio-Humanitarian Sciences"*, 2, 77–81 [in Ukrainian].
- Krotiuk, K. (2022). The level of psychological anxiety in servicemen in the JFO zone. *Perspectives and Innovations of Science*, 2(7), 892–899 [in Ukrainian]. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-2\(7\)-892-899](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-2(7)-892-899)
- Liashch, O., & Yatsiuk, M. (2021). Destructive effect of combat stress on the emotional sphere of the military personality. *Psychological Prospects Journal*, 37, 128–140 [in Ukrainian]. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2021-37-128-140>
- Mul, S. A. (2022). Results of the study of anxiety of servicemen in combat conditions. In *Personality psychology: history, modernity and prospects* (pp. 47–55). H. S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Sciences of Ukraine [in Ukrainian].
- Mykhalchuk, N., Pelekh, Y., Kharchenko, Y., Ivashkevych, E., Zukow, W., Ivashkevych, E., & Yatsiuryk, A. (2023). Suicidal behavior as a result of maladjustment of servicemen to the conditions of military service in Ukraine. *European Journal of Clinical and Experimental Medicine*, 21(1), 90–107. <https://doi.org/10.15584/ejcem.2023.1.12>
- Pavlova, I., Graf-Vlachy, L., Petrytsa, P., Wang, S., & Zhang, S. X. (2022). Early evidence on the mental health of Ukrainian civilian and professional combatants during the Russian invasion. *European Psychiatry*, 65(1). <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2022.2335>
- Predko, D. (2022). Analysis of the concept of anxiety in the context of an individual's religiosity. *Scientific Works of Interregional Academy of Personnel Management. Psychology*, 1(54), 61–67 [in Ukrainian]. <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.1.9>
- Predko, V., Predko, D. (2022). Features of the mental state of Ukrainians during the war. *Scientific Works of Interregional Academy of Personnel Management. Psychology*, 3(56), 78–84 [in Ukrainian]. <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.11>
- Rybinska, Y., Loshenko, O., Kurapov, A., Lytvyn, S., Kondratieva, V., & Ivasiv, O. (2022). Psycho-emotional state of Ukrainian soldiers before going to the frontline. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 13(4), 182–195. <https://doi.org/10.18662/brain/13.4/382>
- Singh, N. S., Bogdanov, S., Doty, B., Haroz, E., Girmyk, A., Chernobrovkina, V., Murray, L. K., Bass, J. K., & Bolton, P. A. (2021). Experiences of mental health and functioning among conflict-affected populations: A qualitative study with military veterans and displaced persons in Ukraine. *American Journal of Orthopsychiatry*, 91(4), 499–513. <https://doi.org/10.1037/ort0000537>
- Yarmolchik, M. O. (2021). Aggression and anxiety as determinants for choosing coping strategies in the military during decompression. *Scientific notes*, 2(71), 110–114. <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2021.2/19>
- Yastochkina, I. (2020). Personal anxiety as a social and psychological problem. *Bulletin of Lviv University. Series of Psychological Sciences*, (6), 165–170 [in Ukrainian]. <https://doi.org/10.30970/2522-1876-2020-6-24>
- Отримано редакцією журналу / Received: 02.02.24**
Прорецензовано / Revised: 15.04.24
Схвалено до друку / Accepted: 15.05.24

Ruslan OSADCHUK, Student
 ORCID ID: 0009-0005-2321-8429
 e-mail: tialor13@gmail.com
 Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

PECULIARITIES OF ANXIETY AMONG UKRAINIAN MILITARY PERSONNEL

The study of anxiety among the military is the most urgent problem of today. Military personnel bear a huge responsibility, their work is associated with significant danger to life, physical and mental overload. Prolonged exposure to such conditions can lead to an increase in anxiety. High levels of anxiety have a negative impact on the nature of their work and the performance of their duties. That is why the purpose of this article is to review the latest research on anxiety among Ukrainian military personnel.

The following research methods were used: analysis, synthesis, comparison, systematization and generalization of psychological data on the research problem.

The analysis allowed us to draw the following conclusions. Before the full-scale invasion in 2022, anxiety among the military was average, with no significant differences depending on the experience and time of involvement in the JFO. After the aggression in 2022, anxiety increased, exceeding the level during the COVID-19 pandemic. Male servicemen generally have lower levels of anxiety compared to female servicemen. The number of children of military personnel is negatively correlated with anxiety – the more children military personnel have, the less anxious the military personnel are. Volunteers in the territorial defense forces and those in the reserve had lower levels of anxiety compared to regular army personnel, even though they all participated in combat. Servicemen who are preparing to be deployed to a combat zone demonstrate an average level of situational anxiety. For servicemen who have been in combat for a long time, situational anxiety can develop into personal anxiety. Anxiety complicates the process of military rehabilitation, affects the emotional sphere and disrupts behavioral regulation. In some cases, it can lead to suicidal behavior.

Key words: anxiety, military personnel, russian aggression, war.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The authors declare no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; in the decision to publish the results.