



**Міністерство освіти і науки України  
Державний заклад «Південноукраїнський національний  
педагогічний університет імені К.Д.Ушинського»  
Соціально-гуманітарний факультет  
Кафедра загальної та диференціальної психології**

## **«АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ: ТЕОРІЯ, ДОСВІД, ПРАКТИКА»**

**ЗБІРНИК НАУКОВИХ СТАТЕЙ  
Всеукраїнської науково-практичної конференції  
24-25 квітня 2025 року**

Одеса

2025

УДК 159.9: 37.015.3

А 43

*Друкується за ухвалою Вченої ради Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д.Ушинського» (протокол № 16 від 29.05.2025 року)*

**А 43 Актуальні проблеми сучасної психології: теорія, досвід, практика** / Збірник матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Одеса, 24-25 квітня 2025 року) / за ред. М.Й.Казанжи. Одеса: Університет Ушинського, 2025. 718 с.

**Редакційна колегія:** Казанжи М.Й., доктор психологічних наук, професор; Саннікова О.П., доктор психологічних наук, професор; Дідух М.Л., доктор психологічних наук, доцент; Водолазська О.О., кандидат психологічних наук, доцент; Бринза І.В., кандидат психологічних наук, доцент; Борисова О.О., кандидат юридичних наук, доцент; Василенко І.А., кандидат психологічних наук, доцент; Ульянова Т.Ю., кандидат психологічних наук, доцент; Черножук Ю.Г., кандидат психологічних наук, доцент; Оріщенко О.А., кандидат психологічних наук, доцент.

Збірник призначений для фахівців у галузі психології, наукових дослідників і практиків, викладачів закладів вищої освіти, педагогів і вихователів, докторантів, аспірантів та студентів. Рекомендації щодо впровадження результатів конференції полягають у підвищенні обізнаності науковців, викладачів і аспірантів щодо наслідків та перспектив становлення особистості у невизначеному світі та можливостей практичного використання досягнень загальної психології, психології особистості, історії психології тощо в сучасних умовах освіти та науки.

Матеріали опубліковано в авторській редакції. Відповідальність за достовірність викладеного матеріалу покладено на авторів статей. Думки авторів можуть не збігатися з позицією редколегії.

ISBN 978-617-7757-40-4

©Автори статей, 2025  
© Університет Ушинського

2025

3. Руденок А.І., Логвіна О.А., Ісак Г.В. Стресостійкість як ключова психологічна характеристика професійного становлення молодих фахівців. Габітус. 2024 Випуск 65. С.229-232.

4. Шпак М.М. Стресостійкість особистості в дискурсі сучасних психологічних досліджень. Габітус. 2022. Вип. 39. С.199-203.

5. Kirmayer L.J., Lemelson R., Barad M. Introduction: Inscribing Trauma in Culture, Brain, and Body. Understanding trauma: integrating biological, psychological and cultural perspectives. 2007. P.1-20.

УДК 159.9

**Sorochenko O.,**  
third (educational and scientific) level of higher  
education in the specialty 053 Psychology,  
State Institution "South Ukrainian National Pedagogical  
University named after K.D. Ushynsky"

## **STRESS FACTORS AND THEIR IMPACT ON THE STRESS RESISTANCE OF MILITARY PERSONNEL**

**Abstract.** The article examines the issue of stress resistance in military personnel and identifies one of the ways to improve it – by identifying stress factors and conducting individual psychological work to reduce sensitivity to their effects.

**Key words:** stress, stress resistance, stress factors, military personnel, personality.

**Анотація.** В повідомленні розглянуто проблематику стресостійкості військовослужбовця та визначено один з напрямків її підвищення – через виокремлення стрес-факторів та індивідуально-психологічну роботу зі зменшення чутливості до їх дії.

**Ключові слова:** стрес, стресостійкість, стрес-фактори, військовослужбовець, особистість.

Many researchers note the specific nature of russia's war against Ukraine, which requires special training for military personnel, with a significant number of factors causing them to experience chronic stress.

In particular, L.O. Gerasymenko notes that military action is a prolonged stressor, and that normal human experience and development do not contain such information. All this can lead to chronic distress, which is traumatic stress in origin. Regardless of whether a person is in the center of combat operations or in a military conflict zone, or has even left Ukraine, they may have maladaptive behavioral reactions that can be considered the consequences of exhaustion and chronic stress, all of which can lead to adaptive behavior disorders [3].

In general, stress resistance as a personality trait allows one to act in stressful situations and contributes to the effective performance of certain activities [4].

There are personality traits that increase stress resistance and the ability of military personnel to withstand stress factors.

In particular, researchers define the development of reflection, self-regulation, and emotional competence as

criteria for the stress resistance of military personnel. Their relatively high self-esteem is important, as it allows them to resist negativity and criticism, realize their own values, and believe in their own strengths [2].

The specifics of stress experience and individual stress resistance are determined by individual psychological characteristics. The characteristics of exhaustion are determined by stress resistance, which characterizes the physical, emotional, and general mental state of a person who has been in an emotionally stressful situation for a long time [1].

Due to the outbreak of hostilities in 2014 and the full-scale war since 2022, the significant stress overload has had a noticeable impact on the mental health of the civilian population and military personnel, requiring effective psychological assistance to overcome the effects of PTSD, the key factors of which are participation in life-threatening events, the death of a loved one, etc. Due to the significant number of dangerous traumatic events, the number of people with post-traumatic stress disorder is increasing [6].

Different experiences, needs, values, individual psychological and physiological characteristics of a person have a decisive influence on stress resistance, its determinants and mechanisms [5], so it is important to identify the stressors that are most significant for a person in order to know their “weak” points and work to increase stress resistance.

To this end, a survey was conducted among military personnel to identify the main stress factors that they

experience. Twenty military personnel took part in this pilot study.

The main stress factors identified were as follows:

- danger (fear of death);
- actions in situations of uncertainty, events that a person has never encountered before;
- often having to act in isolation, without communication with comrades;
- long waits or, conversely, lack of time for action;
- lack of information (unreliable information);
- specific food (lack of food/water);
- negative emotional state of comrades (own negative emotional state);
- injustice of leadership;
- betrayal by one's own people;
- uncertainty in the relationship with one's wife/girlfriend, lack of support from her, uncertainty that the soldier is expected at home, etc.

The results showed the importance of identifying stress factors in order to minimize their impact and their unequal weight in the structure of influence on the soldier's psyche in the context of reducing his stress resistance.

### **References:**

1. Андріяшина Н.В. Стресостійкість особистості в сучасних умовах розвитку суспільства. *Єдність навчання і наукових досліджень – головний принцип університету*: збірник наукових праць звітної-наукової конференції викладачів, докторантів та аспірантів Факультету психології за 2021 рік (17-24 травня 2022

року) / укл. Вольнова Л.М., Матяш-Заяц Л.П. Київ: Вид-во НПУ імені М.П.Драгоманова, 2022. С.5-7.

2. Бочаріна Н.О., Серга А.В. Особливості стресостійкості військовослужбовців. *Перспективи та інновації науки*. Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина». 2023. №15(33). С.637-653.

3. Герасименко Л.О. Психосоціальна дезадаптація (сучасні концептуальні моделі). *Український вісник психоневрології*. 2018. № 1. С. 62–65.

4. Караяном А.Г. Соціально-психологічна інтеграція в суспільство інвалідів бойових дій. Київ. 2020. 267

5. Ришко Г.М. Основні концептуальні теорії та підходи до вивчення феномена стресостійкості особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2013. Випуск 22. С.493-509.

6. Твердохліб Н.Г. Формування стресостійкості військовослужбовців під час профілактики й лікування посттравматичного стресового розладу (ПТСР). 2023. Випуск 56. С.203-206.

<b>Пахлеванзаде Ю.С.</b> Особливості прояву афективних розладів особистості та шляхи реабілітації.....	618
<b>Савенкова І.І., Сєвцов С.</b> Нейрокогнітивна діагностика керуючих функцій головного мозку.....	627
<b>Носач С.</b> Порівняльний аналіз посттравматичного стресового розладу (ПТСР) та комплексного посттравматичного стресового розладу (кПТСР): причини, симптоматика, діагностика та психореабілітація.....	637
<b>Савенкова І.І., Убірія Є.О.</b> Тривожні розлади у підлітків з аутизмом: механізми розвитку, клінічні прояви та ефективні підходи до терапії та підтримки.....	645
<b>Разборська А.О.</b> Емоційний інтелект як чинник формування особистісної зрілості майбутніх психологів.....	652
<b>Саннікова А.О.</b> Страхи, що супроводжують публічні виступи.....	664
<b>Бедан В.Б., Деміркає Е.М.</b> Психосоматичні, емоційні та когнітивні прояви у осіб, які пережили травмуючу ситуацію.....	676
<b>Вукова S.</b> Emotional modality of human experience of success.....	685
<b>Дідух М.Л., Веприцька О.М.</b> Стан емоційного здоров'я сучасного студентства.....	690
<b>Дідух М.Л., Бурашніков А.П.</b> Особливості стресостійкості та стресоподолання у осіб з різним травмівним досвідом.....	701
<b>Sorochenko O.</b> Stress factors and their impact on the stress resistance of military personnel.....	709
<b>ЗМІСТ</b> .....	714