ISSN (print) 2708-7530
Наукові перспективи № 1(67) 2026

УДК 159.9

https://doi.org/10.52058/2708-7530-2026-1(67)-1762-1773

Калениченко Руслан Арсенович кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри професійної освіти Київського національного університету будівництва і архітектури, м. Київ, https:// orcid.org/0000-0001-9222-317X

Пєтухова Ірина Олексіївна кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри психології, педагогіки та соціології Державного податкового університету, м. Ірпінь, https://orcid.org/0000-0002-5194-5333

Телебенєва Єва Олександрівна, керівник з маркетингу і стратегічного розвитку та співвласник міжнародної Digital Marketing & PR агенції, спеціаліст DMC inc з питань виходу бізнесу на закордонний ринок, Нью-Йо́рк, США, https://orcid.org/0009-0008-9187-7954

Желєзова Ірина Василівна здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти групи ПСМз-24-1 Державного податкового університету, м. Ірпінь, https://orcid.org/0009-0007-1142-1790

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ДЕРЖАВНИХ СЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ: СТРЕС-ФАКТОРИ ТА ВИКЛИКИ

Анотація. У статті на основі комплексного теоретико-методологічного аналізу сучасних вітчизняних і зарубіжних наукових джерел розкрито психологічні особливості професійної діяльності державних службовців в умовах воєнного стану, зосереджено увагу на ключових стрес-факторах і професійних викликах, що впливають на їхній психічний стан, працездатність та адаптаційні можливості. Обґрунтовано, що діяльність державних службовців у період воєнних дій характеризується підвищеним рівнем психоемоційного навантаження, постійною загрозою життю, високою відповідальністю за прийняття рішень і функціонування критичних соціальних систем, що зумовлює зростання тривожності, емоційного виснаження та ризиків професійної дезадаптації.

Показано, що психологічна безпека та тривожність виступають провідними індикаторами психічного стану особистості, які відображають здатність державних службовців до ефективного функціонування в екстремальних умовах. Психологічна безпека розглядається як багатовимірний феномен, що включає відчуття захищеності, довіри, соціальної та організаційної підтримки, емоційної

стабільності й можливості відкритої комунікації у професійному середовищі. Водночас тривожність інтерпретується як суб'єктивна реакція на загрозу та невизначеність, яка може виконувати як мобілізаційну функцію, активізуючи психічні ресурси, так і деструктивну, спричиняючи порушення когнітивних процесів, зниження концентрації уваги та професійної ефективності.

Проаналізовано основні підходи до вивчення впливу стрес-факторів воєнного часу на психічне здоров'я різних категорій державних службовців, зокрема військових, медичних працівників, рятувальників та цивільних адміністраторів. Показано, що поєднання високого рівня тривожності з низьким рівнем психологічної безпеки істотно підвищує ризик розвитку емоційного вигорання, психосоматичних розладів і посттравматичних проявів, особливо за умов тривалої дії стресу. Окрему увагу приділено ролі життєстійкості та соціальної підтримки як ресурсів, що пом'якшують негативний вплив екстремальних умов професійної діяльності.

У статті узагальнено сучасні підходи до психологічної підтримки державних службовців, які включають індивідуальні психотерапевтичні інтервенції, групові тренінги зі зниження рівня тривожності та розвитку стресостійкості, психоедукаційні програми, а також дистанційні та онлайн-формати психологічного супроводу. Наголошено на особливій значущості комплексних програм підтримки у повоєнний період, спрямованих на відновлення відчуття психологічної безпеки, ресоціалізацію, стабілізацію емоційного стану та профілактику хронічних тривожних і посттравматичних розладів.

Зроблено висновок, що психологічні особливості професійної діяльності державних службовців в умовах воєнного стану потребують системного наукового осмислення та практичної реалізації ефективних програм психологічного супроводу. Психологічна безпека та тривожність розглядаються як динамічні, взаємопов'язані показники психічного стану, що дозволяють своєчасно виявляти ризики дезадаптації, оптимізувати професійне функціонування та забезпечувати збереження психічного здоров'я державних службовців у кризових та екстремальних умовах.

Ключові слова: психологічні особливості, професійна діяльність, державні службовці, воєнний стан, стрес-фактори, психологічна безпека, тривожність, психічний стан, життєстійкість, психологічна підтримка, адаптація.

Kalenychenko Ruslan Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Senior Lecturer of the Department of Professional Studies of Kyiv National University of Civil Engineering and Architecture, Kyiv, https://orcid.org/0000-0001-9222-317X

Pietukhova Iryna Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Psychology, Pedagogy and Social Disciplines of the State Tax University, Irpin, https://orcid.org/0000-0002-5194-5333

ISSN (print) 2708-7530
Наукові перспективи № 1(67) 2026

Telebenieva Yeva head of marketing and strategic development and co-owner of an international Digital Marketing & PR agency, DMC inc specialist in business entry into foreign markets, New York, USA, https://orcid.org/0009-0008-9187-7954

Zheliezova Iryna Second-cycle (Master's level) student, group PSMz-24-1, State Tax University, Irpin, https://orcid.org/0009-0007-1142-1790

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF CIVIL SERVANTS' PROFESSIONAL ACTIVITY UNDER MARTIAL LAW: STRESS FACTORS AND CHALLENGES

Abstract. The article presents a comprehensive theoretical and methodological analysis of contemporary national and international scientific sources to explore the psychological characteristics of the professional activity of civil servants under martial law, with a particular focus on key stress factors and professional challenges affecting their mental state, work capacity, and adaptive potential. It is substantiated that the professional activity of civil servants during wartime is characterized by increased psycho-emotional load, constant threat to life, high responsibility for decision-making, and the functioning of critical social systems, which leads to heightened anxiety, emotional exhaustion, and increased risks of professional maladaptation.

It is shown that psychological safety and anxiety serve as leading indicators of an individual's mental state, reflecting the ability of civil servants to function effectively in extreme conditions. Psychological safety is conceptualized as a multidimensional phenomenon encompassing a sense of protection, trust, social and organizational support, emotional stability, and opportunities for open communication within the professional environment. At the same time, anxiety is interpreted as a subjective response to threat and uncertainty, which may perform both a mobilizing function by activating psychological resources and a destructive function by impairing cognitive processes, reducing concentration, and lowering professional effectiveness.

The article analyzes key approaches to studying the impact of wartime stress factors on the mental health of various categories of civil servants, including military personnel, healthcare workers, emergency responders, and civilian administrators. It is demonstrated that the combination of high anxiety levels and low psychological safety significantly increases the risk of emotional burnout, psychosomatic disorders, and post-traumatic manifestations, especially under conditions of prolonged stress exposure. Particular attention is paid to the role of resilience and social support as resources that mitigate the negative effects of extreme professional conditions.

The study summarizes contemporary approaches to psychological support for civil servants, including individual psychotherapeutic interventions, group-based anxiety reduction and stress resilience training, psychoeducational programs, as well

as remote and online formats of psychological assistance. Emphasis is placed on the importance of comprehensive support programs in the post-war period aimed at restoring a sense of psychological safety, facilitating resocialization, stabilizing emotional states, and preventing chronic anxiety and post-traumatic disorders.

It is concluded that the psychological characteristics of civil servants' professional activity under martial law require systematic scientific reflection and the practical implementation of effective psychological support programs. Psychological safety and anxiety are viewed as dynamic and interrelated indicators of mental health that enable timely identification of maladaptation risks, optimization of professional functioning, and preservation of civil servants' mental well-being in crisis and extreme conditions.

Keywords: psychological characteristics, professional activity, civil servants, martial law, stress factors, psychological safety, anxiety, mental state, resilience, psychological support, adaptation.

Постановка проблеми. У сучасній психологічній науці питання професійної діяльності державних службовців у кризових умовах набуває особливої актуальності, адже ці фахівці постійно піддаються високому емоційному та когнітивному навантаженню. Особливу увагу дослідники приділяють стрес-факторам та психологічним викликам, що можуть негативно впливати на ефективність виконання службових обов'язків та психічне здоров'я працівників (П.А.Ковальчук, 2021; М.В.Петренко, 2022)[1,2].

Професійна діяльність у воєнних та надзвичайних умовах пов'язана з високим ризиком травматизації, перевантаженням інформацією та невизначеністю, що потребує спеціальних психологічних ресурсів для адаптації. Тривожність, вигорання та зниження рівня психологічної безпеки стають ключовими індикаторами стану службовця та фактором, що визначає його працездатність та стійкість до стресу (І.О.Іваненко, 2020)[3].

Дослідження свідчать, що низький рівень психологічної безпеки у поєднанні з високою тривожністю значно зменшує ефективність прийняття рішень і може призводити до помилок у критичних ситуаціях. Особлива актуальність проблем проявляється у контексті воєнного стану, коли державні службовці виконують завдання під постійною загрозою, стикаються з невизначеністю та потребують швидкої мобілізації ресурсів (О.С.Сидоренко, 2021)[4].

Психологічна безпека розглядається як стан, який забезпечує відчуття захищеності, контроль над емоціями та здатність адекватно реагувати на стресові фактори, сприяючи збереженню працездатності та адаптивності особистості. Рівень тривожності відображає суб'єктивне сприйняття загрози та невизначеності, впливає на когнітивні, емоційні та поведінкові реакції службовців і може як стимулювати мобілізацію ресурсів, так і погіршувати психічний стан. Практичне значення досліджень полягає у формуванні системи превентивних заходів

та програм психологічної підтримки для державних службовців у кризових умовах (Н.М.Мащенко, 2019)[5].

Завдання дослідження полягає у визначенні психологічних особливостей діяльності службовців, аналізі основних стрес-факторів та викликів, що впливають на професійний стан та адаптивні ресурси. Фокус робіт спрямований на виявлення механізмів психологічної регуляції, здатних забезпечити ефективне виконання службових обов'язків у складних умовах. Особливу увагу приділено аналізу когнітивних і емоційних стратегій, які дозволяють мінімізувати негативні наслідки тривожності та підвищити стійкість до стресу. Дослідження підтверджують, що інтеграція психологічних методів у професійну діяльність державних службовців сприяє підвищенню ефективності роботи, зменшенню ризику професійного вигорання та покращенню психічного стану. Необхідність системного підходу до оцінки психологічного стану державних службовців, впровадження програм підтримки та превентивних заходів у складних соціально-політичних умовах стає очевидною. Звертається увага на роль психологічної безпеки та тривожності як ключових індикаторів, що дозволяють своєчасно виявляти ризики та коригувати професійну діяльність (Л.О.Левченко, 2020)[6].

Дослідження має бути спрямоване на аналіз стрес-факторів, оцінку викликів професійної діяльності та формування рекомендацій щодо психологічної підтримки державних службовців у кризових умовах. Особливу актуальність має вивчення взаємозв'язку між психологічною безпекою, тривожністю та ефективністю виконання завдань у воєнних та надзвичайних ситуаціях. Результати можуть бути використані для розробки програм адаптації, підвищення стійкості до стресу та підтримки психічного здоров'я працівників державних структур. Узагальнення проблеми показує, що психологічні особливості діяльності державних службовців у кризових умовах вимагають системного наукового підходу та інтеграції превентивних заходів для забезпечення ефективності та безпеки професійної діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У вітчизняній психологічній науці питання психологічної безпеки та тривожності службовців у кризових умовах розглядається як важлива складова адаптації в екстремальних соціально-психологічних контекстах (П.А.Ковальчук, 2021)[1]. Так, М.В.Петренко (2022) підкреслює, що стресові реакції у державних службовців часто пов'язані з невизначеністю та високою відповідальністю за прийняття рішень (Петренко, 2022)[2]. І.О.Іваненко (2020) акцентує увагу на тривожності як маркері психофізіологічного навантаження під час виконання службових обов'язків у нестабільних умовах (Іваненко, 2020)[3]. Згідно з результатами О.С.Сидоренка (2021), низька психологічна безпека сприяє зниженню когнітивної ефективності та зростанню ризику професійних помилок(Сидоренко, 2021)[4]. Н.М.Мащенко

(2019) наголошує на необхідності превентивних програм підтримки та психоедукації для зниження рівня тривожності серед працівників державних структур (Мащенко, 2019) [5]. Л.О.Левченко (2020) у своїй монографії розглядає механізми профілактики професійного вигорання та підвищення життєстійкості у кризових умовах (Левченко, 2020)[6].

Нові дослідження в українській психології підкреслюють важливість соціальної підтримки як ключового ресурсу психологічної безпеки (А.Шевченко, 2023)[7]. Так, Шевченко(2023) вказує, що стабільні міжособистісні зв'язки в професійному середовищі зменшують тривожні реакції та покращують адаптацію службовців до стрес-факторів.

На міжнародному рівні увага також приділяється вивченню стрес-реакцій у службовців, зокрема до зовнішніх загроз та невизначеності (Brown & Smith, 2021)[8]. Дослідження Brown & Smith (2021) свідчать, що високі вимоги робочого середовища значно корелюють з рівнем тривожності і зниженням продуктивності. Результати досліджень Green et al.(2022) показують, що психологічна безпека позитивно впливає на здатність службовців адаптуватись до змін і підвищує рівень професійної компетентності. Також O'Connor (2023) у своїй роботі підкреслює роль когнітивно-поведінкових стратегій у регуляції тривожних реакцій у професійній діяльності.

Українські науковці наголошують, що психоедукація та навчання методам саморегуляції сприяють зміцненню психологічної безпеки (М.Бойко, 2024)[9]. Вчений демонструє, що участь у тренінгах зі стресостійкості значно знижує рівень тривожності службовців у кризових умовах.

Водночас міжнародні погляди (Lee & Kim, 2023) вказують на мультикомпонентну природу тривожності та її вплив на когнітивні процеси при високому навантаженні. Усі ці джерела узгоджуються в тому, що психологічна безпека та тривожність не є лише теоретичними категоріями, а практичними індикаторами, що дозволяють оцінювати психічний стан і потребу в інтервенціях.

Як підкреслюють сучасні дослідження, інтеграція психоедукаційних та психологічних інтервенцій у професійну діяльність сприяє підвищенню життєстійкості та зниженню психоемоційного навантаження. Ці дані підтверджують, що комплексний підхід до підтримки службовців, який включає індивідуальні, групові та організаційні заходи, є ключовим для збереження психічного здоров'я в екстремальних умовах.

Проведений аналіз літератури дозволяє виділити основні тенденції сучасних досліджень у сфері психологічних особливостей професійної діяльності держслужбовців, що створює наукову основу для подальшого емпіричного вивчення цієї проблеми.

Мета статті – визначити психологічні особливості професійної діяльності державних службовців у умовах воєнного стану.

ISSN (print) 2708-7530
Наукові перспективи № 1(67) 2026

Виклад основного матеріалу. Професійна діяльність державних службовців в умовах воєнного стану характеризується поєднанням високої відповідальності, емоційного напруження та постійної невизначеності, що суттєво впливає на психічний стан і ефективність виконання службових завдань. На думку П.А.Ковальчука [1], воєнні умови формують специфічне професійне середовище, у якому стрес стає хронічним чинником і вимагає від особистості значних адаптаційних ресурсів.

М.В.Петренко [2] зазначає, що тривале перебування у ситуації загрози призводить до виснаження психологічних резервів та підвищення рівня тривожності навіть у фахівців з високим рівнем професійної підготовки. Тривожність у цьому контексті виступає не лише емоційною реакцією, а й комплексним психофізіологічним станом, що впливає на увагу, пам'ять, швидкість прийняття рішень та здатність прогнозувати наслідки власних дій.

І.О.Іваненко [3] підкреслює, що помірний рівень тривожності може мати адаптивний характер, забезпечуючи мобілізацію ресурсів, однак її тривале підвищення знижує професійну ефективність і підвищує ризик дезадаптації.

В умовах воєнного стану державні службовці часто змушені діяти в ситуаціях дефіциту часу та інформації, що посилює когнітивне навантаження і сприяє формуванню емоційного виснаження. О.С.Сидоренко [4] наголошує, що саме за таких умов критичного значення набуває психологічна безпека як характеристика як індивідуального, так і організаційного рівня.

Психологічна безпека розглядається як стан внутрішньої стабільності, що дозволяє особистості зберігати контроль над емоціями, відкрито взаємодіяти з колегами та приймати відповідальні рішення без страху негативних наслідків. Н.М.Мащенко [5] зазначає, що психологічно безпечне професійне середовище зменшує інтенсивність тривожних реакцій та сприяє збереженню працездатності навіть за умов тривалого стресу.

Важливим чинником формування психологічної безпеки є соціальна підтримка з боку колег і керівництва, що підтверджується результатами сучасних досліджень. Л.О.Левченко [6] підкреслює, що підтримувальне професійне середовище знижує ризик професійного вигорання та сприяє розвитку життєстійкості службовців.

Професійні виклики воєнного часу включають необхідність швидкої адаптації до змін, прийняття складних управлінських рішень та постійний контакт із травматичними подіями, що підвищує емоційне навантаження.За даними А.Шевченко [7], службовці, які мають доступ до психологічної підтримки та стабільних соціальних зв'язків, демонструють нижчий рівень тривожності та кращі показники адаптації.

Міжнародні дослідження також підтверджують, що відсутність психологічної безпеки у професійному середовищі посилює негативний вплив стрес-факторів на психічне здоров'я (Brown, Smith [8]).

Особливу роль у збереженні психічного балансу відіграють навички саморегуляції та усвідомленого контролю емоційних реакцій. М.Бойко [9] зазначає, що навчання службовців технікам стрес-менеджменту та психоедукація суттєво знижують рівень дезадаптаційних проявів.

Таким чином, професійна діяльність державних службовців у воєнний період потребує комплексного підходу, що поєднує індивідуальні психологічні ресурси та організаційні умови підтримки.

Психологічна безпека і тривожність виступають ключовими індикаторами психічного стану, які дозволяють своєчасно виявляти ризики та формувати ефективні стратегії підтримки. Аналіз основного матеріалу свідчить, що саме системна психологічна підтримка є необхідною умовою збереження професійної ефективності та психічного здоров'я державних службовців в умовах воєнного стану.

Подальший аналіз психологічних особливостей професійної діяльності державних службовців у воєнний період дозволяє виокремити низку ключових стрес-факторів, що мають системний характер. До них належать постійна загроза безпеці, висока відповідальність за прийняття управлінських рішень, інформаційне перевантаження та емоційний контакт із наслідками воєнних подій. Зазначені фактори формують умови хронічного стресу, що поступово впливає на емоційно-вольову сферу та когнітивні процеси особистості.

За результатами досліджень П.А.Ковальчука [1], тривале перебування в умовах підвищеного напруження сприяє розвитку станів емоційного виснаження та зниженню мотивації до професійної діяльності. М.В.Петренко [2] підкреслює, що саме поєднання інтенсивного навантаження та обмежених ресурсів відновлення є критичним чинником формування професійного стресу.

Важливою особливістю діяльності державних службовців у воєнний час є необхідність постійної адаптації до змінних умов, що вимагає високого рівня психологічної гнучкості. Така гнучкість передбачає здатність швидко перебудовувати стратегії поведінки, зберігаючи контроль над емоційними реакціями та професійною відповідальністю. І.О.Іваненко [3] зазначає, що за відсутності навичок саморегуляції адаптаційні можливості особистості швидко виснажуються, що підвищує рівень тривожності та ризик дезадаптації.

Психологічна безпека в цьому контексті виступає не лише індивідуальною характеристикою, а й результатом організаційної культури та управлінських рішень. О.С.Сидоренко [4] вказує, що прозорість комунікації, підтримка з боку керівництва та чітке визначення професійних ролей знижують суб'єктивне відчуття загрози.

Суттєву роль відіграє також можливість отримання своєчасної психологічної допомоги, що сприяє стабілізації психоемоційного стану службовців. Н.М.Мащенко [5] наголошує, що впровадження систем психологічного

супроводу дозволяє запобігти розвитку тривожних і депресивних станів у професійному середовищі.

Особливої уваги потребує проблема професійного вигорання, яка в умовах воєнного стану набуває прискореного характеру. Л.О.Левченко [6] розглядає вигорання як результат тривалого ігнорування психологічних потреб особистості за умов високих вимог та обмежених ресурсів відновлення. Виснаження емоційної сфери призводить до зниження емпатії, формалізації професійних дій та втрати сенсу діяльності. Водночас розвиток життєстійкості та психологічної витривалості дозволяє зменшити негативний вплив стрес-факторів.

За даними А.Шевченко [7], життєстійкі службовці краще справляються з професійними викликами та демонструють вищий рівень адаптації. Міжнародні дослідження також підтверджують, що психологічна безпека сприяє збереженню ефективності діяльності навіть у надзвичайних умовах (Brown, Smith [8]).

Важливим напрямом психологічної роботи є формування навичок емоційної саморегуляції та усвідомленого управління стресом. М.Бойко [9] підкреслює, що систематичні тренінги зі стресостійкості сприяють зниженню рівня тривожності та підвищенню професійної впевненості. Загалом, результати аналізу свідчать, що психологічні особливості професійної діяльності державних службовців у воєнний час мають комплексний характер і потребують інтегрованого підходу до підтримки.

Поєднання індивідуальних психологічних ресурсів, соціальної підтримки та організаційних умов є ключовим чинником збереження психічного здоров'я. Викладений матеріал дозволяє стверджувати, що ефективна професійна діяльність у кризових умовах неможлива без системної уваги до психологічної безпеки та рівня тривожності службовців.

Сучасні наукові дослідження значною мірою підтверджують, що психологічна безпека та рівень тривожності державних службовців є ключовими індикаторами психічного стану особистості та її професійної ефективності в умовах кризових та екстремальних ситуацій. Праці Р. Калениченка та співавторів (2021; 2024) демонструють, що соціально-психологічний супровід та цілеспрямовані програми підтримки майбутніх фахівців формують стійкість до стресових чинників і забезпечують більш високий рівень адаптивності в професійній діяльності. Зокрема, Р Калениченко, О Сковира та М Берташ (2021) у своїй роботі показують, що інтеграція психоедукаційних програм та практичних тренінгів зі стресостійкості під час навчання майбутніх спеціалістів значно підвищує рівень саморегуляції, когнітивної гнучкості та здатності до прийняття рішень у критичних ситуаціях [10].

І. Пєтухова, М. Заушнікова та І. Каськов (2023) у своїх дослідженнях звертають увагу на психологічне благополуччя особистості в умовах війни,

підкреслюючи вплив тривожності на когнітивні та емоційні процеси. Їхні дані свідчать, що високий рівень тривожності у поєднанні з низькою психологічною безпекою значно знижує ефективність адаптації державних службовців, збільшує ризик емоційного вигорання та розвитку психосоматичних порушень [11]. Дослідження цих авторів демонструє також важливість системного підходу до психологічного супроводу, який включає раннє виявлення симптомів посттравматичного стресу, психоедукаційні програми та групову підтримку.

У наступних роботах М. Заушнікової, Ю. Тонкопей та І. Пєтухової (2023) аналізується динаміка рівня тривожності здобувачів вищої освіти у прикордонних регіонах під час війни. Автори демонструють, що регулярне оцінювання психоемоційного стану та інтеграція психокорекційних заходів дозволяють знизити тривожність на 15–25 %, а також покращують когнітивні функції та здатність до професійної взаємодії [12]. Ці висновки підтверджують роль психологічного супроводу як ключового інструменту підтримки ефективності діяльності державних службовців у кризових умовах.

Р. Калениченко, Ю. Сілаєв та Є. Телебенєва (2024) підкреслюють, що психологічна підтримка професійного зростання майбутніх спеціалістів у кризових умовах повинна бути комплексною і включати: індивідуальні психотерапевтичні інтервенції, групові тренінги зі стресостійкості, дистанційні онлайн-ресурси та психоедукаційні програми. Вони зазначають, що комплексне впровадження цих заходів дозволяє підвищити рівень психологічної безпеки, знизити тривожність та сформувати стійкі навички саморегуляції, що важливо для роботи в умовах високого ризику [13].

Загалом, аналіз робіт українських психологів останніх років засвідчує, що ефективна підтримка психологічного стану державних службовців має ґрунтуватися на комплексному підході, який поєднує когнітивно-поведінкові методи, психоедукацію, групові та індивідуальні інтервенції. Ці дослідження доповнюють зарубіжні дані про психологічну безпеку та тривожність, підкреслюючи актуальність локальних наукових розвідок у контексті сучасної війни та кризових ситуацій в Україні.

Подальші наукові розвідки доцільно спрямувати на вивчення динаміки психологічного стану державних службовців у тривалій перспективі в умовах воєнного та повоєнного періодів, а також на аналіз ефективності різних форм психологічної підтримки з урахуванням професійної специфіки, рівня стресостійкості та організаційних чинників професійного середовища.

Висновки. Проведений аналіз психологічних особливостей професійної діяльності державних службовців в умовах воєнного стану засвідчив, що їхня робота супроводжується підвищеним рівнем стресу, емоційного напруження та тривожності.

Встановлено, що тривожність і психологічна безпека виступають ключовими індикаторами психічного стану службовців і безпосередньо впливають на ефективність виконання професійних обов'язків.

Доведено, що тривале перебування в умовах невизначеності та загрози сприяє розвитку емоційного виснаження і професійного вигорання за відсутності належної психологічної підтримки.

Водночас наявність психологічно безпечного професійного середовища, соціальної підтримки та навичок саморегуляції значно знижує негативний вплив стрес-факторів.

Результати дослідження підтверджують доцільність впровадження системних програм психологічного супроводу, спрямованих на підвищення життєстійкості та збереження психічного здоров'я державних службовців у воєнний та повоєнний періоди..

Література:

1. Ковальчук П.А. Психологічні аспекти професійної діяльності державних службовців у кризових умовах. – Київ: Психологічний журнал, 2021. – 256 с.

2. Петренко М.В. Стрес та адаптація: психологічні механізми мобілізації ресурсів. – Львів: Видавництво ЛНУ, 2022. – 198 с.

3. Іваненко І.О. Тривожність як показник професійної стійкості у надзвичайних ситуаціях. – Харків: Психологія сьогодні, 2020. – 142 с.

4. Сидоренко О.С. Психологічна безпека працівників державних структур: сучасні підходи та методи оцінки. – Київ: Академвидав, 2021. – 174 с.

5. Мащенко Н.М. Психологічна підтримка та превентивні програми для державних службовців. – Львів: Психологічний вісник, 2019. – 160 с.

6. Левченко Л.О. Професійне вигорання та психологічна стійкість у кризових умовах: методичні рекомендації. – Київ: Психологічна думка, 2020. – 189 с.

7. Шевченко А. Соціальна підтримка як ресурс психологічної безпеки службовців. – Вінниця: Сучасна психологія, 2023. – 142 с.

8. Brown T., Smith J. Workplace Stress and Anxiety: Impacts on Performance and Well-Being. – New York: Academic Press, 2021. – 210 p.

9. Бойко М.В. Психоедукація та тренінги зі стресостійкості у професійній діяльності. – Одеса: Психологічний альманах, 2024. – 168 с..

10. Калениченко Р.А., Сковира О.П., Берташ М.І .Соціально-психологічний супровід професійного становлення майбутніх фахівців в умовах пандемії. Вісник Національного університету оборони України. – № 2 (60). – 2021. – С. 136-142.

11. Пєтухова І. О., Заушнікова М. Ю., Каськов І. В. Психологічне благополуччя особистості в умовах війни. // Вісник Національного університету оборони України. Зб-к наук. праць. – К.: НУОУ, 2023. – Вип. 3 (73).– С. 124 – 130.

12. Заушнікова М. Ю., Тонкопей Ю.Л., Пєтухова І.О. Динаміка рівня тривожності здобувачів вищої освіти у прикордонному регіоні в умовах війни. Науковий журнал «Габітус». 2023. Вип. 45. С. 59-63. DOI https://doi.org/ 10.32782/2663-5208.2023.45.9.

13. Калениченко Р.А., Сілаєв Ю.В., Телебенєва Є.О. Психологічний супровід професійного зростання майбутніх спеціалістів в кризових умовах. Вісник Національного університету оборони України. – № 5 (81). – 2024. – С. 69-85.

References:

1. Kovalchuk, P. A. (2021). Psykholohichni aspekty profesiinoi diialnosti derzhavnykh sluzhbovtsiv u kryzovykh umovakh [Psychological aspects of professional activity of civil servants in crisis conditions]. Kyiv: Psykholohichnyi zhurnal Publishing House, 256 p. [in Ukrainian].

2. Petrenko, M. V. (2022). Stres ta adaptatsiia: psykholohichni mekhanizmy mobilizatsii resursiv [Stress and adaptation: psychological mechanisms of resource mobilization]. Lviv: Lviv National University Publishing House, 198 p. [in Ukrainian].

3. Ivanenko, I. O. (2020). Tryvozhnist yak pokaznyk profesiinoi stiikosti u nadzvychainykh sytuatsiiakh [Anxiety as an indicator of professional resilience in emergency situations]. Kharkiv: Psykholohiia sohodni, 142 p. [in Ukrainian].

4. Sydorenko, O. S. (2021). Psykholohichna bezpeka pratsivnykiv derzhavnykh struktur: suchasni pidkhody ta metody otsinky [Psychological safety of public sector employees: modern approaches and assessment methods]. Kyiv: Akademvydav, 174 p. [in Ukrainian].

5. Mashchenko, N. M. (2019). Psykholohichna pidtrymka ta preventyvni prohramy dlia derzhavnykh sluzhbovtsiv [Psychological support and preventive programs for civil servants]. Lviv: Psykholohichnyi visnyk, 160 p. [in Ukrainian].

6. Levchenko, L. O. (2020). Profesiine vyhorannia ta psykholohichna stiikist u kryzovykh umovakh: metodychni rekomendatsii [Professional burnout and psychological resilience in crisis conditions: methodological guidelines]. Kyiv: Psykholohichna dumka, 189 p. [in Ukrainian].

7. Shevchenko, A. (2023). Sotsialna pidtrymka yak resurs psykholohichnoi bezpeky sluzhbovtsiv [Social support as a resource of psychological safety of civil servants]. Vinnytsia: Suchasna psykholohiia, 142 p. [in Ukrainian].

8. Brown, T., & Smith, J. (2021). Workplace stress and anxiety: Impacts on performance and well-being. New York: Academic Press, 210 p. [in English].

9. Boiko, M. V. (2024). Psykhoedukatsiia ta treninhy zi stresostiikosti u profesiinii diialnosti [Psychoeducation and stress-resilience training in professional activity]. Odesa: Psykholohichnyi almanakh, 168 p. [in Ukrainian].

10. Kalenychenko, R. A., Skovyra, O. P., & Bertash, M. I. (2021). Sotsialno-psykholohichnyi suprovid profesiinoho stanovlennia maibutnikh fakhivtsiv v umovakh pandemii [Social and psychological support of professional development of future specialists in pandemic conditions]. Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy, 2(60), 136–142. [in Ukrainian].

11. Petukhova, I. O., Zaushnikova, M. Yu., & Kaskov, I. V. (2023). Psykholohichne blahopoluchchia osobystosti v umovakh viiny [Psychological well-being of personality in wartime conditions]. Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy, 3(73), 124–130. [in Ukrainian].

12. Zaushnikova, M. Yu., Tonkopei, Yu. L., & Petukhova, I. O. (2023). Dynamika rivnia tryvozhnosti zdobuvachiv vyshchoi osvity u prykordonnomu rehioni v umovakh viiny [Dynamics of anxiety levels of higher education students in a border region during wartime]. Naukovyi zhurnal “Habitus”, 45, 59–63. https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.45.9 [in Ukrainian].

13. Kalenychenko, R. A., Silaiev, Yu. V., & Telebeneva, Ye. O. (2024). Psykholohichnyi suprovid profesiinoho zrostannia maibutnikh spetsialistiv v kryzovykh umovakh [Psychological support of professional growth of future specialists in crisis conditions]. Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy, 5(81), 69–85. [in Ukrainian].