

СТАН ДЕПРЕСІЇ І ТРИВОГИ У ВІЙСЬКОВИХ ІЗ РІЗНОЮ СТРЕСОСТІЙКІСТЮ

©С. Н. Вадзюк, В. В. Сас

Тернопільський національний медичний університет імені І. Я. Горбачевського МОЗ України

РЕЗЮМЕ. Стійкість військовослужбовців до стресу є професійно значущою характеристикою, від якої залежить ефективність їх діяльності. Оцінка і формування стійкості до стресу належать до числа пріоритетних завдань супроводу діяльності військовослужбовців, тому дослідження стресостійкості й адаптивних здібностей є надзвичайно актуальним як у світі в цілому, так і в Україні [1]. Стресостійкість – це якість особистості, окремими аспектами якої є стійкість, врівноваженість, опірність. Вона дозволяє особистості протистояти різним труднощам, тиску несприятливих обставин, зберігати самопочуття і працездатність у різних випробуваннях [2]. Стресостійкість характеризує ступінь здатності людини впоратися із конфліктною ситуацією, зберігаючи внутрішню рівновагу, не зменшуючи успіху професійної діяльності. Високий рівень стресостійкості забезпечує виконання професійних обов'язків у нормальних, складних та екстремальних умовах, збереження працездатності та здоров'я після вирішення складної ситуації [3].

Депресія – це порушення емоційної сфери, головним проявом якого є стійке зниження та пригнічення настрою, що супроводжується спадом загального рівня активності [4].

Поведінкові прояви тривоги полягають у загальній дезорганізації діяльності, що порушує її спрямованість і продуктивність. Зазвичай підвищена тривожність буває у здорових військовослужбовців, які переживають наслідки тривалої психотравмуючої ситуації [5].

Мета роботи – оцінити стан депресії і тривоги у військових з різною стресостійкістю.

Проведено тестування 637 військовослужбовців, які повернулися із зони бойових дій у час повномасштабного вторгнення. Стресостійкість ми визначали із використанням тестової методики «Стреси і стресостійкість». Для визначення рівня депресії ми використали Опитувальники пацієнта про стан здоров'я (Patient Health Questionnaire – PHQ-2 та PHQ-9). З метою визначення рівня тривоги і депресії використано Госпітальну шкалу тривоги і депресії (HADS).

Установлена залежність депресії і тривоги у військовослужбовців від стресостійкості. Виходячи із отриманих результатів можна говорити про позитивну динаміку зменшення рівня депресії та тривоги в осіб із різною стресостійкістю, проте в осіб із доброю стресостійкістю воно відбулось швидше і якісніше, порівняно із військовими з середньою стресостійкістю. В обстежуваних із доброю стресостійкістю одразу після повернення з фронту рівень депресії за методикою PHQ-9 становив $(5,01 \pm 0,34)$ балів, через місяць – $(3,20 \pm 0,29)$ балів, а через три місяці – $(1,66 \pm 0,22)$ балів. У осіб із середньою стресостійкістю одразу після повернення з фронту рівень депресії за цією ж методикою становив $(15,70 \pm 0,56)$ балів, через місяць – $(13,45 \pm 0,54)$ балів, а через три місяці – $(11,33 \pm 0,53)$ балів. За методикою HADS, рівень депресії в обстежуваних із доброю стресостійкістю одразу після повернення з фронту становив $(3,89 \pm 0,21)$ балів, через місяць – $(2,34 \pm 0,18)$ балів, а через три місяці – $(0,94 \pm 0,13)$ балів. У осіб із середньою стресостійкістю одразу після повернення з фронту рівень депресії за цією ж методикою становив $(9,08 \pm 0,32)$ балів, через місяць – $(7,65 \pm 0,31)$ балів, а через три місяці – $(6,02 \pm 0,30)$ балів.

За методикою HADS, рівень тривоги в обстежуваних із доброю стресостійкістю одразу після повернення з фронту становив $(4,73 \pm 0,19)$ балів, через місяць – $(2,89 \pm 0,19)$ балів, а через три місяці – $(1,18 \pm 0,13)$ балів. У осіб із середньою стресостійкістю одразу після повернення з фронту рівень тривоги за цією ж методикою становив $(9,41 \pm 0,38)$ балів, через місяць – $(7,92 \pm 0,35)$ балів, а через три місяці – $(6,29 \pm 0,33)$ балів.

Вивчення цієї проблеми дозволить прогнозувати індивідуальне відновлення стану здоров'я і професійну успішність в умовах підвищених стресових чинників, окреслювати шляхи адаптації та реабілітації тривоги і депресії військовослужбовців у даних умовах.

Висновки. У військовослужбовців з доброю стресостійкістю через тиждень після повернення з місць бойових дій переважала відсутня та легка субклінічна форма депресії, а при середній стресостійкості домінувала депресія помірної та середньої тяжкості. Через 3 місяці після повернення з місць бойових дій у військовослужбовців з доброю стресостійкістю кількість осіб без депресії зросла на 57 %, а легкою депресією – зменшилася на 40 %. У військовослужбовців з середньою стресостійкістю за цей час наростав легкий (на 253 %) і помірний (на 114 %) рівень депресії, а рівень середньої тяжкості – зменшувався до близько 33 %.

За методикою HADS, у обстежуваних із доброю стресостійкістю одразу після повернення з фронту переважав нормальний рівень тривоги та депресії з незначною кількістю осіб (7 %) із субклінічно вираженою тривогою/депресією, проте через 3 місяці після повернення з місць бойових дій кількість осіб з нормальним рівнем тривоги/депресії становила 100 %; а в обстежуваних із середньою стресостійкістю через 3 місяці після повернення з місць бойових дій кількість осіб з відсутнім рівнем тривоги зросла у 3,4 раза, а депресії – у 4,3 раза, разом з тим, зменшилась кількість осіб із субклінічно вираженою тривогою – у 2,4 раза, та депресією – у 2,8 раза; клінічно вираженою тривогою – у 5,2 раза і депресією – у 7 разів.

Установлено середні негативні кореляційні зв'язки у військових із доброю і середньою стресостійкістю та тривогою і депресією.

КЛЮЧОВІ СЛОВА: тривога; депресія; військовослужбовці; стресостійкість.

Огляди літератури, **оригінальні дослідження**, погляд на проблему, випадок з практики, короткі повідомлення

Вступ. На сьогодні Україна перебуває у стані війни з російською федерацією. Військовим для успішного ведення бойових дій потрібні такі якості як психічна стійкість, стресостійкість, впевненість у своїх діях та фізична витривалість. Головною характеристикою, що визначає швидкість дій, адекватну поведінку в суперечливих та складних ситуаціях, є емоційно-вольова стійкість військового. Під час виконання бойових завдань низький рівень емоційно-вольової стійкості супроводжується суттєвим психічним та емоційним напруженням, що може призводити до прийняття помилкових рішень, неадекватної реалізації поставлених завдань, або, взагалі, відмови від їхнього виконання [6].

Професійна діяльність військовослужбовців у зоні проведення бойових дій пов'язана з психоемоційним перенавантаженням, що сприяє розвитку хронічного стресу та негативно впливає на стан здоров'я [7, 8]. Усе це в комплексі обумовлює розвиток посттравматичного стресового розладу (ПТСР).

Проблема стійкості військовослужбовців до стресу розглядалась низкою науковців [6, 9–21]. Стресостійкість – це якість особистості, окремими аспектами якої є психоемоційна стійкість, врівноваженість. Вона дозволяє особистості протистояти різного роду труднощам, несприятливому тиску обставин, зберігати працездатність у різних випробуваннях [1–3; 22–28].

Тривога – це відчуття невизначеної загрози, характер і (або) час виникнення якої не піддаються прогнозуванню, відчуттям загального побоювання і тривожного очікування, невизначеної занепокоєності, це результат виникнення або очікування якої-небудь події. Поведінкові прояви тривоги полягають у загальній дезорганізації діяльності, що порушує її спрямованість і продуктивність. Зазвичай підвищена тривожність буває у здорових військовослужбовців, які переживають наслідки тривалої психотравмуючої ситуації [5].

Дослідженням тривоги і депресії у військовослужбовців займалися ціла низка науковців: у військовослужбовців-учасників АТО виявлено високу частоту як тривожних (35,0±4,4) %, так і депресивних розладів – (24,1±3,9) % (при $p > 0,05$) [7], також є дані про поширеність тривожних і депресивних розладів у військових лікарів [29], є дослідження тривожності учасників операції об'єднаних сил, які знаходилися на сході нашої держави на другій лінії оборони протягом чотирьох місяців: встановлено переважно помірний рівень реактивної та особистісної тривожності та відсутність ознак депресії на початку виконання завдання й у період перебування в зоні проведення операції. Відмічено підвищення рівня тривожності і появу ознак депресії після повернення з зони бойових дій. Через два

тижні після повернення із зони бойових дій у більшості комбатантів збільшується рівень реактивної тривожності та з'являються ознаки легкої депресії [30]. Є дані про тривожність та депресивні стани в учасників АТО/ООС, хворих на артеріальну гіпертензію [31].

Депресія – це порушення емоційної сфери, головним проявом якого є стійке зниження та пригнічення настрою, що супроводжується спадом загального рівня активності. Своєрідність депресії полягає в тому, що її зовнішні прояви можуть нагадувати ознаки практично будь-якого захворювання.

Згідно з класифікацією МКХ-10, основними критеріями депресивного епізоду є:

- ✓ зниження настрою, очевидне з притаманною людині нормою, яке переважає майже щоденно та більшу частину дня та триває не менше 2 тижнів;

- ✓ виразне зниження інтересів чи задоволення від діяльності, зазвичай пов'язаної з позитивними емоціями;

- ✓ зниження енергії та підвищена стомлюваність.

Додатковими ознаками є:

- ✓ знижена здатність до зосередження та уваги;

- ✓ зниження самооцінки та почуття невпевненості в собі;

- ✓ ідеї винуватості та приниження (навіть при легких депресіях);

- ✓ песимістичне бачення майбутнього;

- ✓ ідеї або дії, які стосуються саморуйнування чи самогубства;

- ✓ порушений сон та порушений апетит.

З медичної точки зору припускається, що депресія має свою ендогенну основу у вигляді певних порушень механізмів нейромедіації (зокрема, серотонінової, норадреналінової та дофамінової) [4].

Ряд дослідників вивчали особливості сестринської допомоги військовослужбовцям, визначали стан депресії використовуючи шкалу госпітальної тривоги та депресії (Hospital Anxiety and Depression Scale, HADS). Виявили середній рівень депресії у військовослужбовців ((8,34±1,29) бала) та помірний ((5,64±0,94) бала) – у цивільного населення, переселеного із зони АТО [32].

Установлено тяжкий депресивний епізод за шкалами тривоги і депресії Гамільтона та клінічні прояви тривоги та депресії за госпітальною шкалою тривоги та депресії у військовослужбовців ЗСУ, які брали безпосередню участь у бойових діях в зоні АТО/ООС [33]. У переважній більшості військовослужбовців, які отримали бойові фізичні та психічні травми, діагностують депресивний

Огляди літератури, **оригінальні дослідження**, погляд на проблему, випадок з практики, короткі повідомлення стан та виражені негативні особистісні зміни за шкалами іпохондрії та істерії. Водночас у військовослужбовців, які не отримали бойових поранень, відразу після повернення із зони бойових дій після відносно нетривалого там перебування (до 1–2 місяців) депресивні тенденції практично не фіксуються [2].

Загалом, вивченням стану тривоги та депресії у військовослужбовців українські науковці займалися мало, не вивчено їх відновлення залежно від стресостійкості.

Із зарубіжних досліджень відомо про стан депресії у солдатів початкової підготовки [34, 35], у військовослужбовців [36, 37].

Нааявність значної кількості інформації про тривогу, депресію та стресостійкість у сучасних умовах не дає відповіді на цілий ряд питань, тому їх вивчення дозволить прогнозувати відновлення стану здоров'я, а відповідно, і професійну успішність в умовах підвищених стресових чинників, окреслювати шляхи реабілітації військовослужбовців у даних умовах.

Мета нашої роботи – оцінити стан депресії і тривоги у військових із різною стресостійкістю.

Нами було проведено тестування 637 військовослужбовців, які повернулися із зони бойових дій.

Стресостійкість ми визначали із використанням тестової методики «Стреси і стресостійкість» [38], згідно з якою обстежуваним пропонували відповіді на двадцять три запитання, до кожного із яких було запропоновано чотири варіанти відповіді. З них потрібно було обрати лише один варіант. За кожну відповідь варіанту «а» нараховувалось 4 бали, за відповіді «б» – по 1 балу, «в» – 2 бали і «г» – 5 балів. Якщо сума балів за пройдений тест становила від 23 до 33 балів, то це свідчило про високу стресостійкість, від 34 до 50 балів – добру, від 51 до 80 балів – середню, від 81 до 95 балів – нижче середньої і від 96 балів і вище – низьку стресостійкість.

Депресію ми вивчали з використанням опитувальників пацієнта про стан здоров'я (Patient Health Questionnaire – PHQ-2 – шкала самооцінки депресії з двох пунктів, і PHQ-9 – шкала самооцінки депресії з дев'яти пунктів) [39]. Якщо обстежуваний набрав 3 і більше балів за методикою PHQ-2, то переходили до наступного тесту – PHQ-9, інтерпретація результатів якого наступна:

- ✓ 0 – 4 бали – депресія відсутня;
- ✓ 5 – 9 балів – легка (субклінічна) депресія;
- ✓ 10 – 14 балів – помірної тяжкості депресія;
- ✓ 15 – 19 балів – середньої тяжкості депресія;
- ✓ 20 – 27 балів – тяжка депресія.

Тривогу і депресію ми оцінювали з використанням Госпітальної шкали тривоги і депресії (HADS) [39]. Шкала складається з 14 тверджень, у кожному

з яких 4 варіанти відповіді, обстежуваному слід обрати один. Бали підраховуються окремо за шкалами тривоги і депресії. Критеріями оцінки даних за HADS є:

- ✓ 0–7 балів – норма;
- ✓ 8–10 балів – субклінічно виражена тривога/депресія;
- ✓ 11 і вище – клінічно виражена тривога/депресія.

Комісія з питань біоетики та біобезпеки Тернопільського національного медичного університету імені І. Я. Горбачевського МОЗ України розглянула матеріали дослідження і встановила, що ці методики не містять підвищеного ризику для суб'єктів дослідження та виконані з урахуванням існуючих етичних норм та стандартів, протокол № 65 від 01.09.2021 р. Також усі обстежені дали інформативну згоду на участь у дослідженні та використанні отриманих даних для наукової роботи.

Статистичну обробку отриманих результатів здійснювали методами варіаційного аналізу із використанням ліцензійного програмного статистичного пакета «Analyst Soft Stat Plus 6» (№ ліцензії 11895400) та програмного забезпечення «Microsoft Excel».

На першому етапі нашої роботи з визначення стресостійкості у 637 військових, які повернулися із зони бойових дій, було встановлено добру стресостійкість у 61 % і середню – у 39 % військовослужбовців.

Аналіз рівня депресії в осіб із різною стресостійкістю за шкалою PHQ-9 (табл. 1) свідчить про її підвищення із погіршенням стресостійкості одразу після повернення з фронту: у 55 % осіб із доброю стресостійкістю була відсутня депресія, у 33 % – легка депресія, у 11 % – помірної і лише у 1 % – середньої тяжкості, а серед обстежуваних із середньою стресостійкістю у 3 % осіб була відсутня депресія, у 6 % – легка депресія, у 23 % – помірної і аж у 68 % – середньої тяжкості. Через місяць після повернення з місць бойових дій спостерігалось достовірне зниження стану депресії у військових: у 76 % осіб із доброю стресостійкістю була відсутня депресія, у 18 % – легка депресія, у 6 % – помірної і середньої тяжкості депресія не спостерігалась, а серед обстежуваних із середньою стресостійкістю у 4 % осіб була відсутня депресія, у 14 % – легка депресія, у 28 % – помірної і у 54 % – середньої тяжкості. Також вірогідно знижувався стан депресії у військових через три місяці після повернення з місць бойових дій: у 86 % осіб із доброю стресостійкістю була відсутня депресія, у 13 % – легка депресія, у 1 % – помірної і середньої тяжкості депресія не спостерігалась, а серед обстежуваних із середньою стресостійкістю у 7 % осіб була відсутня депресія, у 21 % – легка депресія, у 49 % – помірної і у 23 % – середньої тяжкості.

Таблиця 1. Динаміка депресії за шкалою PHQ-9 у військових із різною стресостійкістю

| Депресія | Стресостійкість | | | | | |
|---------------------|-----------------|-----|-----|-----------------|-----|-----|
| | добра (n=386) | | | середня (n=251) | | |
| | I | II | III | I | II | III |
| Відсутня | 212 | 294 | 333 | 7 | 10 | 18 |
| Легка (субклінічна) | 126 | 68 | 50 | 15 | 35 | 53 |
| Помірної тяжкості | 42 | 24 | 3 | 57 | 71 | 122 |
| Середньої тяжкості | 6 | 0 | 0 | 172 | 135 | 58 |

Примітки:

I – вимірювання проводилось через тиждень після повернення з місць бойових дій;

II – вимірювання проводилось через місяць після повернення з місць бойових дій;

III – вимірювання проводилось через три місяці після повернення з місць бойових дій.

За методикою HADS (табл. 2), у обстежуваних із доброю стресостійкістю одразу після повернення з фронту: у 93 % осіб спостерігалась норма депресії, у 7 % – субклінічно виражена депресія, а серед обстежуваних із середньою стресостійкістю лише у 18 % осіб спостерігалась норма депресії, у 60 % – субклінічно виражена депресія і у 22 % – клінічно виражена депресія. Через місяць після повернення з місць бойових дій спостерігалось достовірне зниження стану депресії у військових: у 99 % осіб із доброю стресостійкістю спостерігалась норма депресії і лише у 1 % – субклінічно ви-

ражена депресія, а серед обстежуваних із середньою стресостійкістю вже у 50 % осіб спостерігалась норма депресії, у 40 % – субклінічно виражена депресія і у 10 % – клінічно виражена депресія. Також вірогідно знижувався стан депресії у військових через три місяці після повернення з місць бойових дій: у всіх обстежуваних (100 %) із доброю стресостійкістю спостерігалась норма депресії, а серед обстежуваних із середньою стресостійкістю у 76 % осіб спостерігалась норма депресії, у 21 % – субклінічно виражена депресія і у 3 % – клінічно виражена депресія.

Таблиця 2. Динаміка депресії та тривоги за шкалою HADS у військових із різною стресостійкістю

| Показник | Рівень | Стресостійкість | | | | | |
|----------|----------------------|-----------------|-----|-----|-----------------|-----|-----|
| | | добра (n=386) | | | середня (n=251) | | |
| | | I | II | III | I | II | III |
| Депресія | норма | 357 | 384 | 386 | 44 | 126 | 190 |
| | субклінічно виражена | 28 | 2 | 0 | 150 | 99 | 53 |
| | клінічно виражена | 1 | 0 | 0 | 57 | 26 | 8 |
| Тривога | норма | 356 | 382 | 386 | 54 | 115 | 186 |
| | субклінічно виражена | 28 | 4 | 0 | 124 | 99 | 51 |
| | клінічно виражена | 2 | 0 | 0 | 73 | 37 | 14 |

Примітки:

I – вимірювання проводилось через тиждень після повернення з місць бойових дій;

II – вимірювання проводилось через місяць після повернення з місць бойових дій;

III – вимірювання проводилось через три місяці після повернення з місць бойових дій.

Результати дослідження рівня тривоги за методикою HADS (табл. 2) свідчать про підвищення її рівня із погіршенням стресостійкості. У обстежуваних із доброю стресостійкістю одразу після повернення з фронту: у 92 % осіб із спостерігалась норма тривоги, у 7 % – субклінічно виражена тривога та в 1 % – клінічно виражена тривога, а серед обстежуваних із середньою стресостійкістю лише у 22 % осіб спостерігалась норма тривоги, у 49 % – субклінічно виражена тривога і у 29 % – клінічно виражена тривога. Через місяць після повернення з місць бойових дій спостерігалось достовірне зниження стану тривоги у військових: у 99 % осіб із доброю стресостійкістю спостерігалась норма тривоги і

лише у 1 % – субклінічно виражена тривога, а серед обстежуваних із середньою стресостійкістю вже у 46 % осіб спостерігалась норма тривоги, у 39 % – субклінічно виражена тривога і у 15 % – клінічно виражена тривога. Також вірогідно знижувався стан тривоги у військових через три місяці після повернення з місць бойових дій: у всіх обстежуваних (100 %) із доброю стресостійкістю спостерігалась норма тривоги, а серед обстежуваних із середньою стресостійкістю у 74 % осіб спостерігалась норма тривоги, у 20 % – субклінічно виражена тривога і у 6 % – клінічно виражена тривога.

Отже, у військовослужбовців з доброю стресостійкістю через тиждень після повернення з

Огляди літератури, **оригінальні дослідження**, погляд на проблему, випадок з практики, короткі повідомлення

місць бойових дій переважала відсутня та легка субклінічна форма депресії, а при середній стресостійкості домінувала депресія помірної та середньої тяжкості. Через 3 місяці після повернення з місць бойових дій у військовослужбовців із доброю стресостійкістю кількість осіб з відсутньою депресією зросла на 57 %, а легкою депресією – зменшилася на 40 %. У військовослужбовців з середньою стресостійкістю за цей час наростав легкий (на 253 %) і помірний (на 114 %) рівень депресії, а рівень середньої тяжкості – зменшувався до близько 33 %.

За методикою HADS, у обстежуваних із доброю стресостійкістю одразу після повернення з фронту переважав нормальний рівень тривоги та депресії з незначною кількістю осіб (7 %) із субклінічно вираженою тривогою/депресією, проте, через 3 місяці після повернення з місць бойових дій кількість осіб з нормальним рівнем тривоги/депресії становила 100 %; а в обстежуваних із середньою стресостійкістю через 3 місяці після повернення з місць бойових дій кількість осіб з відсутнім рівнем тривоги зросла у 3,4 раза, а депресії – у 4,3 раза, разом з тим, зменшилась кількість осіб із субклінічно вираженою тривогою – у 2,4 раза і депресією – у 2,8 раза та клінічно вираженою тривогою – у 5,2 раза і депресією – у 7 разів менше.

Установлено кореляційні зв'язки в осіб із доброю стресостійкістю та депресією за методикою PHQ-9 ($p < 0,001$ між показниками за критерієм лінійної кореляції Пірсона): середні негативні зв'язки ($R = -0,4884$) через тиждень після повернення з фронту, через місяць ($R = -0,4585$) та через три місяці ($R = -0,4372$). В осіб із середньою стресостійкістю та депресією теж виявлено середні негативні кореляційні зв'язки ($R = -0,4989$) через тиждень після повернення з фронту, через місяць ($R = -0,4489$) та через три місяці ($R = -0,4264$).

За методикою HADS установлено кореляційні зв'язки в осіб із доброю стресостійкістю та депресією ($p < 0,001$ між показниками за критерієм лінійної кореляції Пірсона): середні негативні зв'язки ($R = -0,4112$) через тиждень після повернення з фронту, через місяць ($R = -0,3967$) та через три місяці ($R = -0,3905$). В осіб із середньою стресостійкістю та депресією теж виявлено середні негативні кореляційні зв'язки ($R = -0,4226$) через тиждень після повернення з фронту, через місяць ($R = -0,4257$) та через три місяці ($R = -0,4206$). Також установлено кореляційні зв'язки в осіб із доброю стресостійкіс-

тю та тривогою ($p < 0,001$ між показниками за критерієм лінійної кореляції Пірсона): середні негативні зв'язки ($R = -0,3578$) через тиждень після повернення з фронту, через місяць ($R = -0,3441$) та через три місяці ($R = -0,3178$). В осіб із середньою стресостійкістю та тривогою теж виявлено середні негативні кореляційні зв'язки ($R = -0,3128$) через тиждень після повернення з фронту, через місяць ($R = -0,3180$) та через три місяці ($R = -0,3187$).

Результати наших досліджень оцінки стану депресії та тривоги у військових слід враховувати при проведенні реабілітаційних заходів. Знання фізіологічних особливостей у військових дозволить регулювати навантаження і види робіт, які будуть притаманні для осіб з різним психоемоційним станом. Це дозволить запобігти негативним відчуттям та наслідкам і покращить виконання професійних обов'язків.

Висновки. 1. У військовослужбовців із доброю стресостійкістю через тиждень після повернення з місць бойових дій переважала відсутня та легка субклінічна форма депресії, а при середній стресостійкості домінувала депресія помірної та середньої тяжкості. Через 3 місяці після повернення з місць бойових дій серед військовослужбовців з доброю стресостійкістю кількість осіб з відсутньою депресією зросла на 57 %, а з легкою депресією – зменшилася на 40 %. У військовослужбовців із середньою стресостійкістю за цей час наростали легкий (на 253 %) і помірний (на 114 %) рівні депресії, а рівень середньої тяжкості – зменшувався до близько 33 %.

2. За методикою HADS у обстежуваних із доброю стресостійкістю одразу після повернення з фронту переважав нормальний рівень тривоги та депресії з незначною кількістю осіб (7 %) із субклінічно вираженою тривогою/депресією, проте через 3 місяці після повернення з місць бойових дій кількість осіб з нормальним рівнем тривоги/депресії становила 100 %; а в обстежуваних із середньою стресостійкістю через 3 місяці після повернення з місць бойових дій кількість осіб з відсутнім рівнем тривоги зросла у 3,4 раза, а депресії – у 4,3 раза, разом з тим, зменшилась кількість осіб із субклінічно вираженою тривогою – у 2,4 раза та депресією – у 2,8 раза та клінічно вираженою тривогою – у 5,2 раза і депресією – у 7 разів менше.

3. Установлені середні негативні кореляційні зв'язки у військових із доброю та середньою стресостійкістю та депресією і тривогою.

1. Бурбан Н. Особливості стресостійкості й адаптивних здібностей до стресу майбутніх військовослужбовців / Н. Бурбан, І. Гузенко // Педагогіка і психологія професійної освіти. – 2019. – № 1. – С. 105–116. DOI: 22185186.2019.1.11
2. Кокун О. М. Практикум з формування стресостійкості військовослужбовців до раптових змін бойової обстановки : методичний посібник / О. М. Кокун, Н. С. Лозінська, І. О. Пішко ; за ред. В. М. Мороза. – К. : НДЦ ГП ЗС України, 2020. – 70 с.
3. Красковський Є. М. Особливості боротьби з негативним впливом на поведінку співробітників підрозділів, що здійснюють конвоювання та охорону підсудних і засуджених, як елемент індивідуального запобігання / Є. М. Красковський, Д. С. Дробот, К. Є. Шевелєв // Вісник кримінологічної асоціації України. – 2021. – № 1(24). – С. 168–173.
4. Зубцов Д. Депресія: визначення та симптоматика / Д. Зубцов // Науковий вісник МНУ імені В. О. Сухомлинського. Психологічні науки. – 2016. – № 1 (16). – С. 77–81.
5. Динаміка психічних станів військовослужбовців сил охорони правопорядку при виконанні службово-бойових завдань під час масових заворушень [Текст] : монографія / І. І. Приходько, О. В. Тімченко, А. А. Лиман [та ін.] ; за заг. ред. проф. І. І. Приходька. – Х. : НА НГУ, 2016. – 130 с.
6. Березовська Л. І. Емоційна стійкість військовослужбовців: емпіричний ракурс / Л. І. Березовська, В. Ж. Богайчук // Вісник Національного університету оборони України. – 2022. – № 3 (67). – С. 19–25.
7. Ткачук І. М. Поширеність тривожних та депресивних розладів у військовослужбовців-учасників антитерористичної операції / І. М. Ткачук // Вісник наукових досліджень. – 2018. – № 1. – С. 64–66. DOI: 10.11603/2415-8798.2018.1.8456
8. Туриніна О. Л. Психологія травмуючих ситуацій : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл / О. Л. Туриніна. – К. : ДП "Вид. дім "Персонал", 2017. – 160 с.
9. Сергієнко Н. П. Особливості психологічної стійкості особистості під час подолання критичних ситуацій / Н. П. Сергієнко // Науково-практична конференція "Сучасна війна: гуманітарний аспект". Харківський національний університет Повітряних Сил імені Івана Кожедуба, (чер. 2017, м. Харків) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/handle/123456789/4065>
10. Терещук А. Д. Психоемоційний стан і поведінка військовослужбовців, що повернулися із зони АТО / А. Д. Терещук [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://lib.iitta.gov.ua/712659/1/%D0%A1%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F%20%D0%A2%D0%B5%D1%80%D0%B5%D1%89%D1%83%D0%BA.pdf>
11. Пустовий О. М. Дослідження емоційного стану учасників бойових дій на сході України / О. М. Пустовий // Організаційна психологія. Економічна психологія. – 2017. – № 4 (11). – С. 86–92.
12. Окаєвич А. В. Формування емоційно-вольової стійкості майбутніх офіцерів Збройних сил України як актуальна психолого-педагогічна проблема / А. В. Окаєвич // Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. – 2020. – № 71(2). – С. 173–176.
13. Юр'єва Н. В. Вплив психологічних особливостей військовослужбовців-жінок на результат виконання службово-бойової діяльності / Н. В. Юр'єва // Честь і закон. – 2019. – № 3 (70). – С. 123–130. DOI: <https://doi.org/10.33405/2078-7480/2019/3/70/190053>.
14. Рижкова Н. Психопрофілактика емоційного вигорання військовослужбовців інженерних військ Збройних сил України / Н. Рижкова // Knowledge, Education, Law, Management. – 2020. – № 7 (35), Т. 2. – С. 106–111.
15. Демидюк В. М. Психологічні чинники запобігання емоційному вигоранню військовослужбовців в умовах довготривалих збройних конфліктів / В. М. Демидюк, М. С. Пілат // Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»: науковий журнал. – 2021. – № 12. – С. 102–106.
16. Андрух І. В. Психологічні умови запобігання емоційного вигорання оперативними співробітниками Служби безпеки України : дис. на здобуття наукового ступеня канд. психол. наук : 19.00.06 ; Національна академія державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького / І. В. Андрух. – Хмельницький, 2016. – 196 с.
17. П'янківська Л. В. Психологічна профілактика синдрому «емоційного вигорання» у курсантів вищих навчальних закладів МВС України : дис. на здобуття наукового ступеня канд. психол. наук : 19.00.09 ; Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського / Л. В. П'янківська. – Київ, 2019. – 196 с.
18. Колесник О. І. Особливості емоційного вигорання у військовослужбовців-контрактників. Спеціальність 053 «Психологія», Освітня програма «Психологічна реабілітація» / О. І. Колесник. – Вінниця : Донецький національний університет імені Василя Стуса, 2021. – 134 с.
19. Соколовський В. В. Методологія формування складових емоційно-вольової культури військовослужбовців / В. В. Соколовський, С. В. Бородін, Ю. В. Самсонов // Молодий вчений. – 2018. – № 4 (56). – С. 197–200.
20. Психологічні наслідки перебування рятувальників у зоні проведення антитерористичної операції : монографія / С. Ю. Лебедева, О. О. Назаров, Я. О. Овсянікова [та ін.] / за заг. ред. Н. В. Онщенко, О. В. Тімченка. – Х. : НУЦЗУ, 2019. – 174 с.
21. Алгоритм роботи військового психолога щодо психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України (методичні рекомендації) / Міністерство оборони України, Наук.- дослід. центр гуманітар. проблем Збройних Сил України ; Н. А. Агаєв, О. Г. Скрипкін, А. Б. Дейко [та ін.] – К. : НДЦ ГП ЗС України, 2016. – 147 с.
22. Партико Т. Б. Емоційно-вольові ресурси стресостійкості у військовослужбовців / Т. Б. Партико, О. І. Скальська // Psychological journal. – 2020. – Т. 6, Вип. 4. – С. 53–59. DOI (Issue): <https://doi.org/10.31108/1.2020.6.4>.
23. Юр'єва Н. В. Мотиваційні ресурси стресостійкості військовослужбовців підрозділів Національної гвардії України з конвоювання, екстрадиції та охорони підсудних : монографія / Н. В. Юр'єва, В. І. Пасічник. – Х. : Національна академія НГУ, 2017. – 226 с.
24. Кравченко К. О. Особливості стресостійкості військовослужбовців строкової служби / К. О. Кравченко,

Огляди літератури, **оригінальні дослідження**, погляд на проблему, випадок з практики, короткі повідомлення

Р. Ю. Ковальчук // Матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції «Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи». – К. : КНУ імені Тараса Шевченка, 2019. – 242 с.

25. Блінов О. А. Організаційно-методичні рекомендації управління бойовим стресом військовослужбовців / О. А. Блінов // Інтеграційний розвиток особистості та суспільства: психологічний і соціологічний виміри : матеріали міжнарод. наук.-практ. конф. (31 травня – 1 червня 2018 р., м. Одеса). – Одеса : Національний університет «Одеська юридична академія», Фенікс, 2018. – С. 37–41.

26. Ходос О. С. Визначення ефективності коригуючих впливів дезадаптивних чинників на особистість військовослужбовця / О. С. Ходос // Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості. – 2017. – № 13. – С. 286–293.

27. Корекція стресостійкості засобами спортивних ігор у військовослужбовців із наслідками бойової травми / О. Юденко, В. Білошицький, С. Бойченко, Г. Галашевський // Військова освіта. – 2021. – № 1 (43). – С. 381–392. DOI:10.33099/2617-1783/2021-43/381-392

28. Шестопалова М. Ю. Аналіз наукових підходів дослідження природи розвитку стресостійкості військовослужбовців-зв'язківців / М. Ю. Шестопалова // Науковий вісник Херсонського державного університету. – 2017. – № 4, т. 1. – С. 113–117.

29. Поширеність тривожних та депресивних розладів у військових лікарів / Г. З. Мороз, І. В. Седченко, І. М. Ткачук, С. В. Мосур // Укр. мед. Часопис. – 2017. – № 23. – С. 1–3.

30. Боярська З. О. Динаміка тривожності учасників операції об'єднаних сил / З. О. Боярська, Р. С. Пінчук // Scientific Journal «ScienceRise:Biological Science». – 2018. – № 5 (14). – С. 22–26. DOI: 10.15587/2519-8025.2018.146930

31. Тривожність та депресивні стани в учасників АТО/ООС, хворих на артеріальну гіпертензію / М. М. Ко-

зачок, М. М. Селюк, М. І. Омеляшко [та ін.] // Сімейна медицина. – № 3 (83). – 2019. – С. 43–46.

32. Ціпкало А. І. Особливості сестринської допомоги військовослужбовцям й мирному населенню, які перебували в зоні бойових дій / А. І. Ціпкало, О. М. Копаниця, О. П. Мялюк // Вісник медичних і біологічних досліджень. – № 2. – 2019. – С. 37–42.

33. Платинюк О. Б. Діагностика, корекція та профілактика неспсихотичних психічних розладів в учасників бойових дій, які отримали поранення. Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 222 – Медицина – Харківський національний медичний університет МОЗ України / О. Б. Платинюк. – Харків, 2022.

34. Depression in Entry-Level Military Personnel / Carolyn M. Warner, Christopher H. Warner, Jill Breitbart [et al.] // MILITARY MEDICINE. – 2007. – Vol. 172 (8). – P. 795–799.

35. Depression among Armed Police Force Soldiers Serving in a Police Headquarter: A Descriptive Cross-sectional Study / Nidesh Sapkota, Atit Tiwari, Mandeep Kunwar [et al.] // J. Nepal. Med. Assoc. 2022. – Vol. 60 (249). – P. 457–460. DOI: 10.31729/jnma.7497.

36. Quality of Care for PTSD and Depression in the Military Health System / Kimberly A. Hepner, Elizabeth M. Sloss, Carol P. Roth, [et al.] – Published by the RAND Corporation, Santa Monica, Calif. © Copyright 2016 RAND Corporation. 221p.

37. Yousef Moradi, Behnaz Dowran, Mojtaba Sepandi. The global prevalence of depression, suicide ideation, and attempts in the military forces: a systematic review and Meta-analysis of cross sectional studies / Yousef Moradi, Behnaz Dowran, Mojtaba Sepandi // BMC Psychiatry. – 2021. – Vol. 21. – P. 510. DOI: 10.1186/s12888-021-03526-2.

38. <https://vseosvita.ua/library/rozvitok-stresostij-kosti-pedagogicnih-pracivnikiv-127375.html>

39. <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v1003282-14#Text>

REFERENCES

1. Burban, N., & Guzenko, I. (2019). Osoblyvosti stresostiikosti u adaptyvnykh zdibnostei do stresu maibutnikh viiskovosluzhbovtiv [Peculiarities of stress resistance and adaptive abilities to stress of future military personnel]. *Pedahohika i psykholohiia profesiinoy osvity – Pedagogy and psychology of professional education*, 1, 105-116. DOI: 22185186.1.11 [in Ukrainian].

2. Kokun, O.M., Lozinska, N.S., & Pishko, I.O. (2020). *Praktykum z formuvannia stresostiikosti viiskovosluzhbovtiv do raptovykh zmin boiovoi obstanovky: Methodychnyi posibnyk [Workshop on the formation of stress resistance of military personnel to sudden changes in the combat situation: Methodical guide]*. Kyiv: NDTs HP ZC Ukrainy [in Ukrainian].

3. Kraskovskiy, E.M., Drobot, D.S., & Shevelev, K.E. (2021). Osoblyvosti borotby z nehatyvnyim vplyvom na povedinku spivrobotnykiv pidrozdiliv, shcho zdiisniuiut konvoiuвання та okhoronu pidsudnykh i zasudzhenykh, yak element indyvidualnoho zapobihannia [Peculiarities of combating the negative impact on the behavior of employees of units that escort and guard defendants and convicts,

as an element of individual prevention]. *Visnyk Kryminolohichnoy asotsiatsii Ukrainy – Bulletin of the criminology association of Ukraine*, 1(24), 168-173 [in Ukrainian].

4. Zubtsov, D. (2016). Depresiya: vyznachennya ta symptomatyka [Depression: definition and symptoms]. *Naukovyy visnyk MNU imeni V. O. Sukhomlynskooho Psykholohichni nauky – Scientific Bulletin of Mykolaiv National University named after V. O. Sukhomlynskyi. Psychological sciences.* – 1(16), 77-81 [in Ukrainian].

5. Prykhodko, I.I., Timchenko, O.V., Lyman, A.A., Parkhomenko, O.O., Chyzhevskyy, S.O., & Ryutin, V.V. (2016). *Dynamika psykhichnykh staniv viiskovosluzhbovtiv syl okhorony pravoporyadku pry vykonanni sluzhbovo-boyovykh zavdan pid chas masovykh zavorushen [Dynamics of the mental states of military personnel of the law enforcement forces during the performance of official and combat tasks during mass riots]*: Kharkiv: NA NHU, 130 [in Ukrainian].

6. Berezovska, L.I., & Boghaichuk, V.Zh. (2022). Emotsiynna stiykist viiskovosluzhbovtiv: empirychnyy rakurs [Emotional resilience of military personnel: an empirical perspective]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony*

- Огляди літератури, **оригінальні дослідження**, погляд на проблему, випадок з практики, короткі повідомлення *Ukrayiny – Bulletin of the National Defense University of Ukraine*, 3(67), 19-25 [in Ukrainian].
7. Tkachuk, I.M. (2018). Poshyrenist tryvozhenykh ta depresyynykh rozladiv u viiskovosluzhbovtziv-uchasnykiv antyterrorystychnoi operatsii [Prevalence of anxiety and depressive disorders among servicemen participating in anti-terrorist operations]. *Visnyk naukovykh doslidzhen – Herald of scientific research*, 1, 64-66 [in Ukrainian].
 8. Turinina, O.L. (2017). *Psykhologhiia travmuiuchykh sytuatsii: navch. posib. dlia stud. vyshch. navch. zak [Psychology of traumatic situations: teaching. manual for students higher education closing]*. Kyiv: DP "Vyd. dim "Personal", 160, 39 [in Ukrainian].
 9. Sergienko, N.P. (2017). Osoblyvosti psykhologichnoi stiičnosti osobystosti pid chas podolannia krytychnykh sytuatsii. Naukovo-praktychna konferentsiia «Suchasna viina: humanitarnyi aspekt» [Peculiarities of psychological stability of the individual during overcoming critical situations. Scientific and practical conference "Modern war: humanitarian aspect"]. *Kharkivskiy natsionalnyi universytet Povitrianykh Syl imeni Ivana Kozheduba – Kharkiv National University of the Air Force named after Ivan Kozhedub*. Retrieved from: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/handle/123456789/4065> [in Ukrainian].
 10. Tereshchuk, A.D. Psykhoemotsiinyi stan i povedinka viiskovosluzhbovtziv, shcho povernulysia iz zony ATO [Psychoemotional state and behavior of servicemen who returned from the ATO zone] Retrieved from: <https://lib.iitta.gov.ua/712659/1/%D0%A1%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%8F%20%D0%A2%D0%B5D1%80%D0%B5%D1%89%D1%83%D0%BA.pdf> [in Ukrainian].
 11. Pustovy, O.M. (2017). Doslidzhennia emotsiinoho stanu uchastnykiv boiovykh dii na skhodi Ukrainy [A study of the emotional state of the participants in the hostilities in eastern Ukraine]. *Orhanizatsiyna psykhologhiya. Ekonomichna psykhologhiya – Organizational psychology. Economic psychology*, 4(11), 86-92 [in Ukrainian].
 12. Okaevich, A.V. (2020). Formuvannia emotsiino-volovoi stiičnosti maibutnykh ofitseriv Zbroinykh syl Ukrainy yak aktualna psykhologo-pedahohichna problema. [Formation of emotional and volitional stability of future officers of the Armed Forces of Ukraine as an actual psychological and pedagogical problem]. *Pedahohika formuvannia tvorchoi osobystosti u vyshchii i zahalnoosvitnii shkolakh – Pedagogy of creative personality formation in higher and secondary schools*, 71(2), 173-176 [in Ukrainian].
 13. Yuryeva, N.V. (2019). Vplyv psykhologichnykh osoblyvostei viiskovosluzhbovtziv-zhinok na rezultat vykonannia sluzhbovo-boiovoi diialnosti [The influence of psychological characteristics of female servicemen on the result of military service]. *Chest i zakon – Honor and law*, 3(70), 123-130. DOI: 10.33405/2078-7480/2019/3/70/190053 [in Ukrainian].
 14. Ryzhkova, N. (2020). Psykhoprofilaktyka emotsiinoho vyhoriannia viiskovosluzhbovtziv inzhenernykh viisk Zbroinykh syl Ukrainy [Psychoprophylaxis of emotional burnout of servicemen of engineering troops of the Armed Forces of Ukraine]. *Knowledge, Education, Law, Management*, 7(35), 2, 106-111 [in Ukrainian].
 15. Demidyuk, V.M. (2021). Psykhologichni chynnyky zapobihannia emotsiynomu vyhoranniu viiskovosluzhbovtziv v umovakh dovhotryvalykh zbroinykh konfliktiv [Psychological factors of preventing emotional burnout of servicemen in the conditions of long-term armed conflicts]. *Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu «Ostrozka akademiia». Serii «Psykhologhiia»: naukovyi zhurnal – Scientific notes of the National University "Ostroh Academy". Series "Psychology": a scientific journal*. 12, 102–106 [in Ukrainian].
 16. Andrukh, I.V. (2016). Psykhologichni umovy zapobihannia emotsiinoho vyhorannia operatyvnymy spivrobotnykamy Sluzhby bezpeky Ukrainy [Psychological conditions for the prevention of emotional burnout by operatives of the Security Service of Ukraine]. *Candidate's Thesis Natsionalna akademiia Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy imeni Bohdana Khmelnytskoho – National Academy of the State Border Service of Ukraine named after Bohdan Khmelnytskyi* [in Ukrainian].
 17. Piankivska, L.V. (2019). Psykhologichna profilaktyka syndromu «emotsiinoho vyhorannia» u kursantiv vyshchykh navchalnykh zakladiv MVS Ukrainy [Psychological prevention of the syndrome of "emotional burnout" in cadets of higher educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine: dissertation. *Candidate's Thesis. Natsionalnyi universytet oborony Ukrainy imeni Ivana Cherniakhovskoho – National University of Defense of Ukraine named after Ivan Chernyakhovskiy*. Kyiv [in Ukrainian].
 18. Kolesnyk, O.I. (2021). Osoblyvosti emotsiinoho vyhorannia u viiskovosluzhbovtziv-kontraktnykh. Spetsialnist 053 «Psykhologhiia», Osvitnia prohrama «Psykhologichna rehabilitatsiia» [Peculiarities of emotional burnout in contract servicemen. Specialty 053 "Psychology", Educational program "Psychological rehabilitation"]. *Donetskyi natsionalnyi universytet imeni Vasylia Stusa, Vinnytsia – Vasyl Stus Donetsk National University, Vinnytsia*. 134 [in Ukrainian].
 19. Sokolovsky, V.V., Borodin, S.V., & Samsonov, Yu. (2018). Metodolohiia formuvannia skladovykh emotsiino-volovoi kultury viiskovosluzhbovtziv [Methodology of formation of components of emotional and volitional culture of military personnel]. *Molodyi vchenyi – A young scientist*, 4 (56), 197-200 [in Ukrainian].
 20. Liebiedieva, S.Yu., Nazarov, O.O., Ovsiannikova, A.O., Onishchenko, N.V., & Timchenka, O.V. (2019). *Psykhologichni naslidky perebuvannia riaduvnykiv u zoni provedennia antyterrorystychnoi operatsii: monohrafiia [Psychological consequences of rescuers staying in the area of anti-terrorist operation: monograph]*. Khakkiv: NUTZU [in Ukrainian].
 21. Agaev, N.A., Skrypkina, O.G., Deyko, A.B., Polivanyuk, V.V., & Evert, O.V. (2016). *Alhorytm roboty viiskovoho psykhologa shchodo psykhologichnoho zabezpechennia profesiinoi diialnosti osobovoho skladu Zbroinykh Syl Ukrainy (metodychni rekomendatsii) [Algorithm of the work of a military psychologist regarding the psychological support of the professional activity of the personnel of the Armed Forces of Ukraine (methodological recommendations)]*. Kyiv: NDC of the State Department of the Armed Forces of Ukraine Ministry of Defense of Ukraine [in Ukrainian].
 22. Partyko, T.B., & Skalska, O.I. (2020). Emotsiino-volovi resursy stresostičnosti u viiskovosluzhbovtziv [Emotional and volitional resources of stress resistance in military personnel]. *Psykhologichnyi zhurnal – Psychological journal*, 53-59. DOI: 10.31108/1.2020.6.4 [in Ukrainian].
 23. Yuryeva, N.V., & Pasichnyk, V.I. (2017). Motyvatsiini resursy stresostičnosti viiskovosluzhbovtziv pidrozdiliv Natsionalnoi hvardii Ukrainy z konvoivannia, ekstradytsii ta

- Огляди літератури, **оригінальні дослідження**, погляд на проблему, випадок з практики, короткі повідомлення
- okhorony pidsudnykh: monohrafiia [Motivational resources of stress resistance of servicemen of the units of the National Guard of Ukraine for conveying, extradition and protection of defendants: monograph]. *Kh.: Natsionalna akademiia NHU – Kh.: NSU National Academy*, 226, 101 [in Ukrainian].
24. Kravchenko, K.O., & Kovalchuk, R.Yu. (2019). Osoblyvosti stresostiikosti viiskovosluzhbovtiv strokovoi sluzhby. Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii «Viiskova psykholohiia u vymirakh viiny i myru: problemy, dosvid, perspektyvy» [Peculiarities of stress resistance of conscript soldiers: materials of the 4th International Scientific and Practical Conference "Military Psychology in the Dimensions of War and Peace: Problems, Experience, Prospects"]. *Kyiv: KNU imeni Tarasa Shevchenka – Kyiv: KNU named after Taras Shevchenko*, 242, 111-113 [in Ukrainian].
25. Blinov, O.A. (2018). Orhanizatsiino-metodychni rekomendatsii upravlinnia boiovym stresom viiskovosluzhbovtiv. Intehratsiinyi rozvytok osobystosti ta suspilstva: psykholohichni i sotsiologichni vymiry [Organizational and methodological recommendations for combat stress management of servicemen. Integrative development of personality and society: psychological and sociological dimensions]. *Odesa : Natsionalnyi universytet «Odeska yurydychna akademiia» Odesa: – National University "Odesa Law Academy"*, 37-41 [in Ukrainian].
26. Khodos, O.S. (2017). *Vyznachennia efektyvnosti koryhuiuchykh vplyviv dezadaptivnykh chynnykiv na osobystist viiskovosluzhbovtiv [Determining the effectiveness of the corrective effects of maladaptive factors on the personality of a serviceman]*. Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy. Aktualni problemy psykholohii. Psykholohiia obdarovanosti – Collection of scientific works of the Institute of Psychology named after H.S. Kostyuk of the National Academy of Sciences of Ukraine. Actual problems of psychology. Psychology of giftedness, 13, 286-293 [in Ukrainian].
27. Yudenko, O., Biloshitskyi, V., Boychenko, S., & Galashevskyi, G. (2021). Korektsiia stresostiikosti zasobamy sportyvnykh ihor u viiskovosluzhbovtiv iz naslidkamy boiovoi travmy [Correction of stress resistance by means of sports games in servicemen with the consequences of combat trauma]. *Viiskova osvita – Military education*, 1(43), 381-392 DOI: 10.33099/2617-1783/2021-43/381-392 [in Ukrainian].
28. Shestopalova, M.Yu. (2017). Analiz naukovykh pidkhodiv doslidzhennia pryrody rozvytku stresostiikosti viiskovosluzhbovtiv-zviazkivtsiv [Analysis of scientific approaches to the study of the nature of the development of stress resistance of signalmen]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu – Scientific Bulletin of Kherson State University*, 4, 113-117 [in Ukrainian].
29. Moroz, H.Z., Cedchenko, I.V., Tkachuk, I.M., & Mosur, S.V. (2017). Poshyrenist tryvozhnykh ta depresyvykh rozladiv u viyskovykh likariv [Prevalence of anxiety and depressive disorders among military doctors]. *Ukr. med. Chasopys – Ukrainian Med Magazine*, 1-3 [in Ukrainian].
30. Boyarska, Z.O., & Pinchuk, R.S. (2018). Dynamika tryvozhnosti uchasnykiv operatsiyi obyednanykh syl [The dynamics of anxiety among the participants of the joint forces operation]. *Scientific Journal «ScienceRise:Biological Science»*, 5(14), 22-26 [in Ukrainian]. DOI: 10.15587/2519-8025.2018.146930
31. Kozachok, M.M., Selyuk, M.M., Omelyashko, M.I., Savchuk, I.M., & Selyuk O.V. (2019). Tryvozhnist ta depresyvni stany v uchasnykiv ATO/OOS, khvorykh na arterialnu hipertenziiu [Anxiety and depressive states in participants of ATO/OOS, patients with arterial hypertension]. *Simeyna medytsyna – Family medicine*, 3(83), 43-46 [in Ukrainian].
32. Tsipkalo, A.I., Kopanytsya, O.M., & Myalyuk, O.P. (2019). Osoblyvosti sestrynskoyi dopomohy viiskovosluzhbovtiv u myrnomu naselennny, yaki perebuvaly v zoni boyovykh diy [Peculiarities of nursing care for servicemen and civilians who were in the combat zone]. *Visnyk medychnykh i biologichnykh doslidzhen – Herald of medical and biological research*, 2, 37-42 [in Ukrainian].
33. Platynyuk, O.B. (2022). Diahnostyka, korektsiia ta profilaktyka nepsykhotychnykh psykhychnykh rozladiv v uchasnykiv boyovykh diy, yaki otrymaly poranennya. Dysertatsiia na zdobuttia naukovoho stupenya doktora filozofiyi za spetsialnistyu 222 Medytsyna [Diagnosis, correction and prevention of non-psychotic mental disorders in combatants who were injured. Dissertation for the Doctor of Philosophy degree in specialty 222 Medicine]. *Kharkivskyy natsionalnyy medychnyy universytet MOZ Ukrayiny – Kharkiv National Medical University of the Ministry of Health of Ukraine*. [in Ukrainian].
34. Warner, C.M., Warner, C.H., Breitbart, J., Rachal, M.J., Matuszak, T., & Grieger, T.A. (2007). Depression in Entry-Level Military Personnel. *Military medicine*, 172, 795-799.
35. Sapkota, N., Tiwari, A., Kunwar, M., Manandhar, N., Khatri, B. (2022). Depression among Armed Police Force Soldiers Serving in a Police Headquarter: A Descriptive Cross-sectional Study. *J. Nepal. Med. Assoc.*, 60(249), 457-60. DOI: 10.31729/jnma.7497.
36. Hepner, K.A., Sloss, E.M., Roth, C.P., Krull, H., Paddock, S.M., Moen, Sh., Timmer, M.J., & Pincus, H.A. (2016). Quality of Care for PTSD and Depression in the Military Health System. *Published by the RAND Corporation, Santa Monica, Calif. © Copyright RAND Corporation*, 221.
37. Moradi, Y., Dowran, B., & Sepandi, M. (2021). The global prevalence of depression, suicide ideation, and attempts in the military forces: a systematic review and Meta-analysis of cross sectional studies. *BMC Psychiatry*, 21,510. DOI: 10.1186/s12888-021-03526-2.
38. <https://vseosvita.ua/library/rozvitok-stresostijkosti-pedagogicnih-pracivnikiv-127375.html>
39. http://ni.biz.ua/11/11_12/11_126856_test-oprosnik-av-zverkova-i-ev-eydmana.html

STATE OF DEPRESSION AND ANXIETY IN THE MILITARY WITH DIFFERENT STRESS RESISTANCE

©S. N. Vadzyuk, V. V. Sas

I. Horbachevsky Ternopil National Medical University

SUMMARY. The resistance of military personnel to stress is a professionally significant characteristic on which the effectiveness of their activities depends. Assessment and formation of stress resistance are among the priority tasks of supporting the activities of military personnel, therefore the study of stress resistance and adaptive abilities is extremely relevant both in the world as a whole and in Ukraine [1]. Stress resistance is a personality quality, the individual aspects of which are stability, balance, resistance. It allows the individual to withstand various difficulties, adverse pressure of circumstances, to maintain well-being and work capacity in various trials [2]. Stress resistance characterizes the degree of a person's ability to cope with a conflict situation, maintaining internal balance, without reducing the success of professional activity. A high level of stress resistance ensures the performance of professional duties in normal, difficult and extreme conditions, preservation of work capacity and health after resolving a difficult situation [3].

Depression is a disturbance of the emotional sphere, the main manifestation of which is a persistent decrease and suppression of mood, accompanied by a decline in the general level of activity [4].

Behavioral manifestations of anxiety consist in the general disorganization of activity, which disrupts its orientation and productivity. Usually, increased anxiety occurs in healthy military personnel who experience the consequences of a long-term psychotraumatic situation [5].

The aim – to assess the state of depression and anxiety in military personnel with different stress resistance.

637 servicemen who returned from the combat zone during the full-scale invasion were tested. We determined stress resistance using the test method "Stresses and stress resistance". To determine the level of depression, we used the Patient Health Questionnaire - PHQ-2 and PHQ-9. In order to determine the level of anxiety and depression, the Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS) was used.

The dependence of depression and anxiety on stress resistance in military personnel was established. Based on the obtained results, we can talk about the positive dynamics of reducing the level of depression and anxiety in people with different stress resistance, but in people with good stress resistance, its recovery was faster and better, compared to military personnel with average stress resistance. In subjects with good stress resistance, immediately after returning from the front, the level of depression according to the PHQ-9 method was (5.01±0.34) points, after a month – (3.20±0.29) points, and after three months – (1.66±0.22) points. In persons with average stress resistance, immediately after returning from the front, the level of depression according to the same method was (15.70±0.56) points, after a month – (13.45±0.54) points, and after three months – (11.33±0.53) points. According to the HADS method, the level of depression in subjects with good stress resistance immediately after returning from the front was (3.89±0.21) points, after a month – (2.34±0.18) points, and after three months – (0.94±0.13) points. In persons with average stress resistance, immediately after returning from the front, the level of depression according to the same method was (9.08±0.32) points, after a month – (7.65±0.31) points, and after three months – (6.02±0.30) points.

According to the HADS method, the level of anxiety in subjects with good stress resistance immediately after returning from the front was (4.73±0.19) points, after a month – (2.89±0.19) points, and after three months – (1.18±0.13) points. In persons with average stress resistance, immediately after returning from the front, the level of anxiety according to the same method was (9.41±0.38) points, after a month – (7.92±0.35) points, and after three months – (6.29±0.33) points.

The study of this problem will make it possible to predict the individual recovery of health and professional success in conditions of increased stress factors, to outline the ways of adaptation and rehabilitation of anxiety and depression of military personnel in these conditions.

Conclusions. In servicemen with good stress resistance, absent and mild subclinical depression predominated a week after returning from combat, and with average stress resistance, depression of moderate and moderate severity prevailed. 3 months after returning from combat, among servicemen with good stress resistance, the number of people with no depression increased by 57 %, and the number of people with mild depression decreased by 40 %. During this time, the level of mild (by 253 %) and moderate (by 114 %) depression increased among servicemen with average stress resistance, and the level of moderate severity decreased to about 33 %.

In servicemen with good stress resistance, absent and mild subclinical depression predominated a week after returning from combat, and with average stress resistance, depression of moderate and moderate severity prevailed. 3 months after returning from combat, among servicemen with good stress resistance, the number of people with no depression increased by 57 %, and the number of people with mild depression decreased by 40 %. During this time, the level of mild (by 253 %) and moderate (by 114 %) depression increased among servicemen with average stress resistance, and the level of moderate severity decreased to about 33 %.

KEY WORDS: anxiety; depression; military; stress resistance.

Отримано 10.06.2023

Електронна адреса для листування: vadzyuk@tdmu.edu.ua