

УДК 159.923.2(=161.2):355.01

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2025.25.3>

ПСИХОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ТРИВАЛОГО ВІЙСЬКОВОГО КОНФЛІКТУ

Ірина Дашко

*Запорізький національний університет,
вул. Університетська, 66, м. Запоріжжя, Україна, 69011
<https://orcid.org/0000-0001-5784-4237>
e-mail: irina.kfznu@gmail.com*

Любомир Михайліченко

*Запорізький національний університет, м. Запоріжжя, Україна
вул. Університетська, 66, м. Запоріжжя, Україна, 69011
<https://orcid.org/0000-0003-3545-0805>
e-mail: lubomirmuhayluchenko@gmail.com*

Ася Бузід

*Інститут психології імені Г. С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України,
вул. Панківська, 2, м. Київ, Україна, 01033
<https://orcid.org/0009-0008-2490-3956>
e-mail: lubomirmuhayluchenko@gmail.com*

У статті розкрито стан психологічної стійкості населення України в умовах тривалого військового конфлікту. На основі аналізу національних та міжнародних досліджень, зокрема даних SCORE та Всесвітньої організації охорони здоров'я, обґрунтовано зростання рівнів тривожності, депресії, ПТСР та хронічного стресу серед українців. Наведено динаміку змін психоемоційного стану населення за 2021 р. та 2023–2024 рр. за основними показниками, такими як рівень стресу, симптоматика тривожності, депресії та агресії. Встановлено, що кількість людей, які не відчувають негативних психоемоційних станів, поступово зменшується, тоді як симптоми тривоги, пригнічення й емоційного виснаження набувають масового характеру. Досліджено, що попри зростання психоемоційного навантаження, більшість громадян зберігають здатність до адаптації, емоційного контролю та співжиття в умовах постійної загрози. Зазначено, що хоча психологічна стійкість українського суспільства зазнає значного тиску, вона залишається життєздатною завдяки соціальній підтримці, внутрішнім ресурсам особистості та адаптивній поведінці, що відкриває перспективи для ефективного психологічного реагування в умовах війни. Встановлено, що найвразливішими до психоемоційних розладів є внутрішньо переміщені особи, діти, літні люди та військові. Зафіксовано тенденцію до хронізації стресових станів, що проявляється у зростанні випадків тривожних і депресивних розладів серед широких верств населення. Додатково проаналізовано механізми, які забезпечують підтримку психологічної стійкості – як індивідуальні, так і соціальні. Побудовано авторську блок-схему психологічної стійкості українців, де представлено взаємозв'язки між психологічними викликами, внутрішніми ресурсами особистості, зовнішньою підтримкою, адаптивною поведінкою та результатами прояву стійкості. Блок-схема демонструє, як емоційна саморегуляція, віра в себе, соціальна

підтримка та активна включеність у діяльність сприяють формуванню життєстійкості в умовах війни, що дозволяє розглядати психологічну стійкість як динамічну систему, здатну до розвитку навіть у критичних умовах. Результати дослідження підкреслюють необхідність впровадження довгострокових програм психологічної реабілітації та профілактики емоційного вигорання.

Ключові слова: населення, суспільство, війна, психологічна стійкість, психічне здоров'я, стрес, тривожність, депресія, депресивний розлад, ПТСР, агресія, психоемоційний стан.

Постановка проблеми. Психологічна стійкість українського населення в умовах затяжного військового конфлікту є одним із ключових факторів збереження загального психічного добробуту нації. Тривала війна в Україні чинить глибокий вплив не лише через безпосередню загрозу життю та фізичну небезпеку, а й через численні соціальні, економічні та побутові виклики, з якими щодня стикаються громадяни. Дані сучасних досліджень свідчать, що здатність до психологічної адаптації та саморегуляції, а також системна психологічна підтримка є вирішальними чинниками подолання наслідків хронічного стресу, травматичних переживань і психоемоційного виснаження. Зокрема, фіксується зростання випадків тривожних розладів, депресії, порушень сну та ослаблення міжособистісних зв'язків, що ускладнює процес соціальної адаптації та інтеграції в нові умови. Саме тому, особливо актуальним є питання формування та підтримки психологічної стійкості українців як на рівні окремих індивідів, так і всього суспільства загалом.

Дослідження психологічного стану населення в умовах війни були здійснені наступними науковцями та дослідниками, такими як: Блекас А., Стіл М. М., Джонс Р. Дж. [1], Стіл М. М., Вайне С. М., Патель Р. В. [2], Молліка Р. Ф., Стіл М. М., Патель Р. В. [3], Тапа С. Б., Стіл М. М., Джонс Р. Дж. [4], Джонс Л., Патель Н., Стіл Б. [5], Марценковський Д., Шевлін М., Бен-Езра М., Бонджерс К., Фокс Р., Караціас Т., Марценковська І., Марценковський І., Пфайффер Е., Заксер С., Вальєр Ф., Хайленд Ф. [6] та інші.

Мета статті. Провести дослідження психологічної стійкості українців в умовах тривалого військового конфлікту та виявити основні чинники, що впливають на психоемоційний стан населення.

Виклад основного матеріалу дослідження. Збройна агресія, яка розпочалась у 2014 р., посилилася з 2022 р. та триває досі і у 2025 р. продовжуючи чинити глибокий і тривалий вплив на психологічну стійкість українців. Постійна загроза життю, втрата близьких, зруйновані домівки та масове внутрішнє і зовнішнє переміщення мільйонів осіб створюють умови хронічного психологічного напруження як серед військових так і серед цивільного населення.

За даними ООН та інших міжнародних інституцій, значна частина населення України переживає симптоми хронічного стресу, посттравматичного стресового розладу (ПТСР), депресії, тривожних станів та інших психоемоційних порушень, а особливу вразливість демонструють діти, підлітки та літні люди, які через бойові дії зазнають серйозних емоційних травм.

Досліджено, що особи, які проживають у зоні бойових дій, особливо потерпають від психологічного навантаження, адже згідно з результатами новітніх досліджень, тривалий вплив стресових факторів сприяє розвитку тривожних розладів, депресії та ПТСР [1]. Втрати близьких, насильство, зруйноване житло спричиняють відчуття безперервної небезпеки, що поглиблює психоемоційне виснаження, а люди, які безпосередньо зіткнулися з війною, мають підвищений ризик розвитку тривалих психологічних розладів [2].

У низці міжнародних досліджень [3–6] наголошується на важливості системної психологічної допомоги як на індивідуальному, так і на груповому рівні з метою зміцнення психологічної стійкості. Дослідники акцентують увагу на ролі захисних психологічних механізмів, таких як витіснення, заперечення, проєкція, раціоналізація, регресія, сублімація та ідентифікація, як на способах адаптації або дезадаптації до екстремального стресу.

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, понад 9,6 мільйонів українців мають психоемоційні порушення, які пов'язані з війною. У вересні 2023 р. українські лікарі провели національне опитування щодо стану психічного здоров'я серед дорослого населення. Згідно з даними, зібраними від 2050 респондентів, 36,3 % повідомили про наявність принаймні одного психічного розладу. Найчастіше це були генералізований тривожний розлад (15,2 %) та депресія, а основними факторами ризику були фінансові труднощі та травматичний досвід у дитинстві [7–8].

Проаналізуємо психологічну стійкість українців в умовах війни за наступними показниками зображеними на рис. 1.

На рис. 1 зображено перелік показників, які використовуються для оцінки психологічної стійкості українців в умовах тривалої війни. Ці показники оформлені у вигляді кольорових блоків, розташованих вертикально, і включають:

- стійкість до стресу (помаранчевий блок) – один із ключових позитивних показників, що свідчить про здатність людини зберігати психічну рівновагу в складних умовах;
- симптоматика тривожності (темно-помаранчевий блок) – вказує на рівень проявів тривожних станів, які є реакцією на стресові події;
- симптоматика депресії (коричневий блок) – характеризує наявність і вираженість депресивних симптомів;
- рівень агресії (сірий блок) – відображає схильність до агресивної поведінки як можливої реакції на хронічний стрес або психологічне виснаження.

На рис. 2 наведено відповіді українців щодо їхньої стійкості до стресу в контексті аналізу даних Індексу соціальної згуртованості, стійкості та примирення (SCORE) [9].

Аналізуючи дані рис. 2, слід відзначити, що у період 2021 р. та з 2023 по 2024 рр. в Україні спостерігається помітне зростання рівня стресу серед населення. Якщо у 2021 р. 16 % респондентів повідомляли, що зовсім не відчувають стресу, то вже у 2023 та 2024 рр. цей показник знизився до 2 %, що свідчить про різке скорочення частки людей, які не зазнають психоемоційного напруження.



Рис. 1. Перелік показників для оцінки психологічної стійкості українців в умовах триваючої війни

Джерело: розроблено авторами

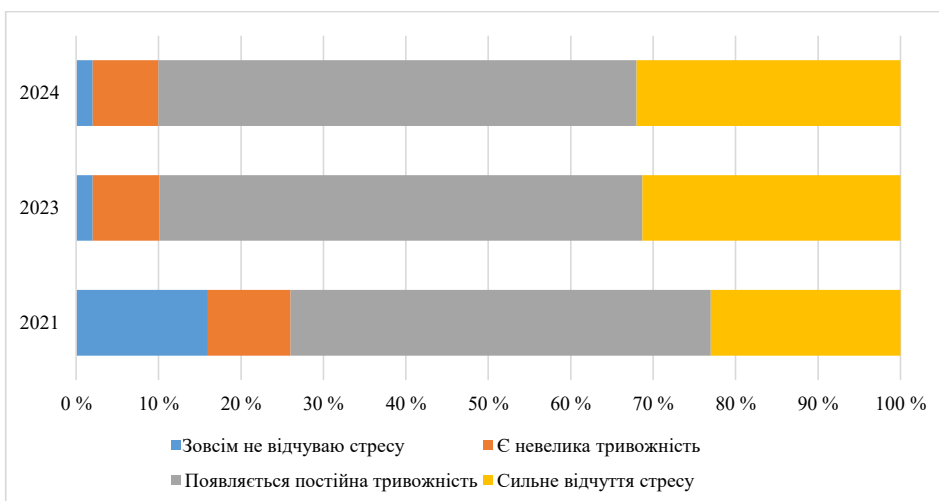


Рис. 2. Динаміка рівня стресу українців за 2021 р. та 2023–2024 рр., %

Джерело: розроблено авторами за даними [9]

Також помітно зросла частка осіб, які переживають постійну тривожність, адже у 2021 р. таких було 51 %, тоді як у 2023 та 2024 рр. цей показник зріс до 58 %. Ще більш тривожною є динаміка у групі, що відчуває сильний стрес, якщо у 2021 р. про нього повідомляли 23 % респондентів, то у 2023 р. 31 %, а у 2024 р. вже 32%.

Загалом, дані рис. 2 свідчать про зростання психоемоційного напруження в українському суспільстві на тлі тривалого військового конфлікту, що суттєво впливає на рівень психологічної стійкості населення.

На рис. 3 наведено динаміку тривожності українців.

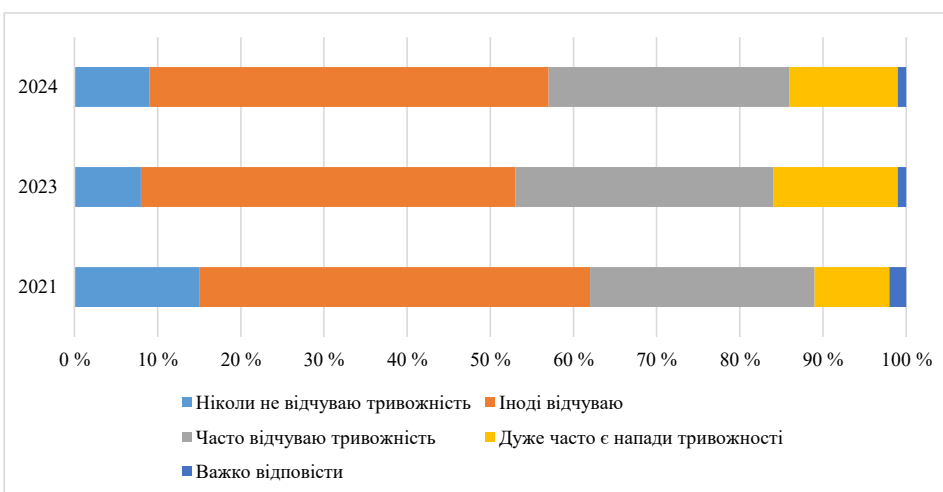


Рис. 3. Динаміка симптомів тривожності в українців за 2021 р. та 2023–2024 рр., %

Джерело: розроблено авторами за даними [9]

Аналіз даних рис. 3 показує посилення симптомів тривожності серед населення, що відображає загальне зростання психоемоційного навантаження в умовах тривалого військового конфлікту. Частка респондентів, які ніколи не відчувають тривожності, зменшилась – з 15% у 2021 р. до 8% у 2023 р., а у 2024 р. зросла незначно до 9%, що свідчить про те, що кількість осіб із повною емоційною стабільністю зменшилася майже вдвічі.

Одночасно незначно коливається частка тих, хто іноді відчуває тривожність, з 47% у 2021 р. до 45% у 2023 р. і 48% у 2024 р., але водночас збільшилась кількість респондентів, які часто відчувають тривожність – з 27% у 2021 р. до 31% у 2023-му, а у 2024 р. цей показник дещо знизився до 29%, що може свідчити про часткову адаптацію або коливання психоемоційного стану. Найбільше занепокоєння викликає зростання частки тих, хто дуже часто переживає напади тривожності, адже у 2021 р. таких було 9%, у 2023 р. – 15%, а у 2024 р. – 13%, що вказує на значне загострення тривожних розладів у частини населення.

Отже, слід відзначити, що в період війни спостерігається погіршення психоемоційного стану українців, що проявляється у зростанні частоти тривожних симптомів, зокрема у вигляді регулярних або дуже частих нападів тривоги.

На рис. 4 наведено візуалізацію динаміки симптомів депресії українців.

Аналізуючи дані рис. 4, видно, що частка респондентів, які ніколи не відчувають депресивного стану, зазнала значного скорочення – з 28% у 2021 р. до 14% у 2023 р., і майже не змінилася у 2024 р., становлячи 15%, що вдвічі менше, ніж у довоєнному періоді – це свідчить про серйозне зменшення психічної стабільності серед населення. Одночасно зросла частка тих, хто іноді відчуває пригнічення: з 51% у 2021 р. до 57% у 2023 р., що говорить про те, що легкі форми депресивного стану стали звичним досвідом для більшості опитаних.

Значно збільшилась частка осіб, які мають часті депресивні напади: з 15% у 2021 р. до 19% у 2023 р. та 20% у 2024 р., що власне свідчить про зростання глибших проявів депресивних розладів серед населення.

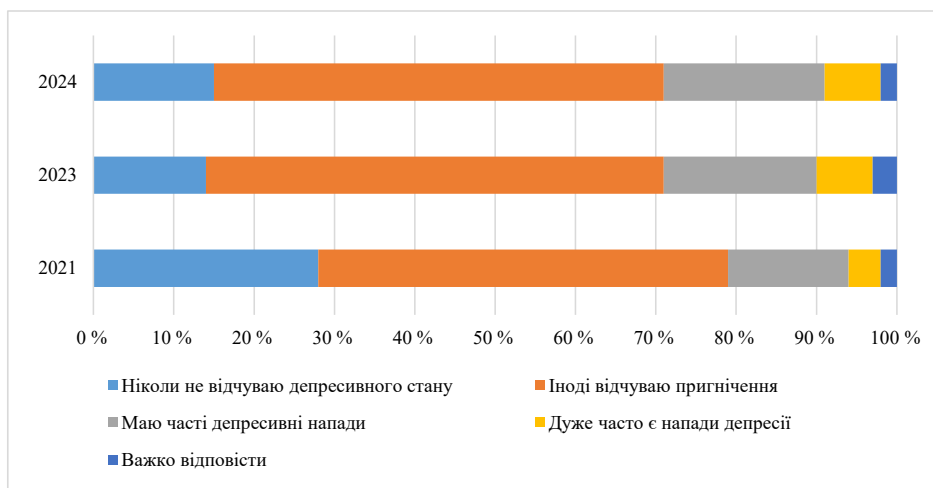


Рис. 4. Динаміка симптомів депресії в українців за 2021 р. та 2023–2024 рр., %

Джерело: розроблено авторами за даними [9]

Особливо тривожно виглядає показник тих, у кого дуже часто виникають напади депресії, адже у 2021 р. таких було лише 4%, але вже у 2023 та 2024 рр. – 7%, що майже вдвічі більше та свідчить про загострення емоційної нестабільності й збільшення кількості випадків тяжких психічних станів.

Отже, за останні роки кількість українців, які не відчувають симптомів депресії, значно зменшилася, тоді як прояви пригнічення та депресивних нападів помітно зросли, що є свідченням суттєвого зниження рівня психологічної стійкості населення в умовах затяжної війни.

Зробимо візуалізацію даних щодо динаміки частки українців із агресії (рис. 5).

Аналізуючи рис. 5, слід відзначити, що динаміка проявів агресії серед українців залишається відносно стабільною, але простежуються деякі тривожні зміни. Частка тих, хто ніколи не відчуває агресії, незначно зменшилася: з 83% у 2021 р. до 79% у 2023 р. та зберіглася на цьому рівні у 2024 р. та хоча показник залишається досить високим, зниження свідчить про поступове зростання емоційної напруги.

Збільшилася частка респондентів, які іноді відчувають агресію: з 13% у 2021 р. до 14% у 2023 р., а у 2024 р. сягнула 16%, що може вказувати на зростання прихованої напруженості або фрустрації у повсякденному житті. Кількість осіб, які часто мають напади агресії, коливалась у межах 3–4%, не показуючи суттєвого зростання. Проте частка тих, у кого дуже часто спостерігаються напади агресії, зросла з 1% у 2021 р. до 3% у 2023 р. і становила 2% у 2024 р. Хоча ці показники невисокі, саме їхнє зростання є важливим сигналом про емоційне виснаження окремих груп населення.

Отже, загалом можна говорити про відносну емоційну стриманість більшості українців, попри тривалі кризові умови. Водночас на тлі війни фіксується поступове зростання рівня прихованої агресії та збільшення кількості людей, які все частіше відчувають сильне роздратування або напади агресії, що власне може свідчити про зниження емоційного ресурсу і потребу в підтримці механізмів саморегуляції та психологічної стабільності.

На основі аналізу динаміки рівня стресу, тривожності, депресивних проявів та агресивних станів у населенні України у період з 2021 по 2024 рр., можна зробити комплексні висновки про психологічну стійкість українців в умовах тривалого військового конфлікту.

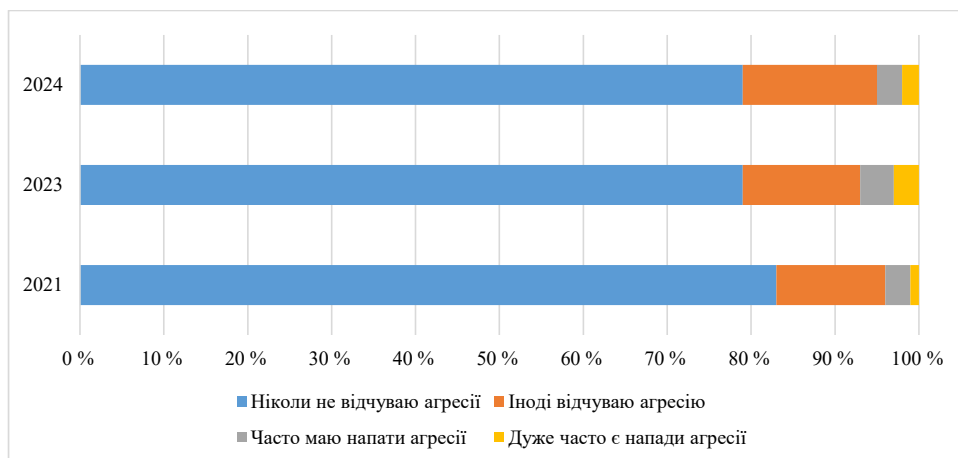


Рис. 5. Динаміка симптомів агресії в українців за 2021 р. та 2023–2024 рр., %

Джерело: розроблено авторами за даними [9]

Психологічна стійкість, як здатність зберігати внутрішню рівновагу, адаптуватися до стресових ситуацій та долати психоемоційні виклики, в умовах повномасштабної війни проходить жорстке випробування. Дані свідчать, що з кожним роком все більше українців виявляють ознаки емоційного виснаження, що проявляється у зростанні рівнів тривожності, депресії та стресу.

Особливо помітна негативна динаміка спостерігається у сфері переживання стресу, адже якщо раніше значна частина населення не відчувала стресу, то з початком повномасштабної війни таких людей майже не залишилося. Натомість постійна тривожність та сильне емоційне напруження стали звичним станом для більшості громадян, демонструє про перехід гострих стресових реакцій у хронічну форму через тривале перебування в умовах небезпеки, втрат, життєвої нестабільності та соціальних змін.

Подібна тенденція спостерігається і щодо тривожності, адже з початком війни зменшилась кількість людей, які не відчують тривоги, натомість зросла кількість тих, хто регулярно або дуже часто стикається з нападами тривожності, що вказує на поширення тривожних розладів і зниження загальної емоційної рівноваги серед населення. Депресивні стани також демонструють тенденцію до посилення, адже раніше більше українців повідомляли, що не відчують пригнічення чи депресії, однак з часом їх стало значно менше. Зросла частка тих, хто має часті або дуже часті депресивні напади, що свідчить про глибше емоційне виснаження та втрату внутрішніх ресурсів для подолання труднощів [10].

На цьому тлі важливо підкреслити, що більшість українців не демонструють агресивної поведінки, хоча дещо збільшилася кількість тих, хто періодично відчуває роздратування або має напади агресії, що свідчить про високу здатність до самоконтролю та намагання зберігати соціальну стабільність навіть у найскладніших обставинах.

На рис. 6 зображена розроблена авторами блок-схему психологічної стійкості українців, де виділено п'ять основних блоків:

- 1) психологічні виклики (червоний) – хронічний стрес, тривожність, депресія, втрата, ізоляція;
- 2) внутрішні ресурси особистості (синій) – емоційна саморегуляція, віра в себе, психологічна гнучкість;
- 3) зовнішнє середовище/підтримка (зелений) – соціальна підтримка, психологічна допомога, волонтерська допомога;
- 4) адаптивна поведінка в умовах (жовтий) – прийняття реальності, адаптація до змін, активна діяльність;
- 5) результати прояву стійкості (світло-зелений) – здатність діяти під загрозою, збереження рівноваги, особистісне зростання.

Рис. 6 демонструє, як внутрішні ресурси та зовнішня підтримка допомагають подолати виклики і забезпечити психологічну стійкість.

Загалом, психологічна стійкість українців перебуває під значним тиском, однак не зруйнована. Попри зростання психоемоційного навантаження, більшість громадян зберігають здатність до адаптації, емоційного контролю та співжиття в умовах постійної загрози. Водночас вразливість окремих груп, а саме: дітей, військових та внутрішньо переміщених осіб зумовлює потребу в системній психологічній підтримці, впровадженні реабілітаційних програм та розвитку стратегій підвищення колективної психологічної стійкості суспільства.

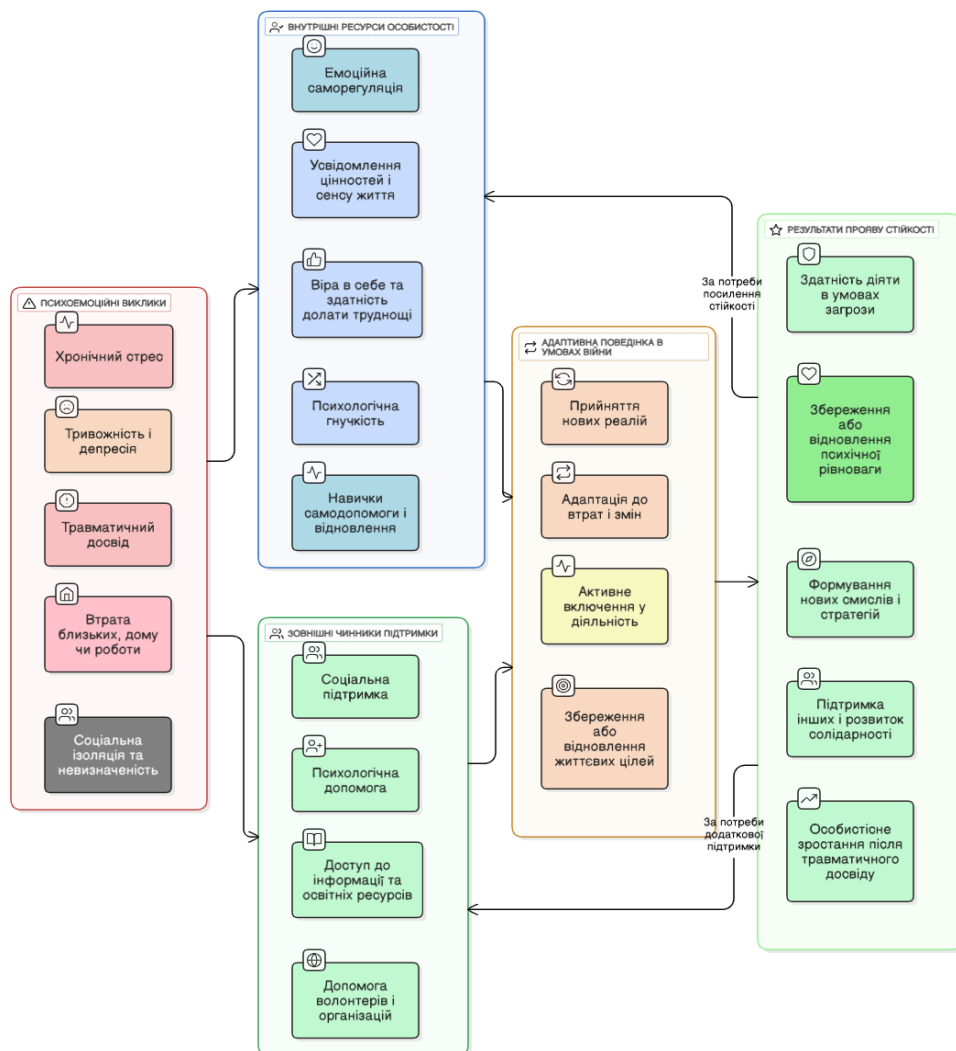


Рис. 6. Блок-схема психологічної стійкості українців в умовах триваючої війни

Джерело: розроблено авторами

Висновки і перспективи подальших розробок у даному напрямку. Проведений аналіз стану психологічної стійкості українців в умовах тривалого військового конфлікту дозволяє зробити кілька ключових висновків. По-перше, війна, що триває з 2014 р. та набрала найбільш руйнівного характеру з 2022 р., має системний і глибокий вплив на психічне здоров'я населення. Психоемоційне навантаження стало хронічним явищем, а симптоми стресу, тривожності та депресії – частиною повсякденного досвіду багатьох українців.

По-друге, динаміка даних за 2021–2024 рр. свідчить про послідовне зростання частки людей, які відчувають постійний або сильний стрес, тривогу та емоційне виснаження. Найбільш тривожним є те, що прояви депресивних і тривожних станів з роками лише посилю-

ються, а кількість осіб, які не мають таких симптомів, скорочується, що свідчить про загальне зниження психологічної рівноваги у суспільстві. По-третє, зберігається певна емоційна стабільність у сфері агресивності, адже більшість українців не демонструють відкритої агресії, що вказує на високий рівень самоконтролю, соціальної відповідальності та внутрішньої зрілості у складних умовах, що є важливою характеристикою колективної психологічної стійкості.

По-четверте, особливої уваги потребують вразливі групи населення – діти, літні люди, внутрішньо переміщені особи, військові та ветерани. Саме вони найчастіше демонструють симптоми ПТСР, депресії та глибокого стресу, що вимагає цілеспрямованої державної політики в галузі психологічної допомоги.

У підсумку, можна стверджувати, що психологічна стійкість українців хоч і зазнає потужного тиску, але не знищується. Вона базується на внутрішніх ресурсах особистості, соціальній підтримці, адаптивних механізмах реагування та професійній допомозі, а її збереження і зміцнення є ключовим фактором національної витривалості в умовах тривалої війни.

Список використаної літератури

1. Blekas A., Steele M. M., Jones R. J. et al. War and Mental Health: The Long-Term Psychological Consequences of Conflict. *Journal of Traumatic Stress*. 2023. 36 (4). 654–667.
2. Steele M. M., Weine S. M., Patel R. V. et al. Post-Traumatic Stress and Depression in War- Affected Populations: A Global Perspective. *World Psychiatry*. 2021. 20 (2). 205–212.
3. Mollica R. F., Steele M. M., Patel R. V. Psychological Interventions in War Zones: Addressing Trauma and Promoting Recovery. *Global Mental Health*. 2022. 9. 27 p.
4. Thapa S. B., Steele M. M., Jones R. J. The Role of Social Support in Managing War-Induced Mental Health Challenges. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*. 2022. 57 (8), 1179–1190.
5. Jones L., Patel N., Steele B. Long-term consequences of war trauma on children. *Child Development*. 2020. 91 (1). 37–50.
6. Дашко І. М., Михайліченко Л. В. Сучасне розуміння прав і свобод громадян України під час війни: сутність значення межі, обмеження та факти. Scientific multidisciplinary monograph “Science and innovation in the modern world”. *United States of America*. 2024. № 06–2024/1. Pp. 11–22. URL: <https://drive.google.com/file/d/1XOdujMspMInfFtotNJte9VZ2rS1v3tpF/view> (дата звернення: 12.07.2025).
7. Марценковський Д., Шевлін М., Бен-Езра М., Бонджерс К., Фокс Р., Караціас Т., Марценковська І., Марценковський І., Пфайффер Е., Заксер С., Вальєр Ф., Хайленд Ф. Психічне здоров'я в Україні у 2023 році. *Eur Psychiatry*. 2023. 67 (1) : e27. URL: <http://cambridge.org/core/journals/european-psychiatry/article/mental-health-in-ukraine-in-2023/24B2CE74AFB016C4F9037AC8476AB78C> (дата звернення: 13.07.2025).
8. Арабаджи Ю. І., Дашко І. М. Психологічні особливості мотивації трудової діяльності. *Ефективна економіка*. 2014. № 4. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/efek_2014_4_61 (дата звернення: 13.07.2025).
9. Індекс соціальної згуртованості, стійкості та примирення (SCORE), 2025. URL: <https://app.scoreforpeace.org/en/ukraine/datasets> (дата звернення: 14.07.2025).
10. Дашко І. М., Михайліченко Л. В. Адаптація військовослужбовців після повернення із зони бойових дій: психологічні труднощі та підтримка військовослужбовців. *Гуманітарний форум*. 2025.3 (1). DOI: [https://doi.org/10.60022/3\(1\)-4GF](https://doi.org/10.60022/3(1)-4GF) ; URL: <https://humanitarian.com.ua/index.php/human/article/view/25> (дата звернення: 14.07.2025).

PSYCHOLOGICAL RESILIENCE OF UKRAINIANS IN THE CONTEXT OF A PROTRACTED MILITARY CONFLICT

Iryna Dashko

Zaporizhzhia National University
66, Universytetska str., Zaporizhzhia, Ukraine, 69011
<https://orcid.org/0000-0001-5784-4237>
e-mail: irina.kfznu@gmail.com

Lubomir Mykhailichenko

Zaporizhzhia National University
66, Universytetska str., Zaporizhzhia, Ukraine, 69011
<https://orcid.org/0000-0003-3545-0805>
e-mail: lubomirmuhayluchenko@gmail.com

Asia Buzid

Kostiuk Institute of Psychology
of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine,
2, Pankivska St., Kyiv, Ukraine 01033
<https://orcid.org/0009-0008-2490-3956>
e-mail: abouzed27@gmail.com

The article reveals the state of psychological resilience of the Ukrainian population in the context of a protracted military conflict. Based on the analysis of national and international studies, in particular, data from SCORE and the World Health Organization, the author substantiates the increase in the levels of anxiety, depression, PTSD, and chronic stress among Ukrainians. The dynamics of changes in the psycho-emotional state of the population in 2021 and 2023–2024 are presented according to key indicators such as stress levels, symptoms of anxiety, depression, and aggression. It has been established that the number of people who do not experience negative psychoemotional states is gradually decreasing, while symptoms of anxiety, depression, and emotional exhaustion are becoming widespread. It is shown that despite the growing psycho-emotional burden, most citizens retain the ability to adapt, emotional control and coexistence in conditions of constant threat. It is noted that although the psychological resilience of Ukrainian society is under considerable pressure, it remains viable due to social support, internal resources of the individual and adaptive behavior, which opens up prospects for an effective psychological response in war. It has been established that the most vulnerable to psycho-emotional disorders are internally displaced persons, children, the elderly and the military. There is a tendency to chronicize stressful conditions, which is manifested in the increase in cases of anxiety and depressive disorders among the general population. The mechanisms that support psychological resilience, both individual and social, are additionally analyzed. The author's own flowchart of psychological resilience of Ukrainians is constructed, which presents the relationships between psychological challenges, internal resources of the individual, external support, adaptive behavior and the results of resilience. The flowchart demonstrates how emotional self-regulation, self-confidence, social support, and active involvement in activities contribute to resilience in war, which allows us to consider psychological resilience as a dynamic system capable of developing even in critical conditions. The results of the study emphasize the need to implement long-term programs of psychological rehabilitation and prevention of emotional burnout.

Key words: population, society, war, psychological resilience, mental health, stress, anxiety, depression, depressive disorder, PTSD, aggression, psychoemotional state.