



Модель розвитку та зміцнення резильєнтності особистості військовослужбовця морської піхоти Збройних Сил України за допомогою копінг-стратегій

Лариса Чернобай*

Ад'юнкт

Національний університет оборони України

03049, просп. Повітряних Сил, 28, м. Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0001-9301-1195>

♦ **Анотація.** Актуальність роботи обумовлена необхідністю перегляду класичних парадигм збереження психічного здоров'я комбатантів у контексті радикальних змін екології бойового стресу, викликаних повномасштабною агресією Росії, масованим використанням новітніх засобів ураження та хронічним алостатичним навантаженням. Мета дослідження – емпірично дослідити трансформацію структурно-рівневих характеристик психічної резильєнтності та репертуару копінг-стратегій військовослужбовців морської піхоти Збройних Сил України під впливом високоінтенсивних бойових дій, а також розробити й теоретично та математично обґрунтувати комплексну структурно-функціональну модель оптимізації долаючої поведінки. Дослідження базувалося на чіткому методологічному дизайні і серії послідовних крос-секційних (поперечних) зрізів (2020-2024 роки). Емпіричну базу склали військовослужбовці підрозділів морської піхоти Збройних Сил України: констатувальний зріз умов позиційної війни (2020-2021, $n = 115$) та розширений зріз періоду повномасштабного вторгнення (2023-2024, $n = 120$). У дослідженні застосовано комплекс сучасних психодіагностичних методик в українських адаптаціях: «Опитувальник стилю саморегуляції поведінки» (SRQ), «Локатор Великої п'ятірки», методики діагностики копінг-стратегій E. Heim та R.S. Lazarus & S. Folkman, тест життєстійкості S.R. Maddi, шкалу резильєнтності CD-RISC-10 та шкалу оцінки духовного здоров'я SHAS. Статистична обробка (IBM SPSS Statistics) включала дисперсійний аналіз, Н-критерій Краскала-Волліса, кореляційний аналіз Спірмена та множинну лінійну регресію. На матеріалі первинного зрізу (2020-2021) математично доведено, що репертуар копінг-стратегій (насамперед автономне планування та позитивна переоцінка) виступає потужним предиктором, який пояснює 54 % дисперсії загального рівня психічної резильєнтності індивіда. Натомість, порівняльний аналіз розширеного зрізу виявив зниження Інтегрального показника психічної резильєнтності під впливом повномасштабної війни. Зафіксовано зростання рівня нейротизму, виникнення феномену «когнітивного звуження» зі зниженням здатності до довгострокового автономного планування та масивний компенсаторний перехід до стратегій емоційного дистанціювання і пошуку соціальної підтримки (колективної резильєнтності). На основі ідентифікованих емпіричних дефіцитів розроблено авторську 4-блокову (цільовий, діагностичний, змістово-формульальний, результативно-критеріальний) структурно-функціональну модель розвитку резильєнтності

♦ **Ключові слова:** життєстійкість; психологічна готовність; бойовий стрес; психічне здоров'я; повномасштабна війна

Приклад цитування:

Chernobai, L. (2026). A model for the development and enhancement of psychological resilience in Marine Corps service personnel of the Armed Forces of Ukraine through coping strategies. *The Bulletin of National Defence University of Ukraine*, 21(2), 118-128. doi: 10.33099/2617-6858-26-21-2-118-128.

Історія статті: Отримано: 04.11.2025; Доопрацьовано: 05.03.2026; Прийнято: 30.03.2026; Опубліковано: 16.04.2026



Copyright © The Author(s). This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License 4.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

*Автор-кореспондент

◆ Вступ

Повномасштабна збройна агресія Російської Федерації проти України фундаментально трансформувала оперативно-тактичну, екзистенційну та психологічну реальність функціонування підрозділів Збройних Сил України (ЗСУ). Екологія сучасного бойового стресу характеризується екстремальним рівнем вітальної загрози, що генерується масованим застосуванням інноваційних полісередовищних засобів ураження – ударних безпілотних систем (FPV-дронів), керованих авіаційних бомб, важкої артилерії та іншого високоточного озброєння. Специфіка бойового шляху сучасної піхоти зумовлює масивний, безперервний тиск на когнітивні та емоційні ресурси військовослужбовців, що вимагає інноваційних підходів до підтримки їхньої ментальної готовності. У цих безпрецедентних умовах військовослужбовці елітних підрозділів, зокрема підрозділів морської піхоти, стикаються з граничним алоstaticним навантаженням. Хронічна депривація базових фізіологічних потреб (розлади сну, порушення температурного комфорту, нерегулярне харчування) та масоване отримання мінно-вибухових травм пришвидшують перманентне виснаження адаптаційних ресурсів центральної нервової системи, фізіологічна ціна збереження яких є надзвичайно високою. Як зазначали О. Hukovskyy *et al.* (2024), бойовий шлях сучасного українського воїна супроводжується безперервним виснаженням ментальної готовності, що вимагає системного перегляду підходів до збереження психічного здоров'я на всіх етапах служби. Своєю чергою, А. Karachevskyy (2023) наголошено, що надання психологічної та психіатричної допомоги військовослужбовцям в умовах активних бойових дій стикається з нестачею уніфікованих протоколів, здатних ефективно купірувати наслідки акумулятивного травматичного досвіду.

Сучасний науковий дискурс розглядає психологічну резильєнтність не просто як статичну рису характеру чи вроджену здатність витримувати стрес, а як динамічний інтегративний феномен, що охоплює нейрокогнітивні, емоційні та екзистенційні рівні адаптації. У дослідженні М. Vocharov *et al.* (2023) доведено, що фізіологічна ціна діяльності офіцерів Сил Оборони України в умовах гіперстресу має пряму кореляцію з розвитком серцево-судинних та психосоматичних розладів, що робить проблему алоstaticного навантаження центральною мішенню для психологічних інтервенцій. Особливої актуальності набувають висновки V.V. Stasiuk & R. Seheida (2025), які дослідили специфіку впливу бойових стрес-факторів безпосередньо на психологічну готовність штурмових підрозділів. Вчені акцентували увагу на тому, що масивне сенсорне виснаження та постійне перебування в зоні ураження ворожої артилерії руйнують класичні патерни стресостійкості, вимагаючи формування нових компенсаторних механізмів виживання. Досліджуючи ці механізми, L. Oviedo *et al.* (2022) та J. Kovalenko (2024) у своїх емпіричних роботах виявили, що саме конструктивні стратегії додання

виступають критичними предикторами збереження особистісної цілісності як серед комбатантів, так і серед цивільного населення, яке зазнало впливу жорстокості російсько-української війни. Вагомим у контексті військової психології є доробок О. Kokun *et al.* (2022) та О. Kokun (2023). Їхні масштабні лонгітюдні дослідження реактивності військовослужбовців на стрес перед ротацією в зону бойових дій та вивчення ресурсів особистісного зростання стали концептуальним підґрунтям для валідазації психодіагностичного інструментарію в умовах ЗСУ. Окремий напрямок наукового пошуку репрезентують роботи О. Chykhantsova & A. Denchuk (2024), які довели наявність тісного зв'язку між резильєнтністю українських військових та їхніми актуальними особистісними здатностями, підкреслюючи значущість диспозиційного фактору в процесі адаптації. Водночас N. Makarchuk *et al.* (2024) наголошували на об'єктивній потребі розробки спеціалізованих програм психологічної підтримки, які б враховували унікальний, не стандартизований бойовий досвід різних підрозділів. Важливим доповненням до цього є розробки N.V. Rodina *et al.* (2022) щодо шкал оцінки копінг-поведінки в ситуаціях екзистенційної небезпеки, а також дослідження R. Zueger *et al.* (2023), які емпірично підтвердили ефективність впровадження програм тьюторства та тренінгів резильєнтності на ранніх етапах підготовки військових кадрів.

Попри методологічну довершеність українських розробок, динаміка та характер повномасштабної війни вимагають створення вузькоспеціалізованої інтегративної моделі саме для підрозділів морської піхоти, специфіка яких передбачає ведення високоінтенсивних штурмових та амфібійних дій. Сучасна підготовка військовослужбовців стикається з емпірично зафіксованим феноменом «когнітивного звуження» у комбатантів, що унеможлиблює використання складних когнітивних конструкцій безпосередньо під час гострого стресу. Зважаючи на багатовимірну, полісемантичну природу феномену психічної резильєнтності, виникає нагальна необхідність у розробці авторської структурно-функціональної моделі, яка ініціюється з автоматизованих навичок соматичної стабілізації, а вже потім переходить до глибокого когнітивного рефреймінгу та екзистенційного смислотворення. Метою дослідження було вивчення динаміки психічної резильєнтності та копінг-стратегій військовослужбовців морської піхоти ЗСУ в умовах високоінтенсивних бойових дій і розробка комплексної моделі оптимізації долаючої поведінки. Для реалізації вказаної мети було сформульовано низку дослідницьких завдань. По-перше, здійснити теоретико-методологічний аналіз сучасного наукового дискурсу щодо проблеми формування психічної резильєнтності комбатантів та систематизувати підходи до оцінки долаючої поведінки в умовах перманентної екзистенційної загрози. По-друге, розробити та реалізувати програму емпіричного дослідження для отримання

достовірних даних щодо структурно-рівневих характеристик стійкості та домінуючих копінг-стратегій особового складу в різні періоди бойових дій. По-третє, використовуючи методи багатовимірної статистичного аналізу, виявити детермінаційні та каузальні зв'язки між вибором копінг-стратегій та загальним рівнем адаптаційного потенціалу і життєстійкості індивіда.

♦ Матеріали та методи

Процес концептуалізації та емпіричної верифікації психологічних механізмів розвитку психічної резильєнтності військовослужбовців в умовах ведення високоінтенсивних бойових дій вимагає застосування суворого, математично та теоретично вивіреного методологічного дизайну. Такий дизайн розроблено з метою забезпечення високого рівня екологічної валідності, надійності та репрезентативності одержаних наукових результатів. Науково-дослідна програма була реалізована шляхом здійснення серії послідовних крос-секційних (поперечних) зрізів у період 2020-2024 років, що дозволило охопити як констатувальний зріз умов позиційної війни (Операція об'єднаних сил (ООС)), так і розширений зріз періоду повномасштабного збройного вторгнення. Критеріями включення до вибірки виступали: приналежність до підрозділів морської піхоти ЗСУ, специфіка діяльності яких передбачає виконання завдань в екстремальних умовах полісередовищності. Перший констатувальний етап (2020-2021 роки) охопив 115 військовослужбовців з різним досвідом перебування на лінії зіткнення. Другий розширений етап (2023-2024 роки) залучив 120 військовослужбовців, 100 % з яких мали безпосередній досвід високоінтенсивних боїв. Задля уникнення впливу гострої симпато-адреналової гіперактивації на бланкове тестування, процедура проводилася виключно у періоди тимчасового відведення підрозділів із зони бойових дій на етапи відновлення. Дослідження проводилося у суворій відповідності до міжнародних етичних стандартів наукового пошуку. Усі етапи психологічного та психометричного вивчення військовослужбовців відповідали етичним принципам Гельсінської декларації Всесвітньої медичної асоціації (WMA, 2024). Кожному військовослужбовцю-учаснику було гарантовано дотримання абсолютної конфіденційності інформації особистого характеру, повагу до його гідності, недоторканності та автономії. Процедура тестування була виключно добровільною, відбувалася після отримання інформованої згоди респондентів, а отримані результати використовувалися організаціями лише в узагальненому, знеособленому вигляді з науково-дослідною та психопрофілактичною метою. Додатково процедура бланкового тестування проводилася виключно у періоди тимчасового відведення підрозділів із зони бойових дій на етапи відновлення або бойового злагодження. З психофізіологічної точки зору це дозволило уникнути спотворення результатів гострою симпато-адреналовою гіперактивацією та зберегти екологічну валідність вимірювань.

У дослідженні застосовано комплекс психодіагностичних методик та міжнародних шкал в українських адаптаціях. Операціоналізація феномену резильєнтності здійснювалася через її декомпозицію на п'ять базових компонентів. Вивчення регулятивного компонента, що детермінує здатність до автономного управління поведінкою, здійснювалося із застосуванням «Опитувальника стилю саморегуляції поведінки» (SRQ) в українській адаптації M.V. Yatsiuk (2023). Оцінка особистісних диспозицій базувалася на використанні експрес-опитувальника «Локатор Великої п'ятірки», валідизованого у контексті сучасного психологічного оцінювання D.K. Korolyov (2019). Для багатовимірної діагностики репертуару долаючої поведінки було використано класичні інструменти вимірювання копінг-стратегій, зокрема транзактну методику оцінки поведінкових зусиль R.S. Lazarus & S. Folkman (1984) в стандартизованому перекладі, а також адаптована Методика діагностики копінг-стратегій E. Heim (1988).

Найбільш об'ємний блок дослідження духовно-екзистенційного виміру психічної стійкості комбатантів складався із синергії кількох шкал. Базова здатність індивіда до пружного відновлення вимірювалася шкалою резильєнтності CD-RISC-10 K.M. Connor & J.R. Davidson (2003) доповненою тестом життєстійкості S.R. Maddi (2002). Для забезпечення цілісної картини ціннісно-сислової інтеграції особистості під час ведення інтенсивних бойових дій застосовувалася шкала оцінки духовного здоров'я (SHAS) в україномовній адаптації O. Lazorko (2021). Для обробки масивів емпіричних даних використовувалося спеціалізоване програмне забезпечення IBM SPSS Statistics 20.00. Перевірка на нормальність розподілу здійснювалася за критерієм Шапіро-Віллка, а оцінка гомогенності (однорідності) дисперсій – за допомогою критерію Левена. Для порівняння середніх значень незалежних вибірок застосовувався параметричний однофакторний дисперсійний аналіз із критерієм Тьюкі та непараметричний Н-критерій Краскала-Волліса з U-критерієм Манна-Вітні. Каузальні зв'язки встановлювалися за допомогою кореляційного аналізу Спірмена та множинного лінійного регресійного аналізу. Задля мінімізації ймовірності помилки першого роду та підтвердження високої достовірності результатів, пороговий рівень статистичної значущості для ключових регресійних моделей та кореляцій було встановлено на рівні $p \leq 0,001$. Для зведення результатів усіх п'яти різношкальних вимірів (регулятивного, особистісного, емоційно-когнітивного, поведінкового та духовно-екзистенційного) до єдиного математичного знаменника було імплементовано проміжну процедуру математичної стандартизації первинних балів. Надалі отримані стандартизовані оцінки були пропорційно трансформовані у єдину, зручну для інтерпретації 3-бальну шкалу. Це дозволило розрахувати коректний інтегральний показник психічної резильєнтності (ІПР), де значення інтерпретуються в

континуумі від 1 (критичний дефіцит) до 3 (оптимальний рівень стійкості).

◆ Результати та обговорення

Дослідження охопило два значущі хронологічні зрізи, які дозволяють прослідкувати вплив екології бойового стресу на розвиток резильєнтності. У межах першого констатувального експерименту (2020-2021 роки) метою якого визначалося отримання масиву вихідних емпіричних даних щодо структурно-рівневих характеристик психічної резильєнтності та домінуючих копінг-стратегій особового складу в умовах позиційної війни низької інтенсивності (ООС) було обстежено 115 військовослужбовців морської піхоти. Диференціація вибірки за статусно-посадовими категоріями забезпечила необхідну репрезентативність: 28 осіб (24,34 %) становили офіцери, 32 особи (27,82 %) – військовослужбовці за контрактом, та 55 осіб (47,82 %) – військовослужбовці строкової служби. Категорія строковиків розглядалася як науково валідна аналогова група для сучасних рекрутів віком 18-25 років, які проходять базову загальновійськову підготовку. На цьому етапі 28,57 % офіцерів, 12,50 % контрактників та 100,00 % строковиків не мали безпосереднього бойового досвіду перебування на лінії зіткнення. З огляду на кардинальну зміну оперативного-тактичної, соціальної та екзистенційної реальності, зумовлену початком

повномасштабного вторгнення, виникла об'єктивна необхідність розширення методологічних меж дослідження. У 2023-2024 роках було організовано та реалізовано додатковий, розширений емпіричний зріз, спрямований на аналіз механізмів виживання особистості в умовах граничного алоstaticного навантаження. До участі у цьому зрізі було залучено 120 військовослужбовців іншого підрозділу морської піхоти: 50 офіцерів (41,67 %) та 70 осіб рядового і сержантського складу (58,33 %). Критично важливою методологічною умовою стало те, що 100 % поточної експериментальної вибірки мали безпосередній досвід високоінтенсивних боїв, причому абсолютна більшість (84,00 % офіцерів та 82,86 % рядового складу) мали безперервний бойовий досвід тривалістю понад 12 місяців. Процедура тестування проводилася виключно у періоди тимчасового відведення підрозділів із зони бойових дій на етап відновлення. Це дозволило уникнути спотворення результатів гострою симпат-адреналовою гіперактивацією та зафіксувати глибинні, істинні зміни у структурі психологічних диспозицій та продромальні симптоми кумулятивної бойової втоми. З метою визначення ключових каузальних зв'язків між специфічним репертуаром копінг-поведінки комбатанта та його загальним рівнем стійкості, на масиві даних констатувального зрізу (період ООС, $n = 115$) було застосовано кореляційний аналіз та множинну лінійну регресію (Таблиця 1).

Таблиця 1. Матриця інтеркореляцій ключових компонентів психічної резильєнтності (за даними зрізу 2020-2021 років)

Предикторна змінна 1	Цільова змінна 2	Коефіцієнт Спірмена (r_s)	Рівень значущості (p)
Планування (субшкала SRQ)	Загальна резильєнтність (CD-RISC-10)	0,62	$\leq 0,001$
Позитивна переоцінка	Самоактуалізація (SHAS)	0,55	$\leq 0,001$
Втеча-уникнення	Загальна резильєнтність (CD-RISC-10)	-0,59	$\leq 0,001$
Втеча-уникнення	Нейротизм («Локатор Великої п'ятірки»)	0,61	$\leq 0,001$
Конфронтативний копінг	Самореалізація (SHAS)	-0,48	$\leq 0,05$

Джерело: розроблено автором

Встановлені високозначущі кореляційні зв'язки доводять когерентність механізмів адаптації. Високий рівень внутрішнього когнітивного структурування, «Планування» за М.В. Yatsiuk (2023), позитивно детермінує здатність до пружного відновлення (CD-RISC-10) ($r = 0,62$). Синергія «Позитивної переоцінки» та екзистенційної «Самоактуалізації» підтверджує єдність процесів когнітивного рефреймінгу та смислотворення ($r_s = 0,55$).

Водночас виявлено жорсткий негативний зв'язок між стратегією уникнення та загальною резильєнтністю ($r_s = -0,59$), що математично ілюструє механізм психологічної дезадаптації. Для математичного доведення прогностичної ваги кожної стратегії у формуванні загальної стійкості було застосовано множинний лінійний регресійний аналіз (покроковий метод). Залежною змінною виступав загальний індекс резильєнтності (Таблиця 2).

Таблиця 2. Результати множинної лінійної регресії предикторів психічної резильєнтності (за даними зрізу 2020-2021 років)

Незалежні змінні (предиктори)	Стандартизований β -коефіцієнт	Значення t -критерію	Рівень значущості (p)
Планування (стиль саморегуляції)	0,41	4,85	$\leq 0,001$
Позитивна переоцінка	0,35	4,12	$\leq 0,001$
Дистанціювання та втеча-уникнення	-0,38	-4,56	$\leq 0,001$

Джерело: розроблено автором

Сформована регресійна модель виявилася високозначущою $R^2 = 0,54$ (скоригований $R^2 = 0,52$; $F = 43,43$; $p \leq 0,001$). Вона доводить гіпотезу дослідження: 54 % дисперсії інтегрального рівня резильєнтності у вибірці морських піхотинців пояснюється виключно специфікою обраного ними репертуару копінг-стратегій. Найбільший конструктивний внесок роблять здатність до автономного планування ($\beta = 0,41$) та позитивна переоцінка травматичного досвіду ($\beta = 0,35$). Глибокий теоретичний та математичний аналіз масиву емпіричних даних констатувального зрізу засвідчив наявність значущих структурних відмінностей у психологічній архітектоніці резильєнтності залежно від статусу та віку військовослужбовців. Дослідження особистісного компонента за шкалами методики «Локатор Великої п'ятірки» виявило феноменально високий рівень «Сумлінності» серед офіцерського корпусу: 96,4 % продемонстрували найвищий рівень розвитку цього фактору. З точки зору військової психології стресу, цей показник детермінує здатність до безперервного когнітивного структурування алгоритмів бойової діяльності та жорсткого дотримання протоколів безпеки. У синергетичному поєднанні з низьким та середнім рівнем Нейротизму (лише 7,1 % офіцерів мали високий показник тривожності), така диспозиційна матриця гарантувала високу холонокровність та раціональність управлінських рішень. Натомість, наявність високого рівня нейротизму у військовослужбовців строкової служби (16,4 %) пояснювалася кумулятивним ефектом первинної невротизації від зіткнення з жорсткими армійськими стресорами.

Аналіз регулятивного компонента підтвердив пряму каузальну залежність між диспозиційною сумлінністю та навичками автономного управління поведінкою. За субшкалою «Планування» 64,3 % офіцерів продемонстрували високий рівень зрілості цілепокладання, тоді як показники строковиків були суттєво нижчими (36,4 % високого рівня). Розрив зафіксовано і за субшкалою «Оцінка результатів»: 60,7 % офіцерів мають високий рівень проти лише 21,8 % у строковиків, причому 32,7 % останніх перебувають на критично низькому рівні. Цей масив емпіричних даних статистично

доводить нейробіологічну гіпотезу про незавершеність структурного дозрівання та мієлінізації префронтальної кори головного мозку у віковій групі 18-25 років (етап дорослого життя). Відповідно, низька здатність до рефлексії та гальмування афектів у рекрутів зумовлює їхню об'єктивну потребу в екстернальному управлінні та деталізованих алгоритмах під час базової підготовки. Дослідження емоційного, когнітивного та поведінкового компонентів долаючої поведінки виявило, що у всіх трьох групах переважають «відносно продуктивні» копінг (50,0 % у офіцерів, 68,7 % у контрактників, 69,1 % у строковиків). Це свідчить про те, що в умовах військового середовища ідеальні «продуктивні» моделі часто стають енергетично недосяжними, і індивіди вдаються до компенсаторних механізмів. За моделлю R.S. Lazarus & S. Folkman (1984), 25,0 % офіцерів та 40,6 % контрактників демонстрували високу напруженість проблемно-орієнтованої стратегії «Планування вирішення проблеми». Строковики ж були орієнтовані на стратегію «Пошук соціальної підтримки» (80,0 % середнього рівня) та захисне «Дистанціювання» (76,4 % середнього рівня) як спробу дереалізації від травматичних обставин. Дослідження екзистенційного виміру за Шкалою резильєнтності CD-RISC-10 засвідчило, що 64,3 % офіцерів та 50,0 % військовослужбовців за контрактом впевнено демонстрували високий рівень загальної здатності до пружного відновлення. За Тестом життєстійкості S.R. Maddi (2002) високий рівень «Залученості» (82,1 % у офіцерів) виступав каталізатором переходу до активної суб'єктної позиції «автора життя». SHAS 50,0 % офіцерів досягли високого рівня самореалізації, що функціонувало як найпотужніший внутрішній запобіжник від дезінтеграції особистості. Оскільки регресійний аналіз засвідчив критичну значущість стратегій планування та переоцінки для збереження боєздатності, наступним завданням стало дослідження стану цих механізмів в умовах граничного алоstaticного навантаження повномасштабної війни. Розширений емпіричний зріз (2023-2024, $n = 120$) виявив системну, математично підтверджену тенденцію до зниження вищих виконавчих функцій та екстремальної ентропії полісередовищного бою (Рис. 1).

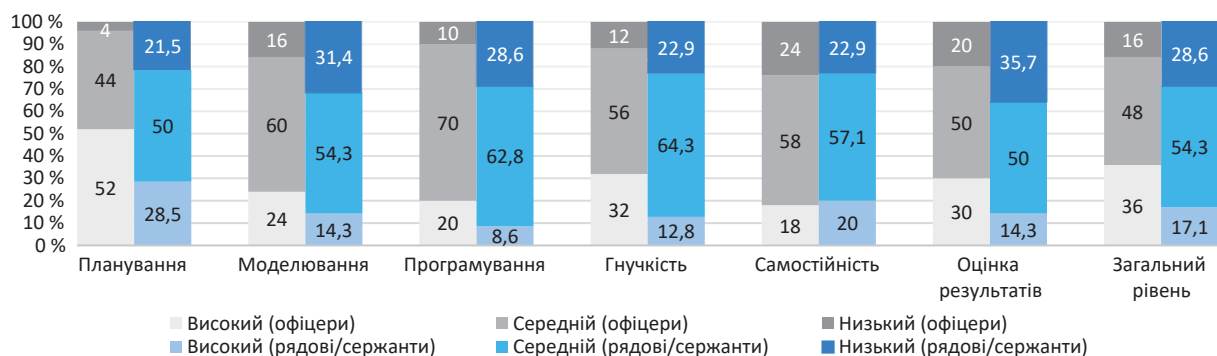


Рисунок 1. Розподіл військовослужбовців за рівнями розвиненості регулятивного компонента (зріз 2023-2024 років)

Джерело: розроблено автором

Дисперсійний аналіз підтверджує зниження показників автономного когнітивного структурування діяльності. За субшкалою «Планування» відсоток осіб із високим рівнем серед офіцерів знизився з 64,3 % (у період ООС) до 52,0 %. У рядового складу зниження – до 28,5 % високого та зростання до 21,5 % низького рівня. Цей емпіричний факт підтверджує феномен

«когнітивного звуження»: в умовах непередбачуваних артилерійських обстрілів мозок військовослужбовця відмовляється від макропланування, редукуючи горизонт передбачення до найближчих годин задля збереження фізіологічного ресурсу. Рисунок 2 показує, як різні аспекти особистісної та духовної резильєнтності змінюються в умовах високої стресової ситуації.

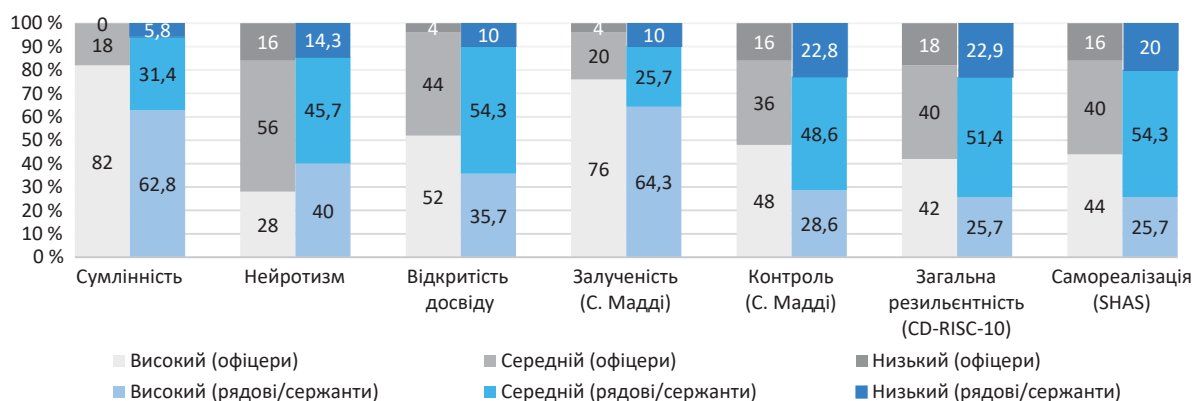


Рисунок 2. Розподіл військовослужбовців за рівнями розвиненості особистісного та духовно-екзистенційних компонентів (зріз 2023-2024 років)

Джерело: розроблено автором

Аналіз особистісного компонента виявив стрибок показників за шкалою «Нейротизм». Якщо у мирний час високу емоційну нестабільність мали лише 7,1 % офіцерів, то в умовах повномасштабної війни вона зросла до 28,0 % у офіцерів та 40,0 % серед рядового складу. Згідно з концепцією алостатичного навантаження, це є біологічно адекватною реакцією травмованої нервової системи на хронічну симпато-адреналову гіперактивацію, а не свідченням особистісної деградації. Водночас офіцерам вдається зберігати високий рівень «Сумлінності» (82,0 %), що функціонує як дисциплінарний екзоскелет, утримуючи управління підрозділом.

Екзистенційний профіль демонструє суттєву трансформацію. Спостерігається падіння шкали «Контроль» за тестом S.R. Maddi (2002) (до 28,6 % високого рівня у рядових), що є раціональним відображенням неконтрольованості макрозагроз. Проте високий рівень «Залученості» (76,0 % в офіцерів) та духовної «Самореалізації» (44,0 %) компенсує цю втрату. Наявність вищого екзистенційного сенсу боротьби діє як захист від моральної травми та дозволяє інтегрувати біль від втрат у героїчний наратив. Рисунок 3 демонструє інтенсивність поведінкових копінг-стратегій за методикою R.S. Lazarus & S. Folkman (1984).

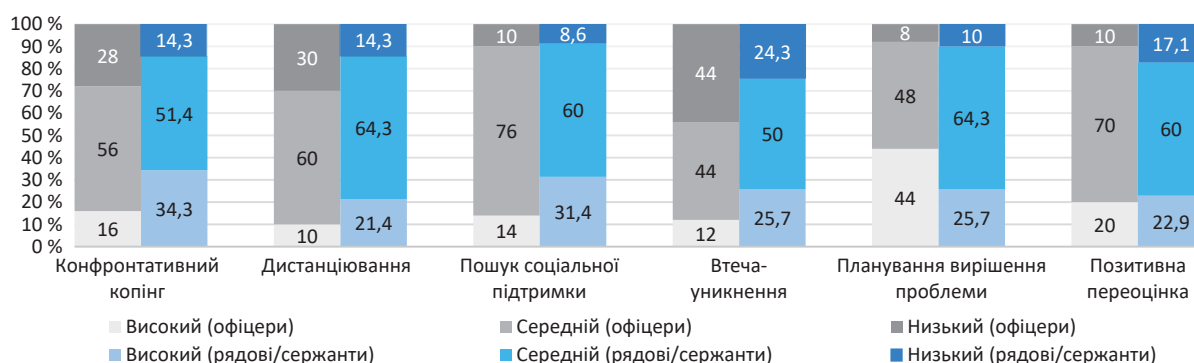


Рисунок 3. Рівні напруженості поведінкових копінг-стратегій (зріз 2023-2024 років)

Джерело: розроблено автором за методикою R.S. Lazarus & S. Folkman (1984)

Аналіз транзактної моделі R.S. Lazarus & S. Folkman (1984) підтверджує об'єктивне зниження використання проблемно-орієнтованої стратегії «Планування вирішення проблеми». Замість інструментального

контролю над об'єктивно неконтрольованими стресорами, рядовий склад вдається до амбівалентної комбінації: зростання «Конфронтативного копінгу» (34,3 % високого рівня) та макростратегії «Пошук соціальної

підтримки» (31,4 % високого, 60,0 % середнього). Зростання пошуку соціальної підтримки доводить еволюційний перехід від індивідуального виживання до колективної резильєнтності (бойового братерства). За методикою Е. Нейм (1988) фіксується тривожне зростання непродуктивних емоційних копінгів (до 35,7 % у рядових), таких як пригнічення емоцій або дисоціація, що

стають тимчасовим, але руйнівним щитом від травмуючої реальності (Рис. 4). Для об'єктивної оцінки загальної стійкості комбатантів отримані стандартизовані результати були пропорційно представлені за 3-бальною шкалою, де значення інтерпретуються в від 1 (критичний дефіцит) до 3 (оптимальний рівень стійкості). Це дозволило розрахувати коректний ІПР (Таблиця 3).

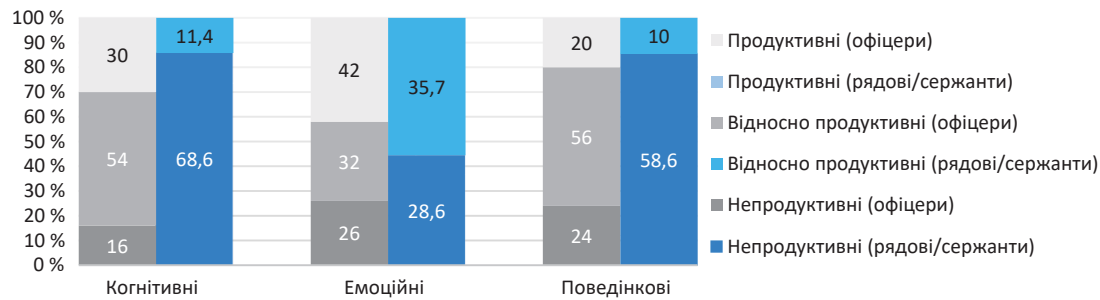


Рисунок 4. Рівень адаптивності копінг-стратегій (зріз 2023-2024 років)

Джерело: розроблено автором за методикою Е. Нейм (1988)

Таблиця 4. ІПР військовослужбовців морської піхоти

Структурний компонент	Офіцери (2020-2021)	Офіцери (2023-2024)	Рядові/сержанти (2020-2021)	Рядові/сержанти (2023-2024)
Регулятивний (SRQ)	2,54	2,15	2,13	1,95
Особистісний («Локатор Великої п'ятірки»)	2,61	2,25	2,33	2,05
Емоційно-когнітивний (Е. Нейм)	2,38	2,10	2,36	2,01
Поведінковий (R.S. Lazarus & S. Folkman)	2,25	2,05	2,06	1,98
Духовний (CD-RISC, SHAS)	2,58	2,58	2,25	2,25
ІПР	2,47	2,22	2,22	2,04

Примітка: для забезпечення статистичної коректності порівняльного аналізу, базові показники рядового/сержантського складу за період ООС розраховано як середньозважене значення узагальненої вибірки військовослужбовців за контрактом

Джерело: розроблено автором

Математичний аналіз ІПР достовірно констатує системне зниження психічної резильєнтності внаслідок екстремальної інтенсифікації бойових дій. Інтегральний показник офіцерів знизився з оптимального рівня 2,47 до 2,22. Показник рядового складу знизився до межі 2,04, що наближається до високого рівня дезадаптації. Водночас духовно-екзистенційний компонент в офіцерів зберігся на стабільно високому рівні (2,58), що підтверджує тезу про невичерпність ціннісно-смислового ресурсу в умовах, коли біологічні можливості організму підходять до абсолютної межі. Отримані під час послідовних крос-секційних зрізів 2020-2024 років емпіричні дані щодо глибокої трансформації копінг-поведінки комбатантів потребують розгорнутої екзистенційної та теоретичної ревізії у контексті співставлення із класичними парадигмами психології стресу. Фундаментальною теоретичною базою для аналізу механізмів долання традиційно слугує транзактна багатокомпонентна модель R.S. Lazarus & S. Folkman (1984), яка дихотомічно поділила поведінкові зусилля на проблемно-орієнтовані (спрямовані на інструментальне усунення стресора) та емоційно-орієнтовані (спрямовані на регуляцію внутрішнього дистресу). Згідно з

класичними уявленнями, що активно підтримувалися у працях C.S. Carver *et al.* (1989) та J.D.A. Parker & N.S. Endler (1992), активне, пряме розв'язання проблеми вважається найбільш адаптивним, «зрілим» підходом. Проте, результати даного емпіричного дослідження демонструють, що пряма, некритична екстраполяція транзактної моделі на специфіку бойової діяльності морської піхоти в умовах повномасштабної війни на виснаження є методологічно обмеженою. В умовах багатогодинного артилерійського обстрілу або масованих атак безпілотними системами зовнішній макростресор є об'єктивно абсолютно неконтрольованим з боку ізолюваного піхотинця. Відповідно, використання стратегії «планування вирішення проблеми» виявляється фізично та тактично неможливим. Це пояснює емпірично зафіксоване значне зниження показників за цією когнітивною шкалою.

У цьому контексті ті стратегії, які стигматизують як дезадаптивні (наприклад, жорстке емоційне дистанціювання, тимчасове пригнічення афекту або епізодична дереалізація), безпосередньо в епіцентрі бою набувають критично важливої компенсаторної функції. Вони виступають єдиною можливими, фізіологічно доступними

захисними механізмами, що запобігають незворотному психотичному розпаду особистості під колосальним вітальним тиском. Це спостереження знаходить концептуальне підтвердження у висновках A.G. Billings & R.H. Moos (1984), які довели, що фокусування на емоціях та поведінкове уникнення можуть виступати дієвими життєзберігаючими механізмами за умов масивних, невідконтрольних суб'єкту травм. Адаптивність копінг-стратегії у сучасному бою вимірюється не здатністю досягти емоційного катарсису, а виключно здатністю законсервувати залишки енергії для забезпечення базового біологічного виживання та функціональної боєздатності. Дана енергетична парадигма виживання найбільш повно пояснюється через призму ресурсно-салютогенетичної парадигми та теорії збереження ресурсів S.E. Hobfoll (1989). Згідно з цією концепцією, в умовах інтенсивного перманентного дистресу люди інстинктивно прагнуть мінімізувати втрати ресурсів. Дослідження емпірично довело, що перебування комбатантів у зоні вітальної загрози понад 12 місяців поспіль без глибокої ротації неминуче запускає «спіраль втрат». Адаптаційні ресурси центральної нервової системи виснажуються в рази швидше, ніж можуть бути відновлені у коротких перервах між активними бойовими діями. Це прямо проявляється у зафіксованому зростанні рівня нейротизму. Порівнюючи отримані дані з моделлю резильєнтної реінтеграції G.E. Richardson *et al.* (1990), яка описав процес поетапного реагування на несподівані «життєві розриви» та подальше посттравматичне зростання, слід вказати на її обмеженість для військового середовища. Модель G.E. Richardson *et al.* концептуалізував стрес переважно як одноразову, епізодичну подію. Проте суворі умови полісередовищної війни є станом хронічного алоstaticного навантаження, де базовий фізіологічний гомеостаз є практично недосяжним протягом багатьох місяців. У такій ситуації більш релевантним виявляється салютогенетичний підхід A. Antonovsky (1979), який акцентував увагу на пошуку джерел здоров'я та здатності суб'єкта до осмисленості власного буття навіть у гранично патогенному, смертоносному середовищі. Це безпосередньо знаходить своє підтвердження у результатах проведеного дослідження: високий показник «Залученості» та екзистенційної «Самореалізації» у досвідчених офіцерів функціонує як найпотужніший внутрішній антидот проти розвитку моральної травми. Отримані результати тісно корелюють з лонгітюдними дослідженнями P.T. Bartone (1999), який довів виняткову захисну роль диспозиційної життєстійкості у військових підрозділах, що запобігає розгортанню бойових психозів.

Розглядаючи комплексну нейробіологічну та психосоціальну модель резильєнтності S.M. Southwick & D.S. Charney (2018), проведене дослідження узгоджується з визначенням 10 ключових предикторів стійкості (таких як реалістичний оптимізм, наявність морального компаса та міцна соціальна підтримка). Проте зазначена модель має переважно дескриптивний

(описовий) характер, ідеально репрезентуючи психологічний профіль уже сформованої, зрілої особистості ветерана. В умовах поточного комплектування ЗСУ, де домінує масивний призов, існує гостра, об'єктивна необхідність у процесуальних, дидактичних інструментах – покрокових алгоритмах формування цих якостей у межах обмеженого часу підготовки. Професійна діяльність морського піхотинця супроводжується макрорактором «активної ворожої інтенції» – наявністю інтелектуально та технологічно рівного противника, єдиною метою якого є фізичне знищення суб'єкта. Модель психологічної готовності V.V. Stasiuk & R. Seheida (2025), що охоплює здатність до вольових зусиль та військове братерство, довела свою високу ефективність для кадрових офіцерів, але вимагає оперативної адаптації та операціоналізації конкретних поведінкових індикаторів для мобілізованого рядового складу в умовах війни. Проведений аналіз на відповідність застосування класичних теорій в суворих реаліях повномасштабної війни обґрунтував гостру необхідність розробки інноваційного інструментарію. Спираючись на проведений аналіз та результати дослідження, була розроблена 4-блокова «Модель розвитку та зміцнення резильєнтності особистості військовослужбовця морської піхоти» (Рис. 5).

Запропонована авторська структурно-функціональна модель резильєнтності концептуалізована у вигляді чотирьох взаємопов'язаних блоків:

1. Цільовий блок – ключовий вектор системи, що визначає цілеспрямовану трансформацію дезадаптивних реакцій на полісередовищний стрес у сталий резильєнтний профіль на основі ресурсно-салютогенетичного підходу. Він зміщує фокус із патологізації травми на стимулювання механізмів посттравматичного зростання.

2. Діагностичний блок забезпечує інструментальний моніторинг через інтеграцію п'яти вимірів (регулятивного, особистісного, емоційно-когнітивного, поведінкового, духовного-екзистенційного) за допомогою тестів та алгоритмізації розрахунку Інтегрального показника психічної резильєнтності.

3. Змістово-формувальний блок становить терапевтичне ядро моделі і має багаторівневу структуру, що складається з чотирьох модулів. Модуль 1 (психофізіологічна стабілізація): відштовхуючись від гіперактивності мигдалеподібного тіла, інтервенції ініціюються виключно через тілесно-орієнтоване соматичне заземлення (протоколи тактичного дихання, зниження частоти серцевих скорочень) для зняття вітального адреналінового блоку. Модуль 2 (Когнітивний рефреймінг): після регуляції симпатико-адреналової реакції застосовуються протоколи когнітивно-поведінкової терапії для подолання «когнітивного звуження» та відновлення навичок мікро-планування. Модуль 3 (поведінкова адаптація): здійснюється трансформація дифузної агресії у бойову асертивність та імплементуються протоколи соціальної взаємопідтримки (iCOVER) для кристалізації бойової згуртованості. Модуль 4 (екзистенційно-

сміслова інтеграція): спираючись на логотерапію V. Frankl (2020), забезпечує глибинне осмислення втрат та профілактику моральної травми через формування нарративу свідомого воїна-суб'єкта.

4. Результативно-критеріальний блок визначає комплексну систему критеріїв та стратифікує індиві-

дів за трьома рівнями сформованості резильєнтності: оптимальним, сприятливим (потребує соціальної підтримки) та критичним (потребує медико-психологічної евакуації та реабілітації). Вбудований механізм динамічного зворотного зв'язку забезпечує безперервну корекцію програми.

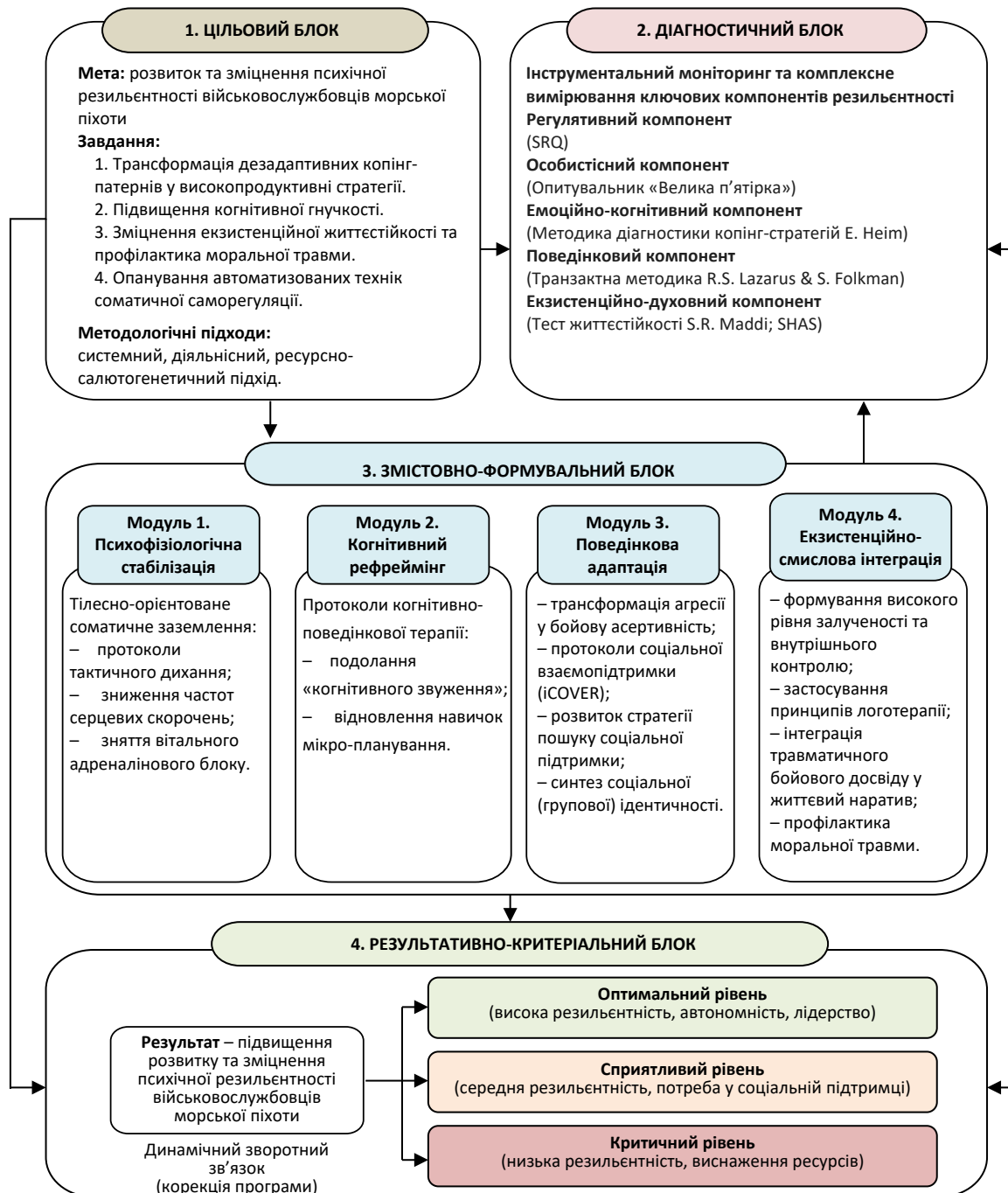


Рисунок 5. Модель розвитку та зміцнення резильєнтності особистості військовослужбовця морської піхоти ЗСУ за допомогою копінг-стратегій

Джерело: розроблено автором

Перевага та специфічна релевантність даної 4-блокової моделі для контексту морської піхоти полягає в тому, що вона не ігнорує фізіологічну реальність

бойової травми. Вона не намагається здійснювати інтелектуальні чи раціональні інтервенції до моменту відновлення базової нейробіологічної стабільності

(через Модуль 1), що критично відрізняє її від існуючих загальнотеоретичних аналогів та забезпечує високу ефективність впровадження у стислих часових рамках базової загальновійськової підготовки.

♦ Висновки

Висновки дослідження підтвердили важливість розвитку психічної резильєнтності серед військовослужбовців у контексті бойового стресу та його впливу на копінг-стратегії. Зокрема, результати продемонстрували, що здатність до планування та позитивна переоцінка травматичного досвіду є основними чинниками, що сприяють стійкості особистості у війні. Завдяки застосуванню множинного регресійного аналізу на базі первинного зрізу (2020-2021 роки) математично встановлено, що репертуар застосовуваних індивідом продуктивних копінг-стратегій (планування, позитивна переоцінка) виступає потужним предиктором, який обумовлює 54 % дисперсії загального рівня психічної резильєнтності військовослужбовців морської піхоти. Багатовимірний порівняльний аналіз масивів даних констатувального зрізу позиційної війни та розширеного зрізу періоду повномасштабної збройної агресії (2023-2024 роки) засвідчив кардинальну трансформацію екології бойового стресу. Внаслідок хронічного алостатичного навантаження зафіксовано системне зниження ІПР особового складу морської піхоти до рівня 2.04 у рядових комбатантів. Виявлено феноменологію адаптації до гіперстресу: виникнення явища «когнітивного звуження», експоненційне зростання диспозиційного нейротизму та вимушений, біологічно детермінований перехід до стратегій жорсткого емоційного дистанціювання і пошуку макросоціальної підтримки (військового братерства) як компенсаторного механізму виживання при втраті інструментального

контролю в умовах масованого застосування артилерії, керованих авіабомб та іншого високоточного озброєння. На основі ідентифікованих емпіричних дефіцитів та нейробіологічних закономірностей розроблено авторську 4-блокову (цільовий, діагностичний, змістово-формульований, результативно-критеріальний блоки) структурно-функціональну «Модель розвитку та зміцнення резильєнтності особистості військовослужбовця морської піхоти ЗСУ за допомогою копінг-стратегій». Її специфічна релевантність та перевага полягає в анти-лінійній архітектоніці: психологічний вплив ініціюється з відновлення соматичної стабілізації вегетативної нервової системи, з подальшим поетапним переходом до когнітивного рефреймінгу, формування бойової згуртованості та екзистенційно-сміслової логотерапії. Подальші дослідження можуть зосередитись на розробці методик підтримки та відновлення психічної резильєнтності в умовах високої інтенсивності бойових дій, включаючи розширення соціальних і психологічних стратегій, які допоможуть зберегти колективну стійкість.

♦ Подяки

Автор висловлює глибоку повагу та щиру вдячність особовому складу підрозділів морської піхоти за сприяння, всебічну організаційну підтримку у проведенні дослідження в екстремальних умовах несення бойової служби, а також за їхній незламний, героїчний внесок у захист територіальної цілісності держави.

♦ Фінансування

Немає.

♦ Конфлікт інтересів

Немає.

♦ Джерела

- [1] Antonovsky, A. (1979). *Health, stress and coping*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- [2] Bartone, P.T. (1999). Hardiness protects against war-related stress in army reserve forces. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 51(2), 72-82. doi: 10.1037/1061-4087.51.2.72.
- [3] Billings, A.G., & Moos, R.H. (1984). Coping, stress, and social resources among adults with unipolar depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(4), 877-891. doi: 10.1037//0022-3514.46.4.877.
- [4] Bocharov, M., Stasiuk, V., Osyodlo, V., Ryzhenko, T., Malanin, V., Chumachenko, D., & Chaikovsky, I. (2023). Assessment of the activities physiological cost of the defense forces officers in Ukraine using miniature ECG device. *Frontiers in Cardiovascular Medicine*, 10, article number 1239128. doi: 10.3389/fcvm.2023.1239128.
- [5] Carver, C.S., Scheier, M.F., & Weintraub, J.K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283. doi: 10.1037//0022-3514.56.2.267.
- [6] Chykhantsova, O., & Denchyk, A. (2024). Specific features of Ukrainian military personnel resilience and its relationship with Actual Capacities. *The Global Psychotherapist*, 4(2), 37-48. doi: 10.52982/1kj231.
- [7] Connor, K.M., & Davidson, J.R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82. doi: 10.1002/da.10113.
- [8] Frankl, V. (2020). *Man's search for meaning: A psychologist in a concentration camp*. Kharkiv: Family Leisure Club.
- [9] Heim, E. (1988). *Coping and psychological adaptation: is there appropriate and inappropriate coping?* *Psychotherapy, Psychosomatics, Medical Psychology*, 38(1), 8-18.
- [10] Hobfoll, S.E. (1989). Conservation of resources. A new attempt at conceptualizing stress. *The American Psychologist*, 44(3), 513-524. doi: 10.1037//0003-066x.44.3.513.

- [11] Hukovskyy, O., West, J.C., Morganstein, J.C., Augusterfer, E.F., Benedek, D.M., Boyko, O., Ursano, R.J., & Adler, A.B. (2024). The combat path: Sustaining mental readiness in Ukrainian soldiers. *Parameters*, 54(2). doi: [10.55540/0031-1723.3285](https://doi.org/10.55540/0031-1723.3285).
- [12] Karachevskyy, A. (2023). Mental health care for Ukrainian military personnel during the war. *Psychosomatic Medicine and General Practice*, 8(1). doi: [10.26766/PMGP.V8I1.416](https://doi.org/10.26766/PMGP.V8I1.416).
- [13] Kokun, O. (2023). The personal growth resources of the adult population following the first months of the war in Ukraine. *International Journal of Psychology*, 58(5), 407-414. doi: [10.1002/ijop.12915](https://doi.org/10.1002/ijop.12915).
- [14] Kokun, O., Pischko, I., & Lozinska, N. (2022). Military personnel's stress reactivity during pre-deployment in a war zone. *Psychology, Health & Medicine*, 28(8), 2341-2352. doi: [10.1080/13548506.2022.2104882](https://doi.org/10.1080/13548506.2022.2104882).
- [15] Korolyov, D.K. (2019). *Psychological assessment of personnel*. Kyiv: H.S. Kostiuk Institute of Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine.
- [16] Kovalenko, J. (2024). Surviving the atrocity: A study of resilience and coping behaviour among Ukrainians during the Russo-Ukrainian war. *Journal of Health Psychology*, 29(14), 1688-1703. doi: [10.1177/13591053241274464](https://doi.org/10.1177/13591053241274464).
- [17] Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York, NY: Springer Publishing Company.
- [18] Lazorko, O. (2021). Adaptation of the Ukrainian version of the Spiritual Health Assessment Scale (SHAS). *Psychological Prospects Journal*, 38, 150-162. doi: [10.29038/2227-1376-2021-38-150-162](https://doi.org/10.29038/2227-1376-2021-38-150-162).
- [19] Maddi, S.R. (2002). The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 54(3), 173-185. doi: [10.1037/1061-4087.54.3.173](https://doi.org/10.1037/1061-4087.54.3.173).
- [20] Makarchuk, N., Tamarin, S., Miloradova, N., Dotsenko, V., & Lobanov, S. (2024). Development of psychological support programs for military personnel considering combat experience (Ukrainian case). *Health, Science and Technology*, 4, article number 542. doi: [10.56294/saludcyt2024.542](https://doi.org/10.56294/saludcyt2024.542).
- [21] Oviedo, L., Seryczyńska, B., Torralba, J., Roszak, P., Del Angel, J., Vyshynska, O., Muzychuk, I., & Churpita, S. (2022). Coping and resilience strategies among Ukraine war refugees. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(20), article number 13094. doi: [10.3390/ijerph192013094](https://doi.org/10.3390/ijerph192013094).
- [22] Parker, J.D.A., & Endler, N.S. (1992). Coping with coping assessment: A critical review. *European Journal of Personality*, 6(5), 321-344. doi: [10.1002/per.2410060502](https://doi.org/10.1002/per.2410060502).
- [23] Richardson, G.E., Neiger, B.L., Jensen, S., & Kumpfer, K.L. (1990). The resiliency model. *Health Education*, 21(6), 33-39. doi: [10.1080/00970050.1990.10614589](https://doi.org/10.1080/00970050.1990.10614589).
- [24] Rodina, N.V., Dotsenko, O., Kernas, A.V., Pereviazko, L.P., & Vornikova, L.K. (2022). Developing a scale for assessing coping behavior in situations of danger. *Journal of Ophthalmology (Ukraine)*, 3, 65-73. doi: [10.31288/oftalmolzh202236573](https://doi.org/10.31288/oftalmolzh202236573).
- [25] Southwick, S.M., & Charney, D.S. (2018). *Resilience: The science of mastering life's greatest challenges* (2nd ed.). Cambridge: Cambridge University Press. doi: [10.1017/9781108349246](https://doi.org/10.1017/9781108349246).
- [26] Stasiuk, V.V., & Seheida, R. (2025). The impact of combat stress factors on the psychological readiness of the Air Assault Forces of the Armed Forces of Ukraine. *Bulletin of the Academy of Labor Social Relations and Tourism*, 5. doi: [10.54929/3041-2390-2025-05-02-06](https://doi.org/10.54929/3041-2390-2025-05-02-06).
- [27] WMA. (2024). *WMA Declaration of Helsinki – ethical principles for medical research involving human participants*. Retrieved from <https://www.wma.net/policies-post/wma-declaration-of-helsinki/>.
- [28] Yatsiuk, M.V. (2023). *Psychology of personality self-regulation*. Vinnytsia: Municipal Higher Education Institution «Vinnytsia Academy of Continuing Education».
- [29] Zueger, R., Niederhauser, M., Utzinger, C., Annen, H., & Ehlert, U. (2023). Effects of resilience training on mental, emotional, and physical stress outcomes in military officer cadets. *Military Psychology*, 35(6), 566-576. doi: [10.1080/08995605.2022.2139948](https://doi.org/10.1080/08995605.2022.2139948).

A model for the development and enhancement of psychological resilience in Marine Corps service personnel of the Armed Forces of Ukraine through coping strategies

Larysa Chernobai

Adjunct
National Defence University of Ukraine
03049, 28 Povitrianykh Syl Ave., Kyiv, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0001-9301-1195>

♦ **Abstract.** The relevance of this study is conditioned by the need to revise classical paradigms of combat mental health preservation in the context of the radical transformation of the combat stress ecology brought about by Russia's full-scale aggression, the mass employment of advanced weaponry, and chronic allostatic load. The aim of the study was to empirically investigate the transformation of the structural and level characteristics of psychological resilience and the coping strategy repertoire of Marine Corps service personnel of the Armed Forces of Ukraine under conditions of high-intensity combat operations, and to develop and theoretically and mathematically substantiate a comprehensive structural-functional model for the optimisation of coping behaviour. The study was based on a rigorous methodological design comprising a series of sequential cross-sectional surveys conducted between 2020 and 2024. The empirical base consisted of Marine Corps service personnel of the Armed Forces of Ukraine: a baseline survey conducted under conditions of positional warfare (2020-2021, $n = 115$) and an extended survey from the period of full-scale invasion (2023-2024, $n = 120$). The study employed a battery of contemporary psychodiagnostic instruments in their Ukrainian adaptations: the Behavioural Self-Regulation Style Questionnaire (SRQ), the Big Five Locator, the coping strategy diagnostic tools of E. Heim and R.S. Lazarus & S. Folkman, the S.R. Maddi Hardiness Survey, the CD-RISC-10 resilience scale, and the Spiritual Health Assessment Scale (SHAS). Statistical processing (IBM SPSS Statistics) included analysis of variance, the Kruskal-Wallis H-test, Spearman's correlation analysis, and multiple linear regression. On the basis of the baseline survey data (2020-2021), it was mathematically demonstrated that the coping strategy repertoire – in particular, autonomous planning and positive reappraisal – acts as a powerful predictor accounting for 54% of the variance in the overall level of an individual's psychological resilience. By contrast, the comparative analysis of the extended survey revealed a decline in the Integral Psychological Resilience Index (IPRI) under the impact of full-scale warfare. Increases in neuroticism were recorded, along with the emergence of a “cognitive narrowing” phenomenon characterised by a reduced capacity for long-term autonomous planning, and a substantial compensatory shift towards strategies of emotional distancing and social support-seeking (collective resilience). On the basis of the identified empirical deficits, an original four-block (target, diagnostic, content-formative, and outcome-criterion) structural-functional model for resilience development has been elaborated

♦ **Keywords:** hardiness; psychological readiness; combat stress; mental health; full-scale warfare