



УДК 658.3:005.95

MENTAL HEALTH OF PERSONNEL IN WAR CONDITIONS

Viktoriia Vasiuta, Vlada Yukhno

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ПЕРСОНАЛУ В УМОВАХ ВІЙНИ

Васюта Вікторія Борисівна,

к.т.н., доц.

Юхно Влада Павлівна

здобувач вищої освіти

Національний університет “Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка”,
м. Полтава

Військові конфлікти створюють значний психологічний тиск на працівників, що впливає на їхню продуктивність, мотивацію та стабільність організацій. Підвищений стрес, невизначеність і соціальна напруга можуть призвести до зниження ефективності, відтоку кадрів і конфліктів у колективах. Тому підтримка ментального здоров'я персоналу стає критично важливою для збереження та адаптації організацій у кризових умовах.

Ментальне здоров'я працівників є ключовим фактором стабільності та ефективності організації. Воно впливає на продуктивність, адаптивність, командну співпрацю та утримання кадрів. Основними складовими є емоційне благополуччя, психологічна стійкість, соціальна підтримка та задоволеність роботою. Організаційна культура, лідерство та баланс між роботою та життям відіграють важливу роль у підтримці ментального здоров'я. Компанії, що дбають про добробут працівників, підвищують їхню ефективність, знижують стрес і створюють позитивний корпоративний імідж.

Позитивна організаційна культура сприяє ментальному здоров'ю працівників, знижуючи стрес і підвищуючи почуття безпеки. Довіра між керівництвом і працівниками, підтримка професійного розвитку, баланс між роботою та особистим життям, зменшення конфліктності та визнання досягнень формують сприятливе робоче середовище. Організації, що інвестують у культуру відкритості, взаємодопомоги та соціальної відповідальності, забезпечують стабільність, знижують плинність кадрів і підвищують залученість персоналу.

Лідерство відіграє ключову роль у ментальному здоров'ї працівників, визначаючи робочий клімат і рівень психологічної безпеки. Трансформаційний стиль лідерства сприяє підтримці та мотивації, знижуючи стрес і вигорання. Транзакційний стиль фокусується на контролі та виконанні завдань, що може підвищувати рівень стресу. Авторитарний стиль негативно впливає на емоційний стан персоналу. Лідери з високим емоційним інтелектом створюють комфортне середовище та запобігають виснаженню команди.



Інвестиції в розвиток лідерських навичок сприяють довгостроковій стабільності та продуктивності організації.

Ментальне здоров'я працівників стає стратегічним пріоритетом для організацій, особливо в умовах глобальних криз. Компанії впроваджують програми психологічної підтримки, тренінги зі стрес-менеджменту та гнучкі умови праці для зниження стресу та вигорання. Інвестиції в благополуччя персоналу сприяють стабільності, продуктивності та лояльності працівників, створюючи комфортне робоче середовище.

Війна суттєво впливає на всі аспекти життя, зокрема роботу та психологічний стан людей. В умовах воєнного часу працівники зазнають значного стресу, емоційного виснаження та невизначеності, що впливає на продуктивність та згуртованість колективу. Забезпечення емоційної підтримки, психологічної допомоги та сприятливого робочого середовища є ключовими для адаптації та стабільності організацій. Війна також підвищує ризик розвитку психологічних розладів, таких як тривога та депресія, що може мати довгострокові наслідки для психіки людини.

Підтримка ментального здоров'я в кризових умовах вимагає комплексного підходу: розвиток навичок саморегуляції, соціальна підтримка, гнучкі умови праці та доступ до психологічної допомоги. Інформаційні кампанії та когнітивно-поведінкова терапія є ефективними методами профілактики. Злагоджені дії на індивідуальному, соціальному та організаційному рівнях допомагають зберегти психічне благополуччя.

Список використаних джерел

1. Карамушка, Л.М. Психічне здоров'я персоналу організацій в умовах війни: основні вияви і ресурси. *Вчені записки Університету “Крок”*, 3(67). 2022. С. 124-133. URL: <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2022-67-124-133>.

2. Методики дослідження психічного здоров'я та благополуччя персоналу організацій : психологічний практикум. Л. М. Карамушка, О. В. Креденцер, К. В. Терещенко, В. І. Лагодзінська, В. М. Івкін, О. С. Ковальчук ; за ред. Л. М. Карамушки. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 76 с.

3. Титаренко Т. М. Особистість перед викликами війни: психологічні наслідки травматизації. *Проблеми політичної психології*. 2017. С. 13-24.