

## МОТИВАЦІЙНІ ПЕРЕДУМОВИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

## MOTIVATION PREREQUISITES FOR PRESERVING THE MENTAL HEALTH OF UKRAINIANS IN THE CONDITIONS OF WAR

Статтю присвячено дослідженню мотиваційних передумов збереження психічного здоров'я українців в умовах війни. Зроблено акцент на тому, що у складних умовах сьогодення збереження психічного набуло надзвичайної актуальності в Україні під час повномасштабної збройної агресії РФ. У результаті дослідження встановлено, що психічне здоров'я демонструє тісний психосоматичний зв'язок стану людини з комплексом як внутрішніх, так і зовнішніх чинників. Його визначають як стан психічного благополуччя, що дає змогу людям долати стреси, реалізовувати власний потенціал, продуктивно працювати та робити внесок у суспільне життя. Психічне благополуччя – здатність продукувати позитивні емоції, настрої, думки, почуття, а також відчувати щастя, гармонію та задоволеність життям.

Певні симптоми розладу психічного здоров'я можуть актуалізуватися як одразу після травматичної ситуації, так і через деякий час. Також можуть спостерігатися порушення психічної діяльності, зокрема сприймання, психосенсорні розлади та розлади пам'яті, мислення, емоцій, волі, уваги.

Обґрунтовано, що запобіганню чи зниженню рівня вияву зазначених вище розладів психічної діяльності та збереженню психічного здоров'я також сприятиме розвиток стресостійкості через формування мотивації до виживання, що складається з мотивів стійкості, витривалості та збереження життя, котрі можна актуалізувати шляхом самомотивування людини до збереження психічного здоров'я.

Зазначено, що у межах виокремлення дієвих шляхів збереження психічного здоров'я важливо здійснювати його психологічну профілактику через розвиток психологічної грамотності соціуму щодо психічного здоров'я та формування стану психологічної готовності до виживання в умовах війни. Мотиваційні передумови психічного здоров'я формують комплекс стійких мотивів особистості до розвитку здатності продукувати позитивні емоції, настрої, думки, почуття, а також вижити у складних умовах війни. До дієвих прийомів самомотивування можна віднести такі: «хто як не я», «мої актуальні мотиви», «я все здолаю», «моя місія на війні», «плани на майбутнє».

**Ключові слова:** психічне здоров'я, психічне благополуччя, психологічна готовність, мотивація, самомотивування, мотиваційні передумови.

The article is devoted to the study of the motivational prerequisites for preserving the mental health of Ukrainians in the conditions of war. The article emphasizes the fact that in today's difficult conditions, the preservation of mental health has become extremely relevant in Ukraine during the full-scale armed aggression of the Russian Federation. As a result of the study, it was established that mental health demonstrates a close psychosomatic connection between a person's condition and a complex of both internal and external factors. It is defined as a state of mental well-being that enables people to overcome stress, realize their potential, work productively and contribute to public life. Mental well-being is the ability to produce positive emotions, mood, thoughts, feelings, as well as to feel happiness, harmony and satisfaction with life.

Certain symptoms of a mental health disorder can be actualized both immediately after a traumatic situation and after some time. Violations of mental activity may also be observed, including perception, psychosensory disorders and disorders of memory, thinking, emotions, will, and attention.

It is substantiated that the development of stress resistance through the formation of motivation for survival, which consists of the motives of stability, endurance and preservation of life, which can be actualized through self-motivation of a person to preserve mental health, will also contribute to the prevention or reduction of the level of manifestation of the above-mentioned disorders of mental activity and the preservation of mental health.

Also, it is noted that within the scope of identifying effective ways to preserve mental health, it is important to carry out its psychological prevention through the development of psychological literacy of society regarding mental health and the formation of a state of psychological readiness for survival in war conditions. The motivational prerequisites of mental health form a complex of stable personal motives for the development of the ability to produce positive emotions, mood, thoughts, feelings, as well as to survive in the difficult conditions of war. Effective self-motivation methods, in particular, include the following: «who else but me», «my current motives», «I will overcome everything», «my mission in the war», «plans for the future».

**Key words:** mental health, mental well-being, psychological readiness, motivation, self-motivation, motivational prerequisites.

УДК 159.91:613.8  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.63.26>

**Іванова Н.Г.**

д.психол.н., професор,  
завідувач кафедри професійної психології  
Національна академія  
Служби безпеки України

**Радкович І.М.**

к.психол.н.,  
професор кафедри професійної психології  
Національна академія  
Служби безпеки України

У складних умовах сьогодення збереження психічного здоров'я набуло надзвичайної актуальності в Україні. Зазначена проблематика завжди була нагальною як у практичному, так і в теоретичному сенсі. Свідченням цього є розроблена Концепція розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 р. (затверджена Розпорядженням

КМУ від 27.12.2017 № 1018-р) та План заходів із її реалізації (затверджений Розпорядженням КМУ від 06.10.2021 № 1015-р). Водночас Всесвітній фонд психічного здоров'я у 2023 р. на щорічний Всесвітній день психічного здоров'я (10 жовтня) встановив актуальну тему – «Психічне здоров'я – універсальне право людини».

Вижити і перемогти ворога, відбудувати нашу країну та власні домівки, щасливо жити та розбудувати комфортне майбутнє – пріоритети кожного українця, які й формують мотиваційні передумови психічного здоров'я.

Значну увагу питанням збереження та відновлення психічного здоров'я приділяють українські вчені В.М. Корольчук, М.С. Корольчук, О.М. Морозов, Б.В. Михайлов, В.Д. Мішиєв, В.Ю. Омелянович, О.О. Паливода, В.І. Розов та ін. [1–4] Але динамічність перебігу сучасних подій зумовлює необхідність постійного оновлення наукових розвідок щодо виникнення, перебігу та подолання вад психічного здоров'я. До того ж це дасть змогу забезпечити належну ефективність відновлювальних заходів і сприятиме виокремленню основних напрямів формування дієвої системи збереження та психічного здоров'я.

Тому метою статті є виокремлення мотиваційних передумов збереження та відновлення психічного здоров'я в умовах війни.

Психічне здоров'я демонструє тісний психосоматичний зв'язок стану людини з комплексом як внутрішніх, так і зовнішніх чинників. Воно, безумовно, впливає на повсякденне життя людини, її взаємини, фізичний та психоемоційний стан. Його нормалізація є важливою передумовою формування та розвитку стійкості до стресів, усебічності реалізації власних здібностей, ефективної діяльності та функціонування у соціумі й загалом здатності щасливо жити та робити внесок у всебічний розвиток українського суспільства.

Як відомо, життєдіяльність людини забезпечується на певних взаємопов'язаних рівнях функціонування, а саме: біологічному, психологічному та соціальному. Здоров'я на психологічному рівні пов'язане з особистісною специфікою його сприйняття та усвідомлення, у межах якого функціонує кожна людина. При цьому чим гармонійніше поєднані всі індивідуально-психологічні особливості людини, тим вона більш стійка, врівноважена та здатна протидіяти зовнішнім негативним впливам [1, с. 8]. Певні порушення психічного здоров'я можуть бути пов'язані як із деякими соматичними захворюваннями чи вадами фізичного розвитку, так і з різноманітними негативними чинниками та стресами, що впливають на психіку.

Умови війни характеризуються дуже сильною дією зовнішніх подразників та зумовлюють специфічну реакцію організму. До стресових подій, зокрема, відносять перебування в бомбосховищі під час тривоги, евакуацію, утрату житла тощо, а до травмівних – насильство, каліцтво, загрозу життю, катування, втрату близьких людей та ін., тобто ті, що несуть пряму небезпеку для фізичного чи психічного здоров'я людей. Наслідком впливу стресових та травмівних подій, насамперед, може бути

психічна травма. Її розглядають як реакцію на тяжкий і нестерпний зовнішній вплив, який за браку захисних механізмів психіки може спричинити виникнення гострої реакції на стрес чи посттравматичного стресового розладу, інших психічних розладів [5, с. 34–39].

Гостра реакція на стрес – тимчасовий розлад, який розвивається в людини без будь-яких інших виявів психічних розладів у відповідь на незвичайний фізичний або психічний стрес і зазвичай зникає через декілька годин або днів (МКХ-10 (F43.0)); нормальна відповідь на стресову подію (МКХ-11 (QE84)).

Посттравматичний стресовий розлад (далі – ПТСР). У 10-му перегляді Міжнародної статистичної класифікації хвороб і проблем, пов'язаних зі здоров'ям (далі – МКХ-10), було таке визначення ПТСР: відстрочена або затяжна реакція на стресогенну подію чи ситуацію, винятково загрозливе або катастрофічне, які можуть зумовити дистрес майже в будь-кого (кодувався – F43.1). У 11-му перегляді Міжнародної статистичної класифікації хвороб і проблем, пов'язаних зі здоров'ям (далі – МКХ-11), відбулося розмежування на ПТСР (код 6B40) та Комплексний ПТСР (код 6B41) [5].

Так, у МКХ-11 зазначається, що посттравматичний стресовий розлад (ПТСР / F43.1 / 6B40) – це розлад, який може розвиватися у результаті впливу надзвичайно загрозливої чи жахливої події/серії подій та характеризується низкою ознак, а саме: повторне переживання травмівної події, уникнення нагадувань про подію, постійне сприйняття підвищеної загрози в поточний момент. Зазначені симптоми зберігаються кілька тижнів і призводять до значного погіршення в таких функціональних сферах, як особиста, сімейна, соціальна, освітня, професійна та ін. А комплексний посттравматичний стресовий розлад (КПТСР / 6B41) – це розлад, який може розвинути після впливу події або серії подій надзвичайно загрозливих або жахливих. Найчастіше це тривалі або повторювані події, які важко або неможливо уникнути (наприклад, тортури, рабство, тривале насильство в сім'ї, повторне сексуальне або фізичне насильство в дитинстві). Окрім того, КПТСР поєднує симптоми ПТСР та характеризується такими важкими і стійкими виявами, як:

- 1) проблеми в регулюванні афекту;
- 2) пов'язані зі стресовим впливом стійкі уявлення про себе як про принижену, роздавлену або нікчемну людину, що супроводжуються почуттями сорому, провини або поразки;
- 3) труднощі в підтримці стосунків та у переживанні почуття близькості до інших людей.

Ці симптоми викликають значні порушення в особистій, сімейній, соціальній, навчальній, професійній чи інших важливих сферах функціонування.

Що ж до критеріїв оцінки психічного здоров'я, то вони в межах цієї проблематики є досить важливими. Нині на особливу увагу заслуговує критерій психічної рівноваги, який дає змогу всебічно охарактеризувати психічні процеси особи (пізнавальні, емоційно-вольові). Окрім того, рівень урівноваженості та адекватності реакції на зовнішні впливи має велике значення в аспекті розмежування патології та норми. Зокрема, у психічно здоровій людини спостерігатимуться певні прояви, а саме: адекватна зовнішнім умовам поведінка; стійка критичність мислення та загалом пізнавальні процеси; розвинена адаптивність до можливих змін умов чи обставин; сформована здатність підтримувати комфортне самопочуття; мотивованість до життєдіяльності тощо.

Психічне здоров'я визначають як стан психічного благополуччя, що дає змогу людям долати стреси, реалізовувати власний потенціал, продуктивно та плідно працювати, а також робити внесок у суспільне життя. Психічне благополуччя – здатність продукувати позитивні емоції, настрої, думки, почуття, а також відчувати щастя, гармонію та задоволеність життям [2].

У межах виокремлення дієвих шляхів збереження психічного здоров'я слід акцентувати увагу на тому, що оптимальніше здійснювати не тільки й не стільки його відновлення, скільки попереджати його втрату. Тобто важливо здійснювати психологічну профілактику, вживати заходів із запобігання втраті психічного здоров'я. Загалом можна виокремити такі напрями зазначеної профілактики: психологічна грамотність соціуму щодо психічного здоров'я; формування стану психологічної готовності до виживання в умовах війни через володіння психологічними технологіями збереження та відновлення психічного здоров'я.

Отже, одним із перспективних напрямів збереження психічного здоров'я є профілактика шляхом формування у людей психологічної готовності до перебування у складних умовах війни. У психологічно підготовлених осіб, зокрема, можуть актуалізуватися загострене почуття обов'язку, рішучість, підвищена енергійність та активність, наполегливість, зібраність та готовність допомагати іншим, адекватна реакція на зміну обстановки тощо. Поведінка ж непідготовленої особи може супроводжуватися дезорганізацією та панікою, розгубленістю і нерішучістю, невпевненістю та підвищеним рівнем тривожності, зниженням рівня уваги й спостережливості, наполегливості та цілеспрямованості, підвищенням рівня роздратованості, нестриманості та агресивності і т. ін.

Знизити ймовірність виникнення негативних наслідків впливу умов війни на психічне здоров'я допоможе, насамперед, усвідом-

лення інформації щодо: сутності психічного здоров'я, особливостей вияву можливих розладів психічної діяльності, стресостійкості та можливостей самопомогти в умовах тривалої травматизації. Насамперед, розглянемо можливі розлади психічної діяльності людини, зумовлені впливом стресових та травмівних подій. Психічну діяльність людини можна представити як сукупність психічних процесів (пізнавальних та емоційно-вольових) із одночасним чи послідовним перебігом. Певні симптоми розладу психічного здоров'я можуть актуалізовуватись як одразу після травмівної ситуації (миттєва реакція), так і через деякий час (відтермінована реакція). Уважається, що хвороба як патологічний процес порушує єдність психіки та одні психічні функції відділяє від інших.

Тож можуть спостерігатися порушення сприймання (цілісного відображення інформації, що надходить із навколишнього середовища й виникає внаслідок її безпосередньої дії на слухові, зорові, нюхові, тактильні, смакові аналізатори людини та аналізатори загального відчуття). Порушення сприймання може, зокрема, прослідковуватися через наявність ілюзій (викривленого, хибного й оманливого сприймання реальних предметів чи явищ, що зливається із реальністю) та галюцинацій (уявного сприймання чи сприймання без об'єкта).

Зокрема, під час нюхових ілюзій звичайні запахи сприймаються, як досить неприємні, незвичні чи дуже огидні; під час слухових галюцинацій – шум у вухах, якісь окремі звуки чи голоси.

При психосенсорних розладах (порушенні сприйняття власного тіла чи часових і просторових меж) на відміну від ілюзій у людей частково може зберігатися критичне сприйняття певних окремих симптомів. Порушення сприйняття власного тіла виявляється в усвідомленні відчуття невагомості чи навпаки – надзвичайної важкості та непомірного збільшення/зменшення голови, ніг, рук, викривлення тулуба чи окремих частин тіла тощо. Порушення сприйняття часу – у відчутті його прискорення/уповільнення, зокрема коли години спливають, як секунди, хвилини здаються роками тощо. Порушення сприйняття просторових меж – у спотворенні відстані до предметів та їх форми, а предмети можуть здаватися нерезально великими/малими.

Розлади пам'яті (порушення здатності людини запам'ятовувати, зберігати та відтворювати необхідну інформацію) можуть проявлятися, зокрема, як:

- погіршення пам'яті – утруднення фіксації чи відтворення інформації;
- відсутність/утрата пам'яті (наприклад, на ті події, котрі передували травмівним подіям; після непритомного стану);



– помилкові згадки – неправильне співвіднесення подій та явищ, які відбулися чи могли статися у житті; надумані фантастичні спогади; змішування у спогадах як реальних, так і надуманих подій; «життя в минулому».

Що стосується розладів мислення (психічного процесу обробки, аналізу та синтезу інформації, генерації ідей, прогнозування можливих дій та наслідків їх реалізації), то вони, зокрема, можуть проявлятися як [1, с. 39–41]:

– зісковзування думок – під час розповіді про одні події людина різко переключається на інші;

– розірваність мислення – людина промовляє граматично правильну фразу, але змістовний зв'язок між окремими її частинами відсутній;

– безладність мислення – відбувається розладом синтезу, через що втрачається змістовна та граматична побудова мовлення (невпорядковане поєднання окремих слів, наприклад «земля... черевики... дощ... назад»);

– нав'язливі ідеї – повторювальність мимовільних думок, некерованих людиною;

– надцінні ідеї – це думки, які базуються на реальних явищах або обставинах, постійно виникають у свідомості людини та мають надзвичайно сильне емоційне забарвлення;

– маячні ідеї – це система хибних уявлень і умовиводів, яка абсолютно не відповідає дійсності, цілком оволодіває свідомістю особи і не піддається будь-якій логічній корекції.

Також можуть спостерігатися і певні розлади емоцій (внутрішніх реакцій людини на зовнішні подразники), зокрема: різкі перепади настрою, неадекватність емоцій діям та поведінці, виникнення стану афекту (інтенсивного короткочасного емоційного стану).

Розлади волі (активної цілеспрямованої психічної діяльності, котра визначає здатність ухвалювати рішення й контролювати власну поведінку) виявляються, насамперед, як: надмірна вольова активність; послаблення вольової активності (може спостерігатися при депресивних станах та інших пригніченнях психічної діяльності).

Під час розладів уваги (зосередження/концентрація психічної діяльності на конкретних об'єктах/предметах у певний момент часу) може спостерігатися слабкість чи повна відсутність активної уваги, її відвертання, підвищена зосередженість. Зокрема, слабкість уваги є характерним симптомом органічних уражень головного мозку та астеничних станів. Відвертання уваги є характерним симптомом маніакальних станів, переважатиме пасивна увага. Підвищена зосередженість уваги спостерігається при депресіях, коли увага сконцентрована на незначній кількості уявлень, зазвичай неприємного змісту.

Водночас не потрібно боятися власних реакцій, оскільки психіка намагається саме так «захиститися» від «ненормальних» умов війни. І навіть коли нам здається, що психіка вже не витримує наявні жахіття війни, варто звернутися до наведених нижче правил збереження адекватної поведінки та виживання, а саме:

– ви маєте зібратися із силами, опанувати свій страх та намагатися не панікувати, оскільки паніка та хвилювання вам не допоможуть;

– якщо ви отримали «погані новини», то відкиньте емоції й нічого не вчиняйте з опалу, намагайтеся спокійно та об'єктивно проаналізувати наявну ситуацію, спрогнозувати особливості її перебігу та можливі наслідки, а тільки потім дійте;

– щоб вижити і допомогти іншим, треба не занурюватися у повний негатив, а, блокуючи вияви безпорадності, сконцентруватися на конструктивних думках та діях, оскільки, якщо ви постійно думаєте про негатив, то це може зумовлювати погіршення фізичного і психічного здоров'я;

– потрібно відволікатися від розпачу шляхом занурення в якісь конкретні справи чи комунікувати та обов'язково намагатися їсти й спати, якщо навіть немає бажання;

– коли ви починаєте відчувати тремтіння по всьому тілу, то краще сядьте й спробуйте розслабити кінцівки і м'язи обличчя, зробіть п'ять спокійних вдихів-видихів (за схемою: вдих через ніс і затримка дихання та видих через рот); ще, якщо є можливість, можна умитися чи прийняти душ, випити чаю чи теплої води;

– не слід тримати у собі негативні емоції, треба намагатися від них звільнитися; якщо відчуваєте, що, можливо, зараз заплачете, то не соромтеся цього, бо краще виплакати;

– болочу проблему потрібно проговорити самому собі (якщо ви на самоті) чи комусь, оскільки, проговорюючи власні міркування, ви можете краще сформулювати та усвідомити саме те, що вас насправді хвилює;

– не перекидайте свої негативні емоції на тих, хто поряд, оскільки це може призвести до ще більших хвилювань, докорів сумління та конфліктів;

– намагайтеся за будь-яких обставин не втрачати критичності мислення та віри в те, що ви обов'язково впораєтесь із усіма труднощами.

До того ж запобіганню чи зниженню рівня вияву зазначених вище розладів психічної діяльності та збереженню психічного здоров'я також сприятиме розвиток стресостійкості через формування мотивації до виживання. Указана мотивація складається з комплексу мотивів стійкості, витривалості та збереження життя. Ці мотиви є базисними в контексті збереження та відновлення психічного здоров'я.

Актуалізуючи вказані мотиви, ми можемо вплинути на те, як сильно і довго стресові

й травмівні події впливатимуть на нас. Що швидше організм відновиться після екстремальної ситуації, то менше шкоди буде завдано здоров'ю. Для підвищення рівня стресостійкості в умовах війни потрібно, зокрема:

- бути обізнаним щодо можливих реакцій психіки та у цілому організму на вплив психотравмуючих чинників;
- вірити у власні можливості та вміти долати паніку й концентруватися на конструктивних діях;
- мати активну життєву позицію та позитивне раціональне мислення;
- уміння об'єктивно оцінювати ситуацію та конструктивно діяти;
- мати розвинені вольові якості, фізичні ресурси, адаптивні можливості та мотивацію до виживання.

Людина може впоратися з багатьма труднощами, коли знає, заради чого вона це робить. Відсутність перспективної мети та мотивації зумовлює безпорадність під психологічним тиском війни та знижує рівень стресостійкості. Тому важливим убачається і самомотивування людини до збереження психічного здоров'я.

Самомотивування розглядають як вплив на формування нових та актуалізацію необхідних власних мотивів до конструктивних дій та підтримання належного психоемоційного стану [4, с. 104]. До дієвих прийомів самомотивування належать такі:

*прийом «хто як не я»* – зорієнтований на усвідомлення власної значущості й того, що не потрібно перекладати обов'язки на когось, а слід діяти самому;

*прийом «мої актуальні мотиви»* – полягає у виокремленні трьох-п'яти важливих для себе мотивів, які детермінують необхідність конструктивних дій;

*прийом «я все здолаю»* – формує систему переконань у тому, що страх і хвилювання аж ніяк не допоможуть, а будуть тільки відволікати;

*прийом «моя місія на війні»* – дає розуміння власної ролі й потенційних можливостей у складній боротьбі із супротивником під час війни;

*прийом «плани на майбутнє»* – спрямований на визначення перспективної мети у мирному житті та пріоритетів реадаптації до нього.

Віра у перемогу, мотивація до мирного життя та високий рівень стресостійкості допоможуть нам витримати, подолати труднощі нинішньої війни та відновити психічне здоров'я.

Таким чином, ураховуючи вищевикладене, можемо зробити певні висновки:

- психічне здоров'я демонструє тісний психосоматичний зв'язок стану людини з комплексом як внутрішніх, так і зовнішніх чинників, а його сутність полягає у наявності сформованого стан психічного благополуччя, що дає змогу людям долати стреси, реалізовувати власний потенціал, продуктивно працювати, а також робити внесок у суспільне життя;

- певні симптоми розладу психічного здоров'я можуть актуалізовуватись як одразу після травмівної ситуації, так і через деякий час та можуть спостерігатися порушення психічної діяльності, зокрема сприймання, психосенсорні розлади та розлади пам'яті, мислення, емоцій, волі, уваги. Особливості таких виявів важливо знати, щоб вчасно запобігти їх розвитку;

- запобіганню чи зниженню рівня вияву зазначених вище розладів психічної діяльності та збереженню психічного здоров'я також сприятиме розвиток стресостійкості через формування мотивації до виживання, що складається з мотивів стійкості, витривалості та збереження життя. Ці мотиви можна актуалізувати шляхом самомотивування людини до збереження психічного здоров'я;

- у межах виокремлення дієвих шляхів збереження психічного здоров'я слід акцентувати увагу на тому, що важливо здійснювати психологічну профілактику через розвиток психологічної грамотності соціуму щодо психічного здоров'я та формування стану психологічної готовності до виживання в умовах війни;

- мотиваційні передумови психічного здоров'я формують комплекс стійких мотивів особистості до розвитку здатності продукувати позитивні емоції, настрій, думки, почуття, а також вижити у складних умовах війни. До дієвих прийомів самомотивування можна віднести, зокрема, такі: «хто як не я», «мої актуальні мотиви», «я все здолаю», «моя місія на війні», «плани на майбутнє» тощо.

Перспектива подальших досліджень убачається у виокремленні та характеристиці психологічного механізму розвитку мотивації до збереження й відновлення психічного здоров'я українців в умовах війни та у поствоєнний період.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Збереження психічного здоров'я населення України в умовах війни : практичний посібник / Н.Г. Іванова та ін. Київ : НА СБУ, НУ ОЗУ ім. П.Л. Шупика, 7БЦ, 2024. 212 с.
2. Іванова Н.Г., Паливода О.О. Контрпропаганда у контексті протидії загарбницьким діям РФ та збереження психічного здоров'я українців. *Габітус*. 2023. № 54. С. 111–115.
3. МКХ-11. РОЗДІЛ 06: Психічні і поведінкові розлади та порушення нейропсихічного розвитку (статистична класифікація) / за заг. ред. В.Д. Мішиєва. Переклад з англ. проф. Б.В. Михайлова. Київ : МОРІОН, 2023. 304 с.
4. Порадник офіцера з морально-психологічного забезпечення Збройних сил України : практичний порадак / В.М. Гребенюк та ін. Київ : НА СБУ, 2023. 160 с.
5. Психологічні аспекти комунікації з населенням на деокупованих територіях України : практичний порадак / Н.Г. Іванова та ін. Київ : НА СБУ, 2023. 96 с.