

**Кирило Логвись**

здобувач магістерського рівня вищої освіти  
спеціальності «Психологія»,  
ОПП «Психологія конфлікту та практична медіація»,  
Тернопільський національний педагогічний  
університет імені Володимира Гнатюка  
logviskir@gmail.com

**Іванна Андрійчук**

кандидат психологічних наук, доцент  
Тернопільський національний педагогічний  
університет імені Володимира Гнатюка,  
м.Тернопіль, Україна  
[ivanna\\_andriychuk@tnpu.edu.ua](mailto:ivanna_andriychuk@tnpu.edu.ua)

## **ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА В МЕДІАЦІЇ У ВИРІШЕННІ ВІЙСЬКОВИХ КОНФЛІКТІВ**

Сучасні військові конфлікти залишають глибокий відбиток не лише на суспільстві загалом, а й на окремих колективах, які працюють у кризових умовах. Напружена атмосфера, стресові ситуації та високий рівень емоційної напруги можуть призводити до внутрішніх конфліктів, зниження продуктивності та психологічного виснаження.

Війна, що триває в Україні, створює безпрецедентні виклики для суспільства, зокрема у сфері міжособистісної взаємодії в колективах. Військові дії, вимушене переселення, втрата близьких, економічна нестабільність та постійний психологічний тиск спричиняють підвищений рівень конфліктності в робочих, військових і громадських спільнотах. В умовах постійного стресу та емоційного вигорання люди частіше втрачають здатність до конструктивного діалогу, що ускладнює командну роботу, прийняття спільних рішень і збереження згуртованості.

У таких обставинах медіація з елементами психологічної підтримки набуває особливого значення. Вона дозволяє не лише вирішувати конфлікти, а й допомагає людям опанувати власні емоції, відновити взаємодовіру та розвинути стратегії ефективної комунікації. Це критично важливо для військових підрозділів, волонтерських організацій, державних установ і підприємств, які працюють в умовах воєнного часу.

Таким чином, впровадження психологічної підтримки в медіаційні процеси є необхідним кроком для стабілізації соціальних і професійних відносин в Україні. Це сприятиме покращенню морально-психологічного стану колективів, посиленню їхньої стійкості до кризових ситуацій та загальному зміцненню суспільної єдності.

*Мета статті* – проаналізувати роль психологічної підтримки в медіації під час військових конфліктів у колективі, її основні методи та принципи, а також вплив на ефективність процесу врегулювання суперечок.

Психологічна підтримка відіграє ключову роль у процесі медіації під час військових конфліктів у колективах, оскільки сприяє створенню безпечного простору для конструктивного діалогу, зниженню емоційної напруги та пошуку взаємовигідних рішень. У таких складних обставинах люди часто перебувають у стані стресу, що може викликати агресію, страх, недовіру або почуття безвиході. Психологічна підтримка допомагає учасникам конфлікту усвідомити власні емоції, навчитися їх контролювати та конструктивно взаємодіяти з іншими [1; 2; 5; 7; 8].

Психологічна підтримка у військових колективах є критично важливою для забезпечення боєздатності та морального стану особового складу. Різні автори досліджували методи психологічної підтримки в цьому контексті. Кокун О. у своїй праці розглядає теоретичні та практичні аспекти надання психологічної допомоги військовим та їхнім родинам [4]. Ананьїн В. систематизує матеріали щодо психологічних засад службових відносин і професійної діяльності у військовому колективі, враховуючи сучасні умови та досвід проведення ООС [6]. Зоран Комар у своїй праці «Психологічна стійкість

воїна» надає рекомендації для військових психологів, командирів та їх заступників щодо розвитку та підтримки психологічної стійкості військовослужбовців [3].

Ці роботи підкреслюють важливість психологічної підтримки у військових колективах та пропонують різні підходи до її реалізації. На основі вищезгаданих досліджень можемо виокремити основні функції психологічної підтримки в медіації, а саме:

- зниження рівня напруги та стресу (допомагає сторонам конфлікту усвідомити свої почуття та стабілізувати емоційний стан);
- створення атмосфери довіри та безпеки;
- покращення комунікації, що допомагає сторонам правильно формулювати свої потреби, а не лише висловлювати претензії;
- підвищення рівня емпатії, що сприяє кращому розумінню почуттів і позицій інших учасників конфлікту;
- формування навичок конструктивного вирішення конфліктів, котре сприяє розробці стратегії взаємодії, що дозволяє уникати конфліктних ситуацій у майбутньому.

Залучення психологічної підтримки до медіації значно підвищує ефективність процесу вирішення конфліктів у військових умовах. Зокрема, це дозволяє зменшити рівень агресії та уникнути ескалації конфлікту, підвищити рівень взаємодовіри між учасниками, знайти більш стійкі та довготривалі рішення, що враховують не лише формальні інтереси, а й емоційні потреби сторін, попередити повторне виникнення конфліктів завдяки формуванню навичок конструктивного спілкування та поліпшити морально-психологічний стан колективу, що особливо важливо в умовах війни та постійного стресу.

Таким чином, психологічна підтримка в медіації під час військових конфліктів у колективі є не лише допоміжним, а й необхідним елементом ефективного процесу врегулювання суперечок. Її застосування дозволяє зберегти згуртованість, покращити комунікацію та сприяти адаптації людей до складних обставин воєнного часу.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Альтернативні підходи до розв'язання конфліктів: теорія і практика застосування / уклад. : Н. Гайдук, І. Сенюта, О. Бік, Х. Терешко. Львів : ПАІС, 2007. 296 с
2. Андрійчук І.П. Медіація та освіта: соціально-психологічний вимір. Communication as a factor of transparency of social interaction: psychological, historical, legal, economic and political dimensions. Monograph. Елк. 2022. ISBN 978-83-61605-67-6, p.183- 193.
3. Зоран Комар. Психологічна стійкість воїна. Підручник для військових психологів. К. 2017. 185 с.
4. Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Олійник В.О., Хоружий С.М., Ларіонов С.О., Сириця М.В. Особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям, ветеранам та членам їхніх сімей цивільними психологами : метод. посіб. К. : 7БЦ, 2023. 175 с.
5. Психологія конфлікту: Навчально-методичний посібник для підготовки магістрів усіх форм навчання/ В.Ф.Орлов, О.М.Отич, О.О.Фурса. К.: ДЕТУТ, 2008. 422 с.
6. Психологія і педагогіка військових колективів: навчальний посібник. / В. О. Ананьїн, В. В. Горлинський, О. О. Пучков, О. В. Уваркіна; за. ред. В. О. Ананьїна : ІСЗЗІ КПІ ім. Ігоря Сікорського, Київ Вид-во «Політехніка», 2021. 274 с.
7. Розбудова миру. Профілактика і вирішення конфлікту з використанням медіації: соціально-педагогічний аспект. Навч-метод. посібник. К.: ФОП Стеценко В.В. 2016, URL: [http://www.lastrada.org.ua/ucp\\_mod\\_library\\_showcategory\\_65.html](http://www.lastrada.org.ua/ucp_mod_library_showcategory_65.html)
8. Свідерська Г.М. Медіація: соціальні та психологічні аспекти феномену. Communication as a factor of transparency of social interaction: psychological, historical, legal, economic and political dimensions. Monograph. Елк. 2022. ISBN 978-83-61605-67-6, p.193- 203.