

УДК 159.944.4:355.1-058.835(477)

[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-10\(56\)-1521-1533](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-10(56)-1521-1533)

Задорожна-Княгницька Леніна Вікторівна доктор педагогічних наук, професор, Заслужений працівник освіти України, декан психолого-педагогічного факультету, Маріупольський державний університет, м. Київ, <https://orcid.org/0000-0001-9876-5797>

Хаджинова Ірина Володимирівна старший викладач кафедри педагогіки та освіти, Маріупольський державний університет, м. Київ, <https://orcid.org/0000-0002-4059-4822>

Бурик Михайло Олександрович лейтенант, Учасник бойових дій, офіцер-психолог Навчального центру Десантно-штурмових військ Збройних сил України, м. Житомир

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ТА ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ В УМОВАХ ВИКЛИКІВ

Анотація. Війна спричинила глибокі фізичні, психологічні та соціальні наслідки, які істотно вплинули на суспільство та систему охорони здоров'я. Особливу увагу приділено психічному стану військовослужбовців, які зазнали бойових травм, та необхідності створення ефективної системи психологічної реабілітації як важливого елемента національної безпеки.

У статті узагальнено нормативно-правові засади функціонування системи реабілітації в Україні, зокрема положення Стратегії переходу від військової служби до цивільного життя до 2032 року, а також Закону України «Про реабілітацію у сфері охорони здоров'я». Визначено ключові напрями державної політики у сфері реабілітації: розвиток мережі сучасних центрів, підготовка кваліфікованих фахівців, впровадження інноваційних методів лікування та психологічної підтримки, а також міжвідомча координація зусиль різних інституцій.

Окрему увагу приділено впровадженню нової моделі організації психічного здоров'я, адаптованої на основі британського досвіду, що передбачає активну участь лікарів первинної ланки у виявленні й лікуванні психічних розладів. Розкрито переваги мультидисциплінарного підходу, який об'єднує роботу медичних, психологічних і соціальних фахівців.

У контексті психологічної допомоги окреслено сутність і завдання основних напрямів психотерапевтичної роботи з військовими: когнітивно-поведінкової терапії, експозиційної терапії, групових форм роботи, психоосвіти

та VR-терапії. Розглянуто специфіку кризової інтервенції, етапів відновлення та адаптації, а також визначено принципи, на яких базується психологічна допомога (добровільність, конфіденційність, компетентність та гуманізм).

Зазначено, що одним із ключових викликів є посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), який має складну клінічну картину й потребує системного підходу до діагностики та лікування. Визначено необхідність розвитку національної моделі психологічної реабілітації, інтеграції міжнародного досвіду (США, Ізраїль, ЄС) та зміцнення кадрового потенціалу системи.

Автори підкреслюють, що психологічна реабілітація військовослужбовців і ветеранів є не лише медичною, а й соціальною та державною необхідністю, оскільки сприяє формуванню стійкості суспільства, зниженню психоемоційної напруги та успішній реінтеграції захисників у цивільне життя.

Ключові слова: психологічна реабілітація, військовослужбовці, ветерани війни, посттравматичний стресовий розлад, адаптація, психічне здоров'я, соціально-психологічна підтримка.

Zadorozhna-Kniahnytska Lenina Viktorivna Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Honoured Worker of Education, Dean of the Faculty of Psychology and Pedagogy Mariupol State University, Kyiv, <https://orcid.org/0000-0001-9876-5797>

Khadzhynova Iryna Volodymyrivna Senior Lecturer of the Department of Pedagogy and Education Mariupol State University, Kyiv, <https://orcid.org/0000-0002-4059-4822>

Buryk Mykhailo Oleksandrovykh Lieutenant, Combatant, Psychologist Officer of Training Centre of the Airborne Assault Forces Armed Forces of Ukraine, Zhytomyr

FEATURES OF PSYCHOLOGICAL REHABILITATION OF MILITARY SERVICEMEN AND WAR VETERANS IN CHALLENGING CONDITIONS

Abstract. The war caused profound physical, psychological and social consequences that significantly affected society and the healthcare system. Particular attention is paid to the mental state of servicemen who suffered combat injuries and the need to create an effective system of psychological rehabilitation as an important element of national security.

The regulatory and legal principles of the rehabilitation system in Ukraine, in particular the provisions of the Strategy for the Transition from Military Service to Civilian Life by 2032, as well as the Law of Ukraine “On Rehabilitation in the Sphere of Healthcare” are summarized in the article. The key directions of state policy in the

field of rehabilitation are identified: the development of a network of modern centres, the training of qualified specialists, the introduction of innovative methods of treatment and psychological support, as well as interdepartmental coordination of the efforts of various institutions.

Special attention is paid to the implementation of a new model of mental health organization, adapted from British experience, which involves the active participation of primary care physicians in the identification and treatment of mental disorders. The advantages of a multidisciplinary approach that combines the work of medical, psychological and social specialists are revealed.

In the context of psychological care, the essence and objectives of the main areas of psychotherapeutic work with the military are outlined: cognitive-behavioural therapy, exposure therapy, group forms of work, psychoeducation and VR-therapy. The specifics of crisis intervention, stages of recovery and adaptation are considered, and the principles on which psychological care is based (voluntariness, confidentiality, competence and humanism) are also determined.

It is noted that one of the key challenges is post-traumatic stress disorder (PTSD), which has a complex clinical picture and requires a systemic approach to diagnosis and treatment. The need to develop a national model of psychological rehabilitation, integrate international experience (USA, Israel, EU) and strengthen the human resources potential of the system has been identified.

The authors emphasize that psychological rehabilitation of military personnel and veterans is not only a medical, but also a social and state necessity, as it contributes to the formation of social stability, reducing psycho-emotional stress and successful reintegration of defenders into civilian life.

Keywords: psychological rehabilitation, military personnel, war veterans, post-traumatic stress disorder, adaptation, mental health, socio-psychological support.

Постановка проблеми. Війна розв'язана Російською Федерацією проти України, стала масштабним випробуванням як для кожного українця/українки, так і для держави в цілому, спричинивши значні фізичні, психологічні та соціальні наслідки, які суттєво вплинули на населення, зокрема на стан здоров'я військовослужбовців, безпосередньо залучених до бойових дій. Серед ключових викликів війни можна виокремити: стрімке зростання чисельності учасників бойових дій, що потребує прогнозування майбутньої кількості ветеранів для забезпечення ефективного розподілу ресурсів, а також зростання потреби у комплексній медичній, психологічній і соціальній реабілітації, спрямованій на інтеграцію ветеранів у мирне життя.

Актуальність вирішення питання психологічної реабілітації військовослужбовців та ветеранів війни зумовлене складністю психічних наслідків бойового досвіду, що охоплюють спектр емоційних, когнітивних та поведінкових порушень. Довготривале перебування у зоні підвищеного стресу, безпосередня загроза життю та втрата побратимів створюють передумови для розвитку

посттравматичних стресових розладів, депресивних станів, тривожних розладів, соматичних порушень і соціальної дезадаптації. Відсутність своєчасної професійної підтримки ускладнює адаптацію ветеранів до цивільного життя, посилює кризові стани та сприяє формуванню деструктивних поведінкових стратегій. З огляду на це, важливим етапом відновлення фізичного та психічного здоров'я є психологічна реабілітація, спрямована на стабілізацію емоційного стану, відновлення когнітивних функцій та корекцію поведінкових патернів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз наукових джерел свідчить, що питанням медичної та комплексної медико-психологічної реабілітації військовослужбовців та ветеранів присвятили свої роботи українські науковці: К. Бабов, Ю. Бриндіков, О. Гавловський, С. Гуца, Г. Дмитрієва, О. Друзь, І. Заболотна, Н. Кононенко, О. Кулешова, Я. Лавренюк, М. Матяш, С. Мішура, С. Мелешук, Т. Польщакова, В. Самойленко, І. Середа, В. Стеблюк, Л. Хащівський, В. Цимбалюк, І. Черненко, А. Швець, О. Шевченко, та ін.

Аспекти психологічної реабілітації воїнів розкрили у своїх роботах Л. Балабанова, І. Балашова, Т. Безверхнюк, О. Борисова, В. Власов, Л. Вольнова, Н. Гончаренко та І. Гончаренко, І. Григус, І. Заболотна, О. Колесніченко, С. Калинич, Н. Корчан, І. Крук, Я. Мацегора, І. Приходько, С. Підлужна, О. Пучина, та ін. Питання правового регулювання реабілітації представлено в роботах О. Волянського, О. Горішина, Ю. Депутат, А. Кіх, К. Куркова, Л. Луценко-Миськів, А. Швець, та ін.

Однак, у цілому відчутним є брак досліджень із питань комплексної та психологічної реабілітаційної допомоги військовослужбовцям та ветеранам війни, що вказує на актуальність проблематики даного дослідження.

Мета статті – дослідження особливостей організації психологічної реабілітації військовослужбовців та ветеранів війни в Україні в умовах повномасштабної війни.

Виклад основного матеріалу. Реабілітаційна стратегія охорони здоров'я являє собою самостійну складову системи охорони здоров'я, основною метою якої є досягнення максимально можливого рівня функціонування особистості у взаємодії з її соціальним та фізичним середовищем. Вона спрямована на забезпечення соціальної інтеграції та оптимізації участі індивіда в суспільному житті. Для цього застосовуються інтегративні підходи, які включають розвиток і зміцнення особистісних ресурсів, створення сприятливих умов у навколишньому середовищі, а також стимулювання активної взаємодії особи із цим середовищем. Іншими словами, метою реабілітації є максимально швидке відновлення порушених функцій організму з мінімальними витратами для здоров'я, адаптація людини до середовища та забезпечення її участі в соціальному житті з урахуванням попередніх або змінених соціальних функцій внаслідок хвороби [15; 17].

Комплексна реабілітація визначається як цілісний, інтегративний процес, спрямований на відновлення фізичних, психологічних, соціальних та профе-

сійних функцій осіб, які зазнали травматичних впливів під час виконання військових обов'язків. Цей процес охоплює надання медичної допомоги для відновлення фізичного здоров'я, психологічну підтримку для подолання посттравматичних розладів, соціальну адаптацію з метою повернення до активного громадського життя, а також професійну реабілітацію для сприяння подальшій кар'єрній реалізації [11].

Воєнні дії суттєво вплинули на українську систему охорони здоров'я, висвітливши кілька критичних точок:

- 1) фізичне руйнування медичної інфраструктури (пошкодження та знищення медичних закладів, особливо в прифронтових зонах);
- 2) дефіцит кадрів (евакуація кваліфікованих медичних працівників до безпечних регіонів або за кордон, що ускладнює надання медичних послуг);
- 3) зростання навантаження на систему (постійне збільшення кількості пацієнтів із бойовими травмами, включаючи цивільних осіб, підвищує потребу в екстреній та спеціалізованій медичній допомозі);
- 4) психологічний тиск (війна спричинила різке збільшення поширеності ПТСР, депресивних і тривожних розладів, що зумовлює високий попит на психологічну допомогу).

Зазначені чинники, безумовно, впливають нині на розбудову системи реабілітації для військовослужбовців та ветеранів війни і, ймовірно, позначатимуться на такій системі й у майбутньому, оскільки зростатиме кількість громадян, які потребуватимуть реабілітації. Так, за даними Міністерства у справах ветеранів, після завершення війни близько 20 % населення України потребуватиме державної підтримки у вигляді соціальних послуг для ветеранів. Наразі в Україні статус ветеранів війни вже отримали більше 100 тисяч осіб. У зв'язку з цим державні інституції та суспільство мають адаптувати соціальне середовище до потреб військовослужбовців, ветеранів і їхніх родин. Особливий акцент робиться на психологічному стані осіб, які зазнали тяжких поранень і потребують тривалої реабілітації, що має розглядатися як складова національної безпеки. З огляду на значну кількість постраждалих від фізичних і психологічних травм, у тому числі ПТСР, система реабілітації має забезпечувати інтегровану підтримку, що включає медичні, соціально-психологічні та фізичні аспекти, а також соціальну адаптацію [14].

Нині реабілітація осіб, які зазнали фізичних чи психологічних травм, є пріоритетом державної політики у сфері охорони здоров'я та соціального захисту. В умовах війни Україна зіткнулася з необхідністю швидкої трансформації та адаптації існуючих медичних і соціальних послуг до потреб військовослужбовців. Розбудова мережі закладів комплексної реабілітації стала одним із стратегічних завдань держави.

На підтримку ветеранів спрямована Стратегія переходу від військової служби до цивільного життя до 2032 року, яка передбачає: забезпечення доступу до якісних реабілітаційних послуг, розширення психологічної підтримки,

розвиток професійних навичок бойових медиків, впровадження міжсекторальної співпраці між органами влади та громадськими організаціями [12]. Відповідно зазначеного документу пріоритетами державної політики є:

1. Розширення мережі сучасних реабілітаційних закладів, зокрема у віддалених регіонах.

2. Навчання та залучення кваліфікованих фахівців.

3. Впровадження інноваційних методів лікування та медичної та психологічної реабілітації.

4. Проведення моніторингу й оцінки ефективності реабілітаційних програм.

Ефективність функціонування мережі закладів реабілітації значною мірою залежить від злагодженого публічного управління та міжвідомчої координації. Взаємодія між Міністерством охорони здоров'я, Міністерством у справах ветеранів, іншими органами влади та Збройними силами України сприяє реалізації національних стратегій реабілітації.

Попри значні виклики Україна поступово реформує систему реабілітації, інтегруючи міжнародний досвід і стандарти. Інвестиції у професійну підготовку кадрів, розвиток інфраструктури та запровадження міждисциплінарного підходу є ключовими умовами для успішного відновлення військовослужбовців. Реалізація цих заходів сприятиме фізичному, психологічному та соціальному відновленню постраждалих, забезпечуючи їхню інтеграцію в суспільство та повернення до активного цивільного життя.

Важливим напрямом розбудови системи реабілітації військовослужбовців та ветеранів стало впровадження нової моделі організації охорони психічного здоров'я, адаптованої на основі британського досвіду. Ця модель передбачає розширення ролі лікарів первинної ланки у процесі ведення пацієнтів із психічними розладами. Відповідно до оновленої концепції, сімейні лікарі здійснюють первинне спостереження за станом психічного здоров'я пацієнтів і, за необхідності, скеровують їх до психіатрів, які виконують консультативну функцію. Надалі лікування реалізується лікарем первинної ланки відповідно до отриманих рекомендацій. Одним із ключових аспектів реформи є поступове скорочення рівня госпіталізацій у психіатричні стаціонарні заклади, що відповідає сучасним тенденціям розвитку психіатричної допомоги та сприяє її децентралізації [9, с. 39-41].

Вітчизняні фахівці активно вивчають досвід країн із розвиненими системами реабілітації військових, зокрема Сполучених Штатів Америки, Ізраїлю та держав Європейського Союзу. Міжнародна співпраця дозволяє впроваджувати сучасні технології, навчальні програми та забезпечувати доступ до передового обладнання. Водночас важливим є розвиток власної інфраструктури, орієнтованої на потреби ветеранів.

Центральним елементом системи є реабілітаційні центри, які функціонують на основі мультидисциплінарного підходу. Зазначені заклади мають повною мірою забезпечувати доступ до послуг лікарів, психологів, фізичних терапевтів,

соціальних працівників та інших фахівців. Розбудова мережі таких центрів можлива завдяки ефективному державному фінансуванню, партнерству з громадськими організаціями, міжнародними донорами та впровадженню найкращих світових практик.

Реабілітаційні заклади в Україні, згідно з положеннями Закону України «Про реабілітацію у сфері охорони здоров'я» [6], охоплюють низку спеціалізованих установ, які здійснюють відновлювальні заходи в різні періоди реабілітації. До них належать реабілітаційні лікарні та центри, що працюють як у післягострому, так і в довготривалому відновлювальному періоді, незалежно від форми власності. Амбулаторні заклади цього профілю також здійснюють реабілітаційну допомогу на зазначених етапах. Окремо виділяються установи, зосереджені на психологічній реабілітації та терапії психотравматичних розладів, а також підприємства, що займаються виготовленням та адаптацією протезно-ортопедичних засобів, незалежно від їхнього відомчого підпорядкування. Крім того, функціонують комплексні реабілітаційні установи, зокрема медико-психологічного спрямування.

Окрему категорію становлять реабілітаційні відділення та підрозділи, що інтегровані в структуру медичних закладів різного профілю. Зокрема, до них належать палати гострої реабілітації, які функціонують у складі лікарень загального профілю та багатoproфільних установ інтенсивного лікування. Також діють стаціонарні реабілітаційні відділення, орієнтовані на післягостру та довготривалу реабілітацію, що базуються на спеціалізованих лікарнях. Амбулаторні відділення реабілітації, створені при медичних установах різних напрямів, забезпечують необхідну допомогу в умовах, які не потребують стаціонарного спостереження. Окремий сегмент у цій системі складають реабілітаційні відділення, що працюють у санаторно-курортних закладах, незалежно від їхнього адміністративного підпорядкування та форми власності.

У межах реформи вторинної медичної допомоги, що стартувала у 2020 р., відбулося істотне оновлення системи фінансування медичних закладів, зокрема у сфері психіатричної допомоги. Міністерство охорони здоров'я забезпечує фінансову підтримку установ, які мають можливість надавати допомогу відповідно до пакета послуг «Психіатрична допомога дорослим і дітям». За офіційними даними 2021 р., Національна служба здоров'я України уклала відповідні контракти з 198 медичними установами, серед яких 64 спеціалізовані психіатричні заклади, 20 наркологічних диспансерів, а також багатoproфільні лікарні, що надають психіатричну допомогу [7].

Ключовим компонентом комплексної реабілітації військовослужбовців і ветеранів є психологічна допомога. Регламент і порядок цієї роботи визначається Постановою Кабінету Міністрів України № 1338 від 29 листопада 2022 р. «Деякі питання надання психологічної допомоги ветеранам війни, членам їхніх сімей та деяким іншим категоріям осіб» [2].

Психологічна реабілітація розглядається як окремий вид психологічної допомоги, що має важливе значення у відновленні психоемоційного стану. Бойовий досвід є значним стресовим фактором, який часто супроводжується травматичними подіями, втратами побратимів, загрозою життю та фізичними травмами. Ці обставини створюють ризик розвитку ПТСР, який має прояв у вигляді настирливих спогадів, підвищеного рівня тривожності, стану гіперзбудженості, емоційної відчуженості та уникнення ситуацій, місць чи людей, які асоціюються з травматичною подією, з метою зниження стресу. Інші наслідки ПТСР і травм включають депресію, тривожні розлади, розвиток залежностей та інші психічні порушення [3-5; 13; 15-16]. Окрім цього, військовослужбовці та ветерани часто стикаються з труднощами соціальної адаптації, порушенням чи руйнацією сімейних відносин, ізоляцією та узалежненнями. Психологічна допомога захисникам та захисницям України спрямована на стабілізацію психоемоційного стану, зменшення проявів травматичних розладів, розвиток стійкості до стресу та формування навичок адаптації до мирного життя. Її особливістю є необхідність врахування специфіки бойового досвіду, колективної ідентичності військових.

Психологічна допомога є професійною діяльністю, спрямованою на підтримку особи, яка перебуває під загрозою розвитку психічних і поведінкових розладів. Її завдання полягає у сприянні психосоціальній адаптації до змінених життєвих умов, осмисленні особистого досвіду, розширенні самоусвідомлення та розкритті потенціалу самореалізації. Водночас психологічна допомога націлена на вирішення проблем, які виникають внаслідок кризових ситуацій, складних життєвих обставин, катастроф, надзвичайних подій чи воєнних дій. Вона забезпечує підтримку в адаптації та відновленні внутрішнього балансу особи, сприяючи її інтеграції в нові умови життя.

Психологічна допомога є критично важливою для повернення ветеранів до мирного життя. Вона сприяє відновленню міжособистісних відносин, зокрема у сім'ї, розвитку навичок управління стресом і конфліктами, формуванню позитивної мотивації для працевлаштування, навчання та соціальної активності, зменшенню стигматизації психічних проблем серед військовослужбовців та ветеранів та їхніх родин [3]. Метою психологічної допомоги військовослужбовцям та ветеранам є:

- підтримка та відновлення психічного здоров'я, а також профілактика і запобігання розвитку психічних і поведінкових розладів у тих, хто отримує допомогу;
- надання підтримки в подоланні складних життєвих обставин;
- зменшення частоти та тяжкості негативних наслідків травматичних подій для психічного здоров'я індивіда;
- попередження розвитку інвалідності, пов'язаної з психічними або поведінковими розладами.

Психологічна допомога відіграє провідну роль на всіх етапах реабілітації. На етапі кризової інтервенції психологи працюють із гострими стресовими

реакціями, такими як шок, паніка, агресія чи ступор. Їх завданням є стабілізація стану та створення умов для подальшої реабілітації. На етапі відновлення робота психологів спрямована на опрацювання травматичного досвіду, зменшення інтенсивності симптоматики ПТСР, депресії та тривожних розладів. Використовуються методи когнітивно-поведінкової терапії, експозиційної терапії, сімейної терапії, арт-терапії тощо. На етапі адаптації психологи допомагають ветеранам інтегруватися у суспільне життя, відновити соціальні ролі, розвивати навички ефективного спілкування, прийняття підтримки та налагодження стосунків із близькими.

Основними методами психологічної допомоги у реабілітації військово-службовців та ветеранів є:

1. Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), що забезпечує допомогу опрацювати негативні думки та переконання, пов'язані з травматичним досвідом.
2. Експозиційна терапія, що сприяє поступовому зниженню реакцій на травматичні спогади через їхнє контрольоване опрацювання.
3. Групова терапія, що дозволяє створити підтримуюче середовище, де ветерани можуть поділитися своїм досвідом і відчути підтримку від інших.
4. Психосвіта, що забезпечує ветеранів та їхні сім'ї знаннями, вміннями й навичками розпізнавати симптоми ПТСР, керувати емоціями та використовувати техніки самодопомоги.
5. VR-терапія, що допомагає військовим подолати ПТСР, тривожність і адаптуватися до мирного життя через контрольоване занурення у терапевтичні віртуальні середовища [13].

Психологічна допомога ґрунтується на комплексі принципів, серед яких основними виступають такі, як:

- повага до прав людини, честі та гідності, що передбачає дотримання етичних норм і забезпечення гуманного ставлення до особистості;
- компетентність та наукова обґрунтованість, що вимагає використання лише перевірених і ефективних методів психологічної та психотерапевтичної допомоги на основі сучасних наукових підходів;
- добровільність, що реалізується через надання психологічної допомоги виключно за усвідомленою і добровільною згодою клієнта, без будь-якого примусу;
- конфіденційність, що передбачає забезпечення захисту приватної інформації клієнта, а також гарантування його особистісної та соціальної безпеки, що включає збереження в таємниці всіх отриманих під час роботи відомостей [8].

Основними викликами у впровадженні системи психологічної допомоги в Україні є дефіцит кваліфікованих кадрів, недостатнє фінансування, обмеженість інфраструктури та стигматизація психічних проблем у суспільстві. Водночас інтеграція міжнародного досвіду, розвиток навчальних програм для психологів, залучення громадських організацій та впровадження передових технологій, відкривають перспективи для вдосконалення системи реабілітації [10]. В умовах

військових дій в Україні комплексна реабілітація військовослужбовців є не лише медичною, але й суспільною необхідністю. Інтеграція біопсихосоціальної моделі, принципів психологічної адаптації та соціальної інтеграції створює основу для побудови ефективної системи реабілітації. Реалізація таких програм сприятиме фізичному, психоемоційному та соціальному відновленню ветеранів, їхній повноцінній реінтеграції в суспільство та збереженню активної участі у громадському й професійному житті [1].

Ефективна психологічна реабілітація відіграє стратегічну роль не лише в підтримці окремих осіб, але й у формуванні соціальної стійкості загалом, оскільки допомагає зменшити рівень психоемоційної напруги в суспільстві та сприяє реінтеграції ветеранів. Особливої уваги потребує питання ПТСР, який є одним із найбільш поширених наслідків бойового досвіду. Його клінічні прояви, зокрема гіперзбудливість, флешбеки, емоційне оніміння та труднощі з адаптацією, значно ускладнюють соціальне функціонування та можуть призводити до коморбідних розладів, таких як депресія, генералізована тривожність і залежності. Тому комплексний підхід до психічного здоров'я військових має базуватися на глибокому розумінні механізмів розвитку ПТСР та ефективних методах його подолання.

Висновки. Розвиток системи комплексної реабілітації є критично важливим для забезпечення фізичного, психологічного та соціального відновлення військовослужбовців. Це завдання вимагає системного підходу, залучення ресурсів і впровадження інновацій. Реформування реабілітаційної системи є не лише медичною чи соціальною необхідністю, але й стратегічним завданням держави, що сприяє її національній безпеці та стійкості.

Психологічна допомога виступає ключовим елементом комплексної реабілітації військовослужбовців і ветеранів, які зазнали психотравматичного впливу бойових дій та фізичних поранень. Вона не лише сприяє емоційному відновленню, а й мінімізує деструктивні наслідки травматичного досвіду, допомагаючи адаптуватися до мирного життя. У сучасних умовах розвиток системи психологічної допомоги в Україні є критично важливим завданням, що потребує багатовимірного підходу, консолідації зусиль державних і недержавних інституцій та впровадження передових методик, зокрема когнітивно-поведінкової терапії, методів стабілізації нервової системи та роботи з травмою.

Література:

1. Аймедов К. В. Біопсихосоціальна модель допомоги у клінічній практиці: Цикл наукових праць. Одеса : Прес-кур'єр, 2016. С. 153-167.
2. Деякі питання надання психологічної допомоги ветеранам війни, членам їх сімей та деяким іншим категоріям осіб. Постанова Кабінету міністрів України від 29 листопада 2022 р. №1338. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1338-2022-%D0%BF#Text>
3. Медична і соціальна реабілітація : підручник / Самойленко В. Б. та ін. 3-тє вид. Київ: ВСВ «Медицина», 2023. 359 с.
4. Мороз Р. А. Психологія травмуючих ситуацій: навчально-методичний посібник. Миколаїв: Іліон, 2018. 298 с.

5. Напрямки лікування постстресових психічних розладів у комбатантів Збройних Сил України / О. В. Друзь, А. Р. Чайковський, І. О. Черненко та ін. *Український журнал військової медицини*. 2021. Т. 2, № 3 (дод.). С. 67-68.

6. Закон України «Про реабілітацію у сфері охорони здоров'я» № 1053-IX від 03.12.2020р. (редакція 01.01.2025 р.). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1053-20#Text>

7. Міністерство у справах ветеранів України. Офіційний сайт. URL: <https://mva.gov.ua/>

8. 100 Національна психологічна асоціація України. Офіційний сайт. URL: <https://www.pra-ua.org/>

9. Питання психологічної реабілітації ветеранів учасників антитерористичної операції та військовослужбовців операції об'єднаних сил в Україні: метод. рек. / Укр. військ.-мед. акад. МО України, Укр. наук.-практ. центр екстр. мед. допомоги та медицини катастроф МОЗ України, Центр інновац. мед. технологій НАН України; уклад.: В. Л. Савицький [та ін.]. Київ: Чалчинська Н. В., 2020. 90 с.

10. Результати дослідження «Реінтеграція ветеранів» щодо досвіду реінтеграції ветеранів, стигматизації з боку суспільства та мережі підтримки ветеранів. *Програма реінтеграції ветеранів. Аналітичний звіт від 14 липня 2021 р.* URL: <https://surl.li/zbrvmt>

11. Сайко Н.О. Соціальна реабілітація молодших підлітків у роботі соціального педагога загальноосвітніх навчальних закладів: монографія / ПНПУ імені В.Г. Короленка [за заг. ред. Гриньової М.В.]. Полтава: «Астроя», 2017

12. Стратегія формування системи переходу від військової служби до цивільного життя на період до 2032 року. Схвалено розпорядженням Кабінету Міністрів України від 31 грудня 2024 р. №1350-р URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1350-2024-%D1%80#Text>

13. Ткаленко О. М., Ткачук І. М., Олійник М. В., Соколюк А. К., Латищенко С.В. Сучасні коморбідні тривожно-депресивні синдроми у військовослужбовців, які беруть участь у бойових діях. *Український військово-медичний журнал*, 2024, №5 (4), С. 128-136. URL: [https://doi.org/10.46847/ujmm.2024.4\(5\)-128](https://doi.org/10.46847/ujmm.2024.4(5)-128)

14. «Це категорія потужних людей». Міністр у справах ветеранів розповіла про допомогу ветеранам і їхнім родинам. Міністерство у справах ветеранів війни: офіційний сайт. URL: <https://surl.li/havqxb>

15. Comparative efficacy for different age groups of psychological or psychosocial treatments on post-traumatic stress disorder: protocol for systematic review, meta-analysis and meta-regression analysis / J. Li et al. *BMJ Open*. 2023. Vol. 13, No 1. URL: <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-066569>

16. Lloyd A., Borrill J. Examining the Effectiveness of Restorative Justice in Reducing Victims' Post-Traumatic Stress. *Psychological Injury and Law*. 2019. Vol. 13, No 1. P. 77–89. <https://doi.org/10.1007/s12207-019-09363-9>

17. Report of the Global conference on primary health care: from Alma-Ata towards universal health coverage and the Sustainable Development Goals. World Health Organization. 2019. <https://surl.li/vtrygl>

References:

1. Aïmedov K.V. (2016) *Biopsykhosotsialna model dopomohy u klinichnii praktytsi: Tsykl naukovykh prats [Biopsychosocial model of care in clinical practice: Series of scientific papers]*. Odesa: Pres-kurier [in Ukrainian].

2. Deiaki pytannia nadannia psykholohichnoi dopomohy veteranam viiny, chlenam yikh simei ta deiakym inshym katehoriïam osib [Some issues of providing psychological assistance to war veterans, their family members and some other categories of persons]. (2022, November 29) *Postanova Kabinetu ministriv Ukrainy vid 29 lystopada 2022 r. №1338 [Resolution of the Cabinet of Ministers of Ukraine dated November 29, 2022 No. 1338]*. Retrieved from <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1338-2022-%D0%BF#Text> [in Ukrainian].

3. Samoilenko V. B., Petriashev I.O., Yakovenko N.P. et al. (2023) *Medychna i sotsialna rehabilitatsiia: pidruchnyk [Medical and social rehabilitation: textbook]* (3rd ed.) Kyiv: VSV «Medytsyna» [in Ukrainian].

4. Moroz R. A. (2018) *Psykhologhiia travmuiuchykh sytuatsii: navchalno-metodychnyi posibnyk [Psychology of traumatic situations: a teaching and methodological manual]*. Mykolaiv: Ilion [in Ukrainian].

5. Druz O.V., Chaikovskiy A.R., Chernenko I.O., Halych Ya.V., Danylenko T.I., Danylchuk I.L. et al. (2021) Napriamky likuvannia poststresovykh psykhiichnykh rozladiv u kombatantiv Zbroinykh Syl Ukrainy [Directions for the treatment of post-stress mental disorders in combatants of the Armed Forces of Ukraine] / *Ukrainskyi zhurnal viiskovoi medytsyny [Ukrainian Journal of Military Medicine]*. Vol. 2, No. 3. 67-68 [in Ukrainian].

6. Zakon Ukrainy «Pro rehabilitatsiiu u sferi okhorony zdorovia» № 1053-IX vid 03.12.2020r. (redaktsiia 01.01.2025 r.) [Law of Ukraine “On Rehabilitation in the Healthcare Sector” No. 1053-IX dated 03.12.2020 (as amended on 01.01.2025)] Retrieved from <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1053-20#Text> [in Ukrainian].

7. Ministerstvo u spravakh veteraniv Ukrainy. Ofitsiyni sait [Ministry of Veterans Affairs of Ukraine. Official website]. Retrieved from <https://mva.gov.ua/> [in Ukrainian].

8. 100 Natsionalna psykholohicha asotsiatsiia Ukrainy. Ofitsiyni sait [100 National Psychological Association of Ukraine. Official website]. Retrieved from <https://www.npa-ua.org/>

9. Savytskyi V.L. et al (Eds.) (2020) *Pytannia psykholohichnoi rehabilitatsii veteraniv uchasnykiv antyterorystychnoi operatsii ta viiskovosluzhbovtiv operatsii obiednanykh syl v Ukraini: metod. rek [Issues of psychological rehabilitation of veterans of the anti-terrorist operation and servicemen of the joint forces operation in Ukraine: methodical recommendations]* / Ukr. viisk.-med. akad. MO Ukrainy, Ukr. nauk.-prakt. tsentr ekstr. med. dopomohy ta medytsyny katastrof MOZ Ukrainy, Tsentr innovats. med. tekhnolohii NAN Ukrainy [Ukr. military-medical acad. of the Ministry of Health of Ukraine, Ukr. scientific-practical center of emergency medical assistance and disaster medicine of the Ministry of Health of Ukraine, Center for innovative medical technologies of the National Academy of Sciences of Ukraine]. Kyiv: Chalchynska N. V. [in Ukrainian].

10. Rezultaty doslidzhennia «Reintehratsiia veteraniv» shchodo dosvidu reintehratsii veteraniv, styhmatyzatsii z boku suspilstva ta merezhi pidtrymky veteraniv. Prohrama reintehratsii veteraniv. Analitychnyi zvit vid 14 lypnia 2021 r. [Results of the “Veterans Reintegration” study on veterans’ reintegration experiences, societal stigmatization, and veterans’ support networks. Veterans Reintegration Program. Analytical report dated July 14, 2021]. surl.li/zbrvmt. Retrieved from <https://surl.li/zbrvmt> [in Ukrainian].

11. Saiko N.O. (2017) *Sotsialna rehabilitatsiia molodshykh pidlitkiv u roboti sotsialnoho pedahoha zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv: monohrafiia [Social rehabilitation of younger adolescents in the work of a social teacher of general educational institutions: monograph]*. PNPU imeni V.H. Korolenka. Hrynovoi M.V. (Ed.). Poltava: «Astraia» [in Ukrainian].

12. Stratehiia formuvannia systemy perekhodu vid viiskovoi sluzhby do tsyvilnoho zhyttia na period do 2032 roku. Skhvaleno rozporiadzhenniam Kabinetu Ministriv Ukrainy vid 31 hrudnia 2024 r. №1350-r [Strategy for the formation of a system of transition from military service to civilian life for the period until 2032. Approved by the order of the Cabinet of Ministers of Ukraine dated December 31, 2024 No. 1350-r]. Retrieved from <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1350-2024-%D1%80#Text> [in Ukrainian].

13. Tkalenko O. M., Tkachuk I. M., Oliinyk M. V., Sokoliuk A. K., Latyshenko S.V. (2024). Suchasni komorbidni tryvozhno-depresyivni syndromy u viiskovosluzhbovtiv, yaki berut uchast u boiovykh diiakh [Modern comorbid anxiety-depressive syndromes in servicemen participating in combat operations]. *Ukrainskyi viiskovo-medychnyi zhurnal [Ukrainian Military Medical Journal]*, 5(4), 128-136. Retrieved from [https://doi.org/10.46847/ujmm.2024.4\(5\)-128](https://doi.org/10.46847/ujmm.2024.4(5)-128) [in Ukrainian].

14. «Tse katehoriia potuzhnykh liudei». Ministr u spravakh veteraniv rozpovila pro dopomohu veteranam i yikhnim rodyam [“This is a category of powerful people.” The Minister of Veterans Affairs spoke about helping veterans and their families.]. *Ministerstvo u spravakh veteraniv viiny: ofitsiyni sait* [Ministry of Veterans Affairs: official website]. Retrieved from <https://surl.li/havqxb> [in Ukrainian].
15. Li, J., Gao, L., Bao, R., Ji, R., He, Q., Tang, X., Zhang, W., & Qu, Z. (2023). Comparative efficacy for different age groups of psychological or psychosocial treatments on post-traumatic stress disorder: protocol for systematic review, meta-analysis and meta-regression analysis. *BMJ Open*, 13(1), Стаття e066569. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-066569> [in English].
16. Lloyd, A., & Borrill, J. (2019). Examining the Effectiveness of Restorative Justice in Reducing Victims’ Post-Traumatic Stress. *Psychological Injury and Law*, 13(1), 77–89. <https://doi.org/10.1007/s12207-019-09363-9> [in English].
17. Report of the Global conference on primary health care: from Alma-Ata towards universal health coverage and the Sustainable Development Goals. (2019). World Health Organization. <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/d0c4d1bd-a7d0-4ed7-b95a-2c4a19aeb1de/content> [in English].