

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ РЕІНТЕГРАЦІЇ ТА РЕАДАПТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІСЛЯ ЗВІЛЬНЕННЯ З ПОЛОНУ

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF REINTEGRATION AND READAPTATION OF MILITARY PERSONNEL AFTER RELEASE FROM CAPTIVITY

Стаття присвячена актуальній проблемі психологічної реінтеграції та реадaptaції військовослужбовців після звільнення з російського полону в умовах сучасної війни. Дослідження базується на теоретичному аналізі наукових джерел, контент-аналізі документів і медіаресурсів, що дало змогу виявити специфіку психотравматизації військовополонених та обґрунтувати необхідність розроблення спеціалізованих реабілітаційних протоколів. Авторка акцентує увагу на багаторівневому характері травматизації в умовах російського полону, яка включає не лише класичні симптоми ПТСР, а й глибокі особистісні трансформації: кризу ідентичності, світоглядну дезорієнтацію, руйнування ціннісно-сислової сфери. На основі аналізу інтерв'ю колишніх полонених виявлено специфічні психотравматичні фактори: цілеспрямовані тортури й приниження, психологічний тиск, інформаційно-психологічні маніпуляції, примусове залучення до пропаганди. Наукова новизна дослідження полягає в розробленні теоретичної моделі психологічної реінтеграції, яка ґрунтується на принципах комплексності, етапності, диференційованості підходів та орієнтації на відновлення особистісної цілісності. Запропонована модель включає п'ять послідовних етапів: підготовчий, стабілізаційний, експозиційний, відновлювальний та інтеграційний, кожен із яких передбачає використання специфічного методичного інструментарію. Особливу увагу приділено інтеграції класичних травмофокусованих методів (TF-CBT, EMDR) із соматично-орієнтованими (SE, TRE) та екзистенційно-гуманістичними підходами. Обґрунтовано важливість групових форм роботи й залучення соціального оточення до процесу реабілітації. Модель ураховує як індивідуальні особливості психотравматизації, так і соціокультурний контекст реінтеграції. Результати роботи створюють теоретичне підґрунтя для подальших емпіричних досліджень і розроблення диференційованих реабілітаційних протоколів.

Ключові слова: психологічна реінтеграція, військовий полон, психотравматизація, реабілітаційні протоколи, психологічне від-

новлення, посттравматичний стресовий розлад, психологічна реадaptaція.

The article addresses the urgent issue of psychological reintegration and readaptation of military personnel after release from Russian captivity in the conditions of modern warfare. The research is based on theoretical analysis of scientific sources, content analysis of documents and media resources, which revealed the specifics of psychotraumatization of prisoners of war and substantiated the need to develop specialized rehabilitation protocols. The author emphasizes the multilevel nature of traumatization in Russian captivity, which includes not only classic PTSD symptoms but also deep personal transformations: identity crisis, worldview disorientation, destruction of the value-semantic sphere. Based on the analysis of interviews with former prisoners, specific psychotraumatic factors were identified: purposeful torture and humiliation, psychological pressure, information-psychological manipulations, forced involvement in propaganda. The scientific novelty of the research lies in the development of a theoretical model of psychological reintegration, which is based on the principles of complexity, staging, differentiation of approaches, and focus on restoring personal integrity. The proposed model includes five sequential stages: preparatory, stabilization, exposure, recovery, and integration, each involving the use of specific methodological tools. Special attention is paid to the integration of classical trauma-focused methods (TF-CBT, EMDR) with somatically-oriented (SE, TRE) and existential-humanistic approaches. The importance of group work forms and involvement of the social environment in the rehabilitation process is substantiated. The model takes into account both individual characteristics of psychotraumatization and the sociocultural context of reintegration. The results of the work create a theoretical foundation for further empirical research and development of differentiated rehabilitation protocols.

Key words: psychological reintegration, military captivity, psychotraumatization, rehabilitation protocols, psychological recovery, post-traumatic stress disorder, psychological readaptation.

УДК 159.9:341.341
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.69.1.26>

Корнієвська А.О.

слухач інституту стратегічних комунікацій
Національний університет оборони
України

Вступ. Актуальність дослідження психологічних аспектів реінтеграції та реадaptaції військовослужбовців після звільнення з полону зумовлена різким збільшенням кількості осіб, які зазнали травматичного досвіду в умовах російсько-української війни. За даними Координаційного штабу з питань поводження з військовополоненими, з 24.02.2022 по грудень 2024 року шляхом проведення 59 обмінів полоненими до України повернулися 3956 військових і цивільних, а щонайменше 10 тисяч українських військових ще перебувають у російському полоні. Масштабність проблеми та її вплив

на боєздатність Збройних сил України (далі – ЗСУ) зумовлюють гостру потребу в розробленні науково обґрунтованих підходів до реабілітації військовослужбовців, що пережили полон.

Попри наявність ґрунтовних напрацювань у галузі військової психотравматології та досвіду реабілітації учасників бойових дій, проблема психологічних наслідків саме військового полону й специфіки постізоляційної реінтеграції сьогодні залишається недостатньо вивченою. Більшість наявних досліджень і протоколів реабілітації базується на досвіді інших військових конфліктів і не

враховує особливостей сучасної гібридної війни.

Важливе протиріччя полягає в тому, що традиційні моделі психологічної реабілітації орієнтовані переважно на опрацювання бойової травми, тоді як досвід військового полону в умовах російсько-української війни має виразну специфіку. Унікальність цієї травми визначається цілеспрямованим інформаційно-психологічним впливом, тортурами й приниженням, спрямованими на руйнування особистості.

Відповідно, розроблення ефективної системи реабілітації військовослужбовців, які пережили полон, потребує переосмислення традиційних протоколів і їх адаптації з урахуванням сучасних реалій. Критично важливим аспектом сьогодення стає дослідження особливостей психотравматизації в умовах російського полону й урахування специфіки соціокультурного контексту під час адаптації світового реабілітаційного досвіду.

Метою дослідження є теоретичний аналіз та обґрунтування необхідності подальшого розвитку цілісної системи соціально-психологічних заходів з реінтеграції й реадaptaції військовослужбовців, які пережили російський полон, з урахуванням специфіки їхньої психотравматизації.

У ході дослідження використовували методи теоретичного аналізу, систематизації, порівняння й узагальнення даних наукових джерел, контент-аналіз документів і медіаресурсів.

Результати й обговорення. Проблема психологічних наслідків військового полону та реінтеграції колишніх полонених не є новою для психологічної науки. Класичні дослідження В. Франкла, Б. Беттельгейма, Р. Лифтона заклали фундамент для розуміння феноменології та механізмів психотравматизації в умовах примусової ізоляції [7; 10].

Разом із тим військовий полон у сучасній гібридній війні має свою виразну специфіку. За даними досліджень О. Сафіна, О. Тімченка, Ю. Широкова [5], він характеризується не лише високою інтенсивністю фізичної та психологічної травматизації, а й цілеспрямованим руйнівним впливом на ціннісно-смыслову сферу особистості. Про це свідчать дані про широке застосування тортур, приниження гідності, інформаційно-психологічних маніпуляцій з метою зламати волю військовополоненого. У результаті такого впливу, як зазначають дослідники, виникає складний психотравматичний комплекс, що включає не лише класичні симптоми посттравматичного стресового розладу (далі – ПТСР), а й глибокі особистісні трансформації, кризу ідентичності – світоглядну дезорієнтацію, екзистенційний вакуум, розлад ціннісно-смыслові сфери особистості.

Усвідомлення багаторівневості психотравматизації вимагає перегляду традиційних реабілітаційних підходів. Як слушно зауважують О. Тімченко та Ю. Широков [6], ефективна реінтеграція колишніх полонених можлива лише на засадах комплексного біопсихосоціального підходу, який урахує

взаємозв'язок фізіологічних, психологічних і соціальних аспектів травми.

У світовій практиці накопичено значний досвід реабілітаційної роботи з військовополоненими. Аналіз сучасних протоколів, зокрема програми Face2Face, дає змогу виокремити базові принципи ефективної реінтеграції: пріоритетність відновлення базової безпеки, поетапність і структурованість процесу, інтегративність методів, орієнтацію на відновлення особистісної цілісності й соціальної включеності [1].

Разом із тим пряме перенесення зарубіжних моделей на український ґрунт видається малопродуктивним. Як демонструють дослідження Н. Зарецької, успішність реабілітації значною мірою визначається врахуванням соціокультурного контексту, зокрема таких чинників, як панівні цінності, особливості сприйняття травми і ставлення до ветеранів у суспільстві [2].

Відповідно, розроблення вітчизняної системи реінтеграції вимагає переосмислення й адаптації світового досвіду з урахуванням української специфіки. У цьому контексті на особливу увагу заслуговує концепція «стресостійкої реінтеграції», запропонована Ю. Широковим [8]. Вона ґрунтується на ідеї відновлення базового відчуття безпеки, гнучкості та зв'язності Я-концепції шляхом поетапного опрацювання травми на тілесному, емоційному, когнітивному й екзистенційному рівнях.

Важливою методологічною опорою дослідження є також погляди О. Кокуна [4] щодо основних векторів соціально-психологічної реабілітації в умовах гібридної війни: відновлення само-ефективності, розвиток просоціальних практик взаємодії, трансформація травматичного досвіду в ресурс посттравматичного зростання.

Таким чином, теоретичний аналіз проблеми дає змогу стверджувати, що розроблення ефективної системи реінтеграції військовослужбовців, які пережили полон, потребує інтегративної методології, що поєднує надбання світового досвіду з урахуванням соціокультурної специфіки війни в Україні й орієнтується на цілісне відновлення особистості в єдності тілесних, психоемоційних, когнітивних, ціннісно-смыслових і поведінкових аспектів.

Проведений теоретичний аналіз та узагальнення наукових розвідок дають змогу стверджувати, що досвід російського полону є потужним психотравматичним чинником, який спричиняє розлади на різних рівнях функціонування особистості.

Узагальнення видатним дослідником у цій сфері Ю. Широковим даних клінічних інтерв'ю та психодіагностичних обстежень колишніх полонених дало змогу виокремити низку специфічних симптомів, які виходять за межі традиційних діагностичних критеріїв ПТСР (DSM-V). Поряд із типовими ознаками інтрузії, уникання й негативних змін когнітивно-емоційних реакцій досліджувані демонстрували таке:

– глибокі зміни в Я-концепції, що проявлялися знеціненням себе, сумнівами у власній спроможності, відчуттям «зламаності»;

– кризу ідентичності, пов'язану з невизначеністю життєвих орієнтирів, втратою колишніх ролей, дезінтеграцією уявлень про себе;

– світоглядну дезорієнтацію, що виражалася в знеціненні колишніх цінностей та ідеалів, зневірі у справедливість світу, екзистенційних сумнівах;

– відчуття втрати життєвої перспективи, песимістичне бачення майбутнього, звуження часової перспективи [9].

Ці дані узгоджуються з результатами досліджень О. Тімченка, що фіксують високу поширеність серед осіб, які пройшли полон, депресивних розладів, суїцидальних тенденцій і дезадаптивних психосоматичних реакцій [6].

Аналіз інтерв'ю звільнених українських військовополонених з відкритих джерел (медіаресурсів, YouTube тощо) й узагальнення їх травматичного досвіду дали автору змогу виявити низку специфічних психотравматичних факторів, характерних для ситуації російського полону:

– тортури й нелюдські умови утримання характеризуються цілеспрямованою орієнтацією на заподіяння максимального морального приниження, психічних і фізичних страждань;

– психологічний тиск і залякування, погрози катуванням, розпратою в тому числі над близькими, «фейкові розстріли» (як зазначають полонені, це виснажувало не менше, ніж фізичні тортури);

– примусове залучення до найбруднішої безцільної роботи на окупантів, формування почуття провини й сумніви у власній гідності;

– інформаційно-психологічні маніпуляції, спрямовані на розхитування світоглядних основ, деморалізацію, формування почуття зради (у тому числі використання полонених для запису пропагандистських відео);

– ізоляція й невизначеність, відсутність зв'язку з близькими, дезінформація щодо подій на фронті й перебігу обміну, що посилювало відчуття безпорадності.

Таким чином, узагальнення результатів аналізу джерел узгоджується з дослідженнями української вченої Н. Зарецької та свідчить, що психологічні наслідки перебування в російському полоні є комплексними, багаторівневими й індивідуально-варіативними, а їх ефективне подолання вимагає розроблення диференційованих протоколів реабілітації, які враховують як специфіку психотравматизації, так й особливості соціальної ситуації розвитку колишніх військовополонених [3].

Аналіз і синтез моделей реінтеграції та реабілітації осіб, які перебували у вимушеній ізоляції (полоні), викладених у дослідженнях Ю. Широковим [8] та В. Апальковим [1], дає автору змогу запропонувати власну синтетичну модель, в основу якої покладено низку методологічних принципів:

1. Комплексність впливу, що передбачає гармонійне поєднання психологічних, медичних і соціальних інтервенцій задля досягнення синергетичного ефекту.

2. Орієнтацію на відновлення особистісної цілісності й неперервності, що досягається шляхом опрацювання травми на тілесному, емоційному, когнітивному й екзистенційно-смысловому рівнях.

3. Етапність і структурованість процесу реінтеграції, що забезпечує послідовне вирішення специфічних завдань кожної стадії та запобігає ретравматизації.

4. Диференційованість підходів з урахуванням індивідуального профілю психотравматизації та соціально-психологічних умов реадaptaції конкретного військовослужбовця.

5. Партнерський стиль взаємодії з колишнім полоненим, опора на його суб'єктність, прагнення й ресурси.

Модель передбачає проходження 5 основних етапів психологічної реінтеграції:

1. Підготовчий етап – налагодження контакту, формування реабілітаційного альянсу, психоедукація щодо особливостей переживання полону та процесу відновлення.

2. Стабілізаційний етап – забезпечення відчуття базової безпеки, зниження рівня гострого стресу, відновлення тілесного усвідомлення, навчання навичок емоційної регуляції.

3. Етап експозиції та переопрацювання травми – поступове й дозоване відновлення травматичних спогадів, інтеграція розщеплених аспектів досвіду, модифікація дисфункційних переконань, віднадження нового сенсу.

4. Етап відновлення неперервності й життєвої перспективи – відновлення зв'язності Я-концепції, побудова нових життєвих наративів, постановка цілей, розвиток копінг-стратегій.

5. Інтеграційний етап – закріплення набутих навичок, розширення соціальних зв'язків, професійний ретренінг, побудова планів на майбутнє.

На кожному етапі використовується специфічний методичний інструментарій, що поєднує класичні й сучасні методи травмофокусованої терапії (TF-CBT, EMDR, експозиційна терапія) із соматично-орієнтованими (SE, TRE, йога) та екзистенційно-гуманістичними підходами (логотерапія, терапія прийняття й відповідальності).

Особливий акцент робиться на групових формах роботи, які дають змогу відновити почуття належності, отримати підтримку товаришів із подібним досвідом, розвинути комунікативні навички.

Невід'ємним складником моделі є також робота з найближчим соціальним оточенням колишнього полоненого – сім'єю, командирами, побратимами. Вона спрямована на гармонізацію стосунків, відновлення атмосфери прийняття й довіри, долання стигматизації.

Таким чином, запропонована теоретична модель демонструє свою ефективність як цілісна

система психологічної реінтеграції військовослужбовців, що пережили російський полон. Водночас вона не претендує на універсальність і потребує подальшої верифікації й удосконалення з урахуванням подальших емпіричних досліджень, динаміки клініко-психологічних профілів постраждалих і соціокультурного контексту.

Висновки. Проведене дослідження дало змогу обґрунтувати теоретико-методологічні засади й запропонувати цілісну теоретичну модель психологічної реінтеграції військовослужбовців, які пережили російський полон в умовах сучасної гібридної війни.

Аналіз проблеми засвідчив, що ефективна реінтеграція колишніх полонених вимагає врахування специфіки їхньої психотравматизації, яка виходить за межі класичного розуміння бойової травми й набуває характеру «ціннісно-сміслової травми». Відповідно, психологічна допомога має спрямовуватися не лише на опрацювання симптомів ПТСР, а й на відновлення особистісної цілісності й неперервності, реконструкцію базових переконань і життєвих сенсів.

В основу авторської теоретичної моделі психологічної реінтеграції покладено принципи комплексності, орієнтації на відновлення особистісної цілісності, етапності, диференційованості підходів і партнерського стилю взаємодії з колишнім полоненим. Модель передбачає послідовне проходження стабілізаційного, експозиційного, реконструктивного й інтеграційного етапів із використанням специфічного методичного інструментарію. Наукова новизна дослідження та практичне значення роботи визначається можливістю використання розробленої моделі й відповідного методичного інструментарію в подальших емпіричних дослідженнях.

Насамкінець уважаємо за необхідне наголосити, що успішна реінтеграція військовослужбовців, які пройшли полон, можлива лише за умови консолідації зусиль держави, громадянського суспільства, волонтерських і ветеранських організацій, професійної психологічної спільноти. Лише спільними зусиллями ми зможемо повернути цих

воїнів до повноцінного життя й гідно віддячити їм за їхній подвиг і страждання в ім'я України. Сподіваємося, що висловлені ідеї та запропоновані рішення живитимуть подальший пошук оптимальних шляхів соціально-психологічної реабілітації наших звільнених захисників.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Апальков В.В. Психологічні механізми регуляції поведінки військовополонених засобами символічної мімікрії : дис. ... докт. філософії : 053. Київ : НУОУ, 2023. 356 с.
2. Зарецька Н. Відновлення та постізоляційний супровід осіб, звільнених з вимушеної або примусової ізоляції: питання термінології. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2019. Вип. 2. С. 29–50.
3. Зарецька Н.Є. Механізми публічного управління відновленням осіб, звільнених з вимушеної або примусової ізоляції : дис. ... канд. наук з держ. упр. : 25.00.02 / ХРІДУ НАДУ. Харків, 2021. 356 с.
4. Кокун О.М. Основи психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій : методичний посібник. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2015. 170 с.
5. Сафін О.Д., Тімченко О.В., Широбоков Ю.М. До питання про соціально-психологічну модель наслідків військового полону. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2019. Вип. 2. С. 15–28.
6. Тімченко О.В., Широбоков Ю.М. Психологічна феноменологія сучасного військового полону. Психологічні технології ефективного функціонування та розвитку особистості : монографія. Суми, 2019. С. 224–246.
7. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Харків : Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля», 2016. 160 с.
8. Широбоков Ю.М. Психологія військового полону : дис. ... докт. психол. наук : 19.00.09. Харків : НУЦЗУ, 2020. 398 с.
9. Широбоков Ю.М. Теоретичні та прикладні аспекти психології військового полону : монографія. Харків, 2020. 476 с.
10. Bettelheim B. The informed heart: autonomy in a mass age. Glencoe, IL: Free Press, 1960. 320 p.