

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО РЕСУРСУ ОСОБИСТОСТІ НА ЕТАПІ РЕАБІЛІТАЦІЇ УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

THEORETICAL FOUNDATIONS OF THE STUDY OF THE PSYCHOLOGICAL RESOURCE OF THE INDIVIDUAL AT THE STAGE OF REHABILITATION OF COMBATANTS

У статті розкрито теоретико-методологічні засади дослідження психологічного ресурсу особистості на етапі реабілітації учасників бойових дій. Проаналізовано сучасні наукові підходи до розуміння сутності поняття «психологічний ресурс» та його ролі в процесі подолання посттравматичних станів і кризових життєвих ситуацій. Психологічний ресурс визначено як інтегровану систему внутрішніх і зовнішніх можливостей особистості, що забезпечує здатність до саморегуляції, адаптації, відновлення внутрішньої рівноваги та збереження психічного благополуччя. Особливу увагу приділено аналізу психологічних наслідків участі в бойових діях, серед яких – травматичний досвід, емоційна нестабільність, адаптаційні порушення, прояви ПТСР і труднощі соціальної інтеграції. На основі узагальнення сучасних досліджень висвітлено підходи до психологічної реабілітації ветеранів у контексті ресурсної психотерапії, яка ґрунтується на принципах роботи з ідентичністю, вірою, самоприйняттям, тілесним усвідомленням і розширенням ресурсоємності особистості без безпосереднього повернення до травматичних спогадів. Розроблено методичні рекомендації щодо активізації психологічного ресурсу в реабілітаційному процесі, які включають психоедукаційні, тілесно-орієнтовані, наративні та групові методи роботи, спрямовані на зміцнення резилієнсу, розвиток копінг-стратегій і формування позитивної життєвої перспективи. Підкреслено значення мультидисциплінарного та етичного підходів, що передбачають міжвідомчу взаємодію, індивідуалізацію втручань і культурну чутливість у роботі з ветеранами. Зроблено висновок, що ефективна реабілітація учасників бойових дій можлива за умови інтеграції психосоціальних і психотерапевтичних підходів, спрямованих на відновлення цілісності, віри у власні сили та гармонізацію внутрішнього світу особистості, що в підсумку забезпечує підвищення якості життя та успішну соціальну адаптацію ветеранів.

Ключові слова: психологічний ресурс, учасники бойових дій, реабілітація, посттравматичні зміни, адаптаційні труднощі, психосоціальні підходи, психотерапевтична підтримка, механізми саморегуляції, соціальна інтеграція.

The article highlights the theoretical and methodological foundations of studying the psychological resources of an individual during the rehabilitation of combatants. It analyzes contemporary scientific approaches to defining the essence of the concept of psychological resource and its role in overcoming post-traumatic and crisis states. Psychological resource is defined as an integrated system of internal and external human capacities – cognitive, emotional-volitional, personal, and social – that ensure self-regulation, adaptation, restoration of inner balance, and maintenance of psychological well-being. Special attention is given to the psychological consequences of participation in combat, including traumatic experience, emotional instability, adaptation difficulties, manifestations of PTSD, and challenges in social reintegration. Based on the synthesis of current research, the article explores approaches to psychological rehabilitation of veterans within the framework of resource-oriented psychotherapy, which is grounded in the principles of working with identity, faith, self-acceptance, bodily awareness, and the expansion of personal resourcefulness without direct confrontation with traumatic memories. The paper presents methodological recommendations for activating psychological resources in the rehabilitation process, which include psychoeducational, body-oriented, narrative, and group-based techniques aimed at strengthening resilience, developing coping strategies, and fostering a positive life perspective. Emphasis is placed on the importance of a multidisciplinary and ethical approach, which implies interagency cooperation, individualized interventions, and cultural sensitivity in working with veterans. It is concluded that effective rehabilitation of combatants is possible through the integration of psychosocial and psychotherapeutic approaches aimed at restoring personal integrity, faith in one's own abilities, and harmonizing the individual's inner world, which ultimately contributes to improving quality of life and successful social adaptation of veterans.

Key words: psychological resource, combatants, rehabilitation, post-traumatic changes, adaptation difficulties, psychosocial approaches, psychotherapeutic support, self-regulation mechanisms, social integration.

УДК 159.9:364.63-057.36:616.89
DOI <https://doi.org/10.32782/hbts.78.1.8>
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

Бохонюк С.М.

здобувач магістерського рівня кафедри психології

Університет Григорія Сковороди в Переяславі

ORCID ID: 0009-0001-7262-3077

Руденко О.В.

к.психол.н., доцент кафедри психології
Університет Григорія Сковороди

в Переяславі

ORCID ID: 0000-0002-7717-1663

Вступ. Сучасні суспільно-політичні реалії України зумовлюють гостру необхідність вивчення психологічних ресурсів особистості, зокрема на етапі реабілітації учасників бойових дій. Збройна агресія, тривалий воєнний конфлікт та пов'язані з ними психотравмувальні фактори значно впливають на психічний стан військовослужбовців, формуючи широкий спектр посттравматичних змін – від розладів адаптації до глибоких порушень у сфері особистісного та соціального функціонування. Це не лише ускладнює процес інтеграції ветеранів

у мирне життя, але й створює додаткові ризики для їхнього здоров'я, професійної реалізації та міжособистісних стосунків.

Вивчення психологічного ресурсу є надзвичайно важливим, оскільки саме він виступає внутрішнім потенціалом, який забезпечує здатність долати наслідки травматичних подій, зберігати життєстійкість і формувати ефективні стратегії адаптації. Теоретичне обґрунтування цього феномену дозволяє розробляти науково виважені підходи до психосоціальної та психотерапевтичної підтримки учасників

бойових дій, визначати оптимальні методи активізації внутрішніх ресурсів та формувати рекомендації для практичної діяльності фахівців.

Саме тому актуальність дослідження зумовлена потребою у створенні цілісної системи психологічної реабілітації, яка ґрунтуватиметься на поєднанні науково-дослідницьких результатів та практичних інтервенцій. Це дозволить не лише підвищити ефективність відновлення психічного здоров'я ветеранів, а й сприятиме їх успішній інтеграції в соціум, зміцненню національної безпеки та розвитку суспільства загалом.

Вивченням проблематики психологічного ресурсу особистості та реабілітації учасників бойових дій займалися В. Алещенко [1], О. Блінов [2], О. Борисова [3], Я. Бугерко [4], І. Ващенко та Б. Іваненко [5], Н. Гарець, М. Варакута, О. Алещенко [6], О. Даценко [7], М. Жугіна [8], Н. Матейко [9], С. Павлушенко [10], Є. Пузирьов та В. Ізвєков [12], Л. Радецька, І. Лаба, А. Смачило, О. Нечаєва, К. Лопатенко, М. Баумер [13], О. Руденко, І. Дмитрик [16], В. Стасюк та Ю. Федоренко [15]. У своїх працях дослідники розглядали широкий спектр аспектів: від теоретико-методологічних засад психологічної реабілітації та сутності феномену «психологічний ресурс» до практичних моделей і методів підтримки учасників бойових дій. Попри напрацьовані результати, більшість робіт зосереджується або на загальних теоретичних положеннях, або на окремих категоріях військовослужбовців і ветеранів. Це зумовлює потребу в подальшому комплексному дослідженні психологічного ресурсу як ключового чинника ефективної реабілітації учасників бойових дій у сучасних умовах.

Метою статті є теоретичне обґрунтування психологічного ресурсу особистості та визначення його значення в процесі реабілітації учасників бойових дій.

Виклад основного матеріалу. У сучасних умовах зростає інтерес до вивчення внутрішніх потенціалів людини, які забезпечують можливість подолання психотравматичних подій та сприяють збереженню психологічного благополуччя. Одним із ключових понять у цьому контексті є категорія «психологічний ресурс особистості», що потребує чіткого наукового визначення та системного аналізу. Важливо дати визначення поняттю «психологічний ресурс особистості», адже саме воно становить методологічне підґрунтя дослідження реабілітації учасників бойових дій.

За визначенням І. Ващенка та Б. Іваненка, психологічні ресурси особистості – це «індивідуально-психологічні утворення, що забезпечують можливість успішного подолання складних життєвих ситуацій, сприяють адаптації та реалізації особистості у соціумі» [5, с. 35].

Як зазначає О. Даценко, психологічні ресурси особистості – це «такі індивідуальні властивості та здібності, що дозволяють людині за рахунок концептуалізації умов, потреб та власних психічних

можливостей підтримувати і розвивати власну активність, забезпечувати психологічне благополуччя» [7, с. 24].

Такі науковці як Н. Гарець, М. Варакута та О. Алещенко зазначають, що під психологічними ресурсами розуміються елементи, які або «виступають цінностями за своєю сутністю (наприклад, самооцінка, наявність близьких стосунків, здоров'я та внутрішній спокій)», або які діють як «засіб для досягнення цілей, що мають цінність (наприклад, гроші, соціальна підтримка)» [6, с. 530].

На думку Я. Бугерко, психологічні ресурси особистості є системою здатностей людини, котра «сприяє успішному вирішенню протиріч між особистістю та життєвим середовищем, що дозволяє подолати несприятливі життєві обставини, а відтак визначає вектор спрямованості самореалізації особистості» [4, с. 80].

Спираючись на аналіз наукових джерел, психологічний ресурс особистості можна визначити як інтегровану систему внутрішніх і зовнішніх можливостей людини – когнітивних, емоційно-вольових, особистісних і соціальних, що забезпечує саморегуляцію, подолання кризових ситуацій і збереження психологічного благополуччя, сприяючи адаптації до посттравматичних змін і подальшій самореалізації.

До психологічних ресурсів зазвичай відносять індивідуально-типологічні особливості, когнітивні процеси, особистісні якості, соціальну підтримку, життєвий досвід та навички подолання труднощів [11, с. 87]. Вони є основою життєстійкості та копінг-стратегій, забезпечують здатність до відновлення внутрішньої рівноваги й ефективного функціонування у стресових умовах.

Особливого значення психологічний ресурс набуває в процесі реабілітації учасників бойових дій, адже саме рівень його мобілізації визначає успішність подолання посттравматичних змін і соціальної інтеграції ветеранів.

Переходячи від аналізу ресурсів до розгляду психологічних наслідків участі в бойових діях, доцільно окреслити основні прояви цих змін, що зумовлюють потребу в реабілітаційних інтервенціях і визначають напрями психологічної підтримки.

У своїй праці С. Павлушенко зазначає, що наслідки психічних травм можна подати у вигляді таких блоків:

1) нервово-психічні захворювання, психологічні порушення та зміни (вивчаються в межах концепції посттравматичних стресових розладів);

2) проблеми соціальної дезадаптації, реадaptaції та необхідності адаптації до нової ситуації (розглядаються в межах підходу адаптаційних можливостей організму людини);

3) соціальні проблеми, пов'язані з наслідками травми [10, с. 91].

Одним із клінічних видів бойової психічної патології є посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), який може виникати в учасників бойових дій через будь-який чітко не встановлений промі-

жок часу після впливу травмального фактора (від декількох місяців до декілька десятків років) [13, с. 24].

ПТСР супроводжується нав'язливими спогадами, реактивною тривогою, уникненням нагадувань про травму, емоційним онімінням і дисфункціональними реакціями, що значно погіршують якість життя та ускладнюють реабілітаційний процес.

Крім клінічних проявів, бойовий досвід породжує широкий спектр психосоціальних проблем: порушення міжособистісних стосунків, зниження трудової і соціальної активності, ризику суїцидальної поведінки та маргіналізації.

Є. Пузирьов та В. Ізвеков зазначають, що основними психотравмувальними факторами бойових дій є: «важкі і тривалі бої; смерть товаришів по службі під вогнем противника; тяжкі тілесні ушкодження та поранення; суїциди і вбивства; значні руйнування і природні катастрофи, що викликають страждання мирного населення; загибель цивільних осіб у результаті військових операцій» [12, с. 204].

Ці події формують індивідуальні та колективні травматичні вектори, що посилюють потребу в комплексних реабілітаційних заходах.

У підсумку, описані наслідки – клінічні, адаптаційні та соціальні – створюють мультидисциплінарний запит до системи підтримки ветеранів. Розуміння їхньої природи і тяжкості дозволяє більш точно співвіднести конкретні види психологічних ресурсів з реабілітаційними стратегіями, спрямованими на відновлення саморегуляції, соціальної інтеграції та життєстійкості учасників бойових дій.

Наступним логічним кроком у дослідженні є аналіз підходів до психологічної реабілітації учасників бойових дій, а саме тих системних і практичних рішень, які дозволяють трансформувати внутрішній психологічний потенціал особистості в дієві механізми відновлення та адаптації. Реабілітація ветеранів поєднує психосоціальну підтримку, тілесно-орієнтовані практики та психотерапевтичні інтервенції, спрямовані не лише на усунення симптомів психотравми, а насамперед на відновлення цілісності, життєвої перспективи та віри у власні сили. У межах ресурсної психотерапії це досягається через розширення усвідомленої структури «Я», формування внутрішніх опор, зміцнення резилієнсу та ресурсоємності без безпосереднього повернення до травматичних спогадів.

Як зазначає О. Борисова, головним завданням психологічної реабілітації особистості у кризових обставинах є прийняття травмального події у власний досвід, побудова життєвої перспективи та формування активної життєвої позиції [3, с. 14].

Реабілітація розглядається як процес осмисленого включення травматичного досвіду в життєву історію людини, що сприяє відновленню здатності діяти у світі, будувати стосунки, реалізовувати себе в соціумі.

На думку О. Блінова, ефективна програма реабілітації має бути етапною, поєднувати профілактичні, стабілізаційні, корекційні та підтримувальні заходи, що дозволяють поступово вивести ветерана з гострого стану та забезпечити довготривалий супровід [2, с. 205–206].

Етапність утручань узгоджується з ресурсним підходом, оскільки кожен рівень роботи має супроводжуватися тілесним якорінням досягнутих результатів, актуалізацією внутрішніх ресурсів і формуванням почуття безпеки. Це створює підґрунтя для розширення усвідомлення, відновлення емоційного контакту із собою та навколишнім світом.

У цьому контексті Н. Матейко підкреслює, що психологічна реабілітація має включати нормалізацію емоційної, морально-етичної та мотиваційної сфер, досягнення оптимальної адаптації та розвиток особистісного потенціалу [9, с. 91].

У межах ресурсного підходу перевага надається методам, що забезпечують безпечно розширення ресурсоємності: наративна терапія, логотерапія, гештальт-підхід, арт- і символдрама, методи усвідомленого сприйняття (mindfulness). Травмафокусні методи (КПТ, EMDR, експозиційна терапія) можуть застосовуватися на пізніших етапах, після відновлення стабільності та сформованої внутрішньої опори. Вибір методики визначається етапом реабілітації, індивідуальними особливостями ветерана, рівнем усвідомлення власного досвіду.

Ключові принципи побудови реабілітаційних програм узгоджуються з гуманістичними засадами ресурсної психотерапії:

- Індивідуалізація втручань – урахування біографічного контексту, духовних і культурних особливостей;
- Безперервність і доступність допомоги – поетапність, супровід на всіх рівнях адаптації;
- Мультидисциплінарність – взаємодія психологів, психотерапевтів, медиків, соціальних працівників;
- Повага до досвіду ветерана та культурна чутливість – етична основа роботи, що передбачає прийняття, довіру й партнерство;
- Тілесно-емоційна інтеграція – якоріння позитивних змін через тілесні відчуття, що забезпечує глибинну стабілізацію.

Реабілітація учасників бойових дій у контексті ресурсної психотерапії передбачає поєднання психосоціальних, тілесно-орієнтованих і психотерапевтичних підходів у структурі цілісної, етапної програми. Її ефективність полягає не лише в подоланні наслідків травматичного досвіду, а у формуванні нової системи сенсів, відновленні внутрішньої рівноваги, віри у власні можливості та готовності до самостійного життя.

Поглиблене розуміння механізмів цього процесу відображене в моделі роботи з наслідками психотравмувальних подій, розробленій О. Руденко та І. Дмитрик [16]. Ця модель ґрунтується на прин-

ципах та методах ресурсної психотерапії і спрямована на відновлення цілісності особистості через активізацію її внутрішніх ресурсів. У її основі лежить опрацювання таких ключових феноменів, як ідентичність, віра, самоприйняття та усвідомлення себе. Метод ресурсної психотерапії передбачає подолання наслідків травматичних подій шляхом розширення усвідомленої структури особистості, підвищення рівня її ресурсоємності та зміцнення резилієнсу – без необхідності прямого контакту з пам'яттю про саму психотравму. На кожному етапі роботи важливим елементом є закріплення досягнутих результатів через тілесні відчуття, що сприяє глибшій інтеграції змін у психічну структуру людини.

Етапи роботи:

1. Скринінг, стабілізація, створення стану безпеки, дослідження та актуалізація сформованих метафоричних образів які забезпечують стан безпеки. Включення органів чуттєвої структури.

2. Пошук, формування опор, зв'язку опора – тіло. Забезпечує підтримку і прийняття як ситуації, так і прийняття себе в ній.

3. Візуалізація ядра особистості в тілі, його наповнення сенсами та образами. Моніторинг стійкості даних конструкцій, робота з їх посиленням.

4. Розширення ядра особистості усвідомлення і наповнення простору цінностями, сенсами, планами на майбутнє, опорами.

5. Сканування зв'язків усіх систем, робота через проєктивні техніки. Моніторинг динаміки симптомів і позитивних змін (з першого звернення).

6. Взаємодія внутрішнього світу із зовнішнім. Пропрацювання причинно-наслідкових зв'язків, виявлення деструктивних сценаріїв (стратегій поведінки), реструктуризація сценаріїв.

7. Плани і звірка з Я-концепцією, ядром особистості, реакціями тіла. Пропрацювання Я-концепції, субособистостей. Виявлення нових запитів [14].

Така модель демонструє комплексний, багаторівневий підхід до подолання наслідків психотравм, спрямований на гармонізацію внутрішнього стану людини, її тілесного та емоційного досвіду, а також на відновлення цілісності особистості.

У своєму дослідженні О. Руденко та І. Дмитрик [16] вказували, що модель ресурсної психотерапії має значний потенціал для покращення психологічного стану постраждалих від травм, оскільки цей підхід дозволяє активно використовувати внутрішні ресурси особистості для подолання наслідків травматичних переживань та відновлення психічного благополуччя. Результати їх дослідження свідчать про ефективність і глибокий потенціал ресурсної психотерапії в роботі з людьми, які стикаються з психологічною травмою, допомагаючи їм вибудовувати позитивні стратегії адаптації та зміцнювати свій психологічний стан.

У контексті реабілітації учасників бойових дій ресурсна психотерапія набуває особливого значення, адже її принципи безпосередньо співвідносяться з потребою відновлення внутрішніх ре-

сурсів особистості, що були виснажені внаслідок тривалого стресового впливу бойових подій. Саме здатність мобілізувати власні психологічні ресурси, відновити почуття безпеки, віру у власні сили, ідентичність і цілісність «Я» є базовими умовами ефективної психічної реабілітації.

Психологічний ресурс у цьому контексті розглядається як система внутрішніх потенціалів, що забезпечують адаптацію, відновлення емоційної рівноваги та здатність до саморегуляції. Він охоплює когнітивні, емоційно-вольові, мотиваційні, екзистенційні та тілесні компоненти, які формують цілісну структуру життєстійкості. Під час реабілітаційного процесу важливим стає не лише усунення симптомів посттравматичного стресового розладу, а й створення умов для актуалізації внутрішніх ресурсів, що дозволяють людині повернутися до активного соціального та професійного життя.

Учасники бойових дій часто стикаються з кризою ідентичності, втратою сенсу, емоційним вигоранням та порушенням тілесного відчуття безпеки. У цьому аспекті ресурсна психотерапія пропонує дієвий інструментарій для відновлення внутрішньої рівноваги через посилення контакту з тілом, роботу з вірою, прийняттям себе та формуванням нової системи цінностей. Цей підхід спрямований не на повернення до попереднього стану, а на трансформацію особистості, розширення її адаптаційного потенціалу та формування нової життєвої позиції.

У межах теоретичних засад дослідження психологічного ресурсу особистості на етапі реабілітації учасників бойових дій ресурсна психотерапія розглядається як ефективна модель психокорекційного впливу, що поєднує цілісний підхід до людини, акцент на її внутрішніх можливостях і спрямованість на гармонізацію тілесного, емоційного та когнітивного рівнів функціонування. Її використання дозволяє створити умови для поступового відновлення внутрішнього ресурсу, розвитку резилієнсу та формування готовності до нових життєвих завдань у післятравматичному періоді.

У процесі психологічної реабілітації ветеранів доцільно надавати комплексну підтримку, спрямовану на активізацію внутрішніх ресурсів особистості та відновлення її здатності до конструктивного функціонування. Відповідно до концепції ресурсної психотерапії (О. Руденко, І. Дмитрик), реабілітаційний процес має ґрунтуватися не на безпосередньому поверненні до травматичних спогадів, а на розширенні усвідомленої структури особистості, зміцненні її ресурсоємності та формуванні нової системи сенсів і цінностей. Це передбачає використання широкого спектра психотерапевтичних і психопедагогічних методів, спрямованих на активацію віри у власні сили, формування почуття безпеки, гармонізацію тілесного досвіду й відновлення внутрішньої цілісності «Я». Такий підхід сприяє відновленню резилієнсу, зниженню рівня дистресу та формуванню адаптивних копінг-механізмів.

Активізації психологічного ресурсу особистості на етапі реабілітації учасників бойових дій буде сприяти комплексне використання досвіду фахівців:

1. Розвиток саморефлексії та самоусвідомлення. Застосування технік арттерапії, ведення щоденників переживань, практик майндфулнес і позитивної психології сприяє усвідомленню власних ресурсів, відновленню самоприйняття та відчуття внутрішньої компетентності.

2. Психоедукація та тренінги. Проведення групових занять, присвячених природі стресу, ПТСР і шляхам подолання його наслідків, а також навчання навичкам тілесної саморегуляції, релаксації та дихальних технік.

3. Формування адаптивних копінг-стратегій. Використання когнітивно-поведінкових методів для трансформації деструктивних переконань, розвитку усвідомленості вибору, планування та здатності приймати життєві рішення.

4. Посилення соціальної підтримки. Створення груп взаємодопомоги ветеранів, залучення родини до процесу відновлення, формування безпечного соціального простору через групову взаємодію.

5. Соціальна інтеграція та відновлення ідентичності. Реалізація програм перекваліфікації, участь у волонтерських ініціативах, застосування коучингових технологій для визначення нових життєвих цілей і відновлення почуття соціальної значущості.

6. Психотерапевтична підтримка. Використання методів, сумісних із ресурсним підходом – нарративна терапія, гештальт, логотерапія, тілесно-орієнтовані техніки, що сприяють реконструкції життєвого досвіду без повторного занурення у травму.

7. Індивідуалізація підходу. Урахування біографічних, культурних і духовних особливостей, робота з внутрішніми цінностями, символами та сенсами, які підтримують відновлення особистісної рівноваги.

Активізація психологічного ресурсу особистості в процесі реабілітації учасників бойових дій є багаторівневим процесом, який охоплює когнітивні, емоційні, тілесні та соціальні компоненти. Застосування різних психологічних методів – від тілесно-орієнтованих практик до групової психотерапії – сприяє поступовому відновленню ресурсоємності особистості, формуванню нової ідентичності, заснованої на усвідомленні власних можливостей, та інтеграції травматичного досвіду в оновлену систему «Я».

Узгоджуючись із теоретичними положеннями ресурсної психотерапії, дослідження психологічного ресурсу особистості на етапі реабілітації учасників бойових дій дозволяє розглядати цей ресурс як динамічну, багатокомпонентну систему, що забезпечує життєстійкість, адаптацію та збереження внутрішньої цілісності. Ефективність активізації ресурсів визначається комплексністю підходу, який інтегрує психотерапевтичні, освітні, профілактичні та соціально-реабілітаційні методи, спрямовані на

відновлення гармонії особистості та її подальший розвиток у післятравматичний період.

Висновки. Розглянуті теоретичні засади дослідження психологічного ресурсу особистості в процесі реабілітації учасників бойових дій засвідчили, що ресурсна психотерапія є ефективною концептуальною моделлю відновлення особистості після пережитої психотравми. Її ключова ідея полягає у зміцненні внутрішнього потенціалу, в актуалізації віри, ідентичності та тілесної усвідомленості як основ для формування нової, цілісної структури «Я».

Ресурсний підхід у психологічній реабілітації сприяє переходу від патогенетичної моделі, орієнтованої на усунення симптомів, до синергетичної моделі розвитку, яка передбачає розширення ресурсоємності особистості, відновлення сенсорного поля та зміцнення резилієнсу. Така орієнтація дозволяє не лише зменшити наслідки психотравматичного досвіду, а й трансформувати його в основу особистісного зростання, самореалізації та духовного розвитку.

Подальші дослідження доцільно спрямувати на створення інтегрованих моделей психореабілітації, спрямованих на активізацію ресурсу особистості, що враховують індивідуально-типологічні й соціокультурні особливості ветеранів; на вивчення гендерних чинників мобілізації психологічних ресурсів; а також на аналіз ролі духовно-моральних компонентів у процесі психічного відновлення. Перспективним є емпіричне вивчення ефективності сучасних психотерапевтичних методів (зокрема, когнітивно-поведінкової терапії, EMDR, ресурсної психотерапії, нарративної терапії) у роботі з посттравматичними станами. Важливим напрямом є також розроблення практичних програм професійної підготовки психологів, орієнтованих на міждисциплінарну взаємодію в системі реабілітаційної допомоги.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Алещенко В. Психологічна реабілітація учасників бойових дій: теоретико-методологічне обґрунтування моделі. *Психологічний журнал*. 2020. № 3. С. 1–15.
2. Блінов О.А. Психологія бойового стресу : дис. ... докт. психол. наук : 19.00.04. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2020. 660 с.
3. Борисова О.О. Психореабілітація учасників/учасниць бойових дій як психологічна допомога другого рівня в Україні. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2024. Вип. 1(3). С. 9–17.
4. Бугерко Я.М. Ресурсний підхід в сучасній психології. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2023. Вип. 3. С. 79–84.
5. Ващенко І.В., Іваненко Б.Б. Психологічні ресурси особистості в подоланні складних життєвих ситуацій. *Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць*. 2018. Вип. 40. С. 33–49.
6. Гарець Н.О., Варакута М.Л., Алещенко О.В. Теоретичні підходи до розуміння психологічного ресурсу особистості в роботах зарубіжних вчених. *Наукові перспективи*. 2023. № 4(34). С. 527–536.

7. Даценко О.А. Психологічний ресурс особистості як наукова парадигма. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2020. Т. 31(70), № 4. С. 22–27.
8. Жугіна М.А. Механізми психологічного відновлення внаслідок травматичної події : кваліфікаційна робота на здобуття ступеня бакалавра за спеціальністю 053 «Психологія» ; Криворізький державний педагогічний університет. Кривий Ріг, 2024. 65 с.
9. Матейко Н.М. Зміст реабілітації в контексті допомоги учасникам АТО. *Knowledge, Education, Law, Management*. 2020. № 3(31). С. 90–94.
10. Павлушенко С. Психологічні наслідки участі особистості в бойових діях. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. Вип. 52, № 2. С. 87–94.
11. Психологічні ресурси особистості: соціально-психологічний зміст. *Збірник наукових праць за матеріалами науково-практичної конференції*. Ізмаїл : РВВ ІДГУ, 2019. 87 с.
12. Пузирьов Є.В., Ізвєков В.В. Бойовий стрес та його наслідки для військовослужбовців. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія : Психологія*. 2023. Т. 34(73), № 1. С. 203–209.
13. Особливості проявів бойових стресових розладів у поранених військовослужбовців Збройних Сил України – учасників бойових дій / Л.В. Радецька та ін. *Медсестринство*. 2020. № 4. С. 23–26.
14. Ресурсна психологія та психотерапія. 7-крокова модель роботи з наслідками психотравмуючої події в методі ресурсної психотерапії. URL: <https://chatgpt.com/c/68f21bf0-aa7c-832a-926a-2b02f5550d18> (дата звернення: 13.10.2025).
15. Стасюк В.В., Федоренко Ю.А. Психологічна реабілітація ветеранів Збройних Сил України, які брали участь у збройному конфлікті. *Габітус*. 2025. Вип. 70. С. 227–232.
16. Rudenko O., Dmytryk I. Resource-Based Psychotherapy Model Application in the Treatment of Psychological Trauma Consequences. *The Journal of Nervous and Mental Disease*. 2024 p. URL: https://journals.lww.com/jonmd/abstract/2024/07000/resource_based_psychotherapy_model_application_in.2.aspx (дата звернення: 11.10.2025).

Стаття надійшла у редакцію: 29.10.2025

Стаття прийнята: 13.11.2025

Опубліковано: 08.12.2025