

МОРАЛЬНА ТРАВМА У ВИМІРАХ БОЙОВОГО ДОСВІДУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ І ПСИХОЛОГІЧНИХ НАСЛІДКІВ ВІЙНИ

MORAL INJURY IN THE DIMENSIONS OF COMBAT EXPERIENCE AND THE PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES OF WAR

Статтю присвячено аналізу феномена моральної травми в контексті бойового досвіду військовослужбовців і психологічних наслідків війни. Війна є середовищем, у якому етичні норми піддаються руйнуванню, а моральна ідентичність особистості зазнає дезінтеграції. Моральна травма розглядається як глибоке внутрішнє ушкодження психіки, що виникає внаслідок участі в діях або спостереження за подіями, які суперечать власним моральним переконанням і цінностям. У статті узагальнено підходи провідних зарубіжних та українських дослідників (Дж. Шей, В. Ліц, В. Неш, Г. Коінг, Дж. Вортман, О. Блінов, М. Козігора, Т. Титаренко) до осмислення когнітивних, афективних, поведінкових, екзистенційних і нейропсихологічних аспектів цього феномена. Показано, що моральна травма відрізняється від посттравматичного стресового розладу тим, що її ядром є не страх, а конфлікт совісті, провини, сором і втрата сенсу. Виокремлено ключові рівні моральної травматизації: когнітивний (зміна базових переконань і моральних схем), емоційний (переживання сорому, провини, безсилля), поведінковий (соціальна ізоляція, самопокарання), духовний (утрата зв'язку з власними цінностями) і нейрофізіологічний (порушення емоційної регуляції). Проаналізовано український контекст, у якому моральна травма набуває особливої гостроти внаслідок тривалої війни й масового зіткнення з моральними дилемами. Акцентовано на важливості суспільного визнання і створення умов для безпечної вербалізації бойового досвіду як чинника подолання морального поранення. У підсумку обґрунтовано необхідність формування міждисциплінарних програм допомоги військовослужбовцям, що поєднують клінічні, психологічні, етичні й духовні підходи, спрямовані на відновлення моральної цілісності, гідності й внутрішньої узгодженості особистості.

Ключові слова: моральна травма, бойова травма, бойовий досвід, моральна дезінтеграція, сором, провини, військовослужбовці, посттравматичне зростання, моральна рефлексія, психологічна реабілітація.

The article is devoted to the analysis of the phenomenon of moral injury in the context of the combat experience of military personnel and the psychological consequences of war. War is conceptualized as an environment in which ethical norms are destabilized, and the moral identity of the individual undergoes profound disintegration. Moral injury is defined as a deep internal psychological wound that arises from participation in or witnessing actions that contradict one's own moral convictions and values. The paper summarizes the approaches of leading international and Ukrainian scholars – Jonathan Shay, Brian Litz, William Nash, Harold Koenig, Joseph Wortmann, Oleksandr Blinov, Maryna Kozihora, and Tetiana Tytarenko – who have examined the cognitive, affective, behavioral, existential, and neuropsychological dimensions of this phenomenon.

It is demonstrated that moral injury differs from post-traumatic stress disorder in that its core is not fear but a conflict of conscience, accompanied by guilt, shame, and loss of meaning. The key levels of moral traumatization are identified: cognitive (changes in basic beliefs and moral schemas), emotional (experiences of shame, guilt, and helplessness), behavioral (social withdrawal, self-punishment), spiritual (loss of connection with one's own values), and neurophysiological (disturbances in emotional regulation). The Ukrainian context is analyzed, in which moral injury acquires particular acuteness due to the prolonged war and the widespread confrontation with moral dilemmas. Emphasis is placed on the importance of public acknowledgment and the creation of conditions for the safe verbalization of combat experience as essential factors in overcoming moral wounding.

The article concludes by substantiating the need for interdisciplinary assistance programs for military personnel that integrate clinical, psychological, ethical, and spiritual approaches aimed at restoring moral integrity, dignity, and inner coherence of the individual.

Key words: moral injury, combat trauma, military experience, moral disintegration, shame, guilt, service members, post-traumatic growth, moral reflection, psychological rehabilitation.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/hbts.78.2.26>
Стаття поширюється на умовах
ліцензії CC BY 4.0

Павловська-Кравчук В.А.

к.юрид.н., доцент кафедри
соціології та психології
Навчально-наукового інституту № 5
Харківський національний
університет внутрішніх справ
ORCID ID: 0009-0004-9922-7228

Егонська-Спенсер Н.А.

директор
Інститут транзакційного аналізу
та інтегративної психотерапії
ORCID ID: 0009-0007-9216-6014

Вступ. Війна є екстремальним соціально-психологічним феноменом, який радикально змінює систему координат особистості, перевіряючи не лише фізичну витривалість, а й межі морального світу людини. У бойових умовах стираються звичні етичні межі, що визначали поведінку в мирному житті, і саме тоді постає феномен, який сучасна психологічна наука дедалі частіше виокремлює як самостійний предмет дослідження, – моральна травма (moral injury). На відміну від посттравматичного стресового розладу, який є реакцією на безпосередню загрозу життю, моральна травма виникає як результат зіткнення з подіями, що суперечать глибинним моральним переконанням, духовним принципам або уявленням про власну людяність.

Психологічний феномен війни виявляє себе не лише через страждання, втрати й фізичну небезпеку, а насамперед через моральні дилеми, перед якими постає особистість. Кожне рішення в бойових умовах набуває етичного виміру: воно пов'язане з оцінкою власних дій, обов'язку, провини, а також із питанням збереження людяності в умовах насильства. Війна не лише випробовує психіку, а й оголює фундаментальні підвалини моральної свідомості, ставлячи під сумнів традиційні уявлення про добро, справедливість і відповідальність.

Водночас моральна травма як психологічне явище не обмежується лише військовим контекстом: вона відображає універсальний механізм реакції людини на ситуації, що виходять за межі її етичних можливостей. Проте саме бойовий дос-

від робить цей феномен особливо інтенсивним, оскільки в екстремальних обставинах моральний вибір часто має безповоротні наслідки. Для військовослужбовців це означає зіткнення із ситуаціями, у яких виконання наказу, урятування побратимів чи захист держави може водночас суперечити внутрішньому відчуттю правильності, спричиняючи глибоку морально-ціннісну кризу.

Моральна травма в сучасній психології визначається як глибоке внутрішнє ушкодження психіки, що виникає внаслідок участі в діях або спостереження за діями, які суперечать власним моральним цінностям, переконанням чи етичним нормам, і призводить до дезінтеграції моральної ідентичності, втрати довіри до себе та світу, формування стійких почуттів провини, сорому, духовного виснаження й внутрішньої спустошеності. Уперше поняття *moral injury* введено в науковий обіг американським психіатром Джонатаном Шеєм на основі клінічного аналізу ветеранів війни у В'єтнамі, які переживали не стільки страх, скільки глибоке відчуття моральної зради [15; 16, с. 182]. Надалі феномен моральної травми отримав ґрунтовний розвиток у працях Р. Ліца, Б. Неша, П. Кюр'є, К., К. Коїнга, Дж. Вортмана, М. Браяна й інших учених, які описали когнітивні, афективні, соціальні й екзистенційні механізми цього феномена. В українській психології моральну травму досліджують О. Блінов, М. Козігора, Т. Титаренко, які аналізують її як феномен руйнування морально-ціннісної сфери, що проявляється в контексті бойового досвіду, посттравматичного зростання та процесу моральної реконструкції особистості.

Виклад основного матеріалу. Сучасні наукові підходи до визначення моральної травми демонструють її концептуальну еволюцію – від клінічного опису до системного аналізу як морально-екзистенційного процесу. Джонатан Шей визначав її як «руйнування довіри воїна до морального порядку світу й лідерів, які мали втілювати справедливість» [15]. Його підхід акцентував на зраді моральних очікувань і втраті смислової опори. Річард Ліц запропонував ширше трактування, розглядаючи моральну травму як «психологічну, поведінкову, соціальну та духовну дезінтеграцію, спричинену участю в діях, що суперечать власним моральним переконанням» [12, с. 695]. Метью Браян наголошував, що це не лише результат скоєного, а й наслідок усвідомлення того, що «людина не зробила того, що мала зробити» [5]. Такий аспект «бездіяльності» (*failure to act*) істотно розширив розуміння морального ушкодження як форми негативної моральної самооцінки.

Кеннет Коїнг і Джозеф Вортманн увели до аналізу духовно-релігійний компонент, визначаючи моральну травму як стан втрати зв'язку між совістю, вірою та уявленням про добро. На їхню думку, вона проявляється у феноменах «морального виснаження», «віддалення від Бога», «розщеплення духовного «Я»» [11, с. 659; 18]. М. Козігора в праці «Психологічні особливості прояву моральної травми під час воєнного конфлікту» визначає її як стан внутрішнього морального конфлікту, що супроводжу-

ється переживанням провини, сорому, втрати сенсу й руйнуванням етичних орієнтирів, які забезпечували цілісність особистості до бойового досвіду [3].

Таким чином, у сучасній науковій традиції моральна травма осмислюється як багатовимірне утворення, у якому переплітаються когнітивні (порушення переконань і ціннісних схем), емоційні (почуття провини, сорому, відчуження), поведінкові (самоусунення, ізоляція, деструктивна поведінка) та духовно-екзистенційні (утрата сенсу, моральне оніміння, відчуття внутрішньої «порожнечі») компоненти.

Моральна травма проявляється не як страх, а як внутрішнє моральне поранення – руйнування внутрішньої цілісності, коли людина не може примирити свої дії або бездіяльність із власними етичними цінностями. Як зазначає М. Козігора, моральна травма у військовослужбовців виникає в ситуаціях, коли бойовий обов'язок вступає в суперечність із совістю: участь у діях, що спричиняють загибель цивільних; неможливість запобігти пораненню товаришів; спостереження за актами жорстокості чи моральної зради [3]. У таких умовах людина втрачає здатність бачити себе носієм моральних цінностей, формується стійке відчуття провини, сорому та безсилля перед моральним вибором.

Згідно з моделлю Р. Ліца та співавторів, моральна травма – це порушення базових моральних схем, які визначають уявлення людини про добро, справедливість, гідність та обов'язок. Її механізм полягає в руйнуванні довіри до себе й світу, у втраті когерентності між моральними переконаннями та досвідом [12, с. 700]. Джонатан Шей описує цей стан як «дезінтеграцію моральної ідентичності», коли людина більше не відчуває себе морально спроможною жити з власними вчинками [16, с. 182]. Моральна травма часто має латентний перебіг: вона може не проявлятися під час бойових дій, але загострюється після демобілізації, коли з'являється час осмислити прожите.

Механізми моральної травматизації охоплюють кілька взаємопов'язаних рівнів.

Когнітивний рівень характеризується зміною базових переконань: світ починає сприйматися як несправедливий і небезпечний, а власна участь у війні – як моральна помилка, яку неможливо виправити.

Емоційно-афективний рівень включає хронічні почуття сорому, провини, внутрішньої огиди, гніву або безсилля, що можуть переростати в депресивні та суїцидальні тенденції.

Поведінковий рівень проявляється в соціальній ізоляції, самопокаранні (через ризиковану поведінку, зловживання психоактивними речовинами), униканні контактів або надмірній самокритиці.

Екзистенційний і духовний рівень полягає в втраті смислу, редукції моральної чутливості, відчутті «морального оніміння» або «втрати душі», коли зникає зв'язок із власними моральними орієнтирами [11, с. 660; 18].

Окремий напрям досліджень присвячено нейропсихологічним корелятам моральної травми. Роботи Вільямсон і співавторів доводять, що у ветеранів із високим рівнем морального дистресу спо-

стерігається гіперактивація мигдалеподібного тіла, зниження зв'язності між префронтальною та поясною корою, що пояснює підвищену емоційну реактивність, імпульсивність і труднощі із саморегуляцією [17, с. 89]. Це підтверджує, що моральна травма має не лише етичний і психологічний, а й нейрофізіологічний вимір, що свідчить про її автономність від класичного посттравматичного стресового розладу. Водночас клінічні спостереження Браяна й Анестиса показують, що моральна травма розгортається як процес самозасудження, у якому індивід є одночасно суддею і підсудним, відтворюючи нескінченне коло сорому, провини та самоізоляції [5].

Сучасні емпіричні дані підтверджують багаторівневу детермінацію цього феномена. З одного боку, він зумовлений індивідуально-психологічними особливостями – рівнем моральної рефлексії, совістності, емпатії, толерантності до амбівалентності; з іншого – соціально-культурними чинниками, такими як характер моральних норм, соціальна підтримка, суспільне визнання або осуд ветеранів [7, с. 201; 17, с. 92; 18]. Саме тому моральна травма формується на перетині внутрішньоособистісних і соціальних процесів, що потребує міждисциплінарного підходу – психологічного, філософського, соціологічного й навіть теологічного.

У сучасному глобальному контексті моральна травма не може розглядатися поза культурними, історичними й соціальними впливами, що формують моральну свідомість особистості. Подібно до положень транзакційного аналізу, де Его-стан Дорослого не є нейтральним спостерігачем «реальності», а вбудований у культурно-історичні системи [8, с. 242; 13].

Переживання війни також осмислюється крізь призму колективної пам'яті, моральних кодів і національних цінностей. У наших Его-станах Батька зберігаються історії поколінь – перемог, поразок і травм, а в Его-станах Дитини – культурні схеми реагування на біль, провини й втрату. Таким чином, моральна травма постає не лише як індивідуальний психологічний досвід, а як феномен, укорінений у колективну моральну свідомість народу. Етична позиція психотерапевта в роботі із цими травмами передбачає готовність зустрічатися з моральним дискомфортом, зіткненням ціннісних систем і культурних контекстів, не уникаючи їх, а перетворюючи на простір діалогу, прийняття й співчуття [6, с. 114].

У контексті війни в Україні цей феномен набуває особливої гостроти. Дослідники О. Блінов, М. Козігора, Т. Титаренко зазначають, що для українських військовослужбовців типовими є моральні дилеми, пов'язані з необхідністю діяти в ситуаціях, де гуманістичні норми суперечать бойовим завданням. Це сприяє формуванню станів моральної дезорієнтації або «етичної дисоціації», коли внутрішня система цінностей розщеплюється, а минулий досвід не інтегрується в самосприйняття [1, с. 77; 3; 4, с. 7]. Часто спостерігається феномен «провини вцілого», коли власне життя оцінюється як незаслужене. Моральне поранення при цьому стосується

не лише військових, а й цивільних свідків бойових подій, у яких формується вторинна моральна травматизація – співпереживання болю, почуття безсилля або провини за бездіяльність.

Соціальний контекст має вирішальне значення в подоланні моральної травми. Якщо суспільство замовчує досвід війни або героїзує його, не допускаючи рефлексії, формується моральна ізоляція ветеранів, коли їхній досвід не знаходить мови для осмислення. Як показують Гріффін і колеги, найефективнішою стратегією є створення умов для безпечної вербалізації – можливості говорити про моральні дилеми без осуду, але й без спрощеної героїзації [9, с. 45]. У цьому сенсі процес морального відновлення є не лише завданням психолога, а й місією спільноти, яка має забезпечити культурне поле для інтеграції травматичного досвіду.

Подолання моральної травми передбачає реконструкцію моральної цілісності, а не просто стабілізацію емоційного стану. Ефективні підходи включають таке:

1) наративну реконструкцію – осмислення й вербалізацію травматичного досвіду як частини особистої історії;

2) групову моральну рефлексію – обговорення моральних дилем у середовищі побратимів без звинувачення;

3) духовно-психологічне консультування – відновлення відчуття зв'язку із совістю, вірою, спільнотою;

4) психоедукацію щодо природи провини й сорому;

5) ритуали морального примирення – публічне або символічне визнання болю, що сприяє переходу від самозасудження до прийняття [11, с. 660].

У науковій площині моральна травма розглядається як феномен багаторівневої детермінації, що поєднує психологічні, нейробіологічні, соціальні та духовні чинники. Її відмінність від посттравматичного стресового розладу полягає в тому, що домінантним є не страх, а порушення внутрішньої узгодженості «Я-концепції» та системи цінностей. Усвідомлення цієї специфіки відкриває нові напрями досліджень – від розроблення діагностичних інструментів до створення програм реабілітації, орієнтованих не лише на редукцію симптомів, а на відновлення моральної ідентичності й соціальної включеності ветеранів.

Моральна травма у вимірах бойового досвіду – це не просто клінічна категорія, а глибинний психолого-екзистенційний процес, що відображає розлад між совістю й обов'язком, між людяністю й необхідністю. Вона проявляється на перетині морального, емоційного, когнітивного, соціального й духовного вимірів особистості, порушуючи звичні механізми моральної регуляції та сенсового упорядкування досвіду. Її вивчення дає змогу глибше зрозуміти природу людської моральності в умовах війни, коли межі між «правильним» і «допустимим» розмиваються, а етичний вибір стає частиною щоденної боротьби за виживання.

Висновки. Усвідомлення феномену моральної травми відкриває нові перспективи для побудови цілісних систем психологічної та психотерапевтичної допомоги військовослужбовцям. Ідеться

не лише про лікування симптомів стресу, а про глибоку моральну реконструкцію, тобто відновлення зв'язку між совістю, обов'язком і гідністю, інтеграцію бойового досвіду в особистісну історію без руйнування моральної ідентичності. Такі підходи вимагають поєднання знань клінічної, військової, соціальної та духовної психології, а також використання нарративних, рефлексивних і групово-екзистенційних практик, орієнтованих на прийняття, прощення й відновлення довіри до себе.

Перспективи подальших досліджень моральної травми пов'язані з поглибленням міждисциплінарного аналізу цього феномена. Важливими напрямами майбутніх наукових розвідок є такі:

- вивчення нейробіологічних і психофізіологічних корелятів моральної травми у ветеранів війни, що дасть змогу розкрити механізми її формування на рівні мозкової активності;
- розроблення інтегративних моделей психокорекції та духовної реабілітації, які поєднують психологічну допомогу, етичну освіту й екзистенційну підтримку;
- дослідження вторинної моральної травми зації в цивільного населення, волонтерів, родин військовослужбовців;
- вивчення факторів моральної стійкості й посттравматичного зростання, що забезпечують здатність людини відновлювати цілісність після глибоких моральних потрясінь;
- розробка освітніх програм для психологів, військових капеланів та офіцерів із питань розпізнавання й профілактики моральної травми в бойових підрозділах.

Отже, осмислення моральної травми в контексті бойового досвіду є не лише науковим завданням, а й етичною місією суспільства, що прагне зберегти людяність попри травму війни. Поглиблення знань у цій сфері стане підґрунтям для формування нової гуманістичної парадигми допомоги – такої, що визнає цінність кожного досвіду, не заперечуючи болю, але перетворюючи його на ресурс морального зростання й духовної зрілості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Блінов О.А. Особливості прояву бойового стресу і посттравматичних стресових розладів у різних категорій військовослужбовців. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи*. Сєвєродонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2021. № 3(56), Т. 2. С. 77–88. URL: http://tppjournal.com.ua/n56y2k21_tom_2_a7.html.
2. Блінов О.А. Переживання бойового стресу військовослужбовцями підрозділів і тими, хто лікується в госпіталі. *Психологія і особистість*. 2022. № 1(21). С. 38–45. DOI: <https://doi.org/10.33989/2226-4078.2022.1.252055>.
3. Козігора М.А. Психологічні особливості прояву моральної травми під час воєнного конфлікту : дис.... д-ра філософії : 053 «Психологія» / Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. Луцьк, 2023. 215 с. URL: https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/24542/1/Kozigora_2023.pdf.
4. Титаренко Т.М. Психологічні виміри війни: травма, смисли, відновлення. *Практична психологія і соціальна робота*. 2023. № 5. С. 7–15.
5. Bryan C.J., Anestis M.D. Combat exposure and mental health: The moderating role of moral injury. *Journal of Anxiety Disorders*. 2022. Vol. 92. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2022.102642>.
6. Cornell W.F. In These Dark Times: Exploring Our Values as Transactional Analysts. *Transactional Analysis Journal*. 2024. Vol. 54(2). P. 114–125. DOI: <https://doi.org/10.1080/03621537.2024.2327266>.
7. Currier J.M., Koenig H.G. The moral reconstruction process in veterans: Empirical findings and therapeutic implications. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. 2024. Vol. 16(3). P. 201–216. DOI: <https://doi.org/10.1037/tra0001682>.
8. Dajani K.G. Cultural determinants in infants and infantile determinants in cultural practice. *International Journal of Applied Psychoanalytic Studies*. 2022. Vol. 19(2). P. 242–245. DOI: <https://doi.org/10.1002/aps.1752>.
9. Griffin B.J., Purcell N., Burkman K., Maguen S., Litz B.T. Healing moral injury through community dialogue and empathy. *Journal of Veterans Studies*. 2023. Vol. 9(1). P. 45–61.
10. Janoff-Bulman S. *Shattered Assumptions: Toward a New Psychology of Trauma*. New York : Free Press, 1992. 240 p.
11. Koenig H.G., Youssef N.A., Pearce M. Assessment of moral injury in veterans and active duty military personnel: The Moral Injury Symptom Scale-Military Version-Short Form. *Military Medicine*, 2018. P. 659–665. URL: https://oneop.org/wp-content/uploads/2019/10/Griffin-MI-integrative-review.pdf?utm_source=chatgpt.com.
12. Litz B.T., Stein N., Delaney E., Lebowitz L., Nash W.P., Silva C., Maguen S. Moral injury and moral repair in war veterans: A preliminary model and intervention strategy. *Clinical Psychology Review*. 2009. Vol. 29(8). P. 695–706. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.07.003>.
13. Minikin K.S. Radical-relational perspectives in transactional analysis: Oppression, alienation, reclamation. London : Routledge, 2023. 238 p. DOI: <https://doi.org/10.4324/9780429289231>.
14. Nash W.P., Litz B.T. Moral injury: A mechanism for war-related psychological trauma in military personnel. *Military Medicine*. 2013. Vol. 178 3). P. 346–352. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10567-013-0146-y>.
15. Shay J. *Achilles in Vietnam: Combat Trauma and the Undoing of Character*. New York : Scribner, 1994. 246 p.
16. Shay J. Moral injury. *Psychoanalytic Psychology*. 2014. Vol. 31(2). P. 182–191. DOI: <https://doi.org/10.1037/a0036090>.
17. Williamson V., Currier J.M., Koenig H.G., Wortmann J.H. Understanding moral injury: Integrating neuroscience, spirituality, and psychology. *Current Psychiatry Reports*. 2024. Vol. 26(2). P. 88–104.
18. Wortmann J.H. Moral injury as a loss of spiritual integrity: Pathways to healing. *Frontiers in Psychology*. 2023. Vol. 14.

Стаття надійшла у редакцію: 31.10.2025

Стаття прийнята: 12.11.2025

Опубліковано: 08.12.2025