

Л. Юрченко, д. філос. наук, проф., проф. каф. (ORCID 0000-0003-4957-338X)

Т. Чубіна, д. іст. наук, проф., зав. каф.

заслужений працівник освіти (ORCID 0000-0002-9383-3604)

М. Дмитренко, д. філос. наук, проф., проф. каф. (ORCID 0000-0002-8338-4032)

Національний університет цивільного захисту України

ОСОБЛИВОСТІ ПОРУШЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО СТАНУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЯ НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ, ТРАВМОВАНОГО ВІЙНОЮ

Визначено основну симптоматику та особливості психологічної реабілітації осіб, які зазнали травм унаслідок війни. Підкреслено, що психологічні втручання не зводяться виключно до відновлення здоров'я, психічних функцій або соціального статусу. Вони охоплюють ширший спектр і спрямовані на активізацію життєтворчого потенціалу особистості, відновлення її здатності до самостійних змін, проектування майбутнього, перевірку та корекцію цих проектів і реалізацію їх у різних сферах життя.

Психологічні реабілітаційні технології розглядаються як цілісні впливи, що мають на меті збереження та відновлення особистісної цілісності, внутрішнього балансу, здатності до саморегуляції, розвитку самоефективності, комунікативної компетентності та сенсотворення. Технології представлені як система втручань, що реалізуються у взаємодії особистісного, інструментального, просторового і часових вимірів.

Розглянуто етапи психологічного відновлення: підготовчий, базовий і помічний. Для підготовчого етапу визначено доцільні технології: посилення мотивації до особистісних змін, створення ефективних мотиваторів і активізація сліпих зон уваги. На базовому етапі ефективними виявилися технології проектування майбутнього через життєві вибори, апробація нових життєвих проектів через постановку завдань, а також їх реалізація шляхом поступового успішного практикування. Для помічного, і водночас профілактичного, етапу рекомендовано технології переосмислення та інтеграції травматичного досвіду, формування нового ставлення до травми як ресурсу, а також створення більш екологічного середовища життєдіяльності, що опосередковано підтримує особистісне відновлення.

Ключові слова: симптоматика, розлад, психологічна реабілітація, особистість, технології, етапи реабілітації.

Вступ. Одним із ключових завдань сучасної психології є вивчення можливостей збереження психологічно-адаптивного потенціалу особистості, оновлення її життєвої активності та підвищення рівня психологічного благополуччя в умовах тривалого впливу травматичних подій. Це особливо актуально у контексті війни, коли психотравмуючі фактори набувають системного та довготривалого характеру. Симптоматика постраждалих від військової агресії є

багатогранною, охоплюючи соціальні, медичні та психологічні аспекти. Ефективність подолання тривожних розладів та реалізація реабілітаційних програм значною мірою залежать від чіткого розподілу сфер відповідальності між фахівцями та волонтерами, а також визначення зон спільної діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У фокусі сучасної наукової думки перебувають аспекти психологічної підтримки різних категорій постраждалих: внутрішньо

переміщених осіб, військовослужбовців із пораненнями, ветеранів бойових дій та членів їхніх сімей. Значну увагу приділяють діагностиці та частковій профілактиці розладів адаптації до наслідків бойових дій, зокрема у працях іноземних авторів та харківських психологів і психіатрів [1-5].

Українські фахівці досліджують також вплив соціально-демографічних, професійних та особистісних чинників на формування посттравматичних розладів [6-9]. Водночас, напрями психологічної профілактики здебільшого лише окреслюються, а запропоновані заходи мають переважно непсихологічний характер. Волонтерські психологічні центри гуманітарних проблем здійснюють психологічну допомогу військовослужбовцям у бойових умовах, однак питання довготривалої психологічної реабілітації все ще недостатньо висвітлені [10, с. 430].

Цінним є досвід американських дослідників M. Frain, M. Bethel, M. Bishop, які розробили багатовекторну модель психологічної реабілітації ветеранів з інвалідністю. У центрі їхнього підходу — врахування індивідуальних запитів ветеранів, підтримка у працевлаштуванні, навчання методам самопомоги, зміцнення сімейної життєздатності та широке залучення науковців до вирішення проблем цієї цільової групи [11, с. 18].

У контексті українського досвіду аналізується також психологічна реабілітація працівників Державної служби надзвичайних ситуацій, які виконували обов'язки в зоні бойових дій. Згідно з підходом І.М. Ушакової та О.В. Чернової, реабілітація є системою заходів, спрямованих на відновлення психологічних функцій

та створення умов для розвитку повноцінної особистості [12, с.244].

Проблему диференціації видів реабілітації порушує А. Мельник, виокремлюючи психологічну, медико-психологічну, професійно-психологічну та соціально-психологічну [13, с. 103].

Втім, у запропонованих моделях домінує переважно соціальна складова, що знижує акцент на специфічних психологічних механізмах відновлення.

Методика дослідження. За мету дослідження у даній роботі обрано формулювання концептуальних засад психологічного впливу на особистість, травмовану війною, а також визначення алгоритму і логіки психологічної реабілітації.

Виходячи з даної мети в роботі ставились такі завдання: знайти відповідь на запитання про те, яким чином психологи можуть допомогти лікуванню ран війни; як підтримувати і повертати до повноцінного життя різні верстви населення, що постраждали внаслідок воєнних дій; чи є можливість залучення до реабілітації рекреаційного та відновлюваного потенціалу навколишнього середовища.

Методологія роботи полягає у пошуку механізмів відновлення психічного стану та почуття захищеності, необхідних умов для повернення до звичного життя.

Реабілітаційні програми, що спрямовані на подолання психологічних травм і налагодження психологічних контактів, є ключовими для покращення емоційного благополуччя та загальної якості життя постраждалих. Такі заходи допомагають засвоїти пережиті стреси, розвинути навички ефективного подолання труднощів і адаптуватися

до життя після травматичних подій та втрати почуття безпеки.

В цілому в роботі детально аналізується і презентується психологічна підтримка військових, внутрішньо переміщених осіб та інших вразливих груп, адже вона допомагає їм знайти нові можливості для самореалізації, відновити соціальні зв'язки та інтегруватися в нове середовище. Загалом, психологічна реабілітація є незамінним інструментом у забезпеченні стійкого психічного здоров'я, стабільності та повернення до повноцінного життя для всіх, хто постраждав внаслідок війни.

У ході виконання дослідження було застосовано такі методи: аналіз наукових джерел; індуктивне узагальнення теоретичних підходів до реабілітаційних ініціатив, запропонованих провідними науковцями; дедуктивне формулювання завдань психологічної реабілітації та можливих шляхів їх розв'язання; системний підхід до комплексного осмислення проблематики.

Результати. Психологічна реабілітація – це не просто пасивне повернення до попереднього способу життя, що передувало травматичному досвіду. Вона полягає у пробудженні й активізації здатності людини до життєтворення, тобто в умінні переосмислювати, перепланувати своє життя та втілювати нові життєві проекти у різних його сферах: сімейній, особистій, професійній тощо. Такий творчий підхід до власного життя передбачає оновлення внутрішньої мотивації до самозміни, відкритість до нових викликів, готовність переглядати цінності, змінювати діяльність, розширювати коло спілкування й знаходити нові способи самореалізації.

Під психологічними технологіями реабілітації особистості розуміється сукупність методів, технік, прийомів і інтервенцій, спрямованих на підтримку та відновлення здатності людини до самостійного життєтворення. Ці технології реалізуються в різноманітних формах колективної взаємодії, зокрема через групову роботу, стратегічні сесії, майстер-плани з розвитку психологічної реабілітології як окремої галузі знань і практики. Також до реабілітаційних технологій автори відносять використання психологічних концепцій і методик, орієнтованих на підвищення рівня суб'єктивного благополуччя особистості.

У межах дослідження процес психологічного відновлення особистості було структуровано на певні послідовні етапи: підготовчий, базисний та помічний. Кожен із них передбачає доцільне застосування специфічних реабілітаційних технологій, що репрезентують собою комплекс цілеспрямованих технік і процедур. Ефективність проходження зазначених етапів забезпечується лише за умови органічної інтеграції техніко-процедурних компонентів реабілітації з ціннісно-смысловими детермінантами психологічного благополуччя, що у своїй єдності формують цілісну систему підтримки та відновлення ментального здоров'я особистості.

На підготовчому етапі психологічної реабілітації доцільно застосовувати такі технологічні підходи: технологію подолання дефіциту мотивації до суб'єктного проживання власного життя; технологію ідентифікації та активізації ефективних мотиваційних чинників; а також технологію

розширення зони усвідомлення шляхом актуалізації сліпих зон уваги.

Серед технік, доцільних для застосування на підготовчому етапі реабілітації, ми вибрали і зосередились на наступних. По-перше, це інтервенції, спрямовані на активізацію внутрішньої потреби до самозмін, стимулювання позитивної аутобіографічної пам'яті, а також впровадження позитивних моделей через механізм емоційного зараження, що дозволяє знижувати рівень мотиваційної інертності [14, с. 83]. По-друге, техніки візуалізації бажаного майбутнього, мобілізація внутрішніх ресурсів для подолання перешкод і стимулювання соціальної підтримки з боку значущого оточення, що сприяє формуванню нових мотиваційних утворень [15, с. 1234]. По-третє, застосування технік самоопису, зокрема опису власного дня, подолання гіперфокусування на проблемному досвіді, а також активізація рефлексивних механізмів, які поглиблюють рівень саморо-зуміння й сприяють інтеграції раніше неусвідомлюваних аспектів переживання у цілісну картину особистісного функціонування [16, с. 107].

На базисному етапі реабілітаційного процесу доцільним є впровадження таких технологій: технології відновлення здатності до креативного проектування особистісного майбутнього через здійснення обґрунтованих і відповідальних життєвих виборів; технології тестування оновленого життєвого сценарію шляхом виконання актуалізованих і релевантних життєвих завдань; а також технології реалізації цих завдань, що забезпечується прогресивною адаптацією до умов мирного життя й послідовним

розвитком практичної компетентності в нових життєвих контекстах.

Відповідно до запропонованих реабілітаційних технологій, доцільним є застосування низки цільових технік. Насамперед, це техніки, спрямовані на формування відповідальності за власне життя, стимулювання інтересу до нових можливостей та переорієнтацію фокусу автобіографічної рефлексії, що сприяє відновленню здатності до самостійного й усвідомленого життєвого вибору.

Наступною групою є техніки аналізу доступних ресурсів і внутрішніх обмежень, прогнозування необхідних зусиль та переосмислення кола значущих осіб, які забезпечують формулювання реалістичних і своєчасних життєвих завдань, що відповідають поточному потенціалу особистості. Нарешті, слідом за Кокуном О. М. особливо важливими вважаємо техніки інтеграції автобіографічного досвіду, подолання фрагментарності спогадів, переосмислення масштабу пережитого та формування спільного бачення життєвої ситуації, що дозволяє окреслити релевантний вектор особистісних змін і сприяє ефективній організації життєвої діяльності [17, с. 96].

Для стимулювання процесу переосмислення та інтеграції травматичного досвіду доцільно застосовувати техніки наративно-ментативного аналізу особистої історії, зміни перспективи, порівняння особистих версій чуттєвого і рефлексивного, фрагментації автонаративу. Кожна нова версія допомагає особі сприймати себе не лише як головного героя, що пережив травматичні події, а й як автора власної історії, який прагне, щоб його

відтворення подій було максимально правдивим, реалістичним і здобуло увагу тих, з ким він ділиться своїми переживаннями.

Наступною технологією є формування нового ставлення до травми як до джерела ресурсу. Багато хто не усвідомлює, що після пережитої травми у значної частини постраждалих активується процес посттравматичного зростання, що супроводжується позитивними змінами у їхньому житті. Швидкість і ефективність цього зростання визначаються здатністю осмислити, переосмислити та інтегрувати отриманий болісний досвід.

На помічному (профілактичному) етапі доцільним є застосування технології опосередкованого впливу на особистість шляхом організації екологічного середовища для її життєдіяльності. У західній психології один з напрямів такої реабілітації отримав назву «природної реабілітації» [18, с.6]. Природна реабілітація вважається другим етапом втручання, що володіє значним потенціалом для відновлення після травматичних подій. Виділяються певні стадії та компоненти цієї реабілітації, які сприяють глибокій взаємодії людини з природним середовищем, що активує її поведінку, сприяє десенсибілізації, зниженню рівня тривоги та посиленню контролю над іншими симптомами.

У цьому контексті заслуговує на увагу одне з оригінальних досліджень [19, с. 179-180]. У ньому психологи досліджували ефективність терапії, заснованої на взаємодії з природним середовищем, для ветеранів бойових дій, які страждали на посттравматичні розлади.

Для ветеранів природне середовище ставало простором, вільним від зовнішніх вимог і очікувань, де вони відчували безпеку, що сприяло позитивним змінам у їхньому психоемоційному стані та поведінці. Існує припущення, що реабілітаційний потенціал природи пов'язаний із її здатністю виступати збагачувальним середовищем для особистості, що сприяє формуванню нової орієнтації у світі та відкриває можливості для переосмислення себе і власних внутрішніх ресурсів [20, с. 85-88].

Нами виділялись форми діяльності, у яких ефективно застосовуються відповідні реабілітаційні технології. Вони можуть бути різноманітними: щотижневі індивідуальні або групові зустрічі, багатоденні сесії, тематичні майстер-класи, тощо.

Обговорення результатів. За результатами дослідження феномену психологічної реабілітації охарактеризовано симптоматичні наслідки та стресові стани, спричинені воєнними подіями.

Патології людей, які стали свідками або жертвами воєнних подій, часто характеризуються симптомами підвищеної тривожності, постійним відчуттям небезпеки, нервовою збудженістю та надмірною настороженістю – типовими проявами психотравми.

Смерть близьких, руйнування домівки, втрата всього звичного середовища, а також постійний страх за власне життя призводять до серйозних емоційних потрясінь та втрати відчуття контролю над життям. Тобто окрім фізичних ушкоджень, війна провокує глибокі психологічні та емоційні порушення, які проявляються у вигляді депресії,

апатії, безнадійності та зниження здатності долати труднощі. Діти, які пережили бойові дії, часто демонструють підвищену агресивність, емоційне збудження, страх перед оточенням та складнощі у формуванні довірчих стосунків.

Серед типових симптомів також спостерігається порушення сну, проблеми з концентрацією, м'язова напруга та психосоматичні прояви, які свідчать про глибокий вплив стресу на загальний стан здоров'я. Життя в умовах постійної небезпеки та невизначеності може серйозно підірвати віру в майбутнє, знизити самооцінку та спровокувати хронічне психологічне виснаження.

Острах перед повторенням воєнних подій, труднощі в адаптації до мирного життя та постійне емоційне напруження поглиблюють психологічні проблеми та ускладнюють реабілітацію. Розриви в соціальних зв'язках, почуття ізоляції та внутрішньої тривоги через нестабільність ситуації також значно впливають на психоемоційний стан постраждалих.

Таким чином, наслідком пережитого можуть стати симптоми підвищеної чутливості до стресу, емоційної нестабільності і втраті здатності до ефективного функціонування у повсякденному житті.

Специфіка психологічної реабілітації полягає у цілісному підході до відновлення особистості шляхом реалізації комплексу заходів, що охоплюють чотири основні вектори: персональний, інструментальний, просторовий та часовий. Персональний вектор орієнтований на реконструкцію частково втраченої цілісності особистості, її внутрішньої гармонії та здатності до саморегуляції. Інструментальний аспект

стосується підвищення рівня самоефективності, що забезпечує особистості можливість повноцінної самореалізації в різних видах діяльності. Просторовий напрям передбачає розвиток комунікативної компетентності, відновлення міжособистісних зв'язків, подолання соціального відчуження та формування конструктивних стратегій вирішення конфліктів. Часовий вектор спрямований на переоцінку ціннісно-сислової системи, що включає активізацію пошуку нових життєвих орієнтирів і смислів, необхідних для подальшого особистісного розвитку.

Існують переконливі наукові дані, що підтверджують наявність значущих кореляцій між уникненням процесу переосмислення травматичного досвіду та рівнем психологічного благополуччя. Учасники, які уникали переосмислення свого травматичного досвіду, демонстрували значно гірше психологічне функціонування та меншу суб'єктивну задоволеність життям у порівнянні з тими, хто активно працював над переосмисленням цього досвіду [19, с. 178-180].

Посттравматичне зростання проявляється у формуванні більш значущих стосунків з оточенням, а також у сприйнятті себе не лише як чутливої та вразливої особистості, а й як сильної та витривалої людини. Успішне застосування цієї технології забезпечується через техніку психоедукації, інформування про високу ймовірність посттравматичного зростання, техніку позитивної переоцінки пережитого досвіду та створення нових життєвих перспектив, а також техніку трансформації руйнівної енергії стресу у відновлювальні процеси.

На основі проведеної роботи обґрунтовано основні методи психологічної підтримки:

- психотерапія, під час якої психолог або психотерапевт працює з постраждалою особою, щоб допомогти усвідомити емоційні реакції, зрозуміти вплив травматичних подій на життя та сформувані ефективні стратегії подолання наслідків;

- групова підтримка, як формат спільної взаємодії, в якій учасники з подібним досвідом переживання війни діляться почуттями, підтримують один одного та формують відчуття належності, що сприяє емоційному відновленню;

- когнітивно-поведінковий вплив, спрямований на виявлення й зміну деструктивних думок та моделей поведінки, що виникли внаслідок травми, задля зниження рівня тривоги та покращення емоційного стану;

- емоційно-орієнтована дія зосереджується на глибшому розумінні та регуляції емоцій, які виникли через стресові події, з метою емоційного зцілення та внутрішньої стабілізації.

Запропоновані нами методи можуть застосовуватися як окремо, так і в комбінації, залежно від особистих потреб та специфіки травматичного досвіду. Вони є на відміну від інших (соціальних, професійних, фізіологічних і ін.) саме психологічними методами, спрямованими на подолання психологічних викликів, підвищення внутрішніх ресурсів та поліпшення психічного стану осіб, які постраждали внаслідок воєнного конфлікту.

Особливий акцент у дослідженні було зроблено на аналізі психологічних програм, орієнтованих на

ветеранів, дітей та інших вразливих категорії населення. Зокрема:

- психотерапевтична підтримка для військовослужбовців і ветеранів забезпечує можливість індивідуального спілкування з психологом чи психотерапевтом та спрямована на осмислення пережитих травм і психоемоційного навантаження;

- психологічна допомога дітям, які постраждали від війни, створює безпечне середовище для вираження емоцій та психоемоційної адаптації дітей, які стали свідками або жертвами воєнних дій, із залученням терапевтичних інструментів, відповідних до віку; ігрова терапія передбачає використання гри як засобу емоційного вираження та відновлення; завдяки творчій активності діти мають змогу краще опрацьовувати травматичні події та адаптуватися до нової реальності.

- індивідуальні консультації для представників уразливих груп, такі як підтримка, що надається внутрішньо переміщеним особам, людям з інвалідністю та іншим постражданим через персоналізовані зустрічі з фахівцями для роботи з особистими переживаннями та кризовими ситуаціями.

Однією з основних причин зниження психологічного благополуччя жінок, які були змушені залишити зону бойових дій, є втрата близьких і значні матеріальні збитки. Ці фактори мають враховуватися при плануванні реабілітаційних втручань.

Усі ці вибрані нами методи та програми мають на меті надання цільової психологічної підтримки, сприяння емоційному відновленню та інтеграції постраждалих у мирне життя, з акцентом на покращення їхнього психічного здоров'я.

Висновки. Особливість психологічної реабілітації полягає в її фокусі на стимулювання процесів життєтворення у особистості, яка зазнала травматичного впливу. Така реабілітація спрямована на відновлення внутрішньої мотивації до самозмін, формування здатності до усвідомленого проектування майбутнього та реалізації цих намірів у ключових сферах життєдіяльності.

Допомога психологів в політикуванні ран війни полягає в наступному. Психологічні технології реабілітації особистості становлять собою цілеспрямовані комплексні впливи, спрямовані на ключові мішені психологічного функціонування. Вони забезпечують відновлення та підтримання особистісної цілісності, внутрішньої збалансованості, здатності до саморегуляції, розвитку саме ефективності, комунікативної компетентності та активізації процесів сенсопородження.

Щоб повернути особистість до нормального психологічного відчуття дійсності і як його підтримувати в подальшій життєдіяльності пропонуємо застосовувати певні психологічні технології. Зазначені технології охоплюють систему інтервенцій, що сприяють відновленню психологічного потенціалу особистості, і реалізуються у межах чотирьох описаних напрямів: персонального, інструментального, просторового та часового.

На питання, чи можливо залучати природу до так званої екопсихологічної реабілітації, відповімо – так. В даному випадку психологічна реабілітація постає як цілеспрямований процес активізації життєтворчого потенціалу особистості, що зазнала травматичного досвіду. Її головною метою постає

відновлення мотивації до самотрансформації, формування здатності до проектування майбутнього у біосфері та реалізація життєвих задумів у дотичних ключових сферах буття.

Повернення до звичного життя вбачається через психологічну реабілітацію як процес смислотворення особистості послідовно та поетапно із застосуванням всього комплексу технологічного забезпечення. У цьому контексті психологічні технології реабілітації репрезентують собою систему інтегрованих впливів, що спрямовані на ключові мішені відновлення: особистісну цілісність, внутрішню збалансованість, саморегуляцію, саме ефективність, комунікативну компетентність та сенсопородження. Ці технології включають комплекс інтервенцій, що підтримують і відновлюють здатність до конструктивної життєдіяльності, розгортаючись у чотирьох взаємодоповнювальних площинах: персональній, інструментальній, просторовій і часовій.

Процес психологічного відновлення та повернення до звичайного традиційного життя умовно поділяємо на три взаємопов'язані етапи: підготовчий, базисний і помічний (профілактичний):

- формування внутрішньої готовності до змін завдяки технологіям посилення мотивації до особистісних трансформацій, створення та закріплення ефективних мотиваторів, активізація сліпих зон уваги, які зазвичай залишаються поза межами самосвідомості;

- конструювання оновленого життєвого проекту, що включає технологію проектування майбутнього шляхом відповідальних життєвих виборів, технологію апробації нових життєвих стратегій через

постановку та реалізацію актуальних завдань;

- закріплення досягнутих змін і подальше особистісне зростання, охоплює технологію багаторазової переінтерпретації та інтеграції травматичного досвіду; технологію формування нового ставлення до травми як до ресурсу розвитку; технологію опосередкованого впливу через організацію екологічно безпечного середовища життєдіяльності.

Перспективами подальших досліджень вважаємо подальшу концептуалізацію досвіду психологічної реабілітаційної практики та розробку адресних технологій залежно від характеру психотравми.

Література

1. Warraich, Zuha; Kleim, Jeffrey A. (2010). Neural Plasticity: The Biological Substrate For Neuro-rehabilitation. PM&R (англ.) 2: S208–S219. doi:10.1016/j.pmjr.2010.10.016.
2. Cheuy, Victor; Picciolini, Silvia; Bedoni, Marzia (2020). Progressing the field of Regenerative Rehabilitation through novel interdisciplinary interaction. npj Regenerative Medicine (англ.) 5 (1). с. 1–4. ISSN 2057-3995.
3. Stucki, G; Bickenbach, J; Gutenbrunner, C; Melvin, J (2018). Rehabilitation: The health strategy of the 21st century. Journal of Rehabilitation Medicine (англ.) 50 (4). с. 309–316. ISSN 1650-1977. doi:10.2340/1-6501977-2200.
4. Bonizzato, Marco (2021). Neuroprosthetics: an outlook on active challenges toward clinical adoption. Journal of Neurophysiology (англ.) 125 (1). с. 105–109. ISSN 0022-3077. doi:10.1152/jn.00496.2020
5. Діагностика, терапія та профілактика медико-психологічних наслідків бойових дій в сучасних умовах. Методичні рекомендації. Харків: Інститут неврології, психіатрії та наркології НАМН України, 2014. 67 с.
6. Особливості стосунків «психотерапевт – клієнт» у сучасному соціокультурному середовищі: монографія / З.Г. Кісарчук, Я.М. Омельченко, Г.П. Лазос. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2017. 225 с.
7. Медична і соціальна реабілітація: підручник / В.Б. Самойленко, Н.П. Яковенко, І.О. Петряшев та ін. 2-е видання, ВСВ «Медицина», 2019. 464 с. ISBN 978-617-505-624-0.
8. Медична та соціальна реабілітація / С. Сапункова, Л. Піц, А. Гутніцька. ВСВ «Медицина», 2018. 280 с ISBN 978-617-505-714-8.
9. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії : [підручник / кол. авт.: Л.О. Вакуленко, В.В. Клапчук, Д.В. Вакуленко та ін.] ; за заг. ред. Л.О.Вакуленко, В.В. Клапчука. Тернопіль : ТДМУ : Укрмедкнига, 2018. – 372 с. – ISBN 966-673-307-1.
10. Yurchenko L., Gontarenko L. Volunteering as an Element of the Social Responsibility of a person and Society. Sociological Sciences. VI International Scientific and Practical Conference “Scientific Research: Modern Challenges and Future Prospects”. Munich, 2025. p.429-432
11. Frain, M., Bethel, M., & Bishop, M. (2010). A roadmap for rehabilitation counseling to serve military veterans with disabilities. Journal of Rehabilitation, 76(1), 13–21.
12. Ушакова, І. М., & Чернова, О. В. (2016). Проблема психологічної реабілітації працівників ДСНСУ, які виконували свої професійні обов’язки в зоні збройного конфлікту. Проблеми екстремальної та кризової психології, 19, 242–251.
13. Мельник А. П. Психологічна реабілітація військовослужбовців, що

перебували в умовах бойових дій / А. П. Мельник // Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. 2015. №4 (29). С. 100-105.

14. Фізична реабілітація осіб з особливими потребами / К. С. Яримбаш, О. Є. Дорофєєва, О. С. Афанасьєва. Журфонд, 2017. 215 с.

15. French, Margaret A.; Roemmich, Ryan T.; Daley, Kelly; Beier, Meghan; Penttinen, Sharon; Raghavan, Preeti; Searson, Peter; Wegener, Stephen та ін. (2022-06). Precision Rehabilitation: Optimizing Function, Adding Value to Health Care. Archives of Physical Medicine and Rehabilitation 103 (6). с. 1233–1239. ISSN 0003-9993. doi:10.1016/j.apmr.2022.01.154

16. Bonizzato, Marco (1 січня 2021). Neuroprosthetics: an outlook on active challenges toward clinical adoption. Journal of Neurophysiology (англ.) 125 (1). с. 105–109. ISSN 0022-3077. doi:10.1152/jn.00496.2020.

17. Кокун О. М. Основи психологічної допомоги військово-службовцям в умовах бойових дій: Методичний посібник. / О. М. Кокун, Н. А. Агаєв, І. О. Пішко, Н. С. Лозінська. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2015. 170 с.

18. Rose, L. F.; Wolf, E. J.; Brindle, T.; Cernich, A.; Dean, W. K.; Dearth, C. L.; Grimm, M.; Kusiak, A. The convergence of regenerative medicine and rehabilitation: federal perspectives, 2018. 3 (1). с. 1–7. doi:10.1038/s41536-018-0056-1.

19. Юрченко Л., Хорошев О., Логовський І. Соціально-психологічна реабілітація в екологічній площині. Disaster and crisis psychology problems 2023. № 2(6). 173-183.

20. Юрченко Л.І. Екологічна культура в контексті екологічної безпеки: Монографія / Л.І. Юрченко. Київ: Вид. ПАРАПАН, 2008. 296 с.

*L. Yurchenko, Doctor of Philosophy, Professor, Professor of the Department
T. Chubina, Doctor of Historical Sciences, Professor, Head of the Department,
Honored Worker of Education
M. Dmytrenko, Doctor of Philosophy, Professor, Professor of the Department
National University of Civil Protection of Ukraine (Ukraine)*

FEATURES OF PSYCHOLOGICAL DISORDERS AND REHABILITATION OF THE POPULATION OF UKRAINE TRAUMATIZED BY WAR

The features of psychological rehabilitation of an individual who has suffered trauma as a result of war are determined, in comparison with medical, social and psychological rehabilitation. It is emphasized that socio-psychological interventions are not limited solely to the restoration of health, mental functions or social status. They cover a wider spectrum - they are aimed at activating the life-creating potential of the individual, restoring his ability to make independent changes, designing the future, checking and correcting these projects, and implementing them in various areas of life.

Psychological technologies are considered as holistic influences aimed at preserving and restoring personal integrity, internal balance, the ability to self-regulate, the development of self-efficacy, communicative competence and sense-making. Technologies are presented as a system

of interventions implemented in the interaction of personal, instrumental, spatial and temporal dimensions.

The stages of psychological recovery are considered: preparatory, basic and supportive. For the preparatory stage, appropriate technologies are identified: strengthening motivation for personal changes, creating effective motivators and activating blind spots of attention. At the basic stage, the technologies of designing the future through life choices, testing new life projects through setting tasks, and their implementation through gradual successful practice proved to be effective.

For the supportive and at the same time preventive stage, technologies for rethinking and integrating traumatic experiences, forming a new attitude towards trauma as a resource, and creating a more ecological living environment that indirectly supports personal recovery are recommended.

Keywords: symptoms, disorder, psychological rehabilitation, personality, technologies, stages of rehabilitation.

References

1. Warraich, Z., & Kleim, J. A. (2010). Neural Plasticity: The Biological Substrate For Neurorehabilitation. *PM&R*, 2(Suppl), S208–S219. <https://doi.org/10.1016/j.pmrj.2010.10.016> [in English]
2. Cheuy, V., Picciolini, S., & Bedoni, M. (2020). Progressing the field of regenerative rehabilitation through novel interdisciplinary interaction. *npj Regenerative Medicine*, 5(1), 1–4. <https://doi.org/10.1038/s41536-020-00108-x> [in English]
3. Stucki, G., Bickenbach, J., Gutenbrunner, C., & Melvin, J. (2018). Rehabilitation: The health strategy of the 21st century. *Journal of Rehabilitation Medicine*, 50(4), 309–316. <https://doi.org/10.2340/16501977-2200> [in English]
4. Bonizzato, M. (2021). Neuroprosthetics: An outlook on active challenges toward clinical adoption. *Journal of Neurophysiology*, 125(1), 105–109. <https://doi.org/10.1152/jn.00496.2020> [in English]
5. “Diahnostyka, terapiia ta profilaktyka medyko-psykholohichnykh naslidkiv boiovykh dii v suchasnykh umovakh” [Diagnosis, therapy and prevention of medical-psychological consequences of combat in modern conditions]: metod. rekomendatsii (2014). Kharkiv: Instytut nevrolohii, psykhiiatrii ta narkolohii NAMN Ukrainy. 67 pp. [in Ukrainian]
6. Kisarchuk, Z. H., Omelchenko, Ya. M., & Lazos, H. P. (2017). Osoblyvosti stosunkiv “psykhoterapevt–kliient” u suchasnomu sotsiokulturnomu seredovyschi [Features of the “psychotherapist–client” relationship in the modern sociocultural environment]: monograph. Kyiv: Vydavnychi Dim «Slovo». 225 pp. [in Ukrainian]
7. Samoilenko, V. B., Yakovenko, N. P., Petriashev, I. O., et al. (2019). Medychna i sotsialna reabilitatsiia [Medical and social rehabilitation] (2nd ed.). VSV «Medytsyna». 464 pp. ISBN 978-617-505-624-0 [in Ukrainian]
8. Sapunkova, S., Pits, L., & Hutnitska, A. (2018). Medychna ta sotsialna reabilitatsiia [Medical and social rehabilitation]. VSV «Medytsyna». 280 pp. [in Ukrainian]
9. Vakulenko, L. O., Klapchuk, V. V., & Vakulenko, D. V. (Eds.). (2018). Osnovy reabilitatsii, fizychnoi terapii, erhoterapii [Fundamentals of rehabilitation, physical therapy, and occupational therapy]: pidruchnyk [Textbook] (372 pp.). Ternopil: TDMU; Ukrmedknyha. [in Ukrainian]
10. Yurchenko, L., & Gontarenko, L. (2025). Volunteering as an element of the social responsibility of a person and

society. In VI International Scientific and Practical Conference “Scientific Research: Modern Challenges and Future Prospects” (pp. 429–432). Munich. [in English]

11. Frain, M., Bethel, M., & Bishop, M. (2010). A roadmap for rehabilitation counseling to serve military veterans with disabilities. *Journal of Rehabilitation*, 76(1), 13–21. [in English]

12. Ushakova, I. M., & Chernova, O. V. (2016). Problema psykholohichnoi reabilitatsii pratsivnykiv DSNSU, yaki vykonuvaly svoi profesiini обов'язky v zoni zbroinoho konfliktu [The problem of psychological rehabilitation of SESU employees serving in the armed conflict zone]. *Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii*, 19, 242–251. [in Ukrainian]

13. Melnyk, A. P. (2015). Psykholohichna reabilitatsiia viiskovo-sluzhbovtziv, shcho perebuvaly v umovakh boiovykh dii [Psychological rehabilitation of servicemen in combat conditions]. *Aktualni problemy sotsiolohii, psykholohii, pedahohiky*, 4(29), 100–105. [in Ukrainian]

14. Yarymbash, K. S., Dorofieieva, O. Ye., & Afanasieva, O. S. (2017). Fizychna reabilitatsiia osib z osoblyvymy potrebamy [Physical rehabilitation of people with special needs]. *Zhurfond*. 215 pp. ISBN 966-934-122-8 [in Ukrainian]

15. French, M. A., Roemmich, R. T., Daley, K., Beier, M., Penttinen, S., Raghavan, P., Searson, P., Wegener, S., et al. (2022, June). Precision rehabilitation: optimizing function, adding value to health care. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*,

103(6), 1233–1239. <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2022.01.154> [in English]

16. Bonizzato, M. (2021). Neuroprosthetics: An outlook on active challenges toward clinical adoption. *Journal of Neurophysiology*, 125(1), 105–109. <https://doi.org/10.1152/jn.00496.2020> (duplicate entry – see item 4) [in English]

17. Kokun, O. M., Ahaev, N. A., Pishko, I. O., & Lozinska, N. S. (2015). Osnovy psykholohichnoi dopomohy viiskovosluzhbovtziv v umovakh boiovykh dii: Metodychnyi posibnyk [Fundamentals of psychological assistance to servicemen in combat conditions: A methodological manual]. Kyiv: NDTs HP ZSU. 170 pp. [in Ukrainian]

18. Rose, L. F., Wolf, E. J., Brindle, T., Cernich, A., Dean, W. K., Dearth, C. L., Grimm, M., Kusiak, A., et al. (2018). The convergence of regenerative medicine and rehabilitation: federal perspectives. *npj Regenerative Medicine*, 3(1), 1–7. <https://doi.org/10.1038/s41536-018-0056-1> [in English]

19. Yurchenko, L., Khoroshev, O., & Lohovskyi, I. (2023). Sotsialno-psykholohichna reabilitatsiia v ekolohichnii ploshchyni [Socio-psychological rehabilitation in an ecological setting]. *Disaster and Crisis Psychology Problems*, 2(6), 173–183. [in Ukrainian]

20. Yurchenko, L. I. (2008). Ekolohichna kultura v konteksti ekolohichnoi bezpeky: Monohrafiia [Ecological culture in the context of ecological safety: Monograph]. Kyiv: Vyd. PARAPAN. 296 pp. [in Ukrainian]

Надійшла до редколегії: 03.05.2025

Прийнята до друку: 28.05.2025