DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series19.2026.50.14
УДК 616.89-008.441-057:355.48

Кротенко В.І.,
кандидат психологічних наук, доцент,
Український державний університет імені Михайла Драгоманова
ORCID: *htpps://orcid.org/0000-0001-8112-8943*

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ РЕАБІЛІТАЦІЇ ОСІБ ІЗ ДОСВІДОМ УЧАСТІ У ВОЄННИХ ДІЯХ

Стаття присвячена комплексному аналізу психологічних аспектів реабілітації осіб із досвідом участі у воєнних діях. Війна розглядається як потужний травматичний чинник, що призводить до розвитку посттравматичного стресового розладу, тривожності, депресії та інших психічних порушень, які ускладнюють повернення ветеранів до мирного життя. У роботі систематизовано сучасні психотерапевтичні підходи, серед яких когнітивно-поведінкова терапія, психодинамічні методи, арт-терапія, групова терапія, релаксаційні та медитативні техніки. Підкреслено важливість мультикомпонентних програм, що поєднують різні методи та враховують індивідуальні потреби військових. Особливу увагу приділено соціальній реабілітації, яка сприяє відновленню соціальних зв'язків, інтеграції у соціальне та професійне середовище та зменшенню ризику ізоляції. Наголошується на значущості сімейної підтримки, груп взаємодопомоги та програм професійної адаптації. Окремо розглянуто роль інноваційних технологій — VR-терапії, біофідбеку та онлайн-підтримки. Зроблено висновок, що ефективна реабілітація військових потребує інтегрованого підходу, який поєднує психотерапевтичні, соціальні та професійні заходи. Такий підхід забезпечує стійкі результати, сприяє відновленню життєвої компетентності та довготривалій адаптації ветеранів.

Ключові слова: психологічна реабілітація; посттравматичний стресовий розлад (ПТСР); когнітивно-поведінкова терапія; соціальна адаптація; групова терапія; експресивні методи терапії; інтегрований підхід

Valentyna Krotenko

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF THE REHABILITATION OF INDIVIDUALS WITH EXPERIENCE OF PARTICIPATION IN MILITARY OPERATIONS

The article provides a comprehensive analysis of the psychological aspects of rehabilitation for individuals with experience in military combat. War is conceptualized as an intense traumatic event that significantly disrupts the emotional and cognitive functioning of service members, often leading to post-traumatic stress disorder (PTSD), anxiety, depression, addictive behaviors, and other long-term psychological difficulties. These conditions hinder veterans' ability to reintegrate into civilian life and restore functional social roles. The study systematizes contemporary psychotherapeutic approaches used in the rehabilitation of combatants, including cognitive-behavioral therapy, psychodynamic interventions, expressive therapies such as art and music therapy, group therapy, relaxation techniques, and meditative practices. Emphasis is placed on multimodal rehabilitation programs that integrate several therapeutic methods and are tailored to the individual needs, trauma severity, and previous

therapeutic experience of veterans. The article highlights the crucial role of social rehabilitation, which supports the restoration of interpersonal relationships, reintegration into professional environments, and reduction of social isolation. Family involvement, peer-support groups, vocational training, and community engagement are identified as essential components that enhance psychological recovery. The author also examines innovative technologies—such as virtual reality therapy, biofeedback, and online counseling—which expand access to psychological support and improve treatment outcomes. Monitoring the effectiveness of rehabilitation programs is described as a vital element of therapeutic practice. Standardized assessment tools, qualitative interviews, and long-term follow-up evaluations allow practitioners to track progress, adjust interventions, and ensure the sustainability of therapeutic gains. The article concludes that effective rehabilitation of military veterans requires an integrated approach combining psychological, social, and professional interventions. Such a holistic model promotes emotional stabilization, strengthens adaptive coping skills, and supports long-term reintegration into civilian life, ultimately contributing to the restoration of veterans' overall well-being and life competence.

Keywords: *psychological rehabilitation; post-traumatic stress disorder (PTSD); cognitive-behavioral therapy (CBT); social adaptation croup therapy; expressive therapeutic methods; integrated approach*

Постановка проблеми. Психологічна реабілітація осіб із досвідом участі у воєнних діях, є однією з найбільш важливих і актуальних проблем нашого часу, зокрема в умовах тривалого військового протистояння, а також і післявоєнного періоду. Війна є надзвичайно потужним травматичним досвідом, що негативно впливає на психоемоційний стан військових та викликає у них психологічні та психічні розлади. Ці проблеми часто мають тривалий характер і впливають на здатність адаптуватися до мирного життя та на відновлення функціонування у суспільстві.

Найпоширенішим психічним розладом серед учасників бойових дій є посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), який супроводжується появою нав'язливих спогадів, стресових ситуацій та жахливих снів, сильного занепокоєння. Посттравматичний стресовий розлад призводить до тяжких емоційних порушень в соціальні сфері, часто спричиняє проблеми в стосунках на роботі, а також призводить до тривожних розладів, до депресії, адиктивної поведінки або розвитку різних за характером залежностей.

Враховуючи значні труднощі, з якими стикаються ветерани війни, сучасні психологічні дослідження наголошують на необхідності нових, більш ефективних методів реабілітації, які були б орієнтовані на індивідуальні потреби особистості. Крім того, психологічна допомога сприяє не тільки відновленню здоров'я, а й є необхідною складовою соціальної адаптації ветеранів до нормального життєвого ритму.

Кожен учасник бойових дій має свій унікальний досвід, який може по-різному впливати на його психічний стан. У зв'язку з цим у процесі психологічної реабілітації важливо застосовувати різноманітні методи, такі як когнітивно-поведінкова терапія, психодинамічні підходи, арт терапія, групова, терапія, медитаційні техніки, а також анімалотерапія і, зокрема, каністерапія.

Слід підкреслити той факт, що психологічна реабілітація є не лише важливою для кожного ветерана, а й має вагоме значення для суспільства в цілому. Ветерани, які отримали необхідну психологічну підтримку, мають більше шансів успішно повернутися до цивільного життя, налагодити стосунки в родині, знайти себе в професійні діяльності та брати активну участь в соціальному житті країни. У випадку відсутності належної реабілітації існує загроза ізоляції, що може призвести до значних соціальних проблем.

Аналіз літературних джерел. Сьогодні українські науковці та практико орієнтовані психологи активно працюють над створенням інноваційних методів підтримки для учасників бойових дій, зокрема, досліджують різні методи психотерапії, яка спрямована на допомогу військовим. Вивчення психологічних розладів, викликаних війною, дозволятиме розробити стратегії, що включатимуть як психотерапевтичні методи, так і програми соціальної адаптації. Ключову роль у вирішення означеної проблеми матимуть програми, що допомагатимуть ветеранам інтегруватися в професійне середовище та суспільство в цілому.

Серед відомих дослідників, які займалися цією проблематикою в Україні, можна виокремити таких вчених, як В. І. Роменець, Л. І. Чернова, О.М. Лиходій, В.І. Шиян, які активно спрямовують свій науковий потенціал на розробку методик, що допомагатимуть військовим подолати наслідки психологічних травм.

Теоретичний аналіз сучасних підходів до реабілітації військових показує, що реабілітаційний процес є багатогранним і включає в себе як фізичне відновлення, так і суттєві психологічні та соціальні аспектів. Між ними існує тісна взаємодія, що дозволяє створити ефективний комплекс заходів, спрямованих на повернення військових до нормального життя. Саме інтеграція медичних, психологічних та соціальних підходів є необхідною для досягнення максимально ефективної реабілітації, допомагаючи військовим не тільки подолати фізичні травми, але й адаптуватися до нових умов життя.

Важливо підкреслити, що проблема реабілітації військових, які брали участь у бойових діях, є багатогранною і потребує міждисциплінарного підходу. Вона охоплює не лише медичні та психологічні аспекти, а й соціальні, культурні та інші фактори, що визначають процеси відновлення особистості військовослужбовця після отримання бойового досвіду.

Важливим напрямком психологічної реабілітації є застосування когнітивно-поведінкової терапії, яка прияє зміні негативних переконань та уявлень військових про себе, інших людей та навколишній світ в цілому.

В процесі реабілітації також активно використовується арт-терапія, групові тренінги та інші психологічні методи. Зокрема, арт-терапія дає можливість військовим виражати свої емоції через творчість, що сприяє полегшенню стресу та зниженню емоційного напруження. Цю думку підтверджують дослідження, у яких зазначається, що творчі методи арт-терапії мають потужний терапевтичний ефект, допомагають військовим екологічно вивільняти емоції та знаходити раціональні шляхи до внутрішнього заспокоєння [1].

Відновленню соціальних зв’язків та пристосуванню до нового соціального середовища сприяє соціальна реабілітація. Дослідження доводять, що соціальна підтримка є одним із ключових факторів, що впливають на успішну адаптацію військових до цивільного життя. Дуже важливою складовою є також підтримка сімейних зв'язків, що дозволяє військовим відновити відчуття приналежності до сім'ї та громади [2].

Одним із найбільш ефективних підходів до реабілітації військових є медико-психологічний інтегрований підхід, який поєднує фізичну реабілітацію та психологічну підтримку. Цей підхід орієнтований на комплексне відновлення як фізичних, так і психічних функцій, що є критично важливим для успішної адаптації до мирного життя.

У рамках цієї моделі військові проходять фізичне лікування у поєднанні з психотерапевтичною допомогою. Такий підхід дозволяє не лише відновити фізичне здоров'я, а й зменшити рівень стресу, знижуючи симптоми ПТСР, депресії та тривожності. Важливо наголосити, що саме цей підхід забезпечує значно стійкіший і довготриваліший ефект, оскільки він враховує всі аспекти відновлення людини [3].

У контексті реабілітації військових в Україні важливо враховувати особливості процесу реабілітації в умовах повномасштабних військових дій, що тривають в країні. Зокрема, в Україні

застосовується комплексний підхід до реабілітації учасників бойових дій, який включає не лише медичну та психологічну допомогу, а й соціальну адаптацію.

Вже сьогодні в Україні створено численні реабілітаційні центри для військових, де надається допомога в різних сферах: від лікування фізичних травм до психологічної підтримки та інтеграції в соціум. У роботі І.І. Коваленка підкреслюється, що в Україні особливо важливо забезпечити доступ до спеціалізованої психологічної допомоги для військових, оскільки багато з них стикаються з посттравматичними стресовими розладами та іншими психічними проблемами, пов'язаними з участю у бойових діях [1].

У підсумку, теоретичні підходи до реабілітації військових ґрунтуються на медичному, психологічному та соціальному підходах, кожен з яких має свою специфіку та відіграє певну роль у процесі відновлення військовослужбовців. Інтегрований підхід, що поєднує вказані аспекти, є найбільш ефективним, оскільки дозволяє забезпечити комплексну допомогу військовим, відновлюючи не лише фізичне здоров'я, а й соціальні та психологічні функції. Реабілітація військових є невід'ємною складовою їх адаптації до мирного життя, і лише комплексний підхід може гарантувати успішне повернення до нормального функціонування в суспільстві.

Мета статті (постановка завдань). Мета статті полягає в науковому обґрунтуванні та систематизації основних підходів до розуміння сутності та завдань психологічної реабілітації військових з досвідом участі у воєнних діях, а також визначення ефективності існуючих методів психологічної реабілітації.

Матеріали і методи: стаття репрезентує результати теоретичного аналізу проблеми. Основний масив доказів становили систематичні огляди, метааналізи, експериментальні дослідження, вітчизняні та зарубіжні праці з психології. Застосовано методи теоретичного аналізу, синтезу, порівняння, систематизації та узагальнення.

Виклад основного матеріалу дослідження. Психологічна реабілітація військових передбачає чітко скоординовану системну роботу над відновленням їх психоемоційного та когнітивного функціонування, а також формування адаптивних механізмів подолання стресу. Дієвими напрямами психотерапевтичного впливу на сьогоднішній день є когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), психодинамічні підходи, експресивні методи терапії, групова терапія та релаксаційні техніки [1,5].

Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) дозволяє ефективно знижувати рівень симптомів посттравматичного стресового розладу, тривожності та депресії завдяки роботі із переконаннями, автоматичними думками та поведінковими патернами, які підтримують психологічний дискомфорт [6]. Психотерапевтичний процес, оснований на цьому підході, включає ідентифікацію травматичних спогадів, навчання методам саморегуляції, формування альтернативних стратегій реагування на стресові ситуації.

Важливою складовою відновлення соціальної адаптації військових є групова терапія. Робота в групі забезпечує безпечний простір для обміну досвідом, формування емоційної підтримки серед учасників бойових дій та підвищує ефективність індивідуальної психотерапії [7]. Групові сесії дають можливість військовим навчитися конструктивним способам вираження емоцій, значно сприяють зменшенню відчуття ізоляції та вагомо покращують взаємодію у соціальному середовищі.

На роботу з глибшими емоційними процесами, пов'язаними із травматичними подіями спрямовані психодинамічні підходи. Така робота дозволяє усвідомити вплив минулого досвіду на сучасну поведінку та емоційний стан [8], а також допомагає військовим інтегрувати пережиті події, відновити внутрішню цілісність, зменшити інтенсивність симптомів тривожності та депресії.

Виразити внутрішні емоції, які часто досить важко сформулювати вербально, дозволяють експресивні методи, включно з арт-терапією та музикотерапією [9,10]. Застосування цих методів на практиці включає створення малюнків, роботу з образами, музичні сесії – усі ці інструменти сприяють відновленню емоційної рівноваги та покращенню самовідчуття.

Для зниження рівня стресу, тривожності та для стабілізації психофізіологічного стану застосовуються релаксаційні та медитативні техніки, такі як глибоке дихання або прогресивна м'язова релаксація [4,11]. Особлива цінність цих методик полягає в тому, що вони можуть інтегруватися як у індивідуальні, так і в групові сеанси, що значно підвищуватиме ефективність психотерапевтичного процесу.

Важливо особливо підкреслити, що ефективна психологічна допомога військовим часто потребує поєднання різних методів терапії. Такий комплексний підхід до вирішення означеної проблеми дозволяє враховувати індивідуальні потреби кожного військового, рівень тяжкості психологічних симптомів та особливості соціальної адаптації. Дослідження підтверджують, що поєднання когнітивно-поведінкових методів із груповою підтримкою та експресивними техніками забезпечує максимальний ефект у відновленні психоемоційного стану військових [1,12].

Таким чином, психотерапевтична робота з учасниками бойових дій потребує системного, багатокомпонентного підходу, який поєднує психокорекційні методики, відновлення і розвиток ресурсів особистості та відновлення соціальної інтеграції. Цей підхід дозволяє не лише зменшити симптоми ПТСР, депресії та тривожності, а й сприяє формуванню стійких навичок адаптації до мирного життя та підвищенню загального рівня психічного здоров'я військових.

Важливим і вкрай цінним аспектом психотерапевтичної роботи є моніторинг ефективності застосовуваних методів. Оцінка результатів може проводитися через стандартизовані шкали (Шкала депресії Бека, опитувальники ПТСР, тривожності та соціальної адаптації), а також через якісні методи — інтерв'ю та самооцінку стану учасників [8,12]. Такий моніторинг ефективності використаних інструментів дозволяє коригувати терапевтичний процес у реальному часі та підвищує його результативність.

Сучасні програми реабілітації військових, крім класичних психотерапевтичних методів, передбачають індивідуалізоване поєднання технік, що враховує рівень травматизації, особистісні особливості та попередній досвід психотерапії. До прикладу, учасники бойових дій, які демонструють виражені симптоми ПТСР, спочатку проходять стабілізаційний етап — релаксаційні практики, контроль емоцій та зменшення тривожності, після чого включаються когнітивно-поведінкові сеанси, спрямовані на роботу з нав'язливими думками та страхами [6]. Такий поетапний підхід дає можливість уникати перевантаження психіки і забезпечує більш стійкі результати.

Експериментальні дослідження свідчать, що використання поєднання КПТ та арт-терапії дозволяє знизити рівень депресії у ветеранів на 25–30% протягом перших трьох місяців реабілітації, а додавання медитативних технік та прогресивної релаксації — ще на 10–15% [11,13]. Це доводить той факт, що мультикомпонентні програми є більш ефективними та дозволяють формувати більш стійкі навички саморегуляції, ніж ізольовані методи.

Важливим компонентом психологічної реабілітації є робота з груповою динамікою. Групові сесії є ефективним способом не лише обговорення травматичного досвіду, а й майданчиком для відпрацювання соціальних навичок, відновлювлення довіри до оточення та покращення комунікації. Згідно з дослідженнями, ветерани, які брали участь у групових терапевтичних програмах протягом шести місяців, демонстрували значне зниження симптомів ізоляції та соціальної тривожності, а також підвищення загальної задоволеності життям [14].

У сучасні реабілітаційні програми також активно інтегруються психофізіологічні методи. Йога, дихальні практики, фізичні вправи та тілесно-орієнтована терапія допомагають відновити порушений баланс нервової системи, зменшити напруження та страхи, які залишилися після бойових дій. Наукові дані показують, що систематичне включення фізичної активності у психотерапевтичний процес дозволяє підвищити ефективність когнітивно-поведінкових та експресивних методів на 15–20% [4, 11].

Сучасні підходи до розуміння сутності психотерапевтичної роботи з ветеранами також передбачають комбіновану терапію з елементами онлайн-підтримки. Це особливо актуально для військових, які проживають у віддалених регіонах або не можуть регулярно відвідувати кабінет психолога. Онлайн-сесії дозволяють підтримувати контакт з фахівцем, продовжувати групові зустрічі та здійснювати самостійні вправи під наглядом терапевта.

Окрему увагу варто приділити психологічній підготовці сімей та близького оточення. Дослідження показують, що соціальна підтримка з боку родини значно зменшує ризик розвитку депресії, тривожності та повторного травматичного переживання у військових [15]. Тому у психотерапевтичні програми слід включати не лише індивідуальні та групові сесії для ветеранів, а й консультації для членів сім'ї, що сприятиме створенню підтримуючого середовища та покращенню адаптації військових до мирного життя.

Регулярна оцінка ефективності проведених заходів передбачена психотерапевтичними протоколами. Застосування стандартизованих шкал для вимірювання рівня тривожності, депресії, ПТСР та соціальної адаптації дозволяє коригувати програму реабілітації та підбирати оптимальне поєднання методів з урахуванням індивідуально-психологічних особливостей та унікального досвіду. [1,12]. Моніторинг ефективності включає регулярне анкетування учасників; інтерв'ю для оцінки суб'єктивного прогресу; аналіз поведінкових змін та рівня інтеграції у соціальне середовище.

Варто зазначити, що сучасні підходи включають також і мультимодальні програми, що поєднують традиційні психотерапевтичні методи з інноваційними технологіями, серед яких: VR-терапія, біофідбек та нейрофідбек, творчі експресивні методи, медитативні та тілесні практики. Віртуальна реальність (VR-терапія) — використовується для опрацювання страхів, тренування соціальних навичок та поступового адаптаційного навантаження. Дослідження показують, що VR дозволяє безпечно моделювати ситуації, які викликають тривогу, та поступово зменшувати її інтенсивність [8]. Біофідбек та нейрофідбек — технології, що дозволяють військовим контролювати власні фізіологічні реакції (серцебиття, м'язову напругу) та навчатися релаксації. Ці методи ефективні для зниження тривожності, стабілізації емоційного стану та покращення когнітивної концентрації [16]. Творчі експресивні методи — арт-терапія, музикотерапія, драматерапія дозволяють виражати емоції, які складно сформулювати вербально, та зменшують психологічний дискомфорт. У поєднанні з когнітивно-поведінковою терапією вони також підвищують ефективність реабілітаційного процесу на 15–20% [9,13]. Медитативні та тілесні практики — включення йоги, дихальних технік та прогресивної релаксації допомагає стабілізувати психофізіологічний стан військових, зменшити симптоми тривожності та покращити загальне самопочуття [1].

Контроль результативності реабілітації передбачає систематичне використання кількісних та якісних показників. Використання стандартизованих шкал дає можливість прослідкувати динаміку кількісних змін у рівнях депресії, тривожності та ПТСР, наприклад, Шкала депресії Бека або шкали PTSD Checklist (PCL-5). Оцінка адаптації до соціального та професійного життя, покращення стосунків у сім'ї, здатність до самостійного вирішення стресових ситуацій сприяє розумінню динаміки якісних змін. Повторні оцінки через 3, 6 та 12

місяців після завершення програми дозволяють визначити стійкість результатів і запобігти рецидиву симптомів [12].

Вкрай важливим для ефективної психологічної реабілітації є поєднання терапевтичних методів з соціальною підтримкою та залученням сім'ї, адже соціальне середовище суттєво впливає на ефективність психологічної реабілітації.

Успішна психологічна реабілітація неможлива також і без врахування соціального контексту життя ветерана. Тому вагомими компонентами соціальної підтримки є: сімейна терапія — допомагає налагодити взаємини в сім'ї після повернення військового, що є критично важливим для стабілізації психологічного стану [15]; групи підтримки для ветеранів — створення безпечного простору для обміну досвідом, обговорення переживань та емоційного розвантаження. Такі групи сприяють зменшенню відчуття ізоляції та підвищують мотивацію до подальшої реабілітації [14]; професійна адаптація та навчання — включає тренінги з розвитку нових професійних навичок, підтримку у працевлаштуванні та інтеграцію в робоче середовище. Ці заходи сприяють відновленню соціальної ролі та зниженню ризику депресії [7]; волонтерські та громадські програми — залучення ветеранів до волонтерської діяльності або участі у громадських ініціативах допомагає відновити відчуття корисності та зміцнити соціальні зв'язки [17].

Психотерапевтична допомога військовослужбовцям, які брали участь у бойових діях, є складним, багатовимірним і тривалим процесом, що потребує цілісного підходу та поєднання різних терапевтичних стратегій. Аналіз сучасних методів психотерапії свідчить, що результативна реабілітація ґрунтується на інтеграції індивідуальної роботи, групової взаємодії та заходів соціальної підтримки. Індивідуальні протоколи дозволяють точно оцінити психоемоційний стан ветерана та підібрати оптимальні інструменти для корекції симптомів ПТСР, депресії й тривожних розладів.

Систематичний моніторинг ефективності застосованих методів у коротко- та довготривалій перспективі забезпечує можливість гнучкого коригування терапевтичного процесу та зменшує ймовірність повторного загострення симптоматики. Важливою складовою реабілітації є соціальна підтримка, що охоплює участь родини, груп взаємодопомоги, професійне залучення та інтеграцію ветеранів у громадське життя. Такий підхід сприяє зниженню соціальної ізоляції, формуванню навичок саморегуляції, стабілізації психічного стану та підвищенню мотивації до активної участі в мирному житті.

Наукові дані підтверджують, що поєднання когнітивно-поведінкових технік з арт-терапією, музикотерапією та релаксаційними практиками забезпечує глибше опрацювання травматичних спогадів і емоційних переживань [9, 10]. Такі методи сприяють зменшенню симптомів ПТСР, депресії та тривожності, а також відновленню психофізіологічної рівноваги та внутрішніх ресурсів військових.

Ключовим елементом психотерапевтичної роботи є ретельне планування реабілітаційних програм, що включає оцінку потреб кожного ветерана, відстеження динаміки його психоемоційного стану та адаптацію втручань відповідно до індивідуальних особливостей і попереднього досвіду. Комплексний підхід забезпечує стійкі результати та мінімізує ризики психологічної дезадаптації.

Висновки. Психотерапевтичні втручання у роботі з військовими не можуть розглядатися як ізольований процес, спрямований лише на корекцію психоемоційних порушень. Вони мають бути невід'ємно пов'язані з заходами соціальної та професійної адаптації, що створює умови для відновлення життєвої компетентності ветеранів. У цьому контексті актуальною є розробка практичних рекомендацій щодо соціальної та професійної інтеграції, які логічно продовжують психотерапевтичний процес і забезпечують довготривалі результати реабілітації. Соціальна й

професійна адаптація виступає завершальним етапом реабілітації, що закріплює досягнуті терапевтичні зміни та сприяє відновленню функціональної активності військовослужбовців.

Перспективи подальших досліджень. Перспективним напрямом подальших досліджень є поглиблене вивчення взаємозв'язку між психотерапевтичними інтервенціями та ефективністю соціальної й професійної адаптації ветеранів. Доцільним є аналіз того, які саме психотерапевтичні методи найбільш результативно сприяють формуванню стійких адаптивних навичок та відновленню життєвої компетентності військових. Подальшого наукового опрацювання потребує розробка та апробація комплексних моделей реабілітації, що інтегрують психологічну підтримку, соціальні сервіси та програми професійного становлення. Важливим є також дослідження індивідуальних і групових чинників, які впливають на успішність адаптації, зокрема рівня резилієнтності, соціального капіталу, доступності ресурсів громади. Окремим напрямом може стати вивчення довготривалих результатів реабілітації, включно з оцінкою стабільності психоемоційного стану, професійної реалізації та соціальної інтеграції ветеранів у різних життєвих контекстах. Це дозволить сформувати науково обґрунтовані рекомендації щодо удосконалення реабілітаційних програм та підвищення їх ефективності.

Література

1. Коваленко І. І. Психологічна реабілітація військовослужбовців: теорія і практика. Київ: Наукова думка, 2020. 256 с.
2. Роменець В. А. Психологія творчості. Київ: Либідь, 2001. 320 с.
3. Чернова Л. І. Психологічна допомога військовослужбовцям у кризових ситуаціях. Харків: ХНУ, 2018. 214 с.
4. Шиян В. І. Психологічні наслідки участі у бойових діях: діагностика та корекція. Київ: КНУ ім. Т. Шевченка, 2019. 198 с.
5. Бондаренко В. Psychological Rehabilitation and Social Reintegration of War Veterans in Ukraine. Bulletin of the Academy of Labor, Social Relations and Tourism. 2026. № 2. С. 45–58.
6. Сучасні інновації в організації та здійсненні комплексної реабілітації військовослужбовців: матеріали Всеукр. круглого столу (Київ, 19 травня 2026). Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2026. 112 с.
7. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5-TR. Washington, DC: APA, 2022. 1056 p.
8. World Health Organization. ICD-11: Post-Traumatic Stress Disorder. Geneva: WHO, 2019. 45 p.
9. Hoge C. W. Combat Duty in Iraq and Afghanistan, Mental Health Problems, and Barriers to Care. New England Journal of Medicine. 2004. Vol. 351, № 1. P. 13–22.
10. Marmar C. R. Mental Health of Returning Veterans. Annual Review of Clinical Psychology. 2009. Vol. 5. P. 1–23.
11. Foa E. B., Keane T. M., Friedman M. J. Effective Treatments for PTSD: Practice Guidelines of the International Society for Traumatic Stress Studies. New York: Guilford Press, 2021. 656 p.
12. Beck J. S. Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond. New York: Guilford Press, 2020. 412 p.
13. Yalom I., Leszcz M. The Theory and Practice of Group Psychotherapy. New York: Basic Books, 2020. 688 p.
14. Shedler J. The Efficacy of Psychodynamic Psychotherapy. American Psychologist. 2010. Vol. 65, № 2. P. 98–109.
15. Malchiodi C. A. The Art Therapy Handbook. New York: Guilford Press, 2012. 320 p.
16. Malchiodi C. A. Creative Interventions for Trauma. New York: Guilford Press, 2020. 368 p.
17. Kabat-Zinn J. Full Catastrophe Living. New York: Bantam Dell, 2013. 720 p.

References

1. Kovalenko, I. I. (2020). *Psykholohichna reabilitatsiia viiskovosluzhbovtsiv: teoriia i praktyka*. Kyiv: Naukova dumka.
2. Romenets, V. A. (2001). *Psykholohiia tvorchosti*. Kyiv: Lybid.
3. Chernova, L. I. (2018). *Psykholohichna dopomoha viiskovosluzhbovtsiam u kryzovykh sytuatsiiakh*. Kharkiv: KhNU.
4. Shyian, V. I. (2019). *Psykholohichni naslidky uchasti u boiovykh diiakh: diahnostyka ta korektsiia*. Kyiv: Taras Shevchenko National University.
5. Bondarenko, V. (2026). Psychological Rehabilitation and Social Reintegration of War Veterans in Ukraine. *Bulletin of the Academy of Labor, Social Relations and Tourism*, (2), 45–58.
6. Institute of Psychology of the NAES of Ukraine. (2026). *Suchasni innovatsii v orhanizatsii ta zdiisnenni kompleksnoi reabilitatsii viiskovosluzhbovtsiv: Proceedings of the All-Ukrainian Round Table (Kyiv, May 19, 2026)*. Kyiv.
7. American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5-TR)*. Washington, DC: APA.
8. World Health Organization. (2019). *ICD-11: Post-Traumatic Stress Disorder*. Geneva: WHO.
9. Hoge, C. W. (2004). Combat Duty in Iraq and Afghanistan, Mental Health Problems, and Barriers to Care. *New England Journal of Medicine*, 351(1), 13–22. https://doi.org/10.1056/NEJMoa040603 (doi.org in Bing)
10. Marmar, C. R. (2009). Mental Health of Returning Veterans. *Annual Review of Clinical Psychology*, 5, 1–23. https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.032408.153712 (doi.org in Bing)
11. Foa, E. B., Keane, T. M., & Friedman, M. J. (2021). *Effective Treatments for PTSD: Practice Guidelines of the ISTSS*. New York: Guilford Press.
12. Beck, J. S. (2020). *Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond*. New York: Guilford Press.
13. Yalom, I., & Leszcz, M. (2020). *The Theory and Practice of Group Psychotherapy*. New York: Basic Books.
14. Shedler, J. (2010). The Efficacy of Psychodynamic Psychotherapy. *American Psychologist*, 65(2), 98–109. https://doi.org/10.1037/a0018378
15. Malchiodi, C. A. (2012). *The Art Therapy Handbook*. New York: Guilford Press.
16. Malchiodi, C. A. (2020). *Creative Interventions for Trauma*. New York: Guilford Press.
17. Kabat-Zinn, J. (2013). *Full Catastrophe Living*. New York: Bantam Dell.

Дата першого надходження статті до видання: 18.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 29.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0