

ВІКОВІ АСПЕКТИ ПРОВЕДЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ОСІБ ПОСТРАЖДАЛИХ ВНАСЛІДОК ВІЙНИ

Анна Гільман

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри громадського здоров'я та фізичного виховання
Національний університет «Острозька академія»
35800, Україна, м. Острог, вул. Семінарська, 2
anna.hilman@oa.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0003-4487-6322>

Наталія Кулеша

кандидат психологічних наук,
доцент, доцент кафедри психології
Національний університет «Острозька академія»
35800, Україна, м. Острог, вул. Семінарська, 2
nataliia.kulesha@oa.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0001-9486-1669>

Анотація

У статті представлено суть та завдання психологічної реабілітації, підстави та рекомендації до її впровадження. Висвітлено симптоми, при розпізнаванні яких особистості необхідно проводити психологічну реабілітацію. Здійснено теоретичний аналіз різних підходів до вивчення вікових особливостей щодо проведення психологічної реабілітації постраждалих осіб внаслідок війни. Охарактеризовано базові аспекти проведення психологічної реабілітації для різних вікових груп. Описано особливості проведення психологічної реабілітації відповідно до трьох вікових етапів (дитячого, підліткового та дорослого). З'ясовано, що підготовка до реабілітаційної роботи в осіб старшого дитячого, підліткового та дорослого віку передбачає 4 фази (фаза знайомства, фаза поглиблення довірливих стосунків, фаза первинної діагностики, фаза забезпечення групи підтримки для особи, з якою працює психолог). Виділено базові тенденції емоційних та поведінкових реакцій осіб, а також потреби у психологічній реабілітації відповідно до різного вікового періоду. Визначено загальні принципи психологічної реабілітації осіб, які постраждали від війни, з урахуванням їх вікових особливостей. Основну увагу акцентовано на індивідуальному підході, створенні безпечного та довірливого середовища, на ресурсах особистості, залученні родини та соціальної підтримки; комплексному підході, культурній чутливості, поступовості та довготривалості. Означено найбільш типові тривожні симптоми, які є показаннями до реабілітації: стан підвищеної тривожності, напади гніву та агресії, нервові зриви, підвищена збудливість або апатія, посилене почуття провини, спроби суїциду або розмови про самогубство. Виявлено ключові аспекти, які варто враховувати під час проведення психологічної реабілітації для дітей, підлітків та дорослих. Визначено важливість проведення емпіричного дослідження ефективності реабілітації для осіб різних вікових категорій.

Ключові слова: психологічна реабілітація, вікові аспекти, діти, підлітки, молоді особи, травматичний досвід, постраждалі особи, внаслідок війни.

Вступ

В умовах війни збільшується кількість осіб, які потребують негайної психологічної реабілітації. У країні, де триває виснажлива війна, тисячі людей зазнають психічної травматизації, водночас ті, хто не мають ознак психотравми, мають інші порушення у психічному функціонуванні. Травматичні події завжди залишають сліди на психічному стані та здоров'ї осіб. У випадку війни люди можуть відчувати ознаки фобій, симптоми посттравматичного стресового синдрому, тривожного розладу, депресії та інших важких станів і захворювань, які, на жаль, часто діагностують в постраждалих. Коли особа не отримує відповідну допомогу та психологічну реабілітацію, це відображається через низку різних видів залежностей, призводить до соматичних розладів, а також, значно підвищує ризик самогубства. Тому розуміння особливостей проведення психологічної реабілітації, з огляду на різні вікові аспекти, розширить межі у підборі методів та сприятиме ефективній роботі фахівців.

Проблему вивчення та впровадження психологічної реабілітації для осіб, які постраждали внаслідок війни розглядали українські вчені: Ворона П., Дигун І., Пасічник І., Журба А., Гейко Є., Журба М., Завацька Н., Коляда Н., Кравченко О., Салата Н., Мельніков А., Гороховський А., Костян Я., Шаумян О., Комісарчик Л., Лисник К., Гавловський О., Чуйко О., Романовська Л., Демиденко Н. та ін. (Волков, 2023). У зарубіжній реабілітаційній психології важливо відмітити наукові праці Сарджвеладзе Н., Бебераджвілі З., Евуема М., Креймеєр Дж., Сільва Е., Рой М., Фолен Р., Гофман Г., Педрозо А., та ін. (Мельніков, 2023; Роберг, Камарго & Маркс, 2024). Особливої актуальності та важливості проблема реабілітації різних вікових верств населення набула з моменту повномасштабного вторгнення РФ в Україну.

Особливості психологічної реабілітації осіб, які пережили травматичні події, розкрито у дослідженнях Романовської Л., Царенко Л., Титаренко Т., (Пасічник & Гільман, 2024), Горностая П., Маруніч В., Дуб В., Горбунова В., Пророк Н., Омельченко Я., Вознесенської О. (Дигун, 2023), Романчука О., Сидоркіної М., Шевчук В., Яворовенко О., Кісарчук З. та ін. (Романишин, 2014; Фішер, Дімаджо & Гохшіс, 2022). Суть ефективності інтегрованої соціально-психологічної програми реабілітації постраждалих внаслідок дії екстремальних стрес-факторів представлені у роботах Дигун І., Журба А., Гейко Є., Журба М., Завацька Н. та ін. (Дигун, 2023; Барбара & Рідж, 2022).

Наукові дослідження щодо вивчення соціально-психологічної реабілітації дітей, дорослих та осіб похилого віку в т.ч., травмованих війною на сході України є такі: Чуйко О. (Чуйко, 2017), Фуштей О., Саранча І. (Фуштей & Саранча, 2023), Колк Б., Герман Дж., Батлер Р., Ріфф К., Карстенсен Л. (Царенко, 2019).

Попри наявність різноспрямованих досліджень в області реабілітаційної психології, дискусійним залишається питання щодо вікових аспектів проведення психологічної реабілітації постраждалих осіб, внаслідок війни, що й зумовлює актуальність окресленої проблеми.

Мета дослідження: охарактеризувати вікові особливості щодо проведення психологічної реабілітації постраждалих осіб внаслідок війни.

Завдання дослідження: 1) здійснити теоретичний аналіз різних підходів до вивчення вікових особливостей щодо проведення психологічної реабілітації осіб постраждалих внаслідок війни; 2) виявити вікові особливості щодо проведення психологічної реабілітації постраждалих осіб внаслідок війни.

Методи дослідження

Теоретичні: аналіз, синтез, індукція, дедукція, абстрагування, узагальнення, порівняння, систематизація наукових підходів щодо розуміння вікових аспектів до проведення психологічної реабілітації осіб постраждалих внаслідок війни у психологічній науці.

Результати та дискусії

Питання вивчення психологічної реабілітації постраждалих внаслідок війни викликає сьогодні посилений інтерес у психологів, психотерапевтів, лікарів, реабілітологів і науковців. Це зумовлено нагальною потребою у впровадженні ефективних методів щодо опрацювання різних психотравм, яких зазнало, і досі зазнає дитяче та доросле населення держави.

Психологічна реабілітація постраждалих осіб, внаслідок війни допомагає стабілізувати психічний стан особи; відновити психічні функції, які постраждали в результаті війни; примирити із власним «Я-образом» (якщо йдеться про важку фізичну травму, наприклад, втрату кінцівки); налагодити взаємозв'язок із оточенням; знайти нові цінності та смисли у житті; розвивати самоідентифікацію – пошук відповідей на запитання: «Хто Я?»; формувати внутрішній світ з урахуванням отриманого досвіду на війні; здійснювати супровід у посттравматичному зростанні (Тюріна & Солохіна, 2022). Вікові аспекти є надзвичайно важливими при проведенні психологічної реабілітації осіб, які постраждали внаслідок війни. Війна має різний вплив на людей різного віку, і їхні потреби в психологічній допомозі також відрізняються. Проаналізувавши праці, зокрема Волков К. (Волков, 2023), Ворона П. (Ворона, 2018), Дигун І. (Дигун, 2023), Коляда Н., Кравченко О., Салата Н. (Коляда & Кравченко, 2020), Мельніков, А., Гороховський, А., Костян, Я. (Мельніков & Гороховський, 2023), Романовська Л. (Романовська, 2023), Савченко О.В., Михно Т.В. (Савченко & Михно, 2023), Тюріна В., Солохіна Л. (Тюріна & Солохіна, 2022), Фуштей О., Саранча І. (Фуштей & Саранча, 2023), Царенко Л. (Царенко, 2019), Чуйко О. (Чуйко, 2017), Шаумян О., Комісарчик Л. (Шаумян & Комісарчик, 2020), (Miller & Tolin, 2022) ми виокремили базові тенденції емоційних та поведінкових реакцій особистостей, а також означили потреби у психологічній реабілітації відповідно до різного вікового періоду (від 0 до 65+ років). Результати проведених розвідок узагальнені для наочності у табл.1. Тому розглянемо основні вікові групи та ключові аспекти психологічної реабілітації для різних вікових груп.

Таблиця 1

Психологічні особливості, вияви та потреби у реабілітації особистостей різних вікових груп

Емоційні та поведінкові реакції	Потреби у психологічній реабілітації	Характеристика потреб
Діти (0-5 років)		
Можуть виявляти: регресивну поведінку (смоктання пальця, енурез, втрата навичок); підвищену тривожність розлуки; дратівливість, плаксивість. У них спостерігається порушення режиму сну та харчування, зростання	Відчуття безпеки та стабільності	Створення передбачуваного розпорядку дня, спокійне та підтримуюче середовище.

Продовження таблиці 1

Емоційні та поведінкові реакції	Потреби у психологічній реабілітації	Характеристика потреб
потреби фізичного контакту з близькими дорослими.	Вираження емоцій через гру та творчість	Ігрова терапія, малювання, ліплення, музика можуть допомогти опрацювати травматичний досвід.
	Прості та зрозумілі пояснення	Відповіді на їхні запитання про війну на доступному рівні.
	Підтримка батьків/опікунів	Надання допомоги дорослим, які доглядають за дітьми, оскільки їхній емоційний стан безпосередньо впливає на дітей.
	Відновлення соціальних зв'язків	Заохочення спілкування з однолітками.
Старші діти (6-11 років)		
Можуть відчувати страх, гнів, смуток, провину, сором. Часто виявляються труднощі з концентрацією, проблеми зі сном, нічні кошмари. Явна агресивна поведінка, скарги на фізичне самопочуття, відмова від спілкування з однолітками.	Відчуття безпеки та стабільності	Створення передбачуваного розпорядку дня, спокійне та підтримуюче середовище.
	Вираження емоцій через гру та творчість	Ігрова терапія, малювання, ліплення, музика можуть допомогти опрацювати травматичний досвід.
	Прості та зрозумілі пояснення	Відповіді на їхні запитання про війну на доступному рівні.
	Підтримка батьків/опікунів	Надання допомоги дорослим, які доглядають за дітьми, оскільки їхній емоційний стан безпосередньо впливає на дітей.
	Відновлення соціальних зв'язків	Заохочення спілкування з однолітками.
Підлітки (12-17 років)		
Підвищена тривожність, депресія, дратівливість, агресія, почуття безпорадності, провини, сорому. Проблеми зі сном та харчуванням, зловживання психоактивними речовинами (як спосіб впоратися зі стресом). Труднощі з концентрацією, зниження успішності в навчанні, соціальна ізоляція або, навпаки, ризикована поведінка. Загострення конфліктів з батьками, пошук власної ідентичності в умовах нестабільності.	Можливість висловити свої почуття та думки	Індивідуальні та групові сесії, де вони можуть вільно говорити про свій досвід.
	Розвиток навичок копінгу	Навчання стратегій управління стресом, емоційної регуляції.
	Відновлення почуття контролю	Залучення до прийняття рішень, надання можливостей для самовираження.
	Підтримка однолітків	Групові сесії з іншими підлітками, які пережили схожий досвід.
	Інформація та освіта	Надання правдивої інформації про війну та її наслідки, щоб зменшити тривожність, пов'язану з невідомістю.

Продовження таблиці 1

Емоційні та поведінкові реакції	Потреби у психологічній реабілітації	Характеристика потреб
Молоді особи (18-35 років)		
Тривога, депресія, ПТСР, почуття провини вцілілого, гнів, розчарування, апатія. Проблеми у стосунках, труднощі з працевлаштуванням, фінансові труднощі, втрата житла. Зловживання психоактивними речовинами, ризикована поведінка, соціальна ізоляція. Втрата сенсу життя, розчарування у майбутньому	Індивідуальна психотерапія	Для опрацювання травматичного досвіду, вирішення емоційних проблем.
	Групова терапія	Для обміну досвідом, отримання підтримки від інших постраждалих.
	Допомога у відновленні соціальних зв'язків та працевлаштуванні	Підтримка у пошуку роботи, налагодженні стосунків.
	Навчання навичкам самопомогі та стресостійкості.	Опрацювання нових форм поведінки на основі досвіду впровадження навичок самопомогі та стресостійкості.
	Юридична та соціальна підтримка	Допомога у вирішенні питань, пов'язаних зі статусом постраждалого, отриманням компенсацій тощо.
Дорослі особи середнього віку (36-65 років)		
Тривога, депресія, ПТСР, почуття відповідальності за молодше покоління, горе через втрати, розчарування у майбутньому. Проблеми зі здоров'ям, загострення хронічних захворювань, труднощі з працевлаштуванням, фінансові проблеми. Відчуття втрати контролю над життям, екзистенційні кризи.	Індивідуальна психотерапія	З урахуванням їхнього життєвого досвіду та поточних проблем.
	Групова терапія	Підтримка однолітків, обмін досвідом.
	Допомога у відновленні соціальної активності та професійної діяльності.	Впровадження навичок відновлення соціальної активності та професійної діяльності.
	Підтримка у догляді за молодшим поколінням та літніми родичами.	Впровадження навичок підтримки у догляді за молодшим поколінням та літніми родичами.
	Медична та соціальна підтримка.	Впровадження навичок медичної та соціальної підтримки.
Особі літнього віку (65+ років)		
Підвищена вразливість, тривога, депресія, почуття безпорадності, самотності, втрати сенсу життя. Загострення проблем зі здоров'ям, когнітивні порушення, залежність від інших. Спогади про минулі травми, пов'язані з війною в минулому.	М'яка та підтримуюча психотерапія	З акцентом на прийняття, спогади, пошук позитивних моментів.
	Групова терапія	Спілкування з однолітками, обмін життєвим досвідом.
	Соціальна підтримка та залучення до активної діяльності	Боротьба з самотністю та ізоляцією.
	Допомога у задоволенні базових потреб	Безпека, комфорт, медичний догляд.
	Робота зі спогадами та прийняттям минулого.	Аналіз спогадів та прийняття минулого.

Отже, до загальних принципів психологічної реабілітації осіб, постраждалих від війни, з урахуванням вікових аспектів варто віднести: індивідуальний підхід, створення безпечного та довірливого середовища, акцент на ресурсах та сильних сторонах особистості, залучення родини та соціальної підтримки, комплексний підхід, культурна чутливість, поступовість та довготривалість.

При плануванні реабілітаційного процесу пріоритетне значення надають саме віковому періоду. Усю соціальну групу осіб можна поділити на чотири категорії: дитяча, підліткова, молода і середнього віку, передпенсійна і пенсійна. (Тюріна & Солохіна, 2022).

Підготовка до реабілітаційної роботи в осіб старшого дитячого, підліткового та дорослого віку передбачає 4 фази (Романовська, 2024): *перша фаза* – знайомство, встановлення повноцінного контакту з особою, що потребує допомоги. Від якості проведення цієї фази значною мірою залежить весь подальший прогрес у відновленні психічного здоров'я постраждалої особи; *друга фаза* – це поглиблення довірливих стосунків після знайомства; *третьа фаза* – первинна діагностика (зазвичай, у вигляді бесіди). Основні завдання, що висуваються до реабілітаційного процесу на цій стадії полягають у: опрацюванні актуального психоемоційного стану особистості; аналізі особливостей її травмування (тривалість, давність, попередні травми, їх наслідки); підборі актуальних способів подолання кризових ситуацій; виявлення наявності чи відсутності мотивації до відновлення; визначення можливості отримувати підтримку сім'ї, близького оточення; *четверта фаза* – забезпечення групи підтримки для постраждалої особи.

Розглянемо детальніше особливості проведення психологічної реабілітації для різних вікових груп (дітей, підлітків та дорослих):

Під час проведення психологічної реабілітації з дітьми дуже важливо враховувати деякі емоційні аспекти, зокрема те, що домінантною реакцією є *страх* за близьких та родичів в армії, а також побоювання за власну безпеку. Дитячі фантазії зазвичай перебільшені, хоча вони й базуються на реальних подіях. Дитина може уявляти падіння бомби на власний будинок, тобто уявляти найгірше. Ще одним частим емоційним виявом є *втрата* контролю. Військові дії – те, що діти і більшість дорослих не можуть контролювати. Відчуття втрати контролю породжує ефект, коли діти хапаються за все, що можуть контролювати: відмовляються слухатися, йти у школу, залишатися без улюблених іграшок або батьків тощо. Оскільки діти не можуть спрямувати свій *гнів* на безпосередніх винуватців, тобто на джерело загрози, тому вони часто спрямовують свою злість на тих, хто поряд: сусідів, відсутніх батьків, однокласників. Ситуація ускладнюється, якщо серед рідних є добровольці: патріотизм і обов'язок є абстрактними поняттями для дітей молодшого віку, які відчують конкретну реальність розлуки з рідною людиною. Виникнення почуття *втрати* стабільності та впевненості в собі детермінуються незвичними обставинами та порушують усталений спосіб життя дитини. Саме це стає джерелом зростання її тривоги та постійної невпевненості в собі. Також, досить часто діти відчують *збентеження*, не розуміючи, на що їм чекати та коли це все закінчиться. Інший вид реакції – найменші можуть не розрізняти насилля і розвагу (в іграх або кіно) та реальні події (Царенко, 2019).

Психологічна реабілітація підлітків – це комплекс заходів, спрямованих на відновлення психічного здоров'я та емоційного благополуччя підлітків, які пережили травматичні події, стрес або мають психологічні проблеми. До основних напрямків психологічної реабілітації підлітків можна віднести: 1) індивідуальну психотерапію (опрацювання травматичного досвіду, робота з емоціями та поведінковими проблемами, навчання навичкам саморегуляції);

2) групову психотерапію; 3) сімейну терапію; 4) арт-терапію; 5) ігрову терапію та інші (Шаумян & Комісарчик, 2020). Ефективна психологічна реабілітація підлітків вимагає чутливості, терпіння та глибокого розуміння їхнього емоційного світу. Враховуючи ці особливості, фахівці можуть розробляти дієві програми психологічної реабілітації підлітків, які допоможуть їм відновити психічне здоров'я та емоційне благополуччя.

Психологічна реабілітація дорослих передбачає комплекс заходів, спрямованих на відновлення та покращення психічного здоров'я та функціонування людини, яка пережила травму, стрес або інші психотравмуючі фактори. Психологічна реабілітація дорослих – це складний і багатогранний процес, який вимагає індивідуального підходу та врахування багатьох чинників. Зокрема, при проведенні психологічної реабілітації у дорослих потрібно враховувати життєвий досвід, оскільки кожна зріла особа має свій багатий життєвий досвід, який може як допомагати, так і ускладнювати процес реабілітації. Також важливо враховувати попередні травми, стреси та способи їх подолання.

На відміну від підлітків, емоційний світ дорослих може бути більш складним і нашарованим через накопичений життєвий досвід, травми, стосунки, професійну діяльність та особистісні особливості. Врахувавши особливості вікового періоду дорослості під час проведення психологічної реабілітації, фахівець зможе створити індивідуалізований план допомоги, забезпечити підтримуючу атмосферу, допомогти клієнту розпізнати, зрозуміти та прийняти свої емоції, працювати з наслідками минулих травм та невирішених конфліктів, навчити ефективним стратегіям емоційної регуляції та копінгу, допомогти покращити міжособистісні стосунки, підтримати дорослого у процесі горювання та прийняття втрат, допомогти знайти сенс та мету в житті.

Таким чином, психологічна реабілітація дорослих – це ефективний спосіб допомогти людині відновитися після травми або стресу та покращити якість життя.

Висновки

Підсумовуючи вищевикладене, можемо зазначити, що кожен віковий період характеризується своїми особливостями, які потрібно враховувати під час проведення психологічної реабілітації. Розуміння вікових особливостей реакцій на травму та потреб у психологічній допомозі є ключовим для надання ефективної підтримки особам, які постраждали внаслідок війни. Незважаючи на особливості відповідно до різного вікового періоду, психологічна реабілітація передбачає роботу з опрацюванням травматичного досвіду, який особа зазнала внаслідок війни.

Перспективами подальших досліджень є проведення емпіричного дослідження щодо психічного здоров'я осіб різних вікових груп осіб, постраждалих внаслідок війни.

Література

1. Волков, К. (2023). Травматичний досвід: історична експлікація вивчення в психології. *Психологічні перспективи*, 41, 55-73. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-41-vol>
2. Ворона, П. (2018). Шляхи соціальної реабілітації учасників українсько-російської війни на Сході України: зарубіжний досвід. *Вісник НАДУ. Серія «Державне управління»*, 3, 55-62. Режим доступу: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=v_naddy_2018_3_9

3. Дигун, І. (2023). Соціально-психологічні умови реабілітації постраждалих внаслідок дії екстремальних стрес-факторів. (Дис. канд. психол. наук). Київ. Режим доступу: <https://snu.edu.ua/wp-content/uploads/2024/01/digun-.s.-disertats-ya.pdf>
4. Дигун, І., Журба, А., Гейко, Є., Журба, М., & Завацька, Н. (2023). Ефективність інтегрованої соціально-психологічної програми реабілітації постраждалих внаслідок дії екстремальних стрес-факторів. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи. Збірник наукових праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля*, 3(62), (Т. 2., с. 26-37). Режим доступу: <https://opac.library.pl.ua/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=2735985>
5. Коляда, Н., Кравченко, О., & Салата, Н. (2020). Соціально-психологічна реабілітація дітей та молоді з особливими освітніми потребами в Україні. *Журнал «Соціальна робота та соціальна освіта»*, 5, 13-25. <https://doi.org/10.31499/2618-0715.5.2020.220765>
6. Коломієць, Т., & Нежута, А. (2022). Первинна психологічна допомога постраждалим від бойових дій. *Наукові перспективи*, 9(27), 336-343. [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-9\(27\)-336-343](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-9(27)-336-343)
7. Мельніков, А., Гороховський, А., & Костян, Я. (2023). Сучасні види реабілітації для постраждалих від війни військовослужбовців. *Молодий вчений*, 11(123), 23-26. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2023-11-123-27>
8. Пасічник, І., & Гільман, А. (2024). Метакогнітивні аспекти регуляції емоційних переживань осіб, постраждалих внаслідок війни. *Матеріали III Всеукраїнського міжвідомчого психологічного форуму «Забезпечення психологічної допомоги в секторі безпеки та оборони України»*. (м. Київ, 30 травня 2024 р.), (с. 247-252). Київ : Державний науково-дослідний інститут МВС України. <https://www.doi.org/10.32782/30-05-2024-378>
9. Титаренко, Т. (Ред.). (2015). *Психологічна допомога особистості, що переживає наслідки травматичних подій*. Київ : Міленіум. Режим доступу: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/9833/1>
10. Волинець, Л. (Ред.). (2015). *Психосоціальна допомога внутрішньо переміщеним дітям, їхнім батькам та сім'ям з дітьми зі Сходу України*. Київ : ТОВ «Видавничий дім «Калита». Режим доступу: <http://nowar.nbu.gov.ua/post/0000250>
11. Романовська, Л. (2024) Особливості психологічної реабілітації осіб, які пережили травматичні події. *Науковий журнал «Психологічні травелогі»*, 3, 251-260. <https://doi.org/10.31891/PT-2024-3-24>
12. Савченко, О., & Михно, Т. (2023). Переживання соціальної напруженості в українському суспільстві: методика діагностики. *Організаційна психологія. Економічна психологія*, 2/3(29), 86-94. <https://doi.org/10.31108/2.2023.2.29.8>
13. Тюріна, В., & Солохіна, Л. (2022). Вплив воєнних конфліктів на психічне здоров'я людини: короткий огляд зарубіжних досліджень. *Особистість. Суспільство. Війна. Матеріали Міжнародної конференції. Харківський національний університет внутрішніх справ* (м. Харків, 15 квітня 2022 р.), (с. 116–118). Харків : Харківський нац. ун-т внутр. справ. Режим доступу: <https://ela.kpi.ua/items/05d871bc-ddc1-4bd3-85ea-a6ef43f9ac43>
14. Фуштей, О., & Саранча, І. (2023). Особливості психологічної реабілітації дітей, які пережили травматичний досвід воєнних дій. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*, 1(57), 41-45. Режим доступу: <http://journals.maup.com.ua/index.php/psychology/article/view/2603>

15. Царенко, Л. (2019). Особливості переживання психотравми під час воєнного конфлікту. *Психологія: теорія і практика*, 1(3), 158-170. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/718071/>
16. Чуйко, О. (2017). Зарубіжні моделі психосоціальної реабілітації дітей, травмованих війною. *Український психологічний журнал*, 1, 192-203. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/ukpsj_2017_1_17
17. Шаумян, О., & Комісарчик, Л. (2020). Соціально-психологічна реабілітація дітей, які постраждали внаслідок воєнного конфлікту на сході України. *Габітус*, 18(1), 145-149. <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.18.1.26>
18. McLean, C., Levy H., Miller, M., & Tolin D. (2022) Exposure therapy for PTSD in military populations: a systematic review and meta-analysis of randomized clinical trials. *Journal of Anxiety Disorders*, 90, 102607 <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2022.102607>
19. Difede, J., O. Rothbaum, B., A. Rizzo, A., Katarzyna, W., Spielman, L., Reist, Ch., J. Roy, M., et al. (2022). Enhancing exposure therapy for posttraumatic stress disorder (PTSD): a randomized clinical trial of virtual reality and imaginal exposure with a cognitive enhancer. *Translational Psychiatry*, 12, 299. <https://doi.org/10.1038/s41398-022-02066-x>
20. Fisher, M.W., Dimaggio, G., Hochheiser, J., Vohs, J. Phalen, P., & Lysaker, P.H. (2020). Metacognitive Capacity is Related to Self-Reported Social Functioning and may moderate the effects of symptoms on interpersonal behavior. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 208(2), 138-142. <https://doi.org/10.1097/nmd.0000000000001117>
21. Roberg, R., Camargo, T., & Marks, A.K. (2024). A Mixed-Methods Exploration of Legal Vulnerability, Trauma, and Psychological Wellbeing in Immigrant Caregivers and Youth. *Trauma Care*, 4(1), 60-74. <https://doi.org/10.3390/traumacare4010006>

References

1. Volkov, K. (2023). Travmatychnyi dosvid: istorychna eksplikatsiia vyvchennia v psykholohii [Traumatic experience: a historical explication of study in psychology]. *Psykhologichni perspektyvy – Psychological Perspectives*, 41, 55-73. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-41-vol> [in Ukrainian].
2. Vorona, P. (2018). Shliakhy sotsialnoi rehabilitatsii uchasykiv ukrainsko-rosiiskoi viiny na Skhodi Ukrainy: zarubizhnyi dosvid [Ways of social rehabilitation of participants of the Ukrainian-Russian war in the East of Ukraine: foreign experience]. *Visnyk NADU. Seriiia «Derzhavne upravlinnia» - Bulletin of the National Academy of Public Administration. Series «Public Administration»*, 3, 55-62. Retrieved from http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=v_naddy_2018_3_9 [in Ukrainian].
3. Dyhun, I. (2023). Sotsialno-psykhologichni umovy rehabilitatsii postrazhdalikh vnaslidok dii ekstremalnykh stres-faktoriv [Socio-psychological conditions of rehabilitation of victims of extreme stress factors]. *Candidate's thesis*. Kyiv. Retrieved from <https://snu.edu.ua/wp-content/uploads/2024/01/digun-s.-disertats-ya.pdf> [in Ukrainian].
4. Dyhun, I., Zhurba, A., Heiko, Ye., Zhurba, M., & Zavatska, N. (2023). Efektyvnist integrovanoi sotsialno-psykhologichnoi prohramy rehabilitatsii postrazhdalikh vnaslidok dii ekstremalnykh stres-faktoriv [The effectiveness of an integrated social and psychological rehabilitation programme for victims of extreme stress factors]. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii ta sotsialnoi roboty: zb. nauk. prats Skhidnoukrainskoho natsionalnoho universytetu imeni*

- Volodymyra Dalia – *Theoretical and applied problems of psychology and social work. Collection of scientific works of the East Ukrainian Volodymyr Dahl National University*, 3(62), (Vol. 2, pp. 26-37). Retrieved from <https://opac.library.pl.ua/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=2735985> [in Ukrainian].
5. Koliada, N., Kravchenko, O., & Salata, N. (2020). Sotsialno-psykholohichna reabilitatsiia ditei ta molodi z osoblyvymy osvitnimy potrebamy v Ukraini [Social and psychological rehabilitation of children and youth with special educational needs in Ukraine]. *Zhurnal «Sotsialna robota ta sotsialna osvita» – Journal of Social Work and Social Education*, 5, 13-25. <https://doi.org/10.31499/2618-0715.5.2020.220765> [in Ukrainian].
 6. Kolomiets, T., & Nezhuta, A. (2022). Pervynna psykholohichna dopomoha postrazhdalym vid boiovykh dii [Primary psychological assistance to victims of hostilities]. *Naukovi perspektyvy – Scientific Perspectives*, 9(27), 336-343. [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-9\(27\)-336-343](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-9(27)-336-343) [in Ukrainian].
 7. Melnikov, A., Horokhovskiy, A., & Kostian, Ya. (2023). Suchasni vydy reabilitatsii dlia postrazhdalikh vid viiny viiskovosluzhbovtiv [Modern types of rehabilitation for military personnel affected by war]. *Molodyi vchenyi – Young scientist*, 11(123), 23-26. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2023-11-123-27>
 8. Pasichnyk, I., & Hilman, A. (2024)ю Metakohnityvni aspekty rehuliatcii emotsiinykh perezhyvan osib, postrazhdalikh vnaslidok viiny [Metacognitive aspects of the regulation of emotional experiences of persons affected by war]. Proceedings from PPASDSU' 24: *Materialy III Vseukrainskoho mizhvidomchoho psykholohichnoho forumu «Zabezpechennia psykholohichnoi dopomohy v sektori bezpeky ta oborony Ukrainy» – Proceedings of the III All-Ukrainian Interdepartmental Psychological Forum «Providing Psychological Assistance in the Security and Defence Sector of Ukraine»* (Kyiv, 30 May, 2024), (pp. 247-252). Kyiv : Derzhavnyi naukovodoslidnyi instytut MVS Ukrainy. <https://www.doi.org/10.32782/30-05-2024-378> [in Ukrainian].
 9. Tytarenko, T. (2015). *Psykholohichna dopomoha osobystosti, shcho perezhyvaie naslidky travmatychnykh podii* [Psychological assistance to a person experiencing the consequences of traumatic events]. Kyiv : Milenium. Retrieved from <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/9833/1> [in Ukrainian].
 10. Volynets, L. (2015). *Psykhosotsialna dopomoha vnutrishno peremishchenym ditiam, yikhnim batkam ta simiam z ditmy zi Skhodu Ukrainy* [Psychosocial assistance to internally displaced children, their parents and families with children from the East of Ukraine]. Kyiv : TOV «Vydavnychiy dim «Kalyta». Retrieved from <http://nowar.nbu.gov.ua/post/0000250> [in Ukrainian].
 11. Romanovska, L. (2024) Osoblyvosti psykholohichnoi reabilitatsii osib, yaki perezhyly travmivni podii [Features of psychological rehabilitation of survivors of traumatic events]. *Naukovyi zhurnal «Psykholohichni travelohy» – Scientific journal «Psychological Travellers»*, 3, 251-260. <https://doi.org/10.31891/PT-2024-3-24> [in Ukrainian].
 12. Savchenko, O., & Mykhno, T. (2023). Perezhyvannia sotsialnoi napruzhenosti v ukrainskomu suspilstvi: metodyka diahnostyky [xperiencing social tension in Ukrainian society: a diagnostic methodology]. *Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia – Organisational psychology. Economic Psychology*, 2/3(29), 86-94. <https://doi.org/10.31108/2.2023.2.29.8> [in Ukrainian].
 13. Tiurina, V., & Solokhina, L. (2022). Vplyv voiennykh konfliktiv na psykhične zdorovia liudyny: korotkyi ohliad zarubizhnykh doslidzhen [The impact of military conflicts on human mental

- health: a brief review of foreign research]. Proceedings from PSS '24: *Materialy Mizhnarodnoi konferentsii «Osobystist. Suspilstvo. Viina» – Materials of the International Conference «Personality. Society. Society» (Kharkiv, 15 April, 2022)*, (pp. 116-118) Kharkiv : Kharkivskiyi natsionalnyi universytet vnutrishnikh sprav. Retrieved from <https://ela.kpi.ua/items/05d871bc-ddc1-4bd3-85ea-a6ef43f9ac43> [in Ukrainian].
14. Fushtei, O., & Sarancha, I. (2023). Osoblyvosti psykholohichnoi reabilitatsii ditei, yaki perezhlyly travmatychnyi dosvid voiennykh dii [Features of psychological rehabilitation of children who have survived the traumatic experience of warfare]. *Naukovi pratsi Mizhrehionalnoi Akademii upravlinnia personalom. Psykholohiia – Scientific works of the Interregional Academy of Personnel Management. Psychology*, 1(57), 41-45. Retrieved from <http://journals.maup.com.ua/index.php/psychology/article/view/2603> [in Ukrainian].
 15. Tsarenko, L. (2019). Osoblyvosti perezhyvannia psykhotravmy pid chas voiennoho konfliktu [Peculiarities of experiencing psychotrauma during a military conflict]. *Psykholohiia: teoriia i praktyka – Psychology : Theory and Practice*, 1(3), 158-170. Retrieved from Retrieved from <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/718071/> [in Ukrainian].
 16. Chuiko, O. (2017). Zarubizhni modeli psykhosotsialnoi reabilitatsii ditei, travmovanykh viinoiu [Foreign models of psychosocial rehabilitation of children traumatised by war]. *Ukrainskyi psykholohichnyi zhurnal – Ukrainian Psychological Journal*, 1, 192-203. Rezhym dostupu: http://nbuv.gov.ua/UJRN/ukpsj_2017_1_17 [in Ukrainian].
 17. Shaumian, O., & Komisarchik, L. (2020). Sotsialno-psykholohichna reabilitatsiia ditei, yaki postrazhdaly vnaslidok voiennoho konfliktu na skhodi Ukrainy [ocial and psychological rehabilitation of children affected by the military conflict in eastern Ukraine]. *Habitus – Habitus*, 18(1), 145-149. <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.18.1.26> [in Ukrainian].
 18. McLean, C., Levy, H., Miller, M., & Tolin, D. (2022) Exposure therapy for PTSD in military populations: a systematic review and meta-analysis of randomized clinical trials. *Journal of Anxiety Disorders*, 90, 102607 <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2022.102607>
 19. Difede, J., O. Rothbaum, B., A. Rizzo, A., Katarzyna, W., Spielman, L., Reist, Ch., J. Roy, M., et al. (2022). Enhancing exposure therapy for posttraumatic stress disorder (PTSD): a randomized clinical trial of virtual reality and imaginal exposure with a cognitive enhancer. *Translational Psychiatry*, 12, 299. <https://doi.org/10.1038/s41398-022-02066-x>
 20. Fisher, M.W., Dimaggio, G., Hochheiser, J., Vohs, J. Phalen, P., & Lysaker, P.H. (2020). Metacognitive Capacity is Related to Self-Reported Social Functioning and may moderate the effects of symptoms on interpersonal behavior. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 208(2), 138-142. <https://doi.org/10.1097/nmd.0000000000001117>
 21. Roberg, R., Camargo, T., & Marks, A.K. (2024). A Mixed-Methods Exploration of Legal Vulnerability, Trauma, and Psychological Wellbeing in Immigrant Caregivers and Youth. *Trauma Care*, 4(1), 60-74. <https://doi.org/10.3390/traumacare4010006>

THE AGE-RELATED ASPECTS OF PSYCHOLOGICAL REHABILITATION OF WAR VICTIMS

Anna Hilman

**PhD in Psychology, Associate Professor,
Department of Public Health and Physical Education**

National University "Ostroh Academy"

2, Seminarska Str., Ostroh, Ukraine, 35800

anna.hilman@oa.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0003-4487-6322>

Natalia Kulesha

**PhD in Psychology, Associate Professor,
Department of Public Health and Physical Education**

National University "Ostroh Academy"

2, Seminarska Str., Ostroh, Ukraine, 35800

nataliia.kulesha@oa.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0001-9486-1669>

Abstract

The article presents the essence and objectives of psychological rehabilitation, the grounds and recommendations for its implementation. The article highlights the symptoms that require psychological rehabilitation. A theoretical analysis of various approaches to the study of age-related peculiarities of psychological rehabilitation of war victims is carried out. The basic aspects of psychological rehabilitation for different age groups are outlined. The peculiarities of psychological rehabilitation in accordance with the three age stages (childhood, adolescence and adulthood) are described. It has been found that preparation for rehabilitation work with older children, adolescents and adults involves 4 phases (the phase of acquaintance, the phase of deepening trusting relationships, the phase of primary diagnosis, the phase of providing a support group for the person with whom the psychologist works). The basic tendencies of emotional and behavioural reactions of individuals, as well as the need for psychological rehabilitation in accordance with different age periods, are highlighted. The general principles of psychological rehabilitation of persons affected by war, taking into account their age characteristics, are determined. The main focus is on an individual approach, creating a safe and trusting environment, on personal resources, involving family and social support; an integrated approach, cultural sensitivity, gradualness and duration. The most typical disturbing symptoms that are indications for rehabilitation are identified: a state of increased anxiety, bouts of anger and aggression, nervous breakdowns, increased excitability or apathy, increased feelings of guilt, suicide attempts or suicide talk. The key aspects that should be taken into account when conducting psychological rehabilitation for children, adolescents and adults are identified. The importance of conducting an empirical study of the effectiveness of rehabilitation for people of different age categories is determined.

Keywords: psychological rehabilitation, age aspects, children, adolescents, young people, traumatic experience, war victims.

*Подано 23.05.2025
Рекомендовано до друку 05.06.2025*