

3. Гордашевська М. Я. Соціально-психологічні фактори адаптації українських біженців до нових умов життя: кваліфікаційна робота на здобуття ступеня вищої освіти бакалавра / М. Я. Гордашевська; науковий керівник І. М. Біла. – Київ: Таврійський нац. ун-т ім. В. І. Вернадського, 2025. – 78 с.

4. Дерев'янка С. П. Когнітивна психологія : навчальний посібник. Чернівці : Видавець Лозовий В. М., 2012. 184 с. : іл.

5. European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions. Luxembourg: Publications Office of the European Union, 2024. ISBN 978-92-897-2393-0 (print), ISBN 978-92-897-2394-7 (PDF). doi:10.2806/479251. URL: <https://eurofound.link/ef23030>

DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-562-7-24>

Журавель Є. Ю.,

аспірантка кафедри психології особистості та соціальних практик

Київського столичного університету імені Бориса Грінченка

*Науковий керівник: **Каліщук С. М.,***

докторка психологічних наук, професорка,

завідувач кафедри психології особистості та соціальних практик

Київського столичного університету імені Бориса Грінченка

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ЯК ЧИННИК ДИНАМІКИ КАРТИНИ СВІТУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ-УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

Анотація. Стаття розкриває роль психологічної підтримки у динаміці картини світу військовослужбовців після бойового досвіду. Обґрунтовано п'ять принципів відновлення смислової, моральної, тілесної та соціальної цілісності особистості ветерана.

Ключові слова: картина світу, посттравматичне зростання, моральна інтеграція, резильєнтність, психологічна підтримка.

Zhuravel Ye. Psychological Support as a Factor in the Dynamics of the Worldview of Combat-Experienced Military Personnel

Summary. The paper highlights the role of psychological support in the dynamics of the worldview of combat-experienced soldiers. Five key principles of meaning-making, moral, bodily, and social recovery are substantiated.

Key words: worldview, posttraumatic growth, moral integration, resilience, psychological support.

Повномасштабна війна росії проти України детермінувала кризи базових світоглядних структур: у військовослужбовців порушуються уявлення про безпеку, справедливість і сенс життя. У сучасній психології цей процес описується як реорганізація картини світу – глибинна перебудова системи уявлень і цінностей після зіткнення з граничним досвідом. Такі зміни узгоджуються з концепцією посттравматичного зростання [9; 10] та з підходом екзистенційно орієнтованої позитивної психології 2.0 [13] та екзистенційно-системного концепту [6], які підкреслюють потенціал розвитку через осмислення страждання.

Дослідження українських науковців підтверджують, що посттравматичне зростання військовослужбовців має виразний смисловий і моральний характер, пов'язаний із пошуком нового життєвого спрямування [3; 4]. У цьому контексті психологічна підтримка розглядається не лише як засіб редукції симптомів травматичного досвіду, а як простір свідомої особистісної трансформації та відновлення моральної цілісності [1].

У сучасних підходах до посттравматичного зростання та моральної інтеграції наголошується, що подолання травми передбачає не лише відновлення функціональності, а й переосмислення цінностей, сенсу й моральної ідентичності [10;12]. Ці процеси охоплюють когнітивні, емоційні, тілесні, соціальні та духовні виміри адаптації, що узгоджується з ресурсно-резильєнтною моделлю BASIC Ph – інтегративним підходом М. Лагада до подолання стресу, який виокремлює шість каналів людських ресурсів: поведінковий, афективний, сенсорний, уявний, когнітивний і фізичний [7; 8; 14]. Модель активно використовується в європейських програмах розвитку резильєнтності, зокрема у роботі з освітніми та ветеранськими спільнотами [14].

Узагальнення сучасних підходів дає змогу розглядати психологічну підтримку військовослужбовців не лише як реакцію на травматичні наслідки, а як процес відновлення цілісності світогляду – смислової, моральної, тілесної та соціально-ідентичнісної сфер особистості. У цьому контексті актуальним є виявлення психологічних механізмів, що забезпечують реорганізацію картини світу після бойового досвіду, інтеграцію пережитого у власну життєву історію та формування нової системи ціннісних орієнтирів.

Динаміка картини світу розглядається як процес її якісних змін під впливом життєвих подій і психологічних чинників, серед яких особливе значення має цілеспрямована психологічна підтримка.

Спираючись на концепції посттравматичного зростання [10], моральної інтеграції [12] і багатовимірної резильєнтності в моделі BASIC Ph [7; 8; 14], психологічна допомога трактується як динамічний процес, спрямований на відновлення сенсу, моральної опори й тілесно-

емоційної рівноваги. Такий підхід створює методологічне підґрунтя для формування принципів психосоціальної підтримки ветеранів у сучасному українському контексті.

Згідно з концепцією посттравматичного зростання, травма може стати джерелом позитивної трансформації свідомості, коли людина віднаходить нові смисли, цінності та бачення власного життєвого шляху [10]. У дослідженнях ветеранів США показано, що вищі показники РТГ пов'язані з кращим психічним функціонуванням, когнітивною гнучкістю та міжособистісною взаємопідтримкою [5; 11].

Паралельно розвивається підхід моральної травми, який наголошує на відновленні етичної цілісності після участі в подіях, що суперечать власним моральним переконанням. Моральна інтеграція розглядається як процес примирення з досвідом провини, сорому чи втрати морального орієнтиру [12].

Українські дослідження також засвідчують, що поєднання психоосвітніх, тілесно-орієнтованих і групових форматів підтримки сприяє не лише відновленню функціонування, а й формуванню нової ідентичності ветерана – здатності інтегрувати бойовий досвід у цілісну життєву історію [3].

Екзистенційний вимір цієї трансформації розкривається у підході Positive Psychology 2.0, який підкреслює, що смислотворення та духовне зростання можливі лише через прийняття неминучості страждання як частини людського досвіду [13].

У сучасній українській практиці психологічна підтримка ветеранів розглядається як багатовимірний процес, що поєднує смислову, тілесну, соціальну й моральну реабілітацію. Її мета – не лише зменшення дистресу, а відновлення цілісності світогляду, моральної опори та внутрішньої свободи. Така підтримка ґрунтується на принципах екзистенційної валідазації, моральної безпечності, тілесної інтеграції, психоосвітнього залучення та спільнотності – що створюють базу для глибокої реорганізації картини світу ветерана.

На основі узагальнення сучасних теоретичних концепцій (посттравматичне зростання, моральна інтеграція, модель BASIC Ph, екзистенційна позитивна психологія 2.0) та аналізу українських емпіричних досліджень нами виділені п'ять ключових принципів психологічної підтримки ветеранів. Вони відображають системну інтеграцію смислового, морального, тілесного, соціального й екзистенційного вимірів відновлення, забезпечуючи науково обґрунтоване підґрунтя для розроблення програм психосоціальної допомоги у воєнний та післявоєнний періоди.

Ключові принципи психологічної підтримки:

1. Смилова інтеграція – реконструкція особистісного наративу, осмислення втрат і відновлення ціннісних зв'язків, що сприяє формуванню нової життєвої орієнтації [4; 6; 10].

2. Моральна реінтеграція – переосмислення досвіду провини й відповідальності, відновлення етичної цілісності через гуманістичне ставлення до себе та інших [10;12].

3. Мультимодальна резильєнтність – активація ресурсних каналів копіngu за моделлю BASIC Ph (поведінковий, афективний, сенсорний, уявний, когнітивний, філософський) та розвиток соціальної взаємодії [3; 7; 8; 14].

4. Тілесно-орієнтована стабілізація – відновлення зв'язку між тілом і свідомістю, зниження фізіологічної гіперактивації, розвиток здатності відчувати безпеку у власному тілі [6; 13].

5. Підтримка «рівний – рівному» – створення ветеранських груп і спільнот взаємопідтримки, де досвід війни осмислюється у просторі довіри й спільного зростання [1; 3].

Реорганізація картини світу військовослужбовців – багатовимірний процес, у якому переплітаються смислові, моральні, тілесні та соціальні рівні свідомості. Як зазначає С. Каліщук [2], реорганізаційна дія – це процес взаємодії з оточуючим середовищем через повторювальні патерни «співвіднесення зі світом» і самовіднесення, кожен з яких запускає структурні зміни в системі та зумовлюється сукупністю дій і станів, послідовність яких призводить до експонентного зростання складної системи. У цьому контексті психологічна підтримка, побудована на принципах смислової інтеграції, моральної реінтеграції, тілесно-орієнтованої стабілізації, резильєнтності та спільнотності, сприяє не поверненню до «довоєнного» стану, а становленню нової якості свідомості – цілісної, відповідальної й здатної перетворювати досвід війни на ресурс зрілості, служіння й громадянської солідарності.

Список використаних джерел:

1. Захаріна Т. Реінтеграційний потенціал ветеранів як чинник їх успішної реінтеграції в соціум. Тернопіль, 2023. 168 с.

2. Каліщук С.М. Генеза смислової архітекτονіки свідомості майбутніх психологів-консультантів: монографія. Львів: Сполом, 2020. 431 с.

3. Погорільська Н.І., Найдьонова Г.О., Карпюк А.В. Ресурси посттравматичного зростання українців в умовах війни. Прикладна психологія. Професійна й організаційна психологія. 2024. № 4. С. 57–70.

4. Рева М. Особливості посттравматичного зростання учасників бойових дій із різним ставленням до майбутнього. Психологія і особистість. 2024. № 1(25). С. 129–139.

5. Cox K.S., Litz B.T., Smigelsky M.A., Kachadourian L. Understanding posttraumatic growth in veterans: Relationships with resilience and functioning. *Journal of Traumatic Stress*. 2023. Vol. 36(2). P. 365–377. DOI: <https://doi.org/10.1002/jts.22954>
6. Kalishchuk S., Korvat L. Sources of traumatic experience & cross-contour mental health recovery technology. *PNAP Scientific Journal of Polonia*. 2022. Vol. 6(55). P. 221–230.
7. Lahad M. Coping and resiliency: The BASIC Ph model of coping and its application to psychotraumatology. In: Wilson J.P., Raphael B. (eds.). *International Handbook of Traumatic Stress Syndromes*. Springer, 1993. P. 559–573.
8. Lahad M., Leykin D. The BASIC Ph model and the SEE FAR CBT intervention: Two integrative approaches for building resilience and treating stress-related responses. *Society for Stress and Anxiety Research Review*. 2010. Vol. 12(2). P. 89–100.
9. Tedeschi R.G. The post-traumatic growth approach to supporting trauma survivors. *World Psychiatry*. 2023. Vol. 22(1). P. 16–17. DOI: <https://doi.org/10.1002/wps.21050>
10. Tedeschi R.G., Calhoun L.G. The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*. 1996. Vol. 9(3). P. 455–471. DOI: <https://doi.org/10.1007/BF02103658>
11. Tsai J., El-Gabalawy R., Schnurr P.P. Posttraumatic growth among U.S. military veterans: Results from the National Health and Resilience in Veterans Study. *Psychiatry Research*. 2021. Vol. 303. Article 114072. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.114072>
12. Williamson V., Murphy D., Greenberg N. Moral injury: The effect on mental health and implications for treatment. *The Lancet Psychiatry*. 2021. Vol. 8(6). P. 453–455. DOI: [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(21\)00113-9](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(21)00113-9)
13. Wong P.T.P. A new science of suffering, the wisdom of the soul, and the new behavioral economics of happiness: Towards a general theory of well-being. *Frontiers in Psychology*. 2023. Vol. 14. Article 1280613. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1280613>
14. Zabłocka-Żytka J., Lahad M. The BASIC Ph model of coping and resilience: Applications in education and crisis interventions. *European Journal of Education and Psychology*. 2023. Vol. 16(2). P. 85–96. DOI: <https://doi.org/10.32457/ejep.2023.012>