

## **МІЖЦІЛЬОВА ПАРТНЕРСЬКА СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ТА ОСОБИСТІСНИЙ РОЗВИТОК ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ І ВЕТЕРАНІВ У ПРОЦЕСІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**Дмитрук З. А.**

### **ВСТУП**

В умовах повномасштабної агресії РФ на території України суттєво актуалізується проблема психологічної реабілітації військовослужбовців і ветеранів як одного з пріоритетних напрямів державної політики у сфері охорони психічного здоров'я, соціального захисту та відновлення людського потенціалу. Системні бойові дії супроводжуються тривалим впливом екстремальних психотравмувальних чинників, що зумовлюють не лише порушення психоемоційного стану, а й трансформацію системи життєвих цінностей, соціальних ролей, моделей взаємодії, професійної ідентичності та життєвих перспектив військовослужбовців. Після завершення служби перед ветеранами постає складне завдання інтеграції набутого бойового досвіду у мирне життя, що потребує комплексного психологічного супроводу та створення ефективних механізмів соціально-психологічної адаптації та особистісного розвитку.

Соціально-психологічна адаптація – процес активного пристосування до вимог середовища. З точки зору системного підходу це явище слід розглядати як безперервний процес взаємозалежних взаємодій людини та її соціального оточення, успішність і адекватність яких залежать як від індивідуально-психологічних особливостей, так і від факторів зовнішнього середовища. Адаптація відбувається шляхом поєднання несвідомого та свідомого моделювання власної поведінки як індивідуальної стратегії та ситуативної тактики досягнення бажаного результату.<sup>1</sup>

На формулювання бажаної мети та методи її досягнення впливають зовнішні та внутрішні соціальні фактори. Зовнішніми соціальними регуляторами є поведінкові норми, правила, вимоги, а також бажання та очікування щодо поведінки.

Внутрішніми соціальними регуляторами є інтереси, потреби, цінності та орієнтації на сенс життя, які в сукупності визначають життєві цілі, критерії оптимальної соціальної адаптації та індивідуально прийнятні методи і форми соціальної адаптації.

Психологічними чинниками, що визначають особливості соціальної адаптації, є психологічні особливості особистості, індивідуальні когнітивні стилі обробки інформації, копінг-стратегії, способи і тенденції емоційно-поведінкових реакцій залежно від ступеня соціальної адаптації. Процес соціальної адаптації – це низка

---

<sup>1</sup> Лупак В.С. Соціально-психологічна адаптація як системне явище: теоретичні підходи та концептуалізація поняття/Табітус. Випуск 73, 2025. DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.73.31>

психологічних реакцій на конкретну об'єктивну ситуацію, які виявляються в поведінці, спрямованій на вирішення конкретного завдання.<sup>2</sup>

Слід зазначити, що традиційні моделі психологічної реабілітації переважно зосереджені на подоланні наслідків психотравматизації, відновленні психічного здоров'я та корекції окремих дезадаптивних проявів. Водночас, сучасні виклики вимагають переходу від вузько клінічної або медико-психологічної парадигми до цілісного підходу, що розглядає особистість військовослужбовця чи ветерана як активного суб'єкта власного розвитку, здатного до відновлення, самореалізації, набуття нових життєвих смислів і конструктивної взаємодії з соціальним середовищем. За таких умов психологічна реабілітація набуває ознак безперервного процесу особистісного розвитку, що охоплює когнітивний, емоційний, мотиваційно-ціннісний, поведінковий та соціальний компоненти.

Особливої актуальності набуває необхідність інтеграції зусиль усіх суб'єктів, які беруть участь у реабілітаційному процесі: самого військовослужбовця або ветерана, членів його сім'ї, психологів, медичних працівників, фахівців соціальної сфери, представників громадських організацій, органів державної влади та місцевого самоврядування. Ефективність психологічної реабілітації дедалі більше визначається не лише якістю окремих психотерапевтичних чи реабілітаційних технологій, а й рівнем узгодженості спільних цілей, взаємної відповідальності, партнерської взаємодії та координації діяльності всіх учасників реабілітаційного процесу.

У зазначеному контексті перспективним напрямом наукового пошуку є розроблення концепції міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та розвитку (З. Дмитрук), яка ґрунтується на інтеграції цілей, ресурсів, можливостей та відповідальності всіх суб'єктів психологічної реабілітації. Запропонований авторський підхід розглядає адаптацію не як пасивне пристосування особистості до нових умов життя, а як багатовекторний процес досягнення узгоджених результатів, що забезпечуються партнерською взаємодією, взаємною підтримкою та спільною діяльністю учасників реабілітаційного простору<sup>3</sup>. При цьому міжцільовий підхід виступає системоутворювальним принципом, який забезпечує інтеграцію індивідуальних, професійних, соціальних та суспільних цілей у єдину модель психологічної реабілітації.

Авторська концепція дозволяє розширити традиційне розуміння соціально-психологічної адаптації, доповнивши його положеннями про особистісне зростання, розвиток психологічної стійкості, формування нових життєвих смислів, відновлення суб'єктності, соціальної активності та готовності до конструктивної взаємодії і партнерства у післявоєнному суспільстві. У центрі запропонованого підходу перебуває людина як активний учасник реабілітаційного процесу, здатний не лише відновлювати втрачені психологічні ресурси, а й формувати нові можливості для особистісного та професійного розвитку.

---

<sup>2</sup> Профілактика порушень адаптації молоді до повсякденних стресів і кризових життєвих ситуацій: навч. посіб. / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології; за наук. ред. Т. М. Титаренко. Київ : Міленіум, 2011. 272 с.

<sup>3</sup> Дмитрук З.А. Теорія і практика управління процесом позиціонування закладу освіти на основі ціннісних орієнтацій. Захист прав дитини в умовах збройної агресії: Колективна монографія. Львів –Торунь : Liha-Pres, 2025. DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-560-3-12>

У розділі висвітлено теоретико-психологічні засади авторської концепції міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації, розкрито її психологічні механізми, принципи та ресурси, а також представлено модель її реалізації у процесі психологічної реабілітації військовослужбовців і ветеранів.

## **1. Теоретико-методологічні засади психології міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації військовослужбовців і ветеранів**

Психологічна реабілітація військовослужбовців і ветеранів сьогодні є одним із найважливіших напрямів розвитку сучасної психологічної науки та практики. Повномасштабна військова агресія російської федерації проти України зумовила безпрецедентне зростання кількості осіб, які пережили бойовий стрес, втрату побратимів, поранення, полон, вимушену зміну соціальних ролей та інші психотравмувальні події. Водночас повернення до мирного життя не означає автоматичного завершення психологічної адаптації. Навпаки, саме після завершення безпосередньої участі у бойових діях перед військовослужбовцем постає складне завдання інтеграції бойового досвіду у нову систему соціальних відносин, професійної діяльності, сімейного життя та особистісного розвитку.

Військовий приходить додому, але не повертається з війни: пам'ять закарбовує спогади про війну, обстріли, моменти «прильоту» мін або снарядів чи загибелі побратимів. Намагається позбутись спогадів, але не може. Спогади повертаються у нічні кошмари, не дають спокійно жити, «вганяють» людину у депресивний стан. Час іде, а проблеми не зникають. Часто виявляється, що тільки часу замало – потрібні спеціалізовані форми допомоги, щоб відбулось зцілення, затягнулись «рани» минулого<sup>4</sup>. І сьогодні ми усвідомлюємо, що потрібен саме комплексний багатоаспектний підхід у процесах адаптації та особистісного розвитку людини з досвідом війни, який не тільки забезпечуватиме процес застосування організму до зовнішніх умов, а й сприятиме глибокій трансформації особистості.

У сучасній психології адаптація розглядається як складний багаторівневий процес активної взаємодії особистості із середовищем, у ході якого відбувається не лише пристосування до нових умов життєдіяльності, але й трансформація особистості, її ціннісно-сислової сфери, поведінкових стратегій, соціальних ролей та системи міжособистісних взаємин. Такий підхід суттєво відрізняється від класичних біологічних концепцій адаптації, які трактували її переважно як процес пристосування організму до змін зовнішнього середовища. У психологічному вимірі адаптація є активним процесом, що передбачає взаємний вплив особистості та соціального середовища, постійне переосмислення життєвого досвіду, формування нових способів поведінки та вироблення ефективних стратегій подолання труднощів.

Фундаментальні засади сучасного розуміння адаптації були закладені у працях Ж. Піаже, який розглядав її як універсальний механізм взаємодії людини із середовищем, що реалізується через процеси асиміляції та акомодатії<sup>56</sup>. На думку

---

<sup>4</sup> К.Возніцина, Л.Литвиненко. Невидимі наслідки війни. Як розпізнати? Як спілкуватись? Як допомогти подолати? Довідник для широкого кола фахівців / Київ, 2020

<sup>5</sup> Piaget J. (1995). Sociological Studies. London: Routledge.

<sup>6</sup> Piaget J. (2001). Studies in Reflecting Abstraction. Hove, UK: Psychology Press.

вченого, розвиток особистості відбувається завдяки постійному встановленню динамічної рівноваги між уже сформованими когнітивними структурами та новими вимогами навколишнього світу. Саме ця рівновага забезпечує можливість розвитку, навчання та особистісного зростання.

Подальший розвиток проблема адаптації отримала у працях представників гуманістичної психології. А. Маслоу, К. Роджерс, Г. Олпорт наголошували, що психологічна адаптація не обмежується процесом пристосування до зовнішніх умов, а передбачає реалізацію внутрішнього потенціалу людини, прагнення до саморозвитку, особистісного зростання та самореалізації<sup>7</sup>. Відповідно до гуманістичного підходу успішна адаптація характеризується не відсутністю труднощів, а здатністю людини конструктивно долати життєві виклики, зберігати цілісність особистості та реалізовувати власні цінності навіть у складних життєвих обставинах<sup>8</sup>.

Особливе місце серед сучасних концепцій посідає суб'єктно-діяльнісний підхід, розроблений у працях С. Л. Рубінштейна, О. М. Леонтьєва, Г. С. Костюка, С. Д. Максименка<sup>9</sup>. Згідно з цим підходом, людина є не пасивним об'єктом зовнішніх впливів, а активним суб'єктом власного життя, який самостійно визначає способи взаємодії із соціальним середовищем, обирає стратегії поведінки, оцінює наслідки власних рішень та несе відповідальність за їх реалізацію. Саме суб'єктність виступає психологічною передумовою успішної адаптації, оскільки забезпечує активне перетворення не лише зовнішніх умов, але й внутрішнього світу особистості.

Вітчизняні дослідники С. Д. Максименко, Т. М. Титаренко, М. В. Савчин, Л. М. Карамушка, В. Г. Панок розглядають психологічну адаптацію як інтегральний процес, що охоплює когнітивний, емоційний, мотиваційний, поведінковий та соціальний компоненти особистості. На їхню думку, ефективність адаптації визначається не лише здатністю людини пристосовуватися до нових умов, а й рівнем її психологічної стійкості, сформованістю системи життєвих цінностей, особистісною зрілістю, рефлексивністю та готовністю до активної взаємодії із соціальним середовищем.

Суттєвий внесок у розвиток психології адаптації зробили дослідження Р. Лазаруса і С. Фолкмана, які запропонували транзакційну модель стресу та копінгу<sup>10</sup>. У межах цієї концепції адаптація розглядається як безперервний процес когнітивної оцінки ситуації, оцінки власних ресурсів і вибору найбільш ефективних стратегій подолання труднощів. Принципово важливим є положення про те, що рівень психологічного стресу визначається не стільки об'єктивними характеристиками ситуації, скільки способом її суб'єктивної інтерпретації. Саме тому когнітивні процеси, рефлексія, критичне мислення та психологічна саморегуляція набувають визначального значення у процесі адаптації особистості до кризових умов.

---

<sup>7</sup> Rogers Carl. *Client-Centered Therapy*. – Cambridge Massachusetts: The Riverside Press, 1951. – S.430.

<sup>8</sup> Maslow A. H. *The Psychology of Science: A Reconnaissance* / A. H. Maslow. – N. Y. : Harper and Row, 1966.–168p.

<sup>9</sup> С.Д. Максименко, Л.М. Карамушка, Т.В. Зайчикова, «Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти» : навч. посіб. 2-ге вид. Київ : Міленіум, 2006. 368 с.

<sup>10</sup> Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company

У сучасній психології травми дедалі більшого поширення набуває концепція посттравматичного зростання, запропонована Р. Тедескі та Л. Калгуном<sup>11</sup>. Дослідники доводять, що переживання психотравмувальних подій може стати не лише джерелом психологічних втрат, але й поштовхом до переосмислення життєвих цінностей, розвитку нових смислів, зміцнення міжособистісних відносин, підвищення рівня особистісної зрілості та соціальної відповідальності. Таким чином, адаптація дедалі більше розглядається як процес розвитку, а не лише як повернення до попереднього рівня функціонування.

Особливо актуальними зазначені положення є щодо військовослужбовців і ветеранів. Бойовий досвід докорінно змінює систему життєвих координат людини, її ставлення до себе, інших людей, суспільства, професії та майбутнього. Саме тому психологічна реабілітація не може обмежуватися подоланням окремих симптомів психотравматизації. Її кінцевою метою має стати створення умов для відновлення суб'єктності особистості, розвитку її психологічної стійкості, соціальної активності та здатності до повноцінної інтеграції у мирне життя.

Аналіз сучасних наукових досліджень свідчить, що більшість існуючих моделей психологічної реабілітації зосереджується переважно на індивідуальному рівні функціонування особистості. Водночас значно менше уваги приділяється дослідженню психологічних закономірностей взаємодії всіх суб'єктів реабілітаційного процесу, узгодженню їхніх цілей, координації ресурсів та розвитку партнерських відносин. Саме ця обставина, на нашу думку, обмежує ефективність багатьох реабілітаційних програм, оскільки адаптація військовослужбовця або ветерана відбувається не ізольовано, а в системі складних взаємовідносин із сім'єю, побратимами, психологами, медичними працівниками, соціальними службами, роботодавцями, громадою та державою.

У цьому контексті виникає потреба у розробленні нової теоретико-методологічної парадигми, яка б розглядала психологічну адаптацію не лише як індивідуальний процес, а як багаторівневу систему партнерської взаємодії, засновану на узгодженні особистісних, професійних, соціальних і суспільних цілей. Такою парадигмою, на нашу думку, виступає концепція міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та розвитку, яка ґрунтується на розумінні адаптації як активного, цілеспрямованого й безперервного процесу, що реалізується через конструктивну взаємодію всіх суб'єктів реабілітації, інтеграцію їхніх ресурсів і спільне досягнення взаємоузгоджених цілей особистісного, професійного та соціального розвитку<sup>12</sup>.

Зазначені тенденції вже мають місце, наприклад, у посібнику «Люди з досвідом війни. Гідність. Взаємодія», що створено Координаційним центром з психічного здоров'я Кабінету Міністрів України за підтримки кампанії Visa, у співпраці з експертами, неурядовими організаціями: Центром психічного здоров'я та реабілітації «Лісова поляна»МОЗ України, благодійним фондом Mindy, програмою реінтеграції

---

<sup>11</sup> Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation: Growth in the aftermath of suffering*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications

<sup>12</sup> Дмитрук З.А. «Ціннісно-сислові орієнтації в управлінських та освітніх процесах закладу освіти як невід'ємна складова захисту прав дитини на якісну освіту» / *Захист прав дитини в умовах воєнного стану* : монографія / В. М. Афтanasів, О. З. Панкевич, О. О. Барабаш та ін. Львів; Торунь : Liha-Pres, 2025. С. 265–297.

DOI: <https://doi.org/10.36059/978-966-397-560-3-12>

ветеранів IREX, Українським ветеранським фондом, Veteran Hub, громадськими організаціями «Простір можливостей» та «Громадський рух «Жіноча Сила України», було враховано і думки експертів, фахівців, і результати певних досліджень державних та неурядових організацій різних сфер, які мають дотичність до відновлення та реабілітації ветеранів і військовослужбовців<sup>13</sup>.

Узагальнення теоретико-методологічних підходів до проблеми соціально-психологічної адаптації дає підстави констатувати, що її традиційне розуміння переважно зосереджується на встановленні оптимальної взаємодії особистості із середовищем, відновленні психологічної рівноваги, формуванні адаптивних стратегій поведінки та мобілізації внутрішніх і зовнішніх ресурсів. Водночас специфіка психологічної реабілітації військовослужбовців і ветеранів потребує розширення такого трактування, оскільки повернення до цивільного або трансформованого професійного середовища передбачає не лише пристосування до нових умов, а й переосмислення життєвого досвіду, перебудову системи цілей, цінностей і соціальних ролей, відновлення суб'єктності та формування нової перспективи особистісного розвитку.

*Наукова новизна запропонованого підходу* полягає у введенні поняття «міжцільова партнерська соціально-психологічна адаптація та розвитку», у межах якого адаптація розглядається як динамічний процес взаємного узгодження різнорівневих цілей суб'єктів соціальної взаємодії. Принциповим є положення про те, що адаптаційний процес не обмежується досягненням відповідності між вимогами середовища та можливостями особистості. Його психологічний зміст розширюється через формування такого простору взаємодії, у якому індивідуальні, сімейні, професійні, групові та суспільні цілі не існують ізольовано, а співвідносяться, взаємно коригуються та інтегруються на партнерських засадах.

Саме категорія «міжцільового підходу» становить специфічну ознаку авторської концепції та характеризує не механічне поєднання різних цілей, а процес встановлення смислових, мотиваційних і діяльнісних зв'язків між ними. Для військовослужбовця або ветерана це може виявлятися у необхідності узгодження цілей психологічного відновлення, сімейної взаємодії, професійної самореалізації, соціальної інтеграції та подальшого особистісного розвитку. Відтак, соціально-психологічна адаптація набуває характеру не односпрямованого пристосування людини до середовища, а взаємного трансформаційного процесу.

*Другою принциповою характеристикою концепції є партнерськість. Особистість військовослужбовця або ветерана розглядається не як пасивний отримувач психологічної, медичної чи соціальної допомоги, а як повноправний суб'єкт реабілітаційного процесу, який бере участь у визначенні його цілей, прийнятті рішень, виборі ресурсів і способів їх реалізації.* Водночас фахівці, сім'я, громада, соціальні інституції та інші учасники реабілітаційного середовища утворюють систему партнерської взаємодії, ефективність якої залежить від узгодженості цілей, довіри, діалогічності, взаємної відповідальності та визнання суб'єктності кожного учасника.

---

<sup>13</sup> Акименко Ю.Ф., Кириленко М.І., Лахтадир А.М., Одиниця В.В. Люди з досвідом війни. Гідність. Взаємодія. Посібник для тренерів / Всеукраїнська програма ментального здоров'я за ініціативою Олени Зеленської <https://howareu.com/static-objects/howareu/media/PDF/training-manual.pdf>

*Третьою відмінною характеристикою є поєднання адаптації та розвитку в єдиному психологічному процесі. У запропонованому підході успішна адаптація не розглядається як кінцева точка психологічної реабілітації. Вона створює передумови для переходу особистості на новий рівень функціонування, що може виявлятися у переосмисленні життєвих цілей і цінностей, розвитку психологічної стійкості, формуванні нових компетентностей, відновленні або трансформації професійної ідентичності, розширенні соціальної активності та конструюванні перспективи майбутнього.*

Важливим авторським положенням є також розуміння психологічної стійкості не лише як результату адаптації, а як ресурсу подальшого розвитку. Досягнутий рівень стійкості створює основу для активної участі особистості у партнерській взаємодії, реалізації нових життєвих цілей та переходу від стратегії подолання кризової ситуації до стратегії розвитку.

Таким чином, теоретико-методологічний аналіз засвідчує необхідність розглядати соціально-психологічну адаптацію військовослужбовців і ветеранів як багаторівневий, суб'єктний і розвивальний процес. Запропонована концепція міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та розвитку розширює традиційні уявлення про адаптацію завдяки включенню механізмів узгодження різнорівневих цілей, партнерської взаємодії, мобілізації ресурсів та особистісного розвитку. *У контексті психологічної реабілітації це означає зміщення акценту з моделі «відновлення до попереднього стану» на створення умов для формування нової системи життєвих цілей, соціальних зв'язків, психологічних ресурсів і перспектив самореалізації військовослужбовця або ветерана.* Відтак психологічна реабілітація постає не лише як процес подолання наслідків кризового досвіду, а як простір партнерської взаємодії, у якому адаптація стає передумовою психологічної стійкості та подальшого особистісного й соціального розвитку.

## **2. Психологічна модель міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та особистісного розвитку**

Сучасні соціальні трансформації, зумовлені повномасштабною війною в Україні, актуалізували необхідність переосмислення традиційних підходів до психологічної реабілітації військовослужбовців і ветеранів. Бойовий досвід суттєво впливає не лише на психоемоційний стан людини, а й трансформує її систему цінностей, життєві смисли, соціальні ролі, професійну ідентичність, характер міжособистісної взаємодії та способи прийняття рішень. За таких умов психологічна допомога не може обмежуватися лише подоланням наслідків психотравматизації чи відновленням довоєнного рівня функціонування особистості. Значно важливішим стає створення умов для формування нової якості особистісного функціонування, що забезпечує ефективну інтеграцію бойового досвіду, розвиток психологічної стійкості та реалізацію життєвого потенціалу в нових соціальних умовах.

У першому підрозділі ми проаналізували теоретичні основи щодо розвитку комплексної системи психологічної допомоги, однак практична реалізація часто залишається орієнтованою переважно на окремі компоненти відновлення – клінічний, психотерапевтичний, соціальний або професійний. Слід зазначити, що недостатньо уваги приділяється процесам узгодження цілей усіх учасників реабілітації,

формуванню партнерської взаємодії між ними та створенню єдиного психологічного простору розвитку.

Саме ці обставини стали підґрунтям для розроблення авторської психологічної моделі міжцильової партнерської соціально-психологічної адаптації та особистісного розвитку, яка пропонує, в тому числі, і нове бачення психологічної реабілітації як багаторівневого процесу взаємодії суб'єктів, об'єднаних спільною метою відновлення та розвитку особистості.

На відміну від традиційних моделей, де адаптація переважно розглядається як пристосування особистості до змінених умов життєдіяльності, запропонована модель виходить із положення, що адаптація є процесом взаємного узгодження індивідуальних, професійних, сімейних, інституційних та суспільних цілей, які реалізуються через партнерську взаємодію всіх учасників психологічної реабілітації. Такий підхід дає змогу перейти від моделі зовнішнього впливу на особистість до моделі її активної суб'єктної участі у власному відновленні.

Концептуально модель міжцильової партнерської адаптації та розвитку ґрунтується на інтеграції системного, суб'єктно-діяльнісного, гуманістичного, аксіологічного, ресурсного, екологічного та компетентнісного підходів. Їх поєднання забезпечує комплексне розуміння психологічної реабілітації як відкритої динамічної системи, у якій зміни відбуваються одночасно на особистісному, міжособистісному, професійному та соціальному рівнях.

Відповідно до системного підходу психологічна адаптація являє собою цілісну систему взаємопов'язаних компонентів, кожен із яких впливає на функціонування інших. Зміни психологічного стану військовослужбовця або ветерана неминуче відображаються на сімейних взаєминах, професійній діяльності, соціальній активності та характері взаємодії з реабілітаційним середовищем. Ефективність соціально-психологічної допомоги залежить від узгодженості дій усіх суб'єктів цієї системи.

Суб'єктно-діяльнісний підхід визначає військовослужбовця чи ветерана не як пасивного отримувача психологічної допомоги, а як активного суб'єкта власного розвитку. Це означає, що успішність психологічної реабілітації визначається не лише професійною компетентністю психолога чи ефективністю реабілітаційної програми, а насамперед рівнем усвідомленої участі самої особистості у процесі відновлення, готовністю приймати рішення, брати відповідальність за власний розвиток і активно використовувати внутрішні та зовнішні ресурси.

Важливе місце у структурі моделі займає гуманістичний підхід, відповідно до якого кожна людина володіє потенціалом до розвитку навіть після переживання тяжких психотравмувальних подій. Реабілітація в такому розумінні спрямована не лише на усунення симптомів психологічного неблагополуччя, а й на підтримку особистісного зростання, розвиток автономності, формування нових життєвих смислів і відновлення здатності до продуктивної взаємодії із суспільством.

Одним із визначальних положень авторської концепції є аксіологічний підхід, згідно з яким основою ефективної адаптації виступає узгодження системи особистісних цінностей із новими умовами життєдіяльності. Війна часто призводить до глибокої трансформації ціннісно-смыслові сфери особистості, тому психологічна реабілітація повинна сприяти не поверненню до попередньої системи цінностей, а їх переосмисленню, інтеграції бойового досвіду та формуванню нової життєвої перспективи.

Не менш важливим є ресурсний підхід, який передбачає наступне: психологічна реабілітація повинна бути орієнтована не лише на подолання дефіцитів або психологічних порушень, а насамперед на виявлення, актуалізацію та розвиток ресурсного потенціалу особистості. До таких ресурсів належать психологічна стійкість, критичне мислення, самоефективність, життєстійкість, емоційна саморегуляція, соціальна підтримка, професійні компетентності, позитивний бойовий досвід, ціннісно-сміслові орієнтації та мотивація до розвитку.

Особливістю запропонованої моделі є включення екологічного підходу, який дозволяє розглядати адаптацію як процес взаємодії особистості з різними рівнями соціального середовища. Психологічна реабілітація реалізується не лише у взаєминах «психолог – ветеран», а в широкому контексті взаємодії сім'ї, побратимів, медичних працівників, роботодавців, громадських організацій, територіальних громад і державних інституцій. Ефективність реабілітації визначається якістю взаємозв'язків між цими рівнями.

Компетентнісний підхід забезпечує спрямованість моделі на формування нових психологічних і соціальних компетентностей, необхідних для успішного функціонування після завершення військової служби. Йдеться про розвиток комунікативної компетентності, навичок конструктивного вирішення конфліктів, емоційної компетентності, критичного мислення, здатності до саморегуляції, командної взаємодії, професійної мобільності та прийняття рішень в умовах невизначеності.

Принципово новим елементом запропонованої моделі є міжцільовий підхід, що визначає психологічний механізм інтеграції різнорівневих цілей суб'єктів реабілітаційного процесу. На відміну від традиційного підходу, де кожен учасник реалізує власні завдання, міжцільовий підхід передбачає їх свідоме узгодження, взаємне коригування та об'єднання навколо спільної стратегічної мети – відновлення психологічного благополуччя та забезпечення особистісного розвитку військовослужбовця або ветерана. Саме завдяки цьому створюється єдиний психологічний простір партнерської взаємодії, у якому *особистість виступає не об'єктом допомоги, а активним суб'єктом власного розвитку*.

Таким чином, авторська психологічна модель міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та особистісного розвитку пропонує нову концептуальну рамку психологічної реабілітації, що поєднує принципи системності, суб'єктності, партнерства, ресурсності, аксіологічної спрямованості та розвитку. Її ключовою відмінністю є розуміння адаптації як процесу узгодження різнорівневих цілей усіх учасників реабілітації, що забезпечує не лише відновлення психологічного функціонування, а й створення умов для стійкого особистісного зростання, соціальної інтеграції та активної життєвої самореалізації.

Якщо проаналізувати структурні компоненти психологічної моделі міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та особистісного розвитку у процесі реабілітації військовослужбовців та ветеранів, можна зазначити наступне.

На відміну від лінійних моделей адаптації, у яких домінує послідовність «стрес – допомога – адаптація», запропонована модель розглядає психологічну реабілітацію як безперервний процес взаємного розвитку всіх учасників партнерської взаємодії. Центральним механізмом функціонування системи виступає узгодження індивідуальних, професійних, групових та суспільних цілей, що забезпечує не лише

відновлення психологічного благополуччя військовослужбовця або ветерана, а й створює умови для його подальшого особистісного розвитку та активної інтеграції в суспільство.

Структура моделі має багаторівневий характер і включає взаємопов'язані компоненти, кожен із яких виконує самостійну функцію, але водночас забезпечує цілісність усієї системи. До таких компонентів належать: цільовий, суб'єктний, ціннісно-смысловий, ресурсний, процесуально-діяльнісний, комунікативно-партнерський, рефлексивно-регулятивний та результативно-розвивальний. Саме їх взаємодія визначає ефективність міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації.

Цільовий компонент. Провідним структурним елементом моделі є цільовий компонент, який визначає стратегічний напрям функціонування всієї системи. У традиційних моделях психологічної реабілітації цілі, як правило, формуються окремо кожним суб'єктом процесу: психологом, лікарем, соціальним працівником, самим ветераном чи членами його родини. Така фрагментарність нерідко знижує ефективність допомоги, оскільки відсутність єдиного бачення очікуваного результату призводить до дублювання або навіть суперечності реабілітаційних заходів.

У запропонованій моделі поняття «міжцільовий підхід» означає якісно інший спосіб організації реабілітаційного процесу. Його сутність полягає не у простому поєднанні різних цілей, а в їх багатоаспектності, системному узгодженні, взаємному коригуванні та інтеграції. Таким чином формується спільний психологічний простір, у якому кожен учасник зберігає власну професійну або особистісну автономію, проте його діяльність підпорядковується єдиній стратегічній меті – забезпеченню психологічного благополуччя, соціальної адаптації та особистісного розвитку військовослужбовця чи ветерана.

Саме узгодженість цілей виступає першою необхідною умовою ефективної партнерської взаємодії.

Суб'єктний компонент. Другим структурним компонентом моделі є суб'єктний компонент, який визначає склад учасників психологічної реабілітації та характер їх взаємодії. Принциповою особливістю авторської концепції є відмова від традиційного уявлення про ветерана як пасивного отримувача допомоги. У моделі він виступає центральним суб'єктом психологічної реабілітації, який бере активну участь у визначенні власних потреб, постановці цілей, виборі шляхів їх досягнення, оцінюванні результатів і корекції власної поведінки. Такий підхід відповідає сучасним принципам людиноцентризму, суб'єктності та партнерства.

Система психологічної реабілітації включає значно ширше коло суб'єктів: членів сім'ї, побратимів, психологів, психотерапевтів, лікарів, соціальних працівників, капеланів, представників ветеранських організацій, роботодавців, освітніх закладів, територіальних громад і державних інституцій. Кожен із них має власні функції, ресурси та відповідальність, однак їх діяльність набуває максимальної ефективності лише за умови міжцільового партнерського узгодження. Отже, у центрі моделі перебуває не окремих спеціаліст і навіть не окрема людина, а система суб'єктної взаємодії, що функціонує на засадах довіри, відкритості, взаємної відповідальності та спільного прийняття рішень.

Ціннісно-смысловий компонент. Особливе місце у структурі моделі посідає ціннісно-смысловий компонент, оскільки саме він визначає внутрішню спрямованість особистості після переживання кризового або бойового досвіду.

Військова служба істотно трансформує систему особистісних цінностей. Для багатьох ветеранів змінюється ставлення до життя, безпеки, професії, родини, громадянської відповідальності, власного майбутнього. Саме тому психологічна реабілітація повинна бути спрямована не лише на подолання психологічних труднощів, а й на інтеграцію нового життєвого досвіду у систему особистісних смислів.

У межах авторської моделі цей компонент забезпечує узгодження індивідуальних цінностей із новими життєвими обставинами та суспільними очікуваннями. Реалізація зазначеного компоненту передбачає розвиток рефлексії, формування позитивної життєвої перспективи, переосмислення власного досвіду, відновлення мотивації до професійної діяльності та активної соціальної участі. Саме ціннісно-смыслова інтеграція створює психологічне підґрунтя для переходу від стратегії виживання до стратегії особистісного розвитку.

Ресурсний компонент. Наступним структурним елементом є ресурсний компонент, який відображає потенціал особистості та соціального середовища, необхідний для успішної адаптації. У запропонованій автором моделі ресурси розглядаються як багатовимірна система можливостей, що забезпечують ефективне функціонування особистості в умовах тривалого стресу. До внутрішніх ресурсів належать психологічна стійкість, критичне мислення, емоційна саморегуляція, життєстійкість, самоефективність, оптимізм, професійна компетентність, відповідальність, мотивація до розвитку та сформованість особистісної рефлексії, стресостійкість.

Слід зазначити, що стресостійкість є соціально значущою інтегральною характеристикою особистості, що, в першу чергу, включає здатність до повноцінної самореалізації, особистісного зростання та адекватного вирішення внутрішньоособистісних конфліктів. Стресостійкість передбачає збереження відносно стабільності емоційної сфери, сформованість навичок емоційно-вольової регуляції, а також, уміння підтримувати мотиваційну напруженість, необхідну для досягнення професійних і життєвих цілей<sup>14</sup>.

Зовнішні ресурси представлені підтримкою сім'ї, побратимів, професійної спільноти, психологічної служби, медичних установ, громадських організацій, територіальної громади та державної системи соціального захисту.

Особливого значення набувають когнітивні та рефлексивні ресурси особистості, зокрема критичне мислення. Воно забезпечує аналіз змінених життєвих умов, переоцінку власних можливостей, співвіднесення індивідуальних цілей із цілями інших суб'єктів взаємодії, оцінювання альтернатив та усвідомлене прийняття рішень. Тому критичне мислення доцільно розглядати як один із психологічних механізмів,

---

<sup>14</sup> Дмитрук З.А. Стратегії розвитку стресостійкості та саморегуляції працівників Національної поліції України / Система психологічного супроводу професійної діяльності працівників поліції: сучасні моделі та стратегії: практичний посібник / О.Г. Бабчук, І.В. Бужина, О.М. Пасько та ін. – Одеса : Видавництво «Юридика», 2026. – 216 с.

що забезпечує перехід від реактивного пристосування до усвідомленої, суб'єктної та партнерської адаптації<sup>15</sup>.

Важливою особливістю моделі є положення про взаємне посилення внутрішніх і зовнішніх ресурсів. Саме партнерська взаємодія створює умови для їх інтеграції та ефективного використання.

Процесуально-діяльнісний компонент. Функціонування моделі забезпечує процесуально-діяльнісний компонент, який охоплює конкретні види діяльності всіх учасників реабілітаційного процесу. Він включає психологічну діагностику, консультування, психотерапевтичний супровід, психоосвіту, соціально-психологічний тренінг, професійне консультування, сімейне консультування, групову роботу, наставництво, супервізію, волонтерські та громадські ініціативи. Особливістю цього компонента є його гнучкість. Зміст діяльності визначається не жорстко встановленими програмами, а реальними потребами особистості та узгодженими цілями всіх суб'єктів партнерської взаємодії.

Таким чином, процес психологічної реабілітації набуває індивідуалізованого характеру й водночас залишається інтегрованим у загальну систему міжцільової партнерської взаємодії.

Отже, структурні компоненти авторської моделі міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та розвитку утворюють цілісну систему, у якій кожен елемент виконує самостійну функцію, але водночас забезпечує реалізацію єдиної стратегічної мети – психологічної реабілітації, соціально-психологічної адаптації та особистісного розвитку військовослужбовців і ветеранів. Принциповою відмінністю моделі є її інтегративний характер: психологічна реабілітація розглядається як процес взаємодії не окремих методів чи спеціалістів, а системи взаємопов'язаних компонентів, об'єднаних механізмом міжцільового узгодження. Це створює концептуальні передумови для побудови ефективної партнерської моделі психологічного супроводу, орієнтованої не лише на подолання наслідків психотравматичного досвіду, а й на формування умов для довготривалого особистісного розвитку.

Отже, унікальність концепції міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та розвитку визначається сукупністю взаємопов'язаних положень: міжцільовим підходом як механізмом узгодження різнорівневих цілей; партнерськістю як способом організації взаємодії; суб'єктністю особистості як основою активної участі у власному відновленні; ресурсністю як орієнтацією на внутрішній і зовнішній потенціал; а також нерозривним зв'язком адаптації з подальшим особистісним і соціальним розвитком. Такий підхід дозволяє перейти від традиційної моделі «вплив середовища → пристосування особистості» до більш складної логіки «узгодження цілей → партнерська взаємодія → мобілізація ресурсів → адаптація → психологічна стійкість → особистісний і соціальний розвиток».

---

<sup>15</sup> Дмитрук З.А. Шихірев М.О. Критичне мислення як психологічний ресурс адаптації особистості в умовах воєнного стану/ Цифрове наукове суспільство: соціально-економічні, правові та міжнародні аспекти: збірник наукових праць з матеріалами VII Міжнародної наукової конференції, м. Харків, 31 липня, 2026 р. / Міжнародний центр наукових досліджень. – Вінниця: ТОВ «УКРЛОГОС Груп, 2026. – 318 с.

ISBN 978-617-8687-72-4 DOI 10.62731/mcnd-31.07.2026

Важливо визначити суб'єкти партнерської взаємодії у психологічній моделі міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та особистісного розвитку.

Психологічна реабілітація військовослужбовців і ветеранів у сучасних умовах є складним багаторівневим процесом, ефективність якого визначається не лише професійною компетентністю окремих фахівців, а й якістю взаємодії всіх учасників реабілітаційного процесу. Досвід сучасної психологічної практики свідчить, що навіть високий рівень професійної допомоги не забезпечує стійких позитивних результатів за відсутності узгодженості дій між різними суб'єктами, залученими до підтримки особистості. Саме тому у запропонованій психологічній моделі міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та особистісного розвитку центральне місце посідає партнерська взаємодія як системоутворювальний механізм організації реабілітаційного процесу.

На відміну від традиційних моделей, у яких взаємодія між учасниками нерідко має ієрархичний характер, авторська концепція ґрунтується на принципі суб'єкт-суб'єктного партнерства. Кожен учасник процесу визнається активним носієм власних ресурсів, компетентностей, досвіду, відповідальності та цілей. Відповідно, психологічна реабілітація постає як процес спільного вироблення рішень, координації дій і взаємного доповнення ресурсів, спрямований на досягнення інтегрованого результату.

*Центральним суб'єктом запропонованої моделі є особистість військово-службовця або ветерана.* На відміну від медикоцентричних або патерналістських підходів, де людина розглядається переважно як об'єкт реабілітаційного впливу, у запропонованій концепції вона є активним суб'єктом психологічної реабілітації та особистісного розвитку.

Суб'єктна позиція передбачає усвідомлення власних потреб, формулювання особистісно значущих цілей, прийняття відповідальності за процес відновлення, активну участь у виборі способів психологічної допомоги, оцінювання її ефективності та готовність до переосмислення власного життєвого досвіду. Саме ця активність забезпечує перехід від зовнішньо детермінованої допомоги до внутрішньо мотивованого розвитку. Особистість не функціонує ізольовано. Її адаптація та розвиток відбуваються у просторі численних соціальних взаємозв'язків, що обумовлює необхідність формування багаторівневої системи партнерської взаємодії.

Першим рівнем такої взаємодії є сімейна система. Родина виконує функції емоційної підтримки, психологічної безпеки, соціальної інтеграції та формування мотивації до відновлення. Саме в сімейному середовищі відбувається первинна перевірка ефективності психологічної адаптації ветерана після повернення до мирного життя.

Разом із тим адаптації потребує не лише військовослужбовець або ветеран, а й сама родина. Зміна ролей, трансформація сімейних взаємин, особливості комунікації після бойового досвіду часто стають джерелом додаткових труднощів. У зв'язку з цим сім'я повинна розглядатися не як пасивний учасник психологічної допомоги, а як повноцінний партнер реабілітаційного процесу.

У межах авторської моделі міжцільовий підхід сімейної взаємодії проявляється в узгодженні особистих цілей ветерана з очікуваннями членів його родини, виробленні

спільної стратегії подальшого життя, взаємній підтримці та розвитку культури відкритого діалогу.

Другий рівень партнерської взаємодії представлений міждисциплінарною командою фахівців. До її складу можуть входити психологи, психотерапевти, лікарі, фахівці з фізичної реабілітації, соціальні працівники, юристи, капелани, консультанти з працевлаштування, педагоги, кар'єрні радники та інші спеціалісти.

У запропонованій моделі діяльність кожного фахівця розглядається не ізольовано, а як складова єдиної системи партнерства. Важливого значення набувають постійний обмін інформацією, координація професійних дій, спільне планування реабілітаційних заходів, взаємна підтримка та оцінювання проміжних результатів.

Саме міжцільове узгодження професійних цілей дозволяє уникнути дублювання функцій, суперечливих рекомендацій та фрагментарності психологічної допомоги.

Особливе місце у психологічній моделі займає ветеранська спільнота. Побратими є носіями унікального спільного досвіду, що значною мірою визначає їхню здатність до взаєморозуміння, емоційної підтримки та формування атмосфери довіри. У межах партнерської моделі взаємодія з ветеранською спільнотою сприяє нормалізації переживань, розвитку взаємної підтримки, формуванню позитивної соціальної ідентичності, зміцненню почуття належності та відновленню соціальної активності.

Авторська концепція виходить за межі традиційного розуміння груп взаємодопомоги. Побратими виступають не лише джерелом підтримки, а й активними учасниками міжцільового партнерства, здатними спільно формувати нові соціальні проекти, реалізовувати громадські ініціативи, здійснювати наставництво для військовослужбовців, які лише проходять етап повернення до цивільного життя.

Наступний рівень моделі становить територіальна громада. Саме вона створює соціальні умови для реального включення ветерана в суспільне життя.

Громада забезпечує можливості працевлаштування, освіти, участі в громадських проєктах, спортивних і культурних заходах, волонтерській діяльності, місцевому самоврядуванні. Таким чином вона виконує не лише підтримувальну, а й розвивальну функцію.

У межах авторської моделі громада розглядається як партнер, який одночасно адаптується до інтеграції ветеранів і створює умови для їхньої активної участі в житті суспільства. Такий двосторонній характер взаємодії є однією з принципових особливостей концепції.

Найвищий рівень партнерської взаємодії представлений державними інституціями, органами місцевого самоврядування, закладами охорони здоров'я, освітніми установами, центрами зайнятості, громадськими та благодійними організаціями. Їх основною функцією є створення нормативно-правових, організаційних, фінансових та ресурсних умов для ефективної психологічної реабілітації.

В авторській моделі підкреслюється, що ефективність діяльності цих інституцій визначається не лише обсягом наданих послуг, а передусім їх здатністю до партнерської взаємодії між собою та з безпосередніми учасниками реабілітаційного процесу.

На основі проведеного теоретичного аналізу пропонується автором багаторівнева система партнерської взаємодії, яка включає п'ять взаємопов'язаних рівнів:

Перший рівень – особистісний. Передбачає внутрішню взаємодію особистості із власною системою цінностей, життєвих цілей, потреб, емоцій і досвіду. Саме на цьому рівні формується готовність до змін, прийняття допомоги та особистісного розвитку.

Другий рівень – сімейний. Забезпечує емоційну підтримку, відновлення міжособистісної довіри, узгодження сімейних цілей і ролей, формування безпечного психологічного середовища.

Третій рівень – професійний. Охоплює взаємодію між усіма фахівцями, залученими до психологічної реабілітації, та передбачає координацію професійних дій, міждисциплінарну співпрацю й інтеграцію ресурсів.

Четвертий рівень – громадський. Передбачає взаємодію ветерана з громадою, ветеранськими об'єднаннями, волонтерськими рухами, роботодавцями, освітніми та культурними установами, сприяючи соціальній інтеграції та розширенню можливостей для самореалізації.

П'ятий рівень – суспільно-державний. Забезпечує нормативно-правову, інституційну, організаційну та ресурсну підтримку психологічної реабілітації, а також формує державну політику у сфері підтримки військовослужбовців і ветеранів.

*Принципово важливо, що ці рівні не функціонують автономно. Вони поєднані механізмом міжцільового партнерського узгодження, який забезпечує єдність стратегічної мети, координацію дій, взаємний обмін ресурсами, інформацією та відповідальністю.*

Таким чином, у запропонованій психологічній моделі суб'єкти партнерської взаємодії утворюють цілісну багаторівневу систему, у якій кожен учасник є активним носієм ресурсів, компетентностей і відповідальності. Наукова новизна авторського підходу полягає у переході від традиційного розуміння психологічної реабілітації як сукупності професійних впливів до концепції міжцільового партнерства, що забезпечує узгодження цілей, координацію діяльності та спільну відповідальність усіх суб'єктів за досягнення результатів. Така взаємодія створює умови не лише для успішної соціально-психологічної адаптації військовослужбовців і ветеранів, а й для їхнього довготривалого особистісного розвитку, зміцнення психологічної стійкості та активної участі у суспільному житті.

### **3. Практичні аспекти реалізації міжцільової партнерської моделі у процесі психологічної реабілітації військовослужбовців і ветеранів**

Організація міждисциплінарної взаємодії є одним з ключових механізмів реалізації моделі міжцільової партнерської адаптації та розвитку. Практична реалізація психологічної моделі міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та особистісного розвитку передбачає не лише використання сучасних психореабілітаційних технологій, а насамперед створення ефективної системи міждисциплінарної взаємодії, яка забезпечує узгодження цілей, координацію діяльності та інтеграцію ресурсів усіх учасників реабілітаційного процесу. Саме міждисциплінарне партнерство виступає основною організаційною умовою функціонування запропонованої моделі, оскільки психологічна реабілітація військовослужбовців і ветеранів є складним багатовимірним процесом, що охоплює психологічний, медичний, соціальний, освітній, професійний та громадський напрями підтримки.

На відміну від традиційної практики, де діяльність різних спеціалістів часто здійснюється автономно, міжцільова партнерська модель передбачає формування єдиного реабілітаційного простору, у якому кожен учасник виконує визначені функції, але водночас працює в межах спільної стратегії розвитку особистості. Центральним об'єктом координації стає не окремий напрям допомоги, а життєва ситуація військовослужбовця або ветерана в її цілісності.

Основним принципом організації міждисциплінарної взаємодії є узгодження цілей. Кожний суб'єкт реабілітаційного процесу має власні професійні завдання, однак їх реалізація повинна бути інтегрована у спільну систему стратегічних і тактичних цілей. Такий підхід мінімізує ризики дублювання функцій, суперечливих рекомендацій або фрагментарного супроводу, забезпечуючи послідовність і наступність реабілітаційних заходів.

У практичному вимірі міждисциплінарна взаємодія передбачає створення координаційної команди, до складу якої можуть входити психолог, психотерапевт, лікар, фахівець із фізичної реабілітації, соціальний працівник, юрист, кар'єрний консультант, представник служби зайнятості, капелан, наставник із числа ветеранів, представники громадських організацій, а за потреби – члени родини військовослужбовця або ветерана. Така команда функціонує не як сукупність окремих спеціалістів, а як єдина система професійного партнерства.

Важливою особливістю авторської моделі є зміна ролі психолога, який не лише здійснює психодіагностику чи психологічне консультування, а виступає координатором партнерської взаємодії, забезпечуючи інтеграцію інформації, організацію міжпрофесійної комунікації, підтримку спільного бачення реабілітаційних цілей і моніторинг динаміки розвитку особистості. У цьому контексті психолог виконує функцію фасилітатора міждисциплінарної команди, сприяючи продуктивній взаємодії між усіма учасниками процесу.

Організація міждисциплінарної взаємодії повинна ґрунтуватися на принципах суб'єктності, добровільності, відкритої комунікації, професійної відповідальності, конфіденційності та взаємної поваги. Особливого значення набуває принцип партисипативності, який передбачає активне залучення самого військовослужбовця або ветерана до прийняття рішень щодо власної реабілітації. У такому випадку особистість перестає бути пасивним об'єктом допомоги та набуває статусу рівноправного партнера. Ефективність взаємодії значною мірою визначається якістю комунікації між членами команди. Тому практична реалізація моделі передбачає регулярні міждисциплінарні та супервізійні зустрічі, спільне планування індивідуальних маршрутів реабілітації, використання єдиної системи оцінювання результатів, а також постійний зв'язок між усіма суб'єктами партнерства.

*Запропонована модель не обмежується застосуванням окремої психотерапевтичної школи чи конкретного методу психологічної допомоги. Навпаки, вона передбачає інтеграцію різноманітних психологічних технологій відповідно до індивідуальних потреб особистості та етапу реабілітації.*

Доцільним є використання психологічної діагностики, кризового консультування, когнітивно-поведінкових технологій, методів розвитку критичного мислення, психоосвітніх програм, тренінгів емоційної компетентності, програм розвитку резильєнтності, методів наративної практики, груп взаємопідтримки, сімейного

консультування, арттерапевтичних і тілесно орієнтованих практик, програм професійного консультування та розвитку життєвих компетентностей.

Особливе місце займають технології розвитку партнерської взаємодії: фасилітовані діалоги, сімейні конференції, медіація, міждисциплінарні кейс-конференції, групове планування індивідуальної траєкторії відновлення, взаємне наставництво, психологічний коучинг і програми розвитку навичок конструктивної комунікації. Саме вони забезпечують практичне втілення принципу міжцільового партнерства, створюючи умови для узгодження різних позицій і спільного вироблення рішень.

Практична реалізація моделі потребує системного оцінювання її результативності. Водночас авторська концепція виходить із того, що ефективність психологічної реабілітації не може визначатися виключно зменшенням симптоматики або завершенням окремого етапу лікування.

Оцінювання доцільно здійснювати як багатовимірний процес, що охоплює декілька взаємопов'язаних рівнів.

Перший рівень – психологічний, який відображає зміни у психологічній стійкості, емоційній саморегуляції, рівні тривожності, депресивності, розвитку критичного мислення, самооцінки, мотивації до розвитку та життєстійкості.

Другий рівень – соціально-психологічний, що характеризується якістю міжособистісних взаємин, рівнем соціальної інтеграції, відновленням сімейних зв'язків, розвитком соціальної активності, участю в житті громади, розширенням мережі соціальної підтримки.

Третій рівень – професійний, який передбачає оцінювання готовності до працевлаштування, професійної адаптації, розвитку нових компетентностей, успішності професійної самореалізації.

Четвертий рівень – ціннісно-розвивальний, який є однією з ключових особливостей авторської моделі, – охоплює формування нової життєвої перспективи, інтеграцію бойового досвіду, розвиток особистісної суб'єктності, узгодження індивідуальних і соціальних цілей, здатність до довгострокового життєвого планування та готовність до подальшого саморозвитку.

Доцільним є застосування принципу динамічного моніторингу, коли оцінювання здійснюється не лише на початку й після завершення програми, а протягом усього процесу психологічної реабілітації. Це дає змогу своєчасно коригувати індивідуальний маршрут допомоги, змінювати інтенсивність втручань і адаптувати їх до актуальних потреб особистості.

Перспективи впровадження міжцільової партнерської моделі. Практична цінність запропонованої моделі визначається можливістю її застосування в різних організаційних умовах: у військових госпіталях, центрах психологічної реабілітації, ветеранських просторах, закладах охорони здоров'я, територіальних громадах, закладах вищої освіти, системі соціального захисту та діяльності громадських організацій. Завдяки своїй модульній структурі модель може бути адаптована до різних категорій отримувачів допомоги та рівнів надання психологічних послуг.

Особливо перспективним напрямом є створення регіональних міждисциплінарних партнерських мереж, які об'єднуюватимуть державні установи, медичні заклади, освітні інституції, органи місцевого самоврядування, громадські й ветеранські організації та роботодавців. Такі мережі забезпечуватимуть не лише безперервність психологічної

реабілітації, а й координацію ресурсів, обмін інформацією, впровадження єдиних стандартів супроводу та розвиток партнерської культури взаємодії.

Важливим напрямом є також підготовка фахівців нового покоління, здатних працювати не лише в межах власної професійної компетентності, а й у форматі міждисциплінарного партнерства. Це передбачає включення до програм підготовки психологів, соціальних працівників, лікарів, педагогів і менеджерів охорони здоров'я освітніх модулів із командної взаємодії, фасилітації, конфлікт-менеджменту, міжвідомчої комунікації, проєктного управління та оцінювання комплексних реабілітаційних програм.

Перспективним є впровадження цифрової координаційної платформи міжцільової партнерської взаємодії, яка забезпечуватиме безпечний обмін інформацією між суб'єктами реабілітаційного процесу (з дотриманням вимог конфіденційності), спільне планування індивідуальних програм супроводу, моніторинг динаміки адаптації, накопичення аналітичних даних та підтримку управлінських рішень. Така платформа може стати технологічним інструментом реалізації моделі на регіональному та національному рівнях.

У перспективі запропонована модель може бути покладена в основу розроблення державних стандартів міждисциплінарного психологічного супроводу військовослужбовців і ветеранів, програм підготовки фахівців, алгоритмів взаємодії між інституціями та систем оцінювання ефективності реабілітації. Її застосування сприятиме переходу від розрізнених реабілітаційних практик до цілісної системи, у якій узгодження цілей, партнерська взаємодія та розвиток особистості стають основними принципами організації психологічної допомоги.

Практична реалізація психологічної моделі міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та особистісного розвитку передбачає перехід від функціонально роз'єднаної системи допомоги до інтегрованої моделі міждисциплінарного партнерства. *Наукова новизна авторського підходу полягає в тому, що центральним об'єктом координації виступає не окрема послуга чи фахівець, а процес узгодження цілей, ресурсів і відповідальності всіх суб'єктів психологічної реабілітації.* Це забезпечує безперервність супроводу, підвищує ефективність використання професійних ресурсів, зміцнює суб'єктну позицію військовослужбовця або ветерана та створює умови для переходу від психологічного відновлення до довготривалого особистісного розвитку. Саме тому модель міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та розвитку може розглядатися не лише як теоретична концепція, а й як перспективна організаційно-психологічна технологія модернізації системи психологічної реабілітації в Україні.

## ВИСНОВКИ

Проведене теоретичне дослідження дало змогу обґрунтувати авторську концепцію міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та особистісного розвитку, зокрема і військовослужбовців та ветеранів, яка дає можливість розглянути психологічну реабілітацію як багаторівневий, безперервний та інтегративний процес, спрямований не лише на подолання негативних наслідків бойового досвіду, а й на відновлення особистісного потенціалу, формування нових життєвих перспектив та активне включення людини у професійне й суспільне життя.

На відміну від традиційних підходів, що зосереджуються переважно на психологічній корекції окремих травматичних проявів або соціальній адаптації після завершення військової служби, запропонована модель ґрунтується на принципах партнерської взаємодії, узгодження індивідуальних, професійних та суспільних цілей, суб'єктності особистості, міждисциплінарності та розвитку внутрішніх психологічних ресурсів. У межах цієї концепції адаптація трактується не як пасивне пристосування до нових життєвих умов, а як активний процес особистісного розвитку, у якому військовослужбовець або ветеран виступає повноправним суб'єктом прийняття рішень, планування власної життєвої траєкторії та реалізації особистісного потенціалу.

Теоретичний аналіз сучасних психологічних досліджень дозволив визначити, що ефективність психологічної реабілітації залежить від взаємодії комплексу когнітивних, емоційних, мотиваційних, комунікативних та ціннісно-смыслових чинників. Особливого значення у структурі моделі набувають критичне мислення, психологічна стійкість (резильєнтність), особистісна суб'єктність, соціальна підтримка, розвиток партнерських відносин та здатність до конструктивного переосмислення власного життєвого досвіду.

Наукова новизна запропонованого підходу полягає у розробленні психологічної моделі міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та особистісного розвитку, що інтегрує психологічні, соціальні, професійні та організаційні компоненти реабілітаційного процесу в єдину систему. У моделі обґрунтовано структурні компоненти, визначено суб'єктів партнерської взаємодії, окреслено психологічні ресурси та чинники ефективності, а також запропоновано практичні механізми організації міждисциплінарної взаємодії.

Одним із ключових положень авторської концепції є розуміння міждисциплінарного партнерства як основного механізму реалізації психологічної реабілітації. Доведено, що ефективність адаптаційних процесів суттєво підвищується за умови узгодження діяльності психологів, лікарів, соціальних працівників, педагогів, фахівців із фізичної реабілітації, представників громадських організацій, органів державної влади, членів родини та самого ветерана як центрального суб'єкта партнерської взаємодії. Саме інтеграція професійних ресурсів забезпечує комплексність психологічної підтримки та створює умови для довготривалого особистісного розвитку.

Практична значущість моделі полягає у можливості її впровадження в діяльність центрів психологічної реабілітації, закладів охорони здоров'я, ветеранських просторів, територіальних громад, закладів освіти, структур сектору безпеки й оборони, а також громадських організацій, що здійснюють супровід військовослужбовців і ветеранів. Запропонований підхід може бути використаний як методологічна основа для створення комплексних програм психологічної реабілітації, організації міжвідомчої взаємодії, підготовки фахівців мультидисциплінарних команд, розроблення навчально-методичних матеріалів та вдосконалення державної політики у сфері підтримки людей з бойовим досвідом.

Важливою перевагою моделі є її універсальність і відкритість до адаптації відповідно до специфіки різних категорій отримувачів психологічної допомоги. Концептуальні положення можуть бути використані не лише у роботі з військовослужбовцями та ветеранами, а й у системі психологічного супроводу членів

їхніх сімей, внутрішньо переміщених осіб, працівників сектору безпеки, рятувальників та інших категорій населення, які пережили тривалий вплив кризових і травматичних подій.

Перспективи подальших наукових досліджень доцільно пов'язати з емпіричною перевіркою ефективності запропонованої моделі, розробленням психодіагностичного інструментарію для оцінювання рівня міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та особистісного розвитку, створенням стандартизованих програм міждисциплінарного супроводу військовослужбовців і ветеранів, а також дослідженням психологічних механізмів формування партнерської взаємодії у процесі відновлення після бойового досвіду.

Отже, запропонована психологічна модель міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та особистісного розвитку розширює сучасні наукові уявлення про психологічну реабілітацію взагалі та, зокрема військовослужбовців і ветеранів, поєднуючи психологічний, соціальний, організаційний та ціннісно-смысловий виміри адаптації. Її реалізація сприятиме формуванню ефективної системи психологічної підтримки, розвитку партнерської культури взаємодії, зміцненню психологічної стійкості особистості та успішній інтеграції людей з бойовим досвідом у мирне життя.

## АНОТАЦІЯ

У розділі представлено авторську концепцію психологічної моделі міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та особистісного розвитку, в тому числі, зорієнтовану на військовослужбовців і ветеранів у процесі психологічної реабілітації. Обґрунтовано теоретико-методологічні засади моделі, що базуються на суб'єкт-суб'єктному підході, принципах партнерської взаємодії, міждисциплінарності, особистісної активності та узгодження індивідуальних, професійних і суспільних цілей. Розкрито структурні компоненти моделі, визначено суб'єктів партнерської взаємодії, охарактеризовано психологічні ресурси ефективності соціально-психологічної адаптації й особистісного розвитку.

Особливу увагу приділено організації міждисциплінарної взаємодії як ключовому механізму реалізації моделі, що забезпечує координацію діяльності психологів, лікарів, соціальних працівників, педагогів, представників державних інституцій, громадських організацій, членів родини та самого військовослужбовця або ветерана як активного суб'єкта реабілітаційного процесу. Обґрунтовано практичні підходи до використання психологічних технологій, оцінювання ефективності адаптації та особистісного розвитку, а також визначено перспективи впровадження моделі в систему психологічної реабілітації військовослужбовців і ветеранів України.

Наукова новизна розділу полягає у розробленні авторської психологічної моделі міжцільової партнерської соціально-психологічної адаптації та особистісного розвитку, яка інтегрує психологічні, соціальні, професійні та організаційні складові реабілітаційного процесу в єдину систему. Запропонована модель розглядає психологічну реабілітацію як безперервний процес розвитку особистості, що реалізується через партнерську взаємодію, узгодження цілей, мобілізацію внутрішніх і зовнішніх ресурсів та створення умов для успішної інтеграції військовослужбовців і ветеранів у мирне життя.

Ключові слова: військовослужбовці, ветерани, психологічна реабілітація, міжцильова партнерська соціально-психологічна адаптація і розвиток, міжцильова партнерська взаємодія, міждисциплінарна взаємодія, психологічні ресурси.

## Література

1. Лупак В.С. Соціально-психологічна адаптація як системне явище: теоретичні підходи та концептуалізація поняття/Габітус. Випуск 73, 2025. DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.73.31>
2. Профілактика порушень адаптації молоді до повсякденних стресів і кризових життєвих ситуацій: навч. посіб. / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології; за наук. ред. Т. М. Титаренко. Київ : Міленіум, 2011. 272 с.
3. Дмитрук З.А. Теорія і практика управління процесом позиціонування закладу освіти на основі ціннісних орієнтацій. Захист прав дитини в умовах збройної агресії: Колективна монографія. Львів –Торунь : Liha-Pres, 2025. DOI <https://doi.org/10.36059/978-966-397-560-3-12>
4. К.Возніцина, Л.Литвиненко. Невидимі наслідки війни. Як розпізнати? Як спілкуватись? Як допомогти подолати? Довідник для широкого кола фахівців / Київ, 2020.
5. Piaget J. (1995). *Sociological Studies*. London: Routledge.
6. Piaget J. (2001). *Studies in Reflecting Abstraction*. Hove, UK: Psychology Press.
7. Rogers Carl. *Client-Centered Therapy*. – Cambridge Massachusetts: The Riverside Press, 1951. – S.430.
8. Maslow A. H. *The Psychology of Science: A Reconnaissance* / A. H. Maslow. – N. Y. : Harper and Row, 1966.–168p.
9. С.Д. Максименко, Л.М. Карамушка, Т.В. Зайчикова, «Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти»: навч. посіб. 2-ге вид. Київ : Міленіум, 2006. 368с.
10. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
11. Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation: Growth in the aftermath of suffering*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
12. Дмитрук З.А. «Ціннісно-сміслові орієнтації в управлінських та освітніх процесах закладу освіти як невід'ємна складова захисту прав дитини на якісну освіту» / *Захист прав дитини в умовах воєнного стану : монографія* / В. М. Афтанасів, О. З. Панкевич, О. О. Барабаш та ін. Львів; Торунь : Liha-Pres, 2025. С. 265–297. DOI: <https://doi.org/10.36059/978-966-397-560-3-12>
13. Акименко Ю.Ф., Кириленко М.І., Лахтадир А.М., Одиниця В.В. Люди з досвідом війни. Гідність. Взаємодія. Посібник для тренерів / Всеукраїнська програма ментального здоров'я за ініціативою Олени Зеленської <https://howareu.com/static-objects/howareu/media/PDF/training-manual.pdf>
14. Дмитрук З.А. Стратегії розвитку стресостійкості та саморегуляції працівників Національної поліції України / Система психологічного супроводу професійної діяльності працівників поліції: сучасні моделі та стратегії: практичний посібник / О.Г. Бабчук, І.В. Бужина, О.М. Пасько та ін. – Одеса : Видавництво «Юридика», 2026. – 216 с.

15. Дмитрук З.А. Шихірев М.О. Критичне мислення як психологічний ресурс адаптації особистості в умовах воєнного стану/ Цифрове наукове суспільство: соціально-економічні, правові та міжнародні аспекти: збірник наукових праць з матеріалами VII Міжнародної наукової конференції, м. Харків, 31 липня, 2026 р. / Міжнародний центр наукових досліджень. – Вінниця: ТОВ «УКРЛЮГОС Груп, 2026. – 318 с. ISBN 978-617-8687-72-4 DOI 10.62731/mcnd-31.07.2026

**Information about the author:**

**Dmytruk Zoia Anatoliivna,**

PhD in Educational and Pedagogical Sciences,

Associate Professor at the Department

of Psychology and Pedagogy

Odessa State University of Internal Affairs

1, Uspenska, 65014, Odesa, Ukraine