

УДК 159.9:355.233.2:159.922.8(100)(477)



В. С. Васищев

ВІТЧИЗНЯНИЙ І ЗАРУБІЖНИЙ ДОСВІД ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ СІМЕЙ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ІЗ ПОСТТРАВМАТИЧНИМ СТРЕСОВИМ РОЗЛАДОМ

Васищев Володимир Сергійович,

кандидат педагогічних наук, доцент,

<https://orcid.org/0000-0003-2630-6377>, e-mail: volodia.vvs.1977@gmail.com,

Національна академія Національної гвардії України

Анотація. У статті проаналізовано вітчизняний і зарубіжний досвід психологічної реабілітації сімей військовослужбовців із ПТСР. Розкрито особливості організації психологічної допомоги в Україні та узагальнено досвід США, Канади, Великої Британії й Ізраїлю. Обґрунтовано можливості адаптації зарубіжних моделей до українських умов для створення системи психосоціальної підтримки сімей військовослужбовців.

Ключові слова: психологічна реабілітація, сім'ї військовослужбовців, посттравматичний стресовий розлад, психосоціальна підтримка, міжнародний досвід, морально-психологічне забезпечення.

Вступ

Повномасштабна війна проти України зумовила безпрецедентний рівень психологічної травматизації населення, особливо серед військовослужбовців та членів їхніх сімей. Масштаби проявів посттравматичного стресового розладу (ПТСР) і вторинної травматизації створюють реальну загрозу соціально-психологічній стабільності суспільства. Попри наявність окремих державних і громадських програм психологічної підтримки, в Україні досі відсутня цілісна інституціоналізована система психосоціальної реабілітації сімей військовослужбовців, здатна забезпечити комплексну допомогу на всіх етапах – від бойових дій до процесу реінтеграції.

Проблема ускладнюється недостатнім кадровим забезпеченням психологічної служби, фрагментарністю міжвідомчої взаємодії, обмеженістю фінансових ресурсів і відсутністю єдиних стандартів психологічного супроводу родин військових. Водночас міжнародний досвід (США, Ізраїль, Канада, Велика Британія) демонструє ефективність сімейно-орієнтованих моделей підтримки, що поєднують державні, громадські та волонтерські механізми допомоги.

Відтак актуальним науково-практичним завданням постає вивчення й адаптація цих зарубіжних моделей до українських умов з метою створення національної системи психологічної реабілітації сімей військовослужбовців, інтегрованої в загальну систему морально-психологічного забезпечення сектору безпеки і оборони.

На сьогодні є багато напрацювань щодо проблеми психологічної реабілітації військовослужбовців та членів їхніх сімей. У своїй статті Я. Пилипчук (2024) акцентував увагу на необхідності комплексної медико-психологічної реабілітації військових і цивільних, які зазнали психічних травм унаслідок війни, обґрунтовуючи її на засадах інтегративної копінг-

концепції та ефективності таких методів, як когнітивно-поведінкова, емоційно-фокусована, експозиційна, групова терапія, техніки релаксації та саморегуляції (Ми пережили. Техніки відновлення для сімей військових, цивільних та дітей, 2019). І. Родченкова наголошує на необхідності системного підходу до надання психологічної допомоги військовослужбовцям та членам їхніх сімей, що поєднує індивідуальні, групові й сімейні форми роботи та забезпечує взаємодію державних, громадських і волонтерських структур (Родченкова, 2025). Л. Журавльова та Н. Ванченко досліджують психологічні чинники адаптації учасників бойових дій до мирного життя, окреслюючи провідну роль соціальної підтримки, емпатії, посттравматичного зростання та емоційної саморегуляції як ключових ресурсів відновлення (Журавльова & Ванченко, 2025). О. Соловей-Лагода та С. Жалюк визначають психологічну обізнаність членів родини як здатність розуміти й регулювати емоції та конструктивно діяти в конфліктних ситуаціях, наголошуючи на тому, що високий рівень емоційної компетентності й емпатії сприяє успішній реінтеграції військових у цивільне життя (Соловей-Лагода, & Жалюк, 2024). Н. Дідик здійснила порівняльний аналіз систем підтримки сімей військовослужбовців країн-партнерів, зосередивши увагу на їхній організаційній структурі, взаємодії державних і громадських інституцій та ролі капеланів і місцевих громад у забезпеченні психологічної стабільності родин, окреслюючи важливість адаптації цих моделей до українських умов (Дідик, 2019). У своїй роботі О. Вдовіченко (у співавторстві) досліджує досвід Ізраїлю щодо психологічної реабілітації та супроводу ветеранів війни, зосереджуючи увагу на методологічних принципах «VISED» як основи ефективної підтримки військовослужбовців, а також на можливостях адаптації ізраїльських практик в українську систему психологічної допомоги ветеранам та їхнім родинам (Вдовіченко, Соколова, Педченко, Степанова, & Фролова, 2023).

Мета статті полягає у висвітленні та узагальненні вітчизняного і зарубіжного досвіду психологічної реабілітації сімей військовослужбовців із ПТСР для визначення можливих напрямів удосконалення системи психосоціальної підтримки в Україні.

Матеріали та методи дослідження

Дослідження має аналітико-порівняльний характер і ґрунтується на використанні теоретичного узагальнення, контент-аналізу, системного та структурно-функціонального підходів. Матеріалами стали нормативно-правові акти, аналітичні звіти та наукові публікації, що висвітлюють досвід організації психологічної реабілітації військовослужбовців і членів їхніх сімей у США, Канаді, Великій Британії, Ізраїлі та Україні (зокрема наказ МВС № 750 від 11.11.2024, аналітичний звіт GLOBSEC 2023, праці Я. Пилипчука, І. Родченкової, Н. Дідик, О. Вдовіченко тощо). Вибірку джерел сформовано за критеріями наукової достовірності, актуальності й практичної спрямованості.

Методологічну основу становили порівняльно-аналітичний метод – для зіставлення національних моделей підтримки; контент-аналіз – для виокремлення ключових принципів і структурних елементів систем; системно-структурний метод – для моделювання механізмів міжвідомчої взаємодії; метод узагальнення – для формулювання пропозицій щодо адаптації зарубіжного досвіду. Статистичні методи не застосовувалися через теоретико-аналітичний характер дослідження. Валідність результатів забезпечено опорою на достовірні джерела й офіційні документи.

Результати

В умовах повномасштабної війни проти України проблема ПТСР набуває безпрецедентних масштабів. За даними аналітичного звіту GLOBSEC «Шрами на їх душах: ПТСР та ветерани України», близько 3-4 мільйонів українців можуть потребувати медикаментозного лікування психічних розладів, спричинених війною, а ще понад 15 мільйонів осіб потребуватимуть психологічної підтримки для стабілізації емоційного стану. Такі дані свідчать про масштабну психологічну травматизацію населення, зокрема

військовослужбовців та членів їхніх родин (Журавльова & Ванченко, 2025; Scars on their souls: PTSD and Veterans of Ukraine, 2023).

Психологи та медики зазначають, що гостра реакція на стрес – це тимчасовий розлад, що розвивається у людини без будь-яких інших проявів психічних розладів у відповідь на незвичайний фізичний або психічний стрес і зазвичай зникає через кілька годин, днів або тижнів; гостра реакція на стрес вважається нормальною реакцією на аномальні життєві обставини. Зі свого боку ПТСР визначається як відстрочена або затяжна реакція на стресогенну подію чи ситуацію винятково загрозливого або катастрофічного характеру, що може спричинити дистрес майже у будь-кого (Посттравматичний стресовий розлад: спеціальна допомога. Стандарти і протоколи, 2016; Психологічна робота з військовослужбовцями-учасниками бойових дій на етапі відновлення, 2023).

Беручи до уваги багатофакторну природу ПТСР, його клінічна картина проявляється комплексом психоемоційних, когнітивних і поведінкових симптомів, які відображають глибину пережитої психотравмувальної події. У військовому середовищі ці симптоми мають специфічні риси, зумовлені характером бойових дій, тривалістю перебування в екстремальних умовах і постійною загрозою життю. Саме тому доцільно детальніше розглянути основні прояви ПТСР серед українських військовослужбовців, які нині формують одну з найбільш уразливих категорій населення (Журавльова & Ванченко, 2025; Пилипчук & Пономаренко, 2024).

Бойові умови сучасної війни спричиняють у військовослужбовців тривале психоемоційне навантаження, що перевищує адаптаційні можливості організму. Відсутність ротації, постійна загроза життю та втрати побратимів призводять до хронічного бойового стресу, виснаження нервово-психічних ресурсів і зниження ефективності саморегуляції. Це зумовлює стійке психічне напруження, емоційне вигорання та формування ПТСР, характерними проявами якого є порушення сну, кошмарні сновидіння та стан гіпервігильності – постійної бойової настороженості, що підтримується хронічною активацією симпатoadреналової системи (Возніцина & Литвиненко, 2023; Журавльова & Ванченко, 2025).

Посттравматичні симптоми у військовослужбовців часто супроводжуються тривогою, підвищеною реактивністю, напруженістю та синдромом очікування небезпеки, що ускладнює відновлення й адаптацію до мирного життя. Тривалий вплив бойового стресу призводить до емоційного виснаження, зниження чутливості та труднощів у налагодженні близьких стосунків. Унаслідок дії механізмів психологічного захисту, зокрема уникнення, виникає емоційне «відключення», яке перешкоджає соціальній адаптації, ускладнює комунікацію з оточенням і сприяє формуванню дезадаптивних форм поведінки у повоєнний період (Возніцина & Литвиненко, 2023; Ми пережили. Техніки відновлення для сімей військових, цивільних та дітей, 2019, Пилипчук & Пономаренко, 2024).

Тривале перебування військовослужбовців у зоні бойових дій, поєднання повторюваних травматичних подій і відсутність можливостей для психологічного відновлення призводять до формування комплексного посттравматичного стресового розладу (КПТСР). На відміну від класичного, КПТСР характеризується глибшими й більш стійкими змінами у сфері емоційного реагування, мислення та поведінки особистості.

До типових проявів КПТСР належать: хронічне відчуття небезпеки, емоційна нестабільність, труднощі у формуванні довірчих стосунків, а також дисоціативні симптоми – дереалізація, деперсоналізація, втрата відчуття власної ідентичності. Нерідко спостерігаються психосоматичні порушення (аутоімунні реакції, хронічна втома, ендокринні розлади) та схильність до саморуйнівної поведінки. КПТСР супроводжується високим рівнем коморбідності – депресією, тривожними розладами, залежностями, – що значно ускладнює процес лікування та соціальної реінтеграції військовослужбовців після завершення бойових

дій (Журавльова & Ванченко, 2025; Пилипчук & Пономаренко, 2024; Scars on their souls: PTSD and Veterans of Ukraine, 2023).

Війна впливає не лише на безпосередніх учасників бойових дій, а й на їхнє найближче соціальне оточення. Родичі військовослужбовців, особливо дружини, батьки та діти, часто переживають так звану вторинну травматизацію – психологічний стан, що виникає внаслідок постійного контакту з особою, яка зазнала травми, або співпереживання її болю. Такі члени сімей демонструють симптоми, подібні до ПТСР: тривожність, безсоння, нав'язливі думки, емоційну лабільність та почуття безпорадності.

Найбільш уразливими є родини зниклих безвісти та полонених військовослужбовців, для яких невизначеність долі близької людини стає хронічним стресором. Постійне очікування, страх і соціальна ізоляція сприяють розвитку депресивних і тривожних розладів. Відсутність системної підтримки таких сімей з боку держави поглиблює емоційне виснаження та підвищує ризик міжособистісних конфліктів.

Психологічна допомога родинам військових має бути спрямована не лише на подолання стресових реакцій, а й на відновлення внутрішніх ресурсів сімейної системи, розвиток навичок емоційної саморегуляції та підтримання адаптаційного потенціалу в умовах тривалої невизначеності (Возніцина & Литвиненко, 2023; Ми пережили. Техніки відновлення для сімей військових, цивільних та дітей, 2019; Scars on their souls: PTSD and Veterans of Ukraine, 2023).

Повернення військовослужбовця з війни до родини є складним психологічним процесом, що супроводжується суттєвими змінами в міжособистісних стосунках подружжя. Тривале перебування на фронті формує у військових своєрідну бойову ідентичність, у межах якої пріоритетами стають контроль, пильність, готовність до небезпеки та знижена емоційна чутливість. Після повернення в мирне середовище ці характеристики, які допомагали вижити під час бойових дій, стають перешкодою для відновлення емоційної близькості. Партнер, який очікує повернення «тієї самої людини», часто стикається з її внутрішньою відчуженістю, дратівливістю чи прагненням ізолюватися, що породжує взаємне нерозуміння, емоційне напруження й тривогу в сімейній системі.

Водночас обидва партнери проходять власні етапи адаптації. Той, хто залишався вдома, за час війни зазнав змін – узяв на себе додаткову відповідальність, виробив нові способи подолання стресу та забезпечення стабільності сім'ї. Після возз'єднання ролі, що склалися в період розлуки, не завжди узгоджуються з попереднім балансом у стосунках, що може спричиняти конфлікти, конкуренцію за лідерство або взаємне емоційне віддалення. Часто у партнерів, незалежно від статі, спостерігаються прояви вторинного посттравматичного стресу – підвищена тривожність, безсоння, відчуття виснаження. Таким чином, повернення з війни стає не завершенням кризи, а початком нового етапу сімейної реадaptaції, що потребує взаємної емпатії, гнучкості ролей і професійної психологічної підтримки (Возніцина & Литвиненко, 2023; Родченкова, 2025).

Психологічна реадaptaція військовослужбовців і стабілізація сімейних відносин після війни значною мірою залежать від рівня психологічної обізнаності членів родини. Саме вона визначає здатність близьких людей розуміти внутрішній стан військової особи, усвідомлювати власні емоції та керувати ними в ситуаціях напруженої взаємодії. Достатній рівень психологічної обізнаності забезпечує ефективну комунікацію, сприяє емоційному відновленню ветерана й формує сприятливий сімейний мікроклімат, що є основою успішної реінтеграції в цивільне життя.

У науковій літературі психологічна обізнаність визначається як усвідомлення та розуміння власного психологічного стану, емоцій, думок і поведінки, а також здатність розпізнавати такі самі аспекти в інших людей. Вона передбачає вміння аналізувати внутрішні переживання, усвідомлювати вплив зовнішніх чинників на емоційний стан і розуміти, як особисті реакції впливають на оточення (Соловей-Лагода & Жалюк, 2024).

Структурно психологічна обізнаність містить три взаємопов'язані компоненти (Соловей-Лагода & Жалюк, 2024):

- когнітивний, що охоплює знання про психологічні явища, закономірності поведінки й розуміння власних реакцій;
- емоційний, який передбачає здатність ідентифікувати, регулювати та конструктивно виражати емоції;
- поведінковий, що відображає уміння застосовувати ці знання у практичній взаємодії, обираючи конструктивні моделі поведінки, комунікації та розв'язання конфліктів.

Психологічна обізнаність членів родини є інтегративною характеристикою особистості, що забезпечує ефективне функціонування у повоєнних умовах і виступає ключовим чинником успішної реадaptaції військовослужбовця. Вона передбачає усвідомлення змін, яких зазнають усі члени сім'ї під впливом війни, прийняття нових моделей емоційного реагування та толерантність до відмінностей у переживанні досвіду. Її рефлексивний вимір охоплює здатність до самоаналізу, саморегуляції та контролю поведінкових реакцій у стресових ситуаціях, що сприяє профілактиці конфліктів і підтриманню емоційної рівноваги. Отже, психологічна обізнаність є ресурсом стабілізації сімейних відносин і внутрішнього відновлення особистості, однак ефективна адаптація сімей військовослужбовців потребує системної підтримки, яка поєднує індивідуальні, сімейні та спільнотні підходи (Ми пережили. Техніки відновлення для сімей військових, цивільних та дітей, 2019).

З огляду на потребу в системному підході до підтримки сімей військовослужбовців доцільно звернутися до вивчення міжнародного досвіду, де такі моделі вже успішно реалізовано.

Система психологічної реабілітації військовослужбовців та їхніх родин у США визначається високим рівнем організації та міжвідомчої взаємодії. Її основу становить Система сімейної готовності (Family Readiness System) – мережа державних і недержавних структур, що надають комплексну підтримку сім'ям військових через очні, телефонні та онлайн-сервіси. Координацію здійснює Служба військової спільноти (Army Community Service, ACS), у межах якої реалізуються програми з мобілізаційної, фінансової, психологічної, кризової та соціальної підтримки. Важливим компонентом є Програма захисту сім'ї (Family Advocacy Program, FAP), спрямована на підвищення стійкості родин, профілактику насильства й подолання наслідків психоемоційних травм. У її межах діють ініціативи анонімного консультування, підтримки молодих батьків, допомоги жертвам насильства та тимчасових компенсацій сім'ям постраждалих (Дідик, 2019; Family Advocacy Program, 2019; Family Program Directorate, 2008; U. S. Army Family and Morale, 2025).

Важливою особливістю американського підходу є поєднання державної та громадської підтримки через групи сімейної готовності (Family Readiness Groups) і помічників підтримки сімей (Family Readiness Support Assistants), які забезпечують комунікацію між командуванням і родинами, надають консультації, проводять навчання та заходи соціальної інтеграції. Значну роль відіграють Центри допомоги солдатам та їхнім сім'ям (Soldier and Family Assistance Centers), що надають юридичну, фінансову, психологічну й духовну підтримку, а також віртуальні програми (Virtual FRG) та національні онлайн-портали, які забезпечують цілодобовий доступ до ресурсів допомоги. Така багаторівнева система, що поєднує медичні, соціальні, психологічні та освітні компоненти, забезпечує ефективну підтримку родин військовослужбовців і може слугувати орієнтиром для розбудови подібної моделі в Україні.

Варто зазначити, що успішність американської моделі значною мірою зумовлена міжвідомчою координацією та широким залученням громадських структур, однак не менш показовим у цьому контексті є досвід Канади, де створено схожу, але більш децентралізовану систему сімейної підтримки, побудовану на партнерстві держави, військових інституцій і місцевих спільнот (Дідик, 2019).

Канада має одну з найефективніших систем підтримки військових сімей, яка поєднує державне фінансування, міжвідомчу координацію та активну участь громадських структур. Її основу становить Служба військової сім'ї (Military Family Services, MFS) у складі Служби морально-соціального забезпечення Збройних сил Канади, що формує політику, стандарти й координує реалізацію програм психологічної та соціальної підтримки. До ключових напрямів належать інформування, навчання, консультування, допомога під час переїздів і кризових ситуацій. Важливу роль відіграє мережа військових сімейних ресурсних центрів (MFRCs), які працюють у взаємодії з командуванням баз і громадами, забезпечуючи просвітницьку діяльність, консультування, психологічну допомогу та соціальну інтеграцію родин.

Кожен центр функціонує як неприбуткова організація за участю представників родин військовослужбовців у керівництві, що забезпечує баланс між громадською та військовою відповідальністю. Важливими елементами системи є діяльність капеланів, які поєднують духовну та психологічну підтримку, а також розвинена інформаційна мережа FamilyForce.ca і цілодобова лінія допомоги (Chartier, 2019; Family Advocacy Program, 2019; Family Program Directorate, 2008; Military Family Services, 2017). Канадська модель вирізняється децентралізованістю, гнучкістю та науковим підходом до оцінювання ефективності, а її досвід може бути корисним для формування в Україні системи сімейно-орієнтованої психологічної допомоги, побудованої на принципах прозорості, участі та партнерства.

Важливим для порівняльного аналізу є також британський досвід. На відміну від американської централізованої моделі й канадської системи громадської участі, у Великій Британії діє інтегрована багаторівнева структура, що поєднує зусилля Міністерства оборони, місцевих органів влади, релігійних інституцій і благодійних організацій (Дідик, 2019).

Підтримка сімей військових у Збройних силах Великої Британії здійснюється через діяльність Служби соціального забезпечення армії (Army Welfare Service, AWS), яка надає комплексну професійну допомогу військовослужбовцям, членам їхніх сімей та командуванню підрозділів з метою забезпечення високої ефективності військового персоналу (Дідик, 2019; Army Welfare Service, 2019; The British Army, 2014).

Система функціонує на чотирьох головних засадах: особиста підтримка, підтримка громади, інформаційне забезпечення (HIVE) та житлові послуги.

Особиста підтримка реалізується через роботу офіцерів із добробуту підрозділів (Unit Welfare Officers, UWO) та військових капеланів, які надають духовну і психологічну допомогу, забезпечуючи конфіденційність та безпосередній контакт із сім'ями військовослужбовців.

Інформаційна підтримка здійснюється мережею HIVE Information Service, що охоплює всю територію Сполученого Королівства. Вона надає консультації з питань переїзду, житла, освіти, догляду за дітьми, працевлаштування, організації дозвілля й подорожей. Персонал HIVE тісно співпрацює з представниками соціальних служб військових частин, надаючи членам родин як загальну, так і персоналізовану допомогу в адаптаційний період (Родченкова, 2025).

Важливою складовою британської системи є Служба житлових послуг, що реалізує програми короткотермінового сімейного проживання (Cotswold Services) та сприяє пошуку постійного цивільного житла через Консультативну службу з питань житлово-комунального господарства (Housing Advisory Service). Ці програми полегшують перехід військовослужбовців та їхніх сімей до цивільного життя після завершення служби або ротації. Поряд із цим діє Консультативна служба з питань освіти дітей (Children's Education Advisory Service, CEAS), що надає підтримку сім'ям у доступі до освіти та адаптації дітей під час переїздів, у тому числі за межі країни.

Велика роль у системі підтримки належить незалежним громадським організаціям, які діють у партнерстві з Міністерством оборони. Зокрема, Федерація військових сімей (Army Families Federation, AFF) представляє інтереси військових родин перед урядом, армійським командуванням та місцевими органами влади, сприяючи вирішенню проблем із житлом,

освітою, працевлаштуванням і соціальним забезпеченням. Інша впливова організація – Асоціація сімей солдатів, матросів і льотчиків (Soldiers', Sailors' & Airmen's Families Association, SSAFA) – є найстарішою благодійною інституцією у сфері військового добробуту, що забезпечує фізичну, емоційну та соціальну підтримку військових і ветеранів через мережу місцевих відділень і волонтерів.

Британська модель підтримки військових родин ґрунтується на «Угоді про Збройні сили» (Дідик, 2019), що визначає спільну відповідальність держави, бізнесу, місцевої влади та громадськості за добробут військовослужбовців та їхніх сімей. У межах угоди діє Фонд місцевих грантів Armed Forces Covenant, який фінансує проекти з покращення умов життя, підтримки ветеранів і розвитку реабілітаційних ініціатив. Ця система поєднує державні гарантії, волонтерську діяльність і місцеві програми, забезпечуючи ефективну комунікацію між владою, військовими структурами та громадою. Її досвід може бути корисним для створення в Україні партнерської моделі психосоціальної підтримки сімей військовослужбовців.

Варто зазначити, що попри ефективність британської системи, яка поєднує державну та волонтерську складові, унікальним прикладом організованої та багаторівневої моделі психологічної підтримки військових та їхніх сімей є досвід Ізраїлю, сформований у контексті постійних воєнних загроз і тривалого збройного протистояння.

Ізраїльська система психологічної реабілітації вирізняється високим рівнем інтеграції медичних, психологічних, соціальних і духовних компонентів у єдину державну структуру допомоги, що координується кількома міністерствами. Її основу становить методологія «VISED», побудована на принципах визнання емоцій, інформування, підтримки, експресії та розвитку, завдяки чому значно знижуються ризики формування посттравматичних розладів. Система охоплює діагностику, реабілітацію, підготовку сімей до повернення військових і діяльність підрозділів відновлення боєздатності, до складу яких входять фахівці з бойовим досвідом. Активно діють громадські організації, що забезпечують психотерапію, соціальну й юридичну допомогу, а також програми підтримки родин загиблих. Широке застосування когнітивно-поведінкових, групових та арт-терапевтичних методів сприяє формуванню культури психологічної стійкості, що робить ізраїльський досвід цінним для розбудови в Україні інтегрованої системи психосоціальної підтримки ветеранів та їхніх сімей (Вдовіченко, Соколова, Педченко, Степанова, & Фролова, 2023).

Порівняльний аналіз систем психологічної реабілітації сімей військовослужбовців у провідних країнах світу свідчить про те, що ефективна підтримка військових родин ґрунтується на поєднанні державної координації, міжвідомчої взаємодії та активної участі громадянського суспільства. Для України, яка нині перебуває в умовах масштабної війни й тривалого бойового навантаження на особовий склад, питання адаптації й поетапного впровадження міжнародного досвіду набуває особливого значення.

Аналіз можливостей адаптації міжнародного досвіду засвідчує потребу у створенні в Україні системного підходу до роботи з родинами військовослужбовців. Доцільним є запровадження окремих посад або центрів підтримки сімей на базі військових частин за зразком канадських ресурсних центрів, що забезпечуватимуть психологічне консультування, соціальну адаптацію та координацію допомоги. Впровадження таких структур може здійснюватися поетапно, з використанням ефективних елементів американського досвіду, реалізованого у Грузії, а також через механізм державного грантового стимулювання місцевих громад, подібний до британської моделі. Це сприятиме формуванню мережі регіональних осередків психосоціальної підтримки, які стануть основою національної системи реабілітації сімей військовослужбовців.

В Україні вже розпочато системні кроки в напрямку створення інституцій підтримки військовослужбовців та членів їхніх родин. Важливим етапом стало затвердження Міністерством внутрішніх справ України наказу від 11 листопада 2024 р. № 750 «Про

затвердження Положення про служби супроводу військовослужбовців Державної прикордонної служби України, Національної гвардії України, осіб рядового і начальницького складу служби цивільного захисту, поліцейських та членів їх сімей» (Про затвердження Положення, 2024).

Згідно з цим документом, служби супроводу утворюються у структурі Національної гвардії, Державної прикордонної служби, Національної поліції та Державної служби з надзвичайних ситуацій з метою забезпечення соціального, правового й психологічного захисту постраждалих військовослужбовців та їхніх родин, включно із сім'ями загиблих, зниклих безвісти або звільнених із полону. Положення визначає порядок взаємодії служб із державними органами, місцевим самоврядуванням і медичними закладами, а також запроваджує інститут «супровідника» – посадової особи, відповідальної за індивідуальний соціально-психологічний супровід військовослужбовця та його сім'ї від моменту поранення, травми чи полону до повного відновлення статусу або завершення лікування.

Ухвалення цього нормативно-правового акта знаменує перехід до інституціоналізації системи сімейної підтримки у структурах сектору безпеки і оборони, що відповідає сучасним міжнародним підходам і створює передумови для формування в Україні цілісної моделі психосоціального супроводу військових родин.

Паралельно з ухваленням постанов, наказів, положень щодо започаткування служб супроводу військовослужбовців та членів їхніх сімей або інших інституцій, в Україні активно розвиваються громадські та міжвідомчі ініціативи психосоціальної підтримки, що поступово перетворюються на елементи майбутньої державної системи допомоги. Ці процеси є взаємодоповнювальними: з одного боку – нормативне закріплення механізмів соціального супроводу у структурах сектору безпеки і оборони, а з іншого – формування мережі практичних програм, які демонструють життєздатність моделі сімейно-орієнтованої підтримки навіть за умов обмежених ресурсів.

Серед таких ініціатив заслуговує на увагу служба «ПідТримка» (pidtrymka.in.ua), що надає безоплатну психологічну допомогу військовим та членам їхніх родин у форматах онлайн- і телефонного консультування; державну «Послугу соціального супроводу військових та членів їхніх родин», розширену Міністерством соціальної політики на десятки військових частин і шпиталів, де фахівці координують соціальну, правову та психологічну підтримку; а також програму «Дружина ветерана», започатковану ГО «Київська школа політичних студій» спільно з ветеранськими організаціями та спрямовану на розвиток емоційної стійкості, самореалізації й інтеграції жінок, чиї партнери беруть участь у бойових діях. Усі ці напрямки ініційовано переважно за підтримки міжнародних донорів та громадського сектору, однак у перспективі вони мають стати державними програмами з гарантованим фінансуванням і міжвідомчою координацією.

Таким чином, в Україні поступово формується багаторівнева модель підтримки сімей військовослужбовців, що поєднує нормативно-правові засади із практичними ініціативами громадського сектору. Їхня подальша інституціоналізація на державному рівні створить основу для сталої системи психосоціальної реабілітації, орієнтованої на потреби військових та членів їхніх родин у повоєнний період.

Обговорення

Отримані результати підтверджують висновки попередніх досліджень українських і зарубіжних науковців щодо необхідності системного, міжвідомчо скоординованого підходу до психологічної реабілітації сімей військовослужбовців. Зокрема, положення про важливість інтеграції індивідуальних, групових і сімейних форм роботи узгоджуються з висновками І. Родченкової (2025), водночас акцент на розвитку психологічної обізнаності членів родини — з результатами О. Соловей-Лагоди та С. Жалюк (2025). Ідея багаторівневої системи сімейної підтримки, що поєднує державні та громадські механізми, корелює з аналітичними

висновками Н. Дідик (2019) і збігається з концепцією інтегративної копінг-моделі, запропонованою Я. Пилипчуком та Л. Пономаренко (2024).

Порівняння з міжнародними дослідженнями свідчить, що запропонована в роботі модель адаптації зарубіжного досвіду узгоджується з методологічними підходами, описаними у працях О. Вдовіченко, І. Соколової, О. Педченко, С. Степанової та О. Фролової (2023), де підкреслюється ефективність системи «VISED» у поєднанні медичних, психологічних і соціальних компонентів допомоги. Таким чином, проведене дослідження не лише підтверджує релевантність наукових гіпотез попередників, а й розширює їх, конкретизуючи шляхи практичного впровадження комплексної сімейно-орієнтованої моделі психосоціальної підтримки родин військовослужбовців.

Висновки

У результаті проведеного дослідження узагальнено міжнародний досвід психологічної реабілітації сімей військовослужбовців із ПТСР та визначено можливості його адаптації до українських умов. Установлено, що ефективні моделі психосоціальної підтримки (США, Канада, Велика Британія, Ізраїль) базуються на поєднанні державної координації, міжвідомчої взаємодії та активної участі громадянського суспільства. Їхніми спільними принципами є сімейна орієнтація, комплексність, профілактичність і доступність допомоги.

Доведено, що для України доцільним є створення цілісної системи психологічної реабілітації сімей військовослужбовців, інтегрованої у структуру морально-психологічного забезпечення сектору безпеки і оборони. Сучасні нормативно-правові ініціативи (зокрема наказ МВС від 11.11.2024 № 750) та підтримка громадських програм свідчать про формування організаційних передумов для впровадження сімейно-орієнтованої моделі психосоціальної підтримки.

Перспективи подальших наукових досліджень полягають у розробленні національної моделі психологічної реабілітації сімей військовослужбовців, визначенні стандартів професійної підготовки фахівців сімейної психологічної допомоги та створенні системи оцінювання ефективності програм психосоціальної підтримки.

Список використаних джерел

Вдовіченко, О. В., Соколова, І. М., Педченко, О. В., Степанова, С. С., & Фролова, О. В. (2023). Психологічна реабілітація і супровід ветеранів війни: досвід Ізраїлю. *Zeszytynaukowe Wyższej szkoły technicznej w Katowicach*, 16, 107–118

Возніцина, К., & Литвиненко, Л. (Ред). (2023). *Невидимі наслідки війни. Як розпізнати? Як спілкуватись? Як допомогти подолати?* (2-ге вид.). Київ. <https://legal100.org.ua/wp-content/uploads/2020/09/Nevidimi-naslidki-viyni-2023-1.pdf>

Дідик, Н. Ф. (2019). Система роботи із сім'ями військовослужбовців: порівняльний аналіз досвіду США, Канади, Великої Британії. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 44 (47), 37–51

Журавльова, Л. П., & Ванченко, Н. Й. (2025). Соціально-психологічний тренінг розвитку позитивної адаптації ветеранів. *Експертна думка*, 2, 46–54

Пилипчук, Я., & Пономаренко, Л. (2024). Проблема реабілітації військових і цивільних від психологічних травм у працях українських педагогів і психологів. *Науково-педагогічні студії*, 8, 99–124

Посттравматичний стресовий розлад: спеціальна допомога. Стандарти і протоколи. (2016, Березень 4). *Укр. мед. часопис*. https://api.umj.com.ua/wp/wp-content/uploads/2016/03/PTSR_spec.pdf

Про затвердження Положення про служби супроводу військовослужбовців Державної прикордонної служби України, Національної гвардії України, осіб рядового і начальницького складу служби цивільного захисту, поліцейських та членів їх сімей. Наказ МВС № 750 (2024) (Україна). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1899-24#Text>

Психологічна робота з військовослужбовцями-учасниками бойових дій на етапі відновлення. (2023). Київ: Центр учбової літератури

Родченкова, І. В. (2025). Соціально-психологічні передумови реабілітації військовослужбовців. *Експертна думка*, 2, 25–35

Соловей-Лагода, О. А., & Жалюк, С. М. (2024). Психологічна обізнаність членів родини військовослужбовців як чинник їх ефективної реінтеграції у цивільному житті. *Вісник Донецького національного університету імені Василя Стуса. Психологічні науки*, 2(5), 88–97

Циганенко, Г. В. (Ред). (2019). *Ми пережили. Техніки відновлення для сімей військових, цивільних та дітей* (2-ге вид.). Дніпро: Середняк Т. К. https://radnyk.org/wp-content/uploads/2020/02/www_perejly.pdf

Army Welfare Service. (2019, December 2). <https://www.army.mod.uk/support-and-training/welfare/army-welfare-service/>

Chartier, A. (2019, March). The Mapping and Gaps Analysis of Services for Military Families Report. <https://cfmws.ca/CFMWS/media/images/documents/8.0%20About%20Us/8.1%20What%20We%20Do/8.1.5.1/additional%20research/GAP-Analysis-Report-2019-ENG.pdf>

Family Advocacy Program. (2019, December 2). Army MWR. <http://bit.ly/2DBOh4S>

Family Program Directorate. U.S. Army Deployment Cycle Readiness: Soldier's and Family Member's Handbook. (2008). <https://production-arc-us-gov-west-1-attachments.s3-us-gov-west-1.amazonaws.com/s3fs-public/Deployment%20Cycle%20Readiness%20Handbook.pdf>

Military Family Services. (2017). A Network of Family support. <https://militaryfamilyadvisorynetwork.org/wp-content/dl/MFAN-2017-Survey-Report.pdf>

Scars on their souls: PTSD and Veterans of Ukraine. (2023). Kyiv. <https://www.globsec.org/sites/default/files/2023-09/Scars%20on%20Their%20Souls%20PTSD%20and%20Veterans%20of%20Ukraine.pdf>

The British Army. (2014). A Guide for Army Families (4th ed.). <https://hampshirecamhs.nhs.uk/wp-content/uploads/2020/04/A-guide-for-Army-Families.pdf>

U. S. Army Family and Morale, Welfare and Recreation Command (FMWRC): Army Community Service (ACS). (2025). <https://www.armymwr.com/>

References

Army Welfare Service. (2019, December 2). <https://www.army.mod.uk/support-and-training/welfare/army-welfare-service/>

Chartier, A. (2019, March). The Mapping and Gaps Analysis of Services for Military Families Report. <https://cfmws.ca/CFMWS/media/images/documents/8.0%20About%20Us/8.1%20What%20We%20Do/8.1.5.1/additional%20research/GAP-Analysis-Report-2019-ENG.pdf>

Didyk, N. F. (2019). *Systema roboty iz simiamy viiskovosluzhbovtiv: porivnialnyi analiz dosvidu SShA, Kanady, Velykoi Brytanii* [The System of Working with Military Families: A Comparative Analysis of the Experience of the USA, Canada, and the United Kingdom]. *Naukovi studii iz sotsialnoi ta politychnoi psykholohii*, 44 (47), 37–51 [in Ukrainian]

Family Advocacy Program. (2019, December 2). Army MWR. <http://bit.ly/2DBOh4S>

Family Program Directorate. U.S. Army Deployment Cycle Readiness: Soldier's and Family Member's Handbook. (2008). <https://production-arc-us-gov-west-1-attachments.s3-us-gov-west-1.amazonaws.com/s3fs-public/Deployment%20Cycle%20Readiness%20Handbook.pdf>

Military Family Services. (2017). A Network of Family support. <https://militaryfamilyadvisorynetwork.org/wp-content/dl/MFAN-2017-Survey-Report.pdf>

Posttravmatychnyi stresovyi rozlad: spetsialna dopomoha. Standarty i protokoly [Post-Traumatic Stress Disorder: Specialized Assistance. Standards, and Protocols]. (2016, Berezen 4). *Ukr. med. chasopys*. https://api.umj.com.ua/wp/wp-content/uploads/2016/03/PTSR_spec.pdf [in Ukrainian]

Pro zatverdzhennia Polozhennia pro sluzhby suprovodu viiskovosluzhbovtsiv Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy, Natsionalnoi hvardii Ukrainy, osib riadovoho i nachalnytskoho skladu sluzhby tsyvilnoho zakhystu, politseiskykh ta chleniv yikh simei [On Approval of the Regulation on Support Services for Servicemen of the State Border Guard Service of Ukraine, the National Guard of Ukraine, Persons of the Rank and Command Staff of the Civil Protection Service, Police Officers, and Their Family Members]. Nakaz MVS №750 (2024) (Ukraine). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1899-24#Text> [in Ukrainian]

Psykhologichna robota z viiskovosluzhbovtsiamy-uchasnykamy boiovykh dii na etapi vidnovlennia [Psychological Work with Combatant Servicemen at the Recovery Stage]. (2023). Kyiv: Tsentr uchbovoi literatury [in Ukrainian]

Pylypchuk, Ya., & Ponomarenko, L. (2024). *Problema rehabilitatsii viiskovykh i tsyvilnykh vid psykhologichnykh travm u pratsiakh ukrainskykh pedahohiv i psykhologiv* [The Problem of Rehabilitation of Military Personnel and Civilians from Psychological Trauma in the Works of Ukrainian Educators and Psychologists]. *Naukovo-pedahohichni studii*, 8, 99–124 [in Ukrainian]

Rodchenkova, I. V. (2025). *Sotsialno-psykhologichni peredumovy rehabilitatsii viiskovosluzhbovtsiv* [Socio-Psychological Preconditions for the Rehabilitation of Servicemen]. *Ekspertna dumka*, 2, 25–35 [in Ukrainian]

Scars on their souls: PTSD and Veterans of Ukraine. (2023). Kyiv. <https://www.globsec.org/sites/default/files/2023-09/Scars%20on%20Their%20Souls%20PTSD%20and%20Veterans%20of%20Ukraine.pdf>

Solovei-Lahoda, O. A., & Zhaliuk, S. M. (2024). *Psykhologichna obiznanist chleniv rodyny viiskovosluzhbovtsiv yak chynnyk yikh efektyvnoi reintehratsii u tsyvilnomu zhytti* [Psychological Awareness of Military Family Members as a Factor in Their Effective Reintegration into Civilian Life]. *Visnyk Donetskoho natsionalnoho universytetu imeni Vasylia Stusa. Psykhologichni nauky*, 2(5), 88–97 [in Ukrainian]

The British Army. (2014). *A Guide for Army Families* (4th ed.). <https://hampshirecamhs.nhs.uk/wp-content/uploads/2020/04/A-guide-for-Army-Families.pdf>

Tsyhanenko, H. V. (Red). (2019). *My perezhlyly. Tekhniky vidnovlennia dlia simei viiskovykh, tsyvilnykh ta ditei* [We Have Survived: Recovery Techniques for Military Families, Civilians, and Children] (2-he vyd.). Dnipro: Seredniak T. K. https://radnyk.org/wp-content/uploads/2020/02/www_perejlyly.pdf [in Ukrainian]

U. S. Army Family and Morale, Welfare and Recreation Command (FMWRC): Army Community Service (ACS).. (2025). <https://www.armymwr.com/>

Vdovichenko, O. V., Sokolova, I. M., Pedchenko, O. V., Stepanova, S. S., & Frolova, O. V. (2023). *Psykhologichna rehabilitatsiia i suprovid veteraniv viiny: dosvid Izrailiu* [Psychological Rehabilitation and Support of War Veterans: The Experience of Israel]. *Zeszytynaukowe Wyższej szkoły technicznej w Katowicach*, 16, 107–118 [in Ukrainian]

Voznitsyna, K., & Lytvynenko, L. (Red). (2023). *Nevydymi naslidky viiny. Yak rozpoznyaty? Yak spilkuvatys? Yak dopomohty podolaty?* [Invisible consequences of war. How to recognize? How to communicate? How to help overcome?] (2-he vyd.). Kyiv. <https://legal100.org.ua/wp-content/uploads/2020/09/Nevidimi-naslidki-viyni-2023-1.pdf> [in Ukrainian]

Zhuravlova, L. P., & Vanchenko, N. Y. (2025). *Sotsialno-psykhologichniy treninh rozvytku pozytyvnoi adaptatsii veteraniv* [Socio-Psychological Training for the Development of Positive Adaptation of Veterans]. *Ekspertna dumka*, 2, 46–54 [in Ukrainian]

Summary

DOMESTIC AND INTERNATIONAL EXPERIENCE IN THE PSYCHOLOGICAL REHABILITATION OF MILITARY FAMILIES WITH POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER

Volodymyr Vasyshev,

*PhD in Pedagogical Sciences, Associate Professor,
National Academy of the National Guard of Ukraine*

Introduction. *The full-scale war against Ukraine has led to extensive psychological trauma among the population, especially service members and their families, threatening national socio-psychological stability. Despite existing support programs, Ukraine lacks an integrated psychosocial rehabilitation system for military families that ensures continuous assistance from combat to reintegration. The issue is compounded by staff shortages, poor interagency coordination, and the absence of unified psychological support standards. Meanwhile, the experiences of the United States, Canada, the United Kingdom, and Israel show the effectiveness of family-oriented models combining governmental, public, and volunteer resources. Adapting these approaches to Ukrainian realities is crucial for developing a national system of psychological rehabilitation for military families within the moral and psychological support framework of the security and defense sector.*

Purpose of the article *is to highlight and summarize domestic and international experience in the psychological rehabilitation of military families with post-traumatic stress disorder in order to identify possible directions for improving the system of psychosocial support in Ukraine.*

Materials and Methods. *The study has an analytical and comparative character and is based on theoretical generalization, content analysis, and a systemic-structural approach. The source base includes legal acts, analytical reports, and scientific publications reflecting the experience of psychological rehabilitation of service members and their families in the United States, Canada, the United Kingdom, Israel, and Ukraine. The main methods employed were comparative analysis — to contrast support models, content analysis — to identify key principles and structural elements of the systems, and generalization — to formulate recommendations for adapting foreign experience. The validity of the results was ensured through the use of verified scholarly sources and official documents.*

Results. *The problem of post-traumatic stress disorder (PTSD) amid the war against Ukraine has become widespread: according to GLOBSEC (2023), about four million Ukrainians may need treatment for mental disorders, and over fifteen million require psychological support, reflecting deep traumatization among service members and their families.*

Prolonged combat stress leads to PTSD and complex PTSD, marked by emotional instability, hypervigilance, derealization, somatic issues, and comorbidities such as depression, anxiety, and addictions. Families of soldiers also experience secondary traumatization, especially those of the missing or captured, where uncertainty becomes a chronic stressor.

Returning soldiers often face a crisis of family readaptation — combat identity hinders emotional closeness, causing tension and misunderstanding. Successful reintegration depends on the psychological awareness of family members — the ability to understand and manage emotions, control behavior, and act constructively in conflicts.

International experience shows that effective rehabilitation combines government management, interagency cooperation, and community participation. In the United States, the Family Readiness System and Family Advocacy Program offer comprehensive psychological and social support. Canada operates a decentralized Military Family Services model with Military Family Resource Centres (MFRCs) providing counseling and assistance. The United Kingdom's Army Welfare Service integrates government, local, and charitable programs under the Armed Forces Covenant. Israel

applies the integrated “VISED” model, merging medical, psychological, and spiritual care to build psychological resilience.

For Ukraine, creating a network of family support centers within military units — similar to Canada’s MFRCs — and implementing a social-psychological accompaniment system under the Ministry of Internal Affairs Order No. 750 (2024) is recommended. Civil initiatives such as the PidTrymka online service, the Social Support Service for Military Personnel, and the Veteran’s Wife program already contribute to developing a national psychosocial support framework.

Conclusions. *The international experience of psychological rehabilitation for military families affected by PTSD has been summarized, and ways to adapt it to Ukrainian conditions have been outlined. Effective psychosocial support models rely on governmental coordination, interagency cooperation, and public participation, sharing core principles of family orientation, comprehensiveness, and accessibility. For Ukraine, it is crucial to build an integrated system of psychological rehabilitation for military families within the moral and psychological support structure of the security sector. Current legal initiatives and public programs provide the groundwork for such a model, while further research should focus on developing a national framework, standardizing specialist training, and evaluating program effectiveness.*

Key words: *psychological rehabilitation, military families, post-traumatic stress disorder (PTSD), psychosocial support, international experience, moral and psychological support.*